

P-ISSN: 2774-4574 ; E-ISSN: 2774-4582  
TRILOGI, 2(3), September-Desember 2021 (207-213)  
©2021 Lembaga Penerbitan, Penelitian,  
dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP3M)  
Universitas Nurul Jadid Paiton Probolinggo

JURNAL **TRILOGI**  
Ilmu Teknologi, Kesehatan, dan Humaniora

## **PENGARUH EDUKASI MANAGEMEN NYERI NON FARMAKOLOGI DESMINORE TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI**

**Kholisotin Kholisotin**

Universitas Nurul Jadid, Probolinggo

**Miftahul Jennah**

Universitas Nurul Jadid, Probolinggo

**Helmawati Helmawati**

Universitas Nurul Jadid, Probolinggo

**Holisatus Siami**

Universitas Nurul Jadid, Probolinggo

### **Abstract**

Menstruation can cause disturbances that can be related to changes in the length of the menstrual cycle, the amount of blood that comes out during menstruation, and other menstrual disorders. The most common disorder is dysmenorrhea. Health education is needed to provide information that can affect the knowledge of young women so that adolescents who experience dysmenorrhea can handle it well. The purpose of this study was to determine the effect of Non-Pharmacological Pain Management Education on Dysmenorrhea on Adolescent Girls' Knowledge at Junior high school Nurul Jadid. This research design uses a Quasy-Experimental approach with a Prettest-Posttest research design with a control group. Data were collected using a questionnaire with a total sample of 30 in the intervention group and 30 in the control group using a total sampling technique. The results of the Wilcoxon analysis of students' knowledge levels showed that there was a significant difference between the prettest and posttest in the intervention group ( $p = \text{Sig } 0.000$ ), the results of the Wilcoxon analysis showed no significant difference in the level of knowledge of students in the control group ( $p = 1,000$ ). The Mann-Whitney analysis showed that there was a significant difference in the posttest student knowledge level between the two groups with a  $p$ -value of  $0.001 (<0.05)$ . Conclusion: Non-pharmacological pain management education for dysmenorrhea has an effect on increasing knowledge in adolescent girls at Mts Nurul Jadid. The results of the study are expected to provide input in the development of health promotion, especially reproductive health education for female adolescents.

**Keywords:** *Teenage girl ;Dysmenorrhea; Non-pharmacological pain management; Educationt.*

**Abstrak**

Menstruasi dapat menimbulkan gangguan yang dapat berkaitan dengan perubahan lamanya siklus menstruasi, jumlah darah yang keluar saat menstruasi, serta gangguan menstruasi lainnya. Gangguan yang paling sering terjadi yaitu *dismenore*. Pendidikan kesehatan dibutuhkan untuk memberikan informasi yang dapat mempengaruhi pengetahuan remaja putri agar remaja yang mengalami *dismenore* dapat menanganinya dengan baik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Edukasi Manajemen Nyeri Non Farmakologi *Disminore* terhadap Pengetahuan Remaja Putri di SMP Nurul Jadid. rancangan penelitian ini menggunakan pendekatan *Quasy-Eksperimental* dengan desain penelitian *Prettest-Posttest with control group*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner dengan jumlah sampel sebanyak 30 pada kelompok intervensi dan 30 pada kelompok control dengan menggunakan teknik total sampling. Hasil analisis *Wilcoxon* tingkat pengetahuan siswi menunjukkan ada perbedaan yang bermakna antara *prettest* dan *posttest* pada kelompok intervensi ( $p = \text{Sig } 0,000$ ), hasil analisis *Wilcoxon* menunjukkan tidak ada perbedaan yang bermakna tingkat pengetahuan siswi pada kelompok kontrol ( $p = 1,000$ ). Analisis Mann-Whitney menunjukkan ada perbedaan yang bermakna pada tingkat pengetahuan siswi *posttest* diantara kedua kelompok dengan  $p$ -value sebesar  $0,001 (<0,05)$ . Edukasi manajemen nyeri non farmakologi *dismenore* memberikan pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan pada remaja putri di Mts Nurul Jadid. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan masukan dalam pengembangan promosi kesehatan khususnya edukasi kesehatan reproduksi remaja perempuan.

