

## **GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA TENTANG DISMENORE PADA SISWA PUTRI DI MTS NU MRANGGEN KABUPATEN DEMAK**

Defi Nafiroh, Nuke Devi Indrawati  
Program Studi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Semarang  
Email : b1d4n\_unimus06@yahoo.co.id

### **ABSTRACT: OVERVIEW OF TEENS KNOWLEDGE ABOUT DYSMENORRHEA FOR FEMALE STUDENT MTS NU MRANGGEN DEMAK REGENCY.**

*Dysmenorrhea is stiffness or spasms in the lower abdomen that occur before or during menstruation, which force women to take rest or cause declining their work quality and their daily activities. From interviewing 10 female students, there are seven female students who do not really know about Dysmenorrhea, one female student who know enough about Dysmenorrhea and two female students who already know about Dysmenorrhea. It maybe happen because there is no sosialitaion about healthy reproduction education in MTs NU Mranggen Demak regency. Purpose : of this research was to know about Dysmenorrhea understanding from female students of MTs NU Mranggen Demak regency. Method : this research is descriptive research with point time method. Total population consist of 84 female students from class VII, VIII, and IX, then sampling was performed using a stratified sample of 46 female students. Instruments in this study using a questionnaire with 20 deviation and frequency distribution. Results : obtained are the majority of respondens are mid-teens (ages 13-15 years) is 84.8% and the majority of respondens had less knowledge about Dysmenorrhea amounted to 78.3%. Conclusion : the majority of responden had less knowledge about Dysmenorrhea that is equalto 36 female students (78.3%).*

**Keywords :** Knowledge, Dysmenorrhea, Female Students of MTs

### **ABSTRAK: GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA TENTANG DISMEMORE PADA SISWI PUTRI DI MTS NU MRANGGEN KABUPATEN DEMAK.**

*Dismenore adalah kekakuan atau kekejangan di bagian bawah perut yang terjadi pada waktu menjelang atau selama menstruasi, yang memaksa wanita untuk beristirahat atau berakibat pada menurunnya kinerja dan kurangnya aktifitas sehari-hari. Dari wawancara terhadap 10 siswi, ada 7 siswi yang kurang tahu tentang Dismenore, 1 siswi yang cukup tahu tentang Dismenore dan 2 siswi yang sudah tahu tentang Dismenore. Hal itu terjadi kemungkinan dari tidak adanya pendidikan kesehatan reproduksi di MTs NU Mranggen Kabupaten Demak. Tujuan Penelitian : penelitian untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang Dismenore pada siswa putri di MTs NU Mranggen Kabupaten Demak. Jenis penmelitian : penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian deskriptif dengan metode pendekatan *point time*. Jumlah populasi sebanyak 84 siswi yang terdiri dari kelas VII, VIII, dan IX, kemudian pengambilan sampel dilakukan dengan teknik sampel stratifikasi menjadi 46 siswi. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner dengan item pertanyaan 20 soal dan analisis data menggunakan rata-rata, minimum, maksimum, standar deviasi dan distribusi frekuensi.*

Hasil Penelitian : penelitian yang diperoleh adalah mayoritas responden merupakan remaja pertengahan (umur 13 -15 tahun) yaitu 84,8% dan mayoritas responden memiliki pengetahuan kurang tentang Dismenore sebesar 78,3%. Kesimpulan mayoritas responden memiliki pengetahuan kurang tentang Dismenore yaitu sebesar 36 siswi (78,3%).

**Kata Kunci:** Pengetahuan, Dismenore, Siswa putri MTs

## **PENDAHULUAN**

Kesehatan reproduksi adalah keadaan sejahtera baik fisik, mental, sosial, yang utuh dalam segala hal yang berkaitan dengan fungsi, peran dari sistem reproduksi wanita. Pengetahuan kesehatan reproduksi sebaiknya dilakukan sejak remaja, karena seseorang akan dapat mengenali kelainan pada kesehatan reproduksinya sendiri mungkin, terutama tentang menstruasi (Kinanti, 2009).

Remaja merupakan sumber daya pembangunan yang sangat berharga sebagai calon generasi penerus yang akan mengemban dan malestarikan cita-cita perjuangan dan pembangunan bangsa. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) Demak tahun 2009, ada 22, 4 % dari jumlah penduduk Kabupaten Demak adalah remaja dengan umur antara 10-19 tahun dan 11,2% diantaranya adalah remaja putri (BPS, 2009). Masa remaja merupakan usia di mana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia di mana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama. Pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja sangat pesat, baik fisik maupun psikologis. Pada perempuan sudah mulai terjadinya menstruasi dan pada laki-laki sudah mulai mampu menghasilkan sperma (Hurlock, 2009 ; Proverawati & Misaroh, 2009).

