

## PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN MAHASISWI TINGKAT I PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN TENTANG PEMBERIAN KOMPRES HANGAT DALAM PENANGANAN NYERI HAID (DISMENORE) DI STIKES EKA HARAP PALANGKA RAYA

*The Effect Of Health Education On Students' Knowledge Level Level I Nursing SI Study Program Regarding Compressing Warm In Management Pain (Dysmenore) At Eka Harap Stikes Palangka Raya*

Vita Natalia <sup>1\*</sup>

Neneng Safitri <sup>2</sup>

Rizki Muji Lestari <sup>3</sup>

Devi Novia <sup>4</sup>

<sup>\*1,3</sup> Dosen Diploma III  
Kebidanan, STIKES Eka Harap,  
Palangka Raya, Kalimantan  
Tengah, Indonesia

<sup>\*2</sup> Dosen Sarjana Kesehatan  
Masyarakat, STIKES Eka Harap,  
Palangka Raya, Kalimantan  
Tengah, Indonesia

<sup>\*2</sup> Mahasiswa Sarjana  
Keperawatan, STIKES Eka  
Harap, Palangka Raya,  
Kalimantan Tengah, Indonesia

\*email: [arsesiana@gmail.com](mailto:arsesiana@gmail.com)

### Abstrak

**Latar Belakang :** Dismenore merupakan rasa nyeri yang menyertai menstruasi sehingga mengganggu aktifitas sehari-hari. Ada beberapa cara untuk mengatasi dismenore, salahsatunya adalah kompres hangat. Kompres hangat membantu mengurangi rasa nyeri sehingga memberikan rasa nyaman karena berfungsi untuk memperlancar peredaran darah.

**Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Mahasiswi Tingkat I Program Studi SI Keperawatan Tentang Pemberian Kompres Hangat Dalam Penanganan Nyeri Haid (Dismenore) Di STIKes Eka Harap Palangka Raya.

**Metode :** Penelitian ini menggunakan *pra-eksperimental* dengan desain penelitian "one group pre test dan post test design. Pengambilan sampel menggunakan total sampling dan didapatkan sampel sebanyak 52 responden mahasiswi tingkat IA dan IB. Pengumpulan data menggunakan alat ukur kuisioner, kemudian data dianalisa menggunakan uji statistik non parametrik *wilcoxon sign rank test*.

**Hasil :** Berdasarkan uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh hasil dengan derajat kemaknaan  $p \leq 0,05$ , karena nilai *asympt sig = 0,000*, maka  $H_0$  ditolak yang berarti bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan.

**Kesimpulan :** Dapat disimpulkan bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan terdapat peningkatan tingkat pengetahuan responden. Diharapkan penelitian selanjutnya dapat mengembangkan penelitian yang terkait dengan berbagai gangguan menstruasi pada mahasiswi.

### Kata Kunci:

Pendidikan Kesehatan  
Mahasiswi  
Dismenore  
Kompres Hangat  
Tingkat Pengetahuan

### Keywords :

Health Education  
Dysmenorrhea  
Warm Compress  
Knowledge Levels

### Abstract

**Background :** Pain during the menstrual period is called dysmenorrhea. This pain is felt in the lower side of abdomen or micturition. The pain can be felt before, during or after menstruation, can be colic or continuously. Students said that they experienced the pain during menstruation. Warm compress can relieve the pain because its function is to improve blood circulation.

**Objective :** The effect of health education on knowledge levels of first years students of nursing study program about giving warm compress to deal with dysmenorrhea in STIKes Eka Harap Palangka Raya.

**Methods :** This research used pre-experimental method with one group pretest posttest design. The sample was chosen by using total sampling which consisted of 52 respondents of students IA and IB degree. The data were collected by using questionnaire, and analyzed by using non parametric statistics *wilcoxon signed ranks test*.

**Results :** Based on statistical test of *wilcoxon signed ranks test* with *p* value was 0.05, because the *sig asympt value=0.000*, then  $H_0$  was rejected which means that there is an effect of health education on knowledge levels.

**Conclusion:** It was concluded that after a given health education there is an increased level of knowledge. Expected further research can develop research related to a variety of menstrual disorders in female students.



