

PENGARUH EDUKASI TENTANG PENANGANAN SECARA NONFARMAKOLOGI TERHADAP *DISMENORHEA* PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 2 BANGUNTAPAN

Dhea Yustisiana¹, Nur Yeti Syarifah², Muryani³

¹ Mahasiswa Sekolah Tinggi Kesehatan Wira Husada

² Dosen Sekolah Tinggi Kesehatan Wira Husada

³ Dosen Sekolah Tinggi Kesehatan Wira Husada

Email korespondensi: dhea17trk@gmail.com

Abstract

Background: Dysmenorrhea is menstrual pain commonly experienced by adolescent girls and may interfere with daily activities and learning processes at school. One of the efforts to reduce its impact is through non-pharmacological management accompanied by health education. **Objective:** This study aimed to determine the effect of education about non-pharmacological management of dysmenorrhea on the knowledge level of adolescent girls. **Method:** This study used a quantitative method with a pre-experimental design using a one group pretest-posttest approach. The population consisted of 136 students who experienced dysmenorrhea and were selected using total sampling technique. Data were collected using a knowledge questionnaire before and after the educational intervention. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. **Result:** The results showed an increase in knowledge after the educational intervention. Before the education, most respondents had moderate knowledge, while after the education most respondents had good knowledge. Statistical test results showed a *p*-value of 0.000 (<0.05), indicating that education significantly influenced the knowledge of adolescent girls regarding non-pharmacological management of dysmenorrhea. **Conclusion:** In conclusion, health education is effective in improving adolescent girls' knowledge about non-pharmacological management of dysmenorrhea.

Keywords: health education, dysmenorrhea, non-pharmacological, knowledge, adolescent girls.

Abstrak

Pendahuluan: *Dismenore* merupakan salah satu masalah kesehatan reproduksi yang sering dialami oleh remaja putri dan dapat mengganggu aktivitas belajar serta kegiatan sehari-hari. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi dampak *dismenore* adalah melalui penanganan nonfarmakologis yang disertai dengan edukasi kesehatan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi tentang penanganan dismenore secara nonfarmakologis terhadap tingkat pengetahuan remaja putri di SMPN 2 Banguntapan. **Metode:** penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *pre-eksperimental one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi yang mengalami dismenore sebanyak 136 orang dan teknik sampling yang digunakan adalah total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. **Hasil:** penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi. Sebelum edukasi sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup, sedangkan setelah edukasi sebagian besar berada pada kategori baik. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p\text{-value } 0,000 (<0,05)$ yang berarti terdapat pengaruh signifikan edukasi terhadap peningkatan pengetahuan siswi mengenai penanganan dismenore secara nonfarmakologis. **Kesimpulannya:** edukasi mengenai penanganan dismenore secara nonfarmakologis berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri di SMPN 2 Banguntapan. Edukasi kesehatan di sekolah diharapkan dapat terus dilakukan untuk meningkatkan pemahaman siswi dalam mengatasi nyeri menstruasi secara tepat.

Kata Kunci: edukasi kesehatan, dismenore, nonfarmakologis, pengetahuan, remaja putri

PENDAHULUAN

Dismenorrhea adalah kondisi saat menstruasi yang menimbulkan rasa sakit. Dapat disimpulkan bahwa *Dismenorrhea* adalah hari pertama kram haid yang disertai dengan rasa nyeri di perut (spasme), dan ini adalah masalah ginekologi yang kerap dialami oleh wanita. (Yusuf et al., 2019). Permasalahan yang berhubungan dengan siklus menstruasi semakin berat ketika ditambah dengan keadaan mental yang tidak seimbang. *Dismenorrhea* sering kali menyebabkan ketidaknyamanan bagi perempuan, sehingga isu psikologis atau elemen kewanitaan menjadi sesuatu yang tidak dapat dihindari. (Rinrin Dila Nuryanti et al., 2023).

Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2020, didapatkan bahwa jumlah wanita yang mengalami *Dismenorrhea* mencapai 1.769.425 jiwa atau sekitar 90%. Rata-rata 50% perempuan di setiap negara mengalami *Dismenorrhea*. Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021 mencatat bahwa angka kejadian *Dismenorrhea* di Indonesia sebesar 64,25%. Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Bali tahun 2022 menunjukkan bahwa dari 35.171 remaja putri di Kota Denpasar, 81,25% di antaranya mengalami *Dismenorrhea*. Sementara itu, di Kabupaten Badung, dari 26.192 remaja putri, 81,9% di antaranya mengalami *Dismenorrhea* (Noverianti et al., 2022). Meskipun belum tersedia informasi yang jelas tentang prevalensi *Dismenorrhea* di kalangan wanita remaja di Indonesia, diperkirakan sekitar 60-70% dari mereka mengalami kondisi ini. Prevalensi *Dismenorrhea* primer di Indonesia diperkirakan sekitar 54,89%, sementara 45,11% sisanya merupakan *Dismenorrhea* sekunder. (APRIANI et al., 2021).

Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) angka kejadian nyeri *Dismenorrhea* yang dialami wanita usia produktif sebanyak 52% dan Kabupaten Bantul merupakan salah satu kabupaten dengan jumlah remaja putri tertinggi yaitu sebanyak 40,940 (26%) jiwa dari 42,820 jiwa. Prevalensi *Dismenorrhea* tertinggi pada siswa SMP di Yogyakarta mencapai sekitar 81% pada remaja usia 12-13 tahun. Data ini meliputi *Dismenorrhea* primer sebanyak 90% dan *Dismenorrhea* sekunder 15% dari total kasus yang ditemukan di penelitian di daerah tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa *Dismenorrhea* adalah masalah kesehatan reproduksi yang sangat umum dialami oleh remaja putri di wilayah Yogyakarta, khususnya pada usia SMP. Penelitian lain juga mendukung bahwa prevalensi *Dismenorrhea* di Yogyakarta pada remaja putri cukup tinggi, dengan angka sekitar 52%-81% tergantung pada studi dan usia. *Dismenorrhea* berat juga ditemukan pada sekitar 57,5% siswi di beberapa sekolah di wilayah tersebut, yang menandakan beban signifikan terhadap aktivitas sehari-hari remaja putri. (Oktavianto et al., 2018)

Berdasarkan penelitian sebelumnya, yaitu Danang (2024). Permasalahan *Dismenorrhea* di wilayah tersebut belum sepenuhnya tertangani secara optimal, sehingga diperlukan penelitian lanjutan untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif serta sebagai dasar dalam penyusunan upaya edukasi dan intervensi yang lebih efektif. SMPN 2 Banguntapan dipilih sebagai lokasi utama penelitian karena SMPN 2 Banguntapan merupakan salah satu sekolah menengah pertama di wilayah Banguntapan yang memiliki jumlah siswi cukup besar, yaitu 225 orang dari seluruh angkatan.

Berdasarkan hasil wawancara pada 5 orang siswi, ditemukan bahwa sebagian siswi mengalami *Dismenorrhea* dengan berbagai cara penanganan, seperti mengonsumsi obat pereda nyeri setiap bulan, menggunakan kompres hangat, serta mengalami penurunan aktivitas belajar akibat nyeri menstruasi. Dari hasil skrining yang

