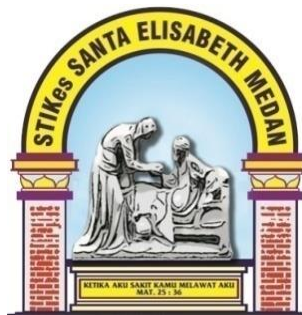


SKRIPSI

GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG NYERI MENSTRUASI DI PINGGOL TOBA PONDOK DESA GONTING MALAHA KECAMATAN BANDAR PULAU KABUPATEN ASAHAN TAHUN 2020



Oleh :

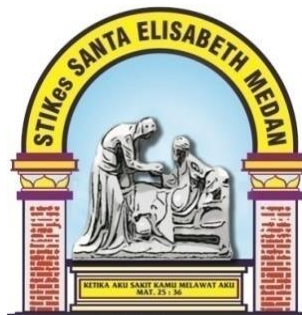
Evi Sri Maryani Pandiangan
022017028

**PROGRAM STUDI DIPLOMA 3 KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH
MEDAN
2020**



SKRIPSI

**GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI
TENTANG NYERI MENSTRUASI DI PINGGOL
TOBA PONDOK DESA GONTING MALAHA
KECAMATAN BANDAR PULAU
KABUPATEN ASAHAN
TAHUN 2020**



Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Kebidanan
dalam Program Studi Diploma 3 Kebidanan
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

Oleh :

Evi Sri Maryani Pandiangan
022017028

**PROGRAM STUDI DIPLOMA 3 KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH
MEDAN
2020**



STIKes Santa Elisabeth Medan

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Evi Sri Maryani Pandiangan
Nim : 022017028
Program Studi : Diploma 3 Kebidanan
Judul Skripsi : Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang
Nyeri Menstruasi Di Pingool Toba Pondok Desa
Gonting Malaha Kecamatan Bandar Pulau
Kabupaten Asahan Tahun 2020

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penulisan Karya Tulis Ilmiah yang telah saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ini ternyata di kemudian hari penulisan Loparan Tugas Akhir ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya akan bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKes Elisabeth Medan.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Penulis,

METERAI
TEMPEL
B4312AHF440697658
6000
ENAM RIBU RUPAH
(Evi Sri Maryani)



STIKes Santa Elisabeth Medan



PROGRAM STUDI D3 KEBIDANAN STIKes SANTA ELIBETH MEDAN

Tanda Persetujuan

Nama : Evi Sri Maryani Pandiangan
NIM : 022017028
Judul : Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi Di
Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Kecamatan Bandar
Pulau Kabupaten Asahan Tahun 2020.

Menyetujui untuk diujikan pada Ujian Sidang Ahli Madya Kebidanan
Medan, 14 Juli 2020

Mengetahui

Pembimbing

(Ramatian Simanihuruk, SST., M.Kes)


Kaprodi Diploma 3 Kebidanan



PRODI D3 KEBIDANAN
(Anita Veronika, S.SiT., M.KM)



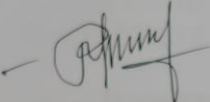
STIKes Santa Elisabeth Medan

 **STIKes Santa Elisabeth Medan**



Telah diuji

Pada tanggal, 14 Juli 2020

PANITIA PENGUJI



Ketua : 
Ramatian Simanihuruk, SST., M.Kes

Anggota :

1. 
Bernadetta A. SST., M.Kes
2. 
Ermawaty A. Siallagan, SST., M.Kes

Mengetahui

Ketua Program Studi Diploma 3 Kebidanan



(Anita Veronika, S.SiT., M.KM)

STIKes Santa Elisabeth Medan



PROGRAM STUDI D3 KEBIDANAN STIKes SANTA ELIBETH MEDAN

Tanda Pengesahan

Nama : Evi Sri Maryani Pandiangan
NIM : 022017028
Judul : Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi Di
Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Kecamatan Bandar
Pulau Kabupaten Asahan Tahun 2020.

Telah disetujui, diperiksa dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji
sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kebidanan
pada Selasa, 14 Juli 2020 dan dinyatakan LULUS

TIM PENGUJI

TANDA TANGAN

Penguji I : Bernadetta A. SST., M.Kes

Penguji II : Ermawaty Arisandy S. SST., M.Kes

Penguji III : Ramatian Simanihuruk, SST., M.Kes

Mengetahui
Ketua Program Studi D3 Kebidanan

PRODI D3 KEBIDANAN
(Anita veronika, S.SiT., M.KM)

Mengesahkan
Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan

(Mestiana Br. Karo, M.Kep., DNSc)



STIKes Santa Elisabeth Medan

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stikes Santa Elisabeth Medan, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : EVI SRI MARYANI PANDIANGAN
NIM : 022017028
Program Studi : Diploma 3 Kebidanan
Jenis Karya : SKRIPSI

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan Hak Bebas Royalti Non-esklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi Di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Kecamatan Bandar Pulau Kabupaten Asahan Tahun 2020.**

Dengan hak bebas royalti Non-esklusif ini Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Medan, 14 Juli 2020

Yang mengatakan

(Evi Sri Maryani Pandiangan)



ABSTRAK

Evi Sri Maryani Pandiangan, 022017028

Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi Di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Kecamatan Bandar Kabupaten Asahan Tahun 2020

Prodi Diploma 3 Kebidanan 2017

Kata Kunci: Pengetahuan Remaja Putri, Nyeri Menstruasi

(xix + 55 + Lampiran)

Nyeri menstruasi merupakan nyeri perut yang berasal dari kram uterus dan terjadi selama menstruasi. Namun kenyataannya masih banyak remaja putri yang tidak menanganin rasa nyeri saat mengalami menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi Di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Kecamatan Bandar Pulau Kabupaten Asahan Tahun 2020. Penelitian ini digunakan dengan metode deskriptif, pengambilan sampel dilakukan secara total sampling dengan 15 responden. Variable independen tanda dan gejala, sumber informasi, dan penanganan dan variable dependen nyeri menstruasi pada remaja. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukan sebagian besar responden 15, berpengetahuan baik sebanyak 6 orang (40%), pengetahuan cukup sebanyak 8 orang (53%) dan pengetahuan kurang 1 orang (7%). Berdasarkan hasil penelitian di dapat bahwa sebagian besar remaja putri di Pinggol Toba Pondok memiliki pengetahuan yang cukup tentang nyeri menstruasi. Untuk itu di harapkan tenaga kesehatan dapat memberikan penyuluhan tentang nyeri menstruasi kepada seluruh remaja putri dan memberikan sumber informasi tentang nyeri menstruasi, supaya wawasan remaja putri dapat menambah atau meningkat.

Daftar Pustaka Indonesia (2012-2019)



ABSTRACT

Evi Sri Maryani Pandiangan, 022017028

Overview of young women's knowledge of menstrual pains in Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha City District Island of Asahan District year 2020

2017 Midwifery Diploma 3 Study Program

Keywords: young women knowledge, menstrual pain

(xix + 55 + attachments)

Menstrual pain is a stomach pain that comes from uterine cramps and occurs during menstruation. But in reality, there are many young women who do not cry out during menstrual pains. This research aims to know the young women's knowledge description of menstrual pain in Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha District Bandar Pulau Asahan District year 2020. The study was used with a descriptive method, sampling was carried out in total sampling with 15 respondents. Variable independent signs and symptoms, sources of information, and handling and variable dependent menstrual pains in adolescents. Data collection using questionnaires. The results showed a large majority of the respondents were 15, knowledgeable as many as 6 people (40%), knowledge was enough as 8 people (53%) and knowledge less 1 person (7%). Based on the results of the study it can be that most of the young women in Pinggol Toba Pondok have sufficient knowledge of menstrual pain. It is hoped that healthcare professionals can provide counseling about menstrual pains to all young women and provide a source of information about menstrual pains, so that the young women's insights can increase or increase.

List of Indonesian libraries (2012-2019)



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul **“Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi Di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Kecamatan Bandar Pulau Kabupaten Asahan Tahun 2020”** Laporan Tugas Akhir ini dibuat sebagai persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan di STIKes Santa Elisabeth Medan Program Studi D3 Kebidanan.

Penulis menyadari masih banyak kesalahan baik isi maupun susunan bahasanya dan masih jauh dari sempurna. Dengan hati terbuka dan lapang dada penulis mohon kiranya pada semua pihak agar dapat memberikan masukan dan saran yang bersifat membangun guna lebih menyempurnakan Laporan Tugas Akhir ini.

Dalam penulisan Laporan Tugas Akhir ini, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan yang sangat berarti dari berbagai pihak, baik dalam bentuk moral, material, maupun spiritual. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang tulus kepada :

1. Mestiana Br. Karo, M.Kep.,DNSc sebagai Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan Program Studi D3 Kebidanan STIKes Santa Elisabeth Medan.
2. Anita Veronika, S.SiT., M.KM selaku Ketua Program Studi D3 Kebidanan yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan Program Studi D 3 Kebidanan STIKes Santa Elisabeth Medan.



3. Desriati Sinaga, SST., M.Keb dan Risda Manik, SST., M.K.M selaku koordinator Laporan Tugas Akhir ini telah banyak memberikan bimbingan, nasehat, dan petunjuk kepada penulis dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini.
4. Kepada Bu Oktaviance Simorangkir selaku dosen Pembimbing Akademik selama kurang lebih 3 tahun yang telah banyak memberikan dukungan dan semangat serta motivasi selama menjalani pendidikan di STIKes Santa Elisabeth Medan.
5. Ramatian Simanihuruk, SST., M.Kes selaku dosen Pembimbing Laporan Tugas Akhir ini, yang telah banyak meluangkan waktunya dalam membimbing, melengkapi dan membantu penulis dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir.
6. Ermawaty A.Siallagan, SST. M.Kes selaku dosen penguji 2 yang telah banyak meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan kepad penulis untuk menyelesaikan laporan tugas akhir.
7. Bernadetta A. SST., M.Kes selaku dosen penguji 1 yang telah banyak meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan kepad penulis untuk menyelesaikan laporan tugas akhir.
8. Seluruh Dosen dan Staf di STIKes Santa Elisabeth Medan yang telah memberi ilmu, nasehat dan bimbingan kepada penulis selama menjalani pendidikan di Program studi D-III Kebidanan STIKes Santa Elisabeth Medan.



9. Kepada Sr. Veronika dan TIM selaku ibu asrama yang sabar dalam membimbing dan memotivasi penulis selama tinggal di asrama pendidikan STIKes Santa Elisabeth Medan.
 10. Sukarja selaku kepala dusun di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha yang telah memberikan kesempatan dan mengijinkan penelitian untuk melakukan penelitian sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan laporan tugas akhir ini.
 11. Sembah sujud yang terkasih dan tersayang kepada orangtua tercinta Ayahanda M. Pandiangan dan Ibunda T. Situmorang, yang sudah banyak memberi semangat, doa, motivasi, dan dukungan baik moral dan material yang luar biasa kepada saya untuk menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini.
 12. Buat seluruh teman seperjuangan Mahasiswi Prodi D3 Kebidanan STIKes Santa Elisabeth Medan angkatan XVII yang sudah 3 tahun bersama penulis selama menyelesaikan pendidikan di STIKes Santa Elisabeth Medan, terkhususnya teman-teman dan adik-adikku.
- Akhir kata penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak, semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas segala kebaikan dan bantuan yang telah diberikan kepada penulis dan harapan penulis semoga Laporan Tugas Akhir ini memberi manfaat bagi kita semua.