Menstruasi atau haid adalah mengacu kepada pengeluaran secara periodik darah dan sel-sel tubuh dari vagina yang berasal dari dinding rahim wanita. Biasanya menstruasi dimulai antara 10 dan 16 tahun, tergantung pada bagian faktor, termasuk kesehatan wanita, status nutrisi dan berat tubuh relatif terhadap tinggi tubuh. Menstruasi berlangsung kira-kira sekali sebulan sampai wanita mencapai usia 45-50 tahun (Kinanti, 2009).

Pada saat menstruasi biasanya mengalami nyeri perut, yang biasa disebut dengan Dismenore. Dismenore ini adalah kekakuan atau kejang di bagian bawah perut yang terjadi pada waktu menjelang atau selama menstruasi, yang memaksa wanita untuk beristirahat atau berakibat pada menurunnya kinerja dan berkurangnya aktifitas sehari-hari (Dianawati, 2003 ; Proverawati & Misaroh, 2009).

Upaya penanganan Dismenore saat menstruasi, terdapat beberapa terapi yaitu dengan menggunakan obat-obat anti sakit (*analgetic*). Obat-obat penghambat pengeluaran hormon Prostaglandin seperti Aspirin, Endomethacin, dan Asam Mefenamat. Selain menggunakan terapi, penanganan Dismenore dapat juga dilakukan dengan tanpa terapi, yaitu dengan olah raga ringan, mengkonsumsi buah dan sayur, serta mengurangi kadar gula dan kafein. Apabila permasalahan semakin parah, maka harus berkonsultasi dengan dokter (Yatim, 2001 ; Dianawati, 2003).

Angka kejadian nyeri menstruasi (Dismenore) di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami Dismenore. Di Amerika angka persentasenya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. Sementara di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan produktif yang tersiksa oleh Dismenore. Angka kejadian (prevalensi) Dismenore berkisar 45-95% di kalangan wanita usia produktif (Proverawati & Misaroh, 2009).

Hasil penelitian Yetti (2005) pada remaja kelas II di SLTP 12 Semarang, didapatkan hasil dari 53 siswi yang mengalami Dismenore sebanyak 35 siswi (66,0%), sedangkan berdasarkan hasil penelitian Purnamawati pada remaja putri di Desa Ngemplak Wetan Karanganyar Demak, didapatkan dari 32 remaja yang mengalami Dismenore sebanyak 17 remaja (53,1%). Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Demak tahun 2009, Dismenore belum diklasifikasikan. Kejadian Dismenore di Kabupaten Demak masuk pada lain-lain, yaitu 26797 jiwa (29,8%). Sedangkan pada kecamatan Mranggen, lain-lain sebanyak 374 jiwa (1,4%) (Dinkes, 2009).

Studi pendahuluan di MTs NU Mranggen Kabupaten Demak diperoleh data bahwa jumlah seluruh siswa MTs NU Mranggen sebanyak 205 siswa, dengan jumlah siswa laki-laki sebanyak 102 siswa (49,8%) sedangkan jumlah siswa putri sebanyak 103 siswi (50,2%), untuk siswi kelas VII ada 32 siswi, siswi kelas VIII ada 29 siswi, dan siswi kelas IX ada 42 siswi.

Wawancara terhadap 10 siswi MTs NU Mranggen Kabupaten Demak, ada 7 siswi yang kurang tahu tentang Dismenore, 1 siswi yang cukup tahu tentang Dismenore dan 2 siswi yang sudah tahu tentang Dismenore. Hal itu terjadi kemungkinan dari tidak adanya pendidikan kesehatan reproduksi di MTs NU Mranggen Kabupaten Demak. Pengetahuan kesehatan reproduksi hanya didapatkan dari mata pelajaran Biologi, itu pun hanya membahas tentang anatomi hewan, tumbuhan dan susunan anatomi organ reproduksi manusia beserta fungsinya. Tidak membahas permasalahan-permasalahan yang menyertai sistem reproduksi.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan permasalahan sebagai berikut: “Bagaimana gambaran pengetahuan tentang Dismenore pada siswa putri di MTs NU Mranggen Kabupaten Demak?”

