

ANALISIS HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN *DISMENOREA* DAN SIKAP TERHADAP PENANGANAN *DISMENOREA* PADA SISWI DI KABUPATEN GARUT

Genialita Fadhillah, Harlena Pratama Putri*, Sinta Fitriyani

Program Studi Farmasi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Garut

*Email:harlena@uniga.ac.id

Received: 05/11/2025 Revised: 24/12/2025 Accepted: 24/12/2025 Published: 31/12/2025

ABSTRAK

Masa remaja merupakan periode yang ditandai oleh berbagai perubahan biologis, termasuk nyeri menstruasi yang umum dialami oleh remaja perempuan. Penelitian ini bertujuan untuk menelusuri hubungan antara tingkat pengetahuan dan sikap terhadap penanganan dismenoreia pada siswi MA di Kabupaten Garut. Penelitian ini menggunakan metode survei analitik dengan desain potong lintang dan melibatkan 120 responden yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner tertutup yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden memiliki tingkat pengetahuan pada kategori cukup (51,7%), sementara sebagian besar responden juga menunjukkan sikap cukup dalam menangani nyeri haid (80,8%). Mayoritas responden menggunakan terapi non-farmakologi sebesar 95% untuk meredakan nyeri. Analisis bivariat menggunakan uji *Spearman rho* menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dan sikap dalam penanganan *dysmenorrhea*, dengan nilai signifikansi $<0,001$ dan koefisien korelasi sebesar 0,329. Nilai koefisien tersebut menunjukkan hubungan yang terbentuk bersifat positif dengan kekuatan hubungan lemah, sehingga semakin tinggi tingkat pengetahuan responden maka semakin baik pula sikap yang ditunjukkan dalam menangani dismenoreia, meskipun pengaruhnya tidak terlalu kuat. Oleh karena itu, edukasi kesehatan yang berkelanjutan dan terarah sangat diperlukan untuk meningkatkan pemahaman serta membentuk sikap yang lebih baik dalam memilih Tindakan penanganan yang tepat dalam mengatasi *dysmenorrhea*.

Kata Kunci: Remaja Putri, *Dysmenorrhea*, Pengetahuan, Sikap, Penanganan *Dysmenorrhea*.

ABSTRACT

Adolescence is a period marked by various biological changes, including menstrual pain, which is commonly experienced by adolescent girls. This study aimed to examine the relationship between the level of knowledge and attitudes toward dysmenorrhea management among female students at Regency Garut. The study employed an analytical survey with a cross-sectional design and involved 120 respondents selected through *purposive sampling*. Data were collected using a closed-ended

questionnaire that had been tested for validity and reliability. The results showed that more than half of the respondents had a moderate level of knowledge regarding dysmenorrhea (51.7%), while the majority also demonstrated a moderate attitude toward menstrual pain management (80.8%). Most respondents used non-pharmacological therapies to relieve menstrual pain (95.0%). Bivariate analysis using Spearman's rho test revealed a significant relationship between knowledge and attitudes toward dysmenorrhea management, with a significance value of $p < 0.001$ and a correlation coefficient of 0.329. This coefficient indicates a positive but weak correlation, suggesting that higher levels of knowledge are associated with better attitudes toward dysmenorrhea management, although the strength of the association is limited. Therefore, continuous and targeted health education is needed to improve understanding and foster more appropriate attitudes in selecting effective dysmenorrhea management strategies.

Keywords: *Adolescent Girls, Dysmenorrhea, Knowledge, Attitudes, Dysmenorrhea Treatment.*

PENDAHULUAN

Pada masa remaja, perempuan mengalami perubahan fisik dan biologis yang berlangsung cepat, termasuk pencapaian pubertas yang ditandai dengan terjadinya ovulasi dan siklus menstruasi (Widarti *et al.*, 2024). Bagi sebagian remaja perempuan, fase ini kerap disertai keluhan berupa nyeri saat menstruasi atau yang dikenal sebagai dismenorea (Sari & Hayati, 2020). Keluhan tersebut cenderung memburuk bila terjadi bersamaan dengan gangguan emosional, seperti stres dan kecemasan (Zuraida; Keta Dania Pumi, 2020).