telah dilakukan di kelas 7 dan 8 didapatkan hasil sebanyak 136 siswi yang mengalami *Dismenorrhea* dan 16 siswi tidak mengalami *Dismenorrhea*. Serta hasil wawancara dengan penjaga UKS didapatkan bahwa siswi sering datang ke UKS untuk beristirahat karena nyeri haid yang dirasakan, yang terjadi pada saat upacara atau jam pelajaran berlangsung. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa *Dismenorrhea* masih menjadi permasalahan kesehatan yang berpotensi memengaruhi aktivitas dan proses belajar siswi, sehingga SMPN 2 Banguntapan dinilai relevan dan tepat sebagai lokasi penelitian.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa sebagian siswi masih belum memahami secara menyeluruh penanganan *Dismenorrhea* secara nonfarmakologis. Hal ini terlihat dari kecenderungan siswi yang lebih sering mengandalkan obat pereda nyeri sebagai upaya utama dalam mengatasi nyeri menstruasi, sementara pemanfaatan metode nonfarmakologis masih terbatas dan belum dilakukan secara optimal. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya edukasi kesehatan mengenai berbagai alternatif penanganan dismenore nonfarmakologis yang aman dan efektif untuk mengurangi dampak nyeri menstruasi terhadap aktivitas belajar siswi. Edukasi kesehatan menjadi salah satu upaya penting untuk meningkatkan pengetahuan dan membentuk perilaku yang tepat dalam penanganan *Dismenorrhea* secara nonfarmakologis. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui lebih dalam tentang “Pengaruh Edukasi Tentang Penanganan Nonfarmakologi Terhadap *Dismenorrhea* Pada Remaja Putri Di SMPN 2 Banguntapan” sebagai dasar dalam pengembangan intervensi edukatif yang efektif dan berkelanjutan di lingkungan sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 2 Banguntapan. Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain pre-eksperimental one group pretest–posttest. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi yang mengalami dismenore sebanyak 136 orang dan teknik sampling yang digunakan adalah total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil penelitiannya adalah sebagai berikut :

a. Data Umum Hasil Responden

1) Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Usia pada siswi SMPN 2 Banguntapan

Usia	Frekuensi	Persentase
12-13 tahun	77	56,6
14-15 tahun	59	43,4
Total	136	100

Pada Tabel 4.1 karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa persentase tertinggi terdapat pada responden berusia 12-13 tahun, yaitu sebanyak 77 responden (56,6%).

2) Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

Tabel 4.2

Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Kelas pada siswi SMPN 2 Banguntapan

Kelas	Frekuensi	Persentase
7	67	49,3
8	69	50,7
Total	136	100

Pada Tabel 4.2 karakteristik responden berdasarkan kelas menunjukkan bahwa persentase tertinggi terdapat pada responden di kelas 8, yaitu sebanyak 69 responden (50,7%).

3) Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Haid

Tabel 4.3

Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Lama Haid pada siswi SMPN 2 Banguntapan

Lama Haid	Frekuensi	Persentase
3-7 hari	115	84,6
>7 hari	21	15,4
Total	136	100

Pada Tabel 4.3 karakteristik responden berdasarkan lama haid menunjukkan bahwa persentase tertinggi terdapat pada responden dengan lama haid 3-7 hari, yaitu sebanyak 115 responden (84,6%).

4) Karakteristik Responden Berdasarkan Siklus Haid

Tabel 4.4

Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Siklus Haid pada siswi SMPN 2 Banguntapan

Siklus Haid	Frekuensi	Persentase
Teratur	82	60,3
Tidak Teratur	54	39,7
Total	136	100

Pada Tabel 4.4 karakteristik responden berdasarkan siklus haid menunjukkan bahwa persentase tertinggi terdapat pada responden dengan siklus haid teratur, yaitu sebanyak 82 responden (60,3%).

5) Karakteristik Responden Berdasarkan Frekuensi Ganti Pembalut

Tabel 4.5

Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Frekuensi Ganti Pembalut pada siswi SMPN 2 Banguntapan

Frekuensi Ganti Pembalut	Frekuensi	Persentase
> 3 Kali	103	75,7
< 3 Kali	33	24,3
Total	136	100

Pada Tabel 4.5 karakteristik responden berdasarkan Frekuensi ganti pembalut menunjukkan bahwa persentase tertinggi terdapat pada responden dengan Frekuensi ganti pembalut >3 kali, yaitu sebanyak 103 responden (75,7%).

b. Data Khusus Hasil Responden

1) Pengetahuan Siswi SMPN 2 Banguntapan Sebelum diberikan Edukasi Penanganan *Dismenorrhea* secara Nonfarmakologi

Tabel 4.6

Pre-Test Edukasi Penanganan *Dismenorrhea* secara Nonfarmakologi di SMPN 2 Banguntapan

