

HUBUNGAN PENGETAHUAN DISMENOIRE DENGAN PERILAKU PENANGANAN DISMENOIRE PADA SISWI SMA AL-KAUTSAR BANDAR LAMPUNG

Asri Mutiara Putri¹, Okta Reni Seriwati¹

ABSTRAK

Pendahuluan : Pada remaja putri terjadi suatu perubahan fisik yaitu perubahan organ-organ reproduksi yang ditandai dengan datangnya menstruasi. Pada sebagian wanita yang mengalami menstruasi akan timbul nyeri yang disebut dismenore. Dismenore adalah nyeri di perut dan area pelvis yang dialami oleh seorang wanita sebagai suatu akibat dari periode menstruasinya. Dismenore merupakan salah satu masalah ginekologi yang paling umum dialami wanita dari berbagai tingkat usia. Angka kejadian dismenore di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap dunia mengalaminya.

Metode : Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *survey analitik* dengan pendekatan waktu *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 164 orang. Metode pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dan didapatkan sampel sebanyak 116 responden. Penelitian ini menggunakan uji *chi square* dengan alpha 0,05.

Hasil : Hasil penelitian didapatkan remaja putri terbanyak memiliki pengetahuan baik sebanyak 80 orang (69,0%) dan perilaku penanganan dismenore baik sebanyak 72 orang (62,1%). Nilai probabilitas diperoleh 0,000.

Kesimpulan : Maka dapat dinyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku penanganan dismenore siswi kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung.

Kata Kunci : *Dismenore, Pengetahuan, Perilaku.*

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi adalah kondisi sehat, fisik, mental, dan kesejahteraan sosial secara utuh pada semua hal yang berhubungan dengan sistem dan fungsi, serta proses reproduksi dan bukan hanya kondisi yang bebas dari penyakit atau kecacatan.¹ Setiap remaja akan mengalami pubertas, pubertas merupakan masa awal matangnya seksual. Pubertas terjadi sebagai akibat peningkatan sekresi *gonadotropin releasing hormone* (GnRH) dari hipotalamus, diikuti oleh sekuens perubahan sistem endokrin yang kompleks yang melibatkan sistem umpan balik yang negatif dan positif.² Hampir seluruh perempuan di dunia pernah merasakan nyeri haid dengan berbagai tingkatan, mulai dari sekedar pegal-pegal di seputaran panggul dan sisi dalam hingga rasa nyeri yang luar biasa sakitnya.³

Nyeri pada saat menstruasi atau *dismenore* merupakan keluhan ginekologi yang paling umum dan banyak dialami oleh wanita. Intensitas *dismenore* bisa berkurang setelah hamil, atau pada umur sekitar 30 tahun. Ada dua jenis *dismenore* yaitu *dismenore primer* dan *dismenore sekunder*. *Dismenore primer* mengenai sekitar 50-75% wanita yang masih menstruasi. Sekitar 10% mengalami *dismenore* berat sehingga tidak bisa bekerja.⁴

Angka kejadian nyeri menstruasi di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara, mengalami *dismenore*. Derajat nyeri menstruasi

dan kadar gangguan tentu tidak sama untuk setiap wanita. *Dismenore* yang paling sering terjadi adalah *dismenore primer*. *Dismenore primer* (*primary dysmenorrhea*) adalah nyeri haid yang dijumpai tanpa kelainan alat-alat genital yang nyata. Angka kejadian *dismenore* tipe primer di Indonesia adalah sekitar 54%-89% dari jumlah wanita yang mengalami *dismenore*. Sedangkan sisanya adalah tipe sekunder.⁵ *Dismenore sekunder* adalah adanya hubungan dengan penyakit atau kelainan pada alat genital, dimana nyeri dapat terasa sebelum, selama, dan sesudah menstruasi.⁶

Kadang-kadang wanita membungkukkan tubuh atau merangkak karena tidak mampu menahan rasa nyeri bahkan ada yang sampai berguling-guling di tempat tidur. Hal ini sangat mengganggu aktivitas wanita sehari-hari dan dapat berdampak pada turunnya produktivitas kerja.⁷

Akibat keluhan *dismenore* berdampak pada gangguan aktivitas sehari-hari sehingga menyebabkan absen sekolah ≤ 3 hari. Banyak siswi yang mengalami *dismenore* yang berdampak pada menurunnya konsentrasi dikelas dan banyak siswi yang tidak masuk karena timbulnya *dismenore*.⁸

