

Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri Tentang Disminorea Pada Anak Kelas XI IPA 1 Di SMAN 08 Kota Bengkulu

Oka Apri Sinta¹, Cipta Pramana², Chentia Misse Issabella³

^{1,2,3} Program Studi Magister Kebidanan STIKES Guna Bangsa Yogyakarta, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Oka Apri Sinta

E-mail: okabengkulu71@gmail.com

Abstrak

Dismenore adalah nyeri saat haid, biasanya dengan rasa kram dan terpusat di abdomen bawah sering terjadi pada wanita dan remaja putri yang mengganggu aktivitas dan kesehatan remaja bila tidak mengetahui penanganan yang baik. Dampak yang terjadi jika dismenore tidak ditangani maka patologi (kelainan atau gangguan) yang mendasari dapat memicu kenaikan angka kematian, termasuk kemandulan. Kementerian Kesehatan mengumumkan Angka kejadian dismenore di Indonesia sebesar 64,52% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Pengobatan nyeri haid (dismenore) secara modern dilakukan dengan memberikan obat antinyeri yang bekerja dengan cara menekan sintesis prostaglandin. Nyeri haid juga dapat diatasi dengan minum ramuan tradisional yang disebut jamu, salah satunya yaitu kunyit asam. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan mengalami peningkatan pengetahuan setelah dilakukan pengabdian masyarakat. Dilihat dari pretest yang lebih rendah daripada rata-rata posttest setelah pengabdian masyarakat. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi tentang stunting memiliki peran menambah tingkat pengetahuan siswi ll ipa 1 di SMAN 08 Kota Bengkulu.

Kata kunci – Disminorea, Remaja Putri, Kesehatan Reproduksi

Abstract

Dysmenorrhea is pain during menstruation, usually with cramps and centered in the lower abdomen, often common in women and teenage girls, which interferes with teenagers' activities and health if they don't know how to handle it properly. The impact that occurs if dysmenorrhea is not treated is that the underlying pathology (abnormality or disorder) can trigger an increase in mortality rates, including infertility. The Ministry of Health announced that the incidence of dysmenorrhea in Indonesia was 64.52%, consisting of 54.89% primary dysmenorrhea and 9.36% secondary dysmenorrhea. Modern treatment of menstrual pain (dysmenorrhea) is done by administering painkillers which work by suppressing prostaglandin synthesis. Menstrual pain can also be overcome by drinking traditional concoctions called herbal medicine, one of which is turmeric acid. The results of this research show that there has been an increase in knowledge after community service. Judging from the pretest, it is lower than the posttest average after community service. This shows that education about stunting has a role in increasing the level of knowledge of female IIPA 1 students at SMAN 08 Bengkulu City.

Keywords – Dysminorrhea, Adolescent Girls, Reproductive Health

PENDAHULUAN

Disminorea adalah nyeri saat haid, biasanya dengan rasa kram dan terpusat di abdomen bawah seringreadi pada wanita dan remaja putri yang mengganggu aktivitas dan kesehatan remaja bila tidak mengetahui penanganan yang baik (Proverawati, 2009). Disminorea adalah nyeri saat haid, biasanya dengan rasa kram dan terpusat di abdomen bawah seringreadi pada wanita dan remaja putri yang mengganggu aktivitas dan kesehatan remaja bila tidak mengetahui penanganan yang baik. Disminorea dalam bahasa Indonesia adalah nyeri menstruasi, sifat dan derajat rasa nyeri ini bervariasi. Mulai dari yang ringan sampai yang berat. Keadaan yang hebat dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, sehingga memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan atau cara hidup sehari-hari untuk beberapa jam atau beberapa hari. Hampir semua wanita mengalami rasa tidak enak pada perut bagian bawah saat menstruasi. Uterus atau rahim terdiri atas otot yang juga berkontraksi dan 21 relaksasi. Umumnya, kontraksi otot uterus tidak dirasakan, namun kontraksi yang hebat dan sering menyebabkan aliran darah ke uterus terganggu sehingga timbul rasa nyeri. Aulia (2009)

Pengetahuan merupakan faktor yang penting dalam upaya penanganan diseminorea pada remaja Kementerian Kesehatan Disminorea merupakan nyeri perut bagian bawah yang terkadang rasa nyeri tersebut meluas hingga ke pinggang, punggung bagian bawah dan paha. Bagi setiap remaja putri yang akan memasuki masa menstruasi. Nyeri menstruasi atau disminorea sering dialami oleh beberapa wanita khususnya di usia reproduktif, bahkan angka kejadian disminorea di dunia sangat besar.

