

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU PENANGANAN
DYSMENORHEA PADA SISWI KELAS X DI SMK NEGERI 1
KADIPATEN**

Oleh : Arni Wianti¹, Gustina Cahya Pratiwi²

1. Dosen Prodi S1 Keperawatan STIKes YPIB Majalengka
2. Mahasiswa Prodi S1 Keperawatan STIKes YPIB Majalengka

Email : arnie5sg@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri menstruasi umum dirasakan oleh perempuan pada hari-hari pertama menstruasi, *dysmenorhea* ini dapat menyebabkan gangguan aktivitas sehari-hari jika tidak diatasi dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan perilaku penanganan *dysmenorhea* pada siswi kelas X di SMK Negeri 1 Kadipaten.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian sebanyak 81 siswi kelas X di SMK Negeri 1 Kadipaten dengan teknik *Simple Random Sampling*. Analisis datanya terdiri dari analisis univariat untuk pengetahuan dan perilaku penanganan *dysmenorhea* menggunakan presentase, sementara untuk analisis bivariat menggunakan uji *chi square* dengan $\alpha = 0.05$.

Hasil uji statistik menggunakan uji *chi square* di dapatkan ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku penanganan *dysmenorhea* pada siswi kelas X di SMK Negeri 1 Kadipaten dengan ($value = 0.028$)

Kesimpulan dan saran bagi SMK Negeri 1 Kadipaten, bagi remaja serta bagi peneliti lain diharapkan hasil penelitian ini dapat memberi informasi dan dapat mendorong siswi untuk lebih aktif dalam mencari sumber dari berbagai media.

Kata Kunci : *Dysmenorhea*, Pengetahuan, Perilaku
Kepustakaan : 20 sumber (2009-2016)

**RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE AND BEHAVIOR ON
DYSMENORHEA MANAGEMENT IN GRADE X FEMALE STUDENTS OF
PUBLIC VOCATIONAL HIGH SCHOOL 1 KADIPATEN**

ABSTRACT

Dysmenorhea is a type of menstrual pain that women often experience during menstruation that is felt on the lower abdomen. This study aims to determine the relationship between knowledge and behavior on dysmenorhea management in Grade X female students of Public Vocational High School 1 Kadipaten.

This study was a descriptive correlation study with cross sectional approach. Samples in the study were 81 Grade X female students of Public Vocational High School 1 Kadipaten who were chosen with Simple Random Sampling technique. The data analysis consisted of univariate analysis for knowledge and behavior on dysmenorhea management using percentage, while the bivariate analysis used chi square test with $\alpha = 0.05$.

The result of statistical test using chi square test found that there was a significant correlation between knowledge and behavior on dysmenorhea management in Grade X female students of Public Vocational High School 1 Kadipaten with (p value = 0.028)

Conclusion and recommendation were for Public Vocational High School 1 Kadipaten, for adolescents as well as for other researchers, it is expected that the results of this study can provide information and can encourage students to be more active in finding sources from various media.

Keywords : Dysmenorhea, Knowledge, Attitude

Bibliography : 20 references (2009-2016)

PENDAHULUAN

Menstruasi adalah masa perdarahan yang terjadi pada perempuan secara rutin setiap bulan selama masa suburnya kecuali apabila terjadi kehamilan. Lamanya menstruasi biasanya terjadi antara 3-5 hari, walaupun pada beberapa perempuan bisa saja mengalami masa menstruasi yang lebih panjang ataupun lebih pendek (Laila, 2011).

Bagi remaja putri yang organ reproduksinya berkembang secara normal maka akan mengalami menstruasi, apabila terjadi menstruasi bukan berarti itu menunjukkan seseorang wanita telah dewasa tetapi menstruasi ini menunjukkan kematangan organ reproduksinya. Sebagai wanita pada saat menstruasi mengalami nyeri menstruasi atau *dysmenorhea*. Nyeri ini terjadi karena beberapa faktor di antaranya faktor fisik dan psikologi. Dari fisik yang lemah, kurang gerak dan stres.

