

## Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Dismenore Siswi MA Al-Ishlah PERSIS 92 Majalengka Tahun 2023

Ayu Idaningsih<sup>1</sup>, Lia Natalia<sup>2</sup>, Azkiyaa Jihan Mahdiyah<sup>3\*</sup>

Program Studi Diploma III Kebidanan Universitas YPIB Majalengka

Email: azkiyaa.jihanmahdiyah@gmail.com

### ABSTRAK

Dismenore adalah nyeri perut bagian bawah yang biasa terjadi pada perempuan saat menstruasi berkisar 2-3 hari sejak hari pertama. Pemberian pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya yang tepat untuk meningkatkan tingkat pengetahuan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenore. Jenis penelitian ini yaitu *pre experiment* dengan one group pretest-posttest design. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas X-XI IPA IPS di Madrasah Aliyah Al-Ishlah Persatuan Islam (PERSIS) 92 Majalengka Tahun 2023 sebanyak 44 orang (total sampling) yang dilakukan pada tanggal 17 Juni 2023 secara online. Analisis univariat menggunakan distribusi tendensi sentral sedangkan analisis bivariat menggunakan uji t berpasangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan remaja putri tentang dismenore setelah diberikan pendidikan kesehatan, dengan nilai rata-rata (pretest) sebesar 65,65 sedangkan rata-rata (posttest) sebesar 88,12. Dengan nilai signifikan  $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ . Maka terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenore di Madrasah Aliyah Al-Ishlah Persatuan Islam (PERSIS) 92 Majalengka Tahun 2023.

**Kata Kunci:** pengetahuan; pendidikan kesehatan; dismenore

### ABSTRACT

*Dysmenorrhea is lower abdominal pain that usually occurs in women during menstruation for 2-3 days from the first day. Providing health education is one of the right efforts to increase the level of knowledge. The purpose of this study was to determine the effect of health education on the knowledge of adolescent girls about dysmenorrhea. This type of research is a pre-experiment with a one group pretest-posttest design. The sample in this study were all adolescent girls in grades X-XI IPA IPS at Madrasah Aliyah Al-Ishlah Persatuan Islam (PERSIS) 92 Majalengka in 2023 as many as 44 people (total sampling) conducted on June 17, 2023 online. Univariate analysis uses central tendency distribution while bivariate analysis uses paired t test. The results showed that there was an increase in the knowledge of adolescent girls about dysmenorrhea after being given health education, with an average value (pretest) of 65,65 while the average (posttest) was 88,12. With a significant value of  $p = 0.000 < \alpha = 0.05$ . So there is an effect of health education on the knowledge of adolescent girls about dysmenorrhea at Madrasah Aliyah Al-Ishlah Persatuan Islam (PERSIS) 92 Majalengka in 2023.*

**Keywords:** knowledge, health education and dysmenorrhea

---

#### Corresponding author:

Azkiyaa Jihan Mahdiyah

Universitas YPIB Majalengka

Jln Gerakan Koperasi No.003, Majalengka, Jawa Barat

[azkiyaa.jihanmahdiyah@gmail.com](mailto:azkiyaa.jihanmahdiyah@gmail.com)

---

---

## **PENDAHULUAN**

Periode remaja adalah periode perubahan dari anak-anak hingga orang dewasa. Remaja mengalami perubahan perkembangan salah satunya adalah pubertas. Ciri dari pubertas adalah menarch (haid pertama). Haid adalah keluarnya darah dari vagina yang teratur setiap bulan serta dialami setiap wanita. Remaja mengalami gangguan menstruasi, salah satunya dismenore. Dismenore adalah indikasi ginekologi yang disebabkan oleh ketidakseimbangan hormon. Hormon progesteron dalam darah mampu menimbulkan nyeri kram di perut organ bawah. Dismenore biasanya terjadi pada hari pertama hingga ketiga menstruasi dan akan hilang dengan sendirinya. Nyeri dismenore ini sangat bervariasi, dari ringan hingga berat (Heni dkk., 2023).

