

LAPORAN PENELITIAN



PENGARUH EDUKASI KESEHATAN REPRODUKSI TENTANG POLIMENORE TERHADAP PENGETAHUAN PADA REMAJA DI PONDOK PESANTREN TERPADU AL-MADINAH KAMPUNG MALATI JONGGOL TAHUN 2024

TIM PENGUSUL:

Sinta Dwi Juwita, S.SiT., M.Keb (Ketua)
Nurul Azmi A., S.SiT., M.Pd (Anggota)
Nur Rahmah H, S.Tr.Keb., M.Keb (Anggota)

STIKES MITRA RIA HUSADA JAKARTA
SEMESTER GENAP
TAHUN 2023/2024

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Pengaruh Edukasi Kesehatan Reproduksi Tentang Polimenore Terhadap Pengetahuan Pada Remaja Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Kampung Malati Jonggol Tahun 2024

Peneliti :
a. Nama Lengkap : Sinta Dwi Juwita., S.SiT., M.Keb
b. NIDN : 0318039501
c. Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
d. Nomor HP : 085881551622
e. Alamat Surel : sintajuwiya18@gmail.com

Anggota Peneliti (1) :
a. Nama Lengkap : Nurul Azmi Aprianti, S.SiT., M.Pd
b. NIDN : 0320088904
c. Jabatan Fungsional : -
d. Perguruan Tinggi : STIKes Mitra RIA Husada

Anggota Peneliti (2) :
a. Nama Lengkap : Nur Rahmah Hidayh, S.Tr.Keb., M.Keb
b. NIDN : 0318049801
c. Jabatan Fungsional : -
d. Perguruan Tinggi : STIKes Mitra RIA Husada
d. Perguruan Tinggi : STIKes Mitra RIA Husada

Mengetahui,

Jakarta, 21 Juni 2024

Kepala PPM

Ketua Peneliti

(Erni Elviany, SKM., M.Si)
NUPTK. 0326047701

(Sinta Dwi Juwita., S,SiT., M.Keb)
NUPTK : 0320088904

Menyetujui,
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra RIA Husada

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes)
Mitra RIA Husada

Dra. Sri Danti Anwar, MA
Ketua

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Penelitian : Pengaruh Edukasi Kesehatan Reproduksi Tentang Polimenore Terhadap Pengetahuan Pada Remaja Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Kampung Malati Jonggol Tahun 2024

Kode>Nama Rumpun Ilmu : 372/Kebidanan

Peneliti :

a. Nama Lengkap : Sinta Dwi Juwita., S.SiT., M.Keb

b. NIDN : 0318039501

c. Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

d. Nomor HP : 085881551622

Anggota Peneliti (1) :

a. Nama Lengkap : Nurul Azmi Aprianti, S.SiT., M.Pd

b. NIDN : 0320088904

c. Perguruan Tinggi : STIKes Mitra RIA Husada Jakarta

Anggota Peneliti (1) :

a. Nama Lengkap : Nur Rahmah Hidayh, S.Tr.Keb., M.Keb

b. NIDN : 0318049801

c. Perguruan Tinggi : STIKes Mitra RIA Husada Jakarta

Anggota : -

Biaya Penelitian : Rp. 5.000.000,-

Biaya Luaran Tambahan : Tidak ada

Dismenore adalah rasa nyeri pada daerah panggul dan terpusat di abdomen yang terjadi sebelum

Jakarta, 21 Juni 2023

Mengetahui,
Kepala UPPM

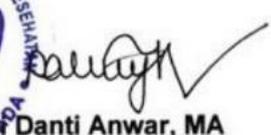
Ketua Peneliti

(Erni Elviany, SKM., M.Si)
NIDN. 0326047701

(Sinta Dwi Juwita., S.SiT., M.Keb)
NIDN: 0320088904

Menyetujui,

**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes)
Mitra RIA Husada Jakarta**



Dra. Sri Danti Anwar, MA
Ketua

ABSTRAK

Nama : Sinta Dwi Juwita., S.SiT., M.Keb; Nurul Azmi Aprianti, S.SiT., M.Pd., Nur Rahmah H, S.Tr.Keb., M.Keb

Judul : Pengaruh Edukasi Kesehatan Reproduksi Tentang Polimenore Terhadap Pengetahuan Pada Remaja Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Kampung Malati Jonggol Tahun 2024

Menstruasi biasanya terjadi selama 3-7 hari (Simbolon et al., 2018). Periode waktu dari hari pertama menstruasi sampai hari pertama menstruasi bulan berikutnya disebut dengan siklus menstruasi (Sitoayu et al., 2017). Pola siklus menstruasi dikatakan normal apabila terjadi tidak <21 hari dan tidak >35 hari. Gangguan siklus menstruasi yang banyak dialami wanita adalah siklus yang berlangsung >35 hari (oligomenore), siklus menstruasi yang pendek <21 hari (polimenore), bahkan tidak mengalami menstruasi selama 3 bulan (amenore) berturut-turut. **Tujuan:** Adapun tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui Pengaruh Edukasi polimenore pada Remaja Terhadap Pengetahuan Remaja Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Jonggol Tahun 2024.. **Metode Penelitian:** Penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis penelitian quasi experiment melalui kegiatan pretest dan post-test. **Hasil:** hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi kesehatan reproduksi tentang polimenore pada remaja. **Kesimpulan:** Adanya pengaruh peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi kepada remaja terhadap kesehatan reproduksi.

Kata Kunci: Edukasi, Polimenore, Remaja

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
ABSTRAK	iii
DAFTAR ISI	iv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
BAB III METODE PENELITIAN	30
BAB IV JADWAL PENELITIAN	33
BAB V HASIL PENELITIAN	5
BAB VI PEMBAHASAN	5
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	5
LAMPIRAN	5

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menstruasi adalah perdarahan secara periodik yang merupakan bagian integral dari fungsi biologis seorang wanita sepanjang siklus hidupnya. Menstruasi dapat menimbulkan potensi masalah kesehatan reproduksi wanita yang berkaitan dengan kesuburan, khususnya pola menstruasi. Gangguan siklus menstruasi seperti lamanya siklus menstruasi dapat meningkatkan risiko penyakit kronis (Kusmiran, 2012). Menstruasi merupakan sebuah proses alami yang terjadi pada perempuan, adanya menstruasi menandakan bahwa hormon pada perempuan sudah bekerja (Haryono, 2016). Menstruasi biasanya terjadi selama 3-7 hari (Simbolon et al., 2018). Periode waktu dari hari pertama menstruasi sampai hari pertama menstruasi bulan berikutnya disebut dengan siklus menstruasi (Sitoayu et al., 2017). Pola siklus menstruasi dikatakan normal apabila terjadi tidak <21 hari dan tidak >35 hari (Yudita, 2017).

Gangguan siklus menstruasi yang banyak dialami wanita adalah siklus yang berlangsung >35 hari (oligomenore), siklus menstruasi yang pendek <21 hari (polimenore), bahkan tidak mengalami menstruasi selama 3 bulan (amenore) berturut-turut. Terdapat dua jenis amenore, yaitu amenore primer, yang sering disebabkan oleh kelainan bawaan dan genetik, dan amenore sekunder, suatu kondisi di mana seorang wanita telah mengalami menstruasi tetapi kemudian tidak mengalami menstruasi lagi (Sukarni, 2014).

