



PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG PENANGANAN NYERI HAID DENGAN KOMPRES AIR HANGAT

Nur Azisi¹, Elvi Suryani²

Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga¹
STIKes Darmais Padangsidimpuan¹, Dosen STIKes Darmais Padangsidimpuan²
¹nurazisi725@gmail.com, ²elvisuryani141@gmail.com

ABSTRACT

Adolescence is a stage between childhood and adulthood. In 2022 the World Health Organization (WHO) shows that there are 1,769,425 people (90%) experiencing menstrual pain, 10-15% of them experiencing severe menstrual pain. The purpose of this study was to find out the knowledge of young women about handling menstrual pain with warm water compresses at Darmais Vocational School, Padangsidimpuan City in 2023. The benefit of this research is that it can increase knowledge and experience as well as self-development and insight in applying research method knowledge. This research is descriptive by using the accidental sampling technique, namely the technique of determining samples based on environment, parental participation, sources of information, social culture, and economy. Based on the results of the study of 35 respondents, 4 people (11.42%) had good knowledge of the frequency distribution. the majority of respondents lacked the school environment as many as 35 respondents (71.43%), the majority of respondents lacked control, namely 14 people (40%), the majority of respondents lacked control, namely 14 people (40%), the majority of respondents had less knowledge, namely information sources through electronic media as many as 26 people (74.28%). Based on the results of the study, it can be concluded that the majority of young women's knowledge about treating menstrual pain with warm water compresses is still lacking, so it is expected that adolescents will increase their knowledge about managing menstrual pain with warm water compresses through health workers, electronic media, and print media.

Keywords: Knowledge, Young Women, Menstrual Pain, Warm Water Compresses.

ABSTRAK

Masa remaja merupakan suatu tahapan antara masa kanak – kanak dengan masa dewasa. Pada tahun 2022 *World Health Organization* (WHO) menunjukkan terdapat 1.769.425 jiwa (90%) mengalami nyeri haid, 10 – 15% diantaranya mengalami nyeri haid berat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengetahuan remaja putri tentang penanganan nyeri haid dengan kompres air hangat di SMK Darmais Kota Padangsidimpuan tahun 2023. Manfaat penelitian ini adalah dapat menambah pengetahuan dan pengalaman serta pengembangan diri dan wawasan dalam menerapkan ilmu metode penelitian. Penelitian ini bersifat deskriptif dengan menggunakan teknik *accidental sampling* yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan lingkungan, peran serta orang tua, sumber informasi, social budaya, ekonomi. Berdasarkan hasil penelitian dari 35 Responden. di peroleh distribusi frekuensi berpengetahuan baik sebanyak 4 orang (11,42%). mayoritas responden kurang dengan lingkungan sekolah sebanyak 35 responden (71,43%), mayoritas responden kurang dengan mengatur yaitu 14 orang (40%), mayoritas responden kurang dengan mengatur yaitu 14 orang (40%), mayoritas responden berpengetahuan kurang yaitu dengan sumber informasi melalui media elektronik yaitu sebanyak 26 orang (74,28%). Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan mayoritas pengetahuan remaja putri tentang penanganan nyeri haid dengan kompres air hangat masih kurang sehingga diharapkan kepada remaja untuk meningkatkan pengetahuan tentang penanganan nyeri haid dengan kompres air hangat melalui tenaga kesehatan, media elektronik, dan media cetak.

Kata Kunci: Pengetahuan, Remaja Putri, Nyeri Haid, Kompres Air Hangat.

PENDAHULUAN

Banyak remaja yang mengalami masalah menstruasi (Harahap & Harahap, 2022), diantaranya nyeri saat menstruasi yang dikenal dengan *disminore*. Rasa nyeri saat haid merupakan keluhan yang paling umum dan banyak di alami oleh wanita. Nyeri haid merupakan nyeri selama atau sesaat sebelum menstruasi. Banyak remaja putri mengalami nyeri haid pada tiga tahun pertama setelah *menarche*. Wanita dewasa muda usia 17 – 24 tahun adalah yang paling sering melaporkan menstruasi yang terasa nyeri. Nyeri haid terdiri dari gejala yang kompleks berupa kram yang menjalar ke punggung atau kaki dan biasanya disertai gejala *gastrointestinal* dan gejala *neurologis* seperti kelemahan umum. Berdasarkan jenisnya nyeri haid terdiri dari 2 jenis yaitu nyeri haid primer dan nyeri haid sekunder (Fitriana, 2019; Harahap & Fatimah, 2023).

