

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Analisis Data

Dari hasil penelitian mengenai Hubungan Tingkat Pengetahuan Dismenore Dengan Perilaku Remaja Putri Dalam Upaya Pencegahan Dismenore di SMPN 2 Ciamis adalah sebagai berikut :

a. Analisis Univariat

1) Gambaran Tingkat Pengetahuan

Hasil Data Frekuesni Tingkat Pengetahuan Dismenore Pada Remaja Putri di SMPN 2 Ciamis sebagai berikut :

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Dismenore Pada Remaja Putri di SMPN 2 Ciamis 2026

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	65	78,3%
Kurang	18	21,7%
Total	83	100%

Berdasarkan tabel 4.1 didapatkan hasil dari 83 responden di SMPN 2 Ciamis bahwa hampir seluruh responden memiliki pengetahuan yang baik mengenai dismenore yaitu sebanyak 65 orang remaja putri (78,3%), dan hanya sebagian kecil responden memiliki pengetahuan yang kurang sebanyak 18 orang remaja putri (21,7%).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri telah memiliki pemahaman yang baik mengenai dismenore, sehingga

diharapkan mampu mengenali gejala, melakukan penanganan awal yang tepat, serta menerapkan upaya pencegahan atau pengelolaan nyeri haid dengan lebih baik. Meskipun demikian, masih terdapat sebagian responden dengan tingkat pengetahuan yang kurang, sehingga diperlukan upaya edukasi kesehatan secara berkelanjutan untuk meningkatkan pengetahuan mereka.

2) Gambaran Perilaku

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Perilaku Remaja Putri Dalam Upaya Pencegahan Dismenore di SMPN 2 Ciamis 2026

Perilaku Remaja	Frekuensi	Presentase (%)
Positif	64	77.1%
Negatif	19	22.9%
Total	83	100%

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan hasil dari 83 responden bahwa remaja putri di SMPN 2 Ciamis hampir seluruh responden memiliki perilaku yang positif sebanyak 64 orang 77,1% terhadap pencegahan dismenore, dan sebagian kecil responden memiliki perilaku negatif sebanyak 19 orang 22,9%.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri telah menerapkan perilaku yang baik dalam upaya pencegahan dismenore, seperti menjaga pola hidup sehat dan melakukan tindakan pencegahan saat menstruasi. Namun, masih terdapat sebagian responden yang memiliki perilaku negatif, sehingga diperlukan edukasi dan pembinaan kesehatan

secara berkelanjutan agar seluruh remaja putri mampu menerapkan perilaku pencegahan dismenore secara optimal.

b. Analisis Bivariat

Tabel 4. 3 Hubungan Tingkat Pengetahuan Dismenore Dengan Perilaku Remaja Putri Dalam Upaya Pencegahan Dismenorea di SMPN 2 Ciamis 2026

No	Tingkat Pengetahuan Remaja	Perilaku Remaja						p value
		Negatif		Positif		Jumlah		
		F	%	F	%	F	%	
1	Kurang	16	19,3	2	2,4	18	21,7	0,001
2	Baik	3	3,6	62	74,7	65	78,3	
Jumlah		19	22,9	64	77,1	83	100	

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 65 responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik, sebagian besar memiliki perilaku positif dalam upaya pencegahan dismenore yaitu sebanyak 62 responden (74,7%), dan hanya sebagian kecil responden yang memiliki perilaku negatif yaitu sebanyak 3 orang (3,6%).

Sedangkan dari 18 responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang, sebagian kecil responden memiliki perilaku negatif yaitu sebanyak 16 responden (19,3%), dan hanya sebagian kecil responden yang memiliki perilaku positif yaitu sebanyak 2 orang (2,%).

Hasil uji statistik menggunakan Spearman Rank diperoleh nilai p value sebesar 0,001 ($< 0,05$) dengan $r = 0,827$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dismenore dengan

perilaku remaja putri dalam upaya pencegahan dismenore di SMPN 2 Ciamis 2026.

B. Pembahasan

1. Tingkat Pengetahuan Remaja di SMPN 2 Ciamis

Didapatkan dari 83 responden menghasilkan bahwa hampir seluruh responden di SMPN 2 Ciamis memiliki pengetahuan yang baik mengenai dismenore yaitu sebanyak 65 (78,3%), dan hanya sebagian kecil responden di SMPN 2 Ciamis yang memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak 18 responden (21,7%).

Pada penelitian ini menunjukan sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik. Ada beberapa faktor yang berkaitan pengetahuan yaitu faktor pendidikan, usia, pengalaman, informasi, dan media, lingkungan, sosial, dan budaya, serta peran keluarga. (Adolph, 2016), Fitri & Akbar, (2021).

