

HUBUNGAN TINGKAT DISMENORE DENGAN PENANGANANNYA PADA REMAJA PUTRI DI MADRASAH ALIYAH NURUL YAQIN PENGALIHAN KECAMATAN ENOK TAHUN 2021

Neti herawati¹, Elsie Anggreni², Restia Ningsih Putri Rahayu³

Akademi Kebidanan Indragiri

Email : netiherawati073@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Tingkat Dismenore dengan Penanganannya pada remaja Putri di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok Tahun 2021, Metode yang digunakan adalah analitik dengan *total sampling*, penelitian ini dilakukan di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok tahun 2021 yang berjumlah 54 responden dengan cara penyebaran kuesioner. Tingkat Dismenore responden sebagian besar berkategori ringan sebanyak 22 responden (42%), sedangkan yang berkategori sedang sebanyak 24 responden (43%) dan kategori kuat sebanyak 8 responden (15%). Penanganan dismenore yang dilakukan oleh Remaja Putri di dapat kan hasil baik sebanyak 38 responden (70,4%), dan penanganan Dismenore kurang sebanyak 16 responden (29,6%). Hasil analisis statistik menunjukkan nilai *p-value* = 0,000. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan Tingkat Dismenore dengan Penanganannya pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok tahun 2021.

Kata kunci: *Dismenore, Penanganan, Remaja Putri.*

ABSTRACT

*This study aims to determine the relationship between the level of dysmenorrhea and its treatment in female adolescents at Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengransfer, Enok District in 2021, the method used is analytic with a total sampling, this research was conducted at Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengransfer, Enok District in 2021, totaling 54 respondents by distributing questionnaires. Most of the dysmenorrhea levels of respondents were in the mild category as many as 22 respondents (42%), while those in the moderate category were 24 respondents (43%) and the strong category was as many as 8 respondents (15%). 38 respondents (70.4%), and less dysmenorrhea was 16 respondents (29.6%). The result of statistical analysis shows that the *p-value* = 0.000. The conclusion of this study is that there is a relationship between the level of dysmenorrhea and its treatment in young women at Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengransfer, Enok District in 2021.*

Keywords: *dysmenorrhea, treatment, young women.*

LATAR BELAKANG

Menurut World Health Organization (WHO), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Jumlah kelompok usia 10-19 tahun di Indonesia menurut sensus penduduk 2010 sebanyak 43,5 juta atau sekitar 18 % dari jumlah penduduk. Di dunia diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia. (WHO, 2014)

Masa remaja adalah masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan

fisik, emosi, dan psikis. Remaja adalah proses antara masa kanak-kanak dan masa dewasa sebagai titik awal proses reproduksi. Pada masa remaja ditandai dengan pubertas. Setiap bulan secara periodik, wanita normal akan mengalami peristiwa reproduksi yaitu menstruasi (Pangesti et al., 2017)

Menstruasi merupakan proses alami yang terjadi pada perempuan adanya perdarahan teratur setiap bulan. Dalam siklus menstruasi

remaja mengalami perubahan emosional dan kram perut yang disebut dalam istilah Dismenore. Stres merupakan salah satu dampak dari dismenore, berdasarkan fenomena yang terjadi kebanyakan remaja ketika mengalami dismenore tidak dapat mengontrol emosi tidak masuk sekolah dan mengurung diri.

Usia gadis remaja pada waktu pertama kalinya mendapat menstruasi (menarache) bervariasi lebar, yaitu antara 10-16 tahun, tetapi rata-ratanya 12,5 tahun, Statistic menunjukkan bahwa usia menarache dipengaruhi oleh factor keturunan, keadaan gizi dan kesehatan umum (Dewi,2019).

Dismenore adalah rasa nyeri saat haid yang terasa diperut bagian bawah dan muncul sebelum, selama dan setelah menstruasi. Nyeri haid adalah keadaan nyeri kram pada daerah perut dan terjadi pegal-pegal di pinggul hingga ekstremitas karena produksi zat prostaglandin, hal ini mulai terjadi 24 jam sebelum terjadi perdarahan dan dapat bertahan selama 24-36 jam (Titia, 2017).

Jumlah kejadian dismenore menurut WHO (2016) cukup tinggi di dunia, angka kejadian dismenore primer 50% perempuan disetiap negara, didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) perempuan yang mengalami dismenore, 10-15% mengalami dismenore berat Di Indonesia prevalensi dismenore mencapai 64,25% yang terdiri dari dismenore primer 54,89% dan 9,36 dismenore sekunder.

Dismenore merupakan sakit saat menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas sehari hari

remaja putri. Menurut Kemenkes RI tahun 2016 prevalensi remaja putri di Indonesia yang mengalami kejadian nyeri sekitar 55%. (Surmiasih & Priyati, 2018).

