

PENGARUH PENYULUHAN TENTANG DISMENOREA TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN GANGGUAN HAID PADA SISWI SMA DI KECAMATAN SEMARANG BARAT

Dessy K.S. Wiyono¹, Yuli Trisetiyono², Dodik Pramono³

¹ Mahasiswa Program Pendidikan S-1 Kedokteran Umum, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro

² Staf Pengajar Ilmu Obsgin Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro

³ Staf Pengajar Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. H. Soedarto, SH., Tembalang -Semarang 50275, Telp. 02476928010

ABSTRAK

Latar Belakang: Dismenorea merupakan gangguan terkait siklus haid yang sering terjadi pada perempuan terutama pada masa remaja. Angka kejadian dismenorea yang tinggi ini menjadikan dismenorea penting untuk dipahami oleh setiap perempuan. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pemahaman ini adalah dengan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan.

Tujuan: Mengetahui pengaruh penyuluhan tentang dismenorea terhadap tingkat pengetahuan gangguan haid pada siswi SMA di Kecamatan Semarang Barat.

Metode: Rancangan penelitian yang digunakan adalah quasi experimental pre test post test kelompok perlakuan dan test kelompok kontrol. Subjek penelitian adalah siswi kelas X-XI SMAN 6, SMA Krista Mitra dan SMAK Tri Tunggal yang memenuhi kriteria inklusi. Sampel dibagi dalam kelompok perlakuan (n=40) dan kelompok kontrol (n = 40). Pada kelompok perlakuan diberikan penyuluhan dismenorea, sedangkan pada kelompok kontrol tidak. Data diperoleh dari kuesioner yang diisi oleh setiap responden dan kemudian dianalisis menggunakan SPSS dengan uji t berpasangan dan uji Mann Whitney.

Hasil: Berdasarkan analisis data yang diperoleh, hasil uji t berpasangan menunjukkan adanya perbedaan tingkat pengetahuan yang bermakna pada kelompok perlakuan sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan dismenorea ($p < 0,001$). Juga didapatkan hasil pada uji Mann Whitney menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna antara post test kelompok perlakuan dengan test kelompok kontrol ($p = 0,000$).

Kesimpulan: Penyuluhan tentang dismenorea berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan gangguan haid pada siswi SMA di Kecamatan Semarang Barat.

Kata kunci: penyuluhan, tingkat, pengetahuan, dismenorea

ABSTRACT

THE INFLUENCE OF DYSMENORRHEA COUNSELING AGAINST LEVEL OF KNOWLEDGE ON MENSTRUAL DISORDERS OF SENIOR HIGH SCHOOL FEMALE STUDENTS IN WEST OF SEMARANG SUB-DISTRICT

Background: Dysmenorrhea is one of the menstrual cycle related disorders which occurs frequently in women, especially in adolescence. The high prevalence of dysmenorrhea makes dysmenorrhea really important to be understood by all women. One way that can be done to improve the understanding about dysmenorrhea is through education such as counseling.

Purpose: Knowing the influence of dysmenorrhea counseling against level of knowledge on menstrual disorders of senior high school female students in West of Semarang Sub-district.

Method: The research design was a quasi experimental pre test post test on experimental group and test on control group. The subjects in this research were female students of X-XI

grade of SMAN 6, SMA Krista Mitra and SMAK Tri Tunggal who fulfilled the inclusion criterias. The samples were divided into experimental group (n=40) and control group (n=40). The experimental group was given dysmenorrhea counseling, whereas in the control group did not. The data obtained from questionnaires filled out by each of the respondents and then analyzed using SPSS with paired t-test and Mann Whitney test.

Results: Based on the data analysis, the result using paired t-test showed there was significant level of knowledge difference in the experimental group before and after the grant of the dysmenorrhea counseling (p=0,001). Also obtained, the result using Mann Whitney test showed there was significant level of knowledge difference between experimental group post test and test control group (p=0,000).

Conclusion: Dysmenorrhea counseling effect on menstrual disorders level of knowledge of senior high school female students in West of Semarang Sub-district.