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif yaitu melalui survey dan wawancara menggunakan kuesioner dengan pendekatan *point time*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa putri MTs NU Mranggen Kabupaten Demak yang sudah menstruasi dengan jumlah 84 siswi, yaitu kelas VII 17 siswi, kelas VIII 25 siswi, dan kelas IX 42 siswi. Pemilihan sampel dilakukan dengan teknik sampel stratifikasi (*Stratified Random Sampling*).

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Penelitian dilakukan terhadap 46 siswa putri dengan menggunakan kuesioner yang meliputi 20 pertanyaan tentang pengetahuan Dismenore dengan skor benar 1 dan skor salah 0, sehingga skor benar seluruh pertanyaan adalah 20. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka akan disajikan data sebagai berikut :

## 1. Umur

Dari hasil penelitian diperoleh data umur siswi berkisar 12 tahun sampai dengan 17 tahun dengan rata-rata 14,30 tahun dan simpangan baku 1,072 tahun. Setelah dikategorikan menurut Widyastuti dkk (2009) menjadi :

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Responden

| No     | Variabel                         | f  | %    |
|--------|----------------------------------|----|------|
| 1      | Remaja awal (10-12 tahun)        | 1  | 2,2  |
| 2      | Remaja pertengahan (13-15 tahun) | 39 | 84,8 |
| 3      | Remaja akhir (16-19 tahun)       | 6  | 13,0 |
| Jumlah |                                  | 46 | 100  |

Dari Tabel 1 dapat diketahui bahwa mayoritas umur responden adalah remaja pertengahan (umur 13-15 tahun) sebanyak 39 siswi (84,8%) dan hanya 2,2% atau sebanyak 1 siswi termasuk remaja awal (umur 10-13 tahun), dimana pada umur tersebut remaja putri sudah mengalami menstruasi dan kemungkinan juga mengalami Dismenore.

Hal ini sesuai dengan teori menurut Pearce dalam buku Proverawati (2009) bahwa permulaan menstruasi pada seorang gadis pada masa pubertas, yang biasa muncul pada usia 11-14 tahun. Sedangkan menurut Kinanti (2009) menstruasi biasanya dimulai antara umur 10 dan 16 tahun, tergantung berbagai faktor, termasuk kesehatan wanita, status nutrisi dan berat tubuh relatif terhadap tinggi tubuh.

## 2. Pengetahuan

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa skor pengetahuan tentang Dismenore berkisar antara 3 sampai dengan 16 dengan rata-rata 8,33 dan simpangan baku 3,142. Setelah dikategorikan menurut Nursalam (2008) menjadi :

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden tentang Dismenore

| No     | Pengetahuan | f  | %     |
|--------|-------------|----|-------|
| 1      | Baik        | 2  | 4,3   |
| 2      | Cukup       | 8  | 17,4  |
| 3      | Kurang      | 36 | 78,3  |
| Jumlah |             | 46 | 100,0 |

Dari Tabel 2 dapat diketahui mayoritas responden memiliki pengetahuan kurang tentang dismenore yaitu sebanyak 36 siswi (78,3%) dan 4,3% (2 siswi) yang memiliki pengetahuan baik dan mayoritas responden memiliki pengetahuan tentang Dismenore termasuk dalam kategori kurang yaitu sebanyak 36 siswi (78,3%).

Hal ini sesuai teori pengetahuan menurut Notoatmodjo (2007), bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.

Pada kenyataannya dalam penelitian ini, responden belum mendapatkan informasi dan pendidikan tentang Dismenore di sekolah. Padahal di teori dijelaskan bahwa informasi dan pendidikan merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan. Dimana menurut Wied (1996) yang dikutip oleh Hendra (2008), informasi akan memberikan pengaruh pada pengetahuan seseorang. Meskipun seseorang memiliki pendidikan yang rendah tetapi jika ia mendapatkan informasi yang baik dari berbagai media misalnya TV, radio atau surat kabar maka hal itu akan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang.

Menurut Notoatmodjo (1997) yang dikutip oleh Hendra (2008), pendidikan adalah suatu kegiatan atau proses pembelajaran untuk mengembangkan atau meningkatkan kemampuan tertentu sehingga sasaran pendidikan itu dapat berdiri sendiri. Hal ini ditunjukkan oleh hasil penelitian Jannah yang dilakukan pada siswa putri di SMA Negeri 2 BAE Kudus 2009, terdapat 41,5% siswi mempunyai pengetahuan sedang tentang Dismenore atau

hasilnya lebih tinggi dibanding penelitian ini yaitu 78,3% mempunyai pengetahuan tentang Dismenore kategori kurang.