Faktor-faktor yang sering berperan dalam keteraturan siklus menstruasi pada perempuan antara lain perubahan hormonal, genetika, kondisi medis yang serius, dan indeks massa tubuh (IMT). Upaya yang dapat dilakukan untuk menjaga siklus menstruasi agar teratur yaitu dengan menjaga pola makan dan menerapkan gaya hidup yang sehat. Pola makan yang teratur dan makan makanan yang bergizi seimbang merupakan solusi agar siklus menstruasi berjalan secara teratur. Menurut Rizky Wahyu Permana (2019) ada beberapa makanan yang dapat membantu memperlancar siklus menstruasi, yaitu brokoli, salmon, sayuran hijau, minyak ikan, almond, biji wijen, yogurt, susu kedelai,

dan telur. Menerapkan gaya hidup sehat dengan cara berolahraga secara teratur dan tidak merokok juga merupakan solusi agar siklus menstruasi berjalan secara teratur. Namun menerapkan olahraga yang berlebihan dapat mempengaruhi keseimbangan hormon estrogen dan progesteron. Gangguan pada kadar hormon ini menyebabkan menstruasi tidak teratur. Kandungan nikotin pada rokok dapat mempengaruhi hormon estrogen dan progesteron sehingga dianjurkan untuk tidak merokok agar siklus menstruasi berjalan secara teratur (Nisa Mutia Sari, 2019).

Berdasarkan hasil survey yang telah dilakukan ke Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah terdapat masalah pada remaja seperti kurangnya menjaga kebersihan, keputihan serta nyeri haid pada santri tersebut karena di lingkungan pesantren masih keterbatasan oleh waktu kegiatan lain dan kurangnya informasi Kesehatan. Pemahaman remaja putri terhadap sistem maupun fungsi reproduksinya sangatlah penting. Remaja yang tidak memiliki pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang cukup, akan cenderung mengabaikan kesehatan reproduksinya dan pada akhirnya dia akan melakukan tindakan yang membahayakan dirinya sendiri. Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi merupakan faktor penting juga dalam menentukan perilaku higienis perempuan pada saat menstruasi.

Berdasarkan hal uraian diatas maka,peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Pengaruh Edukasi Kesehatan Reproduksi Tentang Mentsruasi Terhadap Pengetahuan Pada Remaja Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Kampung Malati Jonggol Tahun 2024”.

1.2.Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan April tahun 2024 dengan melakukan wawancara pada 10 siswi secara random, didapatkan hasil 60% diantaranya belum mengetahui dan belum pernah mendapatkan informasi mengenai kesehatan reproduksi khususnya tentang polimenore. Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja yaitu dengan cara edukasi kesehtana reproduksi polimenore pada remaja Berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian tentang ” Pengaruh Edukasi Kesehatan Reproduksi Tentang Polimenore Terhadap

Pengetahuan Pada Remaja Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Kampung Malati Jonggol Tahun 2024”.

1.3.Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan diatas,maka dapat dirumuskan sebagai berikut:

- 1.3.1 Bagaimana pengetahuan remaja tentang polimenore pada remaja sebelum diberikan edukasi di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Kampung Malati Jonggol Tahun 2024?
- 1.3.2 Bagaimana pengetahuan remaja tentang polimenore pada remaja sesudah diberikan edukasi di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Kampung Malati Jonggol Tahun 2024?
- 1.3.3 Apakah terdapat Pengaruh Edukasi polimenore pada Remaja Terhadap Pengetahuan Remaja Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Jonggol Tahun 2024 ?

1.4.Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Edukasi polimenore pada Remaja Terhadap Pengetahuan Remaja Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Jonggol Tahun 2024.

1.4.2 Tujuan Khusus

- 1.4.2.1 Diketuainya pengetahuan remaja tentang polimenore pada remaja sebelum diberikan edukasi di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Jonggol Tahun 2024.
- 1.4.2.2 Diketuainya pengetahuan remaja tentang polimenore pada remaja sesudah diberikan edukasi di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Jonggol Tahun 2024.
- 1.4.2.3 Diketuainya pengaruh edukasi polimenore remaja melalui terhadap pengetahuan remaja di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Jonggol Tahun 2024.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi sebagai tambahan bagi responden dan mengembangkan ilmu mengenai pentingnya kesehatan reproduksi pada remaja.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Responden

Para siswa dan siswi diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada remaja di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Jonggol Tahun 2024.

2. Bagi Institusi

Dapat digunakan sebagai bahan referensi atau bacaan dipergustakaan untuk mahasiswa khususnya yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi pada remaja.

3. Bagi Peneliti

Dapat menambah wawasan pengetahuan dan pengalaman dalam melakukan penelitian dan dapat mengaplikasikan ilmu yang telah dipelajari dan menerapkan proses berfikir ilmiah dalam memahami serta menganalisis masalah.

1.6. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada atau tidak Pengaruh Edukasi polimenore Remaja Terhadap Pengetahuan Remaja Di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Jonggol Tahun 2024, karena Pada remaja variasi siklus menstruasi normal terjadi sekitar 20-45 hari. Kisaran siklus menstruasi remaja lebih besar dibanding orang dewasa yang memiliki siklus mensruasi 21-34 hari. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei – Juni Tahun 2024. Desain penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Pengertian Menstruasi

Menstruasi merupakan proses perdarahan fisiologis yang terjadi akibat proses peluruhan dinding rahim sebagai akibat tidak terjadinya proses pembuahan. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, di Indonesia rata-rata usia menarche adalah 13 tahun dan rentang usia menarche antara 9-20 tahun (Kemenkes RI, 2019).

Menstruasi adalah pendarahan secara berkala dari jaringan mukosa endometrium pada Rahim wanita, yang dimulai pada menarche atau pubertas saat remaja dan berhenti saat menopause (Omicsonline.org, 2019).

Menstruasi adalah proses alamiah yang terjadi pada perempuan. Menstruasi merupakan pendarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Umumnya, remaja yang mengalami menstruasi pertama kali adalah pada usia 12-16 tahun. Periode ini akan mengubah perilaku dari beberapa aspek, misalnya psikologi dan lainnya. Siklus menstruasi normal terjadi setiap 22-35 hari, dengan lamanya menstruasi selama 2-7 hari (Kusmiran, 2014).

Menstruasi adalah fakta alami kehidupan dan kejadian bulanan untuk 1,8 miliar anak perempuan dan perempuan usia reproduksi (UNICEF, 2019).

2.2. Menstruasi Normal

Pada remaja variasi siklus menstruasi normal terjadi sekitar 20-45 hari. Kisaran siklus menstruasi remaja lebih besar dibanding orang dewasa yang memiliki siklus menstruasi 21-34 hari. (Hillard, 2019). Namun terdapat perbedaan bagi seseorang yang masih dalam tahun ginekologi pertama, yakni dengan rata-rata panjang siklus 32 hingga 61 hari, dan lama menstruasi berkisar 4,9 hingga 5,4 hari, serta menurun sepanjang tahun ginekologi pertama. (Gunn, Tsai, McRae & Steinbeck, 2018).

Pada umumnya siklus menstruasi berlangsung selama 28 hari. Siklus normal berlangsung 21 – 35 hari. Siklus menstruasi bervariasi pada tiap Perempuan, namun beberapa Perempuan memiliki siklus haid yang tidak teratur. Panjang siklus menstruasi dihitung sampai dengan hari perdarahan di bulan berikutnya. Siklus menstruasi bervariasi pada Perempuan dan hampir 90% Perempuan memiliki siklus 25 – 35 hari dan hanya 10 – 15% yang memiliki panjang siklus 28 hari, namun beberapa Perempuan memiliki siklus yang tidak teratur dan hal ini bisa menjadi indikasi adanya masalah kesuburan.