Dismenore biasanya baru timbul 2 atau 3 tahun sesudah menarache atau pertama kali menstruasi. Dismenore ada yang ringan dan ada yang samar – samar, ada pula yang berat bahkan beberapa wanita telah pingsan dan ada yang harus ke dokter karena nyeri yang dialaminya mengganggu aktivitasnya (Titia, 2017).

Nyeri haid atau dismenore merupakan suatu kondisi yang dirasakan oleh wanita ketika menjelang atau menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas secara normal sehingga terkadang memaksa penderita untuk beristirahat dan meninggalkan aktivitas rutinnnya. Selain itu nyeri haid atau dismenore yang terjadi pada remaja dapat mengganggu konsentrasi pada saat belajar disekolah sehingga beberapa siswi yang mengalami nyeri haid harus meninggalkan kelasnya dan meminta ijin beristirahat di UKS atau ijin pulang kerumah. Nyeri haid atau dismenore dapat ditangani dengan beberapa cara dengan menggunakan obat atau dengan tanpa obat tergantung dari kondisi nyeri haid yang dirasakan itu sendiri (Khoerunisya, 2015).

Mengatakan dismenorea apabila tidak segera diatasi akan mempengaruhi fungsi mental dan fisik individu sehingga mendesak untuk segera mengambil tindakan terapi secara farmakologis atau nonfarmakologis. Tindakan farmakologis yang dapat dilakukan pada penanganan dismenorea biasanya menggunakan

obat anti peradangan non-steroid yang tersedia dan dijual bebas dan bisa juga terapi hormonal dengan pengawasan dokter (Ismarazi et al., 2015).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* dengan menggunakan data di peroleh secara primer dengan menggunakan kuesioner yang disusun untuk di ketahui sesuai dengan tujuan dan kerangka konsep. Data ini di peroleh dari pengisian kuesioner oleh remaja di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok .

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan pada bulan Maret Tahun 2021 di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok dengan cara penyebaran kuesioner di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok, maka hasil penelitian sebagai berikut :

1. Analisis Univariat

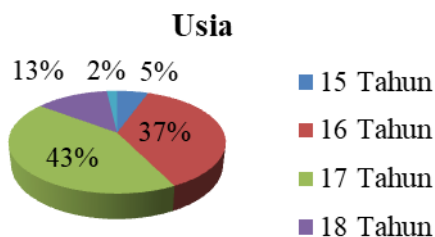


Diagram 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Remaja Putri di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok tahun 2021

Berdasarkan diagram diatas menunjukkan bahwa usia mayoritas remaja putri berusia 17 tahun, responden yang usia 15 tahun (6%), usia 16 tahun (37%), usia 17 tahun (42%), serta yang berusia 18 tahun (13%), dan yang usia 20 tahun (2%).

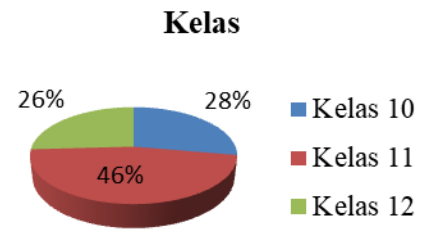


Diagram 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan tingkat Kelas Remaja Putri Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok Tahun 2021

Diagram 2 menunjukkan remaja putri kelas 10 yaitu 15 siswi (26%), remaja putri kelas 11 yaitu 25 siswi (46%) dan remaja putri kelas 12 berjumlah 14 siswi (26%).

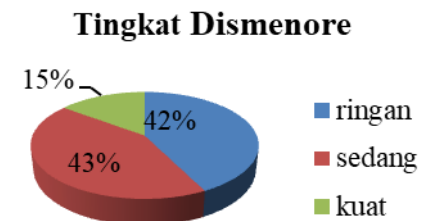


Diagram 3 Distribusi Frekuensi berdasarkan tingkat Dismenore pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah

Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok Tahun 2021

Diagram 3 menunjukkan mayoritas responden memiliki tingkat dismenore yang sedang sebanyak (43%) dan minoritas responden memiliki tingkat dismenore yang kuat sebanyak (15%)

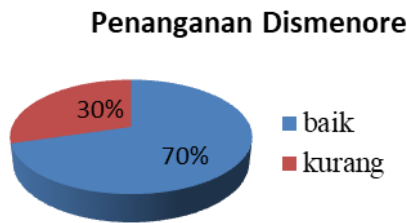


Diagram 4 Distribusi Frekuensi berdasarkan Penanganan Dismenore pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok Tahun 2021

Diagram 4 menunjukkan mayoritas responden memiliki penanganan dismenore yang baik sebanyak (70%) dan Minoritas responden memiliki penanganan dismenore yang kurang sebanyak (30%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 1 Tabel Hasil Analisis Hubungan Tingkat Dismenore dengan Penanganannya pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok Tahun 2021.