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Baik, nilai 76-100	2	1,5
Cukup, nilai 56-75	98	72,1
Kurang, nilai <56	36	26,5
Total	136	100

Berdasarkan Tabel 4.6 diperoleh hasil bahwa sebanyak 136 responden sebelum diberikan edukasi tentang Penanganan *Dismenorrhea* secara Nonfarmakologi, hasil *pre-test* menunjukkan bahwa pengetahuan cukup dengan nilai 56-75 merupakan persentase tertinggi sebanyak 98 responden (72,1%). Sedangkan persentase terendah yang memiliki pengetahuan baik dengan nilai 76-100 sebanyak 2 responden (1,5%).

2) Pengetahuan Siswi SMPN 2 Banguntapan Sesudah diberikan Edukasi Penanganan *Dismenorrhea* secara Nonfarmakologi

Tabel 4.7

Post-Test Edukasi Penanganan *Dismenorrhea* secara Nonfarmakologi di SMPN 2 Banguntapan

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Baik, nilai 76-100	136	100
Cukup, nilai 56-75	0	0

Kurang, nilai <56	0	0
Total	136	100

Berdasarkan Tabel 4.7 diperoleh hasil bahwa sebanyak 136 responden sebelum diberikan edukasi tentang Penanganan *Dismenorrhea* secara Nonfarmakologi, hasil *post-test* menunjukkan bahwa pengetahuan Baik dengan nilai 76-100 merupakan persentase tertinggi sebanyak 136 responden (100%).

3) Pengaruh Edukasi Penanganan *Dismenorrhea* secara Nonfarmakologi Terhadap Pengetahuan Siswi SMPN 2 Banguntapan

Tabel 4.8

Pengaruh Edukasi tentang Penanganan *Dismenorrhea* secara Nonfarmakologi

Siswi SMP 2 Banguntapan	Tingkat Pengetahuan tentang Penanganan <i>Dismenorrhea</i> secara Nonfarmakologi						Total	
	Baik		Cukup		Kurang		N	%
	F	%	F	%	F	%		
Pre-Test	2	1,5 %	98	72,1%	36	26,5%	136	100%
Post-Test	136	100%	0	0%	0	0%	136	100%
Nilai uji statistik <i>Wilcoxon</i> p-value 0,000 ($\leq \alpha = 0,05$)								

Berdasarkan Tabel 4.8 sebelum diberikan edukasi mengenai penanganan *Dismenorrhea* secara nonfarmakologi, Sebagian besar memiliki pengetahuan pada kategori cukup, yaitu sebanyak 98 responden (72,1%). Setelah diberikan edukasi, terlihat adanya perubahan yang signifikan pada distribusi pengetahuan responden. Jumlah responden dengan pengetahuan baik meningkat menjadi 136 responden (100%).

Tabel 4.9

Uji Wilcoxon* Pengetahuan *Pre-Test* dan *Post-Test

<i>Pre-Test – Post Test</i>	N	Mean	Sig (2-tailed)
Negatif	0	,00	
Positif	136	67,50	
Ties	0		
Total	136		0,000

<i>Pre-Test – Post Test</i>	
Z	-10,156

Berdasarkan tabel 4.9 hasil analisis uji *Wilcoxon* untuk melihat adanya pengaruh dalam pemberian edukasi tentang penanganan *Dismenorrhea* secara nonfarmakologi terhadap pengetahuan sebelum dan Setelah diberikan perlakuan

menunjukkan nilai signifikan *p-value* sebesar $0,000 < 0,005$ maka ada perbedaan pengetahuan sebelum dan Setelah diberikan edukasi yang artinya ada pengaruh pada hasil sig (2-tailed) $0,000 < 0,05$ didapatkan.

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* antara skor pengetahuan *pre-test* dan *post-test* pemberian edukasi penanganan *Dismenorrhea* secara nonfarmakologi diperoleh nilai statistik Z sebesar $-10,156$. Nilai Z pada uji *Wilcoxon* menunjukkan arah serta besar perbedaan antara dua pengukuran yang berpasangan. Tanda negatif (-) pada nilai Z mengindikasikan bahwa skor pengetahuan setelah pemberian edukasi (*post-test*) lebih tinggi dibandingkan sebelum pemberian edukasi (*pre-test*).

