

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA
SURAKARTA
2023

**PENGARUH EDUKASI DENGAN MEDIA KARTU KILAS TERHADAP
PENGETAHUAN REMAJA PEREMPUAN DALAM PENANGANAN
NYERI HAID DI SMPN 1 KEDAWUNG**

Sintya Nur Rahayu¹⁾ Siti Mardiyah²⁾ Nur Rakhmawati³⁾

1) Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada
Surakarta

2) Dosen Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada
Surakarta

3) Dosen Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada
Surakarta sintyanr1609@gmail.com

ABSTRAK

Masa remaja dikenal dengan istilah masa pubertas, salah satu ciri yang menandai masa pubertas perempuan diantaranya menstruasi. Masa awal menstruasi merupakan periode yang rentan terhadap gangguan, salah satunya adalah nyeri haid. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh edukasi dengan media kartu kilas terhadap tingkat pengetahuan dalam penanganan nyeri haid.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, menggunakan metode *pre experimental design* dan rancangan penelitian *one group pretest and posttest without control group design*. Sampel penelitian ini adalah remaja perempuan di kelas VII SMPN 1 Kedawung Sragen yang berjumlah 55 siswa menggunakan teknik sampel *probability sampling* dengan teknik *Simple Random Sampling*. Variabel independen dalam penelitian ini adalah edukasi tentang penanganan nyeri haid dengan media kartu kilas. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan remaja perempuan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari analisis univariat dan bivariat. Pengujian hipotesis menggunakan uji *wilcoxon*.

Berdasarkan hasil analisis uji *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan *Asymp. Sig. 2 tailed* value 0,000 ($p \leq 0,05$) secara statistik maka terdapat pengaruh edukasi dengan kartu kilas terhadap tingkat pengetahuan dalam penanganan nyeri haid pada remaja perempuan.

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa edukasi dengan kartu kilas berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan dalam penanganan nyeri haid remaja perempuan pada siswi kelas VII SMPN 1 Kedawung.

Kata kunci : edukasi, kartu kilas, tingkat pengetahuan, penanganan nyeri haid

Daftar pustaka : 15 (2014-2022)

NURSING STUDY PROGRAM OF UNDERGRADUATE PROGRAMS
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
UNIVERSITY OF KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2023

**THE EFFECT OF EDUCATION USING FLASHCARD MEDIA ON
ADOLESCENT WOMEN'S KNOWLEDGE IN MANAGING MENSTRUAL
PAIN AT SMPN 1 KEDAWUNG**

Sintya Nur Rahayu¹⁾ Siti Mardiyah²⁾ Nur Rakhmawati³⁾

- ¹⁾ Student of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of Kusuma Husada Surakarta
²⁾ Lecturer of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of Kusuma Husada Surakarta
³⁾ Lecturer of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of Kusuma Husada Surakarta
sintyanr1609@gmail.com

ABSTRACT

Adolescence, known as the pubertal period, is characterized by various milestones of menstruation. The early menstruation phase is a vulnerable period for disruptions, including menstrual pain. This study aimed to determine the effect of education using flashcard media on knowledge levels in managing menstrual pain.

This research employed quantitative with a pre-experimental of a one-group pretest and posttest without a control group design. The sample consisted of 55 female adolescents in the seventh grade at SMPN 1 Kedawung Sragen using probability sampling of the Simple Random Sampling technique. The independent variable was education about menstrual pain management using flashcard media. The dependent variable was the knowledge levels of adolescent women. Data analysis techniques included univariate and bivariate analysis. Hypothesis testing operated the Wilcoxon test.

The Wilcoxon Signed Rank Test obtained an Asymp. Sig. A 2-tailed value of 0.000 ($p \leq 0.05$). Statistically, It indicated an effect of education using flashcards on the knowledge levels in managing menstrual pain in adolescent women.

In conclusion, education using flashcards affected knowledge levels in managing menstrual pain in adolescent women in the seventh grade at SMPN 1 Kedawung.

