Description Of Dysmenorrhea Handling In Young Women Of SMA Negeri 1 Ulaweng, Palakka District, Bone Regency

Gambaran Penanganan Dysmenorrhea Pada Remaja Putri SMA Negeri 1 Ulaweng, Kecamatan Palakka, Kabupaten Bone

Andi Yulia Kasma*, Andi Ayumar, Haslinda

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar

*Alamat Korespondensi: ayulia.kasma@gmail.com

Article Info	ABSTRACT / ABSTRAK
Article History Received: 24 Mei 2021 Revised : 29 Mei 2021 Accepted : 30 Mei 2021	<i>Dysmenorrhea is a pain in the pelvic area due to menstruation and the production of prostaglandins. Often starts immediately after experiencing the first menstruation (menarche). Pain decreases after menstruation, but in some women, pain can continue to be experienced during menstrual periods. In the United States, the prevalence of dysmenorrhea is estimated at 45-90%. This study aimed to determine the description of the management of dysmenorrhea in female adolescents at SMA Negeri 1 Ulaweng, Palakka District, Bone Regency. This type of research is descriptive research. The sample in this study were 113 students of class X SMA Negeri 1 Ulaweng, Palakka District, Bone Regency using a simple random sampling technique. This research was conducted on March 10-11 2017 using a questionnaire. The results showed that out of 113 respondents, most of the respondents handled dysmenorrhea with pharmacology, namely 61 students (54.0%), and 52 students (46.0%) who handled dysmenorrhea with non-pharmacology. Based on the research results, it is hoped that students will gain more insight into the management of dysmenorrhea from other people, print, and electronic media.</i>
Keywords : Handling, dysmenorrhea, young women	
Kata kunci : Penanganan, dysmenorhea, remaja putri	<i>Dysmenorrhea adalah nyeri pada daerah panggul akibat menstruasi dan produksi zat prostaglandin. Seringkali dimulai segera setelah mengalami menstruasi pertama (menarche). Nyeri berkurang setelah menstruasi, namun pada beberapa wanita nyeri bisa terus dialami selama periode menstruasi. Di Amerika Serikat, prevalensi dysmenorrhea diperkirakan 45-90%. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui gambaran penanganan dysmenorrhea pada Remaja Putri SMA Negeri 1 Ulaweng Kecamatan Palakka Kabupaten Bone. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Sampel dalam penelitian ini adalah siswi kelas X SMA Negeri 1 Ulaweng Kecamatan Palakka Kabupaten Bone sebanyak 113 responden dengan menggunakan teknik simple random sampling. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 10-11 Maret 2017 dengan menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 113 responden sebagian besar responden melakukan penanganan dysmenorrhea dengan farmakologi yaitu sebanyak 61 siswi (54,0%), dan yang melakukan penanganan dysmenorrhea dengan non farmakologi yaitu sebanyak 52 siswi (46,0%). Berdasarkan hasil penelitian Diharapkan kepada Siswi untuk lebih menambah wawasan tentang penanganan dysminorrhea baik dari orang lain, media cetak maupun elektronik.</i>

PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja sangat pesat, baik fisik maupun psikologis. Perkembangan yang pesat ini berlangsung pada usia 11-16 tahun pada laki-laki dan 10-15 tahun pada perempuan. Salah satu ciri masa pubertas adalah mulai terjadinya menstruasi pada perempuan (Proverawati, 2009).

Berdasarkan penelitian bahwa pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang kurang akan dapat mempengaruhi perilaku seseorang, pengetahuan yang baik akan mempengaruhi perilaku yang baik pula, oleh karenanya dibutuhkan pemahaman edukasi tentang perilaku hygiene menstruasi termasuk kecenderungan terjadinya *dysmenorrhea* dan penanganannya (AY Kasma, A Ayumar, 2020)

Salah satu tanda keremajaan secara biologi yaitu mulainya remaja mengalami menstruasi. Menstruasi dimulai saat pubertas dan mengandung anak atau masa reproduksi. Menstruasi biasanya dimulai antara usia 10 sampai 16 tahun, tergantung pada berbagai faktor, termasuk kesehatan wanita, status, nutrisi dan berat tubuh relative terhadap tinggi tubuh. Walaupun begitu pada kenyataannya banyak wanita yang mengalami masalah menstruasi, diantaranya nyeri haid/*dysmenorrhea* (Puji, 2010 dalam Lestari, 2013).