Karena nyeri menstruasi ini banyak wanita-wanita muda pergi kedokter untuk konsultasi dan pengobatan. Nyeri ini dirasakan sebelum dan selama menstruasi sering kali muncul mual, pusing dan lemas. Nyeri ini sedemikian hebatnya sehingga memaksa penderita untuk istirahat, sering kali wanita meninggalkan pekerjaannya dan cara hidupnya sehari-hari untuk beberapa jam atau beberapa hari (Wiknjosastro, 2007).

Nyeri menstruasi umum di rasakan oleh perempuan pada hari-hari pertama menstruasi. Gejala – gejala nyeri menstruasi umumnya berupa rasa sakit yang di bagian bawah perut yang biasanya menyebar ke bagian belakang, menjalar ke kaki, pangkal paha dan vulva. Sebagian dokter beranggapan bahwa nyeri menstruasi terjadi karena prostaglandin, yaitu zat yang

menyebabkan otot rahim berkontraksi. Pada sebagian perempuan, nyeri menstruasi yang dirasakan dapat berupa nyeri yang samar, tetapi bagi sebagian yang lain dapat terasa kuat bahkan bisa membuat aktivitas terganggu. Rasa nyeri yang timbul ini biasanya di kenal dengan nama *Dysmenorhea* (Laila, 2011)

Dysmenorhea atau nyeri haid merupakan salah satu keluhan ginekologi yang paling umum pada perempuan muda yang datang ke klinik atau dokter. Hampir semua perempuan mengalami rasa tidak nyaman selama haid seperti rasa tidak enak di perut bagian bawah dan biasanya juga disertai mual, pusing, bahkan pingsan. (Anugoro, 2011).

Secara klinis, *dysmenorhea* di bagi menjadi dua, yaitu yang pertama *dysmenorhea* primer dan yang kedua *dysmenorhea* sekunder. *Dysmenorhea* primer adalah nyeri haid yang dijumpai tanpa kelainan alat-alat genital yang nyata. *Dysmenorhea* primer biasanya terjadi dalam 6-12 bulan pertama setelah haid pertama, sedangkan *Dysmenorhea* Sekunder dapat terjadi kapan saja setelah haid pertama, tetapi yang paling sering muncul di usia 20-30 tahunan, setelah tahun-tahun normal dengan siklus tanpa nyeri (Anurogo, 2011). Nyeri Haid merupakan suatu gejala dan bukan suatu penyakit. (Anugoro, 2011).

Dysmenorhea atau menstruasi yang menimbulkan nyeri merupakan salah satu masalah ginekologi yang paling umum dialami wanita dari berbagai tingkat usia. Angka kejadian *dysmenorhea* di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap dunia mengalaminya. Dari hasil penelitian di Amerika Serikat persentase kejadian *dysmenorhea* sekitar 60%, Swedia 72% dan di Indonesia 55%. Penelitian di Amerika Serikat menyebutkan bahwa *dysmenorhea* dialami oleh 30-50% wanita usia reproduksi dan 10-15% diantaranya kehilangan kesempatan kerja,

mengganggu kegiatan belajar di sekolah dan kehidupan keluarga (Paramita, 2010 ; Purba, dkk, 2014).

Prevalensi *dysmenorehea* pada remaja putri di Indonesia dilaporkan sekitar 92%. Insiden ini menurun seiring dengan bertambahnya usia dan meningkatnya kelahiran. Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Susanto, dkk, (2013) di beberapa wilayah Kotamadya Makassar didapatkan, dari 997 remaja putri, 935 kasus (93,8%) remaja diketahui menderita *dysmenorehea*. Sedangkan berdasarkan data hasil penelitian angka kejadian *dysmenorrhea* di Jawa Barat cukup tinggi, yaitu sebanyak 54,9 % wanita mengalami *dysmenorrhea*, terdiri dari 24,5% mengalami *dysmenorrhea* ringan, 21,28% mengalami *dysmenorrhea* sedang dan 9,36% mengalami *dysmenorrhea* berat (Arnis, 2012).

