

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG
DISMENORE TERHADAP UPAYA PENANGANAN DISMENORE PADA
SISWI KELAS VII DI SMP MUHAMMADIYAH 3 YOGYAKARTA
TAHUN 2009¹**

Fatimah Dewi Anggraeni², Fitria Siswi Utami³

Abstract : .Dismenorha is one of many problem of menstruation is fell sick on under stomach. This sick need good handle and true. Consciousness to handle of desmenorhea in Indonesian verry low. Give education of dismenorhea is one of many way to increase to handle of dismenorhea, but there is many way whose influenencing handle of dismenorhea there are : social economic, stege of education, stage of knowledge and information, age, maturities, and body condition. This survey eksperimen was aimed to know there is influence give education about dismenorhea to expedient to handle of dismenorhea on students of class VII of SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta years 2009.

This eksperimen survey using pre eksperimen metode with design one group pretest and posttest. This population are all of student whose complete criteria, there are women students was menstruation and to experience dismenorhea, class VII of SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta, age 12-13 years, and want to be respondent. The simple using *simple random sampling*, from them found 30 respondent. Before give education, a questionnaire pretest gived to respondent then, after 35 days responden gived questionnaire posttest.

Product this survey using t-test statistic test with significant 0,006 with signifikan value 0,005. There are show that education about dismenorhea can influenencing handle of dismenorhea. Suggestion to respondent hope cant application handle of dismenorhea and can give knowledge about dismenorhea to other people so can many more women can do it too.

PENDAHULUAN

Dismenore menjadi satu nyeri pada perut bagian bawah, mual, masalah tersendiri yang banyak dialami muntah, diare, cemas, depresi, pusing, kaum wanita sehingga hal tersebut nyeri kepala, letih-lesu, bahkan sampai menjadi faktor penyebab terbanyak pingsan. Keluhan-keluhan ini bisa absennya para kaum wanita pada jam berlangsung selama beberapa jam, kerja atau sekolah. Gejalanya meliputi: sampai beberapa hari (umumnya tidak lebih dari 3 hari). (Astuti Ninik D, 2005)

¹Judul Karya Tulis Ilmiah

²Mahasiswa DIII Prodi Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

51% wanita telah absen sedikitnya sekali, dan 5-14% berulang kali absen (Edmundson Laurel D, 2006).

Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri haid. Di Amerika Serikat, prevalensi dismenore diperkirakan 45-90% (Hacker & Moore 2001). Studi longitudinal dari Swedia melaporkan dismenore pada 90% wanita yang berusia kurang dari 19 tahun dan 67% wanita yang berusia 24 tahun (French, 2005). Angka kejadian dismenore tipe primer di Indonesia adalah sekitar 54,89% (BKKBN, 2000). Menurut psikater dari Unika Atma Jaya, Dharmady Agas yang dikutip Hendito (2007). Cukup banyak perempuan mengalami dismenore semakin berat maka semakin membutuhkan pertolongan. Di Amerika Serikat dan Inggris kesadaran untuk mencari pertolongan cukup tinggi, Di Indonesia kesadaran seperti itu masih sangat kecil biasanya dianggap sebagai gejala umum, sehingga diabaikan begitu saja.

Pemerintah Indonesia melalui departemen kesehatan (Depkes) dan departemen pendidikan nasional (Depdiknas) membuat kebijakan yang sudah disepakati dengan memasukkan pendidikan seksual dan kesehatan reproduksi kedalam kurikulum sekolah sehingga remaja mendapat akses yang terprogram secara bertahap dan dapat dipertanggungjawabkan, dengan masuknya metode pendidikan seksual dan kesehatan reproduksi kedalam kurikulum pendidikan sehingga guru benar-benar bisa memahami dan menyampaikan ilmu seksual dan kesehatan reproduksi. Pemberian materi kesehatan reproduksi ini dengan cara disipkan pada mata pelajaran-pelajaran tertentu, khusus diberikan dari bagian bimbingan penyuluhan (BP) yang ada disekolah (Sudarjad, 2008).