Rifkah U (2012) dalam penelitiannya tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *dysmenorrhea* pada remaja putri di SMAN 1 Kahu Kabupaten Bone. Kejadian *dysmenorrhea* ya sebanyak (87,1%), kejadian *dysmenorrhea* tidak sebanyak (12,9%). Sedangkan tingkat nyeri ringan sebanyak (64,4%), nyeri sedang sebanyak (24,7%), nyeri berat sebanyak (6,4%). Sedangkan usia *menarche* normal (64,4%), *menarche* dini (1,3%), siklus menstruasi teratur sebanyak (84,5%), siklus menstruasi tidak teratur sebanyak (15,5%), lama mesntruasi normal sebanyak (92,7%), lama menstruasi tidak normal (7,3%). Hasil penelitian ini di dapatkan tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *dysmenorrhea* pada remaja putri.

Melalui studi pendahuluan yang dilakukan di kelas X SMA Negeri 1 ulaweng Kecamatan Palakka Kabupaten Bone diperoleh data kelas X1 sebanyak 16 siswi, kelas X2 sebanyak 17 siswi, kelas X3 sebanyak 18 siswi, kelas X4 sebanyak 18 siswi, kelas X5 sebanyak 18, kelas X6 sebanyak 18, kelas X7 sebanyak 19 siswi, kelas X8 sebanyak 17 siswi, kelas X9 sebanyak 18 siswi. Jadi jumlah keseluruhan siswi kelas X di SMA Negeri 1 Ulaweng sebanyak 159 siswi.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian *deskriptif*, yaitu penelitian yang dilakukan untuk membuat gambaran tentang suatu keadaan secara objektif. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan *teknik simple random sampling* yaitu pengambilan sampel dengan cara tanpa memperhatikan strata yang ada dalam anggota populasi. Besar sampel dalam penelitian ini sebanyak 113 sampel. Analisa data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis univariat dan tabel silang yaitu analisis yang dilakukan terhadap setiap variabel hasil penelitian. Analisis ini menghasilkan presentase setiap variabel yang diteliti dengan menggunakan komputerisasi program SPSS.

HASIL

Tabel 1 menunjukkan bahwa distribusi karakteristik responden berdasarkan umur tertinggi yaitu umur 15 tahun sebanyak 63 siswi (55,8%), sedangkan umur terendah ada di umur 17 tahun sebanyak 3 siswi (2,7 %). Berdasarkan kelas, jumlah responden tertinggi ada di kelas X3 sebanyak 13 siswi (11,5%), kelas X4 sebanyak 13 siswi (11,5%), kelas X5 sebanyak 13 siswi (11,5%), kelas X6 sebanyak 13 siswi (11,5%), kelas X7 sebanyak 13 siswi (11,5%), kelas X9 sebanyak 13 siswi (11,5%), sedangkan kelas terendah kelas X8 sebanyak 12 siswi (10,6%) dan kelas X1 sebanyak 11 siswi (9,7%).

Tabel 2 menunjukkan bahwa distribusi karakteristik berdasarkan penanganan *dysmenorrhea*, siswi yang melakukan penanganan

adalah sebanyak 61 siswi (54,0%) dan yang tidak melakukan penanganan yaitu sebanyak 52 siswi (46,9%).