**Katakunci:** Remaja Putri; *Disminore*; Manajemen nyeri non farmakologi; Edukasi.

## 1 Pendahuluan

Pendidikan Kesehatan adalah aplikasi atau penerapan Pendidikan dalam bidang Kesehatan. Secara operasional Pendidikan Kesehatan adalah semua kegiatan untuk memberikan dan meningkatkan pengetahuan, sikap, praktek baik individu, kelompok atau masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan Kesehatan mereka sendiri. (Notoatmojo, 2012)

Pendidikan Kesehatan merupakan serangkaian upaya yang ditujukan untuk mempengaruhi orang lain, dimulai dari individu, kelompok, keluarga dan masyarakat agar terlaksananya perilaku hidup bersih (PHBS).

Kebanyakan siswi memperoleh informasi mengenai *dismenore* dari media elektronik yaitu internet. Jarang siswi yang pergi ke petugas kesehatan untuk memeriksa ketika mengalami *dismenore*. Padahal pentingnya memperoleh informasi dari petugas kesehatan mengenai cara penanganan *dismenore* dengan baik agar aktivitas siswi tidak terganggu ketika mengalami *dismenore*. Berbagai informasi dari banyak pihak luar penting untuk menambah pengetahuan siswi tentang penanganan *dismenore* baik dari media, orang tua, tenaga kesehatan, maupun dari teman. Informasi memberikan pengaruh terhadap pengetahuan seseorang. Seseorang yang akan mempunyai banyak informasi akan mempunyai pengetahuan yang luas (Notoatmojo, 2017).

Sesuai dengan teori menurut Notoatmojo,

2017 bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindera manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Walaupun disini sumber informasi siswi

cukup baik yaitu terbanyak dari media elektronik (internet) namun sedikit yang memperoleh informasi tentang *dismenore* dan cara penanganannya dari teman, buku, ataupun petugas kesehatan. Hal ini sesuai dengan teori Notoatmojo (2017) pendidikan, umur, informasi, dan pengalaman merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan. Dimana para siswi yang menjadi responden masih berada pada tahap remaja tahap menengah rata-rata berumur 15 tahun, sehingga siswi harus banyak mencari informasi dari berbagai pihak selain dari media ada juga petugas kesehatan, orang tua, dan teman yang dapat memberikan informasi yang berguna yang dapat menambah wawasan pengetahuan siswi tentang *dismenore*.

Penanganan *dismenore* yang dilakukan siswi tergolong kurang karena kurangnya pengetahuan yang diperoleh siswi tentang penanganan *dismenore*. Kurangnya tindakan penanganan *dismenore* siswi ketika menstruasi terjadi karena kurangnya kesadaran siswi mengetahui penyebab, gejala, dan cara penanganannya, sehingga siswi tidak pernah memeriksa ke petugas kesehatan. Selain itu kurangnya ketertarikan untuk mencari

informasi mengenai dismenore sehingga siswi kurang mengetahui tindakan penanganan dismenore yang baik.

Masa remaja merupakan masa dimana adanya tumbuh ke arah kematangan. Kematangan yang dimaksud adalah bukan hanya kematangan fisik saja, tetapi juga kematangan sosial dan psikologis (Kusmiran, 2018). Menurut WHO, masa remaja adalah peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, dimana pada masa itu terjadi pertumbuhan yang pesat termasuk fungsi reproduksi sehingga mempengaruhi terjadinya perubahan-perubahan perkembangan baik fisik, mental maupun peran sosial. Jumlah remaja di Indonesia yang berusia 10 hingga 24 tahun sudah mencapai sekitar 64 juta atau 27,6 persen dari total penduduk Indonesia.

Peristiwa penting semasa remaja adalah pubertas, yaitu perubahan biologis maupun fisiologis yang sangat cepat dari anak-anak ke masa dewasa, terutama perubahan sistem reproduksi. Selama pubertas terjadi perubahan kadar hormonal yang mempengaruhi karakteristik seks sekunder. Kriteria yang paling sering digunakan untuk menentukan masa pubertas adalah munculnya menstruasi pertama (*menarche*) pada wanita. *Menarche* merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 11-14 tahun (Citrawathi, & Desak Made, 2014).

Haid atau menstruasi adalah pengeluaran darah dan sel sel tubuh dari vagina yang berasal dari dinding rahim perempuan secara periodik. Defenisi lain bisa juga diartikan sebagai siklus alami yang terjadi secara regular untuk mempersiapkan tubuh perempuan setiap bulannya. Rata-rata masa haid perempuan 3-8 hari dengan siklus rata-rata 28 hari pada setiap bulannya. Dan batas maksimal masa haid adalah 15 hari. Selama darah yang keluar belum melewati batas tersebut, maka darah yang keluar adalah darah haid.

