

## PENGUATAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI UNTUK MELAKUKAN PENANGANAN DISMINOREA DENGAN KONSUMSI TEMULAWAK

Munisah Kistriyono<sup>1</sup>, Diyana Faricha Hanum<sup>2</sup>, Alfu Lailah<sup>3</sup>, Hilda Indriani<sup>3</sup>

<sup>12</sup>Dosen Prodi D-III Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik

<sup>34</sup>Mahasiswa Prodi D-III Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik

### ABSTRACT

*When a person enters adolescence, various changes happen for both physical and mental. In young women, it is shown by the start of the menstrual cycle. At this time, they should get accurate information about the process of menstruation, menstrual disorders that may occur and how to handle those. There are several menstrual disorders, one of them is dysmenorrhea or menstrual pain. Dysmenorrhea forces women to rest or results in reduced daily activities. This research aimed to determine the effect of providing material on the treatment of menstrual pain with the consumption of ginger on the knowledge of adolescent girls in Gending Kebomas Village, Gresik. This study used a sample of young women in Gending Kebomas Gresik Village, amounting to 100 respondents. The analysis used in this study used a bivariate test (paired sample T test). The results shown that the significance was 0.000 so that the results of the bivariate analysis on Adolescent Girls' Knowledge for Handling Dysmenorrhea with Curcuma Consumption (pre and post) shown differences between pretest and posttest results. That the results of the activities carried out by the researchers succeeded in increasing respondents' knowledge about Handling Dysmenorrhea with Curcuma Consumption.*

**Keywords:** *Dysmenorrhea, Adolescent Women, Curcuma*

### A. PENDAHULUAN

Saat seseorang memasuki masa remaja terjadi berbagai perubahan baik fisik maupun mental. Pada remaja putri khususnya ditandai dengan dimulainya siklus menstruasi. Pada masa ini mereka seharusnya mendapatkan informasi yang akurat tentang menstruasi. Informasi tersebut misalnya tentang proses terjadinya menstruasi, gangguan menstruasi yang mungkin terjadi, mitos atau kebiasaan yang ada di masyarakat yang berkaitan dengan menstruasi dan sebagainya. Ada beberapa gangguan menstruasi salah satunya adalah *dismenore* atau nyeri haid. *Dismenore* adalah kekakuan atau kejang dibagian bawah perut yang terjadi pada waktu menjelang atau saat menstruasi yang memaksa wanita untuk beristirahat atau berakibat berkurangnya aktifitas sehari-hari. *Dismenore* merupakan menstruasi yang disertai rasa nyeri.

Kejadian *dismenore* pada perempuan di Amerika Serikat didapatkan 30-70% wanita dalam usia produktif, serta 60-70% wanita dewasa tidak menikah. Penelitian di Swedia di jumpai 30% wanita pekerja menurun penghasilannya karena nyeri haid. Kelainan terjadi pada 60-70% wanita di Indonesia dengan 15% diantaranya mengeluh aktifitas mereka menjadi terbatas akibat *dismenore*. Menurut Depkes RI (2016) prevalensi remaja putri di Indonesia yang mengalami nyeri haid sekitar 55%. Menurut penelitian Susanti (2018) di MTs Muhammadiyah 2 Malang lebih dari 56.7% remaja putrimengalami nyeri haid berat.

Aktifitas belajar adalah keterlibatan seseorang dalam bentuk sikap, pikiran, perhatiandalam kegiatan belajar sebagai penunjang keberhasilan proses belajar

mengajar sehingga memperoleh manfaat dari kegiatan itu. Berdasarkan hasil penelitian dismenorea berat dapat dialami remaja putri yang menyebabkan penurunan aktifitas belajar maupun aktifitas dirumah. Dismenorea sangat berdampak buruk pada remaja putri, hal ini menyebabkan terganggunya aktifitas sehari-hari. Akibat nyeri haid, remaja putri tidak dapat pergi ke sekolah, aktifitas belajar menjadi terganggu, konsentrasi menjadi menurun, sehingga materi yang diberikan selama pelajaran tidak bisa ditangkap dengan baik, dan menyebabkan prestasi belajar menurun serta dirumah tidak dapat melakukan aktifitas seperti sedia kala

## B. TINJAUAN PUSTAKA

### 1. Konsep Disminorea

#### Pengertian Disminorea

Disminorea adalah rasa nyeri yang dirasakan pada perut bagian bawah atau kram menjelang haid yang berlangsung 2-3 hari, dimulai sehari sebelum mulai haid (Andriyani, 2013). Disminorea adalah nyeri yang dikarakteristikan sebagai nyeri singkat sebelum atau saat menstruasi (Lowdermilk *et al*, 2013).