Data dari *World Health Organization* (WHO) di dapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) mengalami nyeri haid, 10 – 15% diantaranya mengalami nyeri haid berat hal ini di dukung dengan penelitian yang telah di lakukan di berbagai Negara. Dimana angka kejadian nyeri haid primer di setiap Negara di laporkan lebih dari 50% (Zuraidah, dkk. 2022).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Delfina, dkk (2020) dengan judul pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan nyeri haid. Menemukan bahwa hasil responden menunjukkan ada penurunan rata – rata nyeri haid sesudah di bandingkan dengan sebelum di lakukan kompres hangat sebesar 2,533. dengan di jadikan sebagai alternatif untuk mengurangi nyeri pada saat haid sebagai salah satu metode nonfarmakologis dalam mengatasi rasa nyeri.

Berdasarkan hasil penelitian Rolita, dkk (2020), dengan judul “Pengaruh Kompres Air Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Haid” dapat diketahui bahwa pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan nyeri haid. Hasil penelitian di peroleh nilai $z = -4.801$ dengan $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ yang berarti signifikan yang melakukan kompres air hangat salah satu metode non farmakologis untuk mengurangi nyeri haid.

Sesuai survey awal yang di lakukan pada tanggal 13 Desember 2022 di SMK Darmas Kota Padangsidimpuan, peneliti menjumpai 10 orang remaja putri di antaranya 3 orang yang mengetahui penanganan nyeri haid dengan kompres air hangat, sedangkan 7 orang lainnya tidak mengetahui penanganan nyeri haid dengan kompres air hangat.

Sesuai dengan hal tersebut, peneliti tertarik mengambil judul “ Pengetahuan Remaja Putri Tentang Penanganan Nyeri Haid Dengan kompres Air Hangat Di SMK Darmas Kota Padangsidimpuan Tahun 2023”.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian yang di gunakan adalah kuantitatif, merupakan jenis penelitian yang menghasilkan temuan baru yang dapat di capai (diperoleh) dengan menggunakan prosedur-prsedur secara statistic atau cara lainnya dari suatu kuantifikasi (pengukuran). Penelitian dengan menggunakan pendekatan kuantitatif lebih memusatkan perhatian pada beberapa gejala yang mempunyai karakteristik tertentu di dalam kehidupan manusia, yaitu variabel. Dalam pendekatan kuantitatif, hakikat hubungan di antara variabel-variabel selanjutnya akan dianalisis dengan alat uji statistic serta menggunakan teori objektif. (syaputra, dkk, 2020).

Desain penelitian yang di guanakan adalah Deskriptif, penelitian Deskriptif didefinisikan suatu penelitian yang dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan satu fenomena yang terjadi dalam masyarakat (Notoadmojo, 2010). Yaitu suatu metode penelitian yang di lakukan dengan tujuan untuk mengetahui Pengetahuan Remaja putri Tentang Penanganan nyeri haid dengan Kompres Air hangat di SMK Darmas Kota Padang Sidimpuan tahun 2023.

Analisa data dilakukan secara *univariate* bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik dalam setiap variabel penelitian. Bentuk analisa data *univariate* tergantung dari jenis datanya.

HASIL PENELITIAN

Tabel 4.1
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Penanganan Nyeri Haid dengan Kompres Air Hangat

N	Pengetahuan	F	%
o			
1	Baik	4	11
2	Cukup	5	14
3	Kurang	26	74
Jumlah		35	100 %

Berdasarkan Tabel 4.1 diperoleh bahwa dari 35 responden, tentang penanganan nyeri haid dengan kompres air hangat mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 26 orang (74%), berpengetahuan cukup sebanyak 5 orang (14%), dan minoritas baik sebanyak 4 orang (11%).

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Penanganan Nyeri Haid dengan Kompres Air Hangat

No	Lingkungan	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang			
		F	%	F	%	F	%		
1	Keluarga	0	0	0	0	1	3	1	3
2	Masyarakat	0	0	0	0	0	0	0	0
3	Sekolah	4	11	5	14	25	71	34	97
Jumlah		4	11	5	14	26	74	35	100

Berdasarkan Tabel 4.2 diperoleh bahwa dari 35 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan lingkungan sekolah sebanyak 25 orang (71%), dan minoritas berpengetahuan kurang dengan lingkungan keluarga sebanyak 1 orang (3%).

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Penanganan Nyeri Haid dengan Kompres Air Hangat

No	Peran Serta Orangtua	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang			
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	Mengajar/ Mendidik	0	0	0	0	5	14	5	14
2	Memberikan Kasih Sayang	3	8	2	6	7	20	12	34
3	Mengatur	1	3	3	8	14	40	18	51
Jumlah		4	11	5	14	26	74	35	100

Berdasarkan Tabel 4.3 diperoleh bahwa dari 35 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan peran orang tua mengatur sebanyak 14 orang (40%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan peran orang tua mengatur sayang sebanyak 1 orang (3%).