Lama keluarnya darah menstruasi juga bervariasi, pada umumnya lamanya 4 – 6 hari, tetapi 2 – 8 hari masih dapat dianggap normal. Menurut penelitian mengenai faktor risiko dari variabilitas siklus menstruasi adalah :

a. Berat Badan

Berat badan dan perubahan berat badan memengaruhi fungsi menstruasi. Penurunan berat badan akut dan sedang menyebabkan gangguan pada fungsi ovarium, tergantung derajat tekanan pada ovarium dan lamanya penurunan berat badan. Kondisi patologis seperti berat badan yang kurang atau kurus dan anorexia nervosa yang menyebabkan penurunan berat badan dapat menimbulkan amenorea

b. Aktivitas Fisik

Tingkat aktivitas fisik yang sedang dan intens dapat membatasi fungsi menstruasi. Atlet wanita seperti pelari dan balerina berada pada peningkatan risiko amenore, anovulasi, dan kelainan fase luteal. Aktivitas fisik yang intens merangsang penghambatan gonadotropin-releasing hormone (GnRH) dan aktivitas gonadotropin, sehingga menurunkan kadar estrogen serum (Kusmiran, 2012).

c. Stress

Stres menyebabkan risiko seorang wanita mengalami gangguan siklus menstruasi dua kali lebih besar dibandingkan yang tidak stres. Fluktuasi hormon FSH dan LH yang terjadi akibat stres meningkatkan kadar corticotropin-releasing hormone (CRH) dan hormon glukokortikoid, sehingga menghambat sekresi gonadotropin-releasing hormone (GnRH) hipotalamus sehingga menyebabkan pemanjangan atau memperpendek

siklus menstruasi (Kusmiran, 2012). Stress menyebabkan perubahan sistemik dalam tubuh, khususnya sistem persarafan dalam hipotalamus melalui perubahan proklatin atau endogen opiat yang dapat memengaruhi elevasi kortisol basal dan menurunkan hormone lutein (LH) yang menyebabkan amenorrhea (Kusmiran, 2012).

d. Diet

Diet dapat mempengaruhi fungsi menstruasi. Vegetarian berhubungan dengan anovulasi, penurunan respons hormon pituitari, fase folikel yang pendek, tidak normalnya siklus menstruasi (kurang dari 10 kali/tahun). Diet rendah lemak berhubungan dengan panjangnya siklus menstruasi dan periode perdarahan. Diet rendah kalori seperti daging merah dan rendah lemak telah dikaitkan dengan kejadian amenorea (Kusmiran, 2012)

e. Paparan lingkungan dan kondisi kerja

Beban kerja yang berat berhubungan dengan jarak menstruasi yang Panjang dibandingkan dengan beban kerja ringan dan sedang. Paparan agen kimiawi dapat mempengaruhi atau meracuni ovarium, seperti beberapa obat anti-kanker (obat sitotoksik) merangsang gagalnya proses di ovarium termasuk hilangnyafolikel-folikel, anovulasi, oligomenorea, dan amenorea. Neuropletik berhubungan dengan amenorea.

2.3. Gangguan Menstruasi

Biasanya gangguan menstruasi yang sering terjadi adalah siklus menstruasi yang tidak teratur atau jarang dan perdarahan lama atau abnormal, termasuk akibat sampingan yang di timbulkan seperti nyeri perut, pusing, mual atau muntah.

Menurut Jumlah Perdarahan :

a. Hipermenorea

Hipermenorrhea atau menorrhagia adalah gangguan menstruasi yang bermanifestasi sebagai siklus menstruasi yang lebih lama dari rata – rata (lebih dari 8 hari) dan lebih dari 80 ml perdarahan menstruasi dalam satu siklus atau lebih dari 6 kali penggantian pembalut perhari. Timbulnya hipermenore dapat disebabkan oleh kelainan Rahim atau penyakit seperti fibroid Rahim (tumor jinak otot rahim), infeksi Rahim atau hiperplasia

endometrium (penebalan lapisan rahim). Bisa juga disebabkan oleh kelainan atau kelainan diluar kandungan, seperti anemia dan kelainan pembekuan darah serta kelainan endokrin (Bull et al., 2019).

Pendarahan menstruasi yang lebih panjang atau lebih banyak dari biasanya. Melakukan ganti pembalut 5 – 6 kali per hari.

b. Hipomenorea

Hypomenorrhea adalah gangguan siklus haid dimana haid lebih pendek dari biasanya (hanya berlangsung 1-2 hari) dan aliran haid lebih sedikit yaitu kurang dari 40ml dalam satu siklus. Diketahui bahwa masalah hipomenore tidak mempengaruhi kesuburan. Hipomenore disebabkan oleh kurangnya kesuburan endometrium, yang dapat disebabkan oleh kekurangan gizi, penyakit kronis atau ketidak seimbangan hormon seperti gangguan endokrin. Defisiensi estrogen dan progesteron, stenosis membranosa, stenosis serviks uterus, sinekiauterus (Roro Sekar Arum et al., 2019). Pendarahan menstruasi yang lebih pendek atau lebih sedikit dari biasanya. Melakukan ganti pembalut 1 – 2 kali per hari dan berlangsung selama 1 – 2 hari saja.

Menurut Siklus atau Durasi

a. Amenore

Amenore adalah suatu keadaan berhentinya haid. Amenore dapat dibagi menjadi dua jenis, yaitu amenore primer dan amenore sekunder, dengan amenore primer terjadi pada anak Perempuan yang tidak menstruasi sebelum usia 16 tahun dan pada anak Perempuan yang tidak menunjukkan tanda – tanda perkembangan karakteristik seksual sekunder. Amenore sekunder adalah kondisi yang terjadi ketika menstruasi yang awalnya teratur tiba-tiba berhenti selama minimal 3 bulan (Grieger & Norman, 2020). Kedaan tidak ada menstruasi untuk sedikitnya 3 bulan berturut-turut. Hal tersebut normal terjadi pada masa sebelum pubertas, kehamilan dan menyusui, dan setelah menopause.

b. Oligomenorea

Oligomenorrhea adalah suatu kondisi Dimana siklus menstruasi terhenti selama lebih dari 35 hari. Oligomenore sering terjadi pada sindrom

ovarium polikistik, yang disebabkan oleh peningkatan hormon androgen sehingga ovulasi terganggu, dan selain itu, oligomenore juga dapat terjadi pada orang muda karena ketidak matangan aksis hipotalamus-hipofisis-ovarium-endometrium (Pibriyanti et al., 2021).

Siklus menstruasi lebih panjang atau lebih dari 35 hari dengan jumlah perdarahan tetap sama. Perempuan yang mengalami Oligomenorea akan mengalami menstruasi yang lebih jarang dari biasanya.

c. Polimenorea

Polimenore adalah suatu kondisi dimana siklus menstruasi terpisah kurang dari 21 hari. Polimenore dapat disebabkan oleh kelainan endokrin yang menyebabkan gangguan ovulasi dan fase luteal yang memendek (Azis et al., 2018). Siklus menstruasi tidak normal, lebih pendek dari biasanya atau kurang dari 21 hari. Wanita dengan Polimenorea akan mengalami menstruasi hingga dua kali dalam sebulan, dengan pola teratur dan jumlah perdarahan yang relative sama atau lebih banyak dari biasanya.

