

PENGARUH PROMOSI KESEHATAN AUDIOVISUAL TERHADAP PENGETAHUAN DISMENORE REMAJA PUTRI

Aurel Dias Natalia¹, Seal Viana Mayada Putri², Astrid Puti Arum³, Divo Pratama Putra⁴, Sandra Ananda⁵, Ashiva Alfauziah⁶, Ananda Putri Khatami⁷, Yocki Yuanti⁸, Aan Hermawan⁹

^{1,2,3,4,5,6,7,9} Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, STIKes Mitra RIA Husada, Jakarta

⁸ Program Studi Sarjana Kebidanan, STIKes Mitra RIA Husada, Jakarta

email: aureldias44@gmail.com

ABSTRAK

Ketidaknyamanan yang terkait dengan menstruasi disebut dismenoreia. Nyeri ini melibatkan gejala kompleks, termasuk nyeri atau kram dibagian bawah perut yang dapat menjalar ke punggung atau kaki, serta sering disertai gejala gastrointestinal dan neurologis seperti kelelahan umum. Menurut WHO jumlah perempuan yang mengalami dismenoreia pada tahun 2020 sebanyak 1.769.425 (90%) wanita, dan sekitar 64,25% penduduk Indonesia menderita dismenoreia. Tingginya perempuan yang mengalami dismenoreia ini menunjukkan bahwa pengetahuan tentang dismenoreia masih rendah, sehingga hal yang bisa dilakukan untuk menanganinya yaitu dengan memberikan edukasi promosi kesehatan menggunakan media audiovisual. Hipotesis penelitian ini adalah ada pengaruh promosi kesehatan audiovisual terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenoreia di SMP Avicenna Cileungsi. Studi ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh promosi kesehatan audiovisual terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenoreia di SMP Avicenna Cileungsi. Penelitian kuantitatif dirancang menggunakan rancangan penelitian quasi eksperimen dengan desain satu kelompok sebelum tes dan setelah tes pada 22 Januari 2024. Metode quota sampling digunakan untuk mengumpulkan sampel, dan rumus uji Wilcoxon digunakan untuk menganalisisnya. Hasil penelitian dikumpulkan dari 40 orang yang menjawab. Pengetahuan tentang dismenoreia sebelum promosi Kesehatan.

Kata kunci: *Dismenore, Nyeri Haid, Audiovisual, Remaja Putri*

THE EFFECT OF AUDIOVISUAL HEALTH PROMOTION ON ADOLESCENT WOMEN'S DYSMENORRHOEA KNOWLEDGE

ABSTRACT

The discomfort associated with menstruation is called dysmenorrhea. This pain involves complex symptoms, including lower abdominal pain or cramps that can radiate to the back or legs, as well as often accompanied by gastrointestinal and neurological symptoms such as general fatigue. According to the WHO, the number of women experiencing dysmenorrhea in 2020 was 1,769,425 (90%), and approximately 64.25% of the Indonesian population suffers from dysmenorrhea. The high prevalence of women experiencing dysmenorrhea indicates that knowledge about dysmenorrhea is still low, so one thing that can be done to address it is by providing health promotion education using audiovisual media. The hypothesis of this study is that there is an effect of audiovisual health promotion on the knowledge of adolescent girls about dysmenorrhea at Avicenna Cileungsi Junior High School. This study at Avicenna Cileungsi Junior High School sought to ascertain the impact of audiovisual health promotion on the awareness of teenage females on dysmenorrhea. One group pre and post test study using a quantitative, quasi-experimental research design was carried out on January 22, 2024. The Wilcoxon Test formula was used for analysis after samples were collected using the quota sampling technique. The outcomes of the data for the study came from 40 participants. Prior to the implementation of health promotion about dysmenorrhea, 16 individuals (40%) lacked knowledge, while 24 individuals (60%) had adequate understanding. Following health education for dysmenorrhea, 37 individuals (92.5%) had excellent knowledge and 3 individuals (7.5%) had insufficient understanding. The hypothesis is accepted since the Wilcoxon test results indicated p -value = 0.000 (p value < 0.05). Based on this study, it can be said that Avicenna Cileungsi Junior High School's health promotion program, which uses audiovisuals to educate teenage girls about dysmenorrhea, works to raise their awareness of the condition.

