



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 6 Tahun 2023 Page 6712-6716

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Knowledge Boosting Dismenore Sekunder Pada Gen Z

Nyna Puspita Ningrum^{1✉}, Solichatin²

Fakultas Sains Dan Kesehatan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

Email: nyna@unipasby.ac.id^{1✉}

Abstrak

Penelitian knowledge boosting dismenore sekunder pada gen Z adalah untuk mengetahui sejauh mana wanita pada rentang usia reproduksi aktif memahami dismenore sekunder sebagai tanda dan gejala resiko penyakit reproduksi wanita termasuk resiko infertilitas (sulit hamil). Dismenore sekunder merupakan nyeri yang muncul karena adanya kelainan pada organ reproduksi wanita, namun seringkali tidak disadari. Telah banyak penelitian yang membahas tentang dismenore primer namun masih kurang pada dismenore sekunder. Studi pendahuluan pada wanita usia 23-27 tahun (Gen Z) dengan cara mengisi google form seputar dismenore sekunder dan gejalanya, dari 30 responden wanita hanya 8 responden yang memahami tentang dismenore sekunder, sehingga dapat disimpulkan bahwa pada responden gen Z belum memahami tentang dismenore sekunder dan resiko gangguan kesehatan reproduksi yang akan terjadi. Dari sinilah dipandang sangat perlu adanya peningkatan edukasi tentang dismenore sekunder pada gen Z dalam upaya promotif dan preventif kesehatan reproduksi di kalangan mereka. Penelitian menggunakan pra-eksperimental design dengan rancangan one group pretest posttest design. Sampel dengan kriteria inklusi yaitu wanita usia 23-26 tahun, mengalami dismenore saat menstruasi, bersedia mengisi kuisisioner pada google form sejumlah 20 pertanyaan dan mengikuti grup edukasi sesuai arahan peneliti. Hasil uji homogenitas fisher sebesar 0.1387 (batas kritis 0.05) menunjukkan bahwa data bersifat homogen dan hasil analisis dengan uji T-paired membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi ($t_{hitung} = 13.311 > t_{tabel} = 2.030$).

Kata Kunci : *dismenore sekunder, pengetahuan, gen Z, kesehatan reproduksi, edukasi*

Abstract

Research on knowledge boosting secondary dysmenorrhea in Gen Z is to find out the extent to which women in the active reproductive age range understand secondary dysmenorrhea as a sign and symptom of the risk of female reproductive disease, including the risk of infertility (difficulty getting pregnant). Secondary dysmenorrhea is pain that arises due to abnormalities in the female reproductive organs, but is often not realized. There has been a lot of research discussing primary dysmenorrhea but still less on secondary dysmenorrhea. Preliminary study on women aged 23-27 years (Gen Z) by filling in a Google form about secondary dysmenorrhea and its symptoms, of the 30 female respondents only 8 respondents understood secondary dysmenorrhea, so it can be concluded that Gen Z respondents did not understand secondary dysmenorrhea and the risk of reproductive health problems that will occur. From this it is seen that it is very necessary to increase education about secondary dysmenorrhea in Gen Z in promotive and preventive efforts for reproductive health among them. The research used a pre-experimental design with a one group pretest posttest design. The sample with inclusion criteria is women aged 23-26 years, experiencing dysmenorrhea during menstruation, willing to fill out a questionnaire on Google Form with 20 questions and take part in an educational group as directed by the researcher. The Fisher homogeneity test result of 0.1387 (critical limit 0.05) shows that the data is homogeneous and the results of analysis using the T-paired test prove that there is a significant difference between before and after providing education ($t \text{ count} = 13.311 > t \text{ table} = 2.030$).

Keywords : secondary dysmenorrhea, knowledge, gen Z, reproductive health, education

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi diartikan sebagai kondisi sehat dari sistem, fungsi, dan proses alat reproduksi (Prayitno, 2014). Organ reproduksi seorang wanita dikatakan telah matang jika wanita tersebut telah mengalami menstruasi. Menstruasi merupakan hasil dari luruhnya dinding rahim bagian dalam yang menebal, banyak mengandung pembuluh darah dan sel telur yang tidak dibuahi dan keluar melalui saluran reproduksi wanita (Mandang, 2016).