Ditemukan dalam beberapa kasus, *diysmenorhea* dapat menyebabkan gangguan aktivitas sehari-hari jika tidak diatasi dengan baik. *Dysmenorhea* tidak hanya menyebabkan gangguan aktifitas, tetapi juga memberi dampak bagi fisik dan psikologis, misalnya cepat letih dan sering marah. Pada remaja *dysmenorhea* sering kali mengganggu aktifitas sekolah. Remaja dengan *dysmenorhea* berat mendapat nilai yang rendah (6,5%), menurunnya konsentrasi (87,1%) dan absen dari sekolah (80,6%) (Tangchai, 2004 ; Vetty Priscilla, dkk, 2012). Dalam kasus *dysmenorhea* ini masih banyak remaja yang belum mengetahui cara penanganan *dysmenorhea*, sehingga dapat menimbulkan masalah apabila tidak cepat ditangani. Pengetahuan bagi remaja itu sangat penting, karena seseorang akan melakukan tindakan apabila telah mengetahui apa yang ia ketahui. Sebagian remaja telah berupaya dalam penanganan *dysmenorhea* namun tiada hasil yang memuaskan, hal ini dikarenakan kurang

pengetahuan para remaja upaya penanganan dalam mengatasi *dysmenorhea*.

Pengetahuan adalah informasi yang seseorang miliki dalam bidang tertentu. Pengetahuan bisa didapat di radio, televisi, majalah ataupun yang lainnya. Pengetahuan merupakan hasil dari “tahu”, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba.. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. (Notoatmodjo, 2010).

Sikap yang ditunjukkan oleh siswi tergantung pengetahuan yang dimiliki. Pengetahuan tentang *dysmenorhea* dapat berpengaruh terhadap sikap ataupun perilaku penanganan ataupun dalam mengatasi *dysmenorhea*. Siswi yang mendapatkan informasi dengan benar mengenai *dysmenorhea*, maka mereka mampu menerima setiap gejala dan keluhan yang dialami dengan sikap positif. Siswi yang kurang pengetahuan mengenai *dysmenorhea* akan merasa cemas dan stress yang berlebihan dalam menghadapi gejala dan keluhan yang dialami, atau cenderung bersikap negatif (Rahmawati, 2016).

Menurut Sarwono, (1999) yang di kutip oleh Mohamad Judha, dkk, (2012), penanganan yang dapat dilaksanakan untuk pasien *dysmenorhea* yaitu dengan cara memberi penjelasan dan nasehat bahwa *dysmenorhea* adalah gangguan yang tidak berbahaya untuk kesehatan. Penjelasan dapat dilakukan dengan cara berdiskusi mengenai pola hidup, pekerjaan, kegiatan, dan lingkungan penderita. Nasehat mengenai makanan sehat, istirahat yang cukup, dan olahraga dapat membantu. Kadang-kadang diperlukan psikoterapi. Selain itu juga ada pemberian obat analgetik, obat-obat analgetik dapat dijadikan obat simtomatik. Jika rasa nyeri berat, diperlukan istirahat di tempat tidur

dan kompres panas pada perut bagian bawah untuk mengurangi keluhan. Obat analgesic yang sering diberikan adalah kombinasi aspirin, fenasetin, dan kafein. Ada juga dengan cara terapi hormonal, tujuan terapi hormonal adalah menekan ovulasi, tindakan ini bersifat sementara dengan maksud membuktikan bahwa gangguan yang terjadi benar-benar *dysmenorhea* primer, atau jika diperlukan untuk membantu penderita untuk melaksanakan pekerjaan penting pada waktu haid tanpa gangguan. Ada pula dengan cara terapi alternatif yang dapat dilakukan dengan kompres handuk panas atau botol air panas pada perut atau punggung bawah. Mandi air hangat pun bisa membantu. Beberapa wanita mencapai keringanan melalui olahraga, yang tidak hanya mengurangi stress dan orgasme juga dapat membantu dengan mengurangi tegangan pada otot-otot pelvis sehingga membawa rasa nyaman.