Medan, 14 Juli 2020

Penulis

(Evi Sri Maryani Pandiangan)



DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
TANDA PERSETUJUAN	iv
PENETAPAN PANITIA PENGUJI.....	v
PENGESAHAN	vi
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR BAGAN.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
DAFTAR SINGKATAN.....	xix
 BAB 1 PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	6
1.3 Tujuan	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	7
 BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	 9
2.1 Pengetahuan	9
2.1.1 Pengertian Pengetahuan	9
2.1.2 Tingkat Pengetahuan	10
2.1.3 Cara Memperoleh Pengetahuan	12
2.1.4 Proses Perilaku “Tahu”	13
2.1.5 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan	13
2.1.6 Kriteria Tingkat Pengetahuan	16
2.2 Remaja	17
2.2.1 Pengertian Remaja	17
2.2.2 Tahap-tahap Remaja.....	18
2.2.3 Perubahan Fisik Pada Masa Remaja Wanita.....	18
2.2.4 Masalah-masalah Remaja.....	20
2.2.5 Faktor yang memengaruhi kesehatan wanita	20
2.3 Menstruasi	21
2.3.1 Pengertian Menstruasi	21



2.3.2 Tanda dan Gejala.....	22
2.3.3 Fase-fase Menstruasi.....	22
2.3.4 Proses Terjadinya Menstruasi	24
2.4. Nyeri Menstruasi.....	24
2.4.1. Pengertian Nyeri Menstruasi	24
2.4.2. Klasifikasi Nyeri Menstruasi	26
2.4.3. Faktor Resiko Nyeri Menstruasi	28
2.4.4. Manifestasi Klinis	29
2.4.5. Pencegahan	30
2.4.6. Penanganan	31
BAB 3 KERANGKA KONSEP.....	33
3.1 Kerangka Konsep Penelitian	33
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	34
4.1 Rancangan Penelitian	34
4.2 Populasi dan Sampel	34
4.2.1. Populasi	34
4.2.2. Sampel	34
4.3 Variabel Penelitian dan Defenisi Operasional	34
4.3.1. Variabel Penelitian	34
4.3.2. Defenisi Operasional	35
4.4 Instrumen Penelitian.....	36
4.5 Lokasi dan Waktu Penelitian	37
4.5.1. Lokasi Penelitian	37
4.5.2. Waktu Penelitian.....	38
4.6 Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan Data	38
4.6.1. Pengambilan Data.....	38
4.6.2. Teknik Pengumpulan Data	39
4.6.3. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	40
4.7 Kerangka Operasional.....	41
4.8 Analisa Data	42
4.8.1. Pengelohan Data	42
4.9 Etika Penelitian	43
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	44
5.1 Gambaran dan Lokasi Penelitian	44
5.2 Distribusi Responden.....	44
5.2.1 Distribusi Pengetahuan Responden Berdasarkan Tanda dan Gejala.....	45
5.2.2 Distribusi Pengetahuan Responden Berdasarkan Sumber Informasi.....	45
5.2.3 Distribusi Pengetahuan Responden Berdasarkan Penanganan.....	45
5.2.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan.....	46



5.3 Pembahasan Hasil Penelitian.....	46
5.3.1 Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Nyeri Menstruasi.....	46
5.3.3.1. Pengetahuan Responden Tentang Nyeri Menstruasi Berdasarkan Tanda dan Gejala.....	48
5.3.3.2. Pengetahuan Responden Tentang Nyeri Menstruasi Berdasarkan Sumber Informasi.....	49
5.3.3.3. Pengetahuan Responden Tentang Nyeri Menstruasi Berdasarkan Penanganan.....	51
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	53
6.1 Kesimpulan	53
6.2 Saran.....	54
DAFTAR PUSTAKA	76
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

	Halaman
Bagan 3.1 Kerangka Konsep.....	33
Bagan 4.1 Defenisi Operasional.....	35
Bagan 4.6 Uji Validitas dan Reliabilitas	40
Bagan 4.7 Kerangka Operasional	41
Bagan 5.2 Distribusi Frekuensi Responden.....	44
Bagan 5.2.1 Distribusi Frekuensi Tanda dan Gejala	45
Bagan 5.2.2 Distribusi Frekuensi Sumber Informasi	45
Bagan 5.2.3 Distribusi Frekuensi Penanganan	45



DAFTAR BAGAN

Halaman:

Table 3.1	Kerangka Konsep.....	33
------------------	----------------------	----



LAMPIRAN

1. Surat Pengajuan Judul
2. Surat Usulan Judul
3. Surat Izin Penelitian
4. Informed consent.....
5. Lembar Kuesioner
6. Lembar Konsul.....



DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
METOPEL	: Metodel Penelitian
KESPRO	: Kesehatan Reproduksi
HIV	: Human Immunodeficiency Virus
AIDS	: Acquired Immuno Deficiency Syndrome
KB	: Keluarga Berencana



BAB 1 PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pengetahuan tentang nyeri menstruasi adalah suatu pemahaman yang dimiliki seseorang melalui penginderaan dari pengelihatannya, pendengaran, penciuman, rasa dan raba yang berkaitan dengan nyeri perut yang berasal dari kontraksi uterus berlebih dan terjadi selama menstruasi. Pengetahuan nyeri menstruasi merupakan hasil tau tentang nyeri haid diperut bagian bawah terasa sebelum, selama dan sesudah haid yang terjadi setelah orang melakukan pengindraan, melalui panca indra (Wawan, dkk 2019).

Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan mempengaruhi proses dalam belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang, maka semakin mudah seseorang tersebut untuk menerima sebuah informasi. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal, akan tetapi dapat diperoleh juga pada pendidikan non formal. Pengetahuan seseorang terhadap suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini menentukan sikap seseorang terhadap objek tertentu. Semakin banyak aspek positif dari objek yang diketahui akan menumbuhkan sikap positif terhadap objek tersebut. Semakin banyak informasi yang masuk, semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan. Kemajuan teknologi menyediakan bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang informasi baru. Sarana komunikasi seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, penyuluhan, dan lain-lain yang mempunyai pengaruh besar

terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang. Sedangkan Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Bertambahnya usia akan semakin berkembang pola pikir dan daya tangkap seseorang sehingga pengetahuan yang diperoleh akan semakin banyak (Fitriani dkk, 2017).

Nyeri haid merupakan penyakit yang sudah cukup lama. Nyeri yang dirasakan saat haid tidak hanya terjadi pada bagian perut bawah saja. Beberapa remaja perempuan kerap merasakannya pada punggung bagian bawah, pinggang, panggul, otot paha atas, hingga betis. Rasa nyeri ini disebabkan oleh kontraksi otot perut yang terjadi secara terus-menerus saat mengeluarkan darah (Desy, 2011).

Salah satu faktor yang mempengaruhi nyeri menstruasi yaitu diet yang tidak sehat, sebagai pencetus nyeri menstruasi dapat berupa kebiasaan mengkonsumsi *fast food* (makanan cepat saji). Dewasa ini konsumsi *fast food* sudah menjadi bagian dari trend, gaya hidup remaja, baik dikota maupun pedesaan (Imtihani, dkk 2003). Konsumen terbanyak yang mengkonsumsi *fast food* menurut *Health Education Authority* berada pada rentang 15-34 tahun. Usia ini dalam tatanan masyarakat merupakan golongan pelajar dan pekerja muda (Siswono, 2002). Didukung oleh penelitian Pramanik dan Dhar (2014) pada remaja usia 13-18 tahun di Bengal Barat, India Timur yang mengkonsumsi *fast food* setiap hari, 83% diantaranya mengalami menstruasi.

Remaja masih belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fungsi fisik maupun psikisnya. Namun, yang perlu ditekankan disini adalah bahwa fase remaja merupakan fase perkembangan yang tengah berada

pada masa amat potensial, baik dilihat dari aspek kognitif, emosi, maupun fisik (Menurut Buku Pelayanan KB & Kespro, 2014).

Permasalahan prioritas kesehatan reproduksi pada remaja, yakni: kehamilan tak dikehendaki, kehamilan dan persalinan usia muda, masalah PMS (*Premenstrual Syndrome*), termasuk infeksi HIV/AIDS, tindak kekerasan seksual, seperti pemerkosaan, pelecehan seksual dan transaksi seks komersial (Menurut Buku Pelayanan KB & Kespro, 2014).

Data dari WHO (2014) didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami nyeri menstruasi, 10-15% diantaranya mengalami nyeri menstruasi berat.

Berdasarkan Badan Statistik Amerika Serikat jumlah penduduk dunia pada Januari 2018 mencapai 7,53 miliar jiwa. Jumlah penduduk dunia yang masuk usia produktif (15-64 tahun) mencapai 4,99 miliar atau sekitar 66% dari total populasi dunia. Pada tahun 2012 sebanyak 75% remaja wanita di Mesir mengalami nyeri menstruasi, 55,3% nyeri menstruasi ringan, 30% nyeri menstruasi sedang, dan 14,8% nyeri menstruasi berat.

Menurut Provinsi, Riskesdes 2018 remaja putri umur 10-19 tahun yang sudah mendapatkan menstruasi sebanyak 69,7%-70,6% dan yang belum mendapatkan menstruasi sebanyak 29,4%-30,3%.

Angka kejadian di Sumatera Utara 2018 remaja putri umur 10-19 tahun yang sudah mendapatkan menstruasi sebanyak 67,2%-70,3% dan yang belum mendapatkan menstruasi sebanyak 29,7%-32,8%.

Berdasarkan hasil penelitian Nurmiah (2016) yang meneliti tentang pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap gangguan menstruasi di SMPN 2 Makale, didapatkan bahwa 80 siswi yang menjadi responden penelitian, terdapat 40 (50%) siswa yang berpengetahuan baik, 31 (38,75%) siswi yang berpengetahuan cukup, dan 9 (11,25%) siswi yang berpengetahuan kurang.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Erniti Pati Ningsih (2014) yang berjudul “Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Penanganan Nyeri Menstruasi di SMP Negeri 7 Manado Tahun 2014” menunjukkan sumber informasi yang diperoleh remaja putri banyak memperoleh informasi tentang dismenorea dari media yaitu sebanyak 29 orang (43,9%), orangtua sebanyak 22 orang (33,3%), tenaga kesehatan sebanyak 8 orang (12,1%), dan teman sebanyak 7 orang (10,6%).

Berdasarkan hasil penelitian Tangchai (2012), mengatakan sebanyak 92% penderita nyeri menstruasi hanya beristirahat untuk menghilangkan nyeri, penggunaan obat-obatan penghilang nyeri digunakan oleh 32%, sedangkan sebanyak 7,1% penderita nyeri menstruasi berkonsultasi ke dokter.

Penelitian yang dilakukan Paramita di SMK YPKK I Slema Yogyakarta tahun 2010, bahwa sebagian besar siswi menanganin dismenore dengan melakukan kompres hangat, yaitu sebanyak 48,3% siswi, istirahat 13,8%, olahraga teratur 12,1%, pengkonsumsi makanan bergizi 17,3%, pengkonsumsi obat analgetik 10,3%.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Ika Maryani (2014) yang berjudul “Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi pada Siswi Kelas

X di SMA St.Yoseph, Tanjung Selamat, Medan” diperoleh responden berpengetahuan baik sebanyak 27 orang (90%) dan berpengetahuan cukup sebanyak 3 orang (10%), yang melakukan penanganan tanpa menggunakan obat berpengetahuan baik sebanyak 88% dan responden berpengetahuan baik berdasarkan sumber informasi lingkungan sebanyak 88,99% dan berpengetahuan cukup sebanyak 11,11%.

Berdasarkan hasil penelitian Endang wiwiek (2019) yang “berjudul gambaran pengetahuan remaja putri tentang dismenorea pada mahasiswa tingkat I program studi Diploma III Keperawatan Stikes Dirgahayu Samarinda” diperoleh responden tentang tingkat pengetahuan tanda dan gejala menstruasi pada remaja putri dari hasil yang penelitian didapatkan 39 responden (78%) yang mengetahui tentang tanda dan gejala, dan 11 responden (22%) yang tidak tahu tentang tanda dan gejala.

Berdasarkan survey pendahuluan di SMP St.Ignatius Medan SMP St.Ignasius Jl.Karya Wisata No.6-Medan Johor penelitian melakukan wawancara singkat terhadap kepala sekolah dan terhadap 5 orang siswi dengan menggunakan pertanyaan-pertanyaan berdurasi 15 menit dan dari hasil kesimpulan wawancara tersebut peniliti menyimpulkan bahwasannya di SMP St.Ignasius Medan rata-rata tidak mengetahui bagaimana yang dimaksud nyeri pada saat menstruasi dan juga berdasarkan dari hasil wawancara dengan kepala sekolah mengatakan bahwasannya belum pernah ada dilakukan penelitian tentang nyeri menstruasi di SMP St.Ignasius Medan Johor.

Oleh karena uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran pengetahuan remaja putri kelas VII tentang nyeri menstruasi di SMP St.Ignasius Medan.

1.2. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dapat di rumuskan permasalahan sebagai berikut: “Bagaimanakah Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Nyeri Menstruasi di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Tahun 2020”.

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Kecamatan Bandar Pulau Kabupaten Asahan Tahun 2020.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Tanda dan Gejala Nyeri Menstruasi di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Kecamatan Bandar Pulau Kabupaten Asahan Tahun 2020.
2. Untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Sumber Informasi Nyeri Menstruasi di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Kecamatan Bandar Pulau Kabupaten Asahan Tahun 2020.
3. Untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Penanganan Nyeri Menstruasi di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Kecamatan Bandar Pulau Kabupaten Asahan Tahun 2020.

1.4. Manfaat**1.4.1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam memberikan informasi mengenai Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Kecamatan Bandar Pulau Kabupaten Asahan Tahun 2020.

1.4.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi :

1. Bagi Remaja

Bagi remaja putri di Desa Gonting Malaha. Dapat dijadikan sebagai masukan dalam meningkatkan pengetahuan tentang awal reproduksi yang dimulai dari tahap awal menarche, menstruasi, dan gangguan pada masa remaja putri pada masa menstruasi seperti nyeri menstruasi di tiap siklus pada remaja putri di Desa Gonting Malaha.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Dengan adanya penelitian ini diharapkan tenaga kesehatan dapat menambah wawasan atau pengetahuan remaja putri tentang nyeri menstruasi.

3. Bagi Institusi

Sebagai tambahan referensi dan informasi dalam bidang pendidikan kesehatan, serta dapat dijadikan tambahan ke perpustakaan dalam pengembangan penelitian selanjutnya.



4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian diharapkan dapat menerapkan ilmu yang diperoleh khususnya tentang nyeri menstruasi.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Pengetahuan

2.1.1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap objek terjadi melalui panca indra manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2010). Pengetahuan adalah suatu hasil dari rasa keingintahuan melalui proses sensoris, terutama pada matadan telinga terhadap objek tertentu. Pengetahuan merupakan domain yang penting dalam terbentuknya perilaku terbuka atau open behavior (Donsu, 2017). Pengetahuan adalah suatu hasil tau dari manusia atau penggabungan atau kerjasama antara subjek yang mengetahui dan objek yang diketahui. Segenap apa yang diketahui tentang suatu objek tertentu (Suriasumantri dalam Nurroh 2017). Pengetahuan (*knowledge*) merupakan hasil tahu dari manusia, yang sekedar menjawab pertanyaan “what”, misalnya apa air, apa alam, apa manusia, dan sebagainya. Pengetahuan hanya dapat menjawab pertanyaan apa sesuatu itu (Notoatmodjo, 2010).