Proses pengeluaran ini sering kali disertai dengan rasa nyeri akibat dari kontraksi uterus yang dikenal dengan istilah dismenore. Dismenore dikategorikan menjadi dua yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer berhubungan dengan siklus ovulasi, sedangkan dismenore sekunder merupakan nyeri menstruasi yang berkembang dari menstruasi primer yang terjadi sesudah usia 25 tahun dan penyebabnya karena kelainan pelvis (Lowdermilk, Perry, & Cashion, 2011). Tanda dan gejala dismenore primer yaitu nyeri pada daerah pinggang, mual dan muntah, sakit kepala, letih, pusing, pingsan, dan diare, serta kelabilan emosi selama menstruasi (Reeder, 2013), sedangkan pada dismenore sekunder yaitu nyeri tekan, nyeri pinggang, keluar

darah dalam jumlah banyak dan adanya benjolan Rahim (Sari, 2014).

Angka kejadian dismenore di dunia sangat besar, lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri menstruasi. Di Amerika angka persentasenya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%, sementara data di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Di Jawa Timur 71,3% (Anmar, 2016). Dari data rekam medik pasien infertilitas yang melakukan pemeriksaan di Poli Infertilitas dan klinik fertilitas RSUD Dr. Soetomo diperoleh data 35,5% pasien datang melakukan pemeriksaan saat usia wanita kurang dari 30 tahun, 44,48% datang saat wanita berusia 30-35 tahun dan 20% datang saat umur >35 tahun (Samsulhadi, 2014).

Dismenore sekunder merupakan nyeri yang muncul karena adanya kelainan pada organ reproduksi wanita, namun seringkali tidak disadari. Telah banyak penelitian yang membahas tentang dismenore primer namun masih kurang pada dismenore sekunder. Studi pendahuluan pada wanita usia 23-27 tahun (Gen Z) dengan cara mengisi google form seputar dismenore sekunder dan gejalanya, dari 30 responden wanita hanya 8 responden yang mengetahui tentang dismenore sekunder, sehingga dapat disimpulkan bahwa pada responden Gen Z belum memahami tentang dismenore sekunder dan resiko gangguan kesehatan reproduksi yang akan terjadi.

METODE PENELITIAN

Penelitian dilakukan adalah pra-eksperimental design dengan rancangan one group pretest posttest design. Sampel dengan kriteria inklusi yaitu wanita usia 23-26 tahun, mengalami dismenore saat menstruasi, bersedia mengisi google form dan mengikuti grup edukasi sesuai arahan peneliti.

Tabel 1 – Rancangan Penelitian

Subjek	Pre-test	Perlakuan	Post-test
Sampel	O1	X	O2

Populasi adalah wanita usia 23-26 tahun sesuai dengan kriteria inklusi data diuji homogenitas dan dianalisis dengan uji T-paired. Pada studi pendahuluan dipilih secara purposive sampling hingga diperoleh besar sampel sebanyak 36 responden. Tahap selanjutnya kita sebar questioner, responden mengisi pre-test, dan dilanjutkan memberikan edukasi melalui video edukasi tentang dismenore sekunder dan resiko penyakit. Video dapat diputar berulang kali sehingga responden dapat lebih memahami. Satu minggu berikutnya akan dilakukan evaluasi atau post-test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari studi pendaluan data RS di wilayah Surabaya dari tahun 2020-2023 angka kejadian endometriosis tercatat 36 pasien dengan kisaran usia 24-28 tahun. Dengan meningkatnya pemahaman wanita usia produktif (Gen Z) tentang dismenore sekunder yang menjadi pertanda adanya gangguan kesehatan reproduksi yang membutuhkan penanganan, diharapkan responden dapat segera memeriksakan diri ke dokter jika mengalami sejumlah gejala untuk mendapatkan langkah perawatan yang tepat untuk meminimalkan terjadinya penyakit yang lebih serius.

Penelitian yang dilakukan oleh Hartati (2012) menjelaskan bahwa dismenore memiliki insiden tertinggi pada wanita yang mempunyai tingkat stres sedang hingga tinggi dibanding dengan wanita yang mempunyai tingkat stres rendah.

