

PENGETAHUAN REMAJA DALAM MENGATASI RASA NYERI SAAT HAID PADA REMAJA DI AKADEMI KEBIDANAN KERIS HUSADA JAKARTA

Miyatun¹⁾, Eny Irawati²⁾

Akademi Kebidanan Keris Husada, Jl. Yos Sudarso Komplek Marinir Cilandak, Jakarta Selatan,

Telp. 021- 78845502

Email : miatun80@yahoo.co.id

ABSTRAK

Banyak remaja putri bahkan hampir sebagian besar wanita merasakan sakit saat menstruasi, bahkan adanya rasa tidak nyaman bahkan nyeri hebat inilah yang sering disebut nyeri haid dismenore (Salamah, 2019). Menurut World Health Organization (WHO) dalam Penelitian Hasanuddin (2019), angka kejadian dismenore cukup tinggi di seluruh dunia. Rata-rata insidensi terjadinya dismenore pada wanita muda antara 16.8-81%. Penelitian ini bertujuan untuk Penelitian yang penulis lakukan melalui penelitian ini adalah Untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Remaja Dalam Mengatasi Rasa Nyeri Saat Haid (*Dismenore*) pada remaja putri di Akademi Kebidanan Keris Husada. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan cross sectional. Sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling dengan jumlah responden adalah 30 mahasiswa dan bersedia sebagai responden. Dari hasil penelitian didapatkan pengetahuan remaja dalam mengatasi nyeri haid memiliki pengetahuan Baik 58,8% . Saran Diharapkan Nyeri haid tidak mengganggu proses pembelajaran.

Kata Kunci : Disminore, Nyeri haid, Remaja

Daftar Pustaka : 16 (2010-2018)

OVERVIEW OF ADOLESCENT KNOWLEDGE IN OVERCOMING PAIN DURING MENSTRUATION AT THE KERIS HUSADA MIDWIFERY ACADEMY, JAKARTA IN 2023

ABSTRACT

Many young women, even almost most women, feel pain during menstruation, even the presence of discomfort and even severe pain, this is often called dysmenorrhea menstrual pain (Salamah, 2019). According to the World Health Organization (WHO) in the Hasanuddin Research (2019), the incidence of dysmenorrhea is quite high worldwide. The average incidence of dysmenorrhea in young women is between 16.8-81%. This research aims to research that the author conducts through this study is to find out the picture of adolescent knowledge in overcoming pain during menstruation (dysmenorrhea) in adolescent girls at the Keris Husada Kebidanan Academy. The sample in this study is 30 students and Ready as a respondent. From the results of the study, it was found that adolescents had good knowledge in overcoming menstrual pain 58.8%. Suggested Expected Menstrual pain does not interfere with the learning process.

Keywords : Disminore, Menstrual pain, Teen Bibliography : 16 (2010-2018)

Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa perkembangan yang sangat penting, dan diawali dengan matangnya organ-organ fisik (seksual) sehingga nantinya mampu bereproduksi termasuk masa pubertas pada remaja putri yakni terjadinya menstruasi (Indra,2021).

Banyak remaja putri bahkan hampir sebagian besar wanita merasakan sakit saat menstruasi, bahkan adanya rasa tidak nyaman bahkan nyeri hebat inilah yang sering disebut nyeri haid dismenore (Salamah, 2019). Menurut World Health Organization (WHO) dalam Penelitian Hasanuddin (2019), angka kejadian dismenore cukup tinggi di seluruh dunia. Rata-rata insidensi terjadinya dismenore pada wanita muda antara 16.8-81%. Rata-rata di Negaranegara Eropa terjadi pada 45-97% dengan prevalensi terendah di Bulgaria 8,8% dan tertinggi mencapai 94% di Finlandia dengan prevalensi tertinggi sering ditemui pada remaja yang diperkirakan terjadi antara 20-90%. Sedangkan di Indonesia sendiri, banyak fenomena yang mengalami dismenore tidak melaporkan atau tidak berkunjung ke dokter dengan alasan banyak yang cenderung meremehkan kondisi tersebut sehingga membuat data kasus tidak dapat dipastikan secara mutlak (Anurogo & Wulandari, 2011) dimana kejadian nyeri haid yang tercatat sebanyak 64,25% yang terdiri dari 54,89% mengalami nyeri haid primer sedangkan 9,36% mengalami nyeri haid sekunder.