Pengetahuan adalah hasil dari proses kognitif dan muncul dari pengalaman terhadap objek tertentu. Persepsi sensorik terjadi melalui lima indra manusia: penglihatan, pendengaran, penciuman, pengecap, dan sentuhan. Pengetahuan, atau lebih tepatnya kemampuan kognitif, merupakan faktor penting dalam membentuk tindakan manusia (Notoatmodjo, 2016).

Masa remaja adalah periode perkembangan utama yang ditandai dengan pertumbuhan organ seksual, yang memungkinkan individu untuk bereproduksi. Berbagai perubahan hormonal, fisik, psikologis, dan sosial terjadi selama periode ini, yang secara kolektif dikenal sebagai pubertas. Bagi remaja putri,

menstruasi adalah salah satu indikator pubertas. Meskipun siklus menstruasi normal diharapkan, banyak wanita mengalami ketidaknyamanan atau nyeri hebat selama menstruasi. Kondisi menstruasi yang menyakitkan ini secara medis dikenal sebagai dismenore (Honorius, Aririn, 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Mardiyah dan Rizal (2024), yang menemukan bahwa sebagian besar remaja memiliki pemahaman yang baik tentang dismenore, sehingga memungkinkan mereka untuk lebih memahami dan mengelola ketidaknyamanan menstruasi. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pengetahuan yang baik sangat penting untuk pengembangan perilaku kesehatan reproduksi remaja. Penelitian oleh Karmila, Hermanto, dan Rosela (2024) juga menunjukkan bahwa pengetahuan remaja tentang dismenore memengaruhi perilaku mereka dalam mengelola ketidaknyamanan menstruasi. Oleh karena itu, peningkatan pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah sangat penting untuk mempertahankan dan memperluas pengetahuan remaja.

Hal ini berkesinambungan dengan penelitian oleh Honorius, Aripin, (2019) Secara keseluruhan, mahasiswa memiliki pengetahuan yang baik tentang dismenore (67 mahasiswa, 77,9%). Sebagian besar siswa memiliki sikap positif terhadap dismenore (53 mahasiswa, 61,6%). Mekanisme penanganan mereka juga umumnya baik (31 mahasiswa, 36%). Hal ini menunjukkan bahwa hampir seluruh responden mempunyai tingkat pengetahuan yang baik sehingga informasi mengenai dismenore sangat berpengaruh dalam tingkat pengetahuan.

Dari hasil observasi di SMPN 2 Ciamis, sebagian besar remaja putri memiliki pemahaman yang baik tentang dismenore. Hal ini terlihat dari kemampuan mereka untuk menjawab sebagian besar pertanyaan, termasuk memahami definisi, penyebab, tanda, dan gejala, serta pengobatan yang tepat untuk dismenore. Beberapa faktor berkontribusi pada tingkat pengetahuan yang tinggi ini, seperti akses terhadap informasi kesehatan di sekolah, melalui media sosial, dari tenaga kesehatan profesional, dan melalui pengalaman mereka sendiri selama menstruasi. Lebih lanjut, internet dan kurikulum sekolah sekarang memberikan akses yang lebih mudah kepada remaja putri terhadap informasi tentang kesehatan reproduksi, sehingga meningkatkan kesadaran. Pengetahuan positif ini juga mendorong perilaku sehat untuk pencegahan dan penanganan dismenore pada remaja, seperti gaya hidup sehat, istirahat yang cukup, dan strategi mengatasi nyeri menstruasi yang tepat.

Sebagian besar remaja putri dalam studi SMPN 2 Ciamis memiliki pengetahuan yang baik tentang dismenore. Peneliti percaya bahwa hal ini dipengaruhi oleh faktor pendidikan, pengalaman pribadi selama menstruasi, dan kemudahan akses informasi kesehatan melalui media sosial, internet, dan sekolah. Lebih lanjut, pendidikan kesehatan reproduksi yang diberikan oleh tenaga kesehatan dan pendidik dapat meningkatkan pemahaman remaja putri tentang dismenore dan pencegahannya.

2. Perilaku Remaja Terhadap Pencegahan Dismenore

Dari 83 responden didapatkan hasil bahwa hampir seluruh responden di SMPN 2 Ciamis yaitu 64 responden (77,1%) memiliki perilaku yang positif,

dan sebagian kecil dari responden yaitu 19 responden (22,9%) memiliki perilaku yang negatif terhadap pencegahan dismenore. Perilaku pencegahan dismenore dapat dipengaruhi oleh biologis, fisiologis, dan gaya hidup.