SMK Negeri 1 Kadipaten adalah sekolah yang berada di Kabupaten Majalengka dengan jumlah Siswa 1400 orang, jumlah seluruh siswa/i kelas X sebanyak 500 orang, dan jumlah siswi kelas X sebanyak 455 orang. Peneliti memilih penelitian di kelas X dikarenakan kelas XI sibuk mempersiapkan untuk PKL (Praktek Kerja Lapangan) sedangkan kelas XII sedang sibuk mempersiapkan kelulusannya. Menurut Guru BP dan Pembina UKS di SMK Negeri 1 Kadipaten setiap hari nya selalu ada yang meminta ijin untuk beristirahat di ruang UKS karena keluhan nyeri haid.

Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMK Negeri 1 Kadipaten Kabupaten Majalengka karena rata-rata siswa disini dominanya remaja putri. Selain itu juga, karena pada saat studi pendahuluan di SMK Negeri 1 Kadipaten dan SMK Negeri 1 panyingkiran, peneliti melakukan wawancara dengan remaja putri kelas X

sebanyak 10 orang. Hasil wawancara di SMK Negeri 1 kadipaten di dapatkan 2 siswi mengatakan mengetahui tentang nyeri haid dan mengetahui sedikit tentang penanganannya tetapi hanya berdiam diri saat nyeri haid, dan ada 8 siswi yang kurang mengetahui tentang penanganan nyeri saat haid. Sedangkan, hasil wawancara di SMK Negeri 1 Panyingkiran di ketahui 3 orang siswi yang mengetahui tentang penanganan nyeri haid tetapi hanya berdiam diri di kelas karena nyeri haid yang tidak berlebihan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif korelasi merupakan penelitian atau penelaahan hubungan antara dua variabel pada suatu situasi atau sekelompok subjek. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Siswi kelas X

Berdasarkan uraian teori dan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 14 Februari dan 18 Februari 2017 kepada siswi kelas X di SMK Negeri 1 Kadipaten dan SMK Negeri 1 Panyingkiran maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMK Negeri 1 Kadipaten tentang “Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Penanganan *Dysmenorhea* pada Siswi Kelas X di SMK Negeri 1 Kadipaten”.

di SMK Negeri 1 Kadipaten Tahun 2017 sebanyak 413 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 81 responden. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu teknik *Simple Random Sampling*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat
 - a. Gambaran Pengetahuan *Dysmenorhea* pada Siswi kelas X di SMKN 1 Kadipaten.

Tabel 4.1 Gambaran Pengetahuan *Dysmenorhea* pada Siswi SMKN 1 Kadipaten.

Pengetahuan <i>Dysmenorhea</i>	F	%
Kurang	20	24.7
Cukup	32	39.5
Baik	29	35.8
Total	81	100.0

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat bahwa siswi yang memiliki pengetahuan kurang tentang *dysmenorhea* sebanyak 20 orang (24,7%), kategori cukup sebanyak 32 orang (39,5%), dan kategori baik sebanyak 29 orang (35,8%). Dengan demikian diketahui bahwa kurang dari setengah kelas X di SMKN 1 Kadipaten tahun 2017 memiliki pengetahuan penanganan *dysmenorhea* kategori cukup sebesar 39.5%.

Rendahnya pengetahuan siswi terjadi sebagai akibat kurangnya informasi yang diperoleh siswi, baik di lingkungan sekolah, maupun keluarga serta kurangnya minat siswi untuk membaca ataupun mencari tahu terhadap pengetahuan tentang *dysmenorhea*. Hal ini berdampak terhadap kurangnya upaya dalam pemeliharaan diri dalam menghadapi gangguan menstruasi. Hasil penelitian ini lebih rendah dibanding dengan hasil penelitian Siti (2010) di

SMAN 1 Petanahan menyatakan bahwa siswi yang berpengetahuan kurang sebesar 82,08%. Kondisi ini disebabkan karena kurikulum pembelajaran disekolah belum menunjang pengetahuan siswi tentang kesehatan reproduksi khususnya penanganan *dysmenorhea* serta para siswi kesulitan mendapatkan informasi dikarenakan jauh dari sumber informasi yang mendukung seperti toko buku dan perpustakaan juga belum menyediakan buku tentang kesehatan reproduksi.

Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, di mana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi perlu ditekankan, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Hal ini mengingat bahwa peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh dari pendidikan non

formal. Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini yang akan menentukan sikap seseorang semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap makin positif terhadap objek tertentu. Menurut WHO (*World Health Organization*) yang dikutip oleh Notoatmojo (2007), salah satu bentuk obyek kesehatan dapat dijabarkan oleh pengetahuan yang diperoleh dari pengalaman sendiri.

Perlunya meningkatkan pengetahuan tentang penanganan *dysmenorhea* yaitu dengan cara memberikan penyuluhan atau diberikan pendidikan kesehatan tentang *dysmenorhea* yang lebih jelas. Hal ini dapat dilakukan melalui pemberian materi saat pembelajaran mitra dengan guru penjaskes atau mengikuti seminar mengenai remaja khususnya yang berkaitan dengan *dysmenorhea*

b. Gambaran Perilaku Penanganan *Dysmenorhea* pada Siswi Kelas X di SMKN 1 Kadipaten.

Tabel 4.2 Gambaran Perilaku Penanganan *Dysmenorhea* pada Siswi SMKN 1 Kadipaten Tahun 2017.

Perilaku Penanganan <i>Dysmenorhea</i>	f	%
Kurang	44	54.3
Baik	37	45.7
<i>Total</i>	81	100.0

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat bahwa siswi yang memiliki perilaku penanganan *dysmenorhea* kategori kurang sebanyak 44 orang (54,3%) sedangkan kategori baik sebanyak 37 orang (45,7%). Dengan demikian diketahui bahwa lebih dari setengah siswi kelas X di SMK N 1 Kadipaten memiliki perilaku penanganan *dysmenorhea* kategori kurang sebesar 54,3%.

Berbagai macam faktor yang dimungkinkan terjadi yaitu siswi merasa malu untuk bertanya dan memeriksakan kedokter. Sehingga, informasi terhadap perilaku yang harus dilakukan pada penanganan *dysmenorhea* pun berkurang dikarenakan informasi yang tidak cukup memadai.

Perilaku penanganan *dysmenorhea* ini sangat penting untuk di perhatikan,

dikarenakan agar setiap penanganan saat *dysmenorhea* dilakukan secara tepat dengan cara menambah pengetahuan terhadap perilaku penanganan *dysmenorhea*. Menurut Sarwono (1999) yang dikutip oleh Judha (2012) penanganan atau penatalaksanaan pada saat *dysmenorhea* yaitu memberi nasehat bahwa gangguan *dysmenorhea* tidak berbahaya untuk kesehatan bila segera ditanganin, selain itu pemberian obat analgetik ataupun terapi alternatif dapat dilakukan dengan kompres air hangat atau botol air panas pada perut atau punggung bawah, mandi air hangat dll.

Adapun berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada perilaku penanganan *dysmenorhea* yang kurang dilakukan remaja dalam menanganani *dysmenorhea* adalah mandi dengan air hangat sebesar 80,25%, sedangkan perilaku penanganan yang banyak dilakukan siswi adalah mengkonsumsi makanan-makanan yang bergizi sebesar 50,62%.

Dysmenorehea merupakan rasa sakit yang dirasakan pada saat menstruasi pada perut bagian bawah. Rasa nyeri tersebut merupakan keluhan ginekologi yang paling umum dan banyak dirasakan oleh wanita. Hampir semua perempuan mengalami rasa tidak nyaman selama haid.

Ada beberapa faktor yang memicu *dysmenorhea* yaitu haid pertama pada usia amat dini, periode haid yang lama, alran darah yang hebat, merokok dll (Anugoro, 2011). Gejala-gejala yang timbul karena *dysmenorhea* menurut Laila (2011) adalah gejala fisik misalnya kenaikan berat badan, buah dada nyeri, sakit kepala, migrain, pegal dan nyeri. Gejala psikologis yang muncul misalnya ketegangan, rasa cepat marah, susah tidur, depresi, kelesuan, mudah tersinggung dan berkurangnya daya konsentrasi. Adapun dari hasil wawancara lanjutan gejala yang sering dialami siswi adalah lesu dan mudah tersinggung.