Key words: Counseling, level of knowledge, dysmenorrhea

PENDAHULUAN

Masa remaja pada perempuan merupakan masa persiapan secara fisik dan psikologi untuk menjadi seorang ibu di kemudian hari, sehingga kesehatan remaja perempuan tidak hanya mempengaruhi dirinya sendiri, tetapi kesehatan generasi mendatang pun juga terpengaruhi.¹ Salah satu perubahan fisiologis yang terjadi pada remaja perempuan adalah menstruasi.² Menstruasi adalah perdarahan uterus beserta pelepasan endometrium yang berlangsung secara periodik dan siklik.³ Proses alamiah ini menandakan bahwa organ reproduksi perempuan telah berfungsi matang.² Pada umumnya menstruasi berlangsung setiap bulannya selama usia subur wanita yang tidak sedang hamil.³

Gangguan ginekologi yang sering terjadi pada remaja adalah gangguan yang berkaitan dengan siklus menstruasi. Beberapa di antaranya adalah dismenorea dan *Pre Menstrual Syndrome* (PMS).⁴ Selama menstruasi, setiap perempuan memiliki pengalaman berbeda dimana sebagian di antaranya mengalami rasa tidak nyaman di panggul atau nyeri.² Rasa nyeri saat menstruasi inilah yang disebut sebagai dismenorea. Dismenorea adalah gangguan yang sering dialami remaja perempuan saat menstruasi.⁵ Dismenorea sendiri dibagi menjadi dismenorea primer (tanpa kelainan alat-alat genital yang nyata) dan dismenorea sekunder (disebabkan oleh kelainan ginekologik).³

Berbagai studi menyebutkan bahwa dismenorea terjadi pada kisaran 15,8%- 89,5% perempuan di dunia.⁶ Hasil sebuah studi di China tahun 2010 menyebutkan 56,4% mahasiswi sebuah universitas mengalami dismenorea.⁷ Di Indonesia sendiri dismenorea terjadi pada 60–70% perempuan.⁸ Berdasarkan sebuah studi disebutkan bahwa insidensi dismenorea

meningkat dari remaja awal ke remaja akhir dan menjadi lebih sering pada periode remaja menengah dan akhir ketika siklus ovulasi sudah terbentuk dengan baik.⁹

Banyak remaja perempuan khususnya di negara berkembang hanya memiliki sedikit pengetahuan mengenai dismenorea dan gangguan terkait menstruasi lainnya, walaupun dismenorea sering terjadi.⁵ Oleh karena itu, adalah sangat penting untuk membangun dan meningkatkan kesadaran pada remaja perempuan mengenai gejala normal dan abnormal saat menstruasi, serta mengajak remaja perempuan untuk meminta anjuran medis untuk masalah mereka, seperti dismenorea yang dapat menyebabkan komplikasi pada sistem reproduksi.

Pendidikan kesehatan dibutuhkan untuk meningkatkan pengetahuan remaja sehingga mempengaruhi perilaku remaja dalam menghadapi masalah tertentu. Tujuan akhir dari pendidikan kesehatan tersebut adalah agar remaja dapat mempraktikkan hidup sehat bagi dirinya sendiri dan masyarakat.¹⁰ Hal-hal di atas menunjukkan pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja wanita, khususnya mengenai dismenorea. Oleh karena itu, penelitian dilakukan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan dismenorea terhadap tingkat pengetahuan tentang gangguan haid pada siswi kelas X-XI Sekolah Menengah Atas (SMA) di Kecamatan Semarang Barat.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian penyuluhan mengenai dismenorea terhadap tingkat pengetahuan terhadap gangguan haid pada siswi SMA di Kecamatan Semarang Barat. Sampel penelitian ini terdiri dari 80 siswi SMA kelas X-XI yang dibagi menjadi kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, masing-masing 40 siswi, dimana kelompok perlakuan diberi penyuluhan tentang dismenorea dan kelompok kontrol tidak diberi penyuluhan dismenorea.

Penelitian dilakukan untuk membandingkan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan serta antara tingkat pengetahuan kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Pengukuran tingkat pengetahuan didapatkan dari hasil pengisian kuesioner oleh masing-masing sampel. Pada kelompok perlakuan, kuesioner diberikan dua kali yaitu sebagai *pre test* dan *post test*, sedangkan pada kelompok kontrol kuesioner hanya diberikan satu kali. Pengisian kuesioner pada kelompok kontrol hanya dilakukan satu kali oleh karena rangkaian penelitian pada kelompok perlakuan dilakukan sekaligus dalam satu dimana *post test* diberikan segera setelah penyuluhan selesai dan tidak terdapat jeda waktu, serta tidak

dianalisis variabel perancu yang dapat berpengaruh dalam jeda waktu tersebut, sehingga pengisian kuesioner satu kali pada kelompok kontrol dianggap cukup.