#### Waktu Kejadian

Waktu terjadi disminorea menurut Andriyani, 2013, berlangsung sehari sebelum menstruasi atau hari pertama menstruasi. Berlangsung selama 48 sampai dengan 72 jam

#### Pembagian Disminorea

Pembagian disminorea dibagi menjadi 2 yaitu:

##### a. Disminorea Primer

Disminorea primer adalah nyeri haid yang dirasakan sejak pertama kali haid (Andriyani, 2013). Nyeri haid yang dijumpai pada alat-alat genital yang nyata. Disminorea adalah suatu kondisi yang dihubungkan dengan siklus ovulasi (Lowdermilk *et al*, 2013).

##### b. Disminorea Sekunder

Disminorea sekunder adalah nyeri haid yang dirasakan akibat sensasi nyeri haid yang terjadi pada beberapa kasus kemungkinan akibat adanya gangguan dari sistem reproduksi wanita (Andriyani, 2013). Nyeri saat menstruasi yang disebabkan oleh kelainan ginekologi atau kandungan, yang terjadi setelah usia wanita lebih dari 25 tahun, yang penyebabnya adalah kelainan pelvis (Lowdermilk *et al*, 2013).

#### Faktor – faktor yang mempengaruhi

Menurut Sinaga, dkk (2017) faktor penyebab terjadinya disminorea adalah:

##### a. Psikis

Pada gadis-gadis yang emosional apabila tidak mendapatkan pengetahuan yang jelas maka mudah terjadi disminorea.

##### b. Konstitusional

Faktor ini erat hubungannya dengan faktor psikis. Faktor –faktor anemia, penyakit menahun, dan sebagainya mempengaruhi timbulnya disminorea

##### c. Obstruksi kanalis servikalis

Salah satu faktor yang paling tua untuk menerangkan terjadinya disminorea

adalah stenosis canalis servikalis. Pada wanita dengan uterus hiperantefleksi mungkin dapat terjadi stenosis canalis servikalis.

d. Endokrin

Pada umumnya anggapan bahwa kejang yang terjadi pada disminorea primer disebabkan oleh kontraksi uterus yang berlebihan. Faktor ini mempunyai hubungandengan tonus otot dan kontraktilitas otot uterus.

### Gejala

Gejala pada disminorea sesuai dengan jenis disminorea yaitu:

a. Disminorea Primer

Gejala yang dirasakan pada disminorea primer adalah tidak enak badan, lelah, mual, muntah, diare, nyeri punggung bawah, sakit kepala, kadang-kadang juga disertai vertigo atau sensasi mau jatuh, perasaan cemas dan gelisah hingga jatuh pingsan. Nyeri yang dirasakan berlokasi di area suprapubis dapat berupa nyeri tajam, dalam dan kram, tumpul dan sakit (Anurogo, 2011).

b. Disminorea Sekunder

Gejala yang dirasakan pada disminorea sekunder adalah darah yang keluar dalam jumlah banyak dan tidak beraturan, nyeri saat berhubungan seksual, nyeri yang muncul diluar waktu haid, nyeri tekan pada panggul, ditemukan cairan yang keluar dari vagina teraba benjolan pada rahim atau rongga panggul.