2.4. POLIMENOREA

2.4.1. Definisi Polimenorea

Polimenorea adalah kondisi siklus menstruasi yang terlalu pendek, yaitu kurang dari 21 hari. Pada umumnya, siklus menstruasi berlangsung antara 21 dan 35 hari, atau rata-rata 28 hari, dengan lama terjadinya haid selama 2-8 hari. Polimenorea merupakan salah satu bentuk dari perdarahan uterus abnormal. Pada beberapa perempuan, siklus menstruasi yang pendek adalah hal yang wajar, tetapi pada yang lain hal ini dapat disebabkan oleh kondisi medis tertentu. Kondisi polimenorea dapat memengaruhi kesuburan. Wanita dengan kondisi polimenorea mengalami menstruasi dua kali atau lebih dalam sebulan, dengan pola yang teratur dan jumlah perdarahan yang relative sama atau lebih banyak dari biasanya. Kondisi polimenorea lebih sering terjadi pada remaja dan wanita yang akan menopause. Terkadang, kondisi polimenorea juga dapat terjadi pada wanita pasca-operasi.

2.4.2. Gejala Polimenorea

Gejala umum polimenorea adalah periode menstruasi yang sering dan siklus menstruasi yang pendek. Beberapa gejala yang menunjukkan polimenorea antara lain:

- a. Siklus haid pendek yaitu kurang dari 21 hari.
- b. Frekuensi menstruasi meningkat, mulai dari lebih dari 1-2 kali dalam sebulan.
- c. Durasi menstruasi Panjang.
- d. Jumlah volume darah meningkat diikuti perdarahan yang hebat.
- e. Pada kondisi polimenorea yang parah, pasien dapat mengalami kondisi anemia. Hal ini disebabkan oleh perdarahan hebat serta dalam waktu yang sering dalam satu waktu

2.4.3. Penyebab

Ada beberapa hal yang kemungkinan menjadi penyebab polimenorea, antara lain sebagai berikut :

- a. Stress
Hal ini karena stres dapat mengganggu aktivitas hormon-hormon kewanitaan yang berperan pada proses menstruasi.
- b. Penyakit infeksi menular seksual
Adanya infeksi penyakit menular seksual seperti gonore (kencing nanah) juga dapat menyebabkan seorang wanita mengalami polimenorea.
- c. Fibroid dan Polip Rahim
Fibroid dan polip rahim adalah semacam daging yang tumbuh pada organ reproduksi wanita bagian dalam. Dua penyakit ini secara umum bersifat jinak tapi dapat berkembang menjadi ganas.
- d. Adanya Tumor atau Sel Kanker
Polimenorea juga bisa saja diakibatkan oleh adanya tumor atau sel kanker pada organ-organ reproduksi wanita. Adanya keganasan sel kanker dapat menyebabkan siklus haid menjadi terganggu.

2.4.4. Faktor Resiko

Beberapa faktor yang dapat meningkatkan risiko polimenorea antara lain:

- a. Berat badan berlebih atau obesitas.
- b. Struktur abnormal dari uterus atau rahim seperti adanya polip, fibroid, dan adenomiosis.
- c. Kondisi kanker seperti kanker vagina, kanker rahim, kanker serviks
- d. Kondisi kesehatan lainnya, misalnya gagal ginjal, gagal hati, penyakit radang panggul, leukemia, serta gangguan darah lain.

2.4.5. Diagnosis

Diagnosis polimenorea didasarkan pemeriksaan dokter. Dokter akan mengajukan beberapa pertanyaan seperti gejala yang Anda rasakan, berapa lama siklus menstruasi Anda, dan berapa lama terjadinya.

Beberapa pemeriksaan tambahan yang dilakukan seperti:

- a. USG (Ultrasonography).
- b. Histeroskopi, yaitu pemeriksaan menggunakan selang berkamera untuk mengamati kondisi dalam rahim.
- c. Sonohisterografi, yaitu penyuntikan cairan melalui leher rahim untuk melihat gambar rongga rahim melalui USG.
- d. Endometrial biopsi, yaitu pengambilan sampel jaringan lapisan rahim.
- e. Rontgen atau CT scan.

2.4.6. Komplikasi

Pada perempuan dengan polimenorea akan mengalami anemia yang disebabkan oleh perdarahan yang hebat dan sering. Kondisi ini terjadi ketika darah kekurangan sel darah merah yang sehat. Gejala anemia meliputi kelelahan, kesulitan untuk menghafal dan berkonsentrasi, lemas atau letih, pusing, serta kulit pucat. Pada beberapa perempuan akan mengalami kembung dan cairan yang menumpuk pada waktu periode menstruasi mereka.

2.4.7. Pengobatan

Pengobatan Polimenorea Menurut Journal of Clinical Research in Pediatric Endocrinology, polimenorea adalah gangguan menstruasi yang umum terjadi pada wanita. Biasanya dengan memperbaiki mood, memperbanyak istirahat, dan mengurangi stres, polimenorea dapat diatasi.

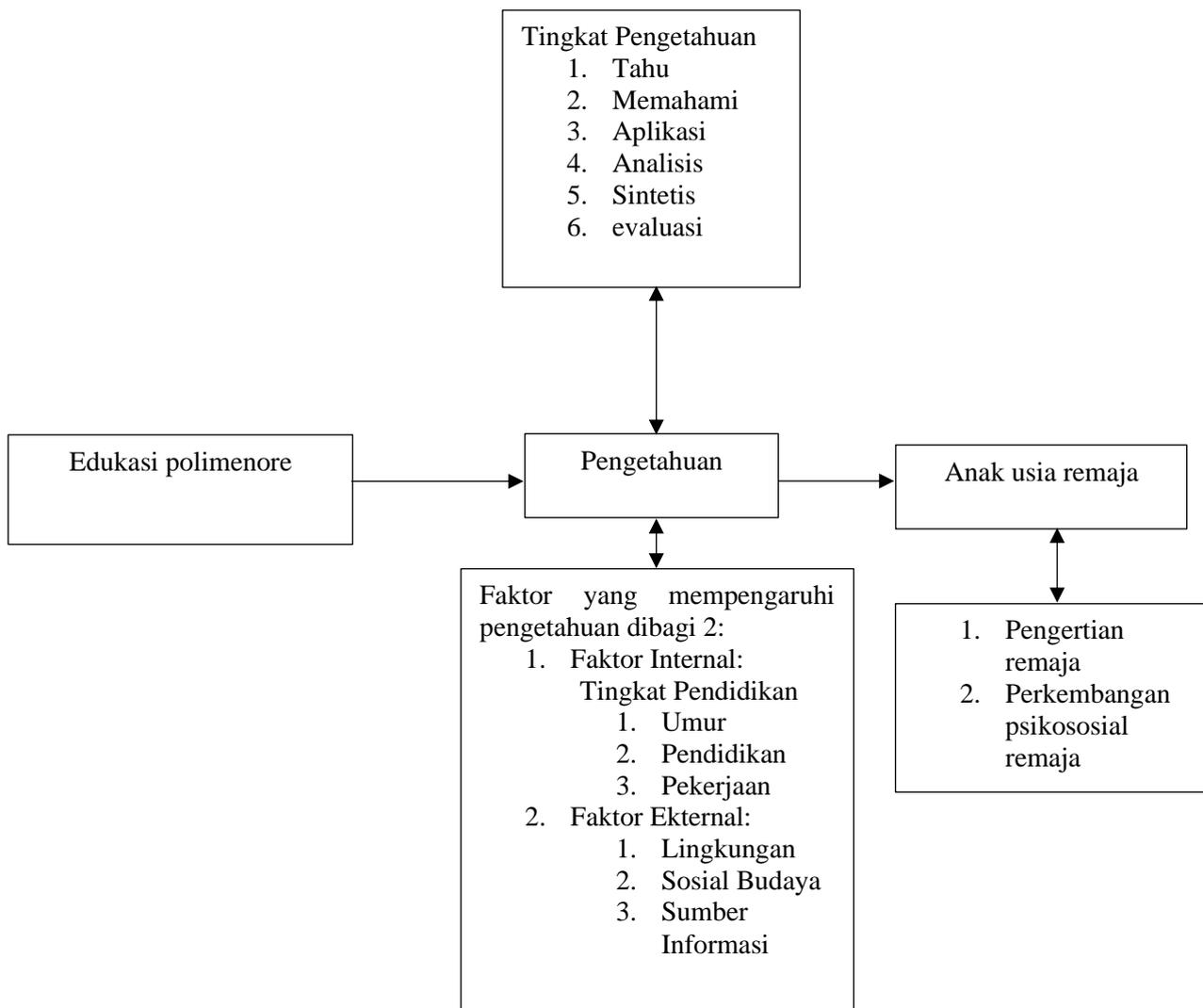
Namun, jika polimenorea disebabkan oleh penyakit pada organ reproduksi, maka perlu dilakukan pengobatan terhadap penyakit tersebut. Jadi, pengobatan disesuaikan dengan kondisi yang mendasarinya.