Pengetahuan adalah kesan di dalam pikiran manusia sebagai hasil penggunaan pancainderanya. Pengetahuan adalah segala apa yang diketahui berdasarkan pengalaman yang didapatkan oleh setiap manusia (Wahit Iqbal Mubarak, 2012). Berdasarkan beberapa defenisi pengetahuan dan dismenorea tersebut maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang dismenorea adalah suatu pemahaman yang dimiliki seseorang melalui penginderaan dari

pengelihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba yang berkaitan dengan nyeri perut yang berasal dari kontraksi uterus berlebih dan terjadi selama menstruasi. Pengetahuan dismenorea merupakan hasil tau tentang nyeri haid diperut bagian bawah terasa sebelum, selama dan sesudah haid yang terjadi setelah orang melakukan pengindraan, melalui panca indra. Pengetahuan merupakan domain yang penting akan terbentuknya tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2012).

2.1.2. Tingkat Pengetahuan Di Dalam Domain Kognitif

Pengetahuan yang termasuk ke dalam domain kognitif mempunyai 6 (enam) tingkatan, yaitu :

1. Pengetahuan (*Knowledge*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kedalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.

Oleh karena itu “tahu” merupakan tingkatan pengetahuan yang paling rendah. Cara yang digunakan untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain: menyebutkan, mendefinisikan, menguraikan, menyatakan, dan sebagainya (Wawan, dkk 2019).

2. Pemahaman (*Comprehension*)

Diartikan sebagai suatu kemampuan menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasi materi tersebut dengan benar. Orang yang telah paham objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan

contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari, misalnya dapat menjelaskan nyeri menstruasi (Wawan, dkk 2019).

3. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi riil (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain (Wawan, dkk 2019).

4. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi ataupun kondisi riil (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain (Wawan, dkk 2019).

5. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk melaksanakan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain, sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang sudah ada (Wawan, dkk 2019).

6. Penilaian (*Evaluation*)

Evaluasi berarti kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu objek tertentu. Penilaian-penilaian itu berdasarkan suatu kriteria tersendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada (Mubarak, 2012).

2.1.3. Cara Memperoleh Pengetahuan

1. Cara Kuno Untuk Memperoleh Pengetahuan

a. Cara coba salah (*Trial and Error*)

Cara ini telah dipakai orang sebelum kebudayaan, bahkan mungkin sebelum adanya peradaban. Cara coba salah ini dilakukan dengan menggunakan kemungkinan dalam memecahkan masalah dan apabila kemungkinan itu tidak berhasil maka dicoba. Kemungkinan yang lain sampai masalah tersebut dapat dipecahkan (Notoadmojo, 2012).

b. Cara kekuasaan atau otoritas

Sumber pengetahuan cara ini dapat berupa pemimpin-pimpinan masyarakat baik formal maupun informal, ahli agama, pemegang pemerintah, dan berbagai prinsip orang lain yang menerima mempunyai yang dikemukakan oleh orang yang mempunyai otoritas, tanpa menguji terlebih dahulu atau membuktikan kebenarannya baik berdasarkan fakta empiris maupun penalaran sendiri (Notoadmojo, 2012).

c. Berdasarkan pengalaman pribadi

Pengalaman pribadi pun dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang pernah diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi masa lalu (Notoadmojo, 2012).

2. Cara Modern Dalam Memperoleh Pengetahuan

Cara ini disebut metode penelitian ilmiah atau lebih populer atau disebut metodologi penelitian. Cara ini mula-mula dikembangkan oleh Francis Bacon (1561-1626), kemudian dikembangkan oleh Deobold Van Daven. Akhirnya lahir

suatu cara untuk melakukan penelitian yang dewasa ini kita kenal dengan penelitian ilmiah (Notoadmojo, 2012).

2.1.4. Proses perilaku “Tahu”

Menurut Rogers (1974) yang dikutip oleh Notoatmodjo (2003), perilaku adalah semua kegiatan atau aktifitas manusia baik yang dapat diamati langsung maupun tidak dapat diamati oleh pihak luar. Sedangkan sebelum mengadopsi perilaku baru di dalam diri orang tersebut terjadi proses yang berurutan, yakni :

1. *Awareness* (kesadaran) dimana orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus (objek).
2. *Interest* (merasa tertarik) dimana individu mulai menaruh perhatian dan tertarik pada stimulus.
3. *Evaluation* (menimbang-nimbang) individu akan mempertimbangkan baik buruknya tindakan terhadap stimulus tersebut bagi dirinya, hal ini berarti sikap responden sudah lebih baik lagi.
4. *Trial*, dimana individu mulai mencoba hal yang baru.
5. *Adaption*, dan sikapnya terhadap stimulus.

2.1.5. Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Menstruasi

1. Pengetahuan

Menstruasi yang timbul pada remaja putri merupakan dampak dari kurang pengetahuannya mereka tentang dismenorea, terlebih jika mereka tidak mendapatkan informasi tersebut sejak dini. Mereka yang memiliki informasi kurang menganggap bahwa keadaan itu sebagai permasalahan yang dapat menyulitkan mereka (Kartono, 2006).

2. Tanda dan gejala

Berikut ini adalah tanda dan gejala yang terjadi pada saat masa menstruasi

- a. Perut terasa mules, mual dan panas
- b. Terasa nyeri pada saat buang air kecil
- c. Tubuh tidak fit
- d. Demam
- e. Sakit kepala dan pusing
- f. Keputihan
- g. Radang pada vagina
- h. Gatal-gatal pada kulit
- i. Emosi meningkat, lebih sensitive dan mudah tersinggung
- j. Nyeri dan tegang pada payudara
- k. Sulit tidur

3. Sumber informasi

Menurut Rohmawati (2014) dalam Taufia (2017) keterpaparan informasi kesehatan terhadap individu akan mendorong terjadinya perilaku kesehatan.

Macam-macam sumber informasi :

a. Media elektronik

Media elektronik sebagai sarana untuk menyampaikan pesan-pesan atau informasi-informasi kesehatan berbeda-beda jenisnya antara lain :

1. Televisi

Penyampaian pesan atau informasi-informasi kesehatan melalui media televisi dalam bentuk sandiwara, sinetron, forum diskusi atau tanya jawab sekitar masalah kesehatan, pidato (ceramah), kuis, atau cerdas cermat dan sebagainya.

2. Radio

Penyampaian informasi atau pesan-pesan kesehatan melalui radio juga dapat bermacam-macam bentuknya, antara lain obrolan (tanya jawab), sandiwara radio, ceramah.

3. Video

Penyampaian informasi atau pesan-pesan kesehatan dapat melalui video.

4. Internet

Informasi dalam internet adalah informasi tanpa batas, informasi apapun yang dikehendaki dapat dengan mudah diperoleh.

b. Media cetak

Media cetak sebagai alat bantu menyampaikan pesan-pesan kesehatan sangat bervariasi, antara lain sebagai berikut :

1. Booklet

Suatu media untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku-buku, baik berupa tulisan maupun gambaran.

2. Leaflet

Bentuk penyampaian informasi atau pesan-pesan kesehatan melalui lembaran yang dilipat. Isi informasi dapat dalam bentuk kalimat maupun gambar atau kombinasi.

c. Petugas kesehatan

Petugas yang mempunyai latar belakang pendidikan kesehatan yang bertugas memberikan pelayanan, penyuluhan, konseling tentang kesehatan khususnya kesehatan reproduksi, antara lain yaitu: bidan, dokter, perawat.

d. Kader posyandu

Kader posyandu merupakan orang yang lebih dekat dengan masyarakat, sehingga ketika kader mendapatkan informasi terbaru dari petugas kesehatan di Puskesmas maupun penyuluhan yang diadakan di Puskesmas, maka kader dapat segera menyampaikan langsung kepada kepala desa.

4. Penanganan

Dengan melakukan penanganan pada dismenorea untuk mengurangi rasa sakit, berarti seseorang memiliki pengetahuan yang baik (Anurogo, 2011). Untuk mengurangi rasa sakit bias diberikan anti peradangan non-steroid (misalnya: ibuprofen, naproxen, dan asam mefenamat. Selain dengan obat, rasa nyeri juga bias dikurangkan dengan : istirahat, olahraga yang teratur, pemijatan, yoga, dan kompres hangat di daerah perut).

2.1.6. Kriteria Tingkat Pengetahuan

Menurut Nursalam (2016) pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu:

1. Baik : 76-100%
2. Cukup : 56-76%
3. Kurang : <55%

2.2. Masa Remaja

2.2.1. Pengertian Masa Remaja

Masa remaja adalah masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi, dan psikis. Masa remaja, yakni antara 10-19 tahun, adalah suatu periode masa pematangan organ reproduksi manusia, dan sering disebut masa pubertas (Widyastuti Yani, 2009). Remaja masih belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fungsi maupun psikisnya. Namun, yang perlu ditekankan di sini adalah bahwa fase remaja merupakan fase perkembangan yang tengah berada pada masa amat potensial, baik dilihat dari aspek kognitif, emosi, maupun fisik (Mohammad Ali, 2010).

Remaja dalam ilmu psikologi diperkenalkan dengan istilah lain, seperti *puberteit*, *adolescence*, dan *youth*. Remaja atau *adolescence* (Inggris), berasal dari bahasa latin "*adolescere*" yang berarti tumbuh ke arah kematangan. Kematangan yang dimaksud adalah bukan kematangan fisik saja tetapi juga kematangan social dan psikolog (Intan Kumalasari, dkk 2013). Remaja adalah individu yang belum mencapai usia 21 tahun dan belum menikah.

Menurut *E.L.Kelly* remaja adalah masa ketika seorang individu mempersiapkan diri memasuki masa dewasa (Ade Benih Nirwana, 2011). Menurut WHO, masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, dimana pada masa itu terjadi pertumbuhan yang pesat termasuk fungsi reproduksi sehingga memengaruhi terjadinya perubahan-perubahan perkembangan, baik fisik, mental, maupun peran social (Intan Kumalasari, 2013).

2.2.2. Tahap-tahap Remaja (Buku Pelayanan KB & KESPRO, 8; 2014)**1. Masa Remaja Awal (10-13 tahun)**

- a. Tampak dan memang merasa lebih dekat dengan teman sebaya.
- b. Tampak dan merasa ingin bebas.
- c. Tampak dan memang lebih banyak memperhatikan keadaan tubuhnya dan mulai berpikir khayal (abstrak).

2. Masa Remaja Tengah (14-16 tahun)

- a. Tampak dan merasa ingin mencari identitas diri.
- b. Ada keinginan untuk berkencan atau tertarik pada lawan jenis.
- c. Timbul perasaan cinta yang mendalam.
- d. Kemampuan berfikir abstrak (berkhayal) makin berkembang.
- e. Berkhayal mengenai hal-hal yang berkaitan dengan seksual.

3. Masa Remaja Akhir (17-19 tahun)

- a. Menampakkan pengungkapan kebebasan diri.
- b. Dalam mencari teman sebaya lebih selektif.
- c. Memiliki citra (gambaran, keadaan, peranan) terhadap dirinya.
- d. Dapat mewujudkan perasaan cinta.
- e. Memiliki kemampuan berfikir khayal atau abstrak.

2.2.3. Perubahan Fisik Pada Masa Remaja Wanita

Perubahan yang terjadi pada pertumbuhan tersebut diikuti munculnya tanda-tanda sebagai berikut (Intan Kurmalasari, 2013) :

1. Tanda-tanda Seks Primer

Tanda-tanda seks primer yang dimaksud adalah yang berhubungan langsung dengan organ seks. Dalam Modul Kesehatan Reproduksi Remaja (Depkes, 2002) disebut bahwa ciri-ciri seks primer pada remaja adalah sebagai berikut.

Pada remaja wanita sebagai tanda kematangan organ reproduksi adalah ditandai dengan datangnya menstruasi (menarche). Menstruasi adalah proses peluruhan lapisan dalam atau endometrium yang banyak mengandung pembuluh darah dari uterus melalui vagina. Hal ini berlangsung terus sampai menjelang menopause yaitu ketika seorang berumur 40-50 tahun.

2. Tanda-tanda Seks Sekunder

Ciri-ciri seks sekunder pada remaja wanita adalah sebagai berikut :

- a. Lengan dan tungkai kaki bertambah panjang, tangan dan kaki bertambah besar.
- b. Pinggul lebar, bulat, dan melebar.
- c. Tumbuh bulu-bulu halus di sekitar ketiak dan vagina.
- d. Tulang-tulang wajah mulai memanjang dan membesar.
- e. Pertumbuhan payudara, puting susu membesar dan menonjol, serta kelenjar susu berkembang, payudara menjadi lebih besar dan lebih bulat.
- f. Kulit menjadi lebih kasar, lebih tebal, agak pucat, lubang pori-pori bertambah besar, kelenjar lemak, dan kelenjar keringat menjadi lebih aktif.
- g. Otot semakin besar dan semakin kuat, terutama pada pertengahan dan menjelang akhir masa puber, sehingga memberikan bentuk pada bahu, lengan, dan tungkai.