Menstruasi dapat menimbulkan gangguan yang dapat berkaitan dengan perubahan lamanya siklus menstruasi, jumlah darah yang keluar saat menstruasi, serta gangguan menstruasi lainnya. Gangguan yang paling sering terjadi yaitu *dismenore* atau biasa di sebut nyeri haid (Lestari, & Titik, 2015). *Dismenore* merupakan nyeri sebelum atau selama menstruasi, hal ini merupakan salah satu masalah ginekologik yang paling umum terjadi pada remaja putri. (Lowdermilk, Perry, & Cashion, 2010).

*Dismenore* adalah nyeri yang dirasakan dengan gejala kompleks berupa kram bagian

bawah yang menjalar ke punggung atau ke kaki (Dewi, 2012). *Dismenore* juga merupakan suatu gejala rasa sakit atau rasa tidak enak pada bagian bawah perut (Nugroho & Utama, 2014). *Dismenore* pada umumnya disebabkan oleh hormon prostaglandin yang meningkat, peningkatan hormon prostaglandin disebabkan oleh menurunnya hormon-hormon estrogen dan progesteron menyebabkan endometrium yang membengkak dan mati karena tidak dibuahi. Peningkatan hormon prostaglandin menyebabkan otot-otot kandungan berkontraksi (Sukarni & Wahyu, 2013).

*Dismenore* (nyeri haid) adalah keluhan ginekologis akibat ketidak seimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan timbul rasa nyeri dan yang paling sering terjadi pada wanita. Wanita yang mengalami *dismenore* memproduksi prostaglandin 10 kali lebih banyak dari wanita yang tidak *dismenore*. Prostaglandin menyebabkan meningkatnya kontraksi uterus, dan pada kadar yang berlebih akan mengaktifasi usus besar. Penyebab lain *dismenore* dialami wanita dengan kelainan tertentu, misalnya endometriosis, infeksi pelvis (daerah panggul), tumor rahim, apendisitis, kelainan organ pencernaan, bahkan kelainan ginjal.

*Dismenore* dibedakan menjadi *dismenore* primer dan *dismenore* sekunder. *Dismenore* primer terjadi pada 6-12 bulan setelah *menarche* dan berlanjut hingga usia 20-an, *dismenore* primer disebabkan karena tingginya kadar prostaglandin. Sedangkan *dismenore* sekunder merupakan nyeri menstruasi yang disebabkan oleh keadaan patologi dari pelvis atau uterus, dapat terjadi setiap waktu setelah *menarche* dan ditemukan pada usia 25-33 tahun (Dewi, 2012).

*Dismenore* dapat memberikan dampak yang buruk bagi remaja putri, yaitu menimbulkan gangguan dalam kegiatan belajar mengajar, tidak memperhatikan penjelasan yang diberikan oleh guru, dan kecenderungan tidur di kelas saat kegiatan belajar mengajar. Ini berpengaruh pada prestasi dibidang akademik maupun non akademik. Banyak remaja yang mengeluh bahkan tidak mau masuk sekolah pada saat menstruasi. Semakin berat derajat nyeri yang dialami maka aktivitas belajarnya pun semakin terganggu (Iswari, Surlanti, & Mastini, 2014; Asma'ulldin, 2015; Saguni, Madianung & Masi, 2013). Dampak yang paling banyak dirasakan karena *dismenore* adalah keterbatasan aktivitas fisik, isolasi sosial, konsentrasi yang buruk, dan ketidakhadiran dalam proses belajar mengajar (Farotimi, Esike,

Nwozichi, Ojediran, & Ojewole, 2015).

Prevelensi *dismenore* di dunia sangat besar rata-rata lebih dari 51% wanita di setiap Negara yang mengalami *dismenore*. Rata-rata di Eropa *dismenore* terjadi pada 54-97%, sedangkan wanita di Bulgaria dengan Prevelensi 8,8% dan kejadian *dismenore* di Negara Finlandia 94% (Wahidah Rohmawati, Dyah Ayu Wulandari) .

Studi epidemiologi yang di lakukan oleh Klien dan Liit pada populasi remaja ( berusia 12 sampai 17 tahun di Amerika Serikat melaporkan bahwa angka kejadian *dismenore* yang mengeluh nyeri mencapai 59,7%. 12%, berat, 37% sedang dan 49% ringan. Studi ini melaporkan bahwa *dismenore* menyebabkan remaja sering tidak masuk sekolah (Chairanisa Anwar, Eva Rosdiana, 2016).