Berdasarkan hasil pengumpulan data siswi kelas X di SMKN I Kadipaten dalam perilaku penanganan *dysmenorhea* sebagian besar adalah dengan cara mengkonsumsi makanan-makanan yang bergizi, melakukan nafas dalam menurunkan rasa nyeri, mengurangi dalam mengkonsumsi kafein dan memeriksakan kedokter. Sementara hasil penelitian yang dilakukan Ajeng (2012) menyatakan penanganan *dysmenorhea* pada siswi di SMA Negeri 2 Majalengka Tahun 2012, sebagian besar melakukan mengkompres perut dengan air hangat (90,0%) dan beristirahat dengan cukup (88,0%).

c. Analisa Bivariat

Tabel 4.3 Gambaran Pengetahuan dengan Perilaku Penanganan

Dysmenorhea pada Siswi SMKN 1 Kadipaten.

Pengetahuan Penanganan <i>Dysmenorhea</i>	Perilaku Penanganan <i>Dysmenorhea</i>						value
	Kurang		Baik		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Kurang	16	80.0	4	20.0	20	100.0	0.028
Cukup	14	43.8	18	56.3	32	100.0	
Baik	14	48.3	15	51.7	29	100.0	
<i>Total</i>	44	54.3	37	45.7	81	100.0	

Hasil penelitian diketahui bahwa siswi yang memiliki pengetahuan kurang dan dengan perilaku kurang (80,0%), siswi yang memiliki pengetahuan cukup dan dengan perilaku kurang (43,8%), sedangkan siswi yang memiliki pengetahuan baik dan dengan perilaku kurang (48,3%). Dengan demikian proporsi siswi yang memiliki pengetahuan kurang dengan perilaku kurang lebih tinggi dibandingkan siswi yang berpengetahuan cukup dan baik dengan perilaku kurang tentang penanganan *dysmenorhea*

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang bermakna secara signifikan antara pengetahuan dengan perilaku penanganan *dysmenorhea* pada siswi kelas X di SMKN I Kadipaten ($0,028 <$). Berdasarkan hasil analisis dataupun menunjukkan bahwa proporsi siswi dengan perilaku penanganan *dysmenorhea* kurang lebih besar terdapat pada siswi dengan pengetahuan kurang (80,0%), demikian pula proporsi siswi dengan perilaku penanganan *dysmenorhea* baik lebih besar terdapat pada siswi dengan pengetahuan yang cukup (56,3%).

Pengetahuan ini sangat berpengaruh terhadap perilaku, karena

semakin baiknya pengetahuan maka semakin mereka tahu apa yang harus mereka lakukan. Menurut Notoadmodjo (2007) yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan domain yang penting akan terbentuknya tindakan seseorang. Juga teori Sudarma (2008) menyatakan bahwa pengetahuan mempunyai pengaruh sebagai motivasi awal bagi seseorang dalam berperilaku.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Purba (2014) mengenai pengetahuan dengan perilaku penanganan *dysmenorhea* di SMA Negeri I Manado didapatkan hasil menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku penanganan *dysmenorhea*.

Berdasarkan hasil penelitian maka upaya intervensi yang diberikan terhadap siswi yang memiliki pengetahuan kurang dan perilaku kurang dalam perilaku penanganann *dysmenorhea* di antaranya diberikan anjuran siswi agar melakukan konsultasi medis dengan dokter jika didapati adanya tanda dan gejala *dysmenorhea* untuk menghindari komplikasi maupun nyeri pada saat *dysmenorhea*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Kurang dari setengah siswi kelas X di SMK Negeri 1 Kadipaten berpengetahuan cukup tentang *dysmenorhea* sebanyak 32 orang (39,5%).
2. Lebih dari setengahnya siswi kelas X di SMK Negeri 1 Kadipaten berperilaku kurang tentang penanganan *dysmenorhea* sebanyak 44 orang (54,3%).
3. Ada hubungan yang bermakna secara signifikan antara pengetahuan dengan perilaku penanganan *dysmenorhea* pada siswi kelas X di SMK Negeri 1

Kadipaten diperoleh nilai probabilitas $0,028 < (0,05)$.