### Penanganan Disminorea

Penanganan dismenorea menurut Nasution (2018), adalah dengan mengkonsumsi temulawak dapat menurunkan intensitas dismenorea, karena didalam temulawak mengandung senyawa alkaloid yang merupakan morfin yang berfungsi untuk menghilangkan rasa nyeri termasuk dismenorea. Keumalahayati (2018) pada rimpang temulawak yang mengandung curcumin sebagai anti inflamasi (anti radang) selain itu mengandung atsiri yang berfungsi untuk mengurangi nyeri saat dismenorea. Menurut Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM) tentang gerakan nasional minum temulawak, dijelaskan bahwa kurkumin yang terkandung dalam temulawak mempunyai aktivitas anti radang yang setara dengan 100 mg fenilbutazon yang dapat berguna mengurangi nyeri. Temulawak juga sangat baik diminum wanita yang sedang haid. Ini karena temulawak memiliki kandungan antispasmodik (untuk merelaksasi otot polos), sehingga dapat mengurangi kontraksi otot di sekitar perut saat haid. Untuk mengurangi dismenorea maka disarankan bagi remaja yang akan datang bulan atau saat datang bulan dan mengalami dismenorea disarankan untuk mengkonsumsi serbuk temulawak sebanyak 20 gram yang disduh dengan air sebanyak 200ml, disarankan air hangat dan ditambahkan air jeruk nipis sesuai selera

## 2. Konsep Pengetahuan

### Definisi Pengetahuan

Pengertian pengetahuan menurut Notoatmodjo (2014) adalah hasil dari tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Dari indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba melalui panca indera ini manusia mendapatkan pengetahuan. Tapi melalui mata dan telinga manusia memperoleh sebagian besar pengetahuan. Saat melakukan penginderaan

sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek, sehingga pengetahuan yang diperoleh seseorang terhadap objek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda-beda.

### **Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan**

Pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, dimana Notoatmodjo (2014) dan Fitriani (2015), menyebutkannya yaitu :

a. Pendidikan

Orang yang berpendidikan tinggi akan memberikan respon yang lebih rasional terhadap informasi yang datang dan akan berpikir sejauh mana keuntungan yang mungkin akan mereka peroleh dari gagasan tersebut, karena tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh dalam memberi respon yang datang dari luar. Pendidikan tinggi seseorang akan mendapatkan informasi baik dari orang lain maupun media massa. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal, akan tetapi dapat diperoleh pada pendidikan non formal.

b. Paparan media massa

Kemajuan teknologi menyediakan bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang informasi baru. Sarana komunikasi seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, penyuluhan, dan lain-lain mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang. Seseorang yang terpapar informasi akan memperoleh informasi yang lebih banyak melalui berbagai media cetak maupun elektronik, berbagai informasi dapat diterima oleh masyarakat berupa media massa dibandingkan dengan orang lain yang tidak pernah terpapar informasi, maka pengetahuannya lebih sedikit.

c. Ekonomi

Ekonomi akan mempengaruhi pemenuhan kebutuhan akan informasi, dimana pendidikan adalah termasuk kebutuhan primer. Dalam memenuhi kebutuhan primer maupun sekunder, keluarga dengan status ekonomi baik lebih mudah mencukupi dibanding keluarga dengan status ekonomi rendah.

d. Hubungan sosial

Sementara itu faktor hubungan sosial juga mempengaruhi kemampuan individu sebagai komunikan untuk menerima pesan menurut model komunikasi media. Karena manusia adalah makhluk sosial dimana saling berinteraksi antara satu dengan lainnya.

e. Pengalaman

Pengalaman adalah cara untuk memperoleh kebenaran atas suatu pengetahuan. Pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman baik dari pengalaman pribadi atau dari pengalaman orang lain.

f. Usia

Bertambahnya usia akan semakin berkembang pola pikir dan daya tangkap seseorang sehingga pengetahuan yang diperoleh akan semakin banyak. Karena usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang.

g. Lingkungan

Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada pada lingkungan tersebut. Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di sekitar individu baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Hal tersebut terjadi karena adanya interaksi timbal balik yang akan direspon sebagai pengetahuan.