Berdasarkan penjelasan diatas dapat kita simpulkan adanya perbedaan yang bermakna antara kedua pengukuran tersebut. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak, yang berarti efektif dalam pemberian edukasi penanganan *Dismenorrhea* secara nonfarmakologi terhadap peningkatan pengetahuan siswi di SMPN 2 Banguntapan.

PEMBAHASAN

1. Mengidentifikasi Karakteristik Responden

Berdasarkan Tabel 4.1, sebagian besar responden berusia 12–13 tahun dibandingkan 14–15 tahun. Hasil ini sejalan dengan penelitian Brigita Juliana Karauan & Cindy Patricia Wowor (2020) berjudul “Hubungan Pengetahuan Remaja Putri tentang Menstruasi dengan Perilaku Menghadapi Dismenore pada Siswi SMP Frater Don Bosco Tomohon”, yang menunjukkan mayoritas responden berusia 13 tahun (remaja awal). Pada fase ini remaja masih dalam tahap adaptasi hormonal sehingga lebih rentan mengalami dismenore primer. Menurut Restiyana (2020), usia 10–12 tahun merupakan masa pubertas dan menarche, di mana ketidakseimbangan hormon dan peningkatan prostaglandin memicu kontraksi uterus berlebihan yang menyebabkan nyeri haid.

Berdasarkan kelas, mayoritas responden berada di kelas 8. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Karauan & Wowor (2020) yang menunjukkan kelas 8 sebagai kelompok terbanyak dengan tingkat pengetahuan cukup hingga baik. Usia 13–15 tahun termasuk remaja pertengahan yang telah memiliki kematangan berpikir lebih baik serta pengalaman menstruasi lebih teratur, sehingga lebih menyadari dan mampu mengidentifikasi keluhan dismenore.

Berdasarkan lama haid, sebagian besar responden mengalami menstruasi 3–7 hari, yang termasuk kategori normal. Hasil ini sejalan dengan penelitian Devi Andra Puspita, Hadi Purwanto, dan Aby Yazid Al Buthomy Rofi'i (2022) yang menyatakan bahwa lama haid normal tetap dapat disertai keluhan dismenore. Nyeri haid lebih dipengaruhi oleh peningkatan prostaglandin dibandingkan durasi menstruasi itu sendiri.

Sebagian besar responden juga memiliki siklus haid teratur. Siklus normal berkisar 21–35 hari, dan meskipun teratur, remaja tetap dapat mengalami dismenore akibat faktor hormonal. Selain itu, mayoritas responden mengganti pembalut lebih dari tiga kali sehari, yang menunjukkan praktik kebersihan menstruasi yang baik dan sesuai anjuran kesehatan.

Secara keseluruhan, mayoritas responden berusia 12–13 tahun, kelas 8, memiliki lama haid dan siklus yang normal, serta praktik kebersihan yang baik. Namun, mereka tetap rentan mengalami dismenore karena faktor hormonal pada masa remaja awal–pertengahan. Oleh karena itu, edukasi kesehatan reproduksi tetap diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan remaja dalam menangani nyeri haid secara mandiri.

2. Mengidentifikasi Pengetahuan Siswi Sebelum Dilakukan Edukasi Tentang Penanganan *Dismenorrhea* secara Nonfarmakologi di SMPN 2 Banguntapan

Hasil Tabel 4.6 menunjukkan bahwa pada pre-test terdapat 2 responden kategori baik, 98 kategori cukup, dan 36 kategori kurang. Mayoritas responden berada pada kategori cukup, yang berarti telah memiliki pengetahuan dasar tentang dismenore, namun belum komprehensif dan masih memerlukan penguatan melalui edukasi kesehatan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Vita & Danang Yulianto (2024) yang menyatakan bahwa sebagian besar remaja memiliki pengetahuan cukup sebelum edukasi, umumnya hanya mengetahui pengertian dan gejala dismenore tanpa memahami penatalaksanaan yang tepat, khususnya nonfarmakologis.