2.4.8. Pencegahan

Secara umum, polimenorea disebabkan oleh faktor hormonal. Gangguan hormonal biasanya terjadi akibat stres atau penggunaan alat kontrasepsi.

Beberapa tips berikut dapat membantu untuk mencegah polimenorea:

- a. Menjaga berat badan ideal, untuk menjaga keseimbangan hormon reproduksi
- b. Hindari Stress
- c. Stres adalah salah satu penyebab utama polimenorea. Penelitian yang diterbitkan oleh Saudi Arabia Medical Journal menunjukkan bahwa 91% pelajar perempuan mengalami gangguan menstruasi dengan penyebab utama stres. Oleh karena itu, upayakan untuk selalu berpikiran positif, rileks, serta istirahat yang cukup agar terhindar dari stres.
- d. Pola hidup sehat
- e. Menerapkan pola hidup sehat dengan mengonsumsi buah dan sayur yang kaya antioksidan dapat membantu Anda terhindar dari berbagai penyakit yang menyebabkan polimenorea.
- f. Jagalah berat badan ideal dengan rutin berolahraga untuk menjaga keseimbangan hormon reproduksi.
- g. Pencatatan siklus dan lama menstruasi



Gambar 2. 1 Kerangka Teori

(Sumber: Notoatmodjo 2014).

BAB III
KERANGKA KONSEP

3.1 Kerangka Konsep

Kerangka konsep disusun berdasarkan teori yang ditemukan saat melakukan telaah jurnal dan merupakan turunan dari kerangka teori. Visualisasi terhadap hubungan berbagai variabel yang dirumuskan oleh peneliti sendiri berdasarkan beberapa teori yang dibaca atau ditelaah, kemudian dikembangkan oleh peneliti membentuk sebuah gagasan sendiri yang digunakan sebagai landasan pada penelitiannya²⁸.



Gambar 3. 1 Kerangka konsep penelitian

3.2 Definisi Operasional Penelitian

Definisi operasional harus memberikan gambaran cara peneliti mendapatkan data hasil kerja penelitian sesuai tujuan. Dalam definisi operasional minimal ada 5 komponen yang harus tertulis yaitu variable dependen, definisi operasional, cara ukur, alat ukur, hasil ukur, skala²⁹. Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
Variabel Independen					
Edukasi polimenore	metode penyampaian pesan yang berkaitan tentang polemnore yang dilakukan dengan presentasi dan tanya jawab	Ceramah, Tanya Jawab	-	-	-

Variabel Dependen					
Pengetahuan remaja tentang polimenore	Kemampuan responden dalam menjawab secara benar hal-hal yang berhubungan dengan gizi seimbang.	Kuesioner	Dikatagorikan kurang jika responden mendapatkan skor < 56% dikatagorikan Cukup jika jumlah skor 56-75%. dan dikatagorikan Baik jika jumlah skor 76-100%.	0=Kurang 1= Cukup 2=Baik	Ordinal

3.3 Hipotesis

Menurut Moh. Nazir, hipotesis adalah jawaban sementara terhadap masalah penelitian yang kebenarannya harus diuji secara empiris, yang menyatakan hubungan apa yang ingin dipelajari. Hipotesis adalah pernyataan yang diterima sementara sebagai kebenaran yang merupakan dasar serta panduan kerja dalam verifikasi. Hipotesis adalah keterangan sementara dari hubungan fenomena-fenomena yang kompleks³⁰. Adapun hipotesis penelitian yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ho: Tidak ada pengaruh edukasi polimenore pada remaja terhadap pengetahuan remaja di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Melati – Bogor Tahun 2024.
2. Ha: Ada pengaruh edukasi polimenore pada remaja terhadap pengetahuan remaja di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Melati – Bogor Tahun 2024.

BAB IV METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan jenis penelitian kuantitatif yaitu Quasi Eksperimen dengan pendekatan *one group pretest-posttest design* untuk mengukur dan membandingkan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberi edukasi tentang polimenore menggunakan variable independent dan dependen serta pengambilan data primer yang diambil dari Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Melati – Bogor.

Berikut tabel desain penelitian *One Group Pretest-Posttest Design*.

Tabel 4. 1 Desain penelitian One Group Pretest-Posttest Design



Keterangan:

1. 01: Mengukur pengetahuan responden sebelum diberikan edukasi polimenore pada remaja.
2. X: Memberikan intervensi berupa materi tentang polimenore pada remaja.
3. 02: Mengukur kembali tingkat pengetahuan responden setelah diberikan edukasi polimenore.

4.2 Tempat dan Waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah Melati – Bogor dengan waktu penelitian di bulan Mei - Juni Tahun 2024.

4.3 Populasi dan sampel penelitian

4.3.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek dan subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya²⁸. populasi penelitian ini adalah siswi kelas XI di Pondok Pesantren Terpadu Al-Madinah yang berjumlah 221 orang.

4.3.2 Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi²⁹.

