MIRACLE JOURNAL

MIRACLE JOURNAL
e-ISSN 2774 – 4663
Vol 6, No 2, Juli 2026

PENGARUH PENYULUHAN DISMENORE TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA SISWI SMA PAB 6 MEDAN

Mila Syari[1], Nurrahmaton[2], Novy Ramini Harahap[3], Elvina Sari Sinaga[4],Aulia Rahmi[5]
[1,2,3,5]Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia
[4]Prodi Sarjana Kebidanan, Univeritas Prima Indonesia
e-mail : milasyari@helvetia.ac.id, nurrahmaton@helvetia.ac.id, novyramini@helvetia@ac.id, elvinasari2703@gmail.com, auliarahmi@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri haid, atau yang dikenal dengan istilah dismenore, merupakan keluhan yang umum dirasakan oleh remaja putri pada masa menstruasi. Kondisi ini tidak jarang berdampak pada terganggunya proses belajar, menurunnya konsentrasi, hingga menurunnya kualitas hidup sehari-hari. Minimnya pengetahuan dan sikap yang kurang tepat dalam menghadapi dismenore dapat menyebabkan remaja tidak melakukan penanganan yang sesuai. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pemberian penyuluhan tentang dismenore terhadap tingkat pengetahuan dan sikap siswi SMA Swasta PAB 6 Helvetia Medan. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah quasi experiment dengan pendekatan one group pretest-posttest. Sebanyak 32 siswi dijadikan sampel penelitian yang dipilih dengan teknik total sampling. Data pengetahuan dan sikap responden dikumpulkan melalui kuesioner yang diberikan pada dua waktu, yaitu sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon karena data tidak berdistribusi normal berdasarkan uji Shapiro-Wilk. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum penyuluhan sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang sebanyak 20 orang (62,5%) dan sikap negatif sebanyak 20 orang (62,5%). Seluruh responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 32 orang (100%) setelah dilakukan penyuluhan, sedangkan sikap positif meningkat menjadi 28 orang (87,5%). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,000 pada variabel pengetahuan dan sikap ($p < 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa penyuluhan dismenore berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap siswi SMA Swasta PAB 6 Helvetia Medan dalam menghadapi dismenore.

Kata Kunci: dismenore; penyuluhan kesehatan; pengetahuan; sikap; remaja putri

ABSTRACT

Dysmenorrhea is menstrual pain commonly experienced by adolescent girls and may interfere with learning activities, concentration, and quality of life. Limited knowledge and inappropriate attitudes toward dysmenorrhea may lead adolescents to inadequate management practices. This research was conducted to examine the influence of dysmenorrhea education on the knowledge and attitudes of female students at SMA Swasta PAB 6 Helvetia Medan.The study employed a quasi-experimental design using a one-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 32 female students selected through total sampling. Data were collected using knowledge and attitude questionnaires administered before and after the educational intervention. Data analysis was performed using the Wilcoxon test because the data were not normally distributed based on the Shapiro-Wilk test. The results showed that before the intervention, most respondents showed a low level of knowledge (62.5%) along with unfavorable attitudes (62.5%) regarding dysmenorrhea. After the intervention, all respondents demonstrated good knowledge (100%), while positive attitudes increased to 87.5%. The Wilcoxon test showed a p-value of 0.000 for both knowledge and attitude variables ($p < 0.05$). It can be concluded that dysmenorrhea education had a significant effect on improving the knowledge and attitudes of female students in managing dysmenorrhea.