Angka kejadian *dismenore* di Indonesia juga tidak kalah tinggi di dibandingkan dengan Negara di dunia. Angka kejadian *dismenore* di Indonesia adalah 45-95% pada usia produktif, angka kejadian *dismenore* tipe primer sebesar 54,89% (Depkes RI, 2014). Sedangkan *dismenore* sekunder 9,36%. Di Jawa Timur *dismenore* banyak terjadi pada usia produktif yaitu sekitar 71% jumlah penderita *dismenore* yang ke petugas Kesehatan (Sulistiyowati, 2019) .

Berdasarkan studi pendahuluan yang di lakukan peneliti di SMP Nurul Jadid pada tanggal 10 Februari 2021, terdapat 90% dari seluruh siswi mengalami *dismenore*. Setelah dilakukan wawancara dengan 20 siswi yang sudah menstruasi dan mengalami *dismenore*, mereka mengatakan tidak mengetahui tentang penanganan *dismenore* secara tepat dan benar.

Menurut teori yang dikemukakan oleh Destriyana, 2016 pengetahuan seseorang tentang sesuatu hal akan mempengaruhi sikap atau tindakan yang akan mendorong individu tersebut melakukan penanganan tertentu saat dibutuhkan. Kondisi kesehatan saat menstruasi dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan bahwa, seseorang yang tidak memiliki pengetahuan yang cukup akan cenderung mengabaikan kesehatan dan pada akhirnya memiliki penanganan yang membahayakan dirinya sendiri. Maka seseorang yang memiliki pengetahuan tentang *dismenore* yang baik akan memilih cara penanganan yang tepat untuk menangani gangguan menstruasi tersebut.

Pendidikan kesehatan dibutuhkan untuk memberikan informasi yang dapat mempengaruhi pengetahuan remaja putri agar remaja yang mengalami *dismenore* dapat menanganinya

dengan baik, sehingga aktivitas mereka tidak terganggu saat menstruasi karena *dismenore*. Dari paparan diatas perlu dilakukan penelitian tentang "Pengaruh Edukasi Manajemen Nyeri Non Farmakologi *Dismenore* terhadap Pengetahuan Remaja Putri di SMP Nurul Jadid. "

## 2 Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan desain penelitian eksperimen semu (quasy experiment) dengan rancangan penelitian *Pretest and Posttest With Control Group*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April 2021 dan dibantu oleh pihak SMP Nurul Jadid untuk menyiapkan tempat dan menertibkan siswi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas VII di SMP Nurul Jadid yang berjumlah 60. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara total sampling.

Dalam penelitian ini yang menjadi sampel yaitu remaja putri kelas VII di SMP Nurul Jadid yang berjumlah 60 siswi. Kelas VII berjumlah 60 siswi dimana 30 siswa sebagai kelompok eksperimen yang akan diberikan edukasi dan 30 siswa sebagai kelompok kontrol. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari lembar kuesioner data demografi (A) dan lembar kuesioner terkait pengetahuan siswi tentang penanganan *dismenore* (B). Analisa statistik yang digunakan melalui dua tahapan yaitu dengan menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan menggunakan uji statistik *Wilcoxon, Mann-Whitney*.

## 3 Hasil dan Pembahasan

### Analisa univariat

#### 1. Tingkat pengetahuan siswi dalam menangani *dismenore* sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok intervensi di SMP Nurul Jadid

Tabel.1

Kategori remaja	mean	P value
Remaja awal (11-13)	14,60	0,000
Remaja pertengahan (14-16)	17,57	

Pada tabel 1 menggunakan uji Wilcoxon test didapatkan hasil sig  $0,000 < 0,05$  sehingga  $H_a$  diterima yang berarti terdapat pengaruh edukasi tentang *dismenore* dengan menggunakan media leaflet terhadap tingkat pengetahuan siswi dalam mengatasi *dismenore* di SMP Nurul Jadid

**2. Tingkat pengetahuan siswi dalam menangani *dismenore* sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol di SMP Nurul Jadid.**

Tabel 2

Kategori remaja	Mean	P value
Remaja awal (11-13)	14,07	1,000
Remaja pertengahan (14-16)	14,33	

