

## PERNYATAAN

Dengan ini kami selaku Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Majapahit Mojokerto :

Nama : Harni Putri Kurniasari

NIM : 1714201011

Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan

~~Setuju/tidak setuju~~ naskah jurnal ilmiah yang disusun oleh yang  
bersangkutan setelah mendapat arahan dari Pembimbing, dipublikasikan  
~~dengan/tanpa~~ mencantumkan nama tim pembimbing sebagai co-author.

Demikian harap maklum

Long Ikis, 30 Agustus 2021



Harni Putri Kurniasari  
NIM : 1714201011

Mengetahui,

Pembimbing 1



Atikah Fatmawati, S. Kep, Ns., M. Kep.  
NIK. 220 250 155

Pembimbing 2



Fitria Wahyu A. S. Kep, Ns., M. Kep  
NIK. 220 250 133

**HALAMAN PENGESAHAN**

**JURNAL SKRIPSI**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN REPRODUKSI TERHADAP *SELF CARE* REMAJA PUTRI DENGAN NYERI MENSTRUASI (*DISMENORE*)  
PRIMER DI SMAN 2 LONG IKIS**



**HARNI PUTRI KURNIASARI**

**1714201011**

**Pembimbing 1**

**Atikah Fatmawati, S. Kep, Ns., M. Kep.  
NIK. 220 250 155**

**Pembimbing 2**

**Fitria Wahyu A. S. Kep, Ns., M. Kep  
NIK. 220 250 133**

**PENDIDIKAN KESEHATAN REPRODUKSI MENINGKATKAN *SELF CARE*  
REMAJA PUTRI DENGAN (*DISMENORE*) PRIMER DI LONG IKIS**

**Harni Putri Kurniasari**

Program Studi S1 Keperawatan STIKes Majapahit  
[putrijenong015@gmail.com](mailto:putrijenong015@gmail.com)

**Atikah Fatmawati, S.Kep,Ns.,M.Kep**

Dosen Pembimbing STIKes Majapahit Mojokerto  
[tikaners87@gmail.com](mailto:tikaners87@gmail.com)

**Fitria Wahyu A, S.Kep,Ns.,M.Kep**

Dosen Pembimbing STIKes Majapahit Mojokerto  
[fitria.hariyadi@gmail.com](mailto:fitria.hariyadi@gmail.com)

**Abstrak** -*Self care* merupakan masalah serius yang akan menentukan perilaku dan status kesehatan saat *dismenore*. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan *self care* pada saat *dismenore* yaitu dengan memberikan pendidikan kesehatan reproduksi. Penelitian ini **bertujuan** untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi terhadap *self care* remaja putri dengan nyeri menstruasi (*dismenore*) primer di SMAN 2 Long Ikis. **Desain penelitian** ini adalah *quasy-experimental* dengan pendekatan *two-group pre-post test design*. Teknik *sampling* yang digunakan *proportionate stratified random sampling* pada 60 remaja putri. Alat ukur menggunakan kuesioner ADSCS. **Hasil penelitian** menunjukkan bahwa *post-test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol didapatkan nilai t-bebas (tidak berpasangan) 4.055. **Analisis data** menggunakan uji statistik *paired sample t-test* dengan hasil pada kelompok eksperimen (*p-value* 0,000) sedangkan pada kelompok kontrol (*p-value* 0,196). Yang berarti pada kelompok eksperimen lebih kecil dari nilai *alfa* ( $0,000 < 0,05$ ) maka ada pengaruh yang signifikan *pre-post test* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. **Kesimpulan** : hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi terhadap *self care* remaja putri dengan nyeri menstruasi (*dismenore*) primer di SMAN 2 Long Ikis. Dengan demikian disarankan untuk sekolah agar senantiasa bekerjasama dengan puskesmas terdekat untuk kegiatan penyuluhan kesehatan minimal seminggu sekali.

**Kata Kunci** : Pendidikan Kesehatan Reproduksi, *Self Care*, *Dismenore Primer*.

**Abstract** -Self-care is a serious problem that will determine behavior and health status during dysmenorrhea. Efforts that can be made to overcome self-care during dysmenorrhea are by providing reproductive health education. The purpose of the study was to analyze the effect of reproductive health education on self-care for adolescent girls with primary menstrual pain (dysmenorrhea) at SMAN 2 Long Ikis. The design of this study was quasi-experimental with a two-group pre-post test design approach. The sampling technique used was proportionate stratified random sampling on 60 young women. The measuring instrument uses the ADSCS questionnaire. The results showed that the post-test in the experimental and control groups obtained an independent (unpaired) t-value of 4,055. Data analysis showed results in the experimental group (p-value 0.000) while in the control group (p-value 0.196). This means that the experimental group is smaller than the alpha value ( $0.000 < 0.05$ ), then there is a significant pre-post test effect between the experimental and control groups. Conclusion: This shows an effect of reproductive health education on self-care for adolescent girls with primary dysmenorrhea at SMAN 2 Long Ikis. Thus, it is recommended for schools to always cooperate with the nearest health center for health counseling activities at least once a week.

