HUBUNGAN PENGETAHUAN SISWI TENTANG MENSTRUASI DENGAN UPAYA PENANGANAN DISMINORHEA DI SMA NEGERI 21 MAKASSAR

Yurita Agustanti[1*], Muzakkir[2], Liza Fauzia[3]

[1,2,3] *Institut Nani Hasanuddin, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245*
**e-mail: penulis-korespondensi: (yuritaagustanti17@gmail.com/082214073283)*

(Received: 04.03.2026; Reviewed; 09.03.2026; Accepted; 17.04.2026)

ABSTRACT

Menstruation is the process of shedding of endometrial tissue due to the absence of mature eggs that are fertilized by sperm. Menstruation is a normal and natural condition so it can be said that all normal women will definitely experience the menstrual process, but in reality many women experience menstruation, including menstrual pain (dysmenorrhea). The aim of this research was to determine the relationship between female students' knowledge about menstruation and efforts to treat dysmenorrhea at SMA Negeri 21 Makassar. This research uses descriptive analytical research methods with a cross sectional approach. The population in this study was 265 respondents. The research location is at SMA Negeri 21 Makassar. Sampling used simple random sampling with a sample size of 159 female students. Data were collected using a questionnaire and analyzed using the Chi-Square test. The results of the research show that there is a relationship between female students' knowledge about menstruation and efforts to treat dysmenorrhea at SMA Negeri 21 Makassar with a value of ρ=0.017. The conclusion of this research is that there is a relationship between female students' knowledge about menstruation and efforts to treat dysmenorrhea at SMA Negeri 21 Makassar.

***Keywords**: Knowledge, Treatment, dysmenorrhea*

ABSTRAK

Menstruasi adalah proses meluluhnya jaringan endometrium karena tidak adanya telur matang yang di buahi oleh sperma. Menstruasi adalah keadaan yang wajar dan alami sehingga dapat dikatakan semua wanita normal pasti akan mengalami proses menstruasi, akan tetapi pada kenyataannya banyak wanita yang mengalami menstruasi, diantaranya adalah nyeri haid (dismenore). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan siswi tentang menstruasi dengan upaya penanganan disminorhea di SMA Negeri 21 Makassar. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*.Populasi dalam penelitian ini sebanyak 265 responden. Tempat penelitian di SMA Negeri 21 Makassar. Pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dengan jumlah sampel 159 siswi. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dianalisa menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan siswi tentang menstruasi dengan Upaya penanganan disminorhea di SMA Negeri 21 Makassar dengan nilai ρ=0.017. kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan pengetahuan siswi tentang menstruasi dengan Upaya penanganan disminorhea di SMA Negeri 21 Makassar.

Kata kunci: Pengetahuan, Penanganan, *disminorhea*

ISSN : 2797 0019 | E-ISSN : 2797 0361

Pendahuluan

Menstruasi adala proses meluluhnya jaringan endometrium karena tidak adanya telur matang yang di buahi oleh sperma. Menstruasi adalah keadaan yang wajar dan alami sehingga dapat dikatakan semua wanita normal pasti akan mengalami proses menstruasi, akan tetapi pada kenyataannya banyak wanita yang mengalami menstruasi, diantaranya adalah nyeri haid (dismenore) (Isnainy dkk.,2021).

Faktor penyebab dismenore diantaranya menarche pada usia dini, siklus haid yang panjang, merokok atau alkohol, aktivitas atau olahraga yang kurang ,gizi atau obesitas, dan stres. Gizi atau obesitas merupakan faktor yang mempengaruhi terjadinya nyeri perut atau disminore. Hal ini didukung dengan kebiasaan mengkonsumsi makanan yang tidak sesuai seperti makanan yang instan yang dapat meningkatkan hormon prostaglandin dan menyebabkan nyeri dibagian perut bawah atau disminore (Salamah,2019).

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 yang 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).