Data WHO menunjukkan bahwa mayoritas perempuan di berbagai negara mengalami nyeri haid, bahkan angkanya mencapai sekitar 90%. Di Indonesia sendiri, laporan dari Kementerian Kesehatan mencatat lebih dari separuh remaja perempuan mengalami jenis nyeri haid primer, sementara

sebagian lainnya mengalami nyeri sekunder. Sebagian besar dari mereka tidak mencari penanganan medis, baik karena terbatasnya informasi maupun akses yang kurang memadai.

Keluhan nyeri sering muncul pada area perut bagian bawah, terutama menjelang atau saat menstruasi berlangsung (Nurmaliza *et al.*, 2022). Kondisi ini berkaitan dengan aktivitas hormon prostaglandin yang meningkat selama fase tertentu dalam siklus menstruasi, sehingga memicu kontraksi otot rahim yang menimbulkan rasa sakit (Lisani & Hudaya, 2021). Sejumlah faktor seperti usia menarche, durasi menstruasi, hingga kondisi psikis ikut memengaruhi intensitas nyeri (Nasution *et al.*, 2022).

Berbagai cara telah digunakan untuk mengurangi keluhan tersebut, mulai dari konsumsi obat hingga pemanfaatan metode non-farmakologi seperti kompres hangat atau

olahraga ringan (Lisani & Hudaya, 2021). Banyak remaja memilih melakukan swamedikasi, yakni menangani gejala berdasarkan pemahaman pribadi, sebagai bentuk respons awal terhadap keluhan yang dirasakan (Maulina *et al.*, 2023).

Namun, sikap terhadap pengobatan sering kali tidak didasari oleh pengetahuan yang cukup. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa keterbatasan informasi tentang dismenorea berpengaruh terhadap respons remaja dalam menghadapi nyeri haid (Astikasari & Kofi, 2022; Nurmaliza *et al.*, 2022). Sebagian besar dari mereka menganggap kondisi tersebut sebagai hal biasa yang tidak memerlukan perhatian khusus (Cahya Permata *et al.*, 2023).

Dismenorea merupakan masalah kesehatan reproduksi yang umum terjadi pada remaja perempuan dan berpotensi menurunkan kualitas hidup, terutama melalui gangguan aktivitas belajar seperti kesulitan konsentrasi, kelelahan, dan meningkatnya ketidakhadiran di sekolah (Fahmiah *et al.*, 2022). Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan yang rendah terkait dismenorea berhubungan dengan sikap penanganan yang kurang tepat (Indra Hizkia P *et al.*, 2024). Namun demikian, tingkat pengetahuan dan sikap remaja terhadap penanganan dismenorea

dapat bervariasi di setiap daerah, dipengaruhi oleh faktor budaya, lingkungan pendidikan, dan akses terhadap informasi kesehatan. Sampai saat ini belum ditemukan penelitian yang secara spesifik menganalisis hubungan pengetahuan dan sikap dalam penanganan dismenorea pada siswi di Kabupaten Garut, sehingga kondisi di sekolah tersebut masih belum teridentifikasi secara ilmiah. Oleh karena itu, penelitian ini diperlukan untuk menyediakan data terkini sebagai dasar dalam perencanaan intervensi edukasi kesehatan reproduksi di lingkungan sekolah.

Dengan mempertimbangkan kondisi tersebut, penelitian ini dilakukan untuk meninjau tingkat pengetahuan dan sikap terhadap penanganan *dismenorea* pada siswi MA di Kabupaten Garut. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran komprehensif mengenai kesadaran remaja terhadap penanganan nyeri haid serta menjadi dasar bagi penyusunan program edukasi kesehatan reproduksi yang relevan dan berkelanjutan di lingkungan sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain survei analitik dengan pendekatan potong lintang (*cross sectional*). Pengambilan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner

tertutup. Subjek penelitian adalah siswi kelas X dan XI di MA Kabupaten Garut yang memenuhi kriteria inklusi, dengan total 120 responden. Sampel penelitian diambil menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria siswi yang telah mengalami menstruasi dan bersedia menjadi responden penelitian. Instrumen penelitian berupa kuesioner yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas pada 30 responden. Analisis data dilakukan secara bivariat menggunakan uji *Spearman rho* untuk melihat hubungan antar variabel.

1. Langkah I Penelitian

Peneliti membuat surat izin penelitian ke sekolah di Kabupaten Garut dan instansi seperti BAKESBANGPOL, serta melengkapi surat etik penelitian sebagai syarat pelaksanaan.