Dismenore terbagi menjadi dua jenis, yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer biasanya disebabkan oleh kontraksi uterus yang berkelanjutan pada dinding rahim dan kadar hormon prostaglandin, dinding rahim mengalami pelebaran saat menstruasi sehingga terjadilah nyeri menstruasi. Sedangkan dismenore sekunder terjadi akibat adanya kelainan pada sistem kandungannya seperti endometriosis, adenomiosis, penyakit radang panggul, polip endometrium serta interstisial karena adanya penggunaan alat kontrasepsi dalam kandungan. Dismenore yang sering dialami remaja adalah dismenore primer, yang ditandai dengan gejala nyeri perut, mual, muntah, diare bahkan dapat menyebabkan pingsan. Nyeri dismenore ini sering kali dapat mengganggu aktivitas kegiatan pembelajaran di sekolah, atau aktivitas lainnya (Karunia dkk., 2021).

Menurut data WHO tahun 2019 terdapat 1.769.425 jiwa (50%) perempuan yang mengalami dismenore dengan 10-16% mengalami dismenore berat (Dewi, 2022). Data Kementerian Kesehatan tahun 2020 mencatat bahwa angka kejadian dismenore di Indonesia hampir 90% wanita mengalaminya. Kejadian dismenore di Indonesia sebesar 64,52% yang terdiri dari 54,89% mengalami dismenore primer dan yang mengalami dismenore sekunder sebanyak 9,36%. Berdasarkan data hasil penelitian di Jawa Barat angka kejadian dismenore cukup tinggi, yaitu sebesar 54,9% perempuan yang mengalami dismenore, 24,5% mengalami dismenore ringan, 21,28% dismenore sedang dan 9,36% lainnya mengalami dismenore berat (Putri, 2022). Sedangkan kejadian dismenore di Kabupaten Majalengka berdasarkan penelitian Hidayatun pada tahun 2020, menyebutkan bahwa angka kejadian dismenore pada wanita diantaranya 20,0% perempuan yang mengalami dismenore berat, 60,0% dismenore sedang dan 20,0% lainnya dismenore ringan (Hidayatun, 2020).

Pengetahuan remaja putri tentang dismenore akan mempengaruhi sikap remaja putri terhadap penanganan dismenore. Jika remaja putri memperoleh informasi yang baik dan benar, maka mereka akan dapat menerima setiap keluhan dan gejala yang dialaminya dengan baik atau positif. Sebaliknya, remaja putri akan mengalami stress dan kecemasan yang tidak

---

sebaiknya mengalami keluhan dan gejala yang dialaminya, sehingga sering merasa negatif saat mengalami dismenore jika tidak diberikan informasi yang baik dan benar. Maka dari itu, mengadakan pendidikan kesehatan tentang dismenore sangat mempengaruhi tingkat pengetahuan remaja putri. Adanya pendidikan kesehatan dapat memberikan keuntungan berupa pengembangan wawasan, pengetahuan dan informasi sehingga mampu meningkatkan pemahaman remaja putri tentang dismenore. Mengingat rendahnya pengetahuan akan dismenore pada remaja putri, pendidikan kesehatan merupakan tindakan yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan (Heni dkk., 2023).

Berdasarkan survey data awal yang dilakukan peneliti di Madrasah Aliyah Al-Ishlah Persatuan Islam (PERSIS) 92 Majalengka, terdapat 7 diantara 10 siswi yang memiliki nilai pengetahuan cukup, hal ini disebabkan karena kurangnya informasi yang mereka dapat mengenai dismenore. Data tersebut menunjukkan bahwa remaja putri di Madrasah Aliyah Al-Ishlah Persatuan Islam (PERSIS) 92 Majalengka dianggap perlu untuk mendapatkan informasi tentang dismenore. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tersebut karena dalam penelitian ini juga terdapat tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenore.

## **METODE**

Metode penelitian yang digunakan yaitu metode pre experiment dengan one group pretest-posttest design. Populasi yang diambil dalam penelitian ini yaitu seluruh siswi kelas X-XI yang berjumlah 44 orang. Adapun sampel pada penelitian ini menggunakan Total Sampling yaitu sampel yang diambil semua siswi kelas X-XI di MA Al-Ishlah PERSIS 92 Majalengka. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni tahun 2023 secara online melalui aplikasi zoom, whatsapp serta google form.

Teknik pengumpulan data diawali dengan informed consent yang dilakukan secara online kemudian membagikan link google form (pretest) pengetahuan pada responden melalui aplikasi whatsapp yang harus mereka isi selama 10 menit, setelah itu menyampaikan materi pendidikan kesehatan dengan waktu 25 menit melalui aplikasi zoom. Selanjutnya peneliti mengirimkan kembali link google form (posttest) pengetahuan melalui aplikasi grup whatsapp untuk diisi selama 10 menit.