Keywords: *Dysmenorrhea, Menstrual Pain, Audiovisual, Young Girls*

PENDAHULUAN

Periode remaja, yang umumnya dimulai secara alami pada usia 18 hingga 19 tahun, merupakan tahap transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang dicirikan oleh perubahan fisik dan mental. Remaja perempuan yang mencapai pubertas akan mengalami siklus menstruasi setiap bulan, dengan beberapa wanita mengalami masalah menstruasi ringan, sedang, atau berat. Menstruasi adalah proses keluarnya darah dari rahim akibat runtuhnya lapisan dalam rahim, yang mengandung banyak pembuluh darah dan telur yang tidak dibuahi.(1)

Salah satu masalah ginekologi yang terutama dialami oleh wanita adalah dismenore, yang juga dikenal sebagai nyeri haid. Ini adalah hasil dari ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah. Wanita dengan dismenore menghasilkan sepuluh kali lebih banyak prostaglandin daripada wanita tanpa dismenore. Prostaglandin, yang juga dapat mengaktifkan usus besar secara berlebihan, menyebabkan kontraksi uterus menjadi lebih kuat.

Dismenore adalah nyeri saat menstruasi. Dismenore disebabkan oleh ketidakseimbangan hormon progesteron, prostaglandin, dan stres/faktor psikologis dalam darah sehingga menyebabkan dismenore pada beberapa wanita. Kebanyakan wanita sering menderita nyeri haid. Dismenore merupakan nyeri yang muncul saat terjadinya menstruasi pada perempuan. Dismenorhea dapat dipengaruhi dengan adanya aktivitas fisik, kondisi psikologis yang tidak adekuat serta beberapa kondisi lain seperti karakteristik seseorang yang sedang mengalami menstruasi.(2)

Menurut World Health Organization (WHO) jumlah perempuan yang mengalami dismenore pada tahun 2020 sebanyak 1.769.425 (90%) wanita, dengan 10-16% diantaranya menderita kondisi berat. Tingkat kejadian kondisi ini lebih dari 50% pada wanita. Sekitar 64,25% penduduk Indonesia menderita dismenore, dengan rincian 54,89% merupakan penyakit primer dan 9,36% merupakan penyakit sekunder. Selama 50 tahun terakhir, 75% wanita mengalami masalah menstruasi.

Jumlah kasus dismenore sesuai dengan angka yang terjadi di Indonesia pada tahun 2018 DKI Jakarta memiliki 87,5% kasus dismenore primer. Menurut data RISKESDAS, Siklus menstruasi orang Indonesia rata-rata terjadi pada usia 13 tahun. Menarche biasanya terjadi sebelum usia 9 tahun, diikuti dengan menarch terakhir pada usia 20 tahun. Angka kejadian dismenore di Bogor sangat tinggi, sekitar 88,4 persen.

Dismenore pada remaja dapat berdampak pada aktivitas sehari-hari. Pada saat mengalami dismenore mereka akan kehilangan konsentrasi dalam proses belajar dikelas dan meminta izin untuk pulang lebih awal karna rasa nyeri yang mengganggu. Terdapat dua jenis penanganan dismenore yang bisa dilakukan, yaitu terapi farmakologi yang menggunakan obat-obatan seperti aspirin, paracetamol, ibu profen, feminax dan asam mefenamat untuk mengurangi nyeri perut dan punggung belakang. Selain itu bisa juga dengan terapi non-farmakologi dengan menggunakan kompres hangat, senam dismenore, relaksasi, akupressur pemberian aromaterapi, dan obat tradisional.

Pengetahuan yang rendah tentang dismenore pada remaja bisa disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kurangnya informasi yang tersedia, kurangnya pendidikan kesehatan seksual yang menyeluruh, stigma terkait menstruasi, atau bahkan kesulitan untuk mengakses sumber informasi yang tepat. Dengan demikian, pendekatan edukasi promosi kesehatan dengan menggunakan media audiovisual bisa menjadi strategi yang efektif karena media ini memiliki jangkauan yang luas, daya tarik visual, serta dapat direkam dan disimpan untuk diakses kembali. Sehingga dengan memanfaatkan pendekatan ini, remaja putri diharapkan dapat memperkuat pemahaman mereka tentang dismenore

Promosi kesehatan adalah aktivitas di mana orang menyampaikan pesan tentang kesehatan dengan tujuan untuk membuat orang lebih tahu tentang kesehatan mereka dan akhirnya berpengaruh pada bagaimana mereka berperilaku. Oleh karena itu, berbagai elemen harus terlibat sebagai masukan (input) dalam kegiatan ini, dan media yang digunakan untuk menyampaikan pesan adalah salah satunya (Ana Samiatul Milah, 2022). Media ini mempunyai kemampuan menyampaikan pesan dan dapat memperlancar proses belajar seseorang, namun juga merangsang pikiran, perasaan, dan keinginan seseorang.

