

**PENANGANAN DISMENOREA PRIMER SECARA FARMAKOLOGI DAN
NON FARMAKOLOGI PADA REMAJA PUTRI KARANG TARUNA**

Iga Retia Mufti⁽¹⁾

⁽¹⁾Program Studi Sarjana Kebidanan/Fakultas Kebidanan, Institut Kesehatan Rajawali ,
Griya Cihanjuang A4 Bandung
Email: Igaretia@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Dismenorea adalah rasa nyeri yang ditandai dengan gejala kompleks yaitu kram pada daerah bagian bawah yang menjalar sampai ke punggung atau kaki. Dismenorea dibagi menjadi 2 jenis yaitu dismenorea primer dan sekunder. Tujuan Penelitian: untuk mengetahui bagaimana gambaran penanganan dismenorea primer pada remaja putri di Remaja Karang Taruna tahun 2021. Metode Penelitian: Metode penelitian yang digunakan yaitu deskriptif. Pengambilan data menggunakan total sampling dengan jumlah sampel 100 orang remaja putri. Instrument penelitian yang digunakan adalah kuesioner. Hasil: Sebagian besar remaja putri mengalami kejadian dismenorea sebanyak 64 orang (64%) dan tidak mengalami dismenorea sebanyak 36 orang (36%). Penanganan dismenorea primer secara farmakologi sebanyak 25 orang (25%) dan penanganan secara non farmakologi sebanyak 75 orang (75%). Simpulan : sebagian besar remaja putri mengalami dismenorea dan sebagian besar remaja putri melakukan penanganan secara non farmakologi.

Kata Kunci : Kejadian dismenorea, penanganan dismenorea

ABSTRACT

Background: Dysmenorrhea is pain that felt with complex symptoms in the form of lower cramps that radiate to the back or legs. Dysmenorrhea is divided into 2 types, namely primary dysmenorrhea and secondary dysmenorrhea. Purpose: To describe the treatment of primary dysmenorrhea in adolescent girls in youth organizations, Cihanjuang Rahayu Village, Parongpong District, West Bandung Regency in 2021 Method: This study used a descriptive method. Collecting data by using total sampling with a sample of 100 young women. The research instrument used was a questionnaire. Result: adolescent girls experienced dysmenorrhea as many as 64 people (64%) and 36 people did not experience dysmenorrhea (36%). Treatment of primary dysmenorrhea pharmacologically as many as 25 people (25%) and non pharmacological treatment as many as 75 people (75%). Conclusion: This study shows that most of the young women experience dysmenorrhea and most of the young women do non pharmacological treatment.

Keywords: *Dysmenorrhea incidence, dysmenorrhea treatment*

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah dimana suatu fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seseorang. Masa remaja merupakan transisi dari masa anak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial. Perubahan paling

awal muncul yaitu perkembangan secara biologis. Salah satu tanda keremajaan secara biologis yaitu mulainya remaja mengalami menstruasi (Pudiastuti, 2012).

Menstruasi pertama yang sering disebut (*menarche*) merupakan menstruasi yang dialami remaja oada

awal yang biasa terjadi dalam rentan usia 10 tahun sampai 16 tahun atau pada masa awal remaja dan sebelum memasuki masa reproduksi. Menstruasi yaitu keadaan dimana perdarahan periodik dan siklik dari uterus disertai dengan pengelupasan (deskuamasi) endometrium (Icemi Sukarni K, 2013)

Menstruasi yaitu dimulai saat remaja mengalami masa pubertas dan kemampuan seorang remaja untuk mengandung anak atau masa produksi. Menstruasi kadang dimulai antara usia 10 sampai 16 tahun, dan juga tergantung pada berbagai banyak faktor, termasuk kesehatan wanita, status nutrisi dan berat tubuh relative terhadap tinggi tubuh. Meski begitu, pada hakekatnya banyak wanita yang mengalami masalah menstruasi, diantaranya yaitu masalah nyeri haid/dismenore (Pudiastuti, 2012)

Angka dismenore menurut data di WHO sangat besar. Dari studi longitudinal di negara Swedia melaporkan kejadian dismenore terjadi pada 90% perempuan atau remaja yang berusia antara 19 tahun (Anurogo, D., & Wulandari, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Ni Made, Ni Komang, 2021) dengan judul gambaran penanganan dismenorea secara non farmakologi pada siswi SMA kelas X di Denpasar, hasil penelitian didapatkan bahwa penanganan dengan kompres hangat yaitu 52%, olahraga yaitu 31,4%, pengobatan herbal dengan jamu yaitu 24,5%, *massage* yaitu 47,1%, istirahat yang cukup yaitu 79,4%, posisi *knee chest* yaitu 29,4%, teknik *imagery guided* yaitu 78,4%, dan teknik relaksasi nafas dalam yaitu 63,7%.