Instrument yang digunakan adalah kuesioner berupa daftar pertanyaan tertutup dengan pilihan benar atau salah seperti pertanyaan “dismenore adalah nyeri pada perut bagian bawah saat menstruasi” serta “penanganan dismenore secara non farmakologi yaitu penanganan tanpa menggunakan obat-obatan dan lebih menekankan pada kegiatan fisik”. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan univariat dengan distribusi tendensi sentral dan analisis bivariat dengan uji t-berpasangan (paired t-test).

---

**Tabel 1**

Tabel Kriteria Pengetahuan

Kriteria Pengetahuan	
Baik	76-100%
Cukup	56-75%
Kurang	<56%

## HASIL

### Analisis Univariat

Berikut adalah hasil pengumpulan data berupa distribusi tendensi sentral pengetahuan remaja putri kelas X-XI sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *dismenore* di Madrasah Aliyah Al-Ishlah Persatuan Islam (PERSIS) 92 Majalengka Tahun 2023.

**Tabel 2**

Distribusi Tendensi Sentral Pengetahuan Remaja Putri Kelas X-XI Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang *Dismenore*

Variabel	Pretest		Posttest		Beda Mean
	Mean	Minimal-Maksimal	Mean	Minimal-Maksimal	
Pengetahuan	65,65	39-89	88,11	72-100	22,46

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa nilai rata-rata *pretest* pengetahuan adalah 65,65 yang berarti pengetahuan cukup. Sedangkan nilai rata-rata pengetahuan *posttest* adalah 88,12 yang berarti pengetahuan baik. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan nilai rata-rata sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan.

### Analisis Bivariat

Sebelum dilakukan uji t berpasangan perlu dilakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji *Shapiro Wilk* karena dalam penelitian ini jumlah responden < 50 orang.

**Tabel 3**

Uji Normalitas *Shapiro Wilk* Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Kelas X-XI Tentang *Dismenore*

Pengetahuan Remaja Putri tentang <i>Dismenore</i>	<i>Shapiro Wilk</i>		
	Statistic	Df	Sig.
Sebelum Pendidikan Kesehatan	0,961	44	0,140
Sesudah Pendidikan Kesehatan	0,952	44	0,067

Berdasarkan Tabel 3 data hasil uji normalitas dengan *Shapiro Wilk* menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri kelas X-XI sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan berdistribusi normal karena  $p > 0,05$ .

**Tabel 4**

Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Remaja Putri Kelas X-XI tentang *Dismenore*

Pengetahuan Remaja Putri tentang <i>Dismenore</i>	Mean	Beda Mean	N	T	P value
Sebelum Penkes	65,65	22,46	44	13,367	0,000
Sesudah Penkes	88,11				

Hasil uji bivariat dengan menggunakan uji *independent sample t-test* menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan remaja putri tentang *dismenore* di Madrasah Aliyah Al-Ishlah Persatuan Islam (PERSIS) 92 Majalengka Tahun 2023 sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan nilai t hitung 13,367 dan nilai Sig. (2-tailed) = 0,000 <  $\alpha$  = 0,05. Karena nilai rata-rata pengetahuan remaja putri kelas X-XI setelah pendidikan kesehatan lebih besar dibandingkan sebelumnya dengan selisih *mean* 22,46. Hal itu disebabkan oleh perlakuan yang diberikan yaitu pemberian pendidikan kesehatan. Maka dari itu, pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya yang sangat berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan remaja putri kelas X-XI tentang *dismenore* di Madrasah Aliyah Al-Ishlah Persatuan Islam (PERSIS) 92 Majalengka Tahun 2023.

## PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan remaja putri kelas X-XI tentang *dismenore* di Madrasah Aliyah Al-Ishlah Persatuan Islam (PERSIS) 92 Majalengka Tahun 2023 sebelum pendidikan kesehatan yaitu sebesar 65,65 dengan kategori pengetahuan cukup. Adapun rata-rata pengetahuan remaja putri sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *dismenore* menjadi meningkat yaitu sebesar 88,11 yang artinya termasuk kategori pengetahuan baik.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Heni, dkk (Januari, 2023) menggunakan jenis penelitian kuantitatif yaitu pre experimental dengan one group pre-test dan post-test. Tingkat pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang *dismenore* sebesar 57,07 sedangkan sesudah diberikan pendidikan kesehatan nilai rata-rata tingkat pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 2 Ciamis meningkat menjadi 87,99. Hal ini menjadi suatu bukti bahwa pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan individu.