HASIL

Pada analisis tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan pada kelompok perlakuan, hasil uji normalitas data menggunakan metode *Saphiro-Wilk* didapatkan nilai $p > 0,05$ yakni 0,058 pada *pre test* dan 0,077 pada *post test*, sehingga dapat disimpulkan bahwa data terdistribusi normal dan dapat dilakukan analisis data menggunakan uji t berpasangan. Data mengenai tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah penyuluhan ditunjukkan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Uji beda *pre test* dan *post test* pada kelompok perlakuan dengan uji t berpasangan

Kelompok	Mean ± SD	<i>p</i>
<i>Pre test</i>	13,25 ± 1,548	<0,001*
<i>Post test</i>	17,28 ± 1,414	

Keterangan : * Signifikan $p < 0,05$

Dari tabel uji beda berpasangan dengan menggunakan uji t berpasangan antara *pre test* dan *post test* pada kelompok perlakuan didapatkan nilai $p = <0,001$, oleh karena $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan bermakna tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan dengan rerata skor *pre test* 13,25 ± 1,548 dan rerata skor *post test* 17,28 ± 1,414.

Pada analisis tingkat pengetahuan kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, hasil uji normalitas pada data kelompok kontrol menunjukkan bahwa nilai $p < 0,05$ dan dapat disimpulkan bahwa distribusi data tidak normal. Selanjutnya dilakukan usaha transformasi data, namun distribusi data tetap tidak normal, sehingga digunakan uji *Mann Whitney* pada analisis berikut.

Tabel 2. Uji beda skor *post test* perlakuan dan *test* kontrol

Kelompok	Mean ± SD	Median (min – maks)	<i>p</i>
Perlakuan	17,28 ± 1,414	17 (14 – 20)	0,000*
Kontrol	14,20 ± 1,884	14,5 (10 – 17)	

Keterangan : * Signifikan $p < 0,05$

Dari tabel uji beda tidak berpasangan dengan menggunakan *Mann Whitney test* didapatkan nilai $p = 0,000$, oleh karena $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan bermakna antara *post test* kelompok perlakuan terhadap *test* kelompok kontrol dengan rerata skor kelompok perlakuan $17,28 \pm 1,414$ dan rerata skor kelompok kontrol $14,20 \pm 1,884$.

PEMBAHASAN

Hasil analisis data mengenai tingkat pengetahuan pada kelompok perlakuan menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan sesudah pemberian penyuluhan tentang dismenorea. Hasil analisis *pre test* pada kelompok perlakuan didapatkan 7 siswi atau 17,5% sampel yang memiliki skor $> 70\%$ dari skor total. Setelah diberikan penyuluhan dan kemudian dilakukan *post test* didapatkan peningkatan jumlah siswi yang memiliki skor $> 70\%$ dari skor total yaitu menjadi 39 siswi atau 97,5% sampel. Berdasarkan hasil tersebut, maka hipotesis yang menyatakan bahwa penyuluhan tentang dismenorea berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan gangguan haid dapat diterima.

Hasil ini sesuai dengan penelitian-penelitian serupa sebelumnya yaitu oleh Priyanka Ganesa Utami dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Dismenore Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Penanganan Dismenore Pada Siswi SMA Muhammadiyah 1”. Penelitian yang dilakukan di Surakarta dengan sampel sebanyak 53 siswi ini menyebutkan bahwa terdapat peningkatan tingkat pengetahuan setelah diberikan penyuluhan tentang dismenorea. Penelitian lain di Surakarta oleh Sholaikhah Sulistyoningtyas berjudul “Pengaruh Penyuluhan Tentang Penanganan Dismenore Terhadap Sikap Remaja Putri dalam Menghadapi Dismenore (SMPN I Kedawung Sragen)” juga menyatakan bahwa terdapat terdapat pengaruh penyuluhan tentang penanganan dismenore terhadap sikap remaja putri dalam menghadapi dismenore.^{11,12} Persamaan hasil penelitian ini dapat disebabkan oleh persamaan-persamaan materi yang diberikan dalam penyuluhan, juga oleh karena persamaan karakteristik sampel misalnya range umur yang hampir sama.

Hasil analisis data mengenai perbedaan tingkat pengetahuan pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol menggunakan uji *Mann Whitney* menunjukkan adanya perbedaan bermakna dari skor *post test* kelompok perlakuan dan *test* pada kelompok kontrol. Pada kelompok perlakuan didapatkan 39 siswi atau 97,5% sampel yang memiliki skor $>70\%$ dari skor total, sedangkan pada kelompok kontrol hanya didapatkan 20 siswi atau 50% sampel yang memiliki skor $>70\%$ dari skor total.