Tujuan penelitian ini adalah untuk Mengetahui bagaimana gambaran penanganan dismenorea primer secara farmakologi dan non farmakologi pada remaja putri di Remaja Karang Taruna desa Cihanjuang Rahayu Kecamatan

Parongpong Kabupaten Bandung Barat Tahun 2021.

METODE

Penelitian disini menggunakan metode deskriptif yaitu metode yang digunakan untuk menganalisis dimana data dengan cara memaparkan data yang telah terkumpul.(Sugiono, 2014).

Sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *total sampling* dengan jumlah responden 100 responden.

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan data primer dan sekunder. Teknik dalam penelitian ini untuk mengetahui penanganan dismenorea primer pada remaja putri menggunakan data primer, melalui wawancara kepada responden dan dimasukkan kedalam lembar kuesioner. Pengolahan data dengan tahapan *editing, coding, processing, cleaning*. Dalam penelitian ini peneliti tidak menggunakan uji validitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Tabel 1 karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Presentase %
Usia		
11-13	25	25%
14-16	60	60%
19-19	15	15%
Usia Menarche		
9-10	13	13%
11-13	80	80%
14-16	7	7%
Pendidikan		
SD	5	5%
SMP	93	93%
SMA	2	2%
Tingkat Nyeri		
Ringan	5	5%
Sedang	80	80%
Berat	15	15%

Tabel 3 Distribusi Frekuensi penanganan Dismenorea Primer pada Dismenorea Primer 3 bulan terakhir

Farmakologi	Frekuensi	Persentase
Analgetik	25	100%
Antipiretik	0	0%
Suplemen	0	0%
Jumlah	25	100%

Berdasarkan hasil tabel 2 menunjukkan hasil sebagian besar remaja putri yang melakukan penanganan dismenorea primer dengan cara farmakologi di Karang Taruna Desa cihanjuang Rahayu Tahun 2021 yaitu sebesar 25%. Sebagian besar yang melakukan penanganan secara non farmakologi sebesar 75%.

Banyak cara untuk menghilangkan atau menurunkan dismenorea baik secara farmakologi maupun non farmakologi dan gabungan. Prilaku dalam mengatasi nyeri dismenorea pada remaja dapat dilakukan dengan beberapa cara diantaranya pergi ke rumah sakit, pusat kesehatan masyarakat, dokter pribadi, mengkonsumsi obat herbal, minum obat dari toko terdekat, kompres hangat dan beristirahat (Asbullah, Darwin Karim & Erika, 2020).

Hasil penelitian (Anurogo, D., & Wulandari, 2011) pada remaja putri di Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru yang dilakukan di SMP Negeri 1, SMP Negeri 4 dan SMP Negeri 10 Pekanbaru didapatkan hasil penanganan dismenorea mayoritas dilakukan responden secara non farmakologi (91,8%). Manajemen non farmakologi mayoritas dilakukan responden dengan istirahat (96,6%) dan mengabaikan (76,9%).

Pada analisis penelitian pada remaja jarang taruna lebih banyak melakukan penanganan nyeri dismenorea dengan farmakologi yaitu menggunakan analgetik semacam ibu profen ataupun asam mefenamat yang mereka beli di warung terdekat.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Penanganan Dismenorea Primer secara Farmakologi

Penanganan Dismenorea Primer	Frekuensi	Persentase
Farmakologi	25	25%
Non Farmakologi	75	75%
Jumlah	100	100%

Berdasarkan hasil tabel 3 seluruh remaja putri yang melakukan penanganan dismenorea primer secara farmakologi remaja karang taruna desa cihanjuang rahayu Tahun 2021 yaitu dengan analgetik sebesar 100%.

Remaja Karang Taruna Desa Cihanjuang Rahayu Kecamatan Parongpong Tahun 2021 yang melakukan penanganan Farmakologi dengan analgetik sebesar 100%.

Secara penanganan farmakologi nyeri dapat diatasi dengan terapi menggunakan analgesic yang merupakan metode yang paling sering digunakan karena dianggap lebih cepat dalam menghilangkan nyeri pada kasus dismenorea. (Anurogo, D., & Wulandari, 2011).

Hal ini juga terdapat dalam penelitian ini sesuai dengan penelitian (Hesti Lestari, Jane metusala, 2010) dimana penanganan dismenorea dengan tehnik farmakologi hanya sebagian dari 199 remaja putri di Manado hanya 26 responden (13,1%) yang mengatasi nyeri menggunakan obat pereda nyeri.

Hasil penelitian sesuai dengan penelitian (Anita Mislioni, Mahdalena, 2019) dengan judul penanganan dismenorea pada remaja yang mengalami dismenore dengan derajat nyeri ringan sebanyak 35 remaja (72,9%), upaya penanganan yang dilakukan dengan cara farmakologi yaitu 5 remaja (10,4%) orang siswi dan untuk

penanganan non farmakologi yaitu sebanyak 20 remaja (41,7%).