Pengetahuan merupakan hasil dari “tahu” dan terjadi jika individu melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan tersebut terjadi melalui pandainya manusia, seperti mata, hidung, mulut, serta kulit. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh dari mata dan telinga (Lisa, 2021). Selain itu pengetahuan merupakan hasil

---

mengingat sesuatu, termasuk mengingat kembali kejadian yang sudah dialami baik secara sengaja maupun tidak sengaja dan ini terjadi setelah seseorang melakukan kontak atau pengamatan terhadap suatu obyek tertentu (Kokom, 2020).

Pendidikan kesehatan merupakan suatu praktik pendidikan yang diaplikasikan pada bidang kesehatan. Maka dari itu pendidikan kesehatan diartikan sebagai upaya membantu seseorang, kelompok atau masyarakat dalam meningkatkan kemampuan perilaku untuk mencapai tingkat kesehatan yang optimal. Keberhasilan kegiatan pendidikan kesehatan ini dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti metode, materi serta pemateri dan alat bantu atau media yang digunakan (Tyas, 2022).

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan bahwa terdapat beberapa faktor yang menyebabkan kurangnya pengetahuan remaja putri kelas X-XI di Madrasah Aliyah Al-Ishlah Persatuan Islam (PERSIS) 92 Majalengka seperti remaja tersebut kurangnya mencari informasi mengenai kesehatan reproduksi terutama tentang dismenore baik di sosial media ataupun media elektronik lainnya atau kurangnya penyuluhan serta informasi kepada remaja putri mengenai kesehatan reproduksi khususnya dismenore sehingga kurang memahami pentingnya kesehatan reproduksi. Hal tersebut diperoleh dari beberapa responden. Maka dari itu masih ada sebagian dari mereka yang masih kebingungan dalam mengatasi dismenore.

Akan tetapi, setelah diberikannya pendidikan kesehatan, tingkat pengetahuan mereka menjadi meningkat. Hal ini disebabkan karena ingatan dari mereka baik dalam menerima informasi yang disampaikan oleh peneliti melalui pendidikan kesehatan. Hal ini dapat dibuktikan dengan nilai rata-rata sesudah diberikannya pendidikan kesehatan terhadap remaja putri tersebut menjadi meningkat dari yang sebelumnya.

### **Analisa Bivariat**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa didapatkan nilai rata-rata pengetahuan remaja putri sebelum diberikannya pendidikan kesehatan tentang dismenore yaitu 65,65 yang artinya pengetahuan cukup. Sedangkan rata-rata pengetahuan remaja putri sesudah diberikannya pendidikan kesehatan tentang dismenore yaitu 88,11 yang artinya pengetahuan baik. Selisih nilai rata-rata pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikannya pendidikan kesehatan tentang dismenore sebesar 22,46. Hasil uji statistik menggunakan uji t berpasangan (independent sample t-test) dan didapatkan nilai  $p$  value 0,000 ( $p$  value  $< \alpha = 0,05$ ) yang artinya terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri kelas X-XI di Madrasah Aliyah Al-Ishlah Persatuan Islam (PERSIS) 92 Majalengka Tahun 2023.

Hal ini sejalan dengan penelitian Karunia, dkk (2021) dengan nilai rata-rata sebelum diberikan pendidikan 69,26 dan sesudah diberikannya pendidikan kesehatan sebesar 88,9 serta

---

nilai signifikan  $\rho = 0,000$  atau  $<$  dari nilai  $\alpha = 0,05$ . Maka pendidikan kesehatan ini sangat berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang dismenore dan penanganan secara non farmakologi.

Keberhasilan dalam memberikan pendidikan kesehatan akan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti motivasi untuk belajar, kemampuan untuk belajar, lingkungan serta sarana prasarana yang digunakan. Adanya pendidikan kesehatan ini dapat memberikan banyak manfaat terutama dalam menambah wawasan, pengetahuan, ataupun informasi yang akan meningkatkan pengetahuan seseorang (Heni dkk., 2023).