Tabel 4.4
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Penanganan Nyeri Haid dengan Kompres Air Hangat

No	Sumber Informasi	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang			
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	Media Cetak	0	0	0	0	0	0	0	0
2	Media Elektronik	4	11	4	11	25	71	33	94
3	Tenaga Kesehatan	0	0	1	3	1	3	2	3
Jumlah		0	11	1	14	26	74	35	100

Berdasarkan Tabel 4.4 diperoleh bahwa dari 35 responden, mayoritas berpengetahuan kurang

dengan sumber informasi Media Elektronik yaitu sebanyak 25 orang (71%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan sumber informasi media elektronik sebanyak 4 orang (11%).

PEMBAHASAN

Pengetahuan (*Knowledge*) adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan sebagainya). Dengan sendirinya pada waktu penginderaan sehingga menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indra pendengaran (telinga), dan indera penglihatan (mata). Pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas atau tingkat yang berbeda-beda (Notoatmodjo, 2011).

Setiap manusia yang berakal sehat sudah pasti memiliki pengetahuan, baik berupa fakta, konsep, prinsip maupun prosedur tentang suatu objek. Pengetahuan dapat dimiliki berkat adanya pengalaman atau melalui interaksi antara manusia dan lingkungannya. Secara universal, terdapat tiga jenis pengetahuan yang selama ini mendasari kehidupan manusia yaitu: logika, etika dan estetika. Kepekaan indra yang dimiliki, merupakan modal dasar dalam memperoleh pengetahuan ini (Noor, 2011).

Menurut Suryana Pengetahuan merupakan sekumpulan pengetahuan yang disusun dengan sistematis serta runtut. Dapat juga didefinisikan sebagai model, teori, atau deskripsi yang disajikan dalam susunan bahasa yang sistematis terhadap fakta atau fenomena tentang suatu objek yang didapatkan dari hasil kegiatan penelitian (Sholihah, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Maidartati dkk yang berjudul “Efektivitas Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Disminore pada Remaja Tahun 2018”, pada penelitian ini terjadi peningkatan pengetahuan, yaitu 15 remaja (100%) memahami tentang nyeri haid. Setelah diberikan simulasi mengenai kompres air hangat saat haid didapatkan 13 remaja (88%) memahami penggunaan kompres air hangat dan 2 remaja (12%) cukup memahami Kompres air hangat untuk mengurangi nyeri haid. Remaja putri sudah mengetahui cara untuk mengatasi nyeri haid dengan terapi non farmakologi berupa kompres Air hangat.

Dari hasil penelitian yang diperoleh mengenai “Pengetahuan Remaja Putri Tentang Penanganan Nyeri Haid Dengan Kompres Air Hangat di SMK Darmas Kota Padangsidimpuan Tahun 2023”, mayoritas responden berpengetahuan kurang, hal ini disebabkan oleh faktor umur, pendidikan, pekerjaan, paritas dan sumber informasi. Sehingga perlu untuk ditingkatkan pengetahuannya dengan cara memberikan penyuluhan tentang Penanganan Nyeri Haid Dengan Kompres Air Hangat kepada responden agar wawasan responden semakin bertambah.

Lingkungan adalah seluruh kondisi yang ada di sekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku seseorang atau kelompok. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan di respon sebagai pengetahuan oleh setiap individu (Wawan, 2011).

Hal ini tidak sejalan dengan teori di karenakan responden memperoleh pengetahuan di lingkungan sekolah seharusnya lebih cepat dari lingkungan keluarga karena sebagian di lingkungan keluarga lebih merasakan tidak ingin mengetahui tentang masalah pribadi antara hal yang menyangkut pendidikan sex secara dini karena merasa hal tersebut tidak lumrah di lingkungan keluarga untuk di bahas.

Orang tua merupakan pendidik utama dan pertama bagi anak-anak nya, karena dari merekalah anak mula-mula menerima Pendidikan. dengan demikian bentuk pertama dari Pendidikan terhadap dalam keluarga. Pendidikan yang di dasarkan kasih sayang terhadap anak-anak, dan yang diterimanya dari kodrat. Orang tua adalah pendidik sejati, pendidik karena kodratnya. Oleh karena itu, kasih sayang orang tua terhadap anak-anak hendaklah kasih sayang yang sejati pula (Notoadmojo, 2016).

Menurut hasil yang telah dilakukan bahwa penelitian tidak sejalan dengan teori karena diperoleh bahwa responden yang mendapat didikan dari orang tua umumnya lebih baik pengetahuannya di bandingkan yang hanya mendapat kasih sayang saja. Dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti responden yang berpengetahuan baik dengan peran orang tua memberi kasih sayang, seharusnya yang mendapat didikan lebih baik pengetahuannya di bandingkan yang hanya memberi kasih sayang saja.