- h. Suara menjadi lebih penuh dan semakin merdu.

2.2.4. Masalah-masalah Remaja

Adapun masalah-masalah pada remaja, yaitu (Menurut Buku Pelayanan KB & Kespro, 2014):

1. Kehamilan tak dikehendaki
2. Kehamilan dan persalinan usia muda
3. Masalah PMS (*Premenstrual Syndrome*), termasuk infeksi HIV/AIDS
4. Tindak kekerasan seksual, seperti pemerkosaan, pelecehan seksual dan transaksi seks komersial.

2.2.5. Faktor Yang Memengaruhi Kesehatan Wanita

Beberapa factor yang memengaruhi kesehatan wanita, yaitu (Menurut Buku Volume 2 ,2018):

1. Faktor genetik

Faktor ini merupakan modal utama dasar faktor bawaan yang normal, misalnya jenis kelamin.

2. Faktor lingkungan

Misalnya: gizi, perawatan, kebersihan lingkungan, pendidikan, sosial, budaya, tradisi, adat, agama dan politik.

3. Faktor perilaku

Keadaan perilaku akan memengaruhi tumbuh kembang anak sehingga perilaku yang tertanam pada masa anak akan terbawa pada kehidupan selanjutnya.

2.3. Menstruasi

2.3.1. Pengertian Menstruasi

Menstruasi merupakan proses pelepasan dinding rahim (endometrium) yang disertai dengan perdarahan dan terjadi secara berulang setiap bulan kecuali pada saat kehamilan. Menstruasi terjadi karena hormone estrogen dan progesterone menurun. Penurunan ini kemudian menimbulkan relaksasi dari dinding rahim untuk melepaskan dan mengeluarkan dinding-dindingnya. Dinding rahim yang lepas tersebut akan keluar dalam bentuk darah sewaktu menstruasi yang biasanya berlangsung setiap bulan.

Proses terjadinya menstruasi sangat dipengaruhi oleh kematangan hormone-hormon seksual. Kematangan hormone seksual sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor, misalnya faktor gizi, jika dalam kondisi bagus akan menimbulkan terjadinya menstruasi pada saatnya nanti dan factor adanya rangsangan-rangsangan seksual dari luar yang akan menimbulkan terjadinya percepatan proses menstruasi.

Siklus menstruasi pada wanita berbeda beda, panjang siklus haid yang dianggap normal biasanya adalah 28 hari, tetapi variasinya cukup luas, bukan saja antara beberapa wanita tetapi juga pada wanita yang sama. Lama menstruasi biasanya antara 3 sampai 6 hari, ada yang 1 sampai 2 hari, namun ada juga yang 7 sampai 8 hari. Siklus menstruasi normal pada manusia dapat dibagi menjadi dua segmen, yaitu siklus ovarium dan siklus uterus. Siklus ovarium (indung telur) dibagi menjadi fase follikuler (dimulai hari pertama haid) dan fase luteal (tahap

akhir menstruasi), dan siklus uterus dibagi sesuai fase proliferasi (fase sel saat mengalami pengulangan siklus sel tanpa hambatan) dan sekresi (melepaskan).

2.3.2. Tanda dan Gejala

Berikut ini adalah tanda dan gejala yang dapat terjadi pada saat masa menstruasi :

1. Perut terasa mules, mual dan panas
2. Terasa nyeri pada saat buang air kecil
3. Tubuh tidak fit
4. Demam
5. Nyeri dan tegang pada payudara
6. Gatal-gatal pada kulit
7. Emosi meningkat, lebih sensitive dan mudah tersinggung
8. Keputihan
9. Sulit tidur

2.3.3. Fase-fase Menstruasi

Dalam siklus menstruasi terdiri atas 4 (empat) fase, yaitu :

1. Fase menstruasi

Terjadi bila ovum tidak dibuahi sperma, sehingga korpus luteum menghentikan produksi hormon estrogen dan progesteron. Turunnya kadar estrogen dan progesteron menyebabkan lepasnya ovarium dari endometrium disertai robek dan luruhnya endometrium, sehingga terjadi pendarahan. Fase menstruasi berlangsung kurang lebih 5 hari.

2. Fase praovulasi atau fase poliferasi

Hormon pembebas gonadotropin yang disekresikan hipotalamus akan memicu hipofise untuk mensekresikan FSH. FSH memicu pematangan folikel dan merangsang folikel untuk mensekresikan hormon estrogen. Adanya estrogen menyebabkan pembentukan kembali (poliferasi) dinding endometrium. Peningkatan kadar estrogen juga menyebabkan serviks (leher rahim) untuk mensekresikan lendir yang bersifat basa. Lendir ini berfungsi untuk mengentalkan suasana asam pada vagina sehingga mendukung kehidupan sperma.

3. Fase ovulasi

Jika siklus menstruasi seorang perempuan 28 hari, maka ovulasi terjadi pada hari ke-14. Peningkatan kadar estrogen menghambat sekresi FSH, kemudian hipofise mensekresikan LH. Peningkatan kadar LH merangsang pelepasan oosit sekunder dari folikel, peristiwa ini disebut dengan ovulasi.

4. Fase pascaovulasi atau sekresi

Berlangsung selama 14 hari sebelum menstruasi berikutnya. Walaupun panjang siklus menstruasi berbeda-beda, fase pascaovulasi ini selalu sama yaitu 14 hari sebelum menstruasi berikutnya. Folikel de graaf (folikel matang) yaitu melepaskan oosit sekunder akan berkerut dan menjadi korpus luteum. Korpus luteum mensekresikan hormon progesteron dan masih mensekresikan hormon estrogen namun tidak sebanyak ketika berbentuk folikel. Progesteron mendukung kerja estrogen untuk mempertebal dan menumbuhkan pembuluh-pembuluh darah pada endometrium serta mempersiapkan endometrium untuk menerima implantasi embrio jika terjadi pembuahan. Jika tidak terjadi pembuahan, korpus

luteum akan berubah menjadi korpus albikan yang hanya sedikit mensekresikan hormon, sehingga kadar progesteron dan estrogen menjadi rendah. Keadaan ini menyebabkan terjadinya menstruasi demikian seterusnya.

2.3.4. Proses Terjadinya Menstruasi

Secara umum, proses terjadinya menstruasi berlangsung setiap bulan. Setelah hari ke lima dari siklus menstruasi, endometrium mulai tumbuh dan menebal sebagai persiapan terhadap terjadinya kehamilan. Endometrium merupakan lapisan sel darah merah yang membentuk bantalan. Pada sekitar hari ke-14 terjadi pelepasan telur dari ovarium (disebut ovulasi). Sel telur ini masuk ke salah satu tuba fallopi. Didalam tuba fallopi dapat terjadi pembuahan oleh sperma. Jika terjadi pembuahan, sel telur akan masuk kedalam rahim, dan mulai tumbuh menjadi janin yang akan nantinya akan diletakkan di atas lapisan bantalan tersebut. Janin tersebut berkembang dan terjadilah kehamilan. Kemudian, pada hari ke-28, jika tidak terjadi pembuahan maka endometrium akan luruh dan terjadilah pendarahan atau disebut sebagai menstruasi.

2.4. Nyeri Menstruasi

2.4.1. Pengertian nyeri menstruasi

Nyeri menstruasi adalah nyeri sebelum, saat, atau sesudah menstruasi. Nyeri tersebut timbul akibat adanya hormone prostaglandin yang membuat otot uterus berkontraksi. Nyeri dirasakan di daerah perut bagian bawah, pinggang, bahkan punggung. Sifat dan tingkah rasa nyeri bervariasi, mulai dari yang ringan hingga yang berat. Keadaan nyeri yang hebat itu dapat mengganggu aktifitas sehari-hari (Buku Himpunan Penyuluhan Kesehatan, 2011). Nyeri menstruasi

merupakan nyeri perut yang berasal dari kram uterus dan terjadi selama menstruasi (Buku Volume Kebidanan Teori dan Asuhan, 2018). Dalam bahasa Inggris, nyeri menstruasi sering disebut sebagai “*painful period*” atau menstruasi yang menyakitkan (*American College of Obstetricians and Gynecologists*, 2015). Nyeri menstruasi adalah nyeri perut berasal dari kram rahim dan terjadi selama menstruasi (Nugroho, 2014).

Keluhan yang sering dialami perempuan pada bagian perut bawah merupakan salah satu tanda yang dialami pada saat menstruasi. Nyeri yang dirasakan saat haid tidak hanya terjadi pada bagian perut bawah saja. Beberapa remaja kerap merasakannya pada punggung bagian bawah, pinggang, panggul, otot paha atas, hingga betis. Rasa nyeri ini dapat disebabkan oleh kontraksi otot perut yang terjadi secara terus menerus saat mengeluarkan darah. Nyeri haid dapat menyerang perempuan yang mengalami haid pada usia berapapun. Dengan demikian, istilah menstruasi hanya digunakan jika nyeri haid demikian hebatnya sehingga memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan atau aktivitas rutinnya sehari-hari selama beberapa jam atau beberapa hari. Istilah ini juga dapat digunakan jika nyeri haid yang terjadi membuat perempuan tersebut tidak bisa beraktivitas secara normal dan memerlukan obat atau pengobatan khusus.

Secara patofisiologi, kondisi dismenore terjadi karena peningkatan sekresi prostaglandin F₂ pada fase luteal Siklus menstruasi, hal ini menyebabkan terjadinya vasospasme dan iskemia pada pembuluh darah arteri uterus sehingga menyebabkan penderita mengalami kram pada perut. Etiologi dismenore belum

diketahui secara pasti, namun secara teoritis dapat disebabkan adanya defisiensi progesteron, peningkatan prolaktin, dan prostaglandin, diet tidak teratur, dan masalah psikososial.

2.4.2. Klasifikasi nyeri menstruasi

1. Nyeri menstruasi primer

Timbul sejak haid pertama akan pulih sendiri dengan berjalannya waktu, tepatnya setelah stabilnya hormone tubuh atau perubahan posisi rahim setelah menikah dan melahirkan. Nyeri haid itu normal, namun dapat berlebihan jika dipengaruhi oleh factor psikis dan fisik, dan seperti stress, syok, penyempitan pembuluh darah, penyakit yang menahun, kurang darah, dan kondisi tubuh yang menurun. Gejala terjadi tidak membahayakan kesehatan (Buku Himpunan Penyuluhan Kesehatan, 2011). Nyeri menstruasi primer adalah nyeri haid/*menstrual pain* yang tidak berhubungan dengan patologi pelvis makroskopis (ketiadaan penyakit pada pelvis). Biasanya terjadi pada beberapa tahun pertama setelah menstruasi pertama/menarke (Buku Volume 2 Kebidanan Teori dan Asuhan, 2018).

Menstruasi primer dapat disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain: kejiwaan, konstitusi, endokrin atau hormonal dan alergi :

a. Faktor endokrin atau hormon

Rendahnya kadar progesterone pada akhir fase korpus luteum luteum dan peningkatan kadar prostaglandin. Faktor ini dikarenakan endometrium memproduksi hormone prostaglandin F2 yang menyebabkan pergerakan otot-otot polos. Jika jumlah prostaglandin yang berlebihan dilepaskan kedalam peredaran

darah, maka akan menimbulkan nyeri saat menstruasi (Buku Pintar Menstruasi, 2011).

b. Faktor kejiwaan atau gangguan psikis

Emosional yang tidak stabil, rasa yang tidak stabil, rasa bersalah, ketakutan seksual, takut hamil, hilangnya tempat berteduh, konflik dengan kewanitaannya, dan imaturitas. Pada remaja yang secara emosional tidak stabil (seperti mudah marah dan cepat tersinggung), apalagi jika tidak mengetahui serta tidak mendapatkan pengetahuan yang baik tentang proses menstruasi, maka hal ini dapat menyebabkan timbulnya nyeri menstruasi (Buku Pintar Menstruasi, 2011).

c. Faktor konstitusi

Faktor konstitusi erat kaitannya dengan faktor kejiwaan yang dapat pula menurunkan ketahanan tubuh terhadap rasa nyeri. Adapun faktor konstitusi ini bentuknya seperti anemia atau penyakit menahun yang dapat mempengaruhi timbulnya nyeri saat menstruasi (Buku Pintar Menstruasi, 2011).

d. Faktor alergi

Faktor ini merupakan teori yang dikemukakan setelah dilakukan penelitian tentang adanya hubungan antara menstruasi dan migraine atau asama. Melalui penelitian tersebut, diduga bahwa penyebab alergi ini ialah karena adanya toksin haid atau sebuah zat beracun yang diproduksi di dalam sel atau organisme hidup (Buku Pintar Menstruasi, 2011).

2. Nyeri menstruasi sekunder

Biasanya baru muncul kemudian, yaitu jika ada penyakit atau kelainan yang menetap seperti infeksi rahim, kista atau polip, tumor sekitar kandungan, kelainan

kedudukan rahim yang mengganggu organ dan jaringan di sekitarnya (Buku Himpunan Penyuluhan Kesehatan, 2011). Nyeri menstruasi sekunder adalah nyeri haid yang disebabkan oleh kelainan ginekologi. Biasanya terjadi kapan saja setelah menarke usia 20-30 tahun (Buku Volume 2 Kebidanan Teori dan Asuhan, 2018).