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Umur (Tahun) :		
13	4	3,5
14	19	16,8
15	63	55,8
16	24	21,2
17	3	2,7
Kelas :		
X1	11	9,7
X2	12	10,6
X3	13	11,5
X4	13	11,5
X5	13	11,5
X6	13	11,5
X7	13	11,5
X8	12	10,6
X9	13	10,6
Jumlah	113	100,0

Tabel 3 menunjukkan bahwa distribusi karakteristik responden berdasarkan *dysmenorrhea*, siswi yang mengalami nyeri *dysmenorrhea* berat yaitu 50 siswi (44,2%), siswi yang mengalami *dysmenorrhea* sedang yaitu 40 siswi (35,4%) sedangkan yang mengalami *dysmenorrhea* ringan yaitu 23 siswi (20,4 %).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Penanganan di SMA Negeri 1 Ulaweng Kecamatan Palakka Kabupaten Bone

Penanganan	n	%
Ya (Farmakologi)	61	54,0
Tidak (Nonfarmakologi)	52	46,9
Jumlah	113	100,0

Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 61 siswi yang menggunakan penanganan farmakologi, terdapat 31 siswi (50,8%) yang mengalami *dysmenorrhea* berat, 19 siswi (31,1%) mengalami sedang, 11 siswi (18,0%) yang mengalami *dysmenorrhea* ringan. dan dari 52 siswi yang

menggunakan penanganan non farmakologi terdapat 19 siswi (36,5%) yang mengalami *dysmenorrhea* berat, 21 siswi (40,4%) yang mengalami *dysmenorrhea* sedang dan 12 siswi (23,1%) yang mengalami *Dysmenorrhea* ringan.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi *Dysmenorrhea* di SMA Negeri 1 Ulaweng Kecamatan Palakka Kabupaten Bone

<i>Dysmenorrhea</i>	n	%
Berat	50	44,2
Sedang	40	35,4
Ringan	23	20,4
Jumlah	113	100,0

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi karakteristik responden berdasarkan umur tertinggi ada di umur 15 tahun sebanyak 63 siswi (55,8%). Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Shabinaya (2011) dalam Rahkma A (2012) bahwa pada remaja yang mengalami menstruasi rata-rata berumur 15,5 tahun dan *dysmenorrhea* akan bertambah berat setelah beberapa tahun setelah menstruasi pertama samapi 23-27 tahun kemudian akan mulai mereda. dan rata-rata usia siswi yang mengalami *dysmenorrhea* pada SMK Arjuna Depok yaitu berumur 15 tahun.

Penanganan *dysmenorrhea* terbagi atas dua yaitu nonfarmakologi dan farmakologi:

Penanganan *dysmenorrhea* dengan nonfarmakologi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 52 orang yang melakukan penanganan *dysmenorrhea* non farmakologi dengan melakukan penanganan dengan teknik distraksi, Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Smeltzer (2002) bahwa distraksi merupakan teknik pengalihan dari fokus perhatian terhadap nyeri kestimulasi yang lain. Distraksi juga dapat menurunkan nyeri, menurunkan persepsi nyeri dengan stimulasi *system control descendens*, yang

mengakibatkan lebih sedikit stimulasi nyeri yang ditransmisikan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rakhma A (2012) dengan judul Gambaran Derajat *Dysmenorrhea* Dan Upaya Penangannya, sebagian besar siswi

melakukan upaya penanganan *dysmenhorea* menggunakan teknik distraksi dengan mengalihkan perhatian dengan cara mendengarkan musik dan nonton TV atau film sebanyak 65 siswi.

Tabel 4 Gambaran Penanganan *Dysmenorrhea* Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Ulaweng Kecamatan Palakka, Kabupaten Bone

Penanganan	<i>Dysmenorrhea</i>						Jumlah	
	Berat		Sedang		Ringan			
	n	%	n	%	n	%	n	%
Farmakologi	31	50,8	19	31,1	11	18,0	61	100,0
Nonfarmakologi	19	36,5	21	40,4	12	23,1	52	100,0
Jumlah	50	44,2	40	35,4	23	24,4	113	100,0