Ketika seorang manusia mengalami sesuatu maka akan membangun berbagai cara untuk mengalami stresor internal maupun eksternal, dan apabila cara tersebut berhasil biasanya akan terus memakai hal yang sama untuk melindungi dirinya. Berbagai penelitian di Indonesia telah dilakukan dan menunjukkan bahwa

1) Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung

terdapat banyak cara dalam menangani *dismenore* saat menstruasi. Efektivitas senam saat mengalami *dismenore* dapat mengurangi nyeri *dismenore* pada remaja,⁹ vitamin E bermanfaat sebagai pengobatan *dismenore primer* pada remaja perempuan pubertas,¹⁰ sebanyak 92% penderita *dismenore* hanya beristirahat untuk menghilangkan nyeri, penggunaan obat-obatan penghilang nyeri digunakan oleh 32% sedangkan sebanyak 7,1% penderita *dismenore* berkonsultasi ke dokter.¹¹

Perilaku kesehatan merupakan tema penting yang perlu di telaah secara mendalam karena berdasarkan teoritis, salah satu upaya mengurangi gangguan pada saat menstruasi yaitu membiasakan diri dengan perilaku sehat. Namun hal tersebut tidak terjadi begitu saja, tetapi merupakan sebuah proses yang di pelajari, karena individu mengerti dampak positif dan dampak negatif suatu perilaku yang terkait dengan keadaan menstruasi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di SMA Al-Kautsar Bandar Lampung terhadap 16 siswi, mengatakan belum mengetahui tentang *dismenore*, dan 13 siswi mengalami nyeri saat menstruasi. Dari jumlah tersebut 5 orang yang mengalami *dismenore* dibiarkan saja tanpa diberi terapi, 3 orang minum obat, 3 orang minum jamu, dan 2 orang dengan menggunakan kompres air hangat untuk mengurangi nyeri. Berdasarkan hasil wawancara bahwa kadar nyeri yang dirasakan dan upaya penanganan dalam mengatasi nyeri menstruasi berbeda antara satu siswi dengan siswi lainnya. Hal inilah yang melatar belakangi penulis untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan pengetahuan *dismenore* dengan perilaku penanganan *dismenore* pada siswi SMA Al-Kautsar Bandar Lampung".

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *survey analitik* yang artinya survey atau penelitian yang diarahkan untuk menjelaskan suatu keadaan atau situasi. Pendekatan waktu yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross secsional*. Penelitian ini dilakukan di SMA Al-Kautsar Bandar Lampung. Teknik Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dengan menggunakan 116 siswi yang telah memenuhi kriteria inklusi dan 10 siswi menjadi kriteria eksklusi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan data primer dari jawaban kuesioner yang memenuhi kriteria inklusi siswi SMA Al-Kautsar Bandar Lampung Tahun 2016. Sebanyak 116 siswi dari kelas viii.

Gambaran Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswi Kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung Tahun 2016

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswi Kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung Tahun 2016

Pengetahuan	Responden	Presentase (%)
Baik	80	69,0
Tidak baik	36	31,0
Total	116	100

Dari tabel 1 diketahui bahwa pengetahuan responden didapatkan lebih banyak pengetahuan baik yaitu 80 responden (69,0%) dari pada pengetahuan tidak baik yaitu 36 responden (31,0%).

Distribusi Frekuensi Perilaku Penanganan Dismenore Siswi Kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung Tahun 2016

Tabel 2.

Distribusi Frekuensi Perilaku Penanganan Dismenore Siswi Kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung Tahun 2016

Perilaku Penanganan Dismenore	Responden	Presentase (%)
Baik	72	62,1
Tidak baik	44	37,9
Total	116	100

Dari Tabel 2 diketahui bahwa perilaku penanganan *dismenore* responden didapatkan lebih banyak perilaku penanganan *dismenore* baik yaitu 72 responden (62,1%) dari pada perilaku penanganan *dismenore* tidak baik yaitu 44 responden (37,9%).

Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Penanganan Dismenore Siswi Kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung Tahun 2016

Dari Tabel 3 diketahui pengetahuan baik dengan perilaku penanganan *dismenore* baik sebanyak 65 responden (56,0%), pengetahuan baik dengan perilaku penanganan *dismenore* tidak baik sebanyak 15 responden (12,0%), pengetahuan tidak baik dengan perilaku penanganan *dismenore* baik sebanyak 7 responden (6,0%), serta pengetahuan tidak baik dengan perilaku penanganan *dismenore* tidak baik sebanyak 29 responden (25,0%). Berdasarkan uji statistik diperoleh nilai $p = 0,00$ ($OR=17,95$, $95\% CI=6,61 -11,71$), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan bermakna antara pengetahuan dengan perilaku penanganan *dismenore* siswi kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung. Pada

penelitian ini juga diperoleh nilai OR = 17,95 artinya terdapat faktor resiko delapan belas kali lipat siswi dengan

pengetahuan tidak baik mengalami perilaku penanganan dismenore tidak baik.