Pengetahuan tentang Dismenore di MTs NU Mranggen Kabupaten Demak adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Distribusi Jawaban Responden Variabel Pengetahuan tentang Dismenore

| No | Item Pertanyaan                                                    | Benar |      | Salah |      |
|----|--------------------------------------------------------------------|-------|------|-------|------|
|    |                                                                    | n     | %    | n     | %    |
| 1  | Pengertian nyeri haid (Dismenore)                                  | 8     | 17,4 | 38    | 82,6 |
| 2  | Waktu terjadinya nyeri haid                                        | 23    | 50,0 | 23    | 50,0 |
| 3  | Bagian tubuh yang biasanya nyeri saat Dismenore                    | 41    | 89,1 | 5     | 10,9 |
| 4  | Pengertian Dismenore tanpa kelainan reproduksi                     | 22    | 47,8 | 24    | 52,2 |
| 5  | Waktu terjadinya nyeri haid primer setelah menstruasi pertama kali | 4     | 8,7  | 42    | 91,3 |
| 6  | Usia bisa terjadi nyeri haid sekunder                              | 8     | 17,4 | 38    | 82,6 |
| 7  | Faktor penyebab nyeri haid                                         | 12    | 26,1 | 34    | 73,9 |
| 8  | Yang bisa menyebabkan rasa nyeri perut bagian bawah                | 25    | 54,3 | 21    | 45,7 |
| 9  | Salah satu penyebab nyeri haid                                     | 13    | 28,3 | 33    | 71,7 |
| 10 | Faktor penyebab Dismenore primer                                   | 11    | 23,9 | 35    | 76,1 |
| 11 | Tanda-tanda nyeri haid                                             | 37    | 80,4 | 9     | 19,6 |
| 12 | Tanda dan gejala nyeri haid                                        | 15    | 32,6 | 31    | 67,4 |
| 13 | Sifat dari gangguan tanda dan gejala nyeri haid                    | 22    | 47,8 | 24    | 52,2 |
| 14 | Yang termasuk tanda dan gejala nyeri haid                          | 31    | 67,4 | 15    | 32,6 |
| 16 | Upaya mengurangi rasa nyeri haid                                   | 6     | 13,0 | 40    | 87,0 |
| 17 | Obat untuk mengurangi nyeri haid                                   | 24    | 52,2 | 22    | 47,8 |
| 18 | Makanan yang dapat mencegah nyeri haid                             | 8     | 17,4 | 38    | 82,6 |
| 19 | Minuman yang tidak boleh dikonsumsi saat nyeri haid                | 12    | 26,1 | 34    | 73,9 |
| 20 | Upaya penanganan nyeri haid                                        | 29    | 63,0 | 17    | 37,0 |

Dari Tabel 3 menunjukkan bahwa ada beberapa item pertanyaan yang masih dijawab salah oleh responden. Item pertanyaan 1 tentang pengertian Dismenore, mayoritas responden menjawab salah yaitu 82,6%. Item pertanyaan 2 tentang waktu terjadinya nyeri haid, separuh responden menjawab salah yaitu 50%. Item pertanyaan 4 tentang pengertian Dismenore

tanpa kelainan, sebagian besar responden menjawab salah yaitu 52,2%. Item pertanyaan 5 tentang waktu terjadinya nyeri haid primer setelah menstruasi pertama kali, mayoritas responden menjawab salah yaitu 91,3%. Item pertanyaan 6 tentang usia bisa terjadi nyeri haid sekunder, mayoritas responden menjawab salah yaitu 82,6%. Item pertanyaan 7 tentang faktor penyebab nyeri haid, sebagian besar responden menjawab salah yaitu 73,9%. Item pertanyaan 9 tentang salah satu penyebab nyeri haid, sebagian besar responden menjawab salah yaitu 71,7%.

Item pertanyaan 10 tentang faktor penyebab Dismenore primer, mayoritas responden menjawab salah yaitu 76,1%. Item pertanyaan 12 tentang tanda dan gejala nyeri haid, sebagian besar responden menjawab salah yaitu 67,4%. Item pertanyaan 13 tentang sifat dari gangguan tanda dan gejala nyeri haid, sebagian besar responden menjawab salah yaitu 52,2%. Item pertanyaan 16 tentang upaya mengurangi rasa nyeri haid, mayoritas responden menjawab salah yaitu 87,0%. Item pertanyaan 18 tentang makanan yang dapat mencegah nyeri haid, mayoritas responden menjawab salah yaitu 82,6%. Item pertanyaan 19 tentang minuman yang tidak boleh dikonsumsi saat nyeri haid, sebagian besar responden menjawab salah yaitu 73,9%.