Keywords: dysmenorrhea; health education; knowledge; attitude; adolescent girls

MIRACLE JOURNAL
e-ISSN 2774 – 4663
Vol 6, No 2, Juli 2026

PENDAHULUAN

Remaja adalah masa peralihan dari anak menuju dewasa. Pada masa remaja terjadi perubahan baik secara fisik, psikis maupun psikososial. Masa remaja juga diartikan sebagai masa di mana seorang individu berkembang dari saat pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya hingga tiba pada masa kematangan secara seksual. Salah satu tandanya adalah menstruasi atau haid. Menstruasi merupakan proses keluarnya darah dan sel-sel dari dinding rahim wanita yang terjadi secara periodik (Suryana et al., 2022; Villasari, 2021). Proses fisiologis yang dialami oleh setiap wanita sejak masa remaja hingga menopause merupakan menstruasi. Bagi sebagian besar remaja putri, menstruasi sering disertai dengan dismenore, yaitu nyeri haid yang dirasakan dari bagian bawah perut atau tengah menjalar ke pinggul, paha, dan punggung sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Dismenore dapat menyebabkan ketidaknyamanan, menurunkan konsentrasi belajar, hingga mempengaruhi kualitas hidup remaja secara keseluruhan.

Dismenore terjadi karena adanya peningkatan kadar prostaglandin F2α (PGF2α) dalam darah wanita sehingga otot polos rahim berkontraksi secara berlebihan. Dismenore dapat terjadi pada setiap wanita yang sudah pubertas dan ditandai dengan gangguan rasa sakit serta rasa tidak nyaman dari tingkatan ringan sampai berat sebelum atau saat haid yang dapat mengganggu aktivitas harian. Nyeri dirasakan dari bagian bawah perut atau tengah dan menjalar ke pinggul, paha, serta punggung. Dismenore akan berdampak pada terganggunya kondisi fisik dan psikologis penderita sehingga membutuhkan istirahat ataupun penanganan medis. Menstruasi atau haid adalah proses keluarnya darah dan sel-sel dari dinding rahim wanita yang terjadi secara periodik (Villasari, 2021). Dismenore, atau yang biasa disebut nyeri haid, adalah rasa nyeri yang muncul di area perut bagian bawah dan dapat menyebar hingga ke punggung bawah serta kaki (Betty dan Ayamah, 2021).Dismenore primer disebabkan oleh pelepasan prostaglandin yang berlebihan sehingga terjadi spasme uterus dan mengakibatkan nyeri saat menstruasi (Maharianingsih, Made dan Poruwati, 2021). Nyeri pada perut bagian bawah yang dapat menjalar ke punggung bagian bawah dan tungkai merupakan dismenore yang terjadi secara alamiah setiap bulan pada wanita usia subur secara fisiologis yang menandakan bahwa organ reproduksi telah matang dan berfungsi (Siamben, 2023).

Menurut World Health Organization (WHO), angka kejadian dismenore di dunia sangat tinggi dan lebih dari 50% wanita di berbagai negara mengalami nyeri menstruasi. Prevalensi remaja putri di Indonesia yang mengalami dismenore sebesar 64,25% yang terdiri atas dismenore primer 54,89% dan dismenore sekunder 9,36% (Rosaliya, Laya dan Dareda, 2023). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2021 yang bekerja sama dengan Burnet Institute, angka kejadian dismenore pada remaja putri mencapai 93,2% dengan prevalensi tertinggi pada kelompok usia 14–18 tahun. Penelitian dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara menunjukkan angka kejadian dismenore sebesar 53,9% (Handayani, Ika dan Labuhan, 2021). Efek negatif dismenore dapat dirasakan baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Untuk jangka panjang, dismenore yang timbul akibat kondisi patologis tertentu berisiko menimbulkan gangguan pada kesuburan. Adapun dalam jangka pendek, dismenore kerap mengganggu aktivitas sehari-hari remaja, seperti menurunnya konsentrasi, meningkatnya ketidakhadiran di sekolah, munculnya konflik emosional serta rasa cemas dan tegang, terhambatnya proses belajar, berkurangnya keaktifan dalam pembelajaran, terbatasnya aktivitas fisik, hingga absen dari kegiatan belajar (Karlinda, Hasanah dan Erwin, 2022).

