

Promosi Kesehatan Melalui Media Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Premenstrual Syndrome (Pms) Dan Dismenorrhoe Pada Remaja Putri

Cherly Marlina¹, Sulastri², Budi Setyono³

^{1,2,3} Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Jurusan Promosi Kesehatan Bandung
cherlymarlina@yahoo.com

ABSTRAK

Gangguan haid merupakan gangguan kesehatan yang terjadi pada 30-50% remaja. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi khususnya menstruasi pada remaja putri berdampak pada kesiapan atau ketidaksiapan dalam menghadapi menarche yang dapat menimbulkan reaksi positif maupun negatif pada saat menstruasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas Media Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang PMS dan Dismenorrhoe Pada Remaja Putri SMP.

Desain yang digunakan adalah *Quasi Eksperimen. One Group Pretest Posttest Pretest*. Populasi, remaja putri SMPN I dan SMP Negeri IX. Sampel, *accidental sample* sebanyak 30 orang remaja putri.

Hasil penelitian uji statistik didapat nilai $p=0,012$ dimana nilai $p < 0,05$ sehingga ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan setelah diberikan intervensi. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, maka dapat disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan tentang dismenorrhoe dan pre menstrual syndrome yang signifikan baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol.

Kata kunci: Video, Remaja, PMS, Dismenorrhoe

ABSTRACT

Health Promotion Through Video Media On Knowledge Levels About Premenstrual Syndrome (PMS) And Dismenorrhoe In Adolescent Girls

Background: Menstrual disorders are health problems that occur in 30-50% of adolescents. Lack of knowledge about reproductive health, especially menstruation in adolescent girls has an impact on readiness or unpreparedness in the face of menarche which can cause positive or negative reactions during menstruation. The purpose of this study was to determine the effectiveness of Video Media Against the Level of Knowledge About STDs and Dismenorrhoe in Junior High School Girls. **Method:** The design used is *Quasi Experiment. One Group Pretest Posttest Pretest*. Population, girls of SMPN I and SMP Negeri IX. Samples, an accidental sample of 30 teenage girls.

Result: Statistical test results obtained p value = 0.012 where the value of $p < 0.05$ so there is a significant difference between knowledge before and after the intervention is given. **Conclusion:** Based on the results of research that has been done, it can be concluded that there is a significant increase in knowledge about dysmenorrhoea and premenstrual syndrome both in the intervention group and the control group.

Keywords: Video, Teenagers, PMS, Dismenorrhoe

PENDAHULUAN

Remaja merupakan generasi penerus bangsa yang menentukan keberhasilan bangsa ini di masa depan, namun demikian, secara alami dalam proses perkembangannya, remaja sering menghadapi banyak konflik dan masalah yang harus diselesaikan dengan baik (Masunah, 2011). Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak ke dewasa dimana terjadi banyak perubahan dari segi fisik, psikososial dan kematangan seksual yang akan berdampak pada kehidupan (Wong, 2009). Dismenorrhoe atau nyeri haid merupakan nyeri pada perut bagian bawah yang dialami wanita sebelum atau saat haid, dismenorrhoe juga kadang-kadang disertai dengan mual, sehingga dapat menyebabkan ketidaknyamanan dalam menjalani aktivitas fisik sehari-hari bahkan sampai tidak masuk sekolah atau izin bekerja karena nyeri yang hebat (Winkjosastro, 2009). Dismenore dialami oleh 30-50% wanita usia reproduksi di Amerika Serikat, 10-15% diantaranya terpaksa kehilangan kesempatan kerja, sekolah dan kehidupan keluarga. Dari Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2011 sebanyak 67% wanita mengalami gangguan menstruasi, dan 7% diantaranya di Kota Bandung. Hal ini menunjukkan bahwa gangguan haid menduduki peringkat tertinggi (73%) untuk kasus kesehatan reproduksi remaja (Masunah, 2011). Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi khususnya menstruasi pada remaja putri berdampak pada kesiapan atau ketidaksiapan dalam menghadapi menarche yang dapat menimbulkan reaksi positif maupun negatif pada saat menstruasi. Salah satu cara meningkatkan pengetahuan yaitu dengan diadakannya promosi kesehatan. Dalam penelitian Amelia Nurfalih (2014) yang menyebutkan ada peningkatan peningkatan pengetahuan anak-anak sebesar 5,3

setelah dilakukan promosi kesehatan melalui media video. Audiovisual memberikan kontribusi yang sangat besar dalam perubahan perilaku masyarakat, terutama dalam aspek informasi dan persuasi. Media audiovisual memiliki dua elemen yang masing-masing mempunyai kekuatan yang akan bersinergi menjadi kekuatan yang besar. Media ini memberikan stimulus pada pendengaran dan penglihatan, sehingga hasil yang diperoleh lebih maksimal (Yuliastari, 2014).