Penanganan disminore terhadap disminore sejauh ini dibagi dua cara, yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Penanganan secara farmakologi yaitu dengan mengkonsumsi obat-obat penghilang nyeri dan secara non farmakologi dengan melakukan terapi tanpa mengkonsumsi obat-obatan. Secara farmakologi nyeri dapat diatasi dengan terapi anakgesik, akan tetapi menimbulkan efek samping seperti gangguan sistem pencernaan, seperti mual, muntah, diare,dispesia, dan gejala iritasi lain pada mukosa lambung. Selain itu obat penghilang nyeri yang digunakan bisa juga dalam bentuk obat tradisional seperti minuman kunyit. Namun pengolahan yang tidak hygienis menyebabkan timbulnya penyakit lain akibat adanya mikroba yang berbahaya bagi tubuh. Penanganan secara non farmakologi dilakukan dengan menggunakan terapi tanpa mengkonsumsi obat-obatan. Terapi non farmakologi menggunakan proses fisiologi, seperti pemberian kompres hangat/dingin, teknik relaksasi,teknik distraksi pemijatan (masase),yoga dan olahraga (Karunia dkk,2021).

SMA Negeri 21 Makassar merupakan sekolah yang letaknya di kompleks Bumi Tamalanrea Permai (BTP), Kecamatan Tamalanrea, Kota Makassar. Dari studi pendahuluan yang dilakukan pada siswa di Sekolah SMA Negeri 21 Makassar di dapatkan data bahwa jumlah siswi kelas X Sebanyak 265 siswi.

Alasan kenapa mengambil kelas X adalah sebagian besar siswi berpengetahuan kurang tentang dismenore. Hal ini dimungkinkan karena lingkungan rumah dan pendidikan yang kurang memberikan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi terutama penanganan tentang dismenore serta siswi yang kurang memanfaatkan media massa yang ada dan pengalaman mereka yang selalu membiarkan atau tidak peduli.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk mengetahui apakah di SMA Negeri 21 Makassar memiliki pengetahuan yang baik tentang menstruasi dan apakah pengetahuan tersebut berhubungan dengan Penanganan Disminorhea.

Metode

Tempat penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 21 Makassar. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 159 responden. Teknik pengambilan sampel adalah simple random sampling Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian non eksperimen dengan pendekatan *Cross Sectional*. Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner pengetahuan tentang menstruasi dengan upaya penanganan disminorhea. Teknik analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis Univariat dan Bivariat. Uji yang digunakan adalah Uji *Chi-Square*. Penelitian ini sudah lulus uji etik dengan nomor 250/STIKES-NH/KEPK/XXII/2023 yang dikeluarkan pada tanggal 16 Desember 2023.

ISSN : 2797 0019 | E-ISSN : 2797 0361

Hasil

1. **Karakteristik Responden**

Tabel 1. Karakteristik Umum Responden Berdasarkan Umur, Kelas, dan Usia Menarche Di SMA Negeri 21 Makassar

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persen (%)
Umur		
15 tahun	106	66.7
16 tahun	53	33.3
Kelas		
X.1	14	8.8
X.2	14	8.8
X.3	14	8.8
X.4	13	8.2
X.5	13	8.2
X.6	13	8.2
X.7	13	8.2
X.8	13	8.2
X.9	13	8.2
X.10	13	8.2
X.11	13	8.2
X.12	13	8.2
Usia Menarche		
10 tahun	3	1.9
11 tahun	29	18.2
12 tahun	91	57.2
13 tahun	31	19.5
14 tahun	4	2.5
15 tahun	1	0.7
Total	**159**	**100.0**

Berdasarkan pada tabel 1 menunjukkan bahwa dari 159 responden didapatkan bahwa karakteristik umur responden terbanyak yaitu berumur 15 tahun sebanyak 106 responden (66,7%) dan paling sedikit berumur 16 tahun sebanyak 53 responden (33,3%). Pada karakteristik kelas memiliki rata-rata 14 responden (8,8%) dan 13 responden (8,2%). Kemudian pada karakteristik usia menarche di dapatkan responden terbanyak mengalami menstruasi pertama kali pada usia 12 tahun sebanyak 91 responden (57,2%), kemudian 31 responden (19,5%) mengalami menstruasi pertama kali pada usia 13 tahun, selanjutnya 29 responden (18,2%) mengalami menstruasi pertama kali pada usia 11 tahun. Sedangkan paling sedikit responden mengalami menstruasi pertama kali pada usia 14 tahun sebanyak 4 responden (2,5%), pada usia 10 tahun sebanyak 3 responden (1,9%) dan pada usia 15 tahun sebanyak S1 responden (0,7%).