2. Langkah II Penelitian

Peneliti melakukan penelitian ke sekolah dimulai dengan memperkenalkan diri, menjelaskan tujuan penelitian, dan menentukan pengambilan data bersama pihak sekolah.

3. Langkah III Penelitian

Peneliti menyebar kuesioner, yang mana sebelumnya telah meminta persetujuan responden dengan lembar *informed consent*. Kemudian, kuesioner dibagikan kepada 120

siswi sesuai kriteria yang telah ditetapkan sebelumnya.

4. Langkah IV Penelitian

Peneliti mengumpulkan kuesioner yang sudah diisi, kemudian datanya diolah dan dianalisis. Analisis dilakukan dengan menggunakan statistik uji *spearman rho* untuk mengetahui adanya hubungan antara pengetahuan dan sikap dalam penanganan *dismenorea*.

Analisis Data

Data dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase masing-masing variabel, yaitu tingkat pengetahuan dan sikap dalam penanganan *dismenorea*. Analisis bivariat menggunakan uji korelasi *Spearman rho* untuk menilai hubungan antara kedua variabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden dalam penelitian ini merupakan siswa SMA pada tingkat pendidikan yang relatif seimbang antara kelas 10 dan 11, sehingga memberikan gambaran populasi yang cukup representatif. Berdasarkan tabel 1. Diketahui hasil berupa data demografi responden. Mayoritas siswi berada pada usia 16 tahun dengan persentase

45,8%, sedangkan usia mayoritas mengalami *menarche* pada usia 13 tahun dengan persentase 33,3%. mayoritas responden terbanyak ada pada usia 16–17 tahun, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh handayani (Dian *et al.*, 2024) yang mana menunjukkan hasil bahwa responden terbanyak ada direntang usia 16 – 17 tahun.

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden siswi MA Nurul Huda

Karakteristik	Jumlah (n= 120)	Persentase (%)
Kelas		
10	62	51,7
11	58	48,3
Usia		
15 tahun	9	7,5
16 tahun	55	45,8
17 tahun	47	39,2
18 tahun	9	7,5
Usia pertama menstruasi (<i>menarche</i>)		
10 tahun	11	9,2
11 tahun	17	14,2
12 tahun	32	26,7
13 tahun	40	33,3
14 tahun	20	16,7

Berdasarkan WHO data usia remaja berkisar pada 10 - 19 tahun. Usia remaja terbagi dalam 3 (tiga) penggolongan yakni usia 10-13 tahun (remaja awal), usia 14-17 tahun

(remaja tengah), dan usia 18-21 (remaja akhir) (Ragita & Fardana N., 2021). Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswi dengan usia 16 tahun dengan persentase 45,8% diikuti dengan 17 tahun dengan persentase 39,2% yang termasuk remaja tengah, yang mana pada usia ini akan rentan mengalami *dismenorea*, pada usia ini merupakan fase perkembangan yang lebih menekankan sistem biologis terutama reproduksi, selain itu dikaitkan dengan masalah psikologis seperti belum stabilnya emosi dan stress yang mempengaruhi perubahan hormon *follicle stimulating hormone* (FSH) dan *luteinizing hormone* (LH) yang berperan dalam menstruasi akibatnya terjadi gangguan pada perkembangan folikel, selain itu menyebabkan terganggunya progesteron yang berperan membantu perkembangan folikel. Kondisi tersebut dapat menyebabkan sintesis prostaglandin terganggu sehingga terjadi kontraksi dari uterus dan menyebabkan sakit haid (*dismenorea*) (Wahyuni&Zulfahmi, 2021).

Salah satu faktor penyebab *dismenorea* yakni awal menstruasi terlalu dini. Awal menstruasi (*Menarche*) merupakan bagian dari pubertas yakni haid pertama yang menunjukkan terjadinya perkembangan fisik seperti bentuk tubuh maupun fungsi fisiologis