### **Tingkatan Pengetahuan**

Pengetahuan merupakan domain kognitif yang berperan penting dalam pembentukan seseorang dalam mengambil tindakan, sesuai yang disampaikan Notoatmodjo (2014) ada enam tingkatan, yaitu :

- a. Tahu (*Know*), tahu ini merupakan pengetahuan yang paling rendah. Tahu diartikan mengingat sesuatu materi yang telah dipelajari sebelumnya, termasuk mengingat kembali (*recall*) terhadap sesuatu yang spesifik dari rangsangan yang telah diterima atauseluruh bahan yang dipelajari.
- b. Memahami (*Comprehention*), yaitu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar.
- c. Aplikasi (*Application*), yaitu kemampuan menggunakan materi hukum, menggunakan rumus, dan menggunakan metode yang sudah dipelajarinya yang diterapkan dalam kehidupan/situasi yang nyata.
- d. Analisis (*Analysis*), yaitu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain.
- e. Sintesis (*Synthesis*), sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi yang telah ada, yaitu kemampuan untuk menghubungkan bagian-bagian dalam bentuk keseluruhan yang baru.
- f. Evaluasi (*Evaluation*), yaitu kemampuan untuk melakukan penilaian. Penilaian tersebut berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria yang telah ada, dimana penilain tersebut dilakukan pada suatu materi atau objek.

### **Pengetahuan tentang Dismenorea**

Pada waktu penelitian ini, kedalaman pengetahuan yang ingin digali sampai sebatas tahu (*know*). Tahu diartikan sebagai upaya untuk mengingat sesuatu yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk dalam pengetahuan ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari. Berdasarkan pengetahuan ini, kemudian diharapkan muncul suatu perilaku, bila remaja putri tersebut mengalami dismenorea, maka mereka akan melakukan konsumsi temulawak sesuai dengan yang kita ajarkan.

## **C. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini bersifat diskriptif analitik dengan tujuan mengeksplorasi dan menguatkan pengetahuan remaja putri. Penelitian dilaksanakan pada Bulan Maret - Juni 2021 di Kelurahan Gending Kebomas Gresik. Penelitian ini akan mengambil 100 subjek penelitian. Cara pengambilan data menggunakan kuesioner yang kita sebarakan menggunakan *googleform*. Analisa data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis data menggunakan SPSS versi 22 dengan uji *paired sample T test*.

**D. HASIL PENELITIAN**

## 1. Data umum

**a. Distribusi Responden Menurut Usia****Tabel.1. Distribusi Menurut Usia**

Umur Responden	Responden	Persentase
14 Tahun	2	2
16 Tahun	13	13
17 Tahun	16	16
18 Tahun	16	16
19 Tahun	16	16
20 Tahun	20	20
21 Tahun	12	12
22 Tahun	1	1
24 Tahun	2	2
25 Tahun	2	2
Total	100	100

Hasil dari data penyebaran menurut usia remaja putri di Kelurahan Gending Kebomas Gresik yang mengalami disminorea sebagian besar berusia 20 tahun sebanyak 20 responden (20%).

**b. Distribusi Responden Menurut aktifitas****Tabel.2. Distribusi Menurut Aktifitas**

Aktifitas	Responden	Persentase
Bekerja	11	11
Kuliah	52	52
Sekolah	37	37
Total	100	100

Menurut hasil tabel.2. menunjukkan bahwa remaja putri di Kelurahan Gending Kebomas Gresik yang mengalami dismenorea, sebagian besar aktifitasnya adalah kuliah sebanyak 52 responden (52%).

**c. Distribusi Responden Menurut Waktu Menarche****Tabel.3. Distribusi Menurut Waktu Menarche**

Menarch	Responden	Persentase
10	6	6
11	20	20
12	38	38
13	18	18
14	14	14
15	4	4
Total	100	100

Menurut hasil yang sesuai tabel.3. menunjukkan bahwa remaja putri di Kelurahan Gending Kebomas Gresik, menunjukkan usia waktu menstruasi pertama kali pada remaja putri, sebagian besar usia 12 tahun sebanyak 38 responden (38%).