2.4.3. Faktor Resiko Nyeri Menstruasi

Terdapat beberapa faktor penyulit yang dapat menyebabkan terjadinya nyeri menstruasi primer, diantaranya :

a. Merokok

Rokok adalah stimulant yang tidak hanya menyebabkan ketegangan dalam system saraf, tetapi juga mendistorsi produksi hormone menyebabkan produksi prostaglandin yang berlebihan. Oleh karena itu, wanita perokok lebih cenderung mengalami nyeri haid.

b. Diet yang tidak sehat seperti konsumsi *fast food*

Fast food memiliki karakteristik mengandung asam lemak jenuh yang tinggi, terlalu banyak kandungan garam, dan terlalu banyak gula yang dimurnikan (Myles, 2014). Kandungan asam lemak yang terdapat di dalam makanan cepat saji dapat mengganggu metabolisme progesteron pada fase luteal dari siklus menstruasi. Akibatnya terjadi peningkatan kadar prostaglandin yang akan menyebabkan rasa nyeri pada saat nyeri menstruasi.

c. Stress

Stress psikologis dan fisiologis terhadap peristiwa yang mengganggu keseimbangan pribadi kita dalam beberapa cara yang menyebabkan

ketidakseimbangan kimia dalam otak yang mengakibatkan haid tidak teratur atau kram menstruasi.

d. Status gizi

Wanita yang kelebihan berat badan memiliki resiko dua kali lebih kuat mengalami nyeri haid daripada wanita yang tidak. Sedangkan status gizi yang kurang akan dapat memperparah keadaan nyeri menstruasi tersebut.

e. Usia menarche

Menarche pada usia lebih awal (<12 tahun) menyebabkan alat-alat reproduksi belum berfungsi secara optimal dan belum siap mengalami perubahan-perubahan sehingga timbul nyeri ketika menstruasi.

f. Kebiasaan olahraga

Kurang atau tidak pernah olahraga akan meningkatkan kemungkinan terjadinya menstruasi primer. Kurang atau tidak pernah olahraga dapat menyebabkan sirkulasi darah dan oksigen menurun. Dampak pada uterus adalah aliran darah dan sirkulasi oksigen pun berkurang dan menyebabkan nyeri (Rahimian, 2006).

2.4.4. Manifestasi Klinis

Gejala-gejala nyeri menstruasi yang biasa terjadi adalah nyeri pada perut bagian bawah, pusing, mual hingga muntah, dan nyeri di pinggang dan bagian paha. Gejala nyeri menstruasi juga dibagi menjadi 3 berdasarkan derajatnya:

1. Derajat I

Yaitu nyeri yang dialami berlangsung hanya beberapa saat, dan penderita masih bisa melakukan aktivitas sehari-hari.

2. Derajat II

Yaitu rasa nyeri yang di alami cukup mengganggu, sehingga penderita memerlukan obat penghilang rasa nyeri seperti paracetamol, ibuprofen atau lainnya. Penderita akan merasa baikan jika sudah meminum obat dan bisa kembali melakukan pekerjaanya.

3. Derajat III

Yaitu penderita mengalami rasa nyeri yang luar biasa hingga membuatnya butuh waktu untuk beristirahat beberapa hari. Biasanya penderita juga mengalami sakit kepala hingga pingsan, gangguan metabolisme hingga menyebabkan diare, sakit pinggang dan paha bagian dalam.

2.4.5. Pencegahan

Berikut adalah langkah-langkah pencegahaannya :

1. Hindari stress, sebisa mungkin hidup dengan tenang dan bahagia. Jangan terlalu banyak pikiran, terutama pikiran negatif yang dapat menimbulkan kecemasan.
2. Memiliki pola makan yang teratur dengan asupan gizi yang ada.
3. Saat menjelang menstruasi, sebisa mungkin menghindari makanan yang cenderung asam dan pedas.
4. Istirahat yang cukup, menjaga kondisi agar tidak terlalu lelah, dan menguras energi yang berlebihan.
5. Lakukan olahraga secara teratur setidaknya 30 menit setiap hari. Olah raga secara teratur dapat memperlancar aliran darah pada otot disekitar Rahim sehingga akan meredakan rasa nyeri pada saat haid.

6. Lakukan peregangan (stretching) anti nyeri haid setidaknya 5-7 hari sebelum menstruasi. Peregangan ini dilakukan untuk meredakan nyeri menstruasi.
7. Pijatan dengan aroma terapi juga dapat mengurangi rasa tidak nyaman. Pijatan yang ringan dan melingkar menggunakan telunjuk pada perut bagian bawah akan membantu mengurangi nyeri haid.

2.4.6. Penanganan nyeri menstruasi

Berikut adalah beberapa pengobatan yang dapat dilakukan untuk menangani menstruasi (Buku Himpunan Penyuluhan Kesehatan, 2011):

1. Tempelkan kompres panas/hangat atau botol berisi air panas pada perut.
2. Pijat lembut daerah perut secara perlahan.
3. Tidur terlentang dan ganjal lutut dengan bantal.
4. Lakukan olahraga ringan seperti senam, jalan kaki, atau bersepeda yang dilakukan sebelum dan selama menstruasi untuk melancarkan aliran darah pada otot sekitar rahim, sehingga rasa nyeri dapat teratasi atau berkurang.
5. Mengambil posisi menungging (Buku Pintar Menstruasi, 2011).
6. Melakukan yoga (Buku Pintar Menstruasi, 2011).
7. Pengobatan herbal :
 - a. Kayu manis
 - b. Kedelai
 - c. Kunyit
 - d. Jahe
8. Penggunaan obat anti nyeri :
 - a. Ibuprofen



- b. Naproxen
- c. Asam mefenamat

STIKES SANTA ELISABETH MEDAN

BAB 3

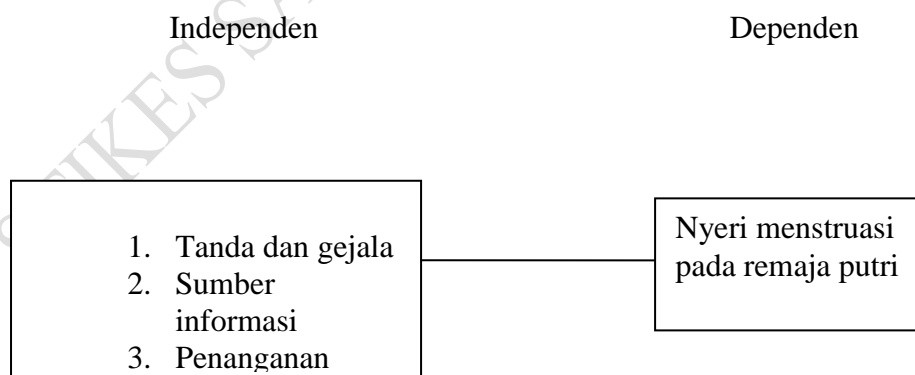
KERANGKA KONSEP

3.1. Kerangka Konsep

Kerangka konsep membahas saling ketergantungan antarvariabel yang dianggap perlu untuk melengkapi dinamika situasi atau hal yang sedang atau akan diteliti (Menurut Buku Metodel Kebidanan Dan Teknik Analisis Data, 2014). Kerangka konsep penelitian adalah suatu hubungan atau kaitan antara konsep-konsep atau variabel-variabel yang akan diamati (diukur) melalui penelitian yang dimaksud (Menurut Buku Metodel Kesehatan, 2012).

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian maka peneliti mengembangkan kerangka konsep penelitian yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha. Dapat digambarkan sebagai berikut:

Gambar 3.1 Kerangka Konsep



BAB 4 METODE PENELITIAN

4.1. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian ini adalah bersifat deskriptif. Yang bertujuan untuk mendeskripsikan/memaparkan Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Kecamatan Bandar Pulau Kabupaten Asahan Tahun 2020.

4.2. Populasi dan Sampel

4.2.1. Populasi

Populasi merupakan seluruh objek yang akan diteliti. Populasi yang ada dalam penelitian ini adalah semua remaja putri yang sudah mengalami menstruasi di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha.

4.2.2. Sampel

Sampel adalah bagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili keseluruhan populasi. Teknik pengambilan sampel yaitu total sampling. Sampel pada penelitian ini sebanyak 15 responden.

4.3. Variabel Penelitian dan Defenisi Operasional

4.3.1. Variabel Penelitian

1. Variabel Independen (variabel bebas)

Variabel independen ini merupakan yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel ini juga dikenal dengan nama variabel bebas artinya bebas dalam memengaruhi variabel lain. Variabel independen yang akan diteliti oleh penelitian, yaitu pengetahuan, tanda dan gejala, sumber informasi, dan penanganan.

2. Variabel Dependen (variabel terikat)

Variabel Dependen ini merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat karena variabel bebas. Variabel ini juga disebut sebagai variabel efek. Variabel Dependen saya adalah nyeri menstruasi pada remaja putri.

4.3.2. Defenisi Operasional

Defenisi operasional merupakan defenisi yang membatasi ruang-ruang lingkup atau pengertian variable-variabel yang diamati dan diteliti (Fitriani, 2017).

Defenisi operasional/variabel dalam penelitian ini dapat dipaparkan sebagai berikut.

Table 4.1 Defenisi Operasional

Variabel	Defenisi	Indikator	Alat Ukur	Skala	Kategori
Dependen					
Nyeri menstruasi pada remaja putri	Nyeri atau kram diperut bagian bawah, yang muncul sebelum atau sewaktu menstruasi	Pencegahan, penanganan	Kuesioner	Ordinal	1. Nyeri 2. Tidak nyeri
Independen					
Pengetahuan	Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui melalui pendengaran	Pernyataan responden tentang pentingnya pengetahuan	Kuesioner	Ordinal	1. Baik 76-100% 2. Cukup 55-76% 3. Kurang <55%
Tanda dan Gejala	Perut terasa mules, nyeri dan tegang pada	Pertanyaan responden untuk mengetahui	Kuesioner	Ordinal	1. Tau 2. Tidak tau

	payudara, keputihan, dan emosi meningkat, lebih sensitive dan mudah tersinggung.	tanda dan gejala tentang nyeri menstruasi			
Sumber informasi	Sumber informasi adalah segala hal yang dapat digunakan oleh seseorang sehingga mengetahui tentang hal yang baru.	Pertanyaan responden untuk mendapatkan informasi tentang nyeri menstruasi	Kuesioner	Nominal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Orang tua, teman, kakak/abang 2. Petugas kesehatan 3. Media social 4. Tv, radio, dan koran
Penanganan	Penanganan merupakan proses, cara menangani.	Relaksasi, minum air hangat, dan obat-obatan.	Kuesioner	Nominal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ditangani 2. Tidak ditangani

4.4. Instrument Penelitian

Instrumen atau alat ukur yang digunakan peneliti dalam membuat penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner yang digunakan berbentuk tertutup dimana dalam pertanyaan dan pernyataan tersebut disediakan jawaban “options” dan pernyataan tersebut disediakan jawaban “Ya” atau

“Tidak”. Adapun penilaian kuesioner yang digunakan menggunakan metode skala Gutman. Apabila responden menjawab pernyataan atau pertanyaan benar maka nilainya 1 dan bila pernyataan atau pertanyaan tidak tepat maka akan mendapatkan nilai 0. Pengisian kuesioner ini dilakukan dengan cara memberikan tanda (✓) pada lembaran kuesioner yang sudah disediakan.

Rumusan yang digunakan untuk mengukur presentase dari jawaban yang didapat dari kuesioner menurut Arikunto (2013), yaitu :

$$\text{Persentase} = \frac{\text{jumlah nilai yang benar}}{\text{Jumlah soal}} \times 100\%$$

Menurut Nursalam (2016) pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif, yaitu:

1. Baik : 76-100%
2. Cukup : 56-76%
3. Kurang : <55%

Dengan kategori nilai jika di jawab benar oleh responden yaitu :

1. 12-15 (Baik)
2. 9-11 (Cukup)
3. 1-8 (Kurang)

4.5. Lokasi dan Waktu Penelitian

4.5.1. Lokasi

Adapun lokasi atau tempat yang digunakan peneliti untuk melaksanakan penelitiannya adalah di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Kecamatan Bandar Pulau Kabupaten Asahan Tahun 2020.

4.5.2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian merupakan jadwal yang ditetapkan dan digunakan oleh peneliti dalam melakukan penelitiannya. Adapun pun waktu yang digunakan peneliti untuk melakukan penelitiannya akan berlangsung mulai pada bulan Juli 2020.

4.6. Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan Data

4.6.1. Pengambilan Data

Pengambilan data berarti cara peneliti mengambil data yang akan dilakukan penelitian. Ada 2 cara pengambilan data dalam penelitian, yaitu:

a. Data primer

Data primer adalah secara langsung diambil dari objek/subjek penelitian oleh peneliti perorangan maupun organisasi.

b. Data sekunder

Data sekunder adalah data yang didapat tidak secara langsung dari objek penelitian. Penelitian mendapatkan data yang sudah jadi yang dikumpulkan oleh pihak lain.