(kematangan organ reproduksi) (Hidayah & Palila, 2018). *Menarche* digolongkan menjadi tiga kategori yakni *menarche* dini kurang dari 12 tahun, normal 12-13 tahun, dan *menarche* tua lebih dari 14 tahun. Berdasarkan tabel. 1 usia pertama menstruasi mayoritas di usia 13 tahun dengan persentase 33,3% selanjutnya diikuti usia 12 tahun dengan persentase 26,7%. Hasil penelitian mayoritas ada dalam kategori normal, tapi sebagian dalam kategori *menarche* dini yaitu pada usia kurang dari 12 tahun. Angka kejadian *menarche* dini meningkat seiring waktu, hal ini diduga karena beberapa faktor seperti keseharian seperti melakukan olahraga ringan, IMT, faktor lingkungan, gizi, dan hormon. Sedangkan *menarche* terlambat salah satunya dipengaruhi oleh kurangnya asupan gizi. *Menarche* dini memicu masalah kesehatan di kemudian hari seperti *dismenorea* (Khuzaiyah, 2024).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami derajat nyeri ringan dan sedang. Berdasarkan Tabel 2. Nyeri ringan dialami oleh 39,2% responden, nyeri sedang sebesar 33,3%, dan nyeri berat sebesar 27,5%. Nyeri ringan terjadi dalam waktu sesaat dan tidak mengganggu aktivitas sehingga dapat beraktivitas kembali seperti biasa. Sedangkan untuk nyeri sedang merupakan nyeri yang

menyebabkan aktivitas terganggu dan terkadang memerlukan obat pereda nyeri.

Tabel 2. Karakteristik tingkat nyeri dan durasi *dismenorea*

Karakteristik	Jumlah (n= 120)	Persentase (%)
Derajat keparahan nyeri		
Ringan	47	39,2
Sedang	40	33,3
Berat	33	27,5
Durasi <i>Dismenorea</i>		
≤ 7 hari	99	82,5
> 7 hari	21	17,5

Dari hasil ini memperlihatkan bahwa *dismenorea* merupakan keluhan yang umum terjadi dengan tingkat keparahan yang bervariasi. Mayoritas wanita usia reproduksi mengalami *dismenorea* dengan gejala mulai dari ringan hingga berat, dimana sekitar 10-20% kasus dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Proctor&Farquhar., 2006).

Dari segi durasi sakit haid, mayoritas responden mengalami nyeri selama kurang dari 7 hari (82,5%), sedangkan Sebagian kecil; (17,5%) melaporkan nyeri lebih dari 7 hari. Kondisi ini sesuai dengan teori bahwa *dismenorea* umumnya berlangsung 1-3 hari sejak hari pertama menstruasi, tetapi pada

Sebagian wanita dapat berlangsung lebih lama (Iacovides *et al.*, 2015).

Durasi nyeri lebih panjang dapat berhubungan dengan faktor hormonal, riwayat keluarga, serta adanya kondisi ginekologi tertentu seperti endometriosis (Burnett & Lemyre, 2017).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden menggunakan terapi non farmakologi dalam penanganan *dismenorea* 95%. Sedangkan terapi farmakologi digunakan oleh 78,3% responden. Selain itu terdapat 21,7% responden yang tidak menggunakan obat. Temuan ini menunjukkan bahwa terapi non-farmakologi merupakan pilihan utama yang banyak digunakan oleh remaja putri, baik sebagai terapi tunggal maupun sebagai terapi kombinasi menggunakan obat. Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan tingginya penggunaan terapi non-farmakologi sejalan dengan rekomendasi penanganan awal *dismenorea* dapat dilakukan melalui metode sederhana dan aman, seperti kompres hangat dan istirahat. Temuan ini sesuai dengan literatur yang menyebutkan bahwa kompres air hangat dapat melancarkan sirkulasi darah serta membuat otot relaks, sehingga efektif dalam meredakan nyeri (Akin dkk., 2021). Beberapa penelitian menyebutkan bahwa terapi non-farmakologi

efektif untuk mengurangi nyeri haid ringan hingga sedang dan memiliki risiko efek samping yang minimal, sehingga cocok digunakan pada remaja.