Keywords: education, flashcards, knowledge level, menstrual pain management
Bibliography: 15 (2014-2022)

PENDAHULUAN

Setiap manusia di masa hidupnya pasti mengalami masa remaja. Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (Dieny, 2014). Remaja perempuan akan mengalami perubahan fisik yaitu perubahan organ-organ reproduksi yang ditandai dengan datangnya menstruasi (E. Purba et al., 2014). Menurut Lowdermilk (2019) perkembangan remaja dibagi menjadi tiga tahap yaitu remaja tahap awal (10-14 tahun), remaja tahap menengah (15-16 tahun) dan remaja tahap akhir (17-21 tahun).

Menstruasi adalah masa pendarahan yang terjadi pada perempuan secara rutin setiap bulan selama masa subur kecuali apabila terjadi kehamilan. Banyak remaja perempuan bahkan hampir sebagian besar wanita merasakan sakit saat menstruasi, bahkan adanya rasa tidak nyaman bahkan nyeri hebat inilah yang sering disebut nyeri haid (Salamah, 2019). Nyeri haid merupakan keluhan ginekologis akibat ketidakseimbangan hormon progesteron pada darah sehingga menyebabkan muncul rasa nyeri serta yang paling seringkali terjadi pada perempuan. Penyebab lain nyeri haid yang dialami perempuan dengan kelainan tertentu, misalnya endometriosis, infeksi pelvis (daerah panggul), tumor rahim, apendisitis, kelainan organ pencernaan, bahkan kelainan ginjal (Rosyida, 2019). Dampak nyeri haid bagi remaja antara lain nyeri yang terasa di bagian perut dan punggung sangat menyebabkan rasa tidak nyaman sehingga aktivitas belajar di sekolah terganggu dan

nyeri yang berlebihan saat haid bisa sebagai gejala penyakit endometriosis yang jika tidak ditangani dengan baik bisa berujung pada fertilitas atau mandul (Fajarini dkk, 2018). Nyeri haid biasanya datang dengan berbagai gejala fisik seperti sakit kepala, pusing, kelelahan, diare, kram, dan berkeringat. Gejala nyeri haid dapat mencakup gejala pramenstruasi seperti perubahan suasana hati, kram perut, sakit kepala, sakit punggung, mual dan muntah (Safitri, 2022).

Upaya untuk menghilangkan rasa sakit yang ditimbulkan oleh nyeri haid maka dapat dilakukan dengan menggunakan obat-obatan golongan analgetik seperti aspirin, asam mefenamat, paracetamol, kafein, dan feminax, serta obat-obat merek dagang yang tersebar di pasaran diantaranya novalgin, postan, seringkali juga digunakan untuk mengurangi keluhan. Selain itu ada juga yang memakai obat tradisional seperti air daun sirih, daun papaya, rimpang kunyit dan lain-lain. Nyeri haid juga dapat diatasi dengan obat anti inflamasi nonsteroid untuk mungurangi gejala yang ditimbulkan (Arlina, 2022). Nyeri haid juga dapat ditangani menggunakan dua cara, yaitu menggunakan terapi farmakologis dan terapi non-farmakologis. Adapun terapi farmakologis dapat dilakukan dengan cara pemberian obat anti inflamasi non-steroid (NSAID). Sedangkan untuk terapi non farmakologis dapat dilakukan dengan cara kompres air hangat, olah raga dan tidur cukup (Nugroho, 2014).

Data dari *World Health Organization* (WHO) didapatkan sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami nyeri haid, 10-15% diantaranya mengalami nyeri haid berat. Hal ini didukung dengan penelitian yang telah dilakukan diberbagai negara dengan hasil yang mencengangkan, dimana kejadian nyeri haid primer disetiap negara dilaporkan lebih dari 50% (WHO, 2019). Indonesia angka kejadian nyeri haid terdiri dari 72,89% nyeri haid primer dan 21,11% nyeri haid sekunder dan angka kejadian nyeri haid berkisar 45-95% di kalangan perempuan usia produktif terdiri dari 54,89% nyeri haid primer (Pangestu, 2020). Berdasarkan data dari profil Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2017 jumlah remaja perempuan usia 10-19 tahun sebanyak 2.899.120 jiwa. Sedangkan angka kejadian nyeri haid di Provinsi Jawa Tengah sebanyak 1.465.876 jiwa.