Tabel 3.
Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Penanganan Dismenore Siswi Kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung Tahun 2016

Pengetahuan	Perilaku Penanganan Dismenore				Total		P value	OR	95% CI
	Baik		Tidak baik		N	%			
	N	%	N	%					
Baik	65	56,0	15	12,0	80	69,0	0,00	17,95	6,61 –11,71
Tidak baik	7	6,0	29	25,0	36	31,0			
Total	72	62,1	44	37,9	116	100			

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Gambaran Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswi Kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung Tahun 2016

Dari Tabel 1 diketahui bahwa pengetahuan responden didapatkan lebih banyak pengetahuan baik (69,0%) dari pada pengetahuan tidak baik (31,0%). Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Erina Pati Ningsih Purba dkk diperoleh jumlah responden terbanyak yang memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak 36 orang (54,5%), pengetahuan cukup sebanyak 20 orang (30,3%), dan jumlah responden paling sedikit yang memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 10 orang (15,2%).²⁵

Hasil data penelitian ini menggambarkan remaja putri terbanyak memiliki pengetahuan baik tentang dismenore. Hal ini dikarenakan sumber informasi khususnya mengenai kesehatan melalui media elektronik maupun leaflet, poster, dan bulletin aktif dilakukan bukan hanya dari OSIS (Organisasi Siswa Intra Sekolah) melainkan dari UKS (Unit Kesehatan Sekolah), sehingga mayoritas pengetahuan siswi mengenai dismenore baik. Hal lain yang memiliki peran penting di SMA Al-Kautsar Bandar Lampung memiliki badan konseling untuk memberikan kesempatan kepada semua peserta didik melakukan konsultasi setiap masalah yang terjadi baik pribadi maupun berkaitan dengan pelajaran. Sesuai dengan teori menurut Notoatmodjo, bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba.²⁷ Walaupun disini sumber informasi remaja putri cukup baik yaitu terbanyak mendapatkan informasi dari media elektronik namun sedikit yang memperoleh informasi tentang dismenore dan cara penanganannya dari petugas kesehatan, orang tua, dan teman. Menurut hasil penelitian Nafiroh dan Indrawati, diketahui bahwa

mayoritas responden memiliki pengetahuan kurang tentang dismenore yaitu sebanyak 36 siswi (78,3%) karena pada kenyataannya dalam penelitian ini responden belum mendapatkan informasi dan pendidikan tentang dismenore di sekolah.²⁸

Pendidikan merupakan suatu proses pengembangan kepribadian dan kemampuan manusia melalui pengajaran dan pelatihan yang dilakukan didalam maupun diluar lembaga pendidikan. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka tingkat pengetahuan terhadap suatu objek akan meningkat pula. Namun peningkatan pendidikan juga dipengaruhi oleh sikap seseorang terhadap objek tersebut, apabila seseorang memiliki aspek yang positif maka akan menumbuhkan sikap yang positif juga.²⁷

Hal ini sesuai dengan teori menurut Notoatmodjo, pendidikan, umur, informasi, dan pengalaman merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan.²⁷ Dimana responden remaja putri dalam penelitian ini masih berada pada remaja tahap menengah rata-rata berumur 15 tahun, sehingga remaja putri harus banyak mencari informasi dari berbagai pihak selain dari media ada juga petugas kesehatan, orang tua, dan teman yang dapat memberikan informasi yang berguna dan dapat menambah wawasan pengetahuan remaja putri tentang dismenore.

Gambaran Distribusi Frekuensi Perilaku Penanganan Dismenore Siswi Kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung Tahun 2016

Dari Tabel 3 diketahui bahwa perilaku penanganan dismenore responden didapatkan lebih banyak perilaku penanganan dismenore baik yaitu (62,1%) dari pada perilaku penanganan dismenore tidak baik (37,9%). Hal ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Dyah Pradnya Paramita yang menyatakan bahwa sebanyak 46 (79,3%) siswi telah melakukan perilaku yang baik untuk menangani dismenore. Perilaku yang baik tersebut ditunjukkan dari kesadaran siswi untuk selalu

memperhatikan rasa nyeri yang dirasakannya ketika menstruasi.³¹

Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Erina Pati Ningsih Purba dkk menyatakan bahwa perilaku penanganan dismenore diperoleh jumlah responden terbanyak yang memiliki perilaku kurang yaitu sebanyak 33 orang (50,0%), perilaku cukup sebanyak 22 orang (33,3%), dan jumlah responden yang paling sedikit memiliki perilaku baik yaitu sebanyak 11 orang (16,7%).

