

Gambaran Sikap Penanganan *Dismenore* pada Remaja Puteri di SMA Swasta St. Petrus Medan Tahun 2024

Indra Hizkia P*¹, Magda Siringo ringo², Santi Tamara Hutapea³

¹²³D3 Keperawatan, STIKes Santa Elisabeth Medan, Indonesia

Alamat: Jl. Bunga Terompet No.118, Sempakata, Kec. Medan Selayang, Kota Medan, Sumatera Utara
20131

Korespondensi Penulis : papa_genk@yahoo.co.id*

Abstract: *Menstrual pain problems sometimes become a problem for women when they visit a doctor because of menstruation. This condition becomes worse if accompanied by an unstable psychological state, such as stress, depression, excessive anxiety, and excessive feelings of sadness or happiness. Knowledge about dysmenorrhea has a significant impact on attitudes towards dysmenorrhea, women who have sufficient knowledge and get the right explanation about dysmenorrhea about dealing with symptoms and complaints with an enthusiastic attitude. This study aims to determine the Picture of Dysmenorrhea Handling Attitudes in Adolescent Girls at SMA St. Petrus Medan in 2024. This study uses a quantitative method with a descriptive research type. This study uses a questionnaire with a research population of 107 respondents. Sampling was carried out using a purposive sampling technique with a total of 53 respondents. The results of the study showed that Adolescent Girls at SMA St. Petrus Medan 2024 regarding attitudes towards signs and symptoms of dysmenorrhea as many as 44 respondents (83.0%) in the negative category, attitudes towards preventing dysmenorrhea as many as 27 respondents (50.9%) in the negative category, attitudes towards handling dysmenorrhea as many as 33 respondents (62.3%) in the negative category, attitudes towards handling 44 respondents (83.0%) in the negative category. It is hoped that there will be an increase in health education about handling dysmenorrhea carried out by health workers and teachers to improve the knowledge of female students of St. Petrus High School regarding handling dysmenorrhea.*

Keyword: *Treatment, Dysmenorrhea, Students*

Abstrak: Masalah nyeri haid kadang kala menjadi masalah oleh perempuan ketika mereka mengunjungi dokter terkait karena haid. Keadaan ini menjadi lebih buruk jika dibarengin sama keadaan psikologis yang tidak stabil, sebagai stress, depresi, kecemasan yang terlalu, serta perasaan sedih maupun bahagia yang berlebihan. Pengetahuan mengenai dismenore memiliki dampak yang signifikan, terhadap sikap menghadapi dismenore, perempuan yang memiliki pengetahuan yang cukup dan mendapatkan penjelasan yang tepat mengenai dismenore perihai menghadapi gejala serta keluhan dengan sikap yang penuh semangat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Bagaimana Gambaran Sikap Penanganan Dismenore Pada Remaja Putri di SMA Swasta St. Petrus Medan Tahun 2024. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Penelitian ini menggunakan kuesioner dengan jumlah populasi penelitian sebanyak 107 responden. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling dengan jumlah responden sebanyak 53 orang. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa Remaja Puteri di SMA Swasta St. Petrus Medan Tahun 2024 tentang sikap tanda dan gejala dismenore sebanyak 44 responden (83.0%) dalam kategori negatif, sikap tentang pencegahan dismenore sebanyak 27 responden (50.9%) dalam kategori negatif, sikap tentang penanganan dismenore sebanyak 33 responden (62.3%) dalam kategori negatif, sikap penanganan 44 responden (83.0%) dalam kategori negatif. Diharapkan adanya peningkatan pendidikan kesehatan tentang penanganan dismenore yang dilakukan oleh petugas kesehatan dan guru untuk meningkatkan pengetahuan siswi SMA St. Petrus mengenai penanganan dismenore.