Pencegahan dismenore dapat dipengaruhi oleh perilaku kesehatan reproduksi remaja putri. Perilaku seperti olahraga teratur, pola makan sehat, istirahat yang cukup, manajemen stres, dan kebersihan pribadi yang baik selama menstruasi dapat membantu mengurangi risiko dan keparahan kram menstruasi. Selain itu, perilaku positif seperti mencari informasi kesehatan dan menjaga gaya hidup sehat memainkan peran penting dalam mencegah kram menstruasi pada remaja putri (Stikes et al., 2025).

Hasil penelitian ini berkesinambungan dengan penelitian Karmila, Hermanto, dan Rosela (2024), yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja menunjukkan perilaku positif dalam mengatasi dismenore, dan perilaku tersebut dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan responden. Penelitian ini menyarankan agar pendidikan kesehatan reproduksi melalui konseling, brosur informasi, dan media lainnya dilanjutkan untuk meningkatkan perilaku pencegahan terkait dismenore. Temuan ini juga didukung oleh penelitian Mardiyah dan Rizal (2024), yang menemukan bahwa remaja dengan pengetahuan yang lebih baik cenderung menunjukkan perilaku yang lebih tepat dalam mengatasi dan mencegah dismenore dibandingkan remaja dengan pengetahuan yang kurang.

Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Honorius, Aririn, (2019) Dalam penelitian ini, 53 (61,6%) responden memiliki sikap positif, sedangkan 28

(32,6%) menunjukkan sikap positif tetapi juga perilaku negatif. 27 (31,4%) memiliki sikap negatif tetapi juga menunjukkan perilaku negatif. Uji chi-square menghasilkan nilai p sebesar 0,013, yang menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dan perilaku dalam menangani dismenore. Hal ini konsisten dengan teori bahwa sikap memengaruhi kecenderungan seseorang untuk mengadopsi atau menghindari perilaku tertentu. Sikap dianggap sebagai proses kognitif individu. Ide yang baik memotivasi tindakan.

Perilaku remaja putri di SMPN 2 Ciamis hampir seluruh berperilaku positif, peneliti berasumsi bahwa hal tersebut dapat dipengaruhi karena SMPN 2 Ciamis menyediakan lingkungan sekolah yang mendukung pengembangan perilaku yang meningkatkan kesehatan di kalangan siswa-siswi, khususnya untuk pencegahan ketidaknyamanan menstruasi. Hal ini difasilitasi melalui pendidikan kesehatan berbasis sekolah, kepatuhan siswa terhadap gaya hidup sehat, dan akses mudah terhadap informasi melalui guru, media sosial, dan layanan medis sekolah. Lebih lanjut, perilaku positif seperti pola makan sehat, istirahat yang cukup, olahraga teratur, dan manajemen stres dapat mengurangi risiko ketidaknyamanan pada saat menstruasi yaitu adanya gejala dismenore.

3. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dismenore Dengan Perilaku Remaja Putri Dalam Upaya Pencegahan Dismenore

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari 83 responden bahwa hampir seluruh responden tingkat pengetahuan di SMPN 2 Ciamis memiliki pengetahuan yang baik mengenai dismenore yaitu sebanyak 65 responden (78,3%), dan hanya hampir sebagian responden di SMPN 2 Ciamis yang memiliki pengetahuan yang kurang yaitu sebanyak 18 responden 21,7

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari 83 responden bahwa hampir seluruh responden tingkat pengetahuan di SMPN 2 Ciamis memiliki pengetahuan yang baik mengenai dismenore yaitu sebanyak 65 reaponden (78,3%), dan hanya sebagian responden di SMPN 2 Ciamis yang memiliki pengetahuan yang kurang yaitu sebanyak 18 responden (21,7%).

Setiap manusia memiliki tingkat pengetahuan yang berbeda-beda. Tingkatan pengetahuan dimulai dari tahu (*know*), memahami (*comprehension*), aplikasi (*application*). Semakin tinggi tingkatan pengetahuan seseorang maka semakin tinggi pula kemampuan individu tersebut di dalam melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian tersebut inilah yang akan menjadi landasan seseorang untuk bertindak (Notoadmodjo, 2018).