## PENDAHULUAN

Menstruasi atau haid adalah keluarnya darah dari dalam rahim melalui vagina. Darah yang keluar sebagai akibat dari meluruhnya lapisan dalam rahim yang mengandung pembuluh darah serta sel telur yang dibuahnya. Menstruasi ini akan datang secara teratur setiap bulan. Normalnya, setiap wanita pasti akan mengalami proses ini, meski waktu menstruasi pertama kali serta lamanya menstruasi pada setiap wanita itu berbeda-beda. Nyeri sewaktu haid disebut Dismenore. Nyeri ini terasa di perut bagian bawah dan atau di daerah bujur sangkar michaelis. Nyeri dapat terasa sebelum, selama dan sesudah haid dapat bersifat kolik atau terus menerus. Dismenore adalah rasa nyeri menyertai menstruasi yang mengganggu aktivitas kehidupan sehari-hari (Chandranita manuba, 2010: 631). Dismenore yakni nyeri menstruasi dikarakteristikan sebagai nyeri singkat sebelum awitan atau selama menstruasi. Nyeri ini berlangsung selama satu sampai beberapa hari selama menstruasi. Dismenore dibagi menjadi dua bagian, yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder (Reeder, sharon j 2011: 264). Fenomena yang ditemukan oleh peneliti pada tanggal 18 Maret 2016 di tingkat IA dan IB prodi SI Keperawatan mahasiswa mengatakan mengalami nyeri pada saat haid dan biasanya ketika mereka mengalami nyeri haid hanya dibiarkan, sebagian ada yang meminum air hangat untuk mengurangi nyeri dan mereka juga tidak mengetahui kalau kompres hangat dapat mengurangi nyeri pada saat haid.

Menurut data dari WHO didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenore dengan 10-15% mengalami dismenore berat. Di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 107.673 jiwa (64,25%), yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89%) mengalami dismenore primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami dismenore sekunder (Info Sehat, 2010). Sementara di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan usia produktif yang tersiksa oleh nyeri

saat menstruasi. Walaupun pada umumnya tidak berbahaya, namun sering kali dirasa mengganggu bagi wanita yang mengalaminya. Angka kejadian dismenore tipe primer di Indonesia adalah sekitar 54,89%, sedangkan sisanya adalah penderita dengan tipe sekunder (Proverawati, 2014: 82). Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 18 Maret 2016 di tingkat IA berjumlah 3 orang dan IB berjumlah 3 orang Prodi SI Keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya responden mengatakan mengalami nyeri pada saat haid dan responden juga mengatakan tidak tahu kalau kompres hangat bisa digunakan untuk menurunkan nyeri haid (dismenore).

Pendidikan kesehatan adalah suatu proses perubahan pada diri manusia yang ada hubungannya dengan tercapainya tujuan kesehatan perorangan atau masyarakat. Pendidikan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang yang bisa digunakan untuk mengubah sikap ataupun hanya menambah wawasan. Pengetahuan sangat berhubungan dengan pendidikan, dimana pendidikan merupakan salah satu kebutuhan dasar untuk mengembangkan diri hasil penelitian Ni Putu Mirah Ayu,dkk 2015. Nyeri pada saat menstruasi atau haid sering dikeluhkan seorang wanita sebagai sensasi tidak nyaman, bahkan karena timbulnya nyeri tersebut dapat mengganggu aktivitas dan memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan atau aktivitas rutinnnya selama beberapa jam atau hari. Keluhan nyeri haid sering dikeluhkan oleh mahasiswa khususnya mahasiswa semester II STIKes Eka harap Palangka Raya. Mahasiswa sering mengeluh sakit pada daerah perut dan sering mengganggu aktivitas mereka. Hal yang dapat dilakukan mahasiswa semester II STIKes Eka harap Palangka Raya untuk mengatasi nyeri haid adalah dengan tidur, istirahat, dibiarkan, dan minum obat. Dampak dari nyeri haid terhadap mahasiswa yaitu dapat mengganggu aktivitas belajar di kampus dan tidak dapat melakukan aktivitas sehari-hari. Apabila nyeri yang dirasakan sangat berat, maka akan membuat mahasiswa tidak masuk kuliah dan menyebabkan

prestasi belajar mahasiswi menjadi menurun. Mengurangi rasa nyeri pada dismenore dapat dilakukan dengan beberapa cara, misalnya penggunaan kompres hangat, mengkonsumsi obat-obatan analgetik, olahraga teratur, akupuntur dan mengkonsumsi produk-produk herbal yang telah dipercaya khasiatnya.

Berdasarkan penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya didapatkan informasi bahwa efektifitas kompres hangat dapat menurunkan rasa nyeri. Kompres air hangat merupakan salah satu upaya tindakan non farmakologis. Kompres hangat dapat mengatasi nyeri haid karena kompres hangat berfungsi untuk memperlancar sirkulasi darah. Melalui pemberian panas, pembuluh-pembuluh darah akan melebar, sehingga akan memperbaiki peredaran darah di dalam jaringan tersebut. Melalui cara ini penyaluran zat asam dan makanan ke sel-sel diperbesar dan pembuangan dari zat-zat diperbaiki, sehingga dapat mengurangi rasa nyeri yang disebabkan suplai darah ke endometrium berkurang. Banyak wanita yang belum mengetahui cara penanganan nyeri haid, sehingga dapat menimbulkan masalah bagi wanita tersebut ketika haid. Setiap wanita memiliki cara untuk mengatasi nyeri haid antara lain dengan menggunakan kompres hangat, mandi air hangat, teknik relaksasi, istirahat, obat-obatan, dan lain-lain. Berdasarkan fenomena ini, peneliti tertarik meneliti Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Mahasiswi Tingkat I Program Studi SI Keperawatan Tentang Pemberian Kompres Hangat Dalam Penanganan Nyeri Haid (Dysmenore) di STIKes Eka Harap Palangka Raya.