Tingkat Dismenore	Penanganan Dismenore						
	Baik		Kurang		Jumlah	%	P-Value
	N	%	n	%			
Ringan	23	100	0	0	23	100	0,000
Sedang	15	65,2	8	34,8	23	100	
Kuat	0	0	8	100	8	100	
Jumlah	38	70,4	16	29,6	54	100	

Dari tabel 1 didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara tingkat dismenore dengan penanganannya pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok Tahun 2021 $p = 0,000 \leq 0,05$ yang menyatakan H_0 ditolak dan H_a diterima.

PEMBAHASAN

1. Tingkat Dismenore pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok tahun 2021.

Berdasarkan hasil analisis data penelitian pada diagram 3 didapatkan hasil tingkat dismenore pada siswi di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok Tahun 2021 yaitu ringan (42%), sedang (43%) dan kuat (15%), hal ini ditunjukkan dari pengisian kuesioner yang di sebarakan pada remaja putri di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok tahun 2021.

Hal ini relevan dengan penelitian Agustin pada Tahun 2017 di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam As-syafi'iyah Jakarta, tentang hubungan antara tingkat dismenore dengan tingkat stress pada Mahasiswi AKPER As-syafi'iyah Jakarta, yang menyatakan bahwa gambaran secara umum mengenai tingkat dismenore pada remaja berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan oleh peneliti terhadap 62 responden terdapat 13 orang (21%) tingkat dismenore

dikatakan ringan, 40 orang (64,5%) tingkat dismenore dikatakan sedang, dan 9 orang (14,5%) tingkat dismenore dikatakan berat. (Marini Agustin, 2017).

2. Penanganan Dismenore Pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok Tahun 2021.

Berdasarkan hasil analisis data penelitian pada diagram 4 didapatkan hasil penanganan dismenore baik sebanyak 38 Siswi (70,4%) dan kurang sebanyak 16 Siswi (29,6%). Penanganan yang baik ini menunjukkan bahwa remaja mengetahui dengan baik cara penanganan dismenore, hal ini ditunjukkan dari kemampuan remaja menjawab dengan benar kuesioner yang disebarakan di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok.

Hal ini relevan dengan penelitian Asri et al pada tahun 2014 pada siswi kelas XI di SMA Al- Kautsar Bandar Lampung yang menyatakan bahwa penanganan dismenore didapatkan lebih banyak penanganan dismenore baik yaitu 72 responden (62,1%) dari pada penanganan dismenore tidak baik yaitu 44 responden (37,9%). (Asri & Okta, 2014).

3. Hubungan Tingkat Dismenore dengan penanganannya pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok tahun 2021

Hasil Penelitian mengenai hubungan antara tingkat dismenore dengan penanganannya pada remaja putri di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok Tahun 2021, diperoleh $p = 0,000$ dimana $\leq 0,05$ yang menyatakan bahwa adanya hubungan antara tingkat dismenore dengan penanganannya pada remaja putri di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok tahun 2021, hal ini menunjukkan bahwa ringan, sedang dan kuatnya tingkat nyeri seseorang tergantung bagaimana individu tersebut menanganinya.

Setiap menstruasi menyebabkan rasa nyeri, terutama pada awal menstruasi namun dengan kadar nyeri yang berbeda-beda. Sedangkan, ditinjau dari berat ringannya rasa nyeri, dismenore dibagi menjadi 3 yaitu dismenore ringan, dismenore sedang, dismenore kuat begitu juga dengan penanganan, (Agustriyana & Suwanto, 2017).

Dismenore ringan terjadi di skala nyeri 1-4, dismenore sedang terjadi di skala nyeri 5-6, dan dismenore berat terjadi pada skala nyeri 7-10, karakteristik paling subjektif pada nyeri adalah tingkat keparahan atau intensitas nyeri tersebut (Anggraini & Oliver, 2019).

Penanganannya dapat dilakukan dengan beberapa cara salah satunya yaitu relaksasi. Yoga merupakan salah satu teknik relaksasi yang dianjurkan untuk

mengurangi nyeri haid. Pelatihan yang terarah dan berkesinambungan dipercaya mampu menyembuhkan nyeri haid dan menyetabilkan badan secara keseluruhan. (Fatmawati et al., 2018).

Faktor penanganan yang baik pada remaja diantaranya dipengaruhi oleh sumber informasi yang diperoleh remaja tersebut, dukungan sumber informasi yang baik pada anak remaja dimungkinkan akan berpengaruh terhadap penanganan dismenore, termasuk tingkat dismenore dengan penanganannya sehingga remaja bisa mengaplikasikan penanganan yang baik dalam kehidupan sehari-hari, sebaliknya, pencarian atau pemberian informasi yang tidak tepat atau bahkan tidak ada, dimungkinkan dapat memiliki dampak tidak baik terhadap penanganan dismenore. (Luluk Susiloningtyas, 2018).