Nyeri haid acapkali berhubungan dengan kelainan seperti endometriosis. Sekitar 30% - 40% wanita dengan endometriosis menderita infertilitas (Aswin, 2005) Dismenore bertanggung jawab atas ketidakhadiran saat bekerja dan sekolah, sebanyak 13-

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta yang dilakukan pada tanggal 25 Februari 2009, didapatkan hasil bahwa dari 17 siswi yang diberikan kuisioner terdapat 10 (58,8 %) siswi sudah mendapatkan

menstruasi dan 6 (35, 3%) siswi mengaku sudah mendapatkan penjelasan dan informasi mengenai dismenore dan upaya penanganannya. Dari 10 siswa yang sudah menstruasi terdapat 8 (80%) siswi mengalami dismenore saat menstruasi. Dari 8 siswi tersebut terdapat 5 (62,5 %) siswi yang tidak melakukan penanganan terhadap dismenore dan 2 (40 %) dari 5 siswi tersebut tidak dapat masuk sekolah karena dismenore.

Instumen yang digunakan dalam penelitian untuk penyuluhan menggunakan sap dan leaflet sementara untuk upaya menggunakan kuesioner yang sudah diuji reabilitas dan validitas. Sebelum diuji data diuji kenormalannya dan data dinyatakan dalam distribusi normal. Uji analisis penelitian ini menggunakan uji t-tes dan didapatkan nilai signifikan 0,006 ($\alpha < 0,05$)

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk diketahuinya pengaruh pemberian penyuluhan dismenore dengan penanganan dismenore pada siswi SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta tahun 2009.

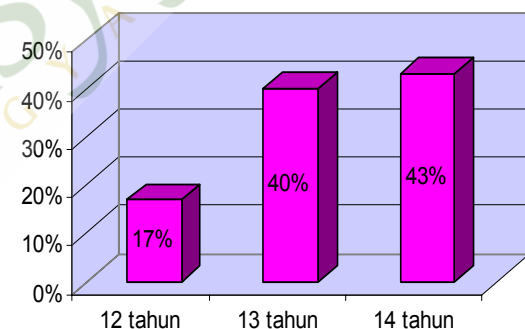
METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah eksperimen desain penelitian pra eksperimen (*pre experiment*) dengan rancangan *one group pretest posttes*. Populasi dari penelitian ini adalah siswi yang telah memenuhi kriteria yaitu siswi yang sudah menstruasi teratur dan mengalami dismenore, kelas VII SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta yang berumur 12-14 tahun, dan bersedia menjadi responden. Pengambilan

simpel berdasarkan *simple random sampling* didapatkan responden sebanyak 30 siswi.

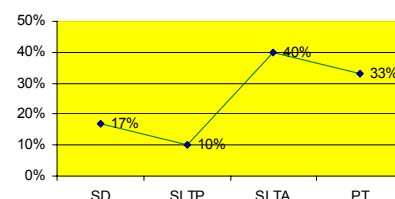
Didapatkan nilai signifikan 0,006 ($\alpha < 0,05$)

HASIL DAN PEMBAHASAN



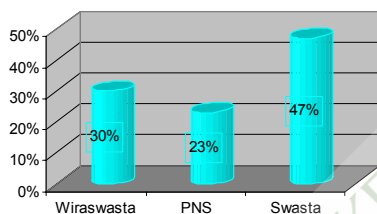
Gambar 1. Diagram Karakteristik Responden Berdasarkan umur

Responden terbanyak umur 14 tahun sebanyak 43% (13 siswi), sedangkan paling sedikit usia 12 tahun sebanyak 17% (5 siswi).



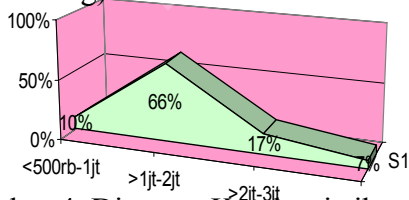
Gambar 2. Diagram Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Orangtua

Jenjang pendidikan orang tua responden terbanyak adalah SMA yaitu 40% (12 orang), sedangkan jenjang pendidikan responden paling sedikit adalah SMP yaitu sebanyak 10% (3 orang).



