

ABSTRAK

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA MENGENAI PENATALAKSANAAN DISMENORE SECARA NON-FARMAKOLOGIS

Putu Luna Lakaruna Wigraha Dewi¹, I Nyoman Asdiwinata², I Gusti Ayu Putu Satya Laksma³

^{1,2,3}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Medika Bali

lunawigraha04@gmail.com

Dismenore dapat mengganggu aktivitas fisik dan emosional remaja putri, namun hanya sedikit yang mencari bantuan medis, sehingga penatalaksanaan non-farmakologis seperti kompres hangat, olahraga, relaksasi, pijat, dan posisi *knee chest* sangat bergantung pada tingkat pengetahuan remaja mengenai efektivitas dan cara penerapannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran tingkat pengetahuan remaja mengenai penatalaksanaan dismenore secara non-farmakologis di SMP Negeri 1 Ubud. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan *Proportionate Stratified Random Sampling* dengan sampel sejumlah 222 orang. Data dikumpulkan melalui kuesioner tingkat pengetahuan remaja mengenai penatalaksanaan dismenore secara non farmakologis yang telah diuji validitas dengan hasil 0,382 dan uji realibilitas dengan hasil 0,819. Hasil identifikasi responden, didapatkan bahwa responden paling banyak berada di kelas VIII dengan jumlah 81 orang responden (36.5%), sebagian besar responden berusia 13 tahun yaitu sebanyak 80 orang responden (36.0%), paling banyak responden mengalami menstruasi selama 6-7 hari sejumlah 77 orang responden (34.7%), penatalaksanaan dismenore yang paling banyak dilakukan yaitu dengan cara istirahat yaitu sebanyak 100 orang responden (45.0%), dan sebanyak 8 orang responden (3.6%) menggunakan metode farmakologi. Tingkat pengetahuan remaja mengenai penatalaksanaan dismenore secara non-farmakologis berada dalam kategori cukup yaitu sebanyak 119 orang (53.6%), pengetahuan baik sebanyak 83 orang (37.4%), dan berpengetahuan kurang sebanyak 20 orang (9.0%). Edukasi kepada remaja putri mengenai kesehatan reproduksi khususnya mengenai penatalaksanaan dismenore secara non farmakologis perlu dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja.

Kata Kunci : Remaja; Dismenore; Penatalaksanaan non-farmakologis; Tingkat pengetahuan; Menstruasi.