Permasalahan nyeri haid di kalangan remaja perempuan terjadi karena masih rendahnya pengetahuan remaja perempuan tentang nyeri haid dan penanganannya. Remaja perempuan khususnya di negara berkembang hanya memiliki sedikit pengetahuan mengenai nyeri haid dan penanganannya. Pengetahuan adalah kumpulan informasi yang didapat dari pengalaman atau sejak lahir yang menjadikan seseorang itu tahu akan sesuatu, proses tahu tersebut diperoleh dari proses kenal, sadar, insaf, mengerti dan pandai. Pengetahuan adalah faktor penentu bagaimana manusia berpikir, merasa dan bertindak (Ratnasari et al., 2019). Oleh karena itu sangat penting

untuk membangun dan meningkatkan kesadaran pada remaja perempuan mengenai gejala normal dan abnormal saat menstruasi serta cara penanganannya. Edukasi mengenai nyeri haid sangatlah penting untuk remaja perempuan dan kerja sama yang baik antara sekolah dan petugas kesehatan serta orang tua untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap peduli dalam menangani nyeri haid Bingarwati (2020).

Peningkatan pengetahuan serta penanganan nyeri haid dapat dilakukan dengan memberikan informasi salah satunya yaitu edukasi. Terdapat banyak media yang dapat digunakan dalam edukasi seperti media cetak, media audio, media audiovisual, media pameran, serta multimedia. Salah satunya ialah media kartu kilas, media kartu kilas merupakan salah satu media pembelajaran yang terbuat dari kartu yang dikreasikan dengan gambar ataupun kata-kata sebagai alat bantu dalam pembelajaran (Hotimah, 2017). Media kartu kilas yang dikembangkan diharapkan dapat mempermudah penyampaian materi kepada peserta didik, sehingga tidak hanya menyampaikan materi melalui teks saja. Media kartu kilas akan membantu proses pembelajaran dengan meningkatkan daya tarik peserta didik sehingga lebih aktif dan memperhatikan proses pembelajaran (Khotimah, 2020).

Upaya penanganan nyeri haid yang dilakukan oleh sebagian siswi adalah mengunjungi Unit Kesehatan Sekolah (UKS) untuk mendapatkan pertolongan pertama pada nyeri yang dirasakan seperti mengoleskan minyak kayu putih pada daerah

yang nyeri, tiduran, minum obat pengurang rasa sakit, dan sebagian lainnya hanya membiarkan gejala tersebut karena terbatasnya pengetahuan tentang menstruasi dan permasalahannya. Dari keterangan guru UKS memang belum pernah ada penyuluhan bagi siswi atau informasi bagi sekolah tentang penanganan nyeri haid. Maka dari itu diperlukan informasi untuk penanganan nyeri haid secara tepat untuk siswi SMP Negeri 1 Kedawung. Berdasarkan fenomena di atas peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh Edukasi Dengan Media Kartu Kilas Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Perempuan Dalam Penanganan Nyeri Haid di SMP Negeri 1 Kedawung”.

METODELOGI

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan metode *pre experimental design* dan rancangan penelitiannya menggunakan rancangan *one group pretest and posttest without control group design* yaitu rancangan yang menggunakan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan pada satu kelompok sehingga hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum perlakuan. Penelitian ini telah mendapatkan izin dari komisi etik penelitian kesehatan Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Moewardi Nomor 1.040/VI/HREC/2023 tanggal 9 Juni 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja perempuan di Kelas VII SMP Negeri 1 Kedawung yang berjumlah 120 siswa.