## METODE PENELITIAN

Dilihat dari cara pengumpulan dan pengolahan data, maka penelitian dan pembahasan ini merupakan penelitian dengan rancangan penelitian *pra-eksperimental* yaitu "one group pre test and post test design" yaitu sebuah desain penelitian yang

digunakan dengan cara memberikan tes awal dan tes akhir terhadap sampel penelitian kelompok tunggal.

Subjek	Pra	Perlakuan	Pasca-tes
K	O	I	OI
	Waktu 1	Waktu 2	Waktu 3

*One Group Pra Post Test Design*

Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*, yaitu 52 orang mahasiswi tingkat I prodi SI Keperawatan di STIKes Eka Harap Palangka Raya

Waktu penelitian adalah jangka waktu yang dibutuhkan penulis untuk memperoleh data penelitian yang dilaksanakan, yaitu pada tanggal 29 Mei-31 Juni 2015.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan kuisisioner.

Uji validitas pada penelitian ini yaitu untuk kuisisioner tingkat pengetahuan dengan menggunakan 18 responden yang dilakukan pada mahasiswi di tingkat I D3 Keperawatan STIKes Eka Harap Palangka Raya.

Analisis data dilakukan analisis univariat dan bivariat. Analisa univariat terdiri dari data umum responden yaitu nama (inisial), umur, jurusan terakhir, apakah pernah mendapatkan informasi tentang kompres hangat untuk menangani nyeri haid (dysmenore), dan sumber informasi jika pernah mendapatkan informasi seperti: petugas kesehatan, keluarga, media massa (majalah, koran), media elektronik (televisi, radio) dan tidak pernah mendapat sumber informasi.

Analisis bivariat dilakukan untuk melihat perbedaan masing-masing variabel dependen dan independen, perbedaan dianggap bermakna bila nilai *p* adalah  $< \text{level of significance} (< 5\% = 0,05)$ . Analisis data ada 2 untuk uji beda berpasangan (Uji *Wilcoxon*).

Prinsip etika penelitian tetap dilakukan untuk melindungi subjek penelitian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL

Analisis pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan.

**Tabel 4.3** hasil uji wilcoxon tingkat pengetahuan mahasiswi

	N	Mean	Std. Daviation	Asymp. Sig. (2-tailed)
Tingkat Pengetahuan ( <i>pre-test</i> ) sebelum penkes	52	2,85	0,415	0,000
Tingkat Pengetahuan ( <i>post-test</i> ) setelah penkes	52	1,81	0,525	

Berdasarkan hasil analisa uji statistik Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Mahasiswi Tingkat I Program Studi SI Keperawatan Tentang Pemberian Kompres Hangat Dalam Penanganan Nyeri Haid (Dismenore) Di STIKes Eka Harap Palangka Raya, didapatkan nilai dari *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan derajat kemaknaan  $p \leq 0,05$ , karena nilai *asympt sig* = 0,000, maka  $H_0$  ditolak yang berarti bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan.

**PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil analisa uji statistik Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Mahasiswi Tingkat I Program Studi SI Keperawatan Tentang Pemberian Kompres Hangat Dalam Penanganan Nyeri Haid (Dismenore) Di STIKes Eka Harap Palangka Raya, nilai *pre test* dan *post test* tingkat pengetahuan responden didapatkan nilai dari *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan derajat kemaknaan  $p \leq 0,05$ , karena nilai *asympt sig* = 0,000, maka  $H_0$  ditolak yang berarti bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan.