Dismenore dapat ditangani secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Secara farmakologis, penanganan dismenore dapat dilakukan melalui konsumsi obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID) yang berfungsi menekan produksi serta kerja prostaglandin. Sementara itu, penanganan secara nonfarmakologis yang dapat membantu meredakan dismenore meliputi kompres hangat, akupuntur, yoga, senam dismenore, hingga konsumsi jahe merah (Kusuma, Hikmanti dan Yanti, 2023; Maulida, Saputra dan Ayuni, 2023). Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi sikap seseorang dalam menghadapi suatu masalah kesehatan. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki remaja putri tentang dismenore, maka semakin baik pula sikap yang ditunjukkan dalam menghadapi dan

MIRACLE JOURNAL
e-ISSN 2774 – 4663
Vol 6, No 2, Juli 2026

mengatasi nyeri menstruasi. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan munculnya sikap yang kurang tepat sehingga remaja cenderung mengabaikan keluhan yang dialami atau melakukan penanganan yang tidak sesuai. Oleh karena itu, penyuluhan kesehatan diperlukan sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan sekaligus membentuk sikap positif remaja putri terkait dismenore. Penelitian yang dilakukan oleh Noverianti, Carolin dan Dinengsih (2022) bertujuan untuk mengetahui pengaruh promosi kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenore di SMA Negeri Tanjungsari Sumedang. Desain penelitian yang digunakan adalah quasi experiment dengan pendekatan one group pretest-posttest. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan jumlah responden 146 siswi kelas X IPA 1–7. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Hasil uji normalitas menunjukkan data tidak berdistribusi normal sehingga dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan sebelum promosi kesehatan sebesar 8,84 dan meningkat menjadi 17,64 setelah promosi kesehatan. Hasil uji bivariat menunjukkan nilai p-value = 0,000. Kesimpulannya, promosi kesehatan tentang dismenore mampu meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai dismenore saat menstruasi.

Berdasarkan survei awal di SMA Swasta PAB 6 Helvetia Medan, hasil survei menunjukkan bahwa sebagian besar siswi belum memahami mengenai dismenore. Dari 32 responden, sebanyak 24 siswi (65,7%) tidak mengetahui apa itu dismenore, sedangkan 9 siswi (34,3%) memiliki sedikit pengetahuan namun belum mendalam. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri tentang dismenore masih rendah, sehingga diperlukan adanya upaya penyuluhan kesehatan agar dapat meningkatkan pemahaman dan membentuk sikap positif dalam menghadapi dismenore. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik mengangkat judul Pengaruh Penyuluhan Dismenore terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Siswi SMA PAB 6 Helvetia Medan.

Metode

Untuk mengetahui pengaruh penyuluhan dismenore terhadap pengetahuan dan sikap siswi di SMA Swasta PAB 6 Helvetia Medan, penelitian ini dirancang menggunakan pendekatan quasi experiment dengan desain one group pretest-posttest. Pada desain ini, responden diberikan pretest terlebih dahulu untuk mengukur tingkat pengetahuan dan sikap sebelum diberikan penyuluhan tentang dismenore. Selanjutnya, setelah dilakukan penyuluhan, responden diberikan posttest untuk mengetahui perubahan pengetahuan dan sikap yang terjadi setelah intervensi. Dengan demikian, peneliti dapat menilai pengaruh penyuluhan dismenore terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap pada remaja putri (Rukminingsih, Gunawan Adnan dan Latief, 2022). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang terdiri dari kuesioner pengetahuan dan kuesioner sikap mengenai dismenore. Kuesioner pengetahuan berisi pertanyaan mengenai pengertian, penyebab, tanda dan gejala, dampak, serta penanganan dismenore, sedangkan kuesioner sikap berisi pernyataan yang mengukur respons dan pandangan siswi terhadap dismenore menggunakan skala Likert. Kuesioner diberikan pada saat pretest dan posttest untuk mengukur perubahan pengetahuan dan sikap setelah dilakukan penyuluhan.