Maka dari itu upaya untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri, selain pendidikan kesehatan juga responden perlu mencari informasi terbaru mengenai kesehatan reproduksi lainnya terutama tentang dismenore baik dari media sosial ataupun media elektronik lainnya selain itu juga pihak sekolah dapat mengupayakan peningkatan pengetahuan remaja putri dengan melakukan kolaborasi atau kerjasama dengan tenaga kesehatan lainnya untuk mengadakan pendidikan kesehatan atau video edukasi tentang dismenore yang dapat dikirim melalui media sosial.

## **KESIMPULAN**

Hasil penelitian tentang pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri kelas X-XI tentang dismenore di Madrasah Aliyah Al-Ishlah Persatuan Islam (PERSIS) 92 Majalengka tahun 2023 dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Rata-rata pengetahuan remaja putri kelas X-XI tentang dismenore sebelum pendidikan kesehatan di Madrasah Aliyah Al-Ishlah Persatuan Islam (PERSIS) 92 Majalengka tahun 2023 sebesar 65,65.
2. Rata-rata pengetahuan remaja putri kelas X-XI tentang dismenore sesudah pendidikan kesehatan di Madrasah Aliyah Al-Ishlah Persatuan Islam (PERSIS) 92 Majalengka tahun 2023 sebesar 88,11.
3. Ada pengaruh pendidikan terhadap pengetahuan remaja putri kelas X-XI tentang dismenore di Madrasah Aliyah Al-Ishlah Persatuan Islam (PERSIS) 92 Majalengka tahun 2023.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Dewi. (2022). Pengaruh cow pose terhadap penurunan nyeri dismenore pada mahasiswi tingkat II Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas YPIB Majalengka Tahun 2022. 2022: *E-Journal STIKes YPIB Majalengka*.

- 
- Fauziah. (2019). Pengaruh penyuluhan tentang dismenorea dengan pengetahuan penanganan dismenorea siswi kelas X-XI Madrasah Aliyah Swasta Al-Amin. *Institut Kesehatan Helvia Medan*.
- Handayono. (2021). *Remaja dan Kesehatan*. Jakarta Timur: PT Perca.
- Heni, dkk. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan tentang dismenore terhadap tingkat pengetahuan remaja putri. *HealthCare Nursing Journal*, 5. No.1, 650-655.
- Hidayatun. (2020). Pengaruh cat stretch exercise terhadap penurunan intensitas nyeri menstruasi pada mahasiswa tingkat I STIKes YPIB Majalengka 2020: *E-Journal STIKes YPIB Majalengka*.
- Karunia, dkk. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Dismenore dan Penanganan Non Farmakologi di SMAN 3 Kupang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3 No.3, 50-62.
- Kokom, A. (2020). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Hipertensi Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Loji Kabupaten Majalengka*. . Universitas YPIB Majalengka: Ai Kokom.
- Laila, N. N. (2022). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore di SMA Advent Tampaso. *Jurnal Kesehatan*, 15-22.
- Lisa. (2021). *Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Dismenore Pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Al-Muhajirin Darussalam Kabupaten Sulawesi Tenggara*.
- Lisa. (2021). Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Dismenore Pada Remaja Putri Pondok Pesantren Al-Muhajirin Darussalam Kabupaten Konawe Provinsi Sulawesi Tenggara. *Naskah Publikasi*, 1-15.
- Noveri, dkk. (2022). Faktor Yang Menyebabkan Dismenore Pada Remaja. *Jurnal Health Sains*, 1-9.
- Oktarini. (2019). *Pengaruh fektivitas Dismenore Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di SMK Majalengka Kabupaten Majalengka Tahun 2019*. Majalengka: E-Journal STIKes YPIB Majalengka.
- Putri. (2022). *Efektivitas Terapi Bekam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dismenore Pada Mahasiswi Tk. I dan II Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas YPIB Majalengka Tahun 2022*. 2022: E-Journal STIKES YPIB Majalengka.
- Tri, F. (2022). Gambaran Dismenore Saat Aktivitas Belajar Diruang Kelas Pada Siswi SMA Muhammadiyah 1 Sregan. *Jurnal Locus : Penelitian & Pengabdian*, 1-7.
- Tyas, D. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Dismenorhea Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri di SMP Muhammadiyah 2 Gisting Tanggamus Lampung Tahun 2022. *Jurnal Maternitas Aisyah*, 157-165.
-

Yophi. (2021). Pengaruh Massage Effleurage terhadap Penurunan Nyeri Haid pada Mahasiswi STIKes YPIB Majalengka Tahun 2021. *E-Journal STIKES YPIB Majalengka*, 95-101.