Sampel dalam penelitian ini adalah remaja perempuan kelas VII SMPN 1 Kedawung yang berjumlah 55 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sampel *probability sampling* dengan teknik *simple random sampling*, data diambil menggunakan kuesioner yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Data kemudian dianalisis dengan Uji *Kolmogorov Smirnov* dan Uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, dilakukan intervensi kepada 55 siswi. Dari 55 responden tersebut semua sudah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Tabel 1 Karakteristik Responden SMP N 1 Kedawung

Umur	Responden	%
12 tahun	4	9,1
13 tahun	36	63,6
14 tahun	15	27,3
Total	55	100
Usia Menarche		
10 tahun	2	3,6
11 tahun	9	16,4
12 tahun	35	63,6
13 tahun	9	16,4
Total	55	100
Sumber informasi		
Orangtua	51	92,7
Internet	4	7,3
Teman	0	0
Guru	0	0
Total	55	100

Berdasarkan hasil Tabel 1 didapat bahwa distribusi karakteristik responden berdasarkan umur responden usia 12 tahun sebesar (9,1%),

usia 13 tahun sebesar (63,6%) dan usia 14 tahun sebesar (27,3%). Berdasarkan usia *menarche* siswi SMPN 1 Kedawung usia 10 tahun sebesar (3,6%), usia 11 tahun sebesar (16,4%), usia 12 tahun (63,6%) dan usia 13 tahun sebesar (16,4%). Berdasarkan sumber informasi siswi SMP Negeri 1 Kedawung mendapat informasi tentang nyeri haid dari orang tua sebesar (92,7%) dan yang mendapat informasi dari internet sebesar (7,3%)

Tabel 2 Frekuensi tingkat pengetahuan tentang nyeri haid pada Siswi SMPN 1 Kedawung.

Variabel	N	Mean	SD	Min	Max
Tingkat Pengetahuan Sebelum	55	64.00	10.382	46	86
Tingkat Pengetahuan Sesudah	55	75.96	10.245	53	93

Berdasarkan tabel 2 di atas diketahui rata-rata tingkat pengetahuan tentang nyeri haid sebelum diberikan intervensi media kartu kilas adalah 64.00, sesudah diberikan intervensi media kartu kilas adalah 75.96.

Tabel 3 Frekuensi penanganan tentang nyeri haid pada Siswi SMPN 1 Kedawung

Variabel	N	Mean	SD	Min	Max
Penanganan nyeri haid Sebelum	5	43.15	13.46	16	75
Penanganan nyeri haid Sesudah	5	56.45	5	33	83

Berdasarkan tabel 4.3 di atas diketahui rata-rata penanganan nyeri haid sebelum diberikan intervensi media kartu kilas adalah 43.15, sesudah diberikan intervensi media kartu kilas adalah 56.45.

Tabel 4 Pengaruh media kartu kilas terhadap tingkat pengetahuan remaja perempuan dalam penanganan nyeri haid di SMPN 1 Kedawung

Variable	N	Mean	Sig-(2 Tailed)
Pengetahuan	55	24.50	.000
Penanganan	55	23.50	.000

dasarkan hasil tabel 4 didapatkan bahwa pengaruh penggunaan media kartu kilas diperoleh nilai p value = $0.000 \leq 0.05$ dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95%, yang berarti ada pengaruh penggunaan media kartu kilas terhadap pengetahuan remaja perempuan dalam penanganan nyeri haid di SMPN 1 Kedawung. Hasil uji statistik dengan *Wilcoxon* pada tingkat pengetahuan dalam penanganan nyeri haid didapatkan nilai p value = 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan media kartu kilas tentang penanganan nyeri haid terhadap pengetahuan remaja perempuan di SMP Negeri 1 Kedawung.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Hampir sebagian responden berumur 13