Kata Kunci: *Pengobatan, Dismenore, Mahasiswa*

1. LATAR BELAKANG

Masalah nyeri haid kadang kala menjadi masalah oleh perempuan ketika mereka mengunjungi dokter terkait karena haid. Keadaan ini menjadi lebih buruk jika dibarengin sama keadaan psikologis yang tidak stabil, sebagai stress, depresi, kecemasan yang terlalu, serta perasaan sedih maupun bahagia yang berlebihan (Khoerul ummah, 2022). Dismenore ini kerap menjadi wanita merasa tidak nyaman, karena baru-baru ini, dismenore dianggap serupa kendala psikologis serta bagian keperempuanan yang tidak mampu dihindarkan. Menurut kotta et al (2022), dismenorea merupakan diantara hambatan ginekologi yang sangat umum dirasai oleh perempuan ke bermacam ragam usia. Di perkirakan bahwa perempuan di Amerika serikat kekurangan 1,7 juta hari kerja setiap bulan dampak dismenore (Khoerul ummah, 2022).

Dismenore, sebuah kondisi yang menggelitik perut area bawah dan sering kali dibarengin dengan mual, kepala pusing, apalagi sampai pingsan. Dismenore terbagi dalam 2 macam, yaitu: dismenore primer serta dismenore sekunder. Dismenore primer merupakan dismenore yang terjadi tiadanya kecacatan ataupun penyakit bagi organ reproduksi. Sementara dismenore sekunder ialah dismenore yang terjadi dikarenakan penyakit didalam organ reproduksi, semacam endometriosis, adenom, serta mioma uteri. Untuk mengatasi dismenore, ada dua cara yang bisa ditempuh melalui pengobatan farmakologis dan non farmakologis (Tsamara, 2020).

Dismenore dapat membuat penderitanya terjadi lemas dan tidak berenergi maka dari itu berakibat negative berdampak pada aktivitas sehari-hari misalnya sekolah, bekerja, belajar dan lain-lain (Dewi, 2019). Pengetahuan mengenai dismenore memiliki dampak yang signifikan, terhadap sikap menghadapi dismenore, perempuan yang memiliki pengetahuan yang cukup dan mendapatkan penjelasan yang tepat mengenai dismenore perihal menghadapi gejala serta keluhan dengan sikap yang penuh semangat. Di sisi lain, perempuan yang abnormal memiliki pengetahuan tentang dismenore akan merasa gelisah dan tertekan secara sangat sulit merasakan masalah dismenore, serta cenderung menunjukkan sikap yang pesimis (Lindiawati, 2022).

Terapi non farmakologi kompres hangat terbilang bisa mengurangi tingkat nyeri dismenore bagi penderita nyeri dismenore karena waktu penerapan 15-20 menit semasa 2 kali saat satu hari pada suhu berkisar dengan 37-40°C. Ditemukan penurunan tingkat nyeri, penurunan berlangsung dalam perlahan-lahan semasa di berinya kompres hangat. Tentang ini memperlihatkan bahwasanya melaksanakan kompres hangat bisa mengurangi rasa nyeri kepada pasien terhadap dismenore relevan, dimana mulanya pasien menghadapi nyeri

menstruasi yang diakibatkan pada ganjalan aliran darah menstruasi. Keefektifan pada intervensi yang disampaikan pun berpengaruh pada beberapa faktor diantaranya atas keyakinan pada diri penderita: klien yakin bahwa, melaksanakan kompres hangat mampu meredakan nyeri yang dirasakan, alat serta bahan yang dipakai tentu saja gampang ditemukan (ekonomis), namun, terjamin efektif, serta mempunyai tanggapan baik atas perbuatan yang didapatkan. Menurut evaluasi yang telah dirancang dengan diartikan diatas membuktikan konsistensi pada teori yang mengutarakan bahwasannya melaksanakan kompres hangat bisa diadakan prosedur buat meredakan nyeri haid/ Disminore (Isnainy, 2021).

Siswi SMA N 1 Karang anyar bisa menerapkan serta menanggulangi nyeri haid (dismenore) dengan baik setelah didemonstrasikan pendidikan kesehatan terapi non. Terapi non farmakologis yang dilakukan mencakup yoga/olahraga ringan, kompres hangat, akupresu, pemenuhan gizi, minum herbal kunyit asam (Noviani, 2022).