Pada tabel 2 menggunakan uji Wilcoxon test didapatkan hasil Sig  $1,000 < 0,05$  sehingga  $H_a$  ditolak yang berarti tidak terdapat perubahan tingkat pengetahuan siswi dalam mengatasi *dismenore* di SMP Nurul Jadid

**3. Tingkat pengetahuan siswi dalam menangani *dismenore* sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok intervensi dan kontrol di SMP Nurul Jadid**

Tabel 3

Kelompok	Mean	P value
Kelompok intervensi	14,33	0,001
Kelompok kontrol	15,95	

Pada tabel 3 menggunakan uji Wilcoxon test didapatkan hasil Sig  $0,001 < 0,05$  sehingga  $H_a$  diterima yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan tingkat pengetahuan siswi SMP Nurul Jadid pada kelompok intervensi yang diberikan edukasi dan kelompok kontrol.

### 3 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian pada kelompok intervensi di peroleh tingkat pengetahuan siswi kelas VII di SMP Nurul Jadid tentang penanganan *dismenore* dengan pengobatan non-farmakologi Sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik. Di dapatkan hasil sig  $0,000 < 0,05$  yang berarti terdapat perbedaan tingkat pengetahuan siswi di SMP Nurul Jadid yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok intervensi. Berdasarkan hasil penelitian pada kelompok kontrol diperoleh bahwa tingkat pengetahuan siswi di SMP Nurul Jadid tentang penanganan *dismenore* dengan pengobatan non-farmakologi sebgaaian besar memiliki pengetahuan yang kurang. di dapatkan hasil sig  $1,000 < 0,05$  yang berarti tidak terdapat perbedaan tingkat pengetahuan siswi di SMP Nurul Jadid yang signifikan sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol. Dari hasil uji SPSS didapatkan ada perbedaan yang signifikan terhadap kelompok intervensi dan kontrol.

didapatkan hasil sig  $0,001 < 0,05$ . Hasil penelitian diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kholisotin 2020) yang berjudul Pengaruh Paket Edukasi HbsAg terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Trimester 1 Tentang HbsAg. Hasil penelitian di ketahui p value  $0,00 < 0,05$  yang berarti ada perbedaan pengetahuan dan sikap ibu hamil trimester 1 tentang HbsAg sebelum dan sesudah di berikan intervensi.

Pengetahuan merupakan seluruh kemampuan individu untuk berfikir secara terarah dan efektif. sehingga orang yang mempunyai pengetahuan tinggi akan mudah menyerap informasi, saran, dan nasihat. Menurut Notoatmodjo, pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk perilaku dan sikap seseorang karena perilaku dan sikap didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2012)

Menurut Budiman dan Riyanto (2013), pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan. Pendidikan adalah sebuah proses pengubahan pengetahuan, sikap dan tatalaku seseorang atau kelompok dan juga usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Dengan Pendidikan yang tinggi, maka seseorang akan cenderung mendapatkan informasi baik dari orang lain maupun dari media massa. Semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula pengetahuan yang didapatkan.

Edukasi Kesehatan atau penyuluhan dapat mempengaruhi peningkatan pengetahuan seseorang terhadap sesuatu hal. Pengetahuan siswi SMP Nurul Jadid pada kelompok intervensi tentang manajemen disminore meningkat setelah diberikan edukasi manajemen disminore.

Pendidikan mempengaruhi proses belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan.

Penelitian sebelumnya juga dilakukan oleh sri hastutik yang menyatakan terdapat peningkatan pengetahuan responden. Setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan dengan nilai bahwa 13 responden (92,86%) mengalami peningkatan pengetahuan dari buruk menjadi baik, 1 responden (7,14%) mengalami peningkatan buruk menjadi cukup, 14 responden (87,5%) mengalami peningkatan pengetahuan kurang menjadi baik, dan 2 responden (12,5%) mengalami peningkatan pengetahuan kurang menjadi cukup. Sehubungan dengan hal tersebut peneliti dapat menyimpulkan terdapat peningkatan pengetahuan setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan. (hastutik, S. 2010)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh sulastris yang menyatakan sebelum Pendidikan Kesehatan mayoritas responden mempunyai sifat tidak baik sebesar 23 (63,9%) setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan mayoritas responden mempunyai sifat baik sebesar 25 (69,4%). Kesimpulannya ada perubahan sikap pada responden setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan. (sulatri 2018)