**Keywords:** Reproductive Health Education, Self Care, Primary Dysmenorrhea

## **PENDAHULUAN**

Setiap wanita memiliki pengalaman menstruasi yang berbeda-beda. Ada sebagian wanita yang mendapatkan menstruasi dengan tidak adanya keluhan, namun ada sebagian dari mereka yang mendapatkan menstruasi disertai keluhan nyeri, sehingga mengakibatkan rasa ketidaknyamanan (Februanti, 2017). Ada beberapa dampak yang sering dialami oleh remaja putri pada saat dismenore antara lain: rasa letih (lemas), sakit di daerah bawah pinggang, perasaan cemas dan tegang, bingung, mual muntah, pusing kepala, diare, kram pada perut dan sakit perut, serta gangguan aktivitas sehari-hari (Oktavianto et al., 2018). Dampak yang terjadi pada remaja usia sekolah bisa menyebabkan terganggunya aktivitas disekolah dan remaja yang tidak mendapatkan informasi tentang menstruasi dan kesehatan reproduksi yang tepat, akan berfikir bahwa menstruasi itu nyeri, tidak nyaman dan malu jika darah menstruasi terlihat dari luar/tembus. (Sari et al., 2018 & An et al., 2020).

Menurut WHO sebanyak 1 miliar manusia atau 1 di antara 6 penduduk dunia mayoritas anak remaja. Di dunia angka *dismenorea* sangat besar, rata-rata lebih dari

50% putri di setiap negara mengalami *dismenore* (Asroyo et al., 2019). Prevalensi kejadian *dismenore* primer di dunia diperkirakan 85% di Amerika Serikat; 84,1% di Italia; 40,7% di India dan 93% di Australia (Acheampong et al., 2019). Selain itu, Angkakejadian *dismenore* di Indonesia mencapai 60-70%, angka kejadian *dismenore* tipe primer di Indonesia sekitar 54,89%, sedangkan sisanya adalah *dismenore* dengan tipe sekunder (Asroyo et al., 2019).

Pendidikan kesehatan reproduksi merupakan faktor yang paling penting dalam mempengaruhi perawatan diri pada remaja putri, faktor yang mempengaruhi yaitu kurangnya fasilitas pelayanan kesehatan, buruknya pengetahuan yang dipengaruhi oleh faktor pendidikan, pengalaman, dan kurangnya sumber informasi yang dimiliki, kurangnya *personality* (perawatan antenatal, paritas, gizi kurang, keselamatan kerja), psikologi (konflik dan peran seksual), adat istiadat, sosial ekonomi (kemiskinan dan status wanita yang rendah).

Perilaku *self care* saat menstruasi merupakan masalah serius yang akan menentukan perilaku dan status kesehatan remaja, saat menstruasi perilaku *self care* yang benar sangat berperan penting untuk meningkatkan dan memelihara kesehatan selama menstruasi. Upaya yang dilakukan dalam melakukan perilaku *self care* saat menstruasi harus dilakukan secara baik dan benar. Hal-hal utama yang harus diperhatikan dalam pemeliharaan kesehatan reproduksi yaitu sering mengganti celana dalam, mengganti pembalut setiap 3-4 jam sekali, mandi setiap hari terutama pada saat *dysmenorrhea*, membasuh hingga bersih area genitalia. Seseorang yang tidak menjaga *self care* akan menimbulkan rasa ketidaknyamanan dan risiko masalah kesehatan (Sarwinanti, 2020).