Intervensi bakal menurunkan rasa tidak nyaman maupun nyeri dismenore meliputi intervensi farmakologis serta non farmakologis. Perawat memiliki peran penting dalam penanganan nyeri dengan cara non farmakologis, jenis lain menggunakan mode relaksasi pernapasan. Pengobatan modern untuk mengatasi dismenore bisa dilakukan dengan memanfaatkan obat-obatan yang mampu meredakan rasa sakit, seperti obat analgesic, serta obat anti-peradangan yang tidak mengandung steroid. Namun, ada yang lain juga cara alami yang bisa digunakan untuk meredakan dismenore tanpa menggunakan obat-obatan. Misalnya, melakukan aktivitas fisik yang ringan, menguasai teknik relaksasi, atau mengompes area yang terasa nyeri dengan bantuan kehangatan (Khoerul ummah, 2022).

Penggunaan penanganan komplementer dapat meredakan disemenorea semacam kompres hangat, akupresur, aromaterapi lavender, pengobatan herbal kunyit asam, serta latihan yoga dibuktikan dengan kondisi relevan meredakan dismenore, terkhusus kepada remaja putri. Maka dari itu bisa dipergunakan serupa alternatif kesukaan atas penyelesaian masalah pada dismenorea (Triningsih & Mas'udah, 2023).

Menurut WHO (2022) remaja adalah tahap masa anak-anak dengan dewasa yang berlaku mulai pada umur 10 sampai 19 tahun. Namun, menurut wewenang Menteri Kesehatan RI N0.25, remaja merupakan individu yang berumur 10 sampai 18 tahun (Kemkes.go.id, 2018). Badan Kependudukan serta Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) juga mengutarakan bahwasannya klasifikasi umur remaja yaitu 10 hingga 24 tahun serta belum menikah, yang berarti remaja adalah masa perlihan masa anak-anak menuju dewasa (Chaerunissa & Risdiana, 2023).

Hasil penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Prima Indonesia ini jumlah sampel dalam penelitian ini ialah 86 paetisipan. Dari jumlah tersebut, 53 orang (61,6%) mempunyai sikap yang baik serta 33 orang (38,4%) mempunyai sikap yang buruk selain itu. Selain itu 55 orang (64%) berperilaku baik serta 31 orang (46%) berperilaku buruk (Salamah, 2019).

Populasi hasil penelitian Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur bermula pada 188 partisipan termuat 91 orang memiliki sikap positif tentang penanganan dismenore serta sebanyak 59 orang (64,8%) memiliki sikap baik atas penanganan dismenore, sebanyak 32 orang (35,2%) memiliki sifat penanganan dismenore kurang baik, 97 orang bersikap negatif terhadap penanganan dismenore baik sebanyak 37 orang (38,1%), serta perbuatan atas penanganan dismenore kurang baik sebanyak 61 orang (62,9%) (Agustina & Hidayat, 2020).

Populasi dari penelitian siswa SMA kelas X dan XI SMA Airlangga Namu Ukur dengan jumlah 44 orang memakai teknik pengambilan sampel total sampling. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa beberapa besar, yaitu sebanyak 26 orang (59.1) remaja putri memiliki sikap positif dalam menangani dismenore, dan 18 orang (40.95%) mempunyai negatif. Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden mempunyai sikap positif serta negatif (Kristin febriani, 2021).

Hasil penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Flora sampel dalam penelitian ini populasi atas jumlah responden 69. Sikap Responden atas Kejadian Desminore Di Dusun 1 Sambirejo Dari 69 orang responden yang di tanya atas kejadian Desminore terdapat Remaja Putri Yang bersikap positif pada saat dismenorea sebanyak 49 orang (71%) (Sari & Maimunah, 2021). Hasil penelitian fakultas ilmu kesehatan Universitas Islam As-Syafiiyah Gambaran sikap menghadapi dismenore pada remaja putri di SMK Daya Utama Bekasi kelas XI yang mempunyai sikap yang negatif sebanyak 26 siswi (52%), responden yang mempunyai sikap positif sebanyak 24 siswi (48%) (Agustin, 2021).