Dari hasil penelitian ini didapatkan dari responden yang semakin baik penanganannya maka semakin rendah tingkat dismenore yang dirasakan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian hubungan Tingkat Dismenore dengan Penanganannya pada Remaja putri di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan Kecamatan Enok Tahun 2021, Melalui penyebaran kuesioner yang di sebarakan pada 54 responden, maka dapat disimpulkan bahwa berdasarkan analisi hubungan tingkat dismenore dengan penanganannya pada remaja

putri di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan menggunakan uji chi-square di dapatkan p value $0,000 < p \leq 0,05$ yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara Tingkat dismenore dengan penanganannya pada remaja putri di Madrasah Aliyah Nurul Yaqin Pengalihan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam melakukan penelitian ini baik dari segi materi, informasi maupun dukungan lainnya

DAFTAR PUSTAKA

Agustriyana, N. A., & Suwanto, I. (2017). Fully Human Being Pada Remaja Sebagai. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 2(1), 9–11.

Agustin. M., (2017). Hubungan antara Tingkat Dismenore dengan Tingkat Stres pada Mahasiswi AKPER As-syafi'iyah. Jakarta

Anggraini, A. R., & Oliver, J. (2019). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenorea Dengan Penanganan Dismenorea. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.

Asri. M. P., Okta. R. S., (2014). Hubungan pengetahuan Dismenore dengan Perilaku Penanganan Dismenore pada siswi SMA Al-Kautsar, (Bandar Lampung)

Dewi, R. (2019). Hubungan Pengetahuan Terhadap Sikap Remaja Putri Dalam Penanganan Dismenore Di Sma Assanadiyah Palembang Tahun 2016.

Journal Of Midwifery and Nursing, 3(2), 45.

fatmawati, D., Munirah, S., & Ramadhan, M. (2018). Upaya Penanganan Nyeri Haid (Dysmenorhea) Dengan Kompres Hangat Rebusan Jahe. *Journal.Unipdu.Ac.Id*,2(2),7. <https://journal.unipdu.ac.id/index.php/edunursing/article/download/1849/981>

Ismarozzi, D., Utami, S., & Novayelinda, R. (2015). *Efektivitas Senam Dismenore Terhadap Penanganan Nyeri Haid Primer*. 2(1).

Khoerunisya, D. A. (2015). *Hubungan Regulasi Emosi Dengan Rasa Nyeri Haid (Dismenore) Pada Remaja*. 1–92.

Martina Nancy. (2019). Hubungan Pengetahuan Dismenore Dengan Penanganan Dismenore Pada Siswi Di Sma Negeri 15 Medan Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 1–7.

Niluh, Y. J. D., Nengah. R., (2019). Derajat Dismenore dengan upaya Penanganan pada Remaja Putri pads siswi SMP Negeri 2 Denpasar.

Pangesti, R. H., Lestari, G. I., & Riyanto, R. (2017). Pengurangan Nyeri Dismenore Primer pada Remaja Putri dengan Kompres Hangat. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 10(2), 97. <https://doi.org/10.26630/jkm.v10i2.1769>

Surmiasih, S., & Priyati, D. (2018). Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Upaya Penanganan Disminorea Pada Siswi Mts

- Al-Hidayah Tunggul Pawenang
Kecamatan Adiluwih Kabupaten
Pringsewu. *Midwifery Journal: Jurnal
Kebidanan UM. Mataram*, 3(1), 48.
<https://doi.org/10.31764/mj.v3i1.126>
- Susiloningtyas. L., (2018). Hubungan
Pengetahuan Remaja putri tentang
Dismenore dengan Sikap Penanganan
Dismenore di MTS Zainul Hasan Desa
sambirejo Kecamatan Pare Kabupaten
Kediri.
- Titia, F. M. (2017). *Hubungan Karakteristik
Remaja Putri Dengan Kejadian
Dismenorea Primer Pada Siswi Kelas X
Dan Xi Di Sman 1 Kota Padang Tahun
2017.* 1–6.
<http://scholar.unand.ac.id/id/eprint/33072>
- WHO, 2014. (2014). *Implementation Science*,
39(1), 1–15.
<http://dx.doi.org/10.1016/j.biochi.2015.03.025>
<http://dx.doi.org/10.1038/nature10402>
<http://dx.doi.org/10.1038/nature21059>
<http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/equilibrium/article/view/1268/1127>
<http://dx.doi.org/10.1038/nrmicro2577>
<http://>