Pendidikan kesehatan adalah proses perubahan perilaku yang dinamis, dimana perubahan tersebut bukan sekedar proses transfer materi/teori dari

responden ke responden lain dan bukan pula seperangkat prosedur, akan tetapi perubahan tersebut terjadi adanya kesadaran dari dalam diri individu, kelompok atau masyarakat sendiri (Iqbal Mubarak, W, dkk. 2007: 8). Pendidikan kesehatan adalah proses yang direncanakan dengan sadar untuk menciptakan peluang bagi individu-individu untuk senantiasa belajar memperbaiki kesadaran (*literacy*) serta meningkatkan pengetahuan dan keterampilannya (*life skills*) demi kepentingan kesehatan (Efendi, Ferry. 2009: 196). Pendidikan kesehatan merupakan bentuk intervensi terutama terhadap faktor perilaku. Namun demikian, ketiga faktor yang lain (lingkungan, pelayanan kesehatan, dan hereditas) juga memerlukan intervensi pendidikan kesehatan (Notoatmodjo 2012: 14). Pendidikan kesehatan mempengaruhi tingkat pengetahuan responden. Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu responden terhadap objek melalui indera yang dimilikinya (Notoatmodjo, 2010: 50), dan pengetahuan adalah sebagai suatu pembentukan yang terus menerus oleh responden yang setiap saat mengalami organisasi karena adanya pemahaman-pemahaman baru (Budiman, 2013: 3). Faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan responden terdiri dari pendidikan, usia, minat, pengalaman dan lingkungan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat kesamaan antara fakta dan teori, dimana terdapat perbedaan dari hasil *pre-test* dan *post-test*, didapatkan terjadi peningkatan tingkat pengetahuan mahasiswi karena adanya informasi yang terima melalui pendidikan kesehatan. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan masih banyak responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang disebabkan karena kurangnya informasi dan sumber informasi yang didapatkan oleh mahasiswi, namun setelah diberikan pendidikan kesehatan terjadi peningkatan dari responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang menjadi tingkat pengetahuan cukup dan baik. Hal

tersebut karena pendidikan kesehatan merupakan cara responden untuk menyampaikan informasi tentang kesehatan kepada sekelompok responden dari yang tidak tahu menjadi tahu, yang bertujuan untuk menambah pengetahuan atau wawasan kepada responden agar dapat terlaksananya perilaku hidup sehat dalam upaya meningkatkan kesehatannya. Dengan adanya pemberian pendidikan kesehatan tersebut dapat mengambil keputusan secara sadar dan dapat mempengaruhi kesejahteraan diri, keluarga dan masyarakat. Sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non-formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek (*immediate impact*) sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Namun, perlu ditekankan bahwa kurangnya sumber informasi yang didapatkan oleh mahasiswa akan mempengaruhi tingkat pengetahuan.

## KESIMPULAN

Data *pre-test* dan *post-test* yang telah didapatkan kemudian dibuat dan dianalisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* sehingga didapatkan hasil bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan. Hal ini dibuktikan karena nilai  $asympt sig = 0,000$  dengan derajat kemaknaan  $p \leq 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak yang berarti bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan, maka dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan. Hal tersebut karena pendidikan kesehatan merupakan cara seseorang untuk menyampaikan informasi tentang kesehatan kepada sekelompok orang dari yang tidak tahu menjadi tahu, yang bertujuan untuk menambah pengetahuan atau wawasan kepada responden agar dapat terlaksananya perilaku hidup sehat dalam upaya meningkatkan kesehatannya.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis sadar banyak hambatan dalam proses penyusunan penelitian ini, dikarenakan keterbatasan kemampuan penulis sendiri. Oleh karena itu penulis sampaikan terimakasih pada semua pihak, utamanya kepada

1. Ketua Yayasan Eka Harap
2. Ketua Stikes Eka Harap

## DAFTAR PUSTAKA

1. Manuaba I.B.G. 2010. *Kapita Selekta Penatalaksanaan Rutin Obstetri Ginekologi dan KB*. Jakarta: Buku Kedokteran.
2. Proverawati dan Misaroh, 2009, *Menarch Menstruasi Pertama Penuh Makna*, Jakarta: Numed
3. Notoadmojo, 2012. *Promosi Kesehatan Dan perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
4. Notoadmojo, 2010. *Promosi Kesehatan Dan perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
5. Budiman & Agus, 2013. *Kapita Selekta Kuesioner*. Jakarta: Salemba medika
6. Hidayat, A. Aziz Alimul. 2009. *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
7. Erlenie Dia, S.St. 2016. *Pengaruh Pemberian Kunyit (Curcuma Domestica Val) Dan Asam Jawa (Tamarindus Indica L) Terhadap Penurunan Nyeri Haid (Dismenore) Primer Padamahasiswa D3 kebidanan Angkatan 2014 Semester Vi 2016 poltekkes Kemenkes Banjarmasin*. Brawijaya Malang
8. Hurlock, E.B, 1999. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga
9. Hidayat, A. Aziz Alimul. 2008. *Metode Penelitian Keperawatan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
10. Perry & Potter, 2008. *Buku Kedokteran Buku Fundamental Keperawatan*. Jakarta: EGC

11. Darmojo, R. B Dan Martono H. H. 2006. *Geriatrici. Edisi ke-3*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
12. Morgan, Geri, 2009. *Ginekologi & Obsetri: Panduan Praktik. Edisi 2*. Jakarta: EGC