Dari 20 pertanyaan yang terdapat dalam kuesioner menunjukkan bahwa mayoritas responden belum dapat menjawab pertanyaan dengan benar (pertanyaan nomor 1, 2, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 16, 18, dan 19). Dari pertanyaan-pertanyaan tersebut, terdapat  $\geq 50\%$  responden belum dapat menjawab pertanyaan dengan benar. Hal ini dikarenakan kurangnya pengetahuan responden tentang Dismenore.

Dismenore adalah rasa sakit yang menyerupai kejang, terasa di perut bagian bawah, dan biasanya dimulai 24 jam sebelum haid, dan berlangsung sampai 12 jam pertama dari masa haid (Surtiretna, 2001). Dismenore dibagi menjadi 2 macam, yaitu Dismenore sekunder dan Dismenore primer. Faktor-faktor penyebab nyeri haid primer yaitu faktor kejiwaan, faktor konstitusi, faktor obstruksi kanalis servikalis, dan faktor alergi (Prawirohardjo, 2006)

Gejala Dismenore yang paling umum adalah nyeri mirip kram dibagian bawah perut yang menyebar ke punggung dan kaki. Gejala terkait lainnya adalah muntah, sakit kepala, cemas, kelelahan, diare, pusing dan rasa kembung atau perut terasa penuh. Beberapa wanita mengalami nyeri sebelum menstruasi dimulai dan bisa berlangsung beberapa hari (Ramaiah, 2004).

Adapun upaya penanganan Dismenore yaitu kompres dengan botol dingin (hangat tepat pada bagian yang terasa kram), minum-minuman hangat yang mengandung kalsium tinggi, menghindari minum-minuman yang beralkohol, kopi, dan es krim, menggosok-gosokkan perut atau pinggang yang sakit, ambil posisi menungging sehingga rahim tergantung ke bawah, tarik nafas dalam-dalam secara perlahan untuk relaksasi, dan obat-obatan yang digunakan harus atas indikasi dokter. Boleh minum analgetik di toko obat, asal dosisnya tidak lebih dari 3 kali sehari.

Selain itu berdasarkan hasil wawancara siswi MTs NU Mranggen Kabupaten Demak belum pernah mendapatkan materi atau pendidikan tentang kesehatan reproduksi. Pengetahuan kesehatan reproduksi hanya didapatkan dari mata pelajaran Biologi, itu pun hanya membahas tentang anatomi hewan, tumbuhan dan susunan anatomi organ reproduksi manusia beserta fungsinya. Tidak membahas permasalahan-permasalahan yang menyertai sistem reproduksi.

## KESIMPULAN

Mayoritas responden termasuk remaja pertengahan (umur 13-15 tahun) yaitu sebanyak 39 siswa (84,8 %). Mayoritas responden memiliki pengetahuan tentang Dismenore dalam kategori kurang yaitu sebanyak 36 siswa (78,3 %).

## DAFTAR PUSTAKA

Badan Pusat Statistik. 2008/2009. *Demak Dalam Angka*. Demak

Dinas Kesehatan Kabupaten. 2009. *Laporan Program Kesehatan Remaja*. Demak

- Hendra AW. 2008. *Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan* Available: [http://ajangberkarya.wordpress.com/2008/06/07/konsep pengetahuan](http://ajangberkarya.wordpress.com/2008/06/07/konsep%20pengetahuan)
- Hurlock, E.B. 2009. *Psikologi Perkembangan anak*. Erlangga. Jakarta
- Kinanti, S. 2009. *Rahasia Pintar Wanita*. Aulya Publishing. Yogyakarta
- Notoatmodjo, S. 2007. *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta. Jakarta
- Nursalam. 2008. *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika. Jakarta
- Prawirohardjo, S. 2006. *Ilmu Kandungan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. Jakarta
- Proverawati, A. & Misaroh S. 2009. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Nuha Medika. Yogyakarta
- Surtiretna, N. 2001. *Bimbingan Seks Bagi Remaja*. Remaja Rosdakarya. Bandung
- Yatim, F. 2001. *Haid Yang Tidak Wajar dan Menopause*. Jakarta. Pustaka Populer Obor 2001