Tanda dan Gejala Dysmenorrhea Tanda dan Gejala yang mungkin terdapat pada dysmenorrhea meliputi rasa nyeri yang tajam, intermiten disertai rasa kram pada abdomen bagian bawah, yang biasanya menjalar ke bagian punggung, paha, lipat paha, serta vulva. Rasa nyeri ini secara khas dimulai ketika keluar darah haid atau sesaat sebelum keluar haid dan mencapai puncaknya dalam waktu 24 jam. Dysmenorrhea dapat pula disertai tanda dan gejala yang memberi kesan kuat kearah sindrom premenstruasi, yaitu gejala sering kencing (urinary frequency), mual dan muntah, diare, sakit kepala, lumbagia (nyeri pada punggung), mengggigil, kembung (bloating), payudara yang terasa nyeri, depresi, iritabilitas (Kowalak, 2019).

Kementerian Kesehatan mengumumkan Angka kejadian disminorea di Indonesia sebesar 64,52% yang terdiri dari 54,89% disminorea primer dan 9,36% disminorea sekunder. Angka kejadian disminorea pada remaja di provinsi Jawa Tengah mencapai 56%. Remaja yang mengalami disminorea pada saat menstruasi mempunyai lebih banyak hari libur dan prestasinya kurang begitu baik di sekolah dibandingkan remaja yang tidak terkena disminorea Setiap wanita memiliki pengalaman menstruasi yang berbedabeda(Sabrina et al., 2020).

Menurut Klein dan Litt, ditemukan bahwa 59,7% dari 2699 wanita melaporkan mengalami disminorea, dengan 14% dari wanita ini mengganggu aktivitas seperti bolos sekolah karena ketidaknyamanan tersebut(Susanti, 2021). Banyak wanita menstruasi yang mengalami disminorea, namun banyak juga yang memilih untuk mengabaikannya tanpa mencari terapi yang tepat. Jika tidak diobati, penyakit ini menimbulkan risiko bagi kesehatan wanita(Susanti and Madhav, 2022).

Pada siswi SMA gangguan menstruasi terbanyak terjadi pada siswi kelas X (usia 16-17 tahun) lalu diikuti kelas XII (usia 18-19 tahun). Pada siswi kelas X disminorea lebih cenderung disebabkan oleh stressor berupa penyesuaian suasana pendidikan dari SMP ke SMA selain itu pada siswi kelas X rata-rata siklus menstruasinya dalam masa peralihan menuju stabil dan pada siswi kelas XII ditemukan stressor berupa ujian akhir dan persiapan masuk universitas yang memicu terjadinya disminorea atau gangguan menstruasi lainnya, sedangkan pada siswi kelas XI disminorea yang dialami memang lebih sering karena prostaglandin yang diproduksi ketika menstruasi (Sianipar, 2017).

Pengobatan nyeri haid (disminorea) secara modern dilakukan dengan memberikan obat antinyeri yang bekerja dengan cara menekan sintesis prostaglandin. Nyeri haid juga dapat diatasi dengan minum ramuan tradisional yang disebut jamu, salah satunya yaitu kunyit asam

(Suharmiati & Handayani, 2010). Minuman kunyit asam adalah suatu minuman yang diolah dengan bahan utama kunyit dan asam (Limananti & Triratnawati, 2010).

METODE

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini di lakukan di SMAN 08 Kota Bengkulu dengan tahapan secara sistematis ndiantaranya

a. Persiapan

Persiapan kegiatan dan pengabdian masyarakat kepada siswi kelas x yang di lakukan atas kerja sama dengan pihak sekolah SMAN 08 Kota Bengkulu. Selain itu juga dilakukan persiapan alat-alat untuk melakukan penyuluhan, serta persiapan materi untuk penyuluhan terkait disminorea pada remaja putri.

b. Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan in penyuluhan tentang disminorea pada remaja putri di SMAN 08 Kota Bengkulu

c. Evaluasi

Evaluasi kegiatan dapat dilakukan dengan melihat partisipasi pada siswi serta nilai keaktifan dan meingkatnya pengetahuan siswi tentang disminorea pada remaja putri di SMAN 08 Kota Bengkulu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Pengetahuan siswi

Tabel 1.