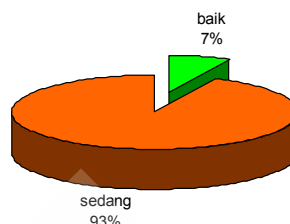
Gambar 3. Diagram Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua

Pekerjaan orang tua responden terbanyak adalah pegawai swasta yaitu sebanyak 47 % (14 orang), sedangkan pekerjaan responden paling sedikit adalah Pegawai Negeri yaitu sebanyak 23 % (7 orang).



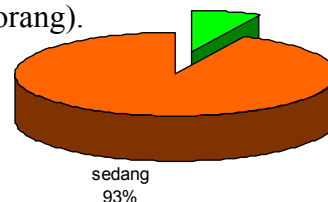
Gambar 4. Diagram Karakteristik Responden Berdasarkan Penghasilan/bulan Orang Tua

Penghasilan/ bulan orang tua responden terbanyak adalah >1.000.000 – 2.000.000 yaitu sebanyak 66% (20 orang), sedangkan untuk penghasilan/ bulan responden paling sedikit adalah >3.000.000, yaitu sebanyak 7 % (2 orang).



Gambar 5. Diagram Upaya Penanganan Dismenore Pretest

Upaya penanganan dismenore tertinggi sebelum perlakuan dalam kategori sedang, yaitu 77 % (23 siswi), sedangkan kategori terendah adalah baik 10 % (3 orang).



Gambar 9. Diagram Upaya Penanganan Dismenore Posttest

Berdasarkan diagram tersebut di atas menunjukkan bahwa upaya penanganan dismenore posttest siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta paling banyak dalam kategori sedang, yaitu 93% (28 siswi),

kategori baik sebesar 7% (2 orang). sangat memungkinkan responden tidak mengisi jawaban sendiri dan cenderung Sedangkan dalam kategori paling mengisi jawaban sendiri dan cenderung sedikit yaitu kategori kurang sudah terdapat beberapa responden yang tidak ada melihat jawaban temannya,

Berdasarkan hasil penelitian kemungkinan yang kedua adalah tingkat tersebut di atas didapatkan tingkat pengetahuan responden yang masih upaya responden dalam penanganan bersifat kognitif atau bersifat wacana, dismenore sebelum mendapatkan belum memiliki konsistinsi dalam penyuluhan dalam katageori sedang bersikap, sehingga responden masih 77% (23 orang), setelah mendapatkan labil dalam mengambil keputusan untuk penyuluhan meningkat menjadi 93%. melakukan upaya penanganan (28 orang), kategori baik sebelum disminore atau tidak melakukannya dan penyuluhan sebesar 10% (3 orang) dan kesadaran akan pentingnya pengetahuan setelah penyuluhan menurun menjadi tentang disminore masih bersifat sebesar 7% (2 orang), dan untuk wacana, sehingga ketika diberi kategori kurang sebelum penyuluhan penyuluhan responden tidak begitu terdapat 13 % (4 orang) menjadi tidak respek, bahkan ketika diberi kuesioner ada,. Hal ini menunjukkan bahwa yang kedua cenderung tidak peranan pengetahuan dalam menganggap penting dan mengisi penanganan dismenore yang diberikan kuesioner kurang antusias dan kurang melalui penyuluhan sangat berarti konsentrasi.

untuk meningkatkan kemampuan Sedangkan untuk mengetahui responden dalam menangani perbedaan antara upaya penanganan dismenore. Sedangkan responden yang dismenore pretest dengan upaya semula dalam kategori baik sebelum penanganan dismenore posttest penyuluhan sebesar 10 % (3 orang) dilakukan uji t. Berdasarkan uji tersebut menurun menjadi 7% (2 orang), hal diperoleh nilai mean untuk kelompok tersebut dapat dijelaskan dengan pretest sebesar 68 dan kelompok postes beberapa kemungkinan, yaitu pertama sebesar 70,967, mean defference sebesar pada proses pengambilan data tempat 2,967, dengan nilai t hitung 2,85 lebih duduk responden berdekatan, sehingga besar daripada t tabel sebesar 2,008