Berdasarkan uraian diatas maka, peneliti mengambil data dengan menggunakan data primer yang berasal langsung dari responden menggunakan kuesioner. Dalam pengambilan data peneliti terlebih dahulu memperkenalkan diri dan menjelaskan maksud dan tujuan dari peneliti. Sebelum mengisi kuesioner responden diberi penjelasan tentang cara mengisi kuesioner dan selanjutnya memberikan informed consent yang diikuti penyerahan kuesioner. Setelah

kuesioner diterima oleh responden, kuesioner langsung diisi oleh responden sesuai dengan ketentuan yang ada.

4.6.2. Teknik Pengumpulan Data

Data yang dikumpulkan adalah data primer atau sekunder. Data-data yang menyebar pada masing-masing sumber data/subjek penelitian perlu dikumpulkan untuk selanjutnya ditarik kesimpulan. Dalam proses pengumpulan data ini berikut beberapa langkah yang akan dilakukan sesuai dengan teknik dilapangan :

1. Angket (kuesioner)

Kuesioner merupakan metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawab. Kuesioner merupakan metode pengumpulan data yang lebih efisien bila peneliti telah mengetahui dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang diharapkan dari responden. Selain itu kuesioner juga cocok digunakan bila jumlah responden cukup tersebar di wilayah yang luas mengetahui dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang diharapkan dari responden. Selain itu kuesioner juga cocok digunakan bila jumlah responden cukup besar dan tersebar di wilayah yang luas.

Berdasarkan bentuk pertanyaannya, kuesioner dapat dikategorikan dalam dua jenis, yakni kuesioner terbuka dan kuesioner tertutup. Kuesioner terbuka adalah kuesioner yang memberikan kebebasan kepada objek penelitian untuk menjawab. Sementara itu, kuesioner tertutup adalah kuesioner yang telah dengan perkembangan, beberapa penelitian saat ini juga menerapkan metode kuesioner yang memiliki bentuk semi terbuka. Dalam bentuk ini, pilihan jawaban telah

diberikan oleh peneliti, namun objek penelitian tetap diberi kesempatan untuk menjawab sesuai dengan kemauan mereka.

4.6.3. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Hasil Uji Validitas

Uji validitas telah dilakukan pada 15 responden, di SMP St.Petrus Medan pada tanggal 10 Maret 2020. Hasil uji validitas pada instrumen Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi terhadap 15 item yang valid untuk instrument Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi:

Tabel 1 (4.2)
Hasil Uji Validitas Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Nyeri Menstruasi Tahun 2020

No	Item pertanyaan	r -hitung validitas Corrected Item- Total Correlation	r -tabel	Kesimpulan
	Pengetahuan			
1	Peng1	.746	0.36	Valid
2	Peng2	.680	0.36	Valid
3	Peng3	.709	0.36	Valid
4	Peng4	.609	0.36	Valid
5	Peng5	.678	0.36	Valid
6	Peng6	.609	0.36	Valid
7	Peng7	.680	0.36	Valid
8	Peng8	.715	0.36	Valid
9	Peng9	.644	0.36	Valid
10	Peng10	.646	0.36	Valid
11	Peng11	.746	0.36	Valid
12	Peng12	.654	0.36	Valid
13	Peng13	.624	0.36	Valid
14	Peng14	.807	0.36	Valid
15	Peng15	.653	0.36	Valid

Sumber : Hasil penelitian 2020 (data diolah)

Tabel 1 memperlihatkan bahwa dari ke-15 item pernyataan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi Tahun 2020 memiliki nilai r -hitung validitas lebih

besar dari r_{tabel} (0.36) sehingga dapat disimpulkan bahwa ke-15 item pernyataan adalah valid.

2. Uji Reliabilitas

Hasil uji reliabilitas terhadap variabel penelitian memperlihatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 2 (4.3)
Hasil Uji Reliabilitas

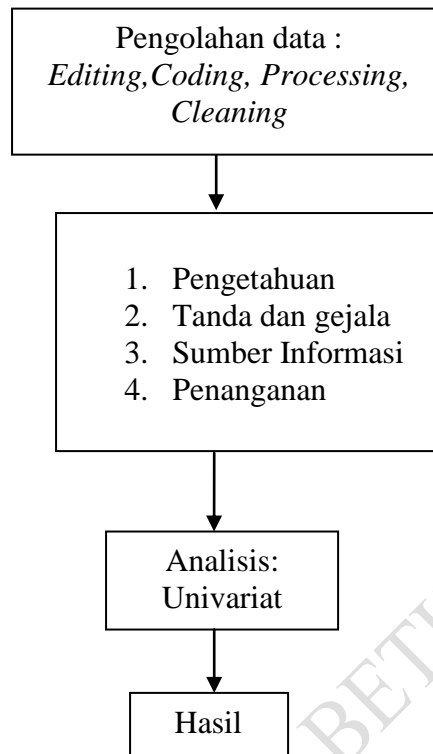
No	Variabel	r_{hitung} reliabilitas	r_{tabel}	Kesimpulan
1	Pengetahuan remaja putri tentang nyeri menstruasi	0.761	0.60	Reliabel

Sumber : Hasil penelitian 2020 (data diolah)

Tabel 2 memperlihatkan bahwa variabel penelitian (gambaran pengetahuan remaja putri tentang nyeri menstruasi) memiliki nilai r_{hitung} reliabilitas = 0.761, lebih besar dari 0.6, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel penelitian adalah reliabel.

4.7. Kerangka Operasional





4.8. Analisis Data

Analisis data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah Univariat dengan melihat presentasi yang dikumpulkan dan disajikan dalam data distribusi frekuensi. Analisa data dilanjutkan dengan membahas hasil penelitian sesuai dengan teori dengan kepustakaan yang ada.

4.8.1. Pengolahan Data

a. *Editing*

Memastikan bahwa data yang diperoleh sudah lengkap atau belum, artinya data dalam kuiseoner tersebut telah terisi semua dengan lengkap, jelas dan relevan. Hal ini dilakukan dengan meneliti tiap lembar pernyataan yang diisi oleh responden.

b. Coding

Merupakan kegiatan merubah data kedalam bentuk angka/bilangan, terutama pada pernyataan-pernyataan yang belum sesuai dengan kode yang ada pada definisi operasional berdasarkan hasil ukur. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk memudahkan pada saat analisis dan juga mempercepat pada saat memasukkan data ke program computer, Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada definisi operasional.

c. Processing

Setelah semua lembaran observasi dan kuiseoner terisi penuh dan benar serta sudah dilakukan pengkodean, selanjutnya data diproses dengan cara memasukkan hasil observasi yang diperoleh dari dokumen yang dilakukan dalam instrument checklist ke dalam program komputer.

4.9. Etika Penelitian

Penelitian dimulai dengan melakukan berbagai prosedur yang berhubungan dengan etika penelitian meliputi :

1. *Informed consent* (Lembar Persetujuan Meliputi Responden) adalah lembar persetujuan yang diberikan pada subjek yang akan diteliti.
2. *Anonimity* (Tanpa Nama) adalah kerahasiaan identitas responden harus dijaga, oleh karena itu peneliti tidak mencantumkan nama responden pada lembaran pengumpulan.
3. *Convidentiality* (Karakteristik) adalah kerahasiaan dijamin oleh peneliti karena hanya kelompok data tertentu saja yang akan disajikan.

BAB 5**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Pada Bab ini penulis akan mendeskripsikan hasil penelitian dan pembahasan tentang Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Kecamatan Bandar Pulau Kabupaten Asahan Tahun 2020.

5.1. Gambaran dan Lokasi Penelitian

Pinggol Toba Pondok merupakan salah satu kecamatan yang berada di Kecamatan Bandar Pulau. Pinggol Toba Pondok Terletak di Desa Gonting Malaha dan Pinggol Toba Pondok juga berada di dusun VI, ada pun batas-batas daerah sebagai berikut:

- Sebelah Utara : DAS (Daerah Aliran Sungai) Aek Tarum
- Sebelah Selatan : DAS (Daerah Aliran Sungai) Aek Sakur
- Sebelah Timur : Aek Sakur
- Sebelah Barat : Bridgestone

Secara administrative Desa Gonting Malaha berada di 25 Kecamatan, 6 Dusun, 42 Kelurahan, dan 42 Desa.

5.2. Distribusi Frekuensi Responden

Responden dalam penelitian ini adalah Remaja Putri yang sudah Menstruasi Pinggol Toba Pondok sebanyak 15 responden. Untuk memperoleh data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner kepada responden.

dan kemudian kuesioner dikembalikan kepada peneliti. Dalam penelitian ini terdapat beberapa distribusi yang dijabarkan dalam tabel 5.2.1. dibawah ini :

5.2.1. Distribusi Frekuensi Tanda dan Gejala Yang Mengalami Nyeri

Menstruasi

No	Tanda dan Gejala	Frekuensi	Presentase (%)
1	Tau	13	86,7
2	Tidak tau	2	13,3
Total		15	100

Table 5.2.1. menunjukan bahwa berdasarkan Tanda dan Gejala, Terdapat 13 orang (86,7%) responden yang Tau tentang tanda dan gejala, dan 2 orang (13,3%) tidak tau tentang tanda dan gejala menstruasi.

5.2.2. Distribusi Frekuensi Sumber Informasi Yang Mengalami Nyeri

Menstruasi

No	Sumber Informasi	Frekuensi	Presentase (%)
1	Orang Tua, kakak/abang,teman	5	33,3
2	Tenaga Kesehatan	5	33,3
3	Media Sosial	5	33,3
4	Tv,Radio,Koran	0	0

Table 5.2.2. menunjukan bahwa berdasarkan sumber informasi, terdapat 5 orang (33,3%) responden yang mendapat informasi melalui orang tua, teman dan kakak/abang, responden yang mendapat informasi melalui tenaga medis sebanyak 5 orang (33,3%), dan responden yang mendapatkan informasi melalui Tv, radio dan koran sebanyak 5 orang (33,3%).

5.2.3. Distribusi Frekuensi Penanganan Yang Mengalami Nyeri Menstruasi

No	Penanganan	Frekuensi	Presentase (%)
1	Ditangani	3	20
2	Tidak Ditangani	12	80
Total		15	100

Table 5.2.3. menunjukkan bahwa berdasarkan penanganan, terdapat 3 orang (20%) responden yang menangani, dan terdapat 12 orang (80%) responden yang tidak menangani.

5.2.4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	6	40
2	Cukup	8	53
3	Kurang	1	7
Total		15	100

Berdasarkan table 5.2.4. dapat dilihat berdasarkan gambaran pengetahuan tentang nyeri menstruasi menunjukkan mayoritas responden berpengetahuan baik sebanyak 6 orang (40%), pengetahuan cukup sebanyak 8 orang (53%) dan pengetahuan kurang 1 orang (7%).

5.3. Pembahasan Hasil Penelitian

Setelah dilakukan penelitian mengenai Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi Di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha dengan 15 responden, telah diperoleh hasil. Hasil tersebut akan dibahas dalam teori berikut.

5.3.1. Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Nyeri Menstruasi

Pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera pengelihatannya, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut berpendidikan, berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju cita-cita tertentu yang menentukan manusia

untuk berbuat dan mengisi kehidupan untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan.

Pengetahuan merupakan hasil mengingat sesuatu hal, termasuk mengingat kembali kejadian yang pernah dialami baik secara sengaja maupun tidak sengaja dan ini terjadi setelah orang melakukan kontak atau pengamatan terhadap suatu objek tertentu.

Berdasarkan hasil penelitian, bahwa gambaran pengetahuan remaja putri tentang nyeri menstruasi di pinggol toba pondok desa gonting malaha tahun 2020 mayoritas berpengetahuan baik sebanyak 6 orang (40%), pengetahuan cukup sebanyak 8 orang (53%) dan pengetahuan kurang 1 orang (7%) karna tidak mendapatkan informasi. Berdasarkan hasil penelitian Nurmiah (2016) yang meneliti tentang pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap gangguan menstruasi di SMPN 2 Makale, didapatkan bahwa 80 siswi yang menjadi responden penelitian, terdapat 40 (50%) siswa yang berpengetahuan baik, 31 (38,75%) siswi yang berpengetahuan cukup, dan 9 (11,25%) siswi yang berpengetahuan kurang, karna sudah dilakukan penyuluhan sebelumnya.

Menurut asumsi peneliti, bahwa dapat disimpulkan kurangnya pengetahuan remaja putri tentang nyeri mentruasi karena kurangnya tenaga medis dalam melakukan penyuluhan kepada remaja putri, tetapi walaupun tidak ada tenaga medis remaja putri tetap berusaha untuk mendapatkan pengetahuan yang lebih luas dengan menggunakan internet atau pun mereka membaca buku tentang reproduksi.

5.3.3.1 Pengetahuan Responden Tentang Nyeri Menstruasi Berdasarkan

Tanda dan Gejala

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa gambaran pengetahuan remaja putri tentang nyeri menstruasi di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Berdasarkan Tanda dan Gejala, sebagian besar responden yang Tau tentang tanda dan gejala berpengetahuan baik sebanyak 5 orang (33,3%), responden yang berpengetahuan cukup sebanyak 7 orang (46,7%), dan berpengetahuan kurang sebanyak 1 orang (6,7%). Dan yang Tidak tau tentang tanda dan gejala berpengetahuan baik sebanyak 1 orang (6,7%), yang berpengetahuan cukup sebanyak 1 orang (6,7%).