Saran

1. Saran Teoritis
Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan informasi dan pengetahuan kesehatan reproduksi mengenai *dysmenorhea*, serta dapat menjadi landasan untuk penelitian sejenis selanjutnya yang terkait dengan *dysmenorhea*.
2. Saran Praktis
 - a. Bagi SMK Negeri 1 Kadipaten
Meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi wanita

khususnya yang berhubungan dengan perilaku penanganan *dysmenorhea*, bagi Guru BP dan pengelola UKS bisa memberikan informasi dengan cara pengadaan buku-buku bacaan tentang kesehatan dan pengadaan kegiatan penyuluhan baik secara individu maupun kelompok yang bekerja sama dengan tenaga instansi kesehatan setempat.

b. Bagi Remaja

Bagi remaja diharapkan lebih mengerti terhadap kesehatan reproduksinya khususnya pada pengetahuan tentang perilaku penanganan *dysmenorhea* dengan cara mencari informasi di media

masa seperti internet, majalah dan lain-lain.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini untuk menambah pengetahuan bagi peneliti mengenai hubungan antara pengetahuan dengan perilaku penanganan *dysmenorhea* pada siswi kelas X di SMK Negeri 1 Kadipaten.

d. Bagi Peneliti Lain

Bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan konsep atau melakukan penelitian lebih lanjut dengan melakukan penambahan variabel yang lain serta jumlah sampel yang lebih banyak, sehingga didapatkan hasil penelitian yang lebih akurat.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, S., Dkk. 2016. *Gambaran Pengetahuan Remaja Madya (13 -15 Tahun) Tentang Dysmenorrhea di SMPN 29 Kota Bandung*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Anugoro & Wulandari. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta: C.V Andi Offset (Penerbit Andi).
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Judha, M., dkk. 2012. *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Nugroho, T. dan Setiawan, A. 2010. *Kesehatan Wanita, Gender dan Permasalahannya*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Nursofi, L. 2016. Hubungan Pengetahuan Remaja Tentang *Dysmenorhea Primer dengan Penanganan Dysmenorhea Pada Siswi Kelas XI Di SMK RISE MAJALENGKA 2016*
- Notoadmodjo, Soekidjo. 2010. *Promosi Kesehatan Teori & Aplikasi*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoadmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Paramita, D, P. 2010. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Dismenorea dengan Perilaku Penanganan Dismenorea Pada Siswi SMK YPKK 1 Sleman Yogyakarta*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret.
- Purwani, S., dkk. 2010. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Dismenore dengan Sikap Penanganan Dismenore Pada Remaja Putri Kelas X di SMAN 1 Petanahan*. Kebumen: STIKes Muhammadiyah Gombang.
- Purwaningsih, W. dan Fatmawati, S. 2010. *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Proverawati, A. dan Misaroh, S. 2009. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rakhma, A. 2012. *Gambaran Derajat Dismenore dan Upaya Penanganannya Pada Siswi Sekolah Menengah Kejuruan Arjuna Depok Jawa Barat*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Rahmawati, T. 2016. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dismenorea Mahasiswi Pendidikan Biologi UIN Walisongo Semarang Terhadap Sikap Mengatasi Dismenorea Primer*. Semarang: Universitas Islam Negeri Walisongo.
- Riwidikdo, H. 2009. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta: Mitra Cendekia.
- Setiadi. 2013. *Konsep dan Praktik Penulisan Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Utami, A, N, R. 2013. *Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri di SMAN 1 Kahu Kabupaten Bone*. Makasar: Universitas Hasan.
- Wawan, A. dan Dewi, M. 2010. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Wianti, A. 2015. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Penanganan Dysmenorhea Primer di SMK Farmasi YPIB Majalengka Tahun 2015*. Jakarta: Universitas Respati Indonesia.