(df=58), dan $P=0,006<0,050$. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara upaya penanganan dismenore sebelum perlakuan dengan setelah perlakuan pada siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta tahun 2009. Penelitian yang dilakukan oleh Enawati (2008) didapatkan hasil bahwa ada pengaruh penyuluhan tentang premenstruasi sindrom dengan kejadian premenstruasi sindrom pada siswi kelas X di SMAN 1 Kalasan tahun 2008. Herfenti Imas D. (2008) didapatkan bahwa ada pengaruh pemberian

Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang diberikan oleh peneliti tentang dismenore mampu meningkatkan pengetahuan responden mengenai bagaimana caranya untuk menangani dismenore sehingga responden lebih paham dan dapat menerapkan upaya penanganan terhadap dismenore, sehingga dismenore pada responden akan dapat berkurang. Dibuktikan dengan perlakuan upaya penanganan responden dalam kategori sedang dan kategori berkurang masih didapatkan. Setelah diberikan penyuluhan katagori sedang bertambah dan katagori kurang sudah tidak didapatkan lagi.

Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang diberikan oleh peneliti tentang dismenore mampu meningkatkan pengetahuan responden mengenai bagaimana caranya untuk menangani dismenore sehingga responden lebih paham dan dapat menerapkan upaya penanganan terhadap dismenore, sehingga dismenore pada responden akan dapat berkurang. Dibuktikan dengan perlakuan upaya penanganan responden dalam kategori sedang dan kategori berkurang masih didapatkan. Setelah diberikan penyuluhan katagori sedang bertambah dan katagori kurang sudah tidak didapatkan lagi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan landasan teori yang dikemukakan oleh Syaifudin (1999) apabila gadis-gadis tidak dapat penerangan mengenai haid, maka akan lebih mudah timbul dismenore.

openyuluhan terhadap kesiapan menghadapi menarche. Dalam kedua penelitian tersebut menyatakan bahwa penyuluhan dapat mempengaruhi suatu kejadian, ataupun sikap kesiapan responden dalam menangani, mengurangi atau mencegah masalah itu timbul.

KESIMPULAN DAN SARAN

Terdapat pengaruh yang signifikan pemberian penyuluhan dismenore dengan penanganan dismenore pada siswi SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta tahun 2009, dengan nilai t hitung lebih besar dari t table ($2,85>2,001$)

Upaya penanganan dismenore sebelum diberikan penyuluhan tentang dismenore pada siswi SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta dalam

kategori sedang 77% (23) orang dan kategori rendah sebanyak 13% (4) orang

Upaya penanganan dismenore sesudah diberikan penyuluhan tentang dismenore pada siswi SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta dalam kategori sedang 93 % (28) orang dan kategori rendah sudah tidak didapatkan lagi

Terdapat perubahan upaya penanganan dismenore antara sebelum dan sesudah penyuluhan diberikan, dengan nilai *mean difference* sebesar 2,967

Bagi Sekolah SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta diharapkan dapat meningkatkan kerjasama dengan sekolah-sekolah kesehatan untuk memberikan penyuluhan tentang dismenore

Bagi Siswi SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta dengan diberikannya penyuluhan pada siswi SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta diharapkan dapat berperan aktif untuk mengaplikasikan upaya penanganan dismenore dan diharapkan dapat menyalurkan pengetahuan dan informasi yang telah mereka dapatkan

kepada teman-teman, saudara dan masyarakat yang berada di sekelilingnya sehingga upaya penanganan dismenore dapat dilakukan oleh wanita dalam lingkup lebih luas.