Berdasarkan hasil penelitian Endang wiwiek (2019) yang “berjudul” gambaran pengetahuan remaja putri tentang dismenorea pada mahasiswa tingkat I program studi Diploma III Keperawatan Stikes Dirgahayu Samarinda” diperoleh responden tentang tingkat pengetahuan tanda dan gejala menstruasi pada remaja putri dari hasil yang penelitian didapatkan 39 responden (78%) yang mengetahui tentang tanda dan gejala, dan 11 responden (22%) yang tidak tahu tentang tanda dan gejala.

Nyeri menstruasi adalah nyeri sebelum, saat, atau sesudah menstruasi. Nyeri tersebut timbul akibat adanya hormone prostaglandin yang membuat otot uterus berkontraksi. Nyeri dirasakan di daerah perut bagian bawah, pinggang, bahkan punggung. Beberapa remaja kerap merasakannya pada punggung bagian bawah, pinggang, panggul, otot paha atas, hingga betis. Sifat dan tingkah rasa nyeri bervariasi, mulai dari yang ringan hingga yang berat. Keadaan nyeri yang

hebat itu dapat mengganggu aktifitas sehari-hari (Buku Himpunan Penyuluhan Kesehatan, 2011). Tanda dan gejala yang dapat terjadi pada saat masa menstruasi: Perut terasa mules, mual dan panas, terasa nyeri pada saat buang air kecil, tubuh tidak fit, Nyeri dan tegang pada payudara, emosi meningkat, lebih sensitive dan mudah tersinggung, keputihan dan sulit tidur.

Menurut asumsi peneliti bahwa tanda dan gejala sangat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Dengan adanya pengetahuan yang di miliki remaja putri tentang nyeri menstruasi maka semakin mudah remaja putri dalam mengatasi tanda dan gejala yang di rasakan saat mendapatkan atau mengalami menstruasi atau pun remaja putri dapat mencegah dan menanganin tanda dan gejala saat menstruasi datang.

5.3.3.2 Pengetahuan Responden Tentang Nyeri Menstruasi Berdasarkan

Sumber Informasi

Berdasarkan hasil penelitian gambaran pengetahuan remaja putri tentang nyeri menstruasi berdasarkan sumber informasi yang berpengetahuan cukup di dapatkan dari Orang tua sebanyak 1 orang (6,7%), dan responden yang berpengetahuan baik sebanyak 4 orang (26,7%). Melalui tenaga kesehatan sebanyak 3 orang (20%), dan responden yang berpengetahuan baik sebanyak 2 orang (13,3%). Dan dari media sosial yang berpengetahuan kurang sebanyak 1 orang (6,7%), dan yang berpengetahuan cukup sebanyak 4 orang (26,7%). Dari hasil yang didapat bahwa pengetahuan remaja yang sangat mayoritas tidak mendapatkan informasi.

Berdasarkan hasil penelitian Erniti Pati Ningsih (2014) yang berjudul “Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Penanganan Nyeri Menstruasi di SMP Negeri 7 Manado Tahun 2014” menunjukkan sumber informasi yang diperoleh remaja putri banyak memperoleh informasi tentang dismenorea dari media yaitu sebanyak 29 orang (43,9%), orangtua sebanyak 22 orang (33,3%), tenaga kesehatan sebanyak 8 orang (12,1%), dan teman sebanyak 7 orang (10,6%).

Menurut teori Rongers, bahwa komunikasi dibagi dua yaitu komunikasi massa dan komunikasi interpersonal. Komunikasi massa disebut juga komunikasi satu arah dan komunikasi interpersonal disebut juga komunikasi dua arah. Komunikasi dua arah lebih efektif karena langsung berhadapan/tatap muka dan adanya umpan balik. Komunikasi massa dan interpersonal dapat menjadi sumber informasi. Komunikasi massa dapat melalui radio, tv, dan media tradisional yang biasa digunakan masyarakat. Komunikasi interpersonal dapat melalui keluarga, orang-orang terdekat dan petugas kesehatan.

Berdasarkan asumsi peneliti, bahwa kurangnya pengetahuan remaja karena mendapat informasi. Dengan adanya sumber informasi seperti: media sosial, keluarga, dan petugas kesehatan sangat membantu remaja putri pinggol toba untuk mengetahui tentang nyeri menstruasi. Walaupun di pinggol toba pondok tidak ada layanan jaringan internet mereka tetap berusaha dalam mencari jaringan internet karena ingin mengali suatu informasi yang sangat penting tentang nyeri menstruasi.

5.3.3.3 Pengetahuan Responden Tentang Nyeri Menstruasi Berdasarkan

Penanganan

Berdasarkan hasil penelitian gambaran pengetahuan remaja putri tentang nyeri menstruasi berdasarkan penanganan yang berpengetahuan cukup sebanyak 2 orang (13,3%), responden yang berpengetahuan baik sebanyak 1 orang (6,7%). Dan Tidak ditanganin yang berpengetahuan kurang sebanyak 1 orang (6,7%), yang berpengetahuan cukup sebanyak 6 orang (40%), dan yang berpengetahuan baik sebanyak 5 orang (33,3%).

Berdasarkan hasil penelitian Tangchai (2012), mengatakan sebanyak 92% penderita nyeri menstruasi hanya beristirahat untuk menghilangkan nyeri, penggunaan obat-obatan penghilang nyeri digunakan oleh 32%, sedangkan sebanyak 7,1% penderita nyeri menstruasi berkonsultasi ke dokter.

Dengan melakukan penanganan pada menstruasi untuk mengurangi rasa sakit, berarti seseorang memiliki pengetahuan yang baik (Anurogo, 2011). Beberapa pengobatan yang dapat dilakukan untuk menangani menstruasi (Buku Himpunan Penyuluhan Kesehatan, 2011): Tempelkan kompres panas/hangat atau botol berisi air panas pada perut, pijat lembut daerah perut secara perlahan, tidur terlentang dan ganjal lutut dengan bantal, lakukan olahraga ringan seperti senam, jalan kaki, atau bersepeda yang dilakukan sebelum dan selama menstruasi untuk melancarkan aliran darah pada otot sekitar rahim, sehingga rasa nyeri dapat teratasi atau berkurang, mengambil posisi menungging (Buku Pintar Menstruasi, 2011). Dan melakukan yoga (Buku Pintar Menstruasi, 2011).

Dan ada juga cara menanganin menstruasi menggunakan obat-obat herbal seperti: Kayu manis, kedelai, kunyit, jahe. Kemudian ada juga cara memanganinnya dengan cara minum obat anti nyeri untuk mengurangi rasa sakit yaitu: Ibuprofen, Naproxen, dan Asam mefenamat.

Berdasarkan asumsi peneliti, bahwa remaja putri yang menstruasi lebih banyak tidak menanganin saat menstruasi, karena mereka tau apa dampak pada saat kita menanganin dengan menggunakan obat-obat yang berlebihan. Maka dari situ remaja putri lebih banyak membiarkan rasa sakit atau nyeri pada saat mendapatkan menstruasi dan remaja putri juga tidak mau ketergantungan dengan memakan obat-obatan.

Keterbatasan penelitian terjadi karena pergantian tempat penelitian yang baru diakibatkan virus corona (covid_19) yang masih mengancam kesehatan masyarakat sehingga menghambat atau mengurangi penyebaran covid_19 untuk itu dilakukan penelitian di dekat tempat tinggal saja dan tetap menaati prosedur yang di keluarkan oleh pemerintah jika berada diluar rumah.

BAB 6**KESIMPULAN DAN SARAN****6.1. KESIMPULAN**

Dari hasil penelitian Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi Di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Kecamatan Bandar Pulau Kabupaten Asahan Tahun 2020 dan pengolahan data yang dilakukan, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian, bahwa gambaran pengetahuan remaja putri tentang nyeri menstruasi berdasarkan tentang pengetahuan mayoritas berpengetahuan cukup karna sebagaian dari remaja putri berpengetahuan cukup baik tentang nyeri menstruasi.
2. Berdasarkan hasil penelitian, bahwa gambaran pengetahuan remaja putri tentang nyeri menstruasi berdasarkan bahwa tanda dan gejala sangat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Dengan adanya pengetahuan yang dimiliki remaja putri tentang nyeri menstruasi maka semakin mudah remaja putri dalam mengatasi tanda dan gejala yang dirasakan saat mendapatkan atau mengalami menstruasi atau pun remaja putri dapat mencegah dan menangani tanda dan gejala saat menstruasi datang.
3. Berdasarkan hasil penelitian, gambaran pengetahuan remaja putri tentang nyeri menstruasi berdasarkan sumber informasi mayoritas sangat cukup karena tidak mendapat sumber informasi. Dengan adanya sumber informasi seperti: media sosial, keluarga, dan petugas kesehatan sangat membantu remaja putri pinggol toba untuk mengetahui tentang nyeri menstruasi. Walaupun di

pinggol toba pondok tidak ada layanan jaringan internet mereka tetap berusaha dalam mencari jaringan internet karena ingin mengali suatu informasi yang sangat penting tentang nyeri menstruasi.

4. Berdasarkan hasil penelitian, gambaran pengetahuan remaja putri tentang nyeri menstruasi berdasarkan penanganan banyak mayoritas remaja yang tidak melakukan penanganan saat menstruasi, mereka lebih banyak membiarkan rasa sakit atau nyeri pada saat mendapatkan menstruasi dan ada juga beberapa orang yang melakukan penanganan dengan menggunakan obat-obatan.

6.2. SARAN

1. Bagi Responden

Diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang menstruasi, tanda dan gejala, kelainan dan gangguan saat menstruasi. Serta dapat menerapkan upaya penanganan menstruasi seperti kompres air hangat, minum obat pengurang nyeri, minum air kunyit, posisi membungkuk dan istirahat cukup, minum minuman yang beralkhol, kopi dan es krim, menggosok-gosok perut atau pinggang yang sakit dan tarik nafas dalam-dalam secara perlahan untuk relaksasi agar mengurangi rasa nyeri menstruasi dan tidak mengganggu aktivitas.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan dapat menjadi masukan dalam memberikan informasi dan mengembangkan asuhan kebidanan khususnya untuk remaja putri. Dan mengembangkan metode dalam upaya penanganan menstruasi.

3. Bagi Institusi



Diharapkan dapat menjadi sumber informasi referensi dan bahan acuan untuk melakukan penelitian selanjutnya.

STIKES SANTA ELISABETH MEDAN

DAFTAR PUSTAKA

- Andhayantoro, I. dan Kumalasari. (2013). *Kesehatan Reproduksi*. Jakarta. Penerbit: Salemba Medika.
- Andriyani, Septian. (2016). “*Gambaran Pengetahuan Remaja Madya (13-15 tahun) Tentang Dysmenorrhea Di SMPN 29 Kota Bandung*”. Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia. 2016.
- Dewi, M. (2019). *Teori & Pengukuran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta. Penerbit: Nuha Medika.
- Donsu, J.D.T (2017). *Metodologi Penelitian Keperawatan*, Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Februanti, Sofia. (2017). “*Pengetahuan Remaja Putri Tentang Penanganan Dismenore Di SMPN 9 Tasikmalaya*”. Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada, Volume 17 Nomor 1 Februari 2017.
- Maftuhin, Ari. (2014). *Pelayanan Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi*. Jakarta. Penerbit: Buku Kesehatan.
- Mindarsih, Eko. (2018). “*Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Penanganan Disminorea Kelas X Di SMKN 1 Depok Sleman Yogyakarta*”. Vol. 13 Nomor 2 April 2018-Jurnal Medika Respati.
- Nafiroh, Defi. (2013). “*Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore Pada Siswa Putri Di MTS Nu Mranggen Kabupaten Demak*”. Jurnal Ilmiah Kebidanan, Vol. 4 No.1 Edisi Desember 2013.
- Ningsih, Erniti Pati. (2014). *Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Penanganan Nyeri Menstruasi di SMP Negeri 7 Manado Tahun 2014*.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta. Penerbit: PT.Rineka Cipta.
- Nurmiah . (2016). *Pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap gangguan menstruasi di SMPN 2 Makale*. Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia.
- Pangesti, Ayudiah. (2018). *Stress Pada Remaja Putri Yang Mengalami Dismenorea*. Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik, Volume 14, No. 2, Oktober. 2018.



- Ratnawati, Ana. (2018). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Reproduksi*. Yogyakarta. Penerbit: Pustaka Baru Press.
- Rustam, Erlina. (2014). “Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Nyeri Haid (Dismenorea) dan Cara Penanggulangannya”. Jurnal Kesehatan Andalas. 2014.
- U.S dan Runjati. (2018). *Volume 2 Kebidanan Teori dan Asuhan*. Jakarta. Penerbit: Buku Kedokteran EGC.
- Utami, Tri. (2014). *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data*. Jakarta. Penerbit: Salemba Medika.
- Wijaya, Desy. (2011). *Buku Pintar Menstruasi*. Jogjakarta. Penerbit: Buku Biru.
- Wiknjosastro H. 2010. “*Ilmu Kandungan*”. Jakarta: Yayasan Sarwono Prawirohardjo.
- Wiwiek, Endang. (2019). “Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenorea Pada Mahasiswa Tingkat I Program Diploma Keperawatan Stikes Dirgahayu”. Jurnal Keperawatan Dirgahayu Volume I, Nomor 2, Oktober 2019, EISSN: 2685-3086.