**d. Distribusi Responden Menurut Sumber Informasi**

**Tabel.4. Distribusi Menurut Sumber Informasi**

Informasi	Responden	Persentase
Bidan	10	10
Orang Tua	42	42
Sekolah	46	46
Teman	2	2
Total	100	100

Hasil dari data menunjukkan bahwa remaja putri di Kelurahan Gending Kebomas Gresik mendapatkan sumber informasi tentang dismenorea, sebagian besar berasal dari tempat mereka menuntut ilmu sebanyak 46 responden (47%).

**e. Distribusi Responden Menurut Dismenorea**

**Tabel.5. Distribusi Menurut Dismenorea**

Dismenorea	Responden	Persentase
Tidak	18	18
Ya	82	82
Total	100	100

Hasil dari data menunjukkan bahwa remaja putri di Kelurahan Gending sebagian besar mengalami dismenorea sebanyak 82 responden (82%).

**f. Distribusi Responden Menurut Derajat Nyeri**

**Tabel.6. Distribusi Menurut Derajat Nyeri**

Derajat Nyeri	Responden	Persentase
Berat	34	34
Ringan	66	66
Total	100	100

Hasil dari data menunjukkan bahwa remaja putri di Kelurahan Gending Kebomas Gresik yang mengalami dismenorea, sebagian besar derajat dismenoreanya adalah ringan sebesar 66 responden (66%).

**2. Data Khusus (Analisis Bivariat)**

Analisis bivariat Perbedaan pengetahuan Pengetahuan Remaja Putri Untuk Penanganan Dismenorea Dengan Konsumsi Temulawak (*Pretest* dan *Posttest*)

*One-Sample Statistics*

	Respondent	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
<i>Pretest</i>	100	5.19	1.549	.155
<i>Posttest</i>	100	8.19	1.549	.155

*One-Sample Test*

	Test Value = 0					
	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>Sig.</i> (2-tailed)	<i>Mean Difference</i>	<i>95% Confidence Interval of the Difference</i>	
					<i>Lower</i>	<i>Upper</i>
<i>Pretest</i>	33.516	99	.000	5.190	4.88	5.50
<i>Posttest</i>	52.890	99	.000	8.190	7.88	8.50

Hasil dari tabel tersebut menyimpulkan bahwa signifikansi 0,000 sehingga hasil analisis bivariat menggunakan *uji paired sample t test* dengan SPSS 22, pada pengetahuan remaja putri untuk penanganan dismenorea dengan konsumsi temulawak (*pretest* dan *posttest*) menunjukkan adanya perbedaan antara hasil pre dan post. Pemberian materi mengenai penanganan dismenorea dengan konsumsi temulawak berpengaruh terhadap pengetahuan remaja putri di Kelurahan Gending Kebomas Gresik dengan nilai *Sig. (2-tailed)* 0,000. Bisa disimpulkan bahwa hasil kegiatan yang dilakukan peneliti berhasil untuk meningkatkan pengetahuan responden tentang penanganan dismenorea dengan konsumsi temulawak.

**E. PEMBAHASAN****1. Data Umum****a. Usia**

Usia responden merupakan lama hidup seseorang didunia, yang dihitung menggunakan satuan tahun, dan jumlahnya sesuai dengan pengakuan responden. Dari hasil penelitian di Kelurahan Gending Kebomas Gresik ini, responden yang terbanyak berusia 20 tahun, yaitu sebanyak 20 (20%) remaja putri. Pada situasi ini semakin bertambahnya usia remaja putri, semakin tinggi pula tingkat pengetahuannya dan cara penalarannya dalam menyikapi sesuatu masalah. Dengan pengetahuan yang baik tentang dismenorea dan penanganan dengan konsumsi temulawak, maka remaja putri Kelurahan Gending Kebomas Gresik, bisa mengembangkan diri dan kemampuannya untuk menangani dirinya sendiri saat dismenorea dialami. Dimana hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Paramita, D. P, (2010) yang mendapatkan siswi dengan usia 15 tahun sebanyak 34 (58,62%) responden, menyebutkan semakin tua usia responden, maka tingkat pengetahuannya semakin baik.