Bagi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta diharapkan dapat menyediakan referensi bacaan tentang fenomena-fenomena dismenore yang *up-to date*, serta dapat

meningkatkan program-program pemberdayaan mahasiswa dalam hal penyuluhan-penyuluhan kesehatan ke sekolah-sekolah, khususnya penyuluhan dismenore

Bagi bidan meningkatkan peranannya sebagai bidan untuk mengkampanyekan konsep reproduksi sehat kepada masyarakat, khususnya memberikan informasi tentang dismenore

DAFTAR RUJUKAN

Abidin, Boy, 2005. <http://www.info-sehat.com> diakses tanggal 05 September 2008

- Anton, Karim. 2005. *Atasi nyeri haid dengan herbal alami*. www.sehat herbal alami.com diakses tanggal 05 September 2008
- Arikunto, S., 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta
- , 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta
- Astuti, Ninik D. 2005. *Dismenore-alias-nyeri-menstruasi*. <http://niexklaten.blogspot.com/2005/12/dismenore-alias-nyeri-menstruasi.html> diakses tanggal 23 April 2009
- Azwar, S. 2002. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Jakarta : Liberti
- Aswin, 2005. www.kespro.info/kia/kia04.htm diakses tanggal 05 September 2008
- Baziad, Ali., 2008. *Endokrinologi Genekologi*. Jakarta : Media Aesculapulus fakultas kedokteran Universitas Indonesia
- BKKBN, 2000, KRR (*Kesehatan Reproduksi Remaja*), kantor Menteri kependudukan BKKBN, Yogyakarta
- BKKBN, 2005. *kebijakan tekhnis program KRR*. www.bkkbn.go.id/pengelola/pk-kebijakan-tekhnis-program-KRR.html. Diakses tgl 05 Juni 2009
- Dharmady Agas, 2007. <http://Students.sttelkom.ac.id>. Diakses tanggal 05 Juni 2009
- Edmudson, Laurel D. 2006. www.kespro.info/kia/kia04.htm diakses tanggal 05 September 2008
- Effendy, N., 1999. *Dasar-Dasar keperawatan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta : ECG
- French. 2005. *Atasi nyeri haid dengan herbal alami*. www.sehat herbal alami.com diakses tanggal 05 september 2008
- Gunawan, 2002. www.kabarindonesia.com diakses tanggal 05 September 2008
- Hacker & Moore. 2001. *Atasi nyeri haid dengan herbal alami*. www.sehat herbal alami.com diakses tanggal 05 september 2008
- Harfenty, I. 2008. *Pengaruh Penyuluhan tentang Menarce Terhadap kesiapan menghadapi Menarce pada Siswi Kelas V dan VI di SD Piyungan Bantul*. Karya tulis Ilmiah DIII Kebidanan Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Hestiantoro, H dkk. 2008. *Masalah Gangguan Haid dan Infertilitas*, Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- IBI, 2003. *50 Tahun Ikatan Bidan Indonesia: Bidan Menyongsong Masa Depan*. Cetakan kedua, Pengurus Pusat IBI, Jakarta
- Kelly, Tracey. 2008. *50 Rahasia Alami Meringankan Sindrom Premenstruasi*, Jakarta : Erlangga
- Manuaba, 2001. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta : ECG
- Marlina, Rita. 2008. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan Upaya Penanganan Sindrom Premenstruasi pada Siswi Kelas VII di SMP Muhammadiyah 3 Tahun Ajaran 2007/2008*. Karya tulis Ilmiah DIII Kebidanan

- Stikes 'Aisyiyah Wignjosastro, H.S., 2005. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo
- Mawarti, Destri. 2003. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Tingkat Dismenore Pada Usia 12-15 Tahun di Madrasah Mu'alimat Muhammadiyah Tahun 2003*. Karya Tulis Ilmiah DIII Kebidanan Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Notoadmodjo, S. 2005. *Metode Penelitian Kesehatan*, Jakarta : Rineka Cipta
- , 2002. *Beberapa Model Kerangka Analisis Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta : Andi Offset
- Prawirohardjo, S. dkk, 2005. *Ilmu Kandungan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Ramaiah, Savitri. 2006. *Mengatasi Gangguan Menstruasi*. Yogyakarta : Bookmarks Diglossia Media
- Riwidikdo, Handoko. 2007. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta : Mitra Cendekia Press
- Sugiyono. 2006. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung : CV Alfabeta
- , 2007. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung : CV Alfabeta
- Sudarjad, 2008. <http://situs.kespro.info>. Diakses tanggal 05 Juni 2009
- William, F. 2001. *Atasi nyeri haid dengan herbal alami*. www.sehat herbal alami.com diakses tanggal 05 September 2008