Penelitian sebelumnya juga dilakukan oleh satri menyatakan hasil yang dapat dilihat bahwa rata-rata sikap responden sebelum diberikan Pendidikan kesehatan adalah 43,22. Setelah diberikan Pendidikan Kesehatan rata-rata sikap responden meningkat menjadi 45,13. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan terhadap perubahan sikap responden setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan. (santi 2014)

Pendidikan Kesehatan adalah proses perubahan pada diri seseorang yang dihubungkan dengan pencapaian tujuan Kesehatan individu dan masyarakat. (Budioro,2012) tujuan diberikan Pendidikan Kesehatan pada siswi yaitu untuk menyampaikan informasi tentang manajemen disminore. Kurangnya sumber informasi menyebabkan informasi atau pesan

yang diterima siswi tentang manajemen nyeri disminore menjadi kurang, padahal perilaku seseorang dapat bertambah menjadi baik dengan informasi-informasi tertentu, dimana informasi dapat diperoleh melalui media massa maupun lingkungan sekitar.

Bentuk dari informasi dapat berupa lisan maupun tertulis dan pengalaman yang diperoleh dari fakta atau kenyataan dengan melihat dan mendengar. Media yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan media leaflet yang mana media tersebut membuat siswi tidak bosan selama mengikuti acara penyuluhan, karena menggunakan media leaflet yang menyajikan gambar serta materi yang mudah dimengerti. Hal ini dapat disimpulkan bahwa ada perubahan sikap setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan.

Pemberian Pendidikan Kesehatan merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan. Pendidikan Kesehatan tentang manajemen nyeri disminore memiliki pengaruh dalam memperbaiki perilaku siswi di SMP Nurul Jadid sehingga akan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan siswi dalam manajemen nyeri disminore. Tujuan dari Pendidikan Kesehatan, antara lain untuk mengetahui perubahan sikap dan tingkah laku siswi dalam membina serta memelihara perilaku hidup sehat serta berperan aktif upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.

## 4 Kesimpulan

1. Tingkat pengetahuan siswi sebelum dan sesudah diberikan edukasi manajemen non farmakologi disminore di dapatkan hasil Sig  $0,000 < 0,05$  yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan intervensi.
2. Tingkat pengetahuan siswi sebelum dan sesudah pada kelompok control di dapatkan hasil sig  $1,000 > 0,05$  yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol.
3. Tingkat pengetahuan siswi sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol di dapatkan hasil Sig  $0,001 < 0,05$  yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan tingkat pengetahuan siswi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

## 5 Daftar Pustaka

- Budioro. (2012). Pengantar Pendidikan (penyuluhan) kesehatan masyarakat (revisi). Semarang: UNDIP
- Chairanisa Anwar, Eva Rosdiana, (2016), Hubungan Indeks Masa Tubuh dan Usia Menarche dengan Kejadian Dismenorea pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Samudera: *Jurnal Of Healthcare Technology and Medicine*, Vol. 2, no.2 (Oktober), 144-153
- Depkes RI, (2014), Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 61 Tahun 2014 Tentang Kesehatan Reproduksi, Jakarta
- Eny Kusmiran. (2018). Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta Selatan: Salemba Medika
- Hastutik, S. 2010. Perbedaan pengaruh Pendidikan Kesehatan gigi dalam meningkatkan pengetahuan tentang Kesehatan gigi pada anak di SD Negeri 2 sambi Kecamatan Sambi Kabupaten Boyolai, 7 (2), 624-632.
- Kholisotin, Kholisotin. 2020. "Pengaruh Paket Edukasi HbsAg Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Trimester 1 Tentang HbsAg." *The Indonesia Journal of Health Science*, Volume 12, No. 1, juni 2020
- Lestari, Titik. (2015) Kumpulan Teori Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika
- Santi, S. M., Sabrian, F., dan Karim, D. 2014, Efektifitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Audiovisual terhadap perilaku pencegahan vilariasis, 1 (2).
- Sulasti. 2018. Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap sikap dan perilaku personal hygiene Gigi dan mulut anak usia sekolah di SD Negeri payung, 25 (1), 92-101
- Sulistiyowati, (2019), Penurunan Dismenorea pada Remaja Putri dengan Pemberian Stimulasi Kutaneus, 59-65.
- Wahidah Rohmawati, Dyah Ayu Wulandari, Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Nyeri Dismenore Primer Pada Siswi Di SMA Negeri 15 Semarang: *Jurnal Bidan Cerdas*, Vol. 2, n0.2 (Agustus), 84-91