Tabel 2. Analisis Univariat Kuesioner Pengetahuan dan penanganan disminorhea di SMA Negeri 21 Makassar

Kuesioner	Frekuensi (n)	Persen (%)
Pengetahuan		
Cukup	154	96.9
Kurang	5	3.1
Penanganan disminorhea		
Memahami	150	94.3
Kurang memahami	9	5.7
Total	**159**	**100.0**

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 159 responden terdapat 154 responden (96,9%) yang memiliki pengetahuan yang cukup dan 5 responden (3,1%) yang memiliki pengetahuan kurang. Dari 159 responden terdapat 150 responden (94,3%) yang memiliki Upaya Penanganan Disminorhea memahami dan 3 responden (5,7%) yang memiliki Upaya Penanganan Disminorhea kurang memahami.

ISSN : 2797 0019 | E-ISSN : 2797 0361

Tabel 3. Analisis Bivariat Hubungan Pengetahuan siswi tentang menstruasi dengan upaya penanganan disminorhea

Pengetahuan	Penanganan				Total		*ρ*
	memahami		Kurang memahami				
	n	%	N	%	N	%	
Cukup	147	92.5	7	4.4	154	96.9	
Kurang	3	1.8	2	1.3	5	3.1	0.017
Total	150	94.3	9	5.7	159	100	

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan cukup berjumlah 154 responden, dimana terdapat terdapat 147 responden (92.5%) yang memiliki Upaya Penanganan Disminorhea Paham dan 7 responden (4.4%) yang memiliki Upaya Penanganan Disminorhea Tidak Paham. Sedangkan responden yang memiliki pengetahuan kurang berjumlah 5 responden, dimana terdapat 3 responden (1.8%) yang memiliki Upaya Penanganan Disminorhea memahami dan 2 responden yang memiliki Upaya Penanganan Disminorhea kurang memahami.

Hasil uji statistik dengan Chi-square diperoleh nilai $p = 0.017$. karenanilai $p<\alpha$ (0.05), maka hipotesis alternatif diterima. Interpretasi bahwa ada hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan upaya penanganan disminorhea di SMA Negeri 21 Makassar.

Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di SMA Negeri 21 Makassar menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan upaya penanganan disminorhea di SMA Negeri 21 Makassar dengan nilai signifikan yang artinya H0 di tolak dan Ha diterima.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian purba (2016) tentang hubungan pengetahuan dengan perilaku penanganan dismenore. Sehingga dismenorea dapat dikurangi dan tidak menurunkan produktivitas remaja selama mengikuti pelajaran.berdasarkan teori menurut Nirmala (2018) bahwa pengetahuan mencakup enam tingkatan, yaitu: mengetahui, memahami, menganalisis, dan mengevaluasi. Dalam hal ini responden mengetahui dan juga mampu memahami ,menganalisis dan mengevaluasi.

Hasil penelititan ini menunjukkan siswi yang memiliki pengetahuan cukup serta upaya penanganan disminorhea memahami cukup banyak siswi. Siswi sudah mampu mengetahui,memahami dan mengaplikasikan mengenai pengertian,gejala, dan penyebab menstruasi. Sedangkan untuk penanganan siswi menunjukkan bahwa adanya penanganan yang positif dari siswi dalam mengatasi dismenore sehingga terbentuk perilaku berupa pemberian kompres hangat, konsumsi obat analgetik, olahraga teratur, dan istirahat yang cukup. Menurut kusumawardani (2016) yang mengatakan tingkat pengetahuan seseorang sangat berpengaruh terhadap penanganan dismenore karena semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang, maka semakin tinggi pula upaya penanganan terhadap dismenore. Sebaliknya semakin kurang pengetahuan seseorang, maka semakin kecil pula upaya melakukan penanganan terhadap dismenore.