Dalam penelitian Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai terdapat sebanyak 56 responden (63,6%) yang mempunyai sikap positif tentang penanganan dismenore serta 82 responden (93,2%) yang melaksanakan penanganan dismenore primer dalam nonfarmakologi (Saputri, 2022). Dalam penelitian Poltekkes Kemenkes Padang di fakultas ilmu kesehatan universitas 'aisyiyah yogyakarta pada mahasiswi prodi S1 gizi bisa dilihat yaitu sebanyak 39 orang (60,0%) sikap negatif pada saat mengatasi dismenore, dan sebanyak 26 orang (40,0%) mempunyai sikap positif dalam mengatasi dismenore (Puspita, 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan di SMAN 1 Salem Kabupaten Brebes memberitahukan maka sikap remaja terhadap dismenore terbilang

dalam golongan positif, yakni 100 orang (55,2%) Hasil penelitian kurang lebih negara berkembang membuktikan pada sekitar 75% remaja perempuan serta 30-55% perempuan mengalami dismenore. Studi pendahuluan memperlihatkan pada remaja putri tidak cukup mengetahui dismenore akibatnya banyak pada mereka tidak paham bagaimana menangani dismenore dengan benar (Sulymbona, 2024). Berdasarkan penelitian Universitas Bani Saleh, Bekasi, Indonesia di MA Perguruan Islam Nurul Kasysyaf 03 Tambun Selatan membuktikan bahwa dari 127 responden sebagian mempunyai perilaku baik terkait sikap penanganan dismenor yaitu sebanyak 66 responden (52,0%), dan sebagian responden memiliki sikap penanganan dismenoreburuk yaitu sebanyak 61 responden (48,0%) (Wada, 2024).

Prevelensi di Asia Tenggara memperlihatkan angka yang beraneka, Malaysia memprediksi bahwa beberapa wanita yang mengalami dismenore primer yaitu (69,4%), Thailand (84,2%), serta Indonesia diprediksi (65%) umur remaja awal mengalami dismenore primer. Di Indonesia, dismenore primer membuat (59,2%) remaja perempuan mengalami penurunan aktivitas, (5,6%) absen sekolah maupun kerja, serta (32,2%) tiadanya rasa terganggu (Salamah, 2019).

Didunia peristiwa dismenore begitu besar, Sebagian besar lebih dari 50% wanita menderita nyeri haid primer. Jumlah kasus nyeri haid yang ditemukan pada setiap negara bermacam-macam. Jumlah kasus yang didapatkan di Amerika Serikat kira-kira 85%, di Italia sebanyak 84,2% pada perbandingan 68,7% terjadi pada bagian Asia Timur Laut, 74,8% terjadi pada bagian Asia Timur Tengah, serta 54,0% terjadi pada Asia Barat Laut. Perbandingan pada Negara-negara Asia Tenggara pun berlainan, di Malaysia peristiwa hampir 69,4%. Di Thailand 84,2% dan kejadian dismenore di indonesia yaitu 64,25% serta dismenore primer terbilan dari 89% sedangkan 9,36% yaitu dismenore sekunder (Tsamara, 2020).

World Health Organization menyampaikan maka rata-rata terjadi dismenore kepada wanita terbilang antara 16,8%-81%. Sedangkan di Indonesia pravelensi dismenore timbul kepada 55% perempuan umur reproduktif adanya 54,89% peristiwa dismenore yang timbul merupakan dismenore sekunder. Indonesia memiliki angka kejadian dismenore sbanyak 64,25% dengan 54,89% dismenore primer serta 9,36% dismenore skunder (Syamsurania & Ikawati, 2022). Sementara di Jawa Tengah kurang lebih 56 % remaja putri menghadapi dismenore (Indah, 2023).