Tabel 3. Terapi Non Farmakologi yang pernah dilakukan responden

Terapi non farmakologi	Jumlah (n=120)	Persentase (%)
Melakukan terapi non farmakologi	94	78,3
Tidak melakukan terapi non farmakologi	26	21,7

Penggunaan terapi farmakologi oleh sebagian besar responden menunjukkan bahwa obat pereda nyeri masih menjadi pilihan penting dalam mengatasi *dismenorea*. Analgesik seperti paracetamol dan ibuprofen umum digunakan karena mudah diperoleh dan memiliki efektivitas yang baik dalam mengurangi nyeri haid. Obat antiinflamasi nonsteroid (AINS) diketahui bekerja dengan menghambat produksi prostaglandin, yang berperan dalam timbulnya nyeri *dismenorea*. Pemilihan terapi farmakologi umumnya dilakukan ketika nyeri dirasakan cukup mengganggu aktivitas sehari-hari atau tidak dapat dikendalikan dengan terapi non-farmakologi saja.

Tabel 4. Terapi farmakologi yang pernah dilakukan responden

Terapi farmakologi	Jumlah (n=120)	Persentase (%)
Menggunakan obat	94	78,3
Tidak menggunakan obat	26	21,7

Adanya responden yang memilih lebih dari satu jenis pengobatan menunjukkan bahwa penanganan dismenorea sering dilakukan dengan pendekatan kombinasi. Pendekatan ini sesuai dengan prinsip penatalaksanaan dismenorea yang menganjurkan penggunaan terapi non-farmakologi sebagai langkah awal, kemudian dilanjutkan dengan terapi farmakologi apabila nyeri tidak berkurang. Pemilihan jenis terapi tersebut dipengaruhi oleh tingkat keparahan nyeri, pengetahuan, serta sikap responden terhadap penanganan dismenorea. Oleh karena itu, peningkatan edukasi mengenai pilihan terapi yang aman dan efektif sangat diperlukan agar siswi dapat melakukan penanganan dismenorea secara rasional.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sumber informasi utama tentang dismenorea dan penanganannya berasal dari internet yaitu sebesar 54,2%. Sumber informasi berikutnya adalah orang tua yaitu sebesar 37,5%,

Sebagian kecil responden memperoleh informasi dari teman 5% sedangkan guru 3,3%.

Tabel 5. Sumber Informasi mengenai *dismenorea*

Sumber Informasi	Jumlah (n=120)	Persentase (%)
Orangtua	45	37,5
Internet	65	54,2
Teman	6	5,0
Guru	4	3,3

Hasil ini menunjukkan bahwa internet menjadi media utama dalam pencarian informasi karena kemudahan akses, kecepatan, serta ketersediaan berbagai sumber dalam bentuk teks, gambar maupun video. Menurut WHO (2021), penggunaan teknologi digital dalam penyebaran informasi kesehatan semakin meningkat, terutama di kalangan remaja. Meskipun demikian, peran orangtua masih cukup dominan sebagai sumber informasi. Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi dalam keluarga tetap menjadi penting dalam penyampaian pengetahuan, khususnya bagi responden yang mungkin masih bergantung pada nasihat orang tua. Sementara peran lingkungan sosial dan pendidikan formal dalam penyebaran informasi masih terbatas, atau mungkin

responden lebih memercayai sumber informasi yang dianggap lebih cepat dan praktis.

Tabel 6. Tingkat pengetahuan responden mengenai *dismenorea*

	Frekuensi (n=120)	Persentase (%)
Kurang	11	9,2
Cukup	62	51,7
Baik	47	39,2

Hasil analisis pada Tabel 6. mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan dalam menangani *dismenorea* pada kategori “cukup” sebesar 51,7%, diikuti oleh kategori “baik” sebanyak 39,2%, dan sisanya sebesar 9,2% berada pada kategori “kurang”, yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah memiliki pengetahuan dasar hingga memadai terkait *dismenorea*

Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Notoatmodjo (2012), pengetahuan dapat muncul dari adanya pengalaman, sumber informasi, pendidikan, dan lingkungan sekitar. Penelitian oleh Setyaningrum dkk (2018) juga menemukan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan cukup dalam hal kesehatan reproduksi, dengan faktor dominan berupa akses informasi melalui internet dan media sosial.