Audiovisual adalah media yang digunakan untuk mempromosikan kesehatan. Media yang menyajikan informasi atau pesan dalam bentuk audio dan video dikenal sebagai media audiovisual. Menurut Maulana (2009), media audiovisual terdiri dari dua komponen yang masing-masing memiliki keunggulan tersendiri. Kombinasi kedua komponen ini dapat berkembang menjadi kekuatan yang signifikan, terutama dalam memengaruhi perilaku masyarakat melalui informasi dan persuasi. Media audiovisual dapat meningkatkan penglihatan dan pendengaran, mengoptimalkan hasil belajar. Hal ini dikarenakan mata merupakan indra yang paling efektif dalam mentransmisikan ilmu pengetahuan ke otak, berjumlah sekitar 75-87%, dan sisanya sekitar 13-25% diperoleh atau

disalurkan melalui indera lainnya. Menurut Bandura (1968), perolehan pengetahuan atau pola perilaku dari media audiovisual mendorong orang untuk meniru.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Paramitha et al. (2023), pengetahuan tentang dismenorea memiliki signifikansi penting dalam memberikan pemahaman kepada remaja putri. Hal ini memungkinkan mereka untuk mengetahui dan mengatasi kondisi dismenorea dengan lebih baik. Hasil penelitian mereka juga menunjukkan bahwa remaja putri dengan pengetahuan tentang dismenorea pada umumnya menunjukkan perilaku penanganan yang positif terhadap dismenorea.(3)

Sama seperti penelitian oleh Nurmaliza et al. (2022), Berdasarkan penelitian, pengobatan untuk dismenore menghasilkan anak perempuan yang berpengetahuan luas memiliki perilaku delapan kali lebih baik. Hasil tersebut menunjukkan adanya korelasi yang kuat antara tingkat pengetahuan remaja putri dengan perilakunya dalam menghadapi dismenore.(4)

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Manafe et al. (2021), factor yang memberikan dampak kepada tingkat pengetahuan remaja putri tentang dismenore, salah satunya adalah pendidikan kesehatan. Pengetahuan yang baik tentang masalah ini akan memengaruhi sikap mereka dan juga bagaimana mereka mengambil tindakan yang tepat untuk menangani kasus dismenore.(5)

Lebih lanjut, Sinaga dkk. (2023) mengemukakan bahwa media audiovisual dianggap sebagai salah satu alternatif yang efektif untuk menarik perhatian remaja. Penggunaan video dalam penyampaiannya membuat informasi lebih menarik dan tidak membosankan. Selain itu, media audiovisual memiliki potensi untuk memberikan hasil yang baik setelah diberikan promosi kesehatan, karena kemampuannya dalam menyajikan informasi secara visual dan audio dapat memengaruhi pemahaman dan perhatian remaja terhadap promosi kesehatan.(6)

Selanjutnya, Agustini dkk. (2016) menemukan Penelitian lainnya melibatkan seluruh organ indera dengan media audiovisual. Jika banyak organ indera yang terlibat dalam penerimaan dan pengolahan informasi, besar kemungkinan informasi yang disampaikan akan dipahami dan disimpan dalam pikiran seseorang. Keterlibatan berbagai panca indera, seperti penglihatan dan pendengaran, dalam media audiovisual dapat meningkatkan kedalaman pemahaman dan retensi informasi, memungkinkan audiens untuk lebih baik memproses dan menyimpan pesan yang disampaikan.(7)

Studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Avicenna Cileungsi pada tanggal 22 Januari 2024 menunjukkan bahwa banyak siswa masih tidak tahu banyak tentang dismenore. Oleh karena itu, untuk

meningkatkan pengetahuan remaja tentang dismenore, peneliti akan memberikan promosi kesehatan melalui media audiovisual. Peneliti juga akan menyelidiki pengaruh promosi kesehatan melalui media audiovisual terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang dismenore.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dan menggunakan rancangan pre -eksperimen. Desain penelitian menggunakan satu kelompok pretest-posttest. Dalam penelitian ini, pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling dengan populasi sebanyak 40 siswi dan seluruhnya menjadi sampel dalam penelitian ini. Pretest diberikan sebelum dilakukan promosi kesehatan melalui media audiovisual tentang dismenore untuk mengetahui pengetahuan dasar remaja tentang dismenorea dan penanganannya, dan setelahnya dilanjutkan dengan posttest untuk mengetahui adanya peningkatan pengetahuan remaja tentang dismenorea dan penanganannya. Instrumen yang dipakai adalah kuesioner untuk menilai pengetahuan responden mengenai dismenore dan penanganannya yang sebelumnya sudah dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas. Analisis data dilakukan dengan memakai uji Wilcoxon dikarenakan data berdistribusi tidak normal.