Didapatkan bahwa hasil penelitian pada remaja putri terhadap *self care* yang termasuk dalam kategori buruk dan menetap dipengaruhi beberapa faktor. Salah satunya yaitu kurangnya promotif dari sekolah terkait pendidikan kesehatan reproduksi terhadap *self care* remaja putri dengan *dismenore*. Dimana dalam hal ini dilakukan penelitian, pada sebagian responden mengaku bahwa untuk remaja putri kelas ips tidak mempelajari materi reproduksi sehingga masih ada remaja putri yang hanya sekedar tau melalui media informasi dan teman-temannya sehingga informasi yang didapatkan kurang maksimal. Maka dari itu dilakukan upaya pemberian intervensi secara

berkesinambungan dan adanya tindak lanjut yang dilakukan oleh guru disekolah sehingga dapat menjadi kebiasaan baik dan pengetahuan menjadi lebih baik lagi untuk meningkatkan kesehatan individu. *Self care* pada saat *dismenore* yang kurang akan mempengaruhi sikap dan perilaku dalam seseorang. Bila pengetahuan baik maka akan mempengaruhi *self care* pada saat *dismenore* yang baik pula dan sebaliknya. Jika pengetahuan pada kesehatan reproduksi kurang maka dampak yang akan terjadi selalu diabaikan. Pendidikan kesehatan merupakan suatu proses perubahan perilaku yang dinamis dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilaku remaja putri seperti pengetahuan, sikap, ataupun praktik yang berhubungan dengan tujuan hidup sehat baik individu, kelompok maupun masyarakat serta merupakan komponen dari program kesehatan.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasy-experimental* dengan pendekatan *two group pre-post test design*. Populasi pada penelitian ini berjumlah 70 responden. Teknik *sampling* yang digunakan *proportionate stratified random sampling* dengan sampel 60 remaja putri. Analisis data menggunakan uji statistik *paired sample t-test* dengan hasil uji hipotesis yaitu  $P < 0,05$  maka  $H_1$  di terima.

Proses pengumpulan data dari penelitian ini yakni, setelah mendapatkan persetujuan dari institusi STIKes Majapahit Mojokerto dan mendapatkan surat keterangan untuk penelitian, karena proses pengumpulan data dilakukan ditengah pandemi Covid-19 maka peneliti kemudian mengumpulkan nomor telepon dan mendata responden secara daring.

Alat ukur menggunakan kuesioner rekomendasi dari *adolescent dysmenorrheic self-care scale* (ADSCS) (Gau & Li, 2004). Penyebaran kuisisioner dilakukan secara *online* menggunakan *google form*. Adapun prosedur pelaksanaan, subjek akan diberikan sebuah *link* yang disebarakan melalui sosial media. Setelah prosedur penelitian selesai dan data sudah terkumpul semua, peneliti akan melakukan pemeriksaan kelengkapan data yang diperoleh dari responden. Selanjutnya data akan diolah dengan menggunakan sistem komputer pada program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut akan disajikan hasil dari pengolahan data penelitian “pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi terhadap *self care* remaja putri dengan nyeri menstruasi (*dismenore*) primer di SMAN 2 Long Ikis”.

### 1. Data Umum

#### a. Karakteristik responden

Tabel 1 Karakteristik Responden

No	Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
1	<b>Usia</b> 14 – 16 tahun	31	51.7
	17 – 18 tahun	29	48.3
2	<b>Usia Menarche</b> 9 – 10 tahun	10	16.7
	12 – 15 tahun	50	83.3
3	<b>Kelas</b> 10	36	60
	11	24	40
4	<b>Pengalaman Mendapatkan Informasi</b> Belum Pernah	2	3.4
	Pernah	58	96.9
5	<b>Sumber Informasi</b> Guru	28	46.7
	Keluarga/Teman	5	8.3
	Tenaga Kesehatan	12	20
	Media Informasi (TV/Internet, buku/majalah)	13	21.7
	Tidak dari siapapun	2	3.3
6	<b>Status Menstruasi</b> Normal	52	86.7
	Tidak Normal	8	13.3
7	<b>Keluhan Saat Nyeri Menstruasi</b> Belum Pernah	57	95
	Pernah	3	5

Hasil penelitian menunjukkan karakteristik responden berdasarkan usia, bahwa sebagian besar berusia 14 – 16 tahun yaitu 31 responden (51.7%). Data Khusus

#### a. Mengidentifikasi *self care* remaja putri sebelum di berikan pendidikan kesehatan reproduksi di sman 2 long ikis.

Tabel 2 Sebelum diberikan intervensi

No	Self Care	Pre-Test Eksperimen		Pre-Test Kontrol	
		Frekuensi	Presentase (%)	Frekuensi	Presentase (%)
1	Buruk	12	40	9	30
2	Sedang	14	46.7	16	53.3
3	Baik	4	13.3	5	16.7
Total		30	100	30	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen hampir setengahnya responden saat sebelum diberikan intervensi menjawab sedang yaitu 14 reponden (46.7%). Sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar responden sebelum (dibiarkan tidak diberikan intervensi) menjawab sedang yaitu 16 reponden (53.3%).