Tabel 7. Tingkat sikap responden mengenai *dismenorea*

	Frekuensi (n=120)	Persentase (%)
Kurang	4	3,3
Cukup	97	80,8
Baik	19	15,8

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden dengan sikap dalam kategori cukup lebih banyak hal ini karena adanya kesadaran responden dalam menyikapi masalah akibat sakit haid (*dismenorea*). Kategori sikap cukup menggambarkan bahwa responden telah memiliki kecenderungan perilaku positif dalam mengatasi nyeri haid, seperti menggunakan terapi sederhana atau nonfarmakologi, namun penerapannya belum sepenuhnya konsisten atau tepat. Sementara itu, sikap baik menunjukkan kemampuan yang lebih optimal dalam mengambil keputusan penanganan nyeri, misalnya memilih terapi farmakologi dan nonfarmakologi secara tepat serta lebih aktif mencari informasi terkait cara penanganan yang benar. Berdasarkan hasil, mayoritas sikap yang tidak baik ditunjukkan ketika sakit haid merasa cemas, tidak beraktivitas karena merasa terganggu, dan tidak bisa mengendalikan emosi. Sedangkan pada pengetahuan yang kurang baik pada

bagian penggunaan obat analgesik seperti efek samping yang ditimbulkan. Berdasarkan hasil, menurut analisa peneliti siswi mengetahui obat untuk menangani sakit haid yakni seperti paracetamol, ibuprofen karena dilihat dari informasi kebanyakan mendapat informasi dari internet sehingga siswi mengetahui apa obatnya, oleh sebab itu siswi tidak mengetahui terkait obat lebih lanjut seperti efek samping yang ditimbulkan terutama jika dikonsumsi dalam waktu jangka panjang, dan kapan penggunaan yang tepat sehingga harus menggunakan obat analgesik.

Tabel 8. Uji hubungan pengetahuan dan sikap

Variabel Independen	Variabel Dependen	p-value	Keterangan	Koefisien korelasi (r)
Pengetahuan	Sikap	< 0,001	Korelasi bermakna	0,329

Untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap menggunakan *statistik spearman rho's*. Hasil yang didapat $p < 0,001$ menunjukkan hubungan yang signifikan dengan nilai koefisien korelasi 0,329 menunjukkan adanya hubungan dengan kekuatan rendah dengan arah positif. Hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dismenorea dan sikap terhadap penanganan dismenorea menunjukkan bahwa pengetahuan berperan dalam membentuk sikap

remaja putri dalam menghadapi nyeri haid. Responden dengan tingkat pengetahuan yang lebih baik cenderung memiliki sikap yang lebih positif terhadap penanganan dismenorea.

Pengetahuan yang baik memungkinkan remaja memahami penyebab, gejala, dan pilihan penanganan dismenorea, sehingga mendorong terbentuknya sikap yang lebih rasional dan tepat. Temuan ini sejalan dengan teori perilaku kesehatan yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan faktor penting dalam pembentukan sikap.

KESIMPULAN

Sebagian besar siswi MA di Kabupaten Garut memiliki tingkat pengetahuan dan sikap penanganan *dismenorea* pada kategori cukup. Terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara tingkat pengetahuan *dismenorea* dengan sikap terhadap penanganannya ($p < 0,05$; $r = 0,329$), meskipun kekuatan hubungan tergolong lemah. Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan berpotensi membentuk sikap yang lebih tepat dalam penanganan *dismenorea*. Oleh karena itu, penguatan edukasi kesehatan reproduksi di lingkungan sekolah diperlukan sebagai upaya promotif untuk mendukung penanganan *dismenorea* yang rasional serta mengurangi