- tahun, siswi mengalami *menarche* hampir sebagian pada usia 12 tahun dan sebagian besar siswi mendapat informasi tentang nyeri haid dari orang tua.
2. Rerata pengetahuan nyeri haid sebelum diberikan edukasi dengan media kartu kilas sebesar 64.00 dan sesudah diberikan edukasi dengan media kartu kilas sebesar 75.59
 3. Rerata penanganan sebelum nyeri haid sebelum diberikan edukasi dengan media kartu kilas sebesar 43.15 dan sesudah diberikan edukasi dengan media kartu kilas sebesar 56.49
 4. Pengaruh hubungan media kartu kilas terhadap pengetahuan remaja perempuan dalam penanganan nyeri haid dilakukan menggunakan uji *wilcoxon* dengan hasil sebesar $p \text{ value} = 0.000 < 0.05$, yang berarti ada pengaruh edukasi dengan media kartu kilas terhadap pengetahuan remaja perempuan dalam penanganan nyeri haid.

ACKNOWLEDGEMENT

Penulis menyampaikan terimakasih kepada seluruh responden, pembimbing, penguji dan semua pihak terkait yang telah membantu dan memberikan bimbingan serta dukungannya.

DAFTAR PUSTAKA

Ariadne Bingarwati. (2020). Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Penanganan Nyeri. *Jurnal Kefarmasian AKFARINDO*. Volume 5 No 1.

- Arlina. (2022). Hubungan Pengetahuan Tentang *Dismenorea* Dengan Perilaku Penanganan. *Garuda Pelamonia Jurnal Keperawatan P-ISSN :2548-4451*.
- Dieny, F. F. (2014). *Permasalahan Gizi Pada Remaja Putri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Fajarini dkk. (2018). Prestasi belajar pada remaja yang mengalami *Dismenorea* primer. *Jurnal Kesehatan Reproduksi* volume 5 no 1 tahun 2018. <https://ojs.unud.ac.id/> di unduh tanggal 7 Oktober 2021 pk. 21:00 wib
- Hotimah, E. (2017). Penggunaan Media *Flashcard* dalam Meningkatkan Kemampuan Peserta didik pada Pembelajaran Kosakata Bahasa Inggris Kelas II MI Ar-Rochman Samarang Garut. *Jurnal Pendidikan Universitas Garut*, 4(1), 10-18.
- Khotimah, D. K. (2020). Meningkatkan Kemampuan Berbicara Bahasa Inggris Peserta didik Kelas VII SMP dengan Media Pembelajaran *Flashcard*. *Jurnal Pionir*, 7(3), 1-6.
- Lowdermilk, Perry, S. E., Cashion, Alden, & O. (2019). *Maternity Women & Health Care* (12th ed.). Elsevier Inc.
- Nugroho, T. 2014. *Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Pangestu. (2020). Efektifitas Pemberian Minuman Kunyit Asam Dan Air Jahe Terhadap Penurunan *Dismenorea* Primer Pada Remaja Putri Di Pondok 67 Pesantren Nurul Jadid Kumpai Kabupaten Kubu Raya. *Jurnal*

- Kebidanan Khatulistiwa, 6 Nomor 1, 48–g5. <http://ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id/> di unduh tanggal 4 September 2021 pk. 10:30 wib
- Purba, E., Rompas, S., & Karundeng, M. (2014). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Penanganan *Dismenore* Di Sma Negeri 7 Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 2(2), 109923.
- Ratnasari, E., Sari, M. I., & Fajrin, N. (2019). Gambaran Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Penanganan Rasa Nyeri Saat Haid *Stikesmuhcrb.Ac.Id*, 1–10. <https://stikesmuhcrb.ac.id/wpcontent/uploads/2020/12/Eka-Ratnasari.pdf>
- Rosyida, Desta Ayu Cahya. 2019. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Yogyakarta : PT. Pustaka Baru
- Safitri, Gustina. 2022. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*. Edukasi Kunyit Asam Pereda *Dismenorea*. 4 (2): 178-187.
- Salamah, U. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Perilaku Penanganan *Dismenore*. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 9(03), 123–127. <https://doi.org/10.33221/jiki.v9i03.382>.
- WHO. (2019). *World health statistic 2019*. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/311696/WHO->
- [DAD2019.1-eng.pdf](#) di unduh tanggal 7 oktober 2021 pk. 20:34 wib