Dominannya kategori cukup kemungkinan karena responden telah memperoleh informasi dari sekolah, orang tua, teman sebaya, atau media sosial, namun masih bersifat umum. Sementara itu, 36 responden dalam kategori kurang menunjukkan adanya keterbatasan akses atau pemahaman informasi, yang dipengaruhi faktor usia, pengalaman, pendidikan, dan lingkungan. Hanya 2 responden kategori baik, kemungkinan karena pengalaman pribadi atau pernah menerima edukasi sebelumnya. Peneliti berasumsi bahwa hasil pre-test ini menunjukkan perlunya intervensi edukasi untuk meningkatkan pengetahuan remaja dari kategori cukup menjadi baik, terutama terkait penanganan dismenore yang tepat.

3. Mengidentifikasi Pengetahuan Siswi Sesudah Dilakukan Edukasi Tentang Penanganan *Dismenorrhea* secara Nonfarmakologi di SMPN 2 Banguntapan

Hasil Tabel 4.7 memperlihatkan bahwa hasil *post-test* menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden setelah diberikan edukasi (*posttest*) sebagian besar berada pada kategori baik dengan nilai 76–100. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman responden setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan mengenai dismenore dan penanganannya.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Vita & Danang Yulianto (2024) berjudul "*Pengetahuan Remaja Putri tentang Penatalaksanaan Dismenore di Dusun Pringgolayan Bantul*", yang menunjukkan bahwa setelah diberikan edukasi kesehatan, terjadi peningkatan tingkat pengetahuan responden menjadi kategori baik. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang penatalaksanaan dismenore.

Menurut Notoatmodjo (2018) menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan secara terstruktur dapat meningkatkan tingkat pengetahuan seseorang dari tahap tahu (*know*) dan memahami (*comprehension*) menjadi mampu menerapkan (*application*). Hal ini terjadi karena adanya proses penerimaan informasi melalui penglihatan dan pendengaran yang kemudian diproses dalam kognitif individu.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti berasumsi bahwa hasil *posttest* dalam kategori baik menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan efektif dalam

meningkatkan pengetahuan remaja tentang dismenore. Hal ini membuktikan bahwa sebelumnya responden sebenarnya telah memiliki dasar pengetahuan (kategori cukup), namun setelah diberikan penjelasan yang sistematis dan ilmiah, pemahaman mereka menjadi lebih komprehensif. Dengan kata lain, intervensi pendidikan kesehatan berperan penting dalam pengetahuan yang dimiliki responden.

4. Menganalisa Pengaruh Edukasi Tentang Penanganan *Dismenorhea* secara Nonfarmakologi di SMPN 2 Banguntapan

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat peningkatan tingkat pengetahuan siswi SMPN 2 Banguntapan secara signifikan setelah diberikan edukasi penanganan *Dismenorhea* secara nonfarmakologis. Peningkatan ini terlihat dari perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi, dimana sebagian besar responden mengalami peningkatan kategori pengetahuan dari rendah atau cukup menjadi baik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman tentang penanganan *Dismenorhea* secara nonfarmakologis.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Vita & Danang Yulianto (2024) yang menunjukkan adanya peningkatan signifikan tingkat pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi tentang penatalaksanaan dismenore. Selain itu, penelitian Brigita Juliana Karuan & Cindy Patricia Wowor (2020) juga menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan yang lebih baik berkaitan dengan kesiapan remaja dalam menghadapi dismenore secara tepat.