dampaknya terhadap aktivitas belajar remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, R., Sukmawati, U. S., & Katsirin, K. (2024). Analisis Data Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Pelita Nusantara*, 1(3), 430–448. <https://doi.org/10.59996/jurnalpelitanusantara.v1i3.350>
- Anggriani, A., Mulyani, Y., & Pratiwi, L. D. (2021). Pengaruh Terapi Farmakologi Dan Non-Farmakologi Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswi Fakultas Farmasi Universitas Bhakti Kencana Bandung. *Jurnal Riset Kefarmasian Indonesia*, 3(3), 174–188. <https://doi.org/10.33759/jrki.v3i3.156>
- Astuti, C. C. (2017). Analisis Korelasi untuk Mengetahui Keeratan Hubungan antara Keaktifan Mahasiswa dengan Hasil Belajar Akhir. *JICTE (Journal of Information and Computer Technology Education)*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.21070/jicte.v1i1.1185>
- Azwar, S. (2016). *Sikap manusia: Teori dan pengukurannya* (2nd ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bloom, B. S. (1956). *Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals*. New York: David McKay Company.
- Burnett, M., & Lemyre, M. (2017). Primary dysmenorrhea consensus guideline. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Canada*, 39(7), 585–595. <https://doi.org/10.1016/j.jogc.2016.12.023>
- Cahya Permata, B., Prapdhani, L., & Hajma, A. (2023). Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Remaja Putri Terhadap Swamedikasi Nyeri Haid (Dismenore) Di Sma Negeri 3 Kota Cilegon Provinsi Banten Knowledge, Attitudes and Behavior of Adolescent Women Towards Self-Medication of Menstrual Pain (Dysmenorrhore) in Sma Neg. *Usadha: Journal of Pharmacy*, 2(3), 291–315. <https://jsr.lib.ums.ac.id/index.php/ujp>
- Fitriani, S. (2011). *Promosi kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Dian, H., Rahmawati, D., & Martono, A. (2024). Gambaran Perilaku Swamedikasi Dismenorea Pada Siswi SMA Negeri Di Kecamatan Kota Mukomuko. *Bencoolen Journal of Pharmacy*, 4(1), 17–25. <https://doi.org/10.33369/bjp.v4i1.34258>
- Fadhli Rizal Makarim. (2021). Terapi Air Putih Hangat untuk Dismenorea. *Journal*

Article, 36.

- Fadzrin, R. N., Sukaesih, N. S., & Puspanditaning, A. (2023). Efektivitas Koyo Haid Terhadap Dismenore Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 4 Bandung. *Jurnal Ners*, 7(1), 367–371. <https://doi.org/10.31004/jn.v7i1.13399>
- Fahni, A. D. (2022). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Yang Mendapat Edukasi Maps for Education “Dysmenorrhea.” *Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*, 111–118.
- Fahmiah, N. A., Huzaimah, N., & Hannan, M. (2022). Dismenorea dan Dampaknya terhadap Aktivitas Sekolah pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 3(1), 81–87. <https://doi.org/10.36590/kepo.v3i1.307>
- H. Wada, F., Fionanda, E., Imbang Satriawan Hasiolan, M., Prima, A., Mortin Andas, A., & Puspitasari, I. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Sikap Penanganan Dismenore. *JINTAN: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 4(1), 160–169. <https://doi.org/10.51771/jintan.v4i1.817>
- Handayani, E. Y., Wulandari, S., Lestari, M., & Juita, I. (2022). Metode Kompres Hangat Dalam Mengurangi Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di SMAN I Tambusai. *SNPKM: Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 113–118. <http://journal.unilak.ac.id/index.php/SNPKM/article/view/11599>
- Hidayah, N., & Palila, S. (2018). Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu. *Psympathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 107–114. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2021>
- Hikma, Y. A., Yunus, M., & Hapsari, A. (2021). Hubungan Siklus Menstruasi, Kualitas Tidur, dan Status Gizi, Terhadap Dismenore Primer pada Remaja Putri. *Sport Science and Health*, 3(8), 630–641. <https://doi.org/10.17977/um062v3i82021p630-641>
- Indra Hizkia P, Lindawati F. Tampubolon, & Eva Lolyta Br. Hutahaeen. (2024). Relationship between Knowledge and Attitudes of Young Women in Dealing with Dysmenorrhea at SMA Negeri 12 Medan 2023. *Jurnal Midwifery*, 6(1), 12–28. <https://doi.org/10.24252/jmw.v6i1.45167>
- Indrawan, B., & Kaniawati Dewi, R. (2020).