Dismenorea memiliki dampak negatif pada kualitas hidup, status mental dan peran sosial sebagai berikut: (1) Seseorang yang sedang mengalami dismenorea menjadi tertekan dan murung sehingga dapat mengganggu interaksi social; (2) Beberapa wanita dengan dismenorea sekunder mengalami kehilangan nafsu makan dan meliburkan diri dari sekolah atau pekerjaan; (3) Hubungan antara dismenore sekunder, endometriosis dengan kejadian infertilitas akan jelas terlihat pada stadium lanjut.

Dismenore sekunder disebabkan karena kelainan pada ovulasi dan kelaianan pada anatomi panggul yang terdistrosi sehingga menimbulkan endometriosis dan dapat mengakibatkan infertilitas (Samsulhadi, 2014). Dari sinilah dipandang sangat perlu adanya peningkatan edukasi tentang dismenore sekunder pada gen Z dalam upaya promotif dan preventif kesehatan reproduksi di kalangan mereka.

Penelitian menggunakan pra-eksperimental design dengan rancangan one group pretest posttest design. Sampel dengan kriteria inklusi yaitu wanita usia 23-26 tahun, mengalami dismenore saat menstruasi, bersedia mengisi kuisisioner pada google form sejumlah 20 pertanyaan dan mengikuti grup edukasi sesuai arahan peneliti. Hasil uji homogenitas fisher sebesar 0.1387 (batas kritis 0.05) menunjukkan bahwa data bersifat homogen dan hasil analisis dengan uji T-paired membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi ($t_{hitung} = 13.311 > t_{tabel} = 2.030$).

SIMPULAN

Edukasi dan promosi kesehatan pada dismenore dilakukan terkait gaya hidup sehat dan peningkatan kesadaran mengenai betapa pentingnya menjaga pola hidup sehat, termasuk tidak merokok, dan kepatuhan terhadap tata laksana. Pada pasien yang

dicurigai mengalami dismenore sekunder, edukasi diperlukan terkait modalitas investigasi yang akan dilakukan, kemungkinan arah diagnosis, dan pemilihan tata laksana. Edukasi terhadap responden dapat dimulai dengan edukasi untuk hidup aktif, olahraga rutin, konsumsi gizi seimbang, dan menjaga hygiene organ reproduksi. Dismenore sekunder merupakan salah satu tanda dan gejala munculnya penyakit reproduksi endometriosis dan infertile pada wanita.

DAFTAR PUSTAKA

- Ammar. (2016). Faktor Risiko Dismenore Primer Pada Wanita Usia Subur di Kelurahan Ploso Kecamatan Tambaksari Surabaya. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 4(1).
- Aziato L., Dedey F., Clegg-lampsey JNA. (2014). The Experience of Dysmenorrhoea among Ghanaian Senior High and University Students: Pain Characteristics and Effects, 11(1), 1–8.
- Gulzar S., Khan S., Abbas K., Arif S., Husain SS., Sommer J. (2015). Prevalence, Perceptions and Effects of Dysmenorrhea in School Going Female Adolescents of Karachi, Pakistan, 4(2), 36–40.
- Hartati. (2012). Mekanisme Koping Mahasiswi Keperawatan Dalam Menghadapi Dismenore: *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 8(1).
- Lowdermilk, Perry, & Cashion. (2011). *Maternity Nursing*. Universitas Michigan: Mosby.
- Mandang J., Lumi F., Manueke I., M.Tando N. (2016). *Kesehatan Reproduksi dan Pelayanan Keluarga Berencana*. Bogor: In media.
- Prayitno, S. (2014). *Buku Lengkap Kesehatan Organ Reproduksi Wanita*. Yogyakarta: Saufa.
- Reeder, Martin, & Koniak-Griffin. (2013). *Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi & Keluarga* (Ed. 8, Vol. 1) Jakarta: EGC.
- Samsulhadi. (2014). *Infertilitas Diagnosis Mudahdan Sistem Rujukan, Div. Fertilitas Endokronologi Reproduksi Dept. SMF Obstetri dan Ginekologi, Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga*.
- Sari P., Mustikasari A.D. (2014). Hubungan Tingkat Stres terhadap Dismenore pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah Mamba'ulum Ulum Awang-awang Mojosari Mojokerto.
<http://ejurnalp2m.poltekkesmajapahit.ac.id/index.php/HM/article/viewFile/13/146.sari>.