- b. Mengidentifikasi *self care* remaja putri sesudah di berikan pendidikan kesehatan reproduksi di sman 2 long ikis.

Tabel 3 Sesudah diberikan intervensi

No	Self Care	Post-Test Eksperimen		Post-Test Kontrol	
		Frekuensi	Presentase (%)	Frekuensi	Presentase (%)
1	Buruk	1	3.3	6	20
2	Sedang	18	60	21	70
3	Baik	11	36.7	3	10
Total		30	100	30	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen sebagian besar responden saat sesudah diberikan intervensi menjawab sedang yaitu 18 reponden (60%). Sedangkan pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa sebagian besar responden sesudah (dibiarkan tidak diberikan intervensi) menjawab sedang yaitu 21 reponden (70%).

- c. Menganalisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi terhadap *Self Care* Remaja Putri dengan Nyeri Menstruasi (*Dismenore*) Primer di SMAN 2 Long Ikis.

Tabel 4 Pengaruh sebelum dan sesudah pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

No	Self Care	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
		Pre-Test	Post-Test	Pre-Test	Post-Test
1	Buruk	12	1	9	6
2	Sedang	14	18	16	21
3	Baik	4	11	5	3
<b>t - Berpasangan</b>		-7.886		-1.324	
<b>P - value</b>		0.000		0.196	
<b>t - Bebas (Tidak Berpasangan) Post-Test Eksperimen dan Kontrol</b> 4.055					
<b>P - value Post-Test Eksperimen dan Kontrol</b> 0.000					

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa hasil uji statistik *paired sample t-test* pada masing masing kelompok bahwa hasil signifikan pada kelompok eksperimen (*pre-post test*) sebesar *p value* = 0.000 dengan nilai *t* berpasangan

-7.886, maka  $p$  value  $< 0.05$  yang artinya ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan intervensi, sedangkan diperoleh hasil pada kelompok kontrol (*pre-post test*)  $p$  value = 0.196 dengan nilai  $t$  berpasangan -1.324, maka  $p$  value  $> 0.05$  yang artinya tidak ada pengaruh sebelum dan sesudah.

## PEMBAHASAN

Karakteristik responden berdasarkan usia menarche hampir seluruhnya berusia 12 – 15 tahun, yaitu 50 responden (83.3%). Karakteristik responden berdasarkan kelas, sebagian besar kelas 10, yaitu 36 responden (60%). Karakteristik responden berdasarkan pengalaman mendapatkan informasi, hampir seluruhnya pernah mendapat informasi yaitu 58 responden (96.6%). Karakteristik responden berdasarkan sumber informasi hampir seluruhnya melalui guru yaitu 28 responden (46.7%). Karakteristik responden berdasarkan status menstruasi bahwa hampir seluruhnya responden status menstruasi nya normal yaitu 52 responden (86.7%). Karakteristik responden berdasarkan keluhan saat nyeri menstruasi bahwa hampir seluruh responden pernah mendapat keluhan saat nyeri menstruasi yaitu 57 responden (95%).

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen hampir setengahnya responden saat sebelum diberikan intervensi menjawab sedang yaitu 14 responden (46.7%). Sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar responden sebelum (dibiarkan tidak diberikan intervensi) menjawab sedang yaitu 16 responden (53.3%).

Berdasarkan penelitian diatas menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen sebagian besar responden saat sesudah diberikan intervensi menjawab sedang yaitu 18 responden (60%). Sedangkan pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa sebagian besar responden sesudah (dibiarkan tidak diberikan intervensi) menjawab sedang yaitu 21 responden (70%).

Sedangkan berdasarkan hasil uji statistik independent samples test diperoleh hasil sesudah diberikan intervensi pada kelompok eksperimen dan dibiarkan saja pada kelompok kontrol terdapat perbedaan pada rata-rata skor *self care* ( $p$  value 0.000) dengan nilai ( $t$  bebas 4.055).

Hal tersebut bisa dipengaruhi oleh beberapa faktor yakni kurangnya promotif dari sekolah terkait pendidikan kesehatan reproduksi terhadap *self care* remaja putri dengan *dismenore*. Dimana dalam hal ini dilakukan penelitian, pada sebagian responden mengaku bahwa untuk remaja putri kelas ips tidak mempelajari materi reproduksi sehingga masih ada remaja putri yang hanya sekedar tau melalui media informasi dan teman-temannya sehingga informasi yang didapatkan kurang maksimal. Maka dari itu dilakukan upaya pemberian

intervensi secara berkesinambungan dan adanya tindak lanjut yang dilakukan oleh guru disekolah sehingga dapat menjadi kebiasaan baik dan pengetahuan menjadi lebih baik lagi untuk meningkatkan kesehatan individu.