HASIL PENELITIAN

Analisa univariat

Tabel 1. Distribusi frekuensi pengetahuan tentang dismenore kepada remaja perempuan sebelum promosi kesehatan audiovisual

Pengetahuan saat Pretest	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	22	55
Tinggi	18	45
Total	40	100

Tabel 1 Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan promosi kesehatan, mayoritas remaja putri memiliki pengetahuan tentang dismenore dalam kategori rendah, yaitu sebanyak 22 orang (55%), sedangkan yang berkategori tinggi sebanyak 18 orang (45%).

Tabel 2. distribusi pengetahuan tentang dismenore kepada remaja perempuan setelah promosi kesehatan audiovisual. (n=40)

Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
Rendah	6	7,5%
Tinggi	34	92,5%
Total	40	100%

Tabel 2 menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri tentang dismenore setelah dilakukan promosi Kesehatan mayoritas dalam kategori tinggi sebanyak 34 orang (92,5%) dan yang berkategori rendah sebanyak 6 orang (7,5%).

Descriptive statistic

	N	Mean	Std. Deviation	Min	Max
Pre test	40	68.75	12.442	35	90
Post test	40	81.50	9.419	65	100

Analisa Bivariat

Uji Normalitas Data

Tabel 3. Hasil uji normalitas tingkat pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan promosi kesehatan dismenore

Variable	Statistic	Df	Sig.
Tingkat pengetahuan tentang dismenore sebelum promosi kesehatan	.142	40	0.40
Tingkat pengetahuan tentang dismenore setelah promosi kesehatan	.188	40	0.001

Berdasarkan Tabel 3. Hasil uji normalitas memperlihatkan bahwa nilai kognitif remaja putri mengenai dismenore sebelum dan sesudah intervensi memiliki distribusi yang tidak normal, dengan nilai $p < 0,05$ sehingga uji statistik yang digunakan adalah uji Wilcoxon.

Uji wilcoxon

Tabel 4. hasil uji wilcoxon variabel tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan promosi kesehatan tentang dismenore

Test statistic	
	Post test- pre test
Z	-3.710
Asymp Sig. (2- tailed)	.001

Berdasarkan Tabel 4, hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa nilai Z hitung sebesar -3.710 dengan signifikansi (sig) sebesar 0.001. Hal ini mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan antara hasil pengetahuan sebelum dan setelah diberikan promosi kesehatan tentang dismenore. Untuk mengetahui mana yang lebih baik dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

PEMBAHASAN

1. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang dismenore sebelum diberikan promosi kesehatan audiovisual

Dismenore, atau nyeri haid, adalah kondisi yang sering dialami oleh remaja putri selama menstruasi. Meskipun gejalanya biasanya dianggap sebagai bagian alami dari siklus menstruasi, dismenore dapat menjadi pengalaman yang sangat mengganggu bagi beberapa remaja dan memengaruhi kualitas hidup sehari-hari mereka. Pertama-tama, harus diketahui bahwa dismenore terbagi menjadi dua kategori: dismenore primer dan sekunder. Yang pertama adalah yang paling umum dan tidak disebabkan oleh masalah medis lainnya. Yang kedua adalah infeksi panggul atau endometriosis.

Salah satu gejala utama dismenore adalah nyeri atau kram pada perut bagian bawah atau punggung bawah yang terjadi sebelum atau saat menstruasi. Rasa sakit ini bisa berkisar dari sangat ringan hingga sangat parah dan sering kali disertai gejala lain seperti mual, muntah, diare, dan sakit kepala. Remaja putri dengan dismenore mungkin mengalami perasaan lemah atau tidak nyaman selama

menstruasi, yang dapat mengganggu kemampuan mereka untuk berpartisipasi dalam aktivitas sehari-hari, seperti sekolah atau kegiatan social.

Salah satu faktor yang dapat memengaruhi intensitas dan frekuensi dismenore pada remaja putri adalah perubahan hormon dalam tubuh, terutama peningkatan prostaglandin, yang dapat menyebabkan kontraksi otot rahim yang lebih kuat. Variabel genetik, gaya hidup, dan pola makan juga dapat memengaruhi apakah gejala dismenore diatasi atau ditingkatkan.