Perilaku kesehatan dipengaruhi oleh persepsi individu terhadap kerentanan, keparahan penyakit, manfaat tindakan, hambatan yang dirasakan, isyarat untuk bertindak, dan efikasi diri. Pengetahuan yang baik akan membentuk persepsi remaja bahwa mereka rentan terhadap dismenore (*perceived susceptibility*), memahami dampak serius dari penyakit ini (*perceived severity*), serta menyadari manfaat dari tindakan pencegahan seperti menjaga kebersihan dan vaksinasi (*perceived benefits*). Pengetahuan juga dapat mengurangi hambatan seperti rasa malas atau anggapan bahwa dismenore bukan penyakit serius (*perceived barriers*), serta meningkatkan kepercayaan diri untuk menerapkan tindakan pencegahan (*self-efficacy*). Dengan demikian, hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dan

perilaku remaja dalam pencegahan dismenore mendukung teori HBM, di mana peningkatan pengetahuan menjadi dasar penting dalam pembentukan perilaku kesehatan yang baik. Dengan demikian, semakin baik tingkat pengetahuan remaja putri tentang dismenore, maka semakin baik pula perilaku mereka dalam upaya pencegahan dismenore.

Faktor yang mempengaruhi terjadinya perilaku positif seseorang adalah pengetahuan dimana menurut hasil penelitian pengetahuan dari remaja putri di SMPN 2 Ciamis didapatkan dari 83 responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik sehingga memiliki perilaku positif sebanyak 62 responden (74,7%), dan yang memiliki perilaku negatif sebanyak 3 responden (3,6%).

Temuan penelitian ini didukung oleh penelitian Karmila, Hermanto, dan Rosela (2024), yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dan perilaku remaja putri mengenai dismenore ($p = 0,001$). Penelitian ini menyimpulkan bahwa semakin baik pengetahuan remaja putri tentang dismenore, semakin baik pula perilaku mereka dalam mengelola dan mencegahnya. Demikian pula, penelitian Ambarwati dan Hestiyah (2022) menemukan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan remaja putri tentang dismenore dan perilaku mereka dalam mengelolanya. Oleh karena itu, peningkatan pendidikan tentang kesehatan reproduksi merupakan strategi penting untuk mendorong perilaku remaja putri yang sehat. Temuan ini memperkuat hasil penelitian ini, yang menunjukkan bahwa pendidikan merupakan cara efektif untuk mendorong perilaku pencegahan dismenore yang positif pada remaja putri.

Penelitian ini juga didukung oleh studi Karmila, Hermanto, dan Rosela (2024), yang menemukan korelasi signifikan antara pengetahuan dan perilaku pada remaja putri mengenai dismenore ($p = 0,001$). Studi tersebut menjelaskan bahwa tingkat pengetahuan yang lebih tinggi tentang dismenore di kalangan remaja putri dikaitkan dengan perilaku yang lebih positif dalam mengelola dan mencegahnya. Oleh karena itu, sangat disarankan agar pendidikan kesehatan diberikan melalui konseling, brosur informasi, poster, dan media lainnya untuk meningkatkan perilaku pencegahan dismenore di kalangan remaja putri.

Hasil studi lain oleh Indra Hizkia, Tampubolon, dan Hutahaean (2024) mengkonfirmasi temuan ini bahwa pengetahuan yang baik dikaitkan dengan sikap positif terhadap pengelolaan dismenore. Sikap positif ini menjadi dasar untuk mengembangkan perilaku yang meningkatkan kesehatan, karena mereka yang memahami manfaat suatu tindakan lebih termotivasi untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Peneliti berasumsi bahwa remaja putri yang memiliki tingkatan pengetahuan yang baik tentang pencegahan dismenore dipengaruhi oleh faktor pendidikan dan informasi, kemudian, perilaku remaja putri terhadap pencegahan dismenore dipengaruhi oleh faktor tingkat pengetahuan. Oleh karena itu peneliti menyimpulkan bahwa tingkat pengetahuan yang baik dapat mempengaruhi perilaku yang positif terhadap pencegahan dismenore.

C. Keterbatasan penelitian

1. Keterbatasan pada tempat penelitian

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada tahap penentuan lokasi penelitian, di mana peneliti mengalami kendala karena tidak memperoleh izin dari sekolah yang semula direncanakan sebagai lokasi penelitian. Kondisi tersebut mengharuskan peneliti mencari lokasi penelitian alternatif yang memiliki karakteristik responden dan kesesuaian dengan tujuan penelitian dalam waktu yang relatif singkat, sehingga proses persiapan dan pelaksanaan penelitian menjadi lebih terbatas.

2. Penelitian terbatas

Penelitian ini hanya menganalisis hubungan antara pengetahuan dan perilaku remaja putri mengenai pencegahan kram menstruasi, tanpa mempertimbangkan faktor-faktor lain yang memengaruhi seperti usia, pengalaman menstruasi mereka sendiri, dukungan keluarga dan sosial, serta sumber informasi. Selain itu, penelitian ini terbatas pada analisis bivariat, yang berarti faktor-faktor terpenting yang memengaruhi perilaku pencegahan tidak dapat diidentifikasi.