*Self care* pada saat *dismenore* yang kurang akan mempengaruhi sikap dan perilaku dalam seseorang. Bila pengetahuan baik maka akan mempengaruhi *self care* pada saat *dismenore* yang baik pula dan sebaliknya. Jika pengetahuan pada kesehatan reproduksi kurang maka dampak yang akan terjadi selalu diabaikan. Pendidikan kesehatan merupakan suatu proses perubahan perilaku yang dinamis dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilaku remaja putri seperti pengetahuan, sikap, ataupun praktik yang berhubungan dengan tujuan hidup sehat baik individu, kelompok maupun masyarakat serta merupakan komponen dari program kesehatan.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan media leaflet dan dijelaskan melalui voice note dalam hal edukasi kepada kelompok eksperimen. Berdasarkan pengamatan pada saat penelitian menunjukkan bahwa media leaflet *self care* dan leaflet *dismenore* memberikan persepsi yang baik terhadap kemampuan berfikir remaja putri.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan pada analisis data yang digunakan yaitu uji statistik *paired sample t-test* dengan hasil pada kelompok eksperimen (*pre-post test*) sebesar  $p$  value = 0.000 sehingga terdapat pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi terhadap *self care* remaja putri dengan nyeri menstruasi (*dismenore*) primer di sman 2 long ikis.

Diharapkan pihak sekolah sebaiknya bekerja sama dengan puskesmas terdekat guna melakukan kegiatan penyuluhan kesehatan minimal seminggu sekali, sehingga dapat menanamkan pemahaman sejak dini kepada remaja putridi setiap sekolah tentang pentingnya perawatan diri (*self care*) pada saat nyeri menstruasi guna meningkatkan derajat kesehatan dan cara pencegahan penyakit.

## DAFTAR PUSTAKA

- Acheampong, K., Baffour-Awuah, D., Ganu, D., Appiah, S., Pan, X., Kaminga, A., & Liu, A. (2019). Prevalence And Predictors Of Dysmenorrhea, Its Effect, And Coping Mechanisms Among Adolescents In Shai Osudoku District, Ghana. *Obstetrics And Gynecology International*, 2019. <https://doi.org/10.1155/2019/5834159>
- An, Q. U. R., Desa, W., Rt, T., & Kashan, T. (2020). *Menstruasi Sehat Pada Remaja Putri Di Sanggar Disminore Gadis Qur'an Wilayah Desa Tlogo Rt 05 Tamantirto Kashan Bantul*. 3(April), 148–155.
- Andi Yulia Kasma, A. A. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Metode Brainstorming Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Sma Tentang Perilaku Hygiene Menstruasi Di Kabupaten Wajo. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 142–150.
- Asroyo, T., Nugraheni, T. P., & Masfiroh, M. A. (2019). Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Sebagai Terapi Dismenore Terhadap Penurunan Skala Nyeri [The Effect Of Curcumin Tamarind As Therapy Against Decreasing Dysmenorrhea]. *Indonesia Jurnal Farmasi*, 4(1), 24–28.
- Februanti, S. (2017). *Pengetahuan Remaja Putri Tentang Penanganan*. 17, 157–165.
- Gau, C. H. M., & Li, H. M. C. (2004). *Pengembangan Dan Pengujian Psikometri Skala Perawatan Diri Untuk Remaja Dismenore*. 12(2), 119–130.
- Oktavianto, E., Kurniati, F. D., Badi'ah, A., & Bengu, M. A. (2018). Nyeri Dan Kecemasan Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Remaja Dismenore. *Health Sciences And Pharmacy Journal*, 2(1), 22. <https://doi.org/10.32504/Hspj.V2i1.24>
- Rochkmana, M. J. (2016). *Pengaruh Penyuluhan Perawatan Diri Saat Menstruasi Dengan Media Gambar Terhadap Perilaku Siswi Kelas Vii Smp Negeri 3 Gamping*. <http://digilib2.unisayogya.ac.id/handle/123456789/2348>
- Sari, S. E., Kartasurya, M. I., & Pangestuti, D. R. (2018). *Anemia Dan Aktivitas Fisik Yang Ringan Mempengaruhi Faktor Risiko Dismenore Pada Remaja Putrile*. 6, 437–444.
- Sarwinanti, K. A. D. (2020). *Literatur Review Tentang Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Terhadap Perilaku Perawatan Diri Saat Menstruasi*. 307–315.