Melihat fenomena diatas maka tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektifitas Media Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang PMS dan Dismenorrhoe Pada Remaja Putri SMP Negeri I dan SMP Negeri IX.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *Quasi Eksperimen*. Dengan rancangan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *One Group Pretest Posttest Pretest*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri SMP N I dan SMP Negeri IX. Dan besar sampel sebanyak 30 orang remaja putri, dilakukan dengan teknik *accidental*

Data yang terkumpul kemudian dilakukan uji analisis dengan menggunakan uji *paired sample t-test*, dengan tarap signifikansi 5%.

HASIL

Berdasarkan analisis data maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi berdasarkan karakteristik

Variabel	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	F	%	F	%
Usia				
12 tahun	22	57.9	8	21
13 tahun	16	42.1	26	68.4
14 tahun	0	0.0	4	10.5
Riwayat Dismenore				
Ya	26	68.4	21	55.2
Tidak	12	31.6	17	44.7

Riwayat PMS				
Ya	38	100	38	100
Tidak	0	0.0	0	0.0
Total	30	100	38	100

Tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar kelompok intervensi berumur 12 tahun (57,9%), untuk kelompok kontrol sebagian besar berusia 68,4%. Hampir 70% memiliki riwayat dismenorhoe, sedangkan pada kelompok kontrol yang memiliki riwayat dismenorhoe 55%.

Sementara untuk riwayat mengalami PMS (Pre Menstrual Syndrom) baik pada kelompok kontrol maupun kelompok intervensi semua pernah mengalami. PMS).

Tabel 2 Hasil Uji analisis rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi

Variabel	Kelompok Intervensi			Kelompok Kontrol			pValue
	Mean	SD	SE	Mean	SD	SE	
Sebelum	17.8	2.322	0.367	18	4.069	0.643	0.005
Pengetahuan							
Setelah	19.92	2.346	0.371	21	2.157	0.341	

Berdasarkan hasil uji analisis didapatkan pValue 0.005 (Tabel 2). Terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan sebelum intervensi

dan setelah intervensi baik pada kelompok intervensi maupun kontrol.

Tabel 3 Hasil Uji analisis rata-rata pengetahuan berdasarkan Metode Intervensi

Metode intervensi	Mean	SD	95% Confidence Interval of the difference Mean		pValue
			Lower	Upper	
Video	2.125	2.811	3.149	0.400	0.012
Non Video	3.900	3.342	3.150	0.399	

Hasil penelitian didapat hasil uji statistik didapat nilai 0,012 maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan setelah diberikan informasi PMS dan dismenorhoe dengan menggunakan video.

PEMBAHASAN

Sesuai dengan hasil penelitian bahwa ada pengaruh media video pendidikan terhadap hasil belajar siswa kelas 7 SMP Negeri 2 Gondangrejo pada tahun ajaran 2015/2016 (Turyati dkk). Sesuai teori bahwa video merupakan salah satu media elektronik pada prosesnya melibatkan semua panca indera, mudah dipahami, lebih

menarik karena ada suara dan gambar bergerak sehingga tingkat pemahaman dapat dipahami sekitar 50%. (Depkes, 2006).

Seperti diuraikan dalam Notoatmodjo (2007), berdasarkan penelitian ahli, indra yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata. Kurang lebih 75% sampai 87% dari pengetahuan disalurkan melalui mata. Sedangkan 13% sampai 25% lainnya tersalur melalui indra yang lain. Hal ini selaras dengan hasil penelitian Santi SM (2014) bahwa pendidikan kesehatan menggunakan audio visual efektif terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan masyarakat di kelurahan Sungai Apit Desa

Mengkapan, Desa Teluk Batil dan Desa Harapan mengenai perilaku pencegahan filariasis.