Hasil dan Pembahasan

1.1.1.1 **Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Pada Remaja di SMA Swasta PAB 6 Helvetia Medan**

Umur	Jumlah Frekuensi (f)	Persentase (%)
15 tahun	2	6,25%

MIRACLE JOURNAL
e-ISSN 2774 – 4663
Vol 6, No 2, Juli 2026

16 tahun	20	62,5%
17 tahun	8	25%
18 tahun	2	6,25%
Total	**32**	**100%**

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat distribusi frekuensi dari 32 siswi berdasarkan umur 15 tahun sebanyak 2 (6,25%), umur 16 tahun sebanyak 20 siswi (62,5%), umur 17 tahun sebanyak 8 siswi (25%), dan umur 18 tahun sebanyak 2 siswi (6,25%).

1.1.1.2 **Tabel 4.2 Distribusi Jawaban Kuesioner Tentang Pengetahuan di SMA Swasta PAB 6 Helvetia Medan**

No	Kategori Nyeri	Pre Test		Post Test	
		f	%	f	%
Pengetahuan					
1	Kurang	20	62,5	0	0
2	Cukup	11	34,4	0	0
3	Baik	1	3,1	32	100,0
Total		**32**	**100**	**32**	**100**

Tabel 4.2 menyatakan bahwa pada remaja putri di SMA PAB 6 Helvetia sebelum *(pre-test)* dilakukan penyuluhan sebanyak 20 (62,5%) responden kurang mengetahui apa itu dismenore, diketahui cukup 11 (34,4%), dan diketahu baik 1(3,1%), sedangkan setelah melakukan penyuluhan (*posttest*) mayoritas responden berpengetahuan 32 (100%).

1.1.1.3 **Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap dengan Dismenore Pada Siswi SMA Swasta PAB 6 Helvetia Medan**

No	Kategori Nyeri	Pre Test		Post Test	
		f	%	f	%
Kelompok intervensi					
1	Negatif	20	62,5	4	12,5
2	Positif	12	37,5	28	87,5
Total		**32**	**100,0**	**32**	**100,0**

Distribusi frekuensi pada remaja putri di SMA PAB 6 Helvetia sebelum *(pre-test)* dilakukan penyuluhan negatif sebanyak 20 (62,5%), diketahui positif sebanyak 12(37,5), sedangkan setelah melakukan penyuluhan (*posttest*) sikap responden 32(100%).

Uji normalitas data pada penelitian ini dihitung dengan menggunakan uji statistik *Shapiro-Wilk* karena jumlah responden kurang dari 50 orang.

1.1.1.4 **Tabel 4.4. Uji Normalitas Shapiro-Wilk Pengaruh Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Terhadap Disminore**

Kelompok		Statistic	Df	Sig
Pengetahuan				
1	*Pre-test*	0,805	32	0,000
2	*Post-test*	0,708	32	0,000
Sikap				
1	*Pre-test*	0,919	32	0,019
2	*Post-test*	0,707	32	0,000

MIRACLE JOURNAL
e-ISSN 2774 – 4663
Vol 6, No 2, Juli 2026

Berdasarkan tabel 4.4. diketahui df (derajat kebebasan) pengetahuan dan sikap adalah 32 responden. Berdasarkan uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk didapatkan, pada pengetahuan nilai sig pre-test 0,000 < 0,05 dan post-test 0,000 < 0,05 maka data tidak berdistribusi normal, sedangkan pada sikap, nilai sig pre-test 0,019 > 0,05 dan post-test sikap 0,000 < 0,05, Hasil pengujian menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji non-parametrik, yaitu uji Wilcoxon dan Mann-Whitney. Berdasarkan hasil uji tersebut, dapat disimpulkan bahwa salah satu syarat pengujian non-parametrik telah terpenuhi, yaitu data tidak berdistribusi normal. Dengan demikian, pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji non-parametrik berupa uji Wilcoxon dan Mann-Whitney.