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian di atas dapat diketahui bahwa penyuluhan dismenorea memiliki pengaruh yang bermakna terhadap peningkatan pengetahuan gangguan haid remaja siswi SMA Negeri 6, SMA Krista Mitra dan SMA Kristen Tri Tunggal Semarang. Metode penyuluhan ini dilakukan dengan cara yang menarik berupa ceramah dengan alat bantu audiovisual yaitu *slideshow* yang berisi materi penyuluhan dan video, sesi tanya-jawab, serta sesi permainan berupa kuis. Cara-cara ini cukup efektif dalam menarik perhatian responden dan membantu responden lebih memahami materi penyuluhan yang diberikan. Hal ini nampak dari keaktifan responden selama sesi tanya jawab dan kuis berlangsung. Pemberian reward berupa souvenir juga meningkatkan keseriusan responden dalam pengisian kuesioner.

Kegiatan pendidikan kesehatan serupa dapat dimanfaatkan untuk menunjang kegiatan belajar-mengajar di sekolah dalam rangka meningkatkan kesadaran remaja akan pentingnya kesehatan reproduksi. Topik-topik kesehatan reproduksi seperti dismenorea dan gangguan haid lainnya dapat didiskusikan di kelas misalnya pada jam BK. Kesadaran mengenai kesehatan reproduksi dan pengetahuan yang baik akan mempengaruhi perilaku remaja ke arah yang lebih baik, dimana nantinya akan berpengaruh pada generasi selanjutnya di masa mendatang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penyuluhan tentang dismenorea berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan gangguan haid siswi SMA di Kecamatan Semarang Barat. Tingkat pengetahuan pada siswi SMA kelompok perlakuan setelah pemberian penyuluhan dismenorea menjadi lebih tinggi dibandingkan sebelum diberi penyuluhan. Tingkat pengetahuan pada siswi SMA kelompok perlakuan yang diberikan penyuluhan dismenorea lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol yang tidak diberikan penyuluhan.

Penelitian lanjutan sebaiknya juga dilakukan dengan jumlah sampel homogen yang lebih besar, pada pusat penelitian yang lebih luas, pembuatan media yang lebih interaktif, serta metode yang berbeda. Aspek yang dapat diteliti selanjutnya dapat berupa pengulangan dari penelitian ini maupun aspek lain seperti *Pre Menstrual Syndrome*, gangguan haid maupun gangguan ginekologik lain.

DAFTAR PUSTAKA

1. Agarwal K, Agarwal A. A study of dysmenorrhea during menstruation in adolescent girls. *Indian J Community Med.* 2010; 35(1): 159-164.
2. Kusmiran E. Kesehatan reproduksi remaja dan wanita. Jakarta: SalembaMedika; 2011.
3. Wiknjosastro H. Ilmu kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirodihardjo; 2009.
4. Edmonds K. Gynaecological disorder of childhood and adolescence :dewhurst's text book of obstetrics and gynaecological. 7thed. London: Blackwell Publishing; 2007.
5. Wong LP. Attitudes towards dysmenorrhoea, impact and treatment seeking among adolescent girls: a rural school-based survey. *Aust. J. Rural Health.* 2011;19:218–223.
6. Calis, KA. Dysmenorrhea [internet]. c2014 [cited 2015 Feb 7]. Available from: <http://emedicine.medscape.com/article/253812-overview#a0156>
7. Zhou HG, Yang ZW, et al. Prevalence of dysmenorrhoea in female students in a chinese university: a prospective study. *Health.* 2010; 2(4): 311-4.
8. Glasier A. Keluarga berencana dan kesehatan reproduksi. Edisi ke 4. Jakarta: EGC; 2005.
9. Liliwati I, Verna LKM, Khairani O. Dysmenorrhoea and it's effect on school activities among adolescent girls in rural school in Singapore Malaysia. *Med. Health J.* 2007; 02: 42-7.
10. Notoatmojo S. Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
11. Utami PG. Pengaruh penyuluhan dismenore terhadap pengetahuan dan perilaku penanganan dismenore pada siswi sma muhammadiyah 1 Surakarta[skripsi]. Surakarta: Universitas Negeri Sebelas Maret; 2012.
12. Sulistyoningtyas S. Pengaruh penyuluhan tentang penanganan dismenore terhadap sikap remaja putri dalam menghadapi dismenore[skripsi]. Surakarta: Universitas Negeri Sebelas Maret; 2012.