**b. Aktifitas**

Remaja putri mayoritas atau sebagian besar adalah dengan aktifitas kuliah yaitu 52 remaja (52%). Dengan adanya data tersebut, makin tinggi tingkat aktifitasnya, maka remaja putri akan mengalami dismenorea, yang akan mengganggu kegiatan harian remaja putri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Silalahi, Y (2018) bahwa sebagian besar responden terganggu aktifitas belajarnya karena mengalami dismenorea, yakni sebanyak 71 orang (72,4%), dimana kondisi siswi yang tidak bugar akibat mengalami dismenorea selama kegiatan belajar mengajar tentunya akan mengganggu pada aktivitas belajarnya.

**c. Menarche**

Menarche adalah pertama kali datangnya haid/menstruasi pada seorang wanita. Dimana pada penelitian di Kelurahan Gending Kebomas Gresik ini, menunjukkan mayoritas usia menarche adalah di usia 12 tahun, yang mana sebanyak 38 responden atau sebesar 38% dari 100 responden. Jadi sejalan dengan hasil Riskesdas (2010) yang menyebutkan menarche pada seorang wanita terjadi rata-rata pada usia 12,4 tahun. Sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan Silalahi, Y (2018) menyebutkan bahwa kelompok responden paling banyak mengalami menarche adalah responden dengan usia 12 tahun yang berjumlah 25 orang (25,5%). Hal ini sesuai dengan teori yang menyebutkan rata-rata usia menarche pada perempuan di Indonesia adalah 12-13 tahun dengan kejadian awal pada usia kurang dari 9 tahun (Yusuf, 2014).

**d. Sumber Informasi**

Sumber informasi yang didapat remaja putri tentang menstruasi, dismenorea dan penanganannya dengan konsumsi temulawak. Dari data yang ada menunjukkan sebagian remaja putri di Kelurahan Gending Kebomas Gresik pernah mendapatkan informasi tentang haid, dismenorea dan penanganan dengan konsumsi temulawak dari sekolah sebanyak 46 (46%) responden. Semakin tinggi informasi yang benar didapatkan oleh remaja putri, semakin tinggi pengetahuan remaja putri tentang menstruasi, dismenorea dan penanganannya dengan konsumsi temulawak. Hasil yang diperoleh sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Paramita (2010), didapatkan 46 (79,31%) siswa mendapatkan informasi tentang dismenorea hanya dari teman, orang tua, dan guru, dimana siswa menganggap informasi tentang dismenorea dan penanganannya yang didapatkan dari mereka sudah cukup. Padahal informasi yang benar tentang dismenorea dan penanganan dengan konsumsi temulawak, harusnya didapatkan dari sumber yang terpercaya yaitu tenaga kesehatan, misalkan bidan, perawat atau dokter atau buku kesehatan.

**e. Kejadian Dismenorea**

Distribusi menurut kejadian dismenorea, dimana kejadian dismenorea pada masing-masing individu berbeda. Hasil menunjukkan 82% responden mengalami dismenorea, sedangkan 18% responden tidak mengalaminya. Wanita yang sedang mengalami menstruasi tidak selalu mengalami dismenorea. Dismenorea bulan kemarin terjadi, bulan ini tidak mengalami dismenorea, kadang ada juga wanita yang mengalami dismenorea setiap kali menstruasi. Dimana semua kejadian dismenorea tergantung dari faktor penyebabnya. Sesuai dengan pendapat Sinaga, dkk (2017) penyebab dismenorea yaitu: psikis, konstitusional (anemia, penyakit, dll), obstruksi kanalis servikalis dan endokrin. Penyebab psikis menyebutkan bahwa seorang gadis dengan emosional tinggi, serta pengetahuan tentang dismenorea rendah, maka wanita tersebut akan mengalami dismenorea. Bila seorang wanita mengalami anemia, maka wanita tersebut juga akan mengalami nyeri saat menstruasi. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Saguni, dkk (2013) bahwa sebagian besar 121 (91,7%) siswa SMA Tomohon mayoritas mengalami mengalami dismenorea.