Pengetahuan siswi tentang diminorea di ruangan IPA 1 di SMA 08 Kota Bengkulu Tahun 2024

No	Pengetahuan	Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	
		F	(%)	F	(%)	F	(%)	F	(%)
1	Pretest	3	13,3	6	40	5	33,3	19	100
2	Posttest	15	86,7	1	6,7	1	6,7	19	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa ada peningkatan signifikan pengetahuan tentang diminorea dan cara mengatasi diminorea di Kelas II IPA 1 Di SMAN 08 Kota Bengkulu.

b. Pembahasan

Hasil pengabdian masyarakat melalui edukasi dalam upaya meningkatkan pengetahuan siswi tentang diminorea dan cara menangani diminorea. Sebelum diberikan edukasi terlihat mayoritas siswi mempunyai pengetahuan kurang, sedangkan setelah edukasi mayoritas siswi mempunyai pengetahuan baik tentang diminorea.

Teori yang dikemukakan oleh Notoatmojo (2007) penyuluhan kesehatan merupakan media promosi kesehatan yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Beensley dan Fisher (2008) mengungkapkan bahwa pendidikan kesehatan memang menyampaikan informasi dengan harapan bahwa peserta didik akan mempelajarinya dan dapat mempengaruhi pengetahuannya.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan mengalami peningkatan pengetahuan setelah dilakukan pengabdian masyarakat. Dilihat dari pretest yang lebih rendah daripada rata-rata posttest setelah pengabdian masyarakat. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi tentang stunting memiliki peran menambah tingkat pengetahuan siswi II ipa 1 di SMAN 08 Kota Bengkulu

Media yang digunakan dalam pengabdian masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang stunting dan cara membuat produk inovasi yaitu nugget tempe sayur dan alat bahan berupa LCD, laptop, dan leaflet. Pembelajaran akan lebih optimal bila memberdayakan

semua indera melalui berbagai media yang dipakai seperti yang dilakukan tim yaitu menggunakan leaflet dan PPT.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Paramita (2010), yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan tentang dismenorea dengan penanganan dismenorea dengan $P\text{value} = 0,000$ (Dyah Pradnya Paramita 2010).

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuniarti, dkk (2012) menunjukkan hasil uji chi square dengan derajat kebebasan $df = 2$ dan tingkat kepercayaan $= 0,05$ didapatkan nilai X^2 hitung $= 0,895 < X^2$ tabel $= 5,991$ maka H_0 diterima, jadi dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan mahasiswa semester 1 dengan penanganan dismenorea di AKPER Mamba'ul'Ulum Surakarta (Tri Yuniarti, Rejo, and R. Tri Handayani 2012).



Gambar 1.

Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat Di SMAN 08 Kota Bengkulu

KESIMPULAN

Kami sampaikan kepada STIKES Guna Bangsa Yogyakarta yang telah memberikan dukungan baik moral, moril dan materi untuk dapat terselenggaranya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Kedua kepada Kepala sekola SMAN 08 Kota Bengkulu beserta seluruh yang sudah membantu

jalanya pengabdian Masyarakat ini dan seluruh siswi 11 IPA 1 untuk peran dan antusiasnya dalam kegiatan pengabdian Masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariani, A. P. (2014). Aplikasi metodologi penelitian kebidanan dan kesehatan reproduksi. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Passe, R., Sampara, N., Nahira, N., & Triananingsih, N. (2023). Edukasi Pada Remaja Putri Tentang Disminorea Melalui Media Vidio. *Indonesia Bergerak: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 25-29.
- Surtikanti, S., & Permatasari, D. (2015). Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap dengan perilaku penanganan dismenorea di MTs Islamiyah dan MTs Mujahidin Pontianak. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 6(2), 1-7.
- Ulchusna, N., Hernayanti, M. R., & Widyasih, H. (2020). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Disminorea Pada Remaja Putri Kelas XI SMA Islam Sudirman Kaliangkrik Magelang (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- Wulandari, P., & Kustriyani, M. (2019). Upaya Cara Mengatasi Disminore pada Remaja Putri. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 1(1), 23-30.