Berdasarkan latar belakang di atas, masih banyak remaja perempuan yang belum mempunyai sikap pada saat menangani dismenore (nyeri haid). Penelitian yang di lakukan menunjukkan bahwa ketidakpahaman siswi terhadap dismenore dan cara mengatasinya serta

dampaknya terhadap kegiatan sekolah dan belajar. Peneliti ingin mengetahui penyebab kurangnya kesadaran siswi dalam memahami dismenore, gejala yang muncul, dan bagaimana cara penanganannya. Selain itu, peneliti juga ingin mengetahui mengapa siswi kurang tertarik mencari informasi mengenai dismenore dan tindakan penanganannya yang tepat.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif kuantitatif. Jenis penelitian ini bermaksud menguraikan peristiwa hakiki yang berlangsung saat ini secara sistematis, dengan berdasarkan data faktual dari pada penyimpanan fenomena tanpa kecurangan. Dalam penelitian ini mengambil sampel dengan desain total sampling yaitu dimana semua siswa siswi diadakan sebagai sampel, sampel pada penelitian ini ialah siswi putri SMA Swasta St. Petrus Medan kelas X dan XI sebanyak 53 orang siswi dengan kriteria inklusif : siswi yang bersedia menjadi responden, siswi kelas 10 dan 11, satu kelas dari kelas ipa dan satu kelas dari kelas ips.. Instrument yang digunakan berupa kuisisioner memuat data demografi dan kuesioner dismenore pada remaja putri di SMA N 10 Medan 2018.. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan software (SPSS) pengolah data.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Gambar Sikap Penanganan Dismenore Pada Remaja Putri di SMA Swasta St. Petrus Medan Tahun 2024

Sikap	(f)	(%)
Positif	9	17.0
Negatif	44	83.0
Total	53	100

Berdasarkan tabel 5.2.5 sikap remaja putri dalam menangani dan menghadapi dismenore yang memiliki sikap positif sebanyak 9 orang (17.0%) dan yang memiliki sikap negatif 44 orang (83.0%). Berdasarkan hasil penelitian juga di dapat ada sebanyak 44 responden yang memiliki sikap negatif. Peneliti berasumsi bahwasannya sebanyak 44 responden mereka tidak mengetahui tentang penanganan nyeri haid dikarenakan tidak adanya rasa penasaran dan membiarkan nyeri tersebut berlalu begitu saja saat melanda. Dengan hal itu mereka tidak mempunyai pengetahuan dalam sikap menangani serta menghadapi dismenore. Tidak memikirkan resiko dan persiapan diri apabila tiba terjadi nyeri haid saat nyeri haid melanda sehingga mereka tidak memiliki gambaran positif dalam menghadapi serta penanganan saat dismenore. Sebagian dari mereka juga tidak sama sekali merasakan nyeri haid saat menstruasi datang.

Asumsi ini didukung oleh penelitian (Indah, 2023) dengan hasil penelitian sejumlah 198 responden diperoleh bahwa sikap negatif sebanyak 155 responden, asumsi dari penelitian ini sikap negatif terjadi karena kurangnya kesadaran dan menganggap hal yang biasa pada saat terjadi nyeri haid tersebut, tanpa ingin mencari tau bagaimana menanganinya baik itu karena penyebab, gejala, dan cara penanganannya, dan juga remaja putri tersebut memiliki keterbatasan mencari informasi seperti media cetak, elektronik, mereka enggan menanyakan ke petugas kesehatan ditambah dengan kurangnya pengalaman terdahulu dalam melakukan penanganan dismenore.

Berdasarkan dari hasil penelitian menunjukkan ada 9 responden yang termasuk kategori positif.

Peneliti beranggapan bahwa sebagian besar responden memiliki sikap yang positif. Dikarenakan mereka mempunyai rasa ingin tau yang besar pada saat mereka mengalami nyeri haid, dengan mereka melihat informasi-informasi banyak di media yang bisa mereka akses dan penyuluhan yang mereka temui baik dari orang terdekat maupun dari wilayah kesehatan. Peneliti mendapatkan informasi bahwa dari mereka sudah melakukan penanganan nyeri haid yang positif baik untuk diri sendiri maupun memberitahukan pada orang disekitarnya dengan mudah di lakukan di rumah maupun di luar rumah, sehingga mereka mendapatkan gambaran yang positif dalam menangani atau menghadapi nyeri haid saat melanda.