Tabel 1 menunjukkan bahwa remaja putri masih kurang memahami dismenore (55 %). Para remaja putri tidak tahu apa yang dimaksud dengan dismenore, apa saja jenisnya, apa yang mempengaruhi seberapa parah sakitnya, dan cara yang baik untuk menanganinya. Oleh karena itu, dibuatlah promosi kesehatan audiovisual untuk mengajarkan remaja putri bagaimana mengetahui dan menangani dismenore.

2. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang dismenore setelah dipromosikan kesehatan audiovisual

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar 34 (92,5%) remaja putri memperoleh pengetahuan yang lebih baik tentang masalah tersebut. Ini menunjukkan bahwa promosi kesehatan audiovisual memiliki efek positif terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang dismenore. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa setelah memberikan promosi kesehatan tentang dismenore, responden lebih sadar dan lebih mengerti. Di SMP Avicenna Cileungsi, media audiovisual digunakan untuk mempromosikan kesehatan dismenore karena dinilai efektif dalam mempengaruhi perilaku remaja karena mengandung gambar, suara, dan tulisan.

3. Pengaruh promosi kesehatan audiovisual tentang dismenore terhadap tingkat pengetahuan remaja putri

Hasil penelitian uji Wilcoxon menunjukkan nilai p-value = 0,001 yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pemberian promosi kesehatan audiovisual dengan peningkatan pengetahuan tentang dismenore pada remaja putri. Sama dengan penelitian Manafe et al. (2021), penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang dismenore dan pengobatan non farmakologi, p-value = 0,001 atau kurang dari 0,053. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Sinaga dkk. Pendidikan kesehatan ditemukan memilikidampak yang lebih besar terhadap pemahaman dismenore pada remaja putri.

Seperti yang telah disebutkan di atas, peneliti menemukan bahwa sebagian besar responden di SMK Avicenna Cileungsi memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang dismenore setelah diberikan promosi kesehatan melalui media audiovisual. Ini disebabkan oleh fakta bahwa materi yang disampaikan cenderung singkat, padat, dan mudah dipahami sehingga responden tidak bosan mendengarkannya. Oleh karena itu, ada hubungan antara promosi kesehatan dengan audiovisual dan peningkatan pengetahuan remaja putri tentang dismenore. Oleh karena itu, disarankan secara kuat untuk melaksanakan promosi kesehatan menggunakan media audiovisual ini melalui pendekatan sekolah dan posyandu remaja. Hal ini bertujuan agar setiap remaja putri dapat memahami dengan baik mengenai dismenore.

KESIMPULAN

1. Tingkat pengetahuan pada remaja putri SMP Avicenna Cileungsi tentang dismenore sebelum dilakukan promosi kesehatan melalui media audiovisual pada kategori pengetahuan rendah 22 orang (55%).
2. Tingkat pengetahuan pada remaja putri di SMP Avicenna Cileungsi tentang dismenore setelah dilakukan promosi kesehatan dengan media audiovisual pada kategori pengetahuan tinggi 34 orang (92,5%).
3. Pada SMP Avicenna Cileungsi, penggunaan media audio visual untuk promosi kesehatan berdampak pada peningkatan pengetahuan remaja putri tentang dismenore

DAFTAR PUSTAKA

1. Gultom RU, Manik RM, Sitepu AB, Tinggi S, Kesehatan I, Elisabeth S, et al. Adolescents' Knowledge Level Of Personal Hygiene When Menstrual At Private Junior High School, Jalan Mangaan I No. 60 Mabar. Vol. 7, Journal of Healthcare Technology and Medicine. 2021.
2. Tinggi Ilmu Kesehatan Prima Indonesia Jalan Raya Babelan S, -Bekasi B. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Perilaku Penanganan Dismenore Umi Salamah.
3. Paramitha YS, Hidayat F. Pengaruh pengetahuan tentang dismenorea terhadap penanganannya pada mahasiswi kedokteran Universitas Tarumanagara. Tarumanagara Medical Journal. 2023;5(1):197–203.

4. Nurmaliza N, Yusmahanani Y, Ratih RH. Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Remaja Putri Tentang Mengatasi Dismenorea. JOMIS (Journal of Midwifery Science). 2022;6(2):95–104.
5. Noverianti G, Carolin BT, Dinengsih S. Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore. Jurnal Ilmiah Kesehatan. 2022 Mar 30;14(1):39–48.
6. Sinaga ER, Heni Hirawati Pranoto. Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Dismenore Pada Siswi Smp Islam Sudirman Banyubiru. Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health). 2023;14(2):45–52.
7. Yuniza. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Penanganan Dismenorea Di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 2 Palembang. Masker Medika. 2016;4:359–70.