Tabel 4.5. Pengaruh Penyuluhan Dismenore Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Remaja Putri Di MAS PAB 2 Helvetia

No	Variabel	N	Mean	Standar deviasi	Min	Max	P- Value
Pengetahuan							
1	*Pre-test*	32	5.13	1.718	3	12	0,000
2	*Post-test*	32	14.50	568	13	15	
			Sikap				
1	*Pre-test*	32	36.03	3.412	28	41	0,000
2	*Post-test*	32	48.31	5.006	35	53	

Berdasarkan Tabel 4.5 menunjukkan bahwa hasil pengetahuan 32 orang remaja putri pada post-test diperoleh nilai P-Value 0,000, Sedangkan hasil sikap di peroleh nilai P-Value 0,000. Berdasarkan Tabel 4.2 diketahui bahwa tingkat pengetahuan remaja putri di SMA Swasta PAB 6 Helvetia Medan sebelum diberikan penyuluhan (pre-test) sebagian besar berada pada kategori kurang, yaitu sebanyak 20 responden (62,5%), kategori cukup sebanyak 11 responden (34,4%), dan kategori baik sebanyak 1 responden (3,1%). Setelah diberikan penyuluhan (post-test), seluruh responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik, yaitu sebanyak 32 responden (100%). Pengetahuan merupakan hasil dari proses mengetahui yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek melalui pancaindra, terutama indera penglihatan dan pendengaran. Pengetahuan yang dimiliki seseorang akan memengaruhi kemampuannya dalam menerima, memahami, dan mengolah informasi yang diperoleh dari lingkungan sekitarnya. Semakin tinggi tingkat pengetahuan seseorang, maka semakin mudah individu tersebut menerima informasi baru yang berkaitan dengan kesehatan maupun bidang lainnya.

Pengetahuan bisa didapatkan dari berbagai sumber, misalnya pendidikan formal maupun pengalaman pribadi, keluarga, tenaga kesehatan, media massa, maupun lingkungan sosial. Pendidikan memiliki hubungan yang erat dengan pengetahuan karena melalui pendidikan seseorang dapat memperoleh informasi yang lebih luas dan terstruktur. Oleh karena itu, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin mudah pula dalam menerima dan mengembangkan ilmu pengetahuan serta teknologi. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa pemberian penyuluhan kesehatan mengenai dismenore secara signifikan mampu meningkatkan pengetahuan remaja putri.

Peningkatan pengetahuan ini terjadi karena responden mendapatkan informasi yang tepat mengenai definisi dismenore, penyebab, gejala, dampak, hingga cara penanganannya. Informasi yang disampaikan melalui penyuluhan tersebut membantu responden memahami kondisi yang dialami saat menstruasi, sehingga wawasan mereka mengenai kesehatan reproduksi pun turut meningkat. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kawalo dan Sitompul (2022) mengenai level pengetahuan remaja putri tentang dismenore di SMA Advent Tompaso. Penelitian tersebut menerapkan metode kuantitatif dengan desain pre-experimental one group pretest-posttest yang melibatkan 100 siswi sebagai responden. Hasil uji paired t-test menunjukkan nilai signifikansi 0,000 (<0,05), yang berarti terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang dismenore (Kawalo dan Sitompul, 2022). Menurut asumsi peneliti, rendahnya tingkat pengetahuan siswi SMA Swasta PAB 6 Helvetia Medan sebelum diberikan penyuluhan disebabkan oleh kurangnya informasi yang diperoleh mengenai dismenore. Sebagian besar siswi hanya mengetahui bahwa nyeri haid merupakan kondisi yang umum terjadi saat menstruasi, namun belum memahami penyebab, dampak, dan cara penanganannya.