Penelitian yang dilakukan pada remaja Karang Taruna, sudah banyak remaja yang mengetahui penanganan dismenorea secara non farmakologi dan kebanyakan remaja melakukan istirahat dan kompres hangat pada bagian perut dengan menggunakan botol ataupun buli buli hangat untuk mengurangi nyeri.

Penanganan Non Farmakologi

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Penanganan Dismenorea Primer secara Non Farmakologi pada Remaja Putri yang Mengalami Dismenorea Primer 3 bulan terakhir

Non Farmakologi	Frekuensi	Persentase
Mengelola Stres	5	5,2%
Istirahat	30	51,04%
Olahraga	3	3,12%
Kompres Hangat	20	22,91%
Pijat	2	2,08%
Relaksasi Nafas	2	2,08%
Dalam		
Mendengarkan Musik	11	11,45%
Mengonsumsi Jamu	2	2,08%
Jumlah	75	100%

Tabel 4 menerangkan sebagian besar remaja putri yang melakukan penanganan dismenorea primer secara non farmakologi dengan istirahat di Remaja Karang Taruna Desa Cihanjuang Rahayu Kecamatan Parongpong Tahun 2021 sebesar 51,04%.

Hasil penelitian (Wulandari, Anisa Hasanah, Oswati Woferst, 2018) upaya penanganan dismenorea mayoritas dilakukan oleh remaja putri di Kecamatan Lima Puluh Remaja putri lebih memilih istirahat karena istirahat dapat mengalihkan pikiran dari rasa nyeri yang dirasakan, sehingga pada saat beristirahat rasa nyeri pada perut tidak terasa untuk sementara waktu dan juga

dapat memulihkan energi atau memberikan tenaga.

Penelitian yang dilakukan pada remaja Karang Taruna sudah banyak mengetahui bagaimana penanganan dismenorea secara non farmakologi, hal ini di jelaskan dalam tabel 5 menyebutkan bahwa sudah banyak remaja yang mengetahui bagaimana penanganan nyeri dismenorea secara non farmakologi.

SIMPULAN

Berdasarkan data hasil penelitian tentang gambaran penanganan dismenorea primer pada remaja, yaitu sebagian besar remaja mengalami dismenorea, sebagian kecil remaja melakukan penanganan dismenorea secara farmakologi, dan juga sebagian besar remaja putri melakukan penanganan dismenorea secara non farmakologi dengan istirahat.

Diharapkan penelitian ini mempunyai manfaat untuk remaja dalam penanganan dan menjadi masukan bagi pihak unit terkait dalam hal ini pihak desa Cihanjuang Rahayu, khususnya puskesmas atau bidan desa dapat memberikan penyuluhan kepada remaja terkait penanganan dismenorea.

Diharapkan dapat dijadikan bahan masukan pertimbangan dalam pengembangan penelitian yang berkaitan dengan penanganan dismenorea primer pada remaja putri

DAFTAR PUSTAKA

- Anita Misliani, Mahdalena, S. F. (2019). Penanganan Dismenore Cara Farmakologi Dan Nonfarmakologi. *Jurnal Citra Keperawatan*, 7.
- Anurogo, D., & Wulandari, A. (2011). *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. ANDI.

- Asbullah, Darwin Karim, Dan, & Erika. (2020). Gambaran Intensitas Nyeri Dan Manajemen Dismenorea Pada Remaja Putri Di SMAN 1 Model Tambang. *JOM Fkp*, 7. File:///C:/Users/IGA RETIA MUFTI/Downloads/26641-51706-1-SM.Pdf
- Hesti Lestari, Jane Metusala, Diana Y. (2010). No Title. *Sari Pediatri*, 12. <https://saripediatri.org/index.php/Sari-Pediatri/Article/View/531/467>
- Icemi Sukarni K, W. P. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Nuha Medika.
- Ni Made, Ni Komang, D. (2021). Gambaran Penanganan Dismenorea Secara Non Farmakologi Pada Remaja Kelas X Di SMA Dwijenda Denpasar. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2. <https://doi.org/https://doi.org/10.47492/jip.v2i6.940>
- Pudiasuti, R. (2012). *Tiga Fase Penting Pada Wanita*. Elex Media. <http://inlislite.dispusip.jakarta.go.id/dispusip/opac/detail-opac?id=75036>
- Sugiono. (2014). *Metode Penelitian*. Alfa Beta.
- Wulandari, Anisa Hasanah, Oswati Woferst, R. (2018). Gambaran Kejadian Dan Manajemen Dismenorea Pada Remaja Putri Di Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru. *JOM Fkp*, 5. https://www.researchgate.net/publication/337647300_Gambaran_Kejadian_Dan_Manajemen_Dismenorea_Pada_Remaja_Putri_Di_Kecamatan_Lima_Puluh_Kota_Pekanbaru