#### f. Derajat Nyeri

Penyebaran menurut derajat nyeri yang dialami remaja putri yaitu derajat nyeri ringan yang dialami, yaitu sebesar 66 (66%), dimana remaja putri setiap bulannya mengalami menstruasi dan terjadi dismenorea. Dismenorea dapat mengganggu aktifitas sehari-hari dari remaja putri termasuk aktifitas belajar dan aktifitas pekerjaan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Novia (2013) yang hasilnya adalah remaja putri yang mengalami dismenorea dengan intensitas nyeri ringan 46,7%, nyeri sedang 30,0%, dan nyeri berat 23,3%. Dan penelitian yang dilakukan oleh Saguni, dkk (2013) yang menyebutkan bahwa ada 91 (68,9%) siswa yang mengalami dismenorea dan mengeluhkan bahwa dismenorea yang mereka alami sangat mengganggu aktifitas belajar mereka.

### 2. Data Khusus

#### a. Perbedaan pengetahuan Pengetahuan Remaja Putri Untuk Penanganan Dismenorea Dengan Konsumsi Temulawak (*Pretest dan Posttest*)

Pengetahuan remaja putri untuk penanganan dismenorea dengan konsumsi temulawak (*pretest dan posttest*) menunjukkan adanya perbedaan antara hasil *pre* dan *post*. Pemberian materi mengenai penanganan nyeri haid dengan konsumsi temulawak berpengaruh terhadap pengetahuan remaja putri di Kelurahan Gending Kebomas Gresik dengan nilai *Sig. (2-tailed)* 0,000. Bisa disimpulkan bahwa hasil kegiatan yang dilakukan peneliti berhasil untuk menguatkan pengetahuan responden tentang penanganan dismenorea dengan konsumsi temulawak. Sejalan dengan hasil penelitian Novitasari (2012), dengan adanya pendidikan kesehatan terhadap remaja putri tentang dismenore dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri terhadap dismenore yaitu sebanyak 71,6% remaja putri memiliki pengetahuan baik setelah diberikan pendidikan kesehatan. Dengan bertambah kuatnya pengetahuan remaja putri di Kelurahan Gending Kebomas Gresik, maka akan dapat merubah sikap seseorang ke arah positif dalam penanganan dismenorea

### F. PENUTUP

Dari hasil penelitian di Kelurahan Gending Kebomas Gresik ini, responden yang terbanyak berusia 20 tahun, yaitu sebanyak 20 remaja putri (20%). Remaja putri sebagian besar aktifitasnya adalah kuliah yaitu 52 remaja (52%). Mayoritas usia menarche remaja putri di usia 12 tahun, sebanyak 38 responden atau sebesar 38%. Sebagian remaja putri pernah mendapatkan informasi tentang haid, dismenorea dan penanganannya dari sekolah sebanyak 46 (46%) responden. Kejadian dismenorea pada remaja putri menunjukkan 82% responden mengalami dismenorea. Menurut derajat nyeri yang dialami remaja putri yaitu derajat nyeri ringan, yaitu sebesar 66 (66%). Pemberian materi mengenai penanganan nyeri haid dengan konsumsi temulawak berpengaruh terhadap kuatnya pengetahuan remaja putri dengan nilai *Sig. (2-tailed)* 0,000. Pihak Kelurahan Gending Kebomas Gresik diharapkan lebih aktif untuk memberikan penyuluhan kepada remaja putri yang ada di wilayah kerja kelurahan tentang permasalahan masyarakatnya, terutama tentang kesehatan reproduksi remaja, yang mana bisa bekerjasama dengan tenaga kesehatan atau pihak puskesmas yang

menaungi wilayahnya, supaya remaja putri yang ada diwilayah Kelurahan Gending dalam kondisi sehat.