MIRACLE JOURNAL
e-ISSN 2774 – 4663
Vol 6, No 2, Juli 2026

Setelah diberikan penyuluhan, pengetahuan responden meningkat secara signifikan karena informasi yang disampaikan dapat menambah pemahaman dan wawasan mereka mengenai dismenore.

Berdasarkan Tabel 4.3 diketahui bahwa sebelum diberikan penyuluhan (pre-test), sebagian besar responden memiliki sikap negatif terhadap penanganan dismenore yaitu sebanyak 20 responden (62,5%), sedangkan responden yang memiliki sikap positif sebanyak 12 responden (37,5%). Setelah diberikan penyuluhan (post-test), jumlah responden yang memiliki sikap positif meningkat menjadi 28 responden (87,5%), sedangkan responden yang masih memiliki sikap negatif sebanyak 4 responden (12,5%). Sikap merupakan bentuk kecenderungan individu untuk menanggapi suatu objek, situasi, maupun permasalahan tertentu secara positif atau negatif. Kecenderungan ini terbentuk melalui akumulasi pengalaman, proses pendidikan, pengaruh lingkungan sosial, serta informasi yang diterima seseorang. Sikap yang positif terhadap kesehatan dapat mendorong seseorang untuk melakukan tindakan yang mendukung perilaku hidup sehat, sedangkan sikap yang negatif dapat menghambat terbentuknya perilaku kesehatan yang baik.

Dismenore merupakan nyeri yang terjadi saat menstruasi dan umumnya ditandai dengan sensasi kram pada bagian bawah perut yang dapat menjalar ke punggung bawah dan paha. Tingkat nyeri yang dirasakan dapat bervariasi dari ringan hingga berat sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari apabila tidak ditangani dengan baik (Kusuma, Hikmanti dan Yanti, 2023). Penyuluhan kesehatan merupakan proses pendidikan kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap yang positif, serta mendorong perubahan perilaku kesehatan pada individu maupun kelompok. Seseorang memperoleh informasi yang benar sehingga mampu memahami suatu masalah kesehatan dan mengambil keputusan yang tepat dalam menjaga kesehatannya melalui penyuluhan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lutfiyah dan Utami (2025) yang bertujuan mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang dismenore dengan sikap penanganan dismenore pada remaja putri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik dan sikap yang positif terhadap penanganan dismenore. Uji Rank Spearman menunjukkan nilai p-value sebesar 0,044 yang berarti terdapat hubungan antara pengetahuan dengan sikap penanganan dismenore. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa peningkatan pengetahuan tentang dismenore dapat berkontribusi terhadap pembentukan sikap yang lebih positif dalam penanganan dismenore pada remaja putri (Lutfiyah dan Utami, 2025). Menurut asumsi peneliti, sikap siswi SMA Swasta PAB 6 Helvetia Medan sebelum diberikan penyuluhan cenderung kurang positif terhadap penanganan dismenore karena kurangnya pemahaman mengenai kondisi tersebut. Setelah diberikan penyuluhan, responden memperoleh informasi yang lebih lengkap mengenai penyebab, dampak, dan cara penanganan dismenore terjadi perubahan sikap ke arah yang lebih positif. Oleh karena itu, penyuluhan kesehatan dapat menjadi salah satu upaya yang efektif dalam meningkatkan sikap remaja putri terhadap penanganan dismenore secara tepat dan mandiri.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan penyuluhan tentang dismenore pada siswi SMA Swasta PAB 6 Helvetia Medan, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan kesehatan berpengaruh pada peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai dismenore. Sebelum diberikan penyuluhan, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang kurang dan sikap yang cenderung negatif terhadap penanganan dismenore. Setelah diberikan penyuluhan, terjadi peningkatan pengetahuan yang ditunjukkan dengan seluruh responden berada pada kategori pengetahuan baik, serta peningkatan sikap positif dalam menghadapi dan menangani dismenore. Hasil analisis memperlihatkan nilai p-value sebesar 0,000 (<0,05) pada kedua variabel, yaitu pengetahuan dan sikap, sehingga dapat disimpulkan bahwa penyuluhan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai dismenore. Saran yang dapat diberikan adalah agar pihak sekolah bekerja sama dengan tenaga kesehatan untuk melaksanakan penyuluhan kesehatan reproduksi secara rutin, khususnya mengenai dismenore dan kesehatan reproduksi remaja. Selain itu, remaja putri diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan menerapkan sikap positif dalam menghadapi dismenore sehingga dapat mengurangi dampak yang ditimbulkan terhadap aktivitas sehari-hari.