Asumsi ini didukung oleh penelitian (Sulymbona, 2024) dengan hasil penelitian 181 responden diperoleh bahwa sikap mahasiswa tentang penanganan dismenore dengan kategori positif ada sebanyak 100 responden, bahwa remaja yang memiliki sikap positif terhadap dismenore dikarenakan mereka memiliki akses yang relevan untuk mencari sumber informasi mengenai dismenore, di dukung oleh penelitian (Saputri, 2022) dengan hasil penelitian diperoleh bahwa sikap kategori positif tentang penanganan dismenore primer ada sebanyak 56 orang, yang mengatakan bahwa remaja puteri yang memiliki sifat positif terhadap penanganan dismenore karena adanya bekal pengetahuan mengenai dismenore. Sikap tumbuh diawali dengan pengetahuan yang dipersepsikan sebagai suatu hal yang positif maupun negatif, kemudian ditanamkan ke dalam dirinya.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan jumlah sampel 53 responden mengenai "Gambaran Sikap Penanganan Dismenore Pada Remaja Puteri di SMA Swasta St. Petrus Medan Tahun 2024," ditemukan bahwa sikap terhadap dismenore secara umum masih tergolong negatif. Secara spesifik, sebanyak 44 responden (83,0%) menunjukkan sikap negatif terhadap tanda

dan gejala dismenore, sedangkan 27 responden (50,9%) memiliki sikap negatif terhadap pencegahan dismenore. Selain itu, 33 responden (62,3%) juga menunjukkan sikap negatif terhadap penanganan dismenore. Secara keseluruhan, penelitian ini mengungkapkan bahwa 44 responden (83,0%) berada dalam kategori sikap negatif terhadap penanganan dismenore, menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap mengenai penanganan dismenore di kalangan remaja puteri di SMA Swasta St. Petrus Medan masih perlu ditingkatkan.

DAFTAR REFERENSI

- Agustin, M., Purwani, K., & Aulia, H. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Menghadapi Dismenore Pada Remaja Putri Di Smk Daya Utama Bekasi Tahun 2021. *Afiat*, 7(2), 58–67. <https://doi.org/10.34005/afiat.v7i2.2136>
- Agustin, M., Purwani, K., & Aulia, H. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Menghadapi Dismenore Pada Remaja Putri Di Smk Daya Utama Bekasi Tahun 2021. *Afiat*, 7(2), 58–67. <https://doi.org/10.34005/afiat.v7i2.2136>
- Agustina, W., & Hidayat, F. R. (2020). Hubungan Sikap tentang Penanganan Dismenore dengan Tindakan dalam Penanganan Dismenore Mahasiswi Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Samarinda. *Borneo Student Research*, 1(3), 2156–2161. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/884>
- Agustina, W., & Hidayat, F. R. (2020). Hubungan Sikap tentang Penanganan Dismenore dengan Tindakan dalam Penanganan Dismenore Mahasiswi Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Samarinda. *Borneo Student Research*, 1(3), 2156–2161. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/884>
- Akbar, M. I. A., Brahmana, A. T., & Hendy, H. (2020). *Ginekologi Praktis Komprehensif* (E. Febrianto (ed.)). (H. H. Muhammad Ilham Aldika Akbar, Brahmana Askandar Tjokroprawiro (ed.)). Airlangga University Press.
- Akbar, M. I. A., Brahmana, A. T., & Hendy, H. (2020). *Ginekologi Praktis Komprehensif* (E. Febrianto (ed.)). (H. H. Muhammad Ilham Aldika Akbar, Brahmana Askandar Tjokroprawiro (ed.)). Airlangga University Press.
- Chaerunissa, R. V., & Risdiana, R. (2023). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Sosial Pada Remaja Di SMK Pelita Alam Kota Bekasi Tahun 2023. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(3), 710–723.
- Chaerunissa, R. V., & Risdiana, R. (2023). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Sosial Pada Remaja Di SMK Pelita Alam Kota Bekasi Tahun 2023. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 3(3), 710–723.
- Dhito Dwi Pramardika. (2019). *Panduan Penanganan Dismenore (Edisi Pert)*. Grup Penerbitan CV Budi Utama.