KESIMPULAN

Terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol. Dan media audio visual dalam penelitian ini penggunaan video dalam pendidikan kesehatan tentang dismenorhoe dan pre menstrual syndrome dengan hasil uji statistik didapat nilai $p = 0,012$ dimana nilai $p < 0,05$ sehingga ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan setelah diberikan intervensi.

SARAN

Penelitian ini diharapkan media video dan menjadi salah satu media yang digunakan untuk melakukan edukasi maupun pemberian informasi yang berkaitan dengan kesehatan remaja. Dengan media video remaja lebih merasa tertarik akan informasi yang disampaikan dan rasa ingin tahu yang tinggi sehingga harapannya dengan demikian dapat merubah perilaku hidup sehat dalam mengatasi gejala premenstrual syndrome dan dismenorhoe.

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek*, edisi ---. Jakarta: Rineka Cipta.

Amelia Nurfalih, Emma Yuniar rahmah, Didit Aspriyanto. (2014). Efektivitas Metode Peragaan Dan Metode Video Terhadap Pengetahuan Penyikatan Gigi Pada Anak Usia 9-12 Tahun di SDN Keraton 7 Martapura, Dentino (Jur. Ked. Gigi), Vol II. No 2. September 2014 : 110 - 114

Behrman R E dan Kliegman R M. 2010. Ilmu Kedokteran Remaja Edisi 4. Jakarta: EGC.

Budiman, A.R. 2013. Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika.

Bobak, Lowdermilk. 2005. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Edisi 4. Jakarta: EGC.

Chourmain, Imam. 2008. *Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Direktorat Pembinaan Penelitian dan Pengabdian Masyarakat.

Kustandi, C, Sujipto, B. 2011. *Media Pembelajaran Manual dan Digital*. Bogor: Penerbit Ghalia Indonesia.

Liana, Lisa. (2015). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Audio Visual Tentang HIV/AIDS Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pemaja Kelas X SMK N 1 Bantul

Manuaba, Chandranita. dkk. 2008. *Gawat-Darurat Obstetri-Ginekologi & Obstetri-Ginekologi Sosial untuk Profesi Bidan*. Jakarta : ECG

Masunah, Juju. 2011. "Profil Pendidikan, Kesehatan, Dan Sosial Remaja Kota Bandung: Masalah Dan Alternatif Solusinya" dalam *Jurnal Policy Brief Pusat Penelitian dan Pengembangan Kependudukan*. No 1 2011.

Maulana, Mirza. 2009. *Seluk Beluk Reproduksi dan Kehamilan*. Yogyakarta : Garailmu

Mitayani. 2011. *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Jakarta: Salemba Medika.

Mubarak, Wahit. 2012. *Promosi Kesehatan Untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.

Notoatmodjo, Soekidjo. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

_____ (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Nursalam, 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu*

- Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Priyatno, Duwi. 2010. *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian dengan SPSS dan Tanya Jawab Ujian Pedadaran*. Yogyakarta: Gava Media.
- Puji, Istiqomah. 2009. *Efektivitas Senam Dismenore dalam Mengurangi Dismenore pada Remaja Putri di SMU N 5 Semarang*. Skripsi. Semarang: Universitas ..
- Saryono & Sejati Waluyo. 2009. *Sindrom Premenstruasi*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Sastroasmoro, Sudigdo. (2011). *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: Sagung Seto.
- Setiawati S, dkk. 2008. *Proses Pembelajaran dalam Pendidikan Kesehatan*. Jakarta Timur : Trans Info Media.
- Sugiyono. 2011. *Statiska Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sulastri, Ridwan M, Syamsar. 2012. *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Menggunakan Video dalam Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri di SMAN 9 Balikpapan Tahun 2012*. Skripsi. Balikpapan: Fakultas Kesehatan Masyarakat.
- Wiknjosastro, Hanifa. 2008. *Ilmu Kandungan*. Edisi 2. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Wong et al. 2009. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik*. Volume 1. Jakarta: EGC.
- Yuliasastari, Yessy. *Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Audiovisual Terhadap Perilaku Personal Hygiene (Genitalia) Remaja Putri Dalam Mencegah Keputihan dalam* [Http://Download.Portalgaruda.Org](http://Download.Portalgaruda.Org) diakses pada 18 Agustus 2016