#### G. DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani. 2013 . Panduan Kesehatan Perempuan.Solo: As-Sallam Group Anurogo, dkk. 2011. Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid.Yogyakarta:Penerbit Andi
- Departemen Kesehatan RI. 2016. Profil Kesehatan Indonesia 2015. Jakarta: DepartemenKesehatan RI
- Fitriani NL dan Andriyani S. 2015. Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Sikap Anak Usia Sekolah Akhir (10-12 Tahun) Tentang Makanan Jajanan Di Sd Negeri Ii Tagog Apu Padalarang Kabupaten Bandung Barat Tahun 2015. Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia. Vol. 1. No. 1 (7-26).
- Keumalahayati, Khaira. N, Fazdria. 2018. Pengaruh Pemberian Jahe dan Temulawak Terhadap Nyeri haid (Dysmenorea). Poltekes Kemenkes Aceh: JKEP Vol. 3 No.1
- Kozier,B., Glenora Erb, Audrey Berman dan Shirlee J.Snyder. 2010. Buku Ajar Fundamental Keperawatan. Jakarta :EGC
- Lowdermilk, dkk. 2013. Keperawatan Maternitas. Jakarta : PT. Salemba
- Manuaba, dkk. 2010. Buku Penuntun Ajar Kuliah Gynekologi.Jakarta:Trans Info media
- Nasution, S, 2018, Efektifitas Pemberian Temulawak Terhadap Dismenorea Pada Remaja SMP Negeri 4 Tanjung Pura, Talenta Conference Series, Tanjung Pura.
- Notoatmodjo, S. 2014. Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta: PT.Rineka Cipta
- Novia, I., N. 2013. Faktor Resiko Yang Mempengaruhi Kejadian Dismenorea Primer. SkripsiFakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.
- Novitasari. 2012. Efektifitas Pendidikan Kesehatan Tentang Dismenore terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja di Madrasah Tsanawiyah Islamiah Ciputat. FKIK. UIN Syarif Hidayatullah. Jakarta
- Oktaviana, P. 2010. Kajian Kadar Kukuminoid, Total fenol dan Aktifitas Antioksidan Ekstrak Temulawak Pada berbagai Tehnik Pengeringan Dan Proporsi Pelarutan. Surakarta: Universitas Sebelas Maret
- Paramita,D.P,. 2010. Hubungan Pengetahuan Tentang Dismenore Dengan Perilaku Penanganan Dismenore Pada Siswi SMK YPKK 1 Sleman Yogyakarta. Surakarta. FKUNS
- Perry and Potter. 2007. Buku Ajar Fundamental Keperawatan, Konsep, Proses dan Praktisi Edisi 4, Volume 2.Jakarta: EGC
- Rakhma, A. 2012. Gambaran Derajat dismenorea Dan Upaya Penanganannya Pada Siswi Sekolah Menengah Kejuruan Arjuna Depok. Jakarta: FK UIN Syarif Hidayatullah
- Riset Kesehatan Dasar. 2010. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI
- Rusdi Evizal. 2013. Tanaman Rempah dan Fitofarmaka. Bandar Lampung: Lembaga Penelitian Universitas Lampung.
- Saguni, FC., Madianung, A., Masi, G. 2013. Hubungan Dismenorea dengan Aktifitas

- Belajar Remaja Putri Di SMA Kristen I Tomohon, FK Universitas Sam Ratulangi Manado, *ejournal Keperawatan*.
- Suharsimi, A.(2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sitorus BR. S. Yuli, Sanusi Rahayu Sri, Fitria Maya. 2015. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Dismenorea Dan Tindakan Dalam Penanganan Dismenorea Di SMP Swasta Kualuh Kabupaten Labuhan Batu Utara. <http://eprints.umpo.ac.id/4460/1/BAB%201.pdf>. Diakses pada 20 Mei 2021.
- Sinaga, E, dkk. 2017. *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: Universitas Nasional IWWASH.
- Silalahi, Y, 2018. Hubungan Dismenorea Dengan Aktifitas Belajar Siswi SMA Kelas XII SMA Katolik Tri Sakti. Medan. FK USU.
- Susanti. R D. Utami N.W,Lasri. 2018. Hubungan Nyeri Haid (Dysmenorrhea) Dengan Aktivitas Belajar Pada Remaja Putri MTS Muhammadiyah 2 Malangursing NewsVolume 3, Nomor 1, 2018
- Wawan, A., Dewi, M. 2011. *Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Yusuf, Yanti, dkk. 2014. Hubungan Pengetahuan Menarche dengan Kemampuan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP Negeri 3 Tidore Kepulauan. *Jurnal Keperawatan dalam* <https://ejournal.unsrat.ac.id> > article > download.