SURAT PENGAJUAN JUDUL

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)
SANTA ELISABETH MEDAN**
Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang
Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131
E-mail: stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

280/STIKes/SMP-Penelitian/II/2020
Medan, 19 Februari 2020

Permohonan Pengambilan Data Awal Penelitian

Kepada Yth.:
Kepala Sekolah
SMP Santo Ignatius Medan
di-
Tempat.

Dengan hormat,

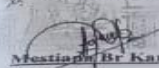
Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi D3 Kebidanan STIKes Santa Elisabeth Medan, maka dengan ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu/Suster untuk memberikan jito pengambilan data awal.

Adapun nama mahasiswa dan judul penelitian adalah sebagai berikut:

NO	N A M A	NIM	JUDUL PROPOSAL
1.	Evi Sri Maryani Pandiangan	022017028	Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi Pada Siswi Kelas VII-1 Di SMP Santo Ignatius Medan Tahun 2020.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Hormat kami,
STIKes Santa Elisabeth Medan


Mestiana Br Karo, M.Kep.DNSc
Kepala

Tembusan:

1. Mahasiswa yang bersangkutan
2. Pertinggal



SURAT USULAN JUDUL

STIKES SANTA ELISABETH MEDAN
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata Kec. Medan Selayang
Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131
E-mail: stikes.elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

USULAN JUDUL SKRIPSI DAN TIM PEMBIMBING

1. Nama Mahasiswa : Evi Sri Maryani Pandiangan
2. NIM : 0220117028
3. Program Studi : D3 Kebidanan STIKes Santa Elisabeth Medan.
4. Judul : Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi Pada Siswa Kelas VII-1 di Smp St. Ignatius Medan Tahun 2020

5. Tim Pembimbing :


Jabatan	Nama	Kesediaan
Pembimbing	Rosalita Simanungkal, SST., M.Kes	<input checked="" type="checkbox"/>

6. Rekomendasi :
a. Dapat diterima judul : Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi Pada Siswa Kelas VII-1 di Smp St. Ignatius Medan Tahun 2020

Yang tercantum dalam usulan Judul diatas:

b. Lokasi penelitian dapat diterima atau dapat diganti dengan pertimbangan obyektif.
c. Judul dapat disempurnakan berdasarkan pertimbangan ilmiah.
d. Tim Pembimbing dan mahasiswa diwajibkan menggunakan buku panduan penulisan Proposal penelitian dan skripsi, dan ketentuan khusus tentang Skripsi yang terlampir dalam surat ini.

Medan, 19 Januari 2020

Rektor STIKes Santa Elisabeth Medan D3 Kebidanan

Anita Veronika, S.SiT., M.KM)



STIKes Santa Elisabeth Medan

SURAT IJIN PENELITIAN



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes) SANTA ELISABETH MEDAN

Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang

Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131

E-mail: stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

Medan, 03 Juni 2020

Nomor: 558/STIKes/Desa-Penelitian/VI/2020

Lamp. :-

Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth.:
Kepala Desa Pinggol Toba
di-
Tempat.

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi D3 Kebidanan STIKes Santa Elisabeth Medan, maka dengan ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan ijin penelitian untuk mahasiswa tersebut di bawah ini.

Adapun nama mahasiswa dan judul penelitian adalah sebagai berikut:

NO	N A M A	NIM	JUDUL PENELITIAN
1.	Evi Sri Maryani Pandiangnan	022017028	Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Kelas VII Tentang Nyeri Menstruai Di Desa Pinggol Toba Tahun 2020.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami ucapkan terima kasih



Hormat kami,
STIKes Santa Elisabeth Medan

Mestiana Br Karo, M.Kep., DNSc
Ketua

Tembusan:

1. Mahasiswa yang bersangkutan
2. Peringgal



SURAT BALASAN PENELITIAN

**PEMERINTAH KABUPATEN ASAHAN
KECAMATAN BANDAR PULAU
DESA GONTING MALAHA
PINGGOL TOBA**

Pinggol Toba, 23 Mei 2020

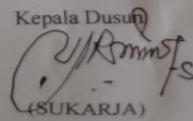
Nomor :
Perihal : surat balasan penelitian

Berdasarkan surat saudara tanggal 23 Mei 2020, perihal izin melakukan penelitian di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha maka bersama ini kami sampaikan kepada program studi pendidikan DIII Kebidanan Stikes Santa Elisabeth Medan bahwa mahasiswa yang berketerangan di bawah ini:

Nama : Evi Sri Maryani Pandiangan
Nim : 022017028
Judul penelitian : "Gambaran Pengetahuan Remaja Putri
Tentang Nyeri Menstruasi di Pinggol Toba
Pondok Desa Gonting Malaha Tahun
2020"


Telah kami setuju untuk melaksanakan penelitian di pinggol toba pondok desa gonting malaha.

Demikian surat ini kami sampaikan dan atas kerjasamanya kami mengucapkan terima kasih.

Kepala Dusun

(SUKARJA)



STIKes Santa Elisabeth Medan

**STIKes SANTA ELISABETH MEDAN**
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang
Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131
E-mail: stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
STIKES SANTA ELISABETH MEDAN

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"
No.0242/KEPK-SE/PE-DT/VI/2020

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti Utama : Evi Sri Maryani Pandiangan
Principal In Investigator

Nama Institusi : STIKes Santa Elisabeth Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

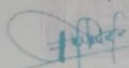
**"Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Kelas VII tentang Nyeri Menstruasi
di Desa Pinggol Toba Tahun 2020"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal iniseperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indicator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 04 Juni 2020 sampai dengan tanggal 04 November 2020.

This declaration of ethics applies during the period June 04, 2020 until November 04, 2020.

June 04, 2020
Chairperson,

Mestiana Br. Karo, M.Kep. DNSc.



LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Umur :tahun

Alamat :

Setelah mendapat penjelasan dari peneliti, saya bersedia/ tidak bersedia *)

Berpartisipasi dan menjadi responden peneliti yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi Di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Tahun 2020.

Medan, 23 Mei 2020

Responden

Keterangan

*) coret yang tidak perlu



KUESIONER PENELITIAN

**GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG
NYERI MENSTRUASI DI PINGGOL TOBA PONDOK
DESA GONTING MALAHA
TAHUN 2020**

Identitas Responden

Nama :

Agama :

Umur :

Kelas :

Alamat :

Penanganan Saat Haid:

LEMBAR PERTANYAAN

Pilihlah salah satu jawaban di bawah ini dan berilah tanda (X) pada salah satu jawaban yang benar.

Pengetahuan

1. Apa yang dimaksud dengan menstruasi/haid?
 - a. Proses pelepasan dinding rahim yang disertai dengan perdarahan dan terjadi secara berulang setiap bulan
 - b. Keluarnya darah dari kemaluan
 - c. Keluarnya darah yang terjadi setiap bulan pada perempuan
2. Berapa lama siklus haid yang dianggap normal pada seseorang remaja putri ?



- a. 30 hari
 - b. 26 hari
 - c. 28 hari
3. Apa yang dimaksud dengan nyeri menstruasi/haid?
 - a. Nyeri pada bagian perut
 - b. Nyeri perut berasal dari kram rahim dan terjadi selama menstruasi
 - c. Nyeri pada bagian punggung
4. Apa saja jenis nyeri menstruasi/haid?
 - a. Nyeri menstruasi primer
 - b. Nyeri menstruasi sekunder
 - c. Nyeri menstruasi primer dan sekunder
5. Nyeri yang dialami berlangsung hanya beberapa saat dan penderita bisa melakukan aktivitas sehari-hari disebut derajat ke ?
 - a. Derajat 3 (menstruasi berat)
 - b. Derajat 2 (menstruasi sedang)
 - c. Derajat 1 (menstruasi ringan)
6. Penderita mengalami rasa nyeri yang luar biasa hingga membuatnya butuh waktu untuk beristirahat beberapa hari disebut derajat ke?
 - a. Derajat 1 (menstruasi ringan)
 - b. Derajat 2 (menstruasi sedang)
 - c. Derajat 3 (menstruasi berat)
7. Apa sajakah pencegahan yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya nyeri menstruasi ?



- a. Hindari stress & istirahat yang cukup
 - b. Minum es
 - c. Minum kopi
8. Nyeri yang dialami cukup mengganggu, sehingga penderita memerlukan obat penghilang rasa nyeri seperti paracetamol, ibu profen atau lainnya disebut derajat ke ?
- a. Derajat 1 (menstruasi ringan)
 - b. Derajat 2 (menstruasi sedang)
 - c. Derajat 3 (menstruasi berat)
9. Lakukan peregangan anti nyeri menstruasi setidaknya 5-7 hari sebelum menstruasi. Peregangan ini dilakukan untuk meredakan nyeri menstruasi disebut ?
- a. Pencegahan
 - b. Penanganan
 - c. Tanda dan gejala
10. Berapa lama anda selesai menstruasi ?
- a. 3-6 hari
 - b. 1-2 hari
 - c. 7-8 hari
11. Hormon yang terjadi pada menstruasi ?
- a. Hormon estrogen dan progesterone
 - b. Hormon estrogen
 - c. Hormon progesterone



TANDA DAN GEJALA

12. Apa saja tanda dan gejala saat menstruasi/haid?

- a. Nyeri dan tegang pada payudara
- b. Nafsu makan meningkat
- c. Semangat dalam melakukan aktifitas

SUMBER INFORMASI

13. Dari mana anda mengetahui tentang nyeri menstruasi ?

- a. Orang tua
- b. Ibu hamil
- c. Ibu nifas

14. Dari mana anda mengetahui tentang pencegahan nyeri menstruasi ?

- a. Ibu bersalin
- b. Tenaga kesehatan
- c. Ibu hamil

15. Dari mana anda mengetahui tentang penanganan nyeri menstruasi?

- a. Ibu nifas
- b. Ibu hamil
- c. Internet



KUNCI JAWABAN

PENGETAHUAN

1. A
2. C
3. C
4. C
5. C
6. A
7. A
8. B
9. C
10. A
11. A

TANDA DAN GEJALA

12. A

SUMBER INFORMASI

13. A
14. B
15. C



DAFTAR KONSUL

Nama Mahasiswa : Evi Sri Maryani Pandiangan
NIM : 022017028
Judul : Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Nyeri Menstruasi Di Pinggol Toba Pondok Desa Gonting Malaha Kecamatan Bandar Pulau Kabupaten Asahan Tahun 2020
Nama Pembimbing : Ramatian Simanihuruk, SST., M.Kes

No	HARI/ TANGGAL	PEMBIMBING	PEMBAHASAN	PARAF
1.	9 Juni 2020	Ramatian Simanihuruk, SST., M.Kes	Pengumpulan bab 1-6	
2.	11 Juni 2020	Ramatian Simanihuruk, SST., M.Kes	Membuat table silang pada bab 5	
3.	12 Juni 2020	Ramatian Simanihuruk, SST., M.Kes	Menambahkan tanda dan gejala pada bab 5	
4.	13 Juni 2020	Ramatian Simanihuruk, SST., M.Kes	Mengurutkan cara penulisan dan menambahkan pembahasan pada bab 5	
5.	22 Juni 2020	Ramatian Simanihuruk, SST., M.Kes	Melengkapin lokasi penelitian pada bab 5	
6.	27 Juni 2020	Ramatian Simanihuruk, SST., M.Kes	Membuat lembar konsul dengan lengkap dan menambahkan kesimpulan pada bab 6	
7.	29 Juni 2020	Ramatian Simanihuruk, SST., M.Kes	Mengumpulkan semua Skripsi dari cover sampai halaman terakhir	
8.	21 Juli 2020	Amando, SS	Konsul abstrak Bahasa Inggris	ACC



Daftar Konsul Revisi

No	HARI/ TANGGAL	PENGUJI	PEMBAHASAN	PARAF
1	18 Juli 2020	Bernadetta A. SST., M.Kes	Revisi abstrak	ACC
2.	18 Juli 2020	Ermawaty Arisandy Siallagan, SST, M. Kes	Menambahkan saran dan kesimpulan di BAB 6	ACC
3.	25 Juli 2020	Ramatian Simanihuruk, SST., M.Kes	Revisi abstrak	ACC



MASTERDATA UJI VALIDITAS

Nama Responden	Sampel	Pengetahuan Remaja Putri tentang Nyeri Menstruasi															Total
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Ika	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	14
Diana	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	2
Susan	3	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	0	7
Tika	4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Lely	5	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	13
Novi	6	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
Vira	7	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	13
Popy	8	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	11
Angel	9	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	5
Nia	10	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	12
Novita	11	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	13
Shintia	12	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3
Afni	13	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	12
Zulika	14	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	11
Alike	15	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	5

HASIL OUTPUT KOMPUTER GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG NYERI MENSTRUASI

Pengetahuan Remaja

		Freque ncy	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	6	40.0	40.0	40.0
	Cukup	8	53.3	53.3	93.3
	Kurang	1	6.7	6.7	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

Tanda dan Gejala Remaja

		Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tau	13	86.7	86.7	86.7
	Tidak tau	2	13.3	13.3	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

Sumber Informasi Remaja

		Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulati ve Percent
Valid	Orang Tua, kakak/abang,teman	5	33.3	33.3	33.3
	Tenaga Kesehatan	5	33.3	33.3	66.7
	Media Sosial	5	33.3	33.3	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

Penanganan Remaja

		Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ditanganin	3	20.0	20.0	20.0
	tidak ditanganin	12	80.0	80.0	100.0
	Total	15	100.0	100.0	

STIKES SANTA ELISABETH MEDAN