MIRACLE JOURNAL
e-ISSN 2774 – 4663
Vol 6, No 2, Juli 2026

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Sekolah SMA Swasta PAB 6 Helvetia Medan yang telah memberikan izin dan dukungan selama pelaksanaan kegiatan penyuluhan dan penelitian. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh guru, staf sekolah, dan siswi SMA Swasta PAB 6 Helvetia Medan yang telah berpartisipasi serta membantu kelancaran kegiatan.

Referensi

Handayani, R., Ika, K. dan Labuhan, B. (2021) 'Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Dismenorea pada Remaja Putri Kelas X di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat Tahun 2020', Jurnal Midwifery Senior, 4.

Kawalo, B.L. dan Sitompul, M. (2022) 'Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang Dismenore di SMA Advent Tompaso', Jurnal Kesehatan, 10(1), pp. 15–22.

Kusuma, T.A., Hikmanti, A. dan Yanti, L. (2023) 'Penerapan Senam Dismenore untuk Meringankan Nyeri Dismenore', Jurnal Kreativitas Pengabdian kepada Masyarakat, 6(9), pp. 3896–3909.

Lutfiyah dan Utami, S.H. (2025) 'Hubungan Pengetahuan tentang Dismenorea dengan Sikap Penanganan Dismenorea pada Remaja Putri', Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal, 15, pp. 51–58.

Maharianingsih, N.M., Made, N. dan Poruwati, D. (2021) 'Pengaruh Pemberian Aromaterapi Kayu Manis terhadap Intensitas Nyeri Dismenore Primer pada Remaja', 7(1), pp. 55–61.

Maulida, Saputra, M. dan Ayuni, R. (2023) 'Pengaruh Pemberian Jahe Merah terhadap Penurunan Nyeri Dismenore pada Remaja', Jurnal Asuhan Ibu dan Anak, 8(2), pp. 73–80.

Noverianti, G., Carolin, B.T. dan Dinengsih, S. (2022) 'Pengaruh Promosi Kesehatan terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Dismenore', Jurnal Ilmiah Kesehatan, 14(1), pp. 39–48.

Rosaliya Katili, Agust A. Laya dan Kristine Dareda (2023) 'Pengaruh Rebusan Jahe Merah terhadap Dismenore pada Remaja Putri di SMK Assalaam Manado', Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikologi, Keperawatan dan Kebidanan, 1(4), pp. 115–123.

Rukminingsih, Gunawan Adnan dan Latief, M.A. (2022) Metode Penelitian Pendidikan: Penelitian Kuantitatif, Penelitian Kualitatif dan Penelitian Tindakan Kelas.

Siamben, A.L. (2023) 'Pengaruh Pemberian Ramuan Jahe terhadap Nyeri Haid pada Wanita Usia Subur di Dusun Koa Batusura Tana Toraja', Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif, 1(1), pp. 29–36.

Suryana, E., Hasdikurniati, A.I., Harmayanti, A.A. dan Harto, K. (2022) 'Perkembangan Remaja Awal, Menengah dan Implikasinya terhadap Pendidikan', Jurnal Ilmiah Mandala Education, 8(3), pp. 1917–1928.

Villasari, A. (2021) Fisiologi Menstruasi. Strada Press, pp. 9–42.