4.3.3 Besar Sampel Penelitian

Dalam menghitung jumlah sampel digunakan rumus Slovin. Adapun jumlah siswi kelas XI sebagai objek penelitian yaitu:

$$n = \frac{N}{1 + N(e^2)}$$

Keterangan:

n = Besar sampel

N = Besar populasi (221 Orang)

d = persentase kelonggaran penelitian kesalahan sampel yang bisa ditolerin 10%

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

$$n = \frac{221}{1 + 221(0,1)^2}$$

$$n = \frac{221}{1 + 221(0,01)}$$

$$n = \frac{221}{1 + 2,21}$$

$$n = \frac{221}{3,21}$$

$$n = 68$$

Jumlah anggota sampel berstrata dilakukan dengan cara pengambilan sampel dengan rumus alokasi proportional

$$ni = \frac{Ni}{N} \cdot n$$

Keterangan :

ni = jumlah anggota sampel menurut stratum

n = jumlah anggota sampel seluruhnya

Ni = Jumlah anggota populasi menurut stratum

N = Jumlah anggota populasi seluruhnya

Maka jumlah sampel masing-masing departemen adalah :

Tabel 4. 2 Sampel Penelitian

Kelas	Populasi	Sampel
XI 1	45	$n = \frac{45}{221} \times 69 = 14$
XI 2	45	$n = \frac{45}{221} \times 69 = 14$
XI 3	45	$n = \frac{45}{221} \times 69 = 14$
XI 4	43	$n = \frac{43}{221} \times 69 = 13$
XI 5	43	$n = \frac{43}{221} \times 69 = 13$
TOTAL	221	68

Jadi, sampel dalam penelitian ini berjumlah 68 responden. Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *cluster random sampling*.

4.4 Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen penelitian digunakan untuk mengukur nilai variabel yang diteliti. Alat penelitian yang digunakan berupa pernyataan-pernyataan mengenai variabel yang akan diteliti dan disusun secara sistematis dalam bentuk kuesioner. Jenis pertanyaan yang diberikan menggunakan kuesioner tertutup, jawaban sudah ditentukan terlebih dahulu dan responden tidak diberi kesempatan memberi jawaban lain. Intervensi pada penelitian ini berupa edukasi terkait polimenore pada remaja.

Pengumpulan dilakukan dengan cara mengisi lembar kuesioner pretest dan posttest pada responden.

a) Data pre-test

Merupakan data hasil pengukuran awal berupa data primer yaitu sebelum dilakukan intervensi.

b) Data post-test

Merupakan data hasil pengukuran hasil akhir berupa data primer yaitu sesudah dilakukan intervensi²⁹.

4.4.1 Uji Validitas

Uji validitas akan dilakukan di Pondok Pesantren Al-Wahyu peneliti ini akan mengambil 20 orang siswi sebagai responden dalam uji validitas ini. Untuk menguji tingkat validitas butir soal tes, peneliti menggunakan rumus korelasi yang dikemukakan oleh *pearson* dikenal dengan rumus *korelasi product moment* sebagai berikut:

Keterangan:

N= Jumlah Responden

X= Skor yang diberikan oleh rater 1

Y= Skor yang diberikan oleh rater 2

$\sum XY$ = Jumlah perkalian antara variabel X dan Y

Untuk memudahkan perhitungan peneliti menggunakan program computer SPSS 26 *for windows*. Langkah-langkah uji validitas adalah sebagai berikut: Pilih *Analyze*, kemudian pilih sub menu *Scale-Reliability Analysis*, lalu memasukkan semua variabel yang valid. Klik *Statistic*, pada *Descriptives For* centang item dan *Scale if item deleted* lalu klik *continue* Kemudian OK.

Untuk mengetahui apakah kuesioner yang telah dilakukan datanya valid atau tidak, maka peneliti melakukan Uji Validitas. Uji Validitas menggunakan tingkat kepercayaan 95% atau tingkat signifikansi 5% dimana $df = N - 2$, Nilai N dalam penelitian ini yaitu 20, sehingga nilai $df = 18$. Dengan begitu, maka diperoleh nilai $r_{tabel} = 0,444$.

4.4.2 Reliabilitas

Penelitian ini memerlukan data yang betul-betul valid dan reliabel. Dalam rangka urgensi ini, maka kuesioner sebelum digunakan sebagai data penelitian primer, terlebih dahulu diuji cobakan ke sampel uji coba penelitian. Uji coba ini dilakukan untuk memperoleh bukti sejauh mana ketepatan dan kecermatan alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Pertanyaan dikatakan reliabel apabila jawaban seseorang terhadap pertanyaan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu.

Adapun rumus yang digunakan dalam menguji reliabilitas adalah menggunakan rumus *alpha* sebagai berikut:

Tabel 4. 3 Cronbach Alpha

Indeks	Reabilitas
< 0,20	Reabilitas sangat lemah
>0,20-0,40	Reabilitas lemah
>0,40-0,60	Reabilitas cukup kuat
>0,60-0,80	Reabilitas kuat
>0,80-1,00	Reabilitas sangat kuat

Uji reliabilitas dilakukan untuk memperoleh bukti sejauh mana ketetapan dan kecermatan alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Pertanyaan dikatakan reliabel apabila jawaban seseorang terhadap pertanyaan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Hasil uji reliabilitas disajikan dalam tabel diatas sebagai berikut:

Tabel 4. 4 Hasil Uji Reabilitas

<i>Cronbach's Alpha</i>	Keterangan
0,878	Realibilitas sangat kuat

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa pengujian reabilitas diperoleh nilai semua variabel kriteria bisa dikatakan reliabel. Untuk mengetahui kuat lemahnya reabilitas suatu variabel penelitian, maka diukur dengan melihat indeks norma *cronbach'a alpha*. Berdasarkan hasil tersebut variabel berada pada reliabilitas sangat kuat (>0,80-1,00).

4.5 Prosedur Penelitian

4.5.1 Prosedur Pengolahan Data

Data yang telah dikumpulkan diolah dengan cara manual yaitu dengan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Editing (Perbaikan Data)

Editing merupakan tahapan kegiatan untuk melakukan pengecekan isian formulir atau kuisisioner apakah jawaban yang ada pada kuisisioner sudah lengkap, jelas, relevan dan konsisten.

2. Coding

Memberikan kode terhadap jawaban yang diberikan responden dan mengklarifikasikan jawaban/hasil.

3. Tabulating

Setelah dilakukan Coding maka dilakukan tabulasi data dengan memberikan skor masing-masing jawaban responden.

4. Entry (Memasukan Data)

Setelah dilakukan tabulating pada penelitian ini dilakukan entry dengan cara memasukan data yang telah dikumpulkan kedalam master table atau data base ke dalam computer dengan menggunakan program SPSS for Windows untuk mempermudah perhitungan.

5. Cleansing (Pembersihan Data)

Diperiksa kembali untuk melihat kemungkinan adanya kesalahan kode, ketidaklengkapan dan sebagainya. Kemudian dilakukan pembetulan atau koreksi. Pada penelitian ini dilakukan cleansing untuk pengecekan kembali pada hasil yang sudah di dapat dari hasil penelitian.

4.6 Pelaksanaan Pengumpulan data

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan³⁰.

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan data primer. Peneliti melakukan pre-test dengan menggunakan pengukuran awal tingkat pengetahuan pada remaja kelas XI sebelum diberikan edukasi tentang gizi seimbang remaja, kemudian intervensi yang diberikan yaitu edukasi menggunakan metode *audio visual* (video) kemudian memutar video tentang gizi seimbang remaja lalu setelah diberikan materi tentang gizi seimbang remaja responden diberikan post-test untuk mengukur kembali tingkat pengetahuan responden setelah diberikan edukasi gizi seimbang remaja.

4.7 Teknik analisis data

4.7.1 Analisa Univariat

Analisa ini digunakan untuk mendeskripsikan antara *audio visual* tentang edukasi gizi seimbang terhadap tingkat pengetahuan gizi seimbang remaja. Analisa univariat dalam penelitian ini berdasarkan macam data yang di miliki tersebut, dalam penelitian ini dipakai perhitungan adalah Distribusi frekuensi, variabel yang di gunakan untuk menganalisis ini adalah pengaruh tingkat pengetahuan remaja . Data yang dianalisis adalah *audio visual* tentang edukasi gizi seimbang remaja.