- Dr. Ivan Elisabeth Purba, M. Kes, N. (2023). *Gambaran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Terhadap Lansia terhadap pelaksanaan vaksinasi covid-19* (S. S. . Ose Dao (ed.)). Umsu Press.
- Ernawati sinaga Dkk. (2017). *Manajemen kesehatan menstruasi*. In *Manajemen kesehatan menstruasi* (Issue April). Universitas Nasional.
- Heru Purnomo, SKep., Ns., Mk. (2024). *Psikologi Remaja Dan Permasalahannya* (M. K. La Ode Alifariki, S.Kep., Ns. (ed.)). PT Media Pustaka Indo.
- Indah, Firdayanti, & Nadyah. (2023). *Jurnal midwifery*. *Akademi Bidan*, 1(2), 68–78. <https://doi.org/10.24252/jmw.v6i1.45167>
- Isnainy, U. C. A. S., Sari, Y., & Keswara, U. R. (2021). *Kompres Hangat Untuk Menurunkan Disminore Di Desa Padang Tambak Kecamatan Way Tenong Kabupaten Lampung Barat*. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 4(3), 509–514. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i3.2827>
- Jalal, M. N., Noorhapizah, Safiah, I., Saryanto, & Dhiu. (2022). *Teori Perkembangan Peserta Didik* (N. Saputra (ed.)). Yayasan Penerbit Muhammad Jainsi.
- Jumaisah, Sri Wahyuni, & Veny Elita. (2023). *Gambaran Mekanisme Koping Keluarga Dalam Menghadapi Perilaku Agresif Pada Pasien Skizofrenia*. In *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)* (Vol. 6, Issue 1). <https://doi.org/10.33369/jvk.v6i1.25069>
- Khoerul ummah. (2022). *Perbandingan Efektifitas Kompres Hangat Dan Dingin Terhadap Penurunan Skala Nyeri Desminore Pada Remaja Putri Usia 12-15 Tahun Di SMPN 13 PESAWARAN*. *האקדמיה*, 5(8.5.2017), 2003–2005.
- Kristian Febriani Br. (2021). *Gamabran Pengatahuan Dan Sikap Putri Dalam Menangani Dismenore Di Sma Airlangga Namu Ukur Tahun 2021*. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 3(April), 49–58.
- Lindiawati, L., Hisni, D., & Suralaga, C. (2022). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Penatalaksanaan Dismenore Pada Remaja Putri Di Kelurahan Cimpaeun Kota Depok*. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 2(2), 245–257. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v2i2.5910>
- Lusi Andriani, S.S.T., M. K. (2022). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Perencanaan Masa Depan* (Moh.Nasrudin (ed.); Cetakan 1). PT Nasyah Ekspanding Manajemen.
- Meilitha Carolina, Ayu Puspita, & Selvi Indriana. (2023). *Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Orang Tua Dalam Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Mantangai Hilir Puskesmas Mantangai*. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 2(2), 50–55. <https://doi.org/10.55606/klinik.v2i2.1251>
- Muchlishatun Ummiyati. (2023). *Terapi Komplementer Dysmenorrhea* (A. Nurdiana (ed.); Cetakan 1). Rena Cipta Mandiri.
- Mustayah, et., A. (2022). *Bahan Ajar Psikologi Untuk Keperawatan (Pemberian Dosen)*. Penerbit NEM. http://perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id/index.php/web_v2/detail/2134_155 MUS b/p