Hal ini disebabkan karena kurangnya rasa peduli responden dengan informasi-informasi kesehatan dan menganggap bahwa mengurangi Nyeri haid merupakan masalah yang sepele sehingga tidak perlu untuk di kurangi.

Sumber informasi yang diperoleh dari berbagai sumber akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Bila seseorang banyak memperoleh informasi maka ia cenderung mempunyai pengetahuan yang lebih luas (Notoatmodjo, 2010).

Media digunakan untuk melakukan kegiatan advokasi dengan menggunakan media massa. Melalui media cetak maupun elektronik permasalahan disajikan dalam bentuk artikel, diskusi, berita, dan sebagainya (Notoatmodjo, 2010).

Hal ini tidak sejalan dengan teori karena responden yang memperoleh sumber informasi dari tenaga Kesehatan seharusnya lebih baik di bandingkan dengan menerima sumber informasi dari media elektronik, dikarenakan media elektronik menggunakan bahasa yang sulit di pahami sehingga remaja kurang memahami informasi yang di terimanya. tenaga kesehatan akan berpengetahuan lebih baik karena informasi yang diperoleh dari tenaga kesehatan menggunakan bahasa yang langsung

dimengerti oleh responden, lebih akurat dan tepat sasaran. Hal ini di sebabkan kurangnya kesadaran responden tentang penting mengatasi nyeri haid dan menganggap nyeri saat haid bukan lah suatu masalah dan hal yang biasa di rasakan.

Disamping itu responden juga bisa langsung menanyakan hal-hal yang sulit dipahami kepada tenaga kesehatan terkait informasi tentang Penanganan Nyeri Haid dengan kompres air hangat. Bila dibandingkan dengan media massa atau elektronik yang sering menggunakan bahasa latin yang kurang dimengerti oleh responden dan informasi dari sekeluarga dengan sosial budaya yang terkadang tidak masuk akal. Hal ini disebabkan karena kurangnya kesadaran responden tidak mau melakukan apa yang telah diarahkan dari tenaga kesehatan pada saat menghadiri kegiatan penyuluhan.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian tentang Pengetahuan Remaja Putri Tentang Penanganan Nyeri Haid dengan Kompres Air Hangat di SMK Darmas Kota Padangsidempuan Tahun 2023.

1. Dari keseluruhan responden yang berjumlah 35 Nyeri Haid bahwa mayoritas responden berpengetahuan kurang 26 responden (74,29%), dan minoritas berpengetahuan baik sebanyak 4 responden (11,42%).
2. Pengetahuan responden tentang pengetahuan tentang penanganan nyeri haid dengan kompres air hangat adalah mayoritas responden kurang dengan lingkungan sekolah sebanyak 25 responden (71,43%), dan minoritas berpengetahuan baik di lingkungan keluarga sebanyak 1 responden (2,85%).
3. Berdasarkan peran serta orang tua dari 35 responden tentang penanganan nyeri haid dengan kompres air hangat mayoritas responden kurang dengan mengatur yaitu 14 orang (40%), dan minoritas baik sebanyak 1 orang (2,85%).
4. Berdasarkan sumber informasi diperoleh dari 35 responden penanganan nyeri haid dengan kompres air hangat bahwa mayoritas responden berpengetahuan kurang yaitu dengan sumber informasi melalui media elektronik yaitu sebanyak 26 orang (74,28%) .

DAFTAR PUSTAKA

- Harahap, M. L., & Fatimah. (2023). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Dengan Dismenorea Sekunder Di Kelurahan Napa Tahun 2022. *Jurnal Kebidanan Darmas (Jkd)*, 1(1), 4–7.
- Harahap, L. J., & Harahap, L. J. (2022). Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Seksual Remaja di SMA Negeri 8 Padangsidempuan. *Bioedunis Journal*, 1(2), 67–72.

- Noor, Juliansyah (2011), *Metodologi penelitian*. Jakarta: KENCANA.
- Notoadmojo, (2010). *Ilmu Prilaku kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta
- Notoadmojo, (2016). *Ilmu Prilaku Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta
- Notoatmodjo, (2011). *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pramadika Dwi Dhito dan Fitriana, 2019. *Panduan Penanganan Disminore*. Cv Budi Utama. Yogyakarta
- Sholihah, Qomariyatus (2020). *Pengantar metode penelitian*. Malang: UB Press. Syahputra,
- (2020). *Buku Ajar Metodologi Penelitian*: CV Feniks Muda Sejahtera.
- Wawan A, dkk, 2011. *Teori dan Pengukuran Sikap dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika.
- Zuraidah, dkk, 2022. *Penerapan Refleksi Pijat Kaki Terhadap penurunan Insentitas nyeri Disminore*, Lembaga Omega Medika . Kediri