Menurut Notoatmodjo (2018) pendidikan kesehatan merupakan proses pembelajaran yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan individu dalam memahami dan menerapkan informasi kesehatan. Edukasi yang diberikan secara sistematis dan sesuai dengan karakteristik usia akan lebih mudah diterima dan dipahami. Pada remaja awal-pertengahan, kemampuan kognitif sudah berkembang sehingga mampu berpikir logis dan memahami hubungan sebab-akibat, termasuk mekanisme terjadinya dismenore dan cara penanganannya.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti berasumsi bahwa peningkatan yang signifikan pada posttest terjadi karena materi yang diberikan sesuai dengan kebutuhan responden dan berkaitan langsung dengan pengalaman pribadi mereka. Remaja yang sering mengalami nyeri haid cenderung lebih fokus dan termotivasi untuk memahami materi yang dapat membantu mengurangi keluhan tersebut. Selain itu, metode penyampaian yang jelas, penggunaan media edukatif, serta suasana pembelajaran yang kondusif turut mendukung keberhasilan intervensi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMPN 2 Banguntapan, Bantul, Yogyakarta tahun 2026 dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat pengaruh edukasi mengenai penanganan *Dismenorhea* secara nonfarmakologi yang signifikan pada siswi SMPN 2 Banguntapan yang ditunjukkan oleh perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi dari yang sebelumnya kebanyakan ditingkat pengetahuan cukup menjadi tingkat pengetahuan yang baik

2. Pengetahuan siswi SMPN 2 Bangutapan sebelum dilakukan edukasi mengenai penanganan Dismenorhea secara nonfarmakologis pada siswi SMPN 2 Bangutapan kebanyakan memiliki kategori pengetahuan cukup
3. Pengetahuan siswi SMPN 2 Bangutapan sesudah dilakukan edukasi mengenai penanganan Dismenorhea secara nonfarmakologis pada siswi SMPN 2 Bangutapan kebanyakan memiliki kategori pengetahuan Baik

RUJUKAN

1. Alam, S., Syahrir, S., Adnan, Y., & Asis, A. (2021). Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(03), 200–207. <https://doi.org/10.33221/jikm.v10i03.953>
2. APRIANI, W., OKLAINI, S. T., HERDIANI, T. N., & TRIANA, I. (2021). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Disminore Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 17 Kecamatan Enggano. *Journal Of Midwifery*, 9(2), 8–15. <https://doi.org/10.37676/jm.v9i2.1823>
3. Arisandy, N. A. R. (2024). *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*. 6, 2851–2858.
4. *Dismenorhea* Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 2 Kuta Utara Overview of The Level of Knowledge And Treatment of Dysmenorrhea In Adolescent Girls At Sma Negeri 2 Kuta Utara. *Dkk. Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 16(01), 20–28.
5. Fitriani, A. (2018). *Intervensi, Pengaruh Menggunakan, Penyuluhan Leaflet, Media Perubahan, Terhadap Mengenai, Pengetahuan Bahaya, Potensi Kontak, Dermatitis Pencegahannya, D A N Pekerja, Pada Service, Cleaning Syarif, U I N Jakarta, Hidayatullah Studi, Program Masyarakat, Ke.*
6. Heri Gunawan, Puspita, A., Hetty Hernany, D., Salsabila, F., & Netiska, T. (2024). Komunikasi Pembangunan Dalam Mengedukasi Masyarakat Terhadap Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Untuk Mencegah Stunting Di Kelurahan Sungai Baru Kec. Banjarmasin Tengah. *Journal on Education*, 07(01), 7434–7435.
7. Husna, M., Munir, B., & Nandar, S. (2021). *Low back pain*. May, 1–6. <https://doi.org/10.21776/ub.jphv.2021.002.01.4>
8. Indrayani, T., & Syafar, M. (2020). *Promosi Kesehatan untuk Bidan. Banten: CV.AA.Rizky*
9. Luh Neta Surastri Maharani, N., Ketut Citrawati, N., Kadek Yuni Lestari, N., & Studi Keperawatan Program Sarjana STIKES Wira Medika Bali, P. (2025). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Dan Penanganan.*
10. Mujiyanti, D. W. I. (2022). *Gambaran tingkat pengetahuan tentang penanganan*

nyeri haid (dismenorea) pada remaja putri di sma negeri 4 kota palangka raya.

11. Ni Made Widyanthi, N. K. A. R. & D. P. (2021). *Gambaran Penanganan Dismenorheaa Secara Non Farmakologi Pada Remaja Kelas X Di Sma Dwijendra Denpasar*. 2(6).