- Noviani, A. (2022). Pendidikan Kesehatan Tentang Cara Mengatasi Nyeri Haid (Dismenore) Dengan Terapi Non Farmakologis Di Man 1 Karanganyar. *Buguh: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(4), 25–30. <https://doi.org/10.23960/buguh.v2n4.1221>
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*.
- Polit, & Beek. (2012). *Nursing Reseach Apprasing Evidence for Practice*, Llippincott Williams dan Wilkins.
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2012). *Nursing research principle & methods (Seven Edit)*. Wolters Kluwer Health.
- Puspita, D. A. (2022). Gambaran Pengetahuan Dan Penanganan Dismenorea Pada Remaja Putri Di Desa Ngrayung Kecamatan Plumpang Kabupaten Tuban. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 6(2), 117. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v6i2.3642>
- Ratnasari, E., Sari, melda indah, & Fajrin, N. (2019). Gambaran faktor-faktor yg berhubungan dengan pengetahuan remaja putri terhadap penangan. *Jurnal Stikes Muhammadiyah Cirebon*, 5(3), 248–253.
- 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>
- Santiya, D. I., Mahmudah, N., & Putri, I. M. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Dalam Mengatasi Dismenore Pada Mahasiswi Prodi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta. *Jurnal Sehat Mandiri*, 17(2), 123–132. <https://doi.org/10.33761/jsm.v17i2.767>
- Saputri, N., Astuti, S. A. P., & Rizky, A. W. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan Penanganan Dismenore Primer Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(3), 1804.
- Sari, R. J., & Maimunah, R. (2021). Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Dismenorea di Dusun 1 Sambirejo Kec. Binjai Kab. Langkat Tahun 2021. *Jurnal Kebidanan Flora*, 69–72.
- Sulymbona, N. (2024). Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Sikap Dalam Menghadapi Dismenore Pada Remaja Putri Di Kelas X Sma N 1 Salem Kabupaten Brebes. *Media Ilmiah Kesehatan Indonesia*, 2(1), 10–18. <https://doi.org/10.58184/miki.v2i1.214>
- Swandari, A. (2022). *Buku Ajar Intervensi Fisioterapi Pada Kasus Dismenore. Intrvensi Fisioterapi Pada Kasus Dismenore*, 1–59.
- Triningsih, R. W., & Mas’udah, E. K. (2023). Studi Literatur: Mengurangi Dismenorea Melalui Penanganan Komplementer. *Jurnal Kebidanan*, 12(1), 46–56. <https://doi.org/10.47560/keb.v12i1.489>
- Tsamara, G., Raharjo, W., & Ardiani Putri, E. (2020). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Program Studi The Relationship Between Lifestyle with The Incident of Primary Dysmenorrhoea in Medical Faculty Female Students of

Tanjungpura University. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 2(3), 130–140.

Untari, I. (2015). Gambaran Tanda Dan Gejala Pre Menstrual Syndrome Pada Remaja Putri Di Smk N 9 Surakarta. *Ekp*, 13(September 2014), 113–121.

Velásquez, D. (2018). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Tentang Dismenore Pada Remaja Putri Di SMA NEGERI 10 Medan. *New England Journal of Medicine*, 372(2), 2499–2508.

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/7556065><http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=PMC394507><http://dx.doi.org/10.1016/j.humpath.2017.05.005><https://doi.org/10.1007/s00401-018-1825-z><http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27157931>

Wada, F. H., Fionanda, E., Satriawan, M. I., Hasiolan, & Prima. (2024). Hubungan tingkat pengetahuan remaja putri terhadap sikap penanganan dismenore. *JINTAN: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 4(1), 160–169.

Widyanthi, N. M., Resiyanthi, N. K. A., & Prihatiningsih, D. (2021). Gambaran Penanganan Dismenorea Secara Non Farmakologi Pada Remaja Kelas X Di Sma Dwijendra Denpasar. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(6), 1745–1756.

Yusrizal. (2015). *Tanya Jawab Seputar Pengukuran Penilaian Dan Evaluasi* (M. P. Dr. Ramli (ed.); Edisi Pert). Syiah Kuala University Press.