Prevalensi dismenore primer di Indonesia cukup tinggi yaitu 60-75%

pada perempuan muda. Menurut Santoso, prevalensi dismenore di Indonesia 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder.¹

Prevalensi di jakarta, prevalensi dismenore primer adalah 87,5% dengan nyeri ringan 20,48%, nyeri sedang 64,76%, dan nyeri parah 14,76%. Prevalensi dismenore sekunder adalah 12,5%.³

Dampak dismenore sangat merugikan bagi yang mengalaminya, seperti dapat mengakibatkan terganggunya aktivitas sehari-hari, akademis, sosial dan olahraga. Menurut Anurogo dan Wulandari (2011) Nyeri haid memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan aktivitas rutin sehari-harinya, selama beberapa jam bahkan bisa dalam beberapa hari dan memerlukan obat serta penanganan yang khusus.⁴

Dalam penelitian Walidaini dkk tahun 2022 bahwa Penanganan nyeri haid dapat dilakukan secara farmakologi maupun non-farmakologi. Pada terapi farmakologi penderita biasanya menggunakan obat analgetik atau pereda nyeri. Obat yang biasa digunakan seperti asam mefenamat, ibuprofen, aspirin, paracetamol, diklofenak dan lainnya dimana obat

tersebut dapat berefek pada gangguan saluran cerna, seperti mual, muntah, dispepsia, diare, dan gejala iritasi terhadap mukosa lambung serta eritema kulit dan nyeri pada kepala (Rustam, 2013). Penggunaan obat analgetik dalam jangka waktu panjang akan berdampak buruk pada kesehatan. Oleh karena itu, perlu adanya penanganan nyeri haid secara non-farmakologi dimana menurut Ningsih (2011), terapi non-farmakologi lebih aman digunakan karena tidak menimbulkan efek samping seperti obat-obatan. Terapi non-farmakologi dapat dilakukan dengan beberapa cara seperti kompres hangat, teknik relaksasi, penggunaan tanaman herbal, akupresur dan lain-lain.⁶

Studi pendahuluan dilakukan dengan penyebaran kuesioner melalui online yaitu google form terhadap 13 mahasiswa diperoleh 23 % mahasiswa yang memiliki pengetahuan kurang.

Metode

Dalam penelitian ini penulis menggunakan Penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan cross sectional yang bertujuan untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Remaja Dalam Mengatasi Rasa Nyeri Saat Haid di

Akademi Kebidanan Keris Husada dengan menggunakan instrumen kuesioner. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner (google form) . dengan total sampel yaitu sebanyak 30 orang. Kriteria Inklusi adalah mahasiswa yang bersedia mengisi kuesioner. Kriteria Eksklusi seluruh mahasiswa yang tidak bersedia mengisi kuesioner.

Penelitian ini dilakukan di Akademi Kebidanan Keris Husada yang dilaksanakan pada bulan Agustus 2023 sampai dengan Desember 2023.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan data primer pengisian kuesioner yang diberikan menggunakan link google form. Dimana kuesioner yang digunakan merupakan kuesioner dari penelitian Ariadne Bingarwati dan Harti Astuti tentang Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Puteri Terhadap Penanganan Nyeri Haid Tahun 2020.

Pengolahan Data melalui tahapan berikut ; 1) Editing adalah Pada tahap ini peneliti akan memeriksa kuesioner yang telah diisi, apakah terdapat kekeliruan atau tidak dalam pengisiannya. 2) Coding , Peneliti akan mengklasifikasikan kategori-kategori dari data yang didapat dan dilakukan dengan cara memberi tanda / kode berbentuk angka pada masing-masing kategori. 3) Scoring, Data yang telah

dikumpulkan kemudian diberi skor sesuai ketentuan pada aspek pengukuran. 4) Entry Merupakan kegiatan memasukkan data dari hasil kuesioner kedalam komputer setelah kuesioner terisi semua dan benar telah melewati tahap koding. 5) Entry data Adalah memasukkan data dengan cara manual kedalam table dan mengecek kembali data yang sudah dimasukkan. 6) Cleaning Adalah pembersihan data, lihat variabel apakah data sudah benar atau belum. Mengeluarkan informasi yang diinginkan dalam bentuk analisa data. Analisis Data yang dilakukan Setelah data dikumpulkan dan diolah

Hasil Penelitian

Hasil penelitian diperoleh dari 30 responden yang bersedia mengisi kuesioner dalam bentuk Google Formulir dikirim melalui group chat sebanyak 17 orang.

Tabel 1 Gambaran Pengetahuan tentang Mengatasi Disminorea

Pengetahuan	Frekuensi	
	n	%
Kurang Baik	7	41,2
Baik	10	58,8

Berdasarkan hasil penelitian diketahui mahasiswi yang memiliki pengetahuan Baik Pengetahuan Remaja Dalam mengatasi rasa nyeri saat haid adalah 10

orang (58,8 %) dan mahasiswi yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 7 orang (41,2%). Hal ini menunjukkan masih didapatkan pengetahuan kurang dalam mengatasi rasa nyeri haid.

Pembahasan

Dalam penelitian ini dilakukan penyebaran kuesioner melalui googleform .Dari penelitian didapatkan remaja yang memiliki pengetahuan Baik Pengetahuan Remaja Dalam Mengatasi Rasa Nyeri Saat Haid adalah 10 orang (58,8 %) dan mahasiswi yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 7 orang (41,2%). Hal ini menunjukkan pengetahuan remaja dalam menagatasi nyeri haid memiliki pengetahuan baik namun didapatkan juga pengetahuan kurang sebesar 41,2%.