Hasil penelititan ini menunjukkan siswi yang memiliki pengetahuan kurang serta upaya penanganan disminorhea memahami kurang .siswi kurang dalam pengetahuan karena kurangnya informasi tentang siklus menstruasi dan tahapan pada menstruasi jadi sehingga belum paham betul tentang pengetahuan yang dimana kurang nya membuka media massa dan kurang mendapatkan penyuluhan mengenai menstruasi Yang paling dominan pada penanganan dismenore yaitu pemberian kompres karena hangat karena pada kuisioner yang lebih banyak di lakukan pada penanganan itu kompres air hangat di banding obat anti nyeri karena takut untuk mengkonsumsi obat-obatan pada saat menstruasi. Seseorang yang memiliki pengetahuan yang kurang tentang dismenore, mereka masih dapat memahami dengan baik bagaimana cara mengatasi atau menangani kondisi tersebut. Beberapa justifikasi yang mungkin dapat dipertimbangkan adalah pengalaman pribadi : seseorang yang mungkin memiliki pengalaman pribadi dalam menghadapi dismenore, yang membuat mereka memahami cara-cara tertentu untuk mengatasi rasa sakit atau mengelola gejala yang muncul, meskipun pengetahuan mereka secara formal mungkin terbatas. Penting untuk diingat bahwa pengetahuan yang kurang dapat membatasi pemahaman seseorang tentang penanganan dismenore.(Purba, 2016).

Hasil penelititan ini menunjukkan siswi yang memiliki pengetahuan kurang serta upaya penanganan disminorhea kurang memahami cukup kurang atau rendah. Rendahnya pengetahuan siswi tentang penanganan nyeri haid disebabkan karna kurangnya informasi tentang kesehatan reproduksi siswi khususnya mengenai nyeri haid. Siswi beranggapan bahwa nyeri haid bukanlah hal yang normal dialami oleh wanita saat menstruasi sehinnga responden banyak yang tidak melakukan penanganan pada saat

ISSN : 2797 0019 | E-ISSN : 2797 0361

terjadi nyeri haid. Perilaku penanganan dismenore yang dilakukan remaha putri tergolong kurang karena kurangnya pengetahuan yang diperoleh remaja putri tentang dismenore. Hal ini sesuai dengan teori menurut Fitriani, 2011 yang menyatakan bahwa dari pengalaman dan penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng. Dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Kurangnya perilaku remaja putri dalam menangani dismenore ketika menstruasi terjadi karena kurangnya kesadaran remaja putri mengetahui penyebab, gejala, dan cara penanganannya, sehingga remaja putri tidak pernah memeriksanya ke petugas kesehatannya. Selain itu kurangnya ketertarikan untuk mencari berbagai informasi mengenai dismenore sehingga remaja putri kurang mengetahui perilaku penanganan dismenore yang baik.

Menurut asumsi peneliti adanya hubungan pengetahuan dengan penanganan disminorhea di SMA Negeri 21 Makassar. Karena pengetahuan siswi sangat mempengaruhi penanganan disminorhea, karena semakin baik pengetahuan yang dimiliki responden, maka semakin baik pula perilaku yang ditunjukkan untuk penanganan disminorhea. Pada upaya yang dapat dilakukan oleh seseorang responden untuk meningkatkan pengetahuan tentang penanganan disminorea yaitu dengan cara memperbanyak mencari atau mendengar informasi dari berbagai sumber seperti media, orang tua, tenaga kesehatan maupun dari teman dekat, karena informasi dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang.

Kesimpulan

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Ada hubungan pengetahuan siswi tentang menstruasi dengan upaya penanganan disminorhea di SMA Negeri 21 Makassar. Hasil uji dari korelasi dengan menggunakan uji chi-square didapatkan hasil ρ value 0,017 <0,05, yang berarti Ha diterima.