Rumus Univariat:

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \%$$

Keterangan :

P : Persetase

F : Frekuensi Variabel

N : Jumlah Responsi

4.7.2 Analisa Bivariat

Analisis Bivariat adalah analisa yang di lakukan terhadap dua variable yang di duga berhubungan atau berkorelasi.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui apakah ada pengaruh *audio visual* tentang gizi pada remaja terhadap pengetahuan remaja di SMK Bina Teknika Cileungsi-Bogor serta skala data yang digunakan adalah skala ordinal,maka statistik yang digunakan adalah statistik Uji T-Dependen untuk mengkaji keefektifan perlakuan/intervensi jika berdistribusi normal.

Berikut rumus Uji T Dependen :

$$t = \frac{\delta}{SD\delta/\sqrt{n}}$$

Keterangan:

δ : Rata-rata deviasi (selisih sampel sebelum dan sampel sesudah)

SD δ : Standar deviasi dari δ (selisih sampel sebelum dan sampel sesudah)

n: Banyaknya sampel

DF: n-1

Jika nilai signifikansi kurang dari 0.05, maka kedua variabel memiliki perbedaan signifikan. Artinya, perbedaan perlakuan terhadap sampel memberi pengaruh yang bermakna. Sementara jika nilainya lebih dari 0.05, berarti tidak ada pengaruh bermakna dari perbedaan tersebut. $H_0 : \delta = 0$ (Tidak ada pengaruh pengetahuan pada remaja antara sebelum dibandingkan sesudah dengan dilakukan edukasi tentang polimenorea pada remaja), $H_a : \delta \neq 0$ (Ada pengaruh pengetahuan pada remaja setelah dilakukan edukasi tentang polimenore pada remaja).

Apabila data berdistribusi tidak normal maka digunakan Uji *Wilcoxon*.

$$Z = \frac{T - \left[\frac{1}{4N(N+1)} \right]}{\sqrt{\frac{1}{24N(N+1)(2N+1)}}$$

Berikut rumus Uji *Wilcoxon* adalah :

Keterangan:

N = Banyak data yang berubah setelah diberi perlakuan berbeda

T = Jumlah ranking dari nilai selisih yang negative (apabila banyaknya selisih yang positif lebih banyak dari banyaknya selisih negatif)

Z = Jumlah ranking dari nilai selisih yang positif (apabila banyaknya selisih yang negatif > banyaknya selisih yang positif).

Kriteria pengambilan keputusan Hasil dapat dianalisa sebagai berikut :

- 1) Bila Nilai Probability (sig) > 0,05 H_0 ditolak berarti tidak ada pengaruh edukasi tentang polimenore pada remaja terhadap pengetahuan remaja di Pondok Pesantren Al Madinah Melati Tahun 2024.
- 2) Bila Nilai Probability (sig) < 0,05 H_0 diterima berarti ada ada pengaruh edukasi tentang polimenore pada remaja terhadap pengetahuan remaja di Pondok Pesantren Al Madinah Melati Tahun 2024.

2.1 Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel adalah *Simple Random Sampling* dengan jenis teknik keseluruhan dari populasi dan diambil secara random untuk mewakili seluruh populasi.

Dalam penelitian ini peneliti menentukan sample yang akan digunakan dalam penelitian sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.

a. Kriteria Inklusi

Pada penelitian ini kriteria inklusi nya adalah sebagai berikut :

1. Semua Ibu Hamil di Puskesmas Cibarusah.
2. Semua ibu hamil yang bersedia menjadi responden
3. Semua ibu hamil yang bisa membaca dan menulis

b. Kriteria Eksklusi

Adapun kriteria eksklusinya sebagai berikut :

1. Ibu hamil yang tidak mengikuti rangkaian kegiatan penelitian.
2. Sampel diambil sejumlah 9 ibu hamil kriteria inklusi. Sampel diambil dengan teknik *Simple Random Sampling* pada bulan mei 2023.⁷

2.2 Pengumpulan Data

A. Prosedur pengumpulan data

Prosedur pengumpulan data adalah langkah- langkah prosedur dan strategi yang di gunakan untuk mengumpulkan data menganalisis dalam bentuk penelitian. Prosedur yang di lakukan adalah sebagai berikut :

1. Setelah mendapatkan izin dari STIKes Mitra RIA Husada Jakarta Timur kemudian peneliti menghubungi Puskesmas Cibarusah untuk izin operasional sehingga dapat memulai pengumpulan data.
2. Kemudian mendapatkan balasan dari Puskesmas Cibarusah Untuk izin pengumpulan data.
3. Kemudian peneliti membawa surat ke Puskesmas Cibarusah Untuk izin melakukan pengumpulan data.

4. Peneliti mulai melakukan pengumpulan data yaitu dengan memberikan promosi kesehatan dengan membagu responden kedalam 2 kelompok penelitian.kelompok control dan kelompok intervensi.
5. Sebelum diberikan promosi kesehatan, responden terlebih dahulu mengisi pre-test.

2.3 Instrumen pengumpulan data

Instrumen pada penelitian ini menggunakan pengambilan data berupa lembar kuesioner.

2.4 Sumber data

Pengumpulan dilakukan dengan cara mengisi lembar observasi pre-test dan post-test kepada responden.

A. Data Pre-test

Data Pre-Test merupakan data hasil pengukuran awal berupa data primer yaitu sebelum intervensi tentang pemberian aromaterapi lavender.

B. Data Post-test

Data Post-Test merupakan data hasil pengukuran akhir berupa data primer yaitu sesudah intervensi tentang pemberian aromaterapi lavender.

2.5 Teknik pengolahan data

A. *Editing* (Menyunting data)

Setelah data terkumpul maka akan dilakukan editing atau penyuntingan untuk memeriksa setiap lembar kuesioner yang telah diisi, kemudian data dikelompokkan sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan.

B. *Coding* (Mengkode Data)

Setelah data di edit selanjutnya dilakukan pengkodean yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan.

C. *Skoring*

Merupakan tahap untuk menilai masing-masing pertanyaan tugas yang dilakukan dan menjumlahkan hasil yang di dapat dari semua pertanyaan tiap responden

D. *Entry*

Data dalam bentuk “kode” (angka atau huruf) dimasukkan kedalam program atau software komputer. Dalam proses ini dituntut ketelitian dari orang yang melakukan “data entry”. Apabila tidak diteliti akan terjadi bias meskipun hanya memasukkan data saja.

E. *Cleaning*

Apabila semua data dari setiap sumber data atau responden selesai dimasukkan, maka perlu dicek kembali untuk melihat kemungkinan-kemungkinan adanya kesalahan-kesalahan kode, ketidak lengkapaan dan sebagainya, kemudian dilakukan koreksi.

F. *Tabulating*

Data yang dikumpulkan dimasukkan kedalam bentuk tabel, data dalam penelitian ini yang dimasukkan kedalam tabel adalah usia, pendidikan, pekerjaan, pendapatan keluarga.