Nyeri haid yang dirasakan pada remaja akan mengalami , seperti dapat mengakibatkan terganggunya aktivitas sehari-hari, akademis, sosial dan olahraga. Menurut Anurogo dan Wulandari (2011) Nyeri haid memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan aktivitas rutin sehari-harinya, selama beberapa jam bahkan bisa dalam beberapa hari dan memerlukan obat serta penanganan yang khusus.⁴

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Ariadne Bingarwati dan Harti Astuti tentang Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Puteri Terhadap

Penanganan Nyeri Haid Tahun 2020. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri yang memperoleh pengetahuan baik mengenai penanganan nyeri haid sebanyak 47 orang (60,3%); cukup sebanyak 30 orang (38,5%) dan kurang sebanyak 1 orang (1,3 %). Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan remaja putri mengenai penanganan nyeri haid sudah baik.

Asumsi penelitian kedua penelitian mengenai pengetahuan nyeri haid memiliki pengetahuan yang baik. Sehingga diharapkan tidak mengganggu kegiatan yang sedang dilakukan terutama dalam kegiatan pembelajaran.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian mengenai “Pengetahuan Remaja dalam mengatasi Nyeri saat Haid di Akademi Kebidanan Keris Husada Jakarta Tahun 2023” Dapat diambil kesimpulan bahwa Pengetahuan Baik dalam mengatasi nyeri saat haid.

Diharapkan selama proses pembelajaran Nyeri haid yang dialami Remaja putri tidak mengganggu konsentrasi saat pembelajaran. sehingga mahasiswa mendapatkan nilai yang sangat baik.

Saran

1. Bagi Peneliti

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian mengenai Hubungan nyeri haid dengan Kosentrasi atau prestasi belajar mahasiswa.

2. Bagi Institusi

Diharapkan penelitian ini dijadikan salah satu referensi dalam pembelajaran proses memotivasi pembelajaran mahasiswa khususnya tentang mengatasi nyeri saat haid.

Referensi

1. Putinah. Penatalaksanaan kejadian dismenorea berdasarkan pengetahuan dan sikap mahasiswi. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan. Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan* **11**, 53–62 (2019).
2. Vira Astiza, Triana Indrayani, Retno Widowati. Pengaruh Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di Wilayah Rw.03 Kelurahan Margahayu Utara Kecamatan Babakan Ciparay Kota Bandung. Universitas Nasional, Jakarta, Indonesia. *Journal Of Quality In Women Health* (2021)
3. Juniar, D. Epidemiology of Dysmenorrhea among Female Adolescents

- in Central Jakarta. *Makara Journal of Health Research* **19**, (2015).
4. Anurogo, D. & W. A. *Cara jitu mengatasi nyeri haid*. (2011).
 5. Sukarni, I. K. , & W. *Buku ajar keperawatan maternitas*. (Nuha Medika, 2013).
 6. Walidaini, R., Hasanah, O. & Fakultas Keperawatan Universitas Riau, E. *Pengaruh Akupresur Terhadap Nyeri Haid Pada Remaja Di Sma 08 Pekanbaru. Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia Indonesian scientific health journal* vol. 87 (2022).
 7. Latifah Nur Ahyani, S. Psi. , M. A. & Rr. Dwi Astuti, M. Psi. P. *PSIKOLOGI PERKEMBANGAN ANAK DAN REMAJA* . (Universitas Muria Kudus, 2018).
 8. Sujianti, S. S. & Chandra Ayu Dhamayanti, S. P. *Buku Ajar Psikologi Kebidanan*. (TIM, 2012).
 9. Bethsaida Janiwarty & Herri Zan Pieter. *pendidikan psikologi untuk bidan*. (Rapha Publishing, 2013).
 10. Reeder. *Asuhan Kesehatan reproduksi Pada remaja*. (Rineka Cipta, 2015).
 11. Ika Fitria Ayuningtyas, S. S. M. K. *Kebidanan Kompelementer* . (Pusaka Baru, 2021).
 12. Mangku G, S. T. *Buku Ajar Ilmu Anestesia dan Reanimasi*. (indeks, 2010).
 13. Yudiyanta, N. *Assessment Nyeri* . (Patient Comfort Assessment Guide, 2015).
 14. Perhimpunan Dokter Spesialis Anestesiologi dan Terapi Intensif Indonesia. (2009). *Panduan Tatalaksana Nyeri Operatif. Panduan Tatalaksana Nyeri Operatif*. (PP IDSAI., 2009).
 15. Musrifatul Uliyah, Moh. Wildan, Surachmindari & A.Aziz Alimul Hidayat. *Buku Ajar ketrampilan dasar kebidanan*. (Salemba Medika, 2016).
 16. Asmirajanti, M. *MODUL BUSSINESS HOME CARE (NSA738) MODUL SESI 12 TERAPI AKUPRESUR DISUSUN OLEH*. <http://esaunggul.ac.id/13> (2019).
 17. Riadne ,Harti , *Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Puteri Terhadap Penanganan Nyeri Haid*, w, Akademi Farmasi Indonesia Yogyakarta