- Pengaruh Net Interest Margin (NIM) Terhadap Return on Asset (ROA) Pada PT Bank Pembangunan Daerah Jawa Barat Dan Banten Tbk Periode 2013-2017. *Jurnal E-Bis (Ekonomi-Bisnis)*, 4(1), 78–87. <https://doi.org/10.37339/e-bis.v4i1.239>
- Jakariya, Y. (2015). *Mengelola Data Penelitian Kuantitatif dengan SPSS*. Alfabeta.
- Khuzaiyah. (2024). *Tinjauan Pustaka Menarche dan Pubertas Dini: Kajian Terbaru tentang Penyebab Pubertas Dini serta Dampaknya terhadap Kesehatan Perempuan*. 74(September). <https://doi.org/10.47830/jinma-vol.74.4-2024-1151>
- Kural, M., Noor, N., Pandit, D., Joshi, T., & Patil, A. (2015). Menstrual characteristics and prevalence of dysmenorrhea in college going girls. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 4(3), 426. <https://doi.org/10.4103/2249-4863.161345>
- Lisani, F., & Hudaya, I. (2021). LITERATUR REVIEW: PEMBERIAN MINUMAN KUNYIT ASAM (Curcuma domestica Val.-Tamarindus indica L.) SEBAGAI PENURUN TINGKAT NYERI MENSTRUASI (Dysmenorrhea). *Bhamada: Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)*, 12(2), 33–37. <https://doi.org/10.36308/jik.v12i2.336>
- Maulina, E. V., Ratnasari, D., & Yunitasari, N. (2023). Swamedikasi di Apotek MK: Studi Kepuasan Konsumen. *Jurnal Pharmascience*, 10(2), 223. <https://doi.org/10.20527/jps.v10i2.15107>
- Meylawati, L. E., & Anggraeni, F. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dalam Mengatasi Dismenorea Primer Pada Remaja. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 6(1), 33. <https://doi.org/10.52822/jwk.v6i1.171>
- Mislani, A., Mahdalena, M., & Firdaus, S. (2019). Gambaran Derajat Dismenore Dan Upaya Penanganan Dismenore Dengan Cara Farmakologi Dan Nonfarmakologi Pada Siswi Kelas X Di Man 2 Rantau. *Jurnal Citra Keperawatan*, 7(1), 23–32. <https://doi.org/10.31964/jck.v7i1.100>
- Nainar, A. al ashri, Amalia, N. D., & Komariyah, L. (2023). Hubungan antara Pengetahuan tentang Menstruasi dan Kesiapan Menghadapi menarche pada Siswi Sekolah Dasar di Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*

- Indonesia, 7(1), 64–77.
<https://jurnal.umt.ac.id/index.php/jik/index>
- Nasution, A. S., Jayanti, R., Munir, R., & Ariandini, S. (2022). Determinan Kejadian Dismenore pada Mahasiswi. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 7(2), 79. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.72218>
- Nisa, A. (2024). *Analisis Tingkat Pengetahuan dan Penggunaan Obat terhadap Swamedikasi Nyeri Menstruasi Primer pada Mahasiswi PGSD Universitas Peradaban Tahun 2023*. 4(1), 159–166.
- Nurmaliza, N., Yusmaharani, Y., & Ratih, R. H. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Remaja Putri Tentang Mengatasi Dismenorea. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 6(2), 95–104. <https://doi.org/10.36341/jomis.v6i2.2531>
- Ragita, S. P., & Fardana N., N. A. (2021). Pengaruh Keterlibatan Ayah Dalam Pengasuhan Terhadap Kematangan Emosi Pada Remaja. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 417–424. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.24951>
- Sari, H., & Hayati, E. (2020). Gambaran Tingkat Nyeri Dismenorea Pada Remaja Putri. *BEST Journal (Biology Education, Sains and Technology)*, 3(2), 226–230. <https://doi.org/10.30743/best.v3i2.3284>
- Shelly Sagita, Fika Minata, Rizki Amalia, & Sendy Pratiwi Rahmadhani. (2023). Hubungan Durasi Menstruasi, Aktifitas Fisik, Dan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Disminorhea Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 13(26), 148–157. <https://doi.org/10.52047/jkp.v13i26.226>
- Syam, W. D. P., Sri Wahyuni Gaytri, Muchsin, A. H., Bamahry, A., & Laddo, N. (2022). Hubungan Status Gizi terhadap Usia Menarche. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 2(9), 637–645. <https://doi.org/10.33096/fmj.v2i9.119>
- Wahyuni, W., & Zulfahmi, U. (2021). Prevalensi dan Gambaran Karakteristik Dismenorea pada Remaja. *Griya Widya: Journal of Sexual and Reproductive Health*, 1(1), 1–13. <https://doi.org/10.53088/griyawidya.v1i1.104>
- Widarti, S., Ariningtyas, N., & Zahra, M. N. (2024). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore Pada Siswi Kelas x Di Sekolah Di SMP Negeri 2 Sewon. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mulia*

Madani Yogyakarta, 5(2), 40–47

Zuraida; Keta Dania Pumi. (2020). Pengaruh
Kombinasi Yoga Dan Aroma Terapi
Lavender. *Maternal Child Health Care
Journal, 2(2)*