2.6 Teknik Analisa Data

A. *Analisa Univariat*

Analisa ini digunakan untuk mendeskripsikan antarpromosi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan. Analisa univariat dalam penelitian ini berdasarkan macam data yang dimiliki tersebut. dalam penelitian ini dipakai perhitungan adalah Distribusi frekuensi, variabel yang digunakan untuk menganalisis ini adalah pengaruh promosi kesehatan. Data yang dianalisis adalah usia, pekerjaan, pendidikan, pendapatan keluarga. Untuk melihat distribusi frekuensi karakteristik responden menggunakan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \%$$

P = Jumlah persentase yang akan ingin dicapai

F = Jumlah frekuensi karakteristik responden

N = Jumlah sampel

2.7 *Analisa Bivariat*

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui apakah ada pengaruh promosi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan. maka statistik yang digunakan adalah statistik *Uji-t* untuk mengkaji keefektifan perlakuan jika berdistribusi normal. Apabila data berdistribusi tidak normal maka digunakan *Uji Wilcoxon*.

Digunakan uji *Paired t Test* ini apabila sampel yang digunakan

saling berhubungan, artinya satu sampel akan menghasilkan dua data. Rancangan ini paling umum di kenal dengan rancangan pre-post, artinya membandingkan rata-rata nilai pre test dan rata-rata nilai post test dari satu sampel (Riwidikdo, 2013).

Uji *Paired t Test* ini termasuk uji parametrik yang salah satu syaratnya data harus berdistribusi normal. Uji normalitas adalah uji untuk mengukur apakah data yang kita miliki berdistribusi normal sehingga dapat dipakai statistik parametrik yaitu uji *Paired t Test*, jika data tidak berdistribusi normal dapat digunakan statistik non-parametrik dan uji t tidak valid untuk digunakan, sehingga di sarankan untuk menggunakan uji non- parametrik data yang berpasangan (*Wilcoxon*).⁸

Kriteria pengambilan keputusan Hasil dapat dianalisa sebagai berikut :

- 1) Bila $p\ value > 0,05$ H_a ditolak berarti tidak ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat nyeri pada *dismenorea*
- 2) Bila $p\ value < 0,05$ H_a diterima berarti ada perbedaan pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat nyeri pada *dismenorea*

BAB V

HASIL PENELITIAN

5.1 Evaluasi Hasil

- a. Setelah selesainya penyampaian materi diharapkan sasaran antusias bertanya akan sesuatu hal terkait identifikasi penanggulangan gangguan menstruasi pada remaja putri yang masih belum mengerti. Serta mampu menerapkan informasi yang didapat saat penyuluhan di kehidupan sehari-harinya.
- b. Peserta mampu menjawab pertanyaan dengan baik.
- c. Berdasarkan hasil kuisioner dapat disimpulkan :
 - a) Terjadi peningkatan
 - b) Pre Test : 9,2% siswi mengetahui tentang usia menarch, 9,2% siswi mengetahui tentang lama siklus menstruasi normal, 69,2 % siswi mengetahui tentang lama keluarnya darah menstruasi normal, 63,1% siswi mengetahui tentang hal yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi, 46,2% siswi mengetahui tentang mengetahui jumlah perdarahan hipermenorea, 15,4% siswi mengetahui tentang penyebab gangguan menstruasi hipermenorea , 23,1% siswi mengetahui tentang jumlah perdarahan hipomenorea, 26,2% siswi mengetahui tentang penyebab gangguan menstruasi hipomenorea, 49,2% siswi mengetahui tentang siklus dan durasi pada gangguan menstruasi, 9,2% siswi mengetahui tentang gejala umum polimenorea.
 - c) Post Test : : 89,2% siswi mengetahui tentang usia menarch, 78,5% siswi mengetahui tentang lama siklus menstruasi normal, 100% siswi mengetahui tentang lama keluarnya darah menstruasi normal, 92,3% siswi mengetahui tentang hal yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi, 89,2% siswi mengetahui tentang mengetahui jumlah perdarahan hipermenorea, 24,6% siswi mengetahui tentang penyebab

gangguan menstruasi hipermenorea ,66,2% siswi mengetahui tentang jumlah perdarahan hipomenorea, 60% siswi mengetahui tentang penyebab gangguan menstruasi hipomenorea, 64,6% siswi mengetahui tentang siklus dan durasi pada gangguan menstruasi, 49,2% siswi mengetahui tentang gejala umum polimenorea.

BAB VI

PEMBAHASAN

6.1 Pengaruh Promosi Kesehatan Reproduksi Menggunakan Media Powerpoint Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Remaja

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *pre-test* dan *post-test*, setelah intervensi dimana *post-test* dilakukan setelah pemberian materi tentang gangguan menstruasi. Tujuannya untuk menghindarkan subjek yang masih mengingat atau pernah melakukan hal yang sama pada saat *pre-test*. *Powerpoint* merupakan sebuah program aplikasi microsoft office yang berguna sebagai media presentasi dengan menggunakan beberapa slide. *Powerpoint* sangat digemari dan banyak digunakan dikarenakan *powerpoint* dapat membuat sebuah presentasi berjalan lebih mudah dengan dukungan fitur yang sangat menarik dan canggih. Fitur template atau desain juga akan mempercantik sebuah presentasi. Dengan menggunakan powerpoint responden dapat membaca dan menulis sambil mendengarkan pembicara.

Sebagaimana pada hasil penelitian ini sesuai dengan peningkatan skor pengetahuan terhadap gangguan menstruasi jika mereka dapat memahami dengan baik informasi edukasi yang telah diberikan oleh peneliti. Peningkatan pengetahuan terhadap kesehatan reproduksi dapat mempengaruhi sikap individu dan selanjutnya hal ini juga akan mempengaruhi perilakunya.

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 SIMPULAN

Berdasarkan hasil penyuluhan dan pembahasan yang telah diuraikan, maka simpulan dari penyuluhan ini antara lain :

- a. Promosi kesehatan menggunakan media powerpoint berpengaruh terhadap peningkatan skor pengetahuan remaja pada gangguan menstruasi.
- b. Promosi kesehatan menggunakan media powerpoint berpengaruh terhadap peningkatan skor pengetahuan remaja pada gangguan menstruasi.
- c. Adanya peningkatan dari hasil *pre-test* ke *post-test*

7.2 SARAN

5.2.1. Saran Teoritis

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang penyuluhan kesehatan reproduksi pada remaja yang lebih interaktif dan efektif sehingga terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap yang lebih signifikan.

5.2.2. Saran Praktis

Penyuluhan kesehatan dengan menggunakan media *powerpoint* dapat digunakan sebagai alat bantu peningkatan pengetahuan tentang keputihan sebagai salah satu upaya mencegah keputihan abnormal pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

Ilham, M., Islamy, N., & Nasution, S. (2023). *Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja : Literature Review. Jurnal Penelitian Perawat Profesional*

Rafique N, Al-Sheikh MH. *Prevalence Of Menstrual Problems And Their Association With Psychological Stress In Young Female Students Studying Health Sciences. Saudi Med J.* 2018;39(1):67–73

Fitri Kumalasari ML, Hadi MI, Munir M. *Hubungan Tingkat Stres Psikologis Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa. J Kesehatan.* 2019

Lovibond P. *Depression Anxiety Stress Scales (DASS).* Psychology Foundation of Australia. 2018

Sahmin.2017. *Prevalensi Gangguan Menstruasi pada Remaja Putri di SMK YPKK Sleman.* Skripsi. Yogyakarta : STIKes Jendral Achmad Yani

LAMPIRAN