Penanganan *dysmenorrhea* dengan farmakologi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 61 orang yang melakukan penanganan *dysmenorrhea* dengan farmakologi menggunakan obat anti nyeri dari warung. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Sulastri (2010) dalam penelitian Rakhma A (2012) bahwa siswi yang lebih mengkonsusmi obat anti nyeri yang beredar dipasaran dari pada obat anti nyeri dari dokter. Remaja putri yang mengalami *dysmenorrhea* jarang melakukan pemeriksaan medis karena menganggap rasa nyeri yang dirasakan akan hilang dalam waktu 2 sampai 3 hari. Obat tanpa resep dokter merupakan obat yang dibeli secara bebas dan aman dikonsumsi bila mengikuti aturan pakai dan dosis yang tercantum dalam kemasan serta harus memastikan obat bebas tersebut benar-benar obat bebas yang aman, dan siswi yang melakukan upaya penanganan *dysmenorrhea* dengan minum obat anti nyeri dari obat-obat warung sebanyak 16 siswi, yaitu 10 siswi minum Femina, 4 siswi minum panadol, 2 siswi minum Biogesik dan tidak ada siswi yang minum obat lainnya. Sedangkan tidak ada satu pun siswi yang melakukan penanganan *dysmenorrhea* dengan minum obat anti nyeri dari resep dokter.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian yang dilaksanakan di SMA Negeri Ulaweng Kecamatan Palakka Kabupaten Bone dengan 113 responden diperoleh kesimpulan bahwa berdasarkan derajat *dysminorrhea*, siswi yang mengalami *dysminorrhea* berat yaitu 50 siswi (44,2%), siswi yang mengalami *dysminorrhea* sedang yaitu 40 siswi (35,4%) sedangkan yang mengalami *dysmenorrhea* ringan yaitu 23 siswi (20,4 %). Dan dari 113 responden, yang melakukan penanganan dengan farmakologi yaitu sebanyak 61 siswi (54,0%), dan yang melakukan penanganan *dysmenorrhea* dengan non farmakologi yaitu sebanyak 52 siswi (46,0%).

Diharapkan kepada Siswi untuk lebih menambah pengetahuan tentang *dysmenorrhea* baik dari orang lain, media cetak maupun elektronik agar dapat mencegah terjadinya *dysmenorrhea* dengan derajat yang berat. Diharapkan kepada siswi agar sebaiknya melakukan penanganan *dysmenorrhea* dengan menggunakan nonfarmakologi. Diharapkan melakukan penelitian dengan variabel-variabel lainnya, terutama yang berhubungan gambaran penanganan *dysmenorrhea*.

DAFTAR PUSTAKA

- Lestari. 2013. Pengaruh Dysmenorrhea Pada Remaja. (Online). <http://ejournal.undiksha.ac.id>.
- Kasma A.Y, A Ayumar, (2020) Pengaruh Permainan Simulasi terhadap Pengetahuan Tentang Perilaku Higiene Menstruasi di SMAN 1 Sabbangparu Kabupaten Wajo. <https://journal.stikmakassar.com/a/article/view/247>
- Nugroho. Taufan. 2010. *Buku Ajar Ginekologi*. Cetakan Pertama. Nuha Medika. Yogyakarta.
- Proverawati. 2009. *Menarche Metruasi Pertama Penuh Makna*. Cetakan 1. Nuha Medika. Yogyakarta.
- Rakhma. A. 2012. *Gambaran derajau^{Utami} Dysmenorrhea Dan Upaya Penanganannya*. (Online) (<http://repository.uinjkt.ac.id>).
- Saraswati. 2015. *Mencegah & Mengobati 52 Penyakit Yang Sering Diderita Perempuan*. Cetakan 1. Ar-Ruzz Media. Yogyakarta.
- Susanto. 2008. *Perbedaan Kasus Dysmenorrhea Primer Pada Remaja Putri di Kota Madya Makassar*. (Online) (<http://med.unhas.ac.id>).
- Rifkah. 2012. *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dysmenorrhea Pada Remaja Putri di SMA 1 Kahu Kab. Bone*. (Online) (<http://repository.unhas.ac.id/handle/123456789/5523>).
- Smeltzer, S.C dan Bare, B.G, 2002, *Buku Ajar Medikal Bedah*. Edisi 8. Vol 2, Alih Bahasa Kuncara, H.Y, dkk EGC, Jakarta.