Ucapan terima kasih

Terima kasih kepada pihak yang sudah membantu peneliti selama berlangsungnya penelitian ini, besar harapan peneliti agar hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi siswi, remaja, serta peneliti selanjutnya. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan dukungan teknis, administratif, serta kontribusi lain yang membantu kelancaran pengumpulan dan pengolahan data, namun tidak memenuhi kriteria untuk dicantumkan sebagai penulis dalam naskah ini. Seluruh bantuan yang diberikan sangat berperan dalam mendukung terselenggaranya penelitian ini dengan baik

Referensi

Agustin. (2018). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dismenore Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswi Akper AS-Syafi'iyah.* Jakarta : Kesehatan Jiwa.

Ernawati, A, A., & Askar, M. (2019). The Relation Of Length Of Use The Injected Contraception with Sexuality On Fertile Women in COverage Area Of Puskesmas Caile, Bulukumba, Indonesia. *Urban Health*.

Estuningtyas. (2018). *Kesehatan jiwa Remaja.* Yogyakarta: Psikosain.

Fauzia, L., Saraswati, A. I., Nurbaya, S., & BN, I.R. (2023). hubungan Ketersediaan Alat Pelindung Diri (APD) dengan Kepatuhan Perawat dalam Penggunaan APD di Rumah Sakit Sulawesi Selatan. An Idea Nursing Journal.

Heni, dkk. (2023). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Dismenore Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri.* Jawa Barat: HealthCare Nursing Journal.

Isnainy, dkk. (2021). *Kompres Hangat Untuk Menurunkan Disminore.* Desa Padang Tambak Kecamatan Way Tenong Kabupaten Lampung Barat: Jurnal Kreativitas Pengabdian Masyarakat.

Kusmiran. (2016). *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita* . Jakarta: Salemba Medika.

Magelang. (2019). *Analisis Penanganan Dismenore Dengan Terapi Non Farmakologi : Literature Review.*

Muzakkir, Al-Hijrah, M. F., Husnaeni, H., & Muzdalia, I. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Personal Hygiene pada Remaja Putri SMP Negeri 4 Majene. *Journal of Health, Education and Literacy (J-Healt)*.

Nurmala. (2018). *Kesehatan Reproduksi Wanita Di Sepanjang Daur Kehidupan.* In Kesehatan Reproduksi Wanita Di Sepanjang Daur Kehidupan.

Nursalam. (2016). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan* . Jakarta: Medika.

Pakpahan. (2021). *Promosi Kesehatan & Perilaku Kesehatan.* Yayasan Kita Menulis.

Pratama, (2021). *Karakteristik perkembangan remaja.* edukasimu.org.

Prathita. (2017). *Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.* Jurnal Kesehatan Andalas.

Rachmawati. (2019). *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku.* Wineka Media.

Ratnawati. (2017). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Reproduksi (P.B. Press,ed)*.

ISSN : 2797 0019 | E-ISSN : 2797 0361

Rifiona, D. (2023). *Hubungan Pengetahuan Tentang Mestruasi Dengan Perilaku Kesehatan Peserta Didik SMAN 2 Padang Untuk Mengantisipasi Dismenore Primer.* Universitas Negeri Padang: Jurnal Keislaman Dan Ilmu Pendidikan.

Salamah. (2019). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Tentang Dismenore Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 10.* Medan: Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia.

Saputri, N. (2022). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Penanganan Dismenore Primer Pada Remaja Putri.* Universita Dharmas Indonesia: Jurnal Kesehatan Masyarakat.

Syapitri. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan .* Malang : Ahlimedia Press.

Sinaga. (2021). *Pendidikan Kesehatan Dan Ilmu Perilaku.* Yayasan Kita Menulis.

Teknik, et al. (2019). *Efektifitas Teknik Yoga Dan Abdominal Stretching exercise terhadap intensitas nyeri Haid (Dismenore) Pada Mahasiswi Di Fakultas Ilmu Kesehatan.* Magelang: Jurnal Kesehatan Nasional .

Widaningsih. (2017). *peningkatan Remaja Putri Dalam Pencegahan Dismenore Pada Remaja Putri .* Bekasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat.

Widyawati. (2020). *Buku Ajar Promosi Kesehatan Untuk Mahasiswa.* Medan.

ISSN : 2797 0019 | E-ISSN : 2797 0361