Hasil data penelitian ini menggambarkan remaja putri terbanyak memiliki perilaku penanganan dismenore baik. Hasil ini tidak lepas dari peran kegiatan ekstrakurikuler yang ada di SMA Al-Kautsar khususnya jurnalistik dan PMR (Palang Merah Remaja) yang sangat aktif melakukan kegiatan-kegiatan positif seperti memasang artikel kesehatan terbaru, forum diskusi ilmiah, penyuluhan menggunakan leaflet dan poster di setiap kegiatan ekstrakurikuler. Promosi kesehatan yang baik memberikan informasi kepada siswi sehingga perilaku penanganan dismenore yang baik dapat diaplikasikan. Respon atau reaksi yang muncul dalam diri seseorang karena adanya suatu stimulus atau rangsangan. Respon terhadap suatu stimulus dipengaruhi dengan beberapa faktor yaitu dari pengalaman, kondisi lingkungan, dan faktor sosial budaya. Kemudian kondisi tersebut diketahui, dipersepsikan, diyakini sehingga memunculkan suatu motivasi untuk memberikan respon. Motivasi tersebut akan memunculkan tindakan penanganan terhadap suatu kondisi yang dialaminya.²⁷

Menurut penelitian Releghea, bahwa dari 133 responden didapatkan sebanyak 45,1% memiliki perilaku tidak baik dalam mengatasi dismenore. Perilaku penanganan dismenore yang dilakukan remaja putri tergolong kurang karena kurangnya pengetahuan yang diperoleh remaja putri tentang dismenore.³⁰ Hal ini sesuai dengan teori menurut Fitriani, yang menyatakan bahwa dari pengalaman dan penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.²⁹ Kurangnya perilaku remaja putri dalam menangani dismenore ketika menstruasi terjadi karena kurangnya kesadaran remaja putri mengetahui penyebab, gejala, dan cara penanganannya, sehingga remaja putri tidak pernah memeriksakan ke petugas kesehatan. Selain itu kurangnya ketertarikan untuk mencari berbagai informasi mengenai dismenore sehingga remaja putri kurang mengetahui perilaku penanganan dismenore yang baik.

Perilaku pada dasarnya merupakan sebuah subjek yang tidak dapat diukur dengan mudah, karena perilaku merupakan suatu proses yang terjadi dalam diri seseorang secara terus-menerus. Perilaku akan selalu mengalami perubahan selama manusia hidup dan belajar. Perilaku penanganan terhadap dismenorea tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan seseorang tetapi dapat pula

dipengaruhi oleh sikap, kepercayaan dan tradisi yang ada.²⁷

Analisis Bivariat

Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Penanganan Dismenore Siswi Kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung Tahun

Dari Tabel 3 diketahui pengetahuan baik dengan perilaku penanganan dismenore baik (56,0%), pengetahuan baik dengan perilaku penanganan dismenore tidak baik (12,0%), pengetahuan tidak baik dengan perilaku penanganan dismenore baik (6,0%), serta pengetahuan tidak baik dengan perilaku penanganan dismenore tidak baik (25,0%). Berdasarkan uji statistik diperoleh nilai $p = 0,00$ ($OR=17,95$, $95\% CI=6,61 - 11,71$), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan bermakna antara pengetahuan dengan perilaku penanganan dismenore siswi kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung. Pada penelitian ini juga diperoleh nilai $OR = 17,95$ artinya terdapat faktor resiko delapan belas kali lipat siswi dengan pengetahuan tidak baik mengalami perilaku penanganan dismenore tidak baik.

Menurut penelitian Paramita, menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tentang dismenore pada siswi sebagian besar berada pada kategori cukup yaitu sebanyak 50 orang dengan perilaku penanganan dismenore sebagian besar berada pada kategori baik yaitu sebanyak 40 orang. Ini berarti bahwa semakin baik tingkat pengetahuan seseorang maka semakin baik perilakunya.³¹

Selain itu menurut penelitian yang dilakukan oleh Yuniarti, Rejo, dan Handayani menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kategori baik yaitu sebanyak 61 orang (80,3%) dengan perilaku penanganan dismenore baik yaitu sebanyak 67 orang (88,2%). Hasil penelitian ini berbeda karena tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan mahasiswa semester I tentang menstruasi dengan perilaku penanganan dismenore.³²

Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Erina Pati Ningsih Purba dkk menyatakan bahwa hasil penelitian terhadap 66 orang responden di SMA Negeri 7 Manado diperoleh dari 36 remaja putri yang memiliki pengetahuan kurang dengan perilaku penanganan dismenore kurang yaitu sebanyak 31 orang, cukup sebanyak 5 orang, dan baik tidak ada. Dari 20 remaja putri yang memiliki pengetahuan cukup dengan perilaku penanganan dismenore kurang yaitu sebanyak 2 orang, cukup sebanyak 17 orang, dan baik sebanyak 1 orang. Sedangkan remaja putri yang memiliki pengetahuan baik dengan perilaku penanganan dismenore kurang tidak ada, cukup tidak ada, dan baik sebanyak 10 orang. Hasil penelitian ini menggunakan uji chi square diperoleh nilai $p = 0,000$ dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ maka $p < 0,05$.

Sehingga hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku penanganan dismenore, maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

Dengan pengetahuan yang baik tentang dismenore, dapat mengembangkan kemampuan mengambil keputusan untuk menangani dismenore yang merupakan manifestasi dari keterpaduan menalar secara ilmiah dan etik yang bertolak dari dismenore sebagai masalah nyata yang dialami oleh para remaja. Dengan usia yang lebih banyak, maka pengalaman yang dimiliki juga akan semakin banyak dan beragam. Pengalaman dapat dijadikan cara untuk menambah pengetahuan seseorang tentang suatu hal. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui pendidikan, pengalaman diri sendiri, pengalaman orang lain, media massa maupun lingkungan. Pengetahuan atau kognitif dominasi sangat penting untuk terbentuk tindakan seseorang disebut dengan *over behavior*.²⁷

Sedangkan semakin baik pengetahuan tentang dismenore yang dimiliki remaja putri maka sikap yang ditunjukkan untuk menangani dismenore juga semakin baik. Dengan pengetahuan yang baik akan mempengaruhi sikap remaja putri untuk menangani dismenore dengan tepat. Menurut Azwar, hal tersebut karena pengetahuan seseorang tentang sesuatu hal akan mempengaruhi sikapnya. Sikap positif maupun negatif tergantung dari pemahaman individu tentang suatu hal tersebut, sehingga sikap ini selanjutnya akan mendorong individu melakukan perilaku tertentu pada saat dibutuhkan, tetapi kalau sikapnya negatif, justru akan menghindari untuk melakukan perilaku tersebut.³³

Beragam cara penanganan dismenore telah dilakukan oleh sebagian besar siswi. Dari hasil wawancara dengan responden, penanganan dismenore dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri agar tidak semakin parah sehingga tidak mengganggu aktifitas keseharian mereka. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Kartono, bahwa penanganan yang kurang tepat membuat remaja putri selalu mengalaminya setiap siklus menstruasinya. Berdasarkan hasil penelitian, remaja putri Amik Imelda telah melakukan perilaku penanganan dismenore. Sikap dalam penanganan dismenore didasarkan oleh cara berfikir dan bersikap positif tentang keluhan dismenore yang dialaminya, sehingga terbentuk perilaku berupa pemberian kompres hangat, olah raga teratur dan istirahat, pengonsumsi makanan bergizi, pengonsumsi obat analgetik.³⁴

Dalam penelitian didapatkan 15 responden (12,0%) pengetahuan baik dengan perilaku penanganan dismenore tidak baik, hal ini disebabkan responden secara kognitif memiliki pengetahuan yang baik mengenai penanganan dismenore namun belum memahami bagaimana perilaku tersebut mempengaruhi kesehatan

baik secara psikis maupun fisik sehingga kemauan untuk mengaplikasikannya belum terbentuk.

Selain itu sebelum orang mengadopsi perilaku baru, didalam diri orang tersebut terjadi proses berurutan, yaitu :

- a. *Awareness*
- b. *Interest*
- c. *Evaluation*
- d. *Trial*
- e. *Adoption*.

KESIMPULAN

1. Pengetahuan siswi kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung didapatkan lebih banyak pengetahuan baik (69,0%) dari pada pengetahuan tidak baik (31,0%). Dimana tiga kategori terendah atau pengetahuan tidak baik adalah :
 - Dismenore merupakan penyakit keturunan.
 - Dismenore dapat menyebabkan kemandulan.
 - Dismenore tidak ada hubungannya dengan haid.
2. Perilaku penanganan dismenore siswi kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung didapatkan lebih banyak perilaku penanganan dismenore baik yaitu (62,1%) dari pada perilaku penanganan dismenore tidak baik (37,9%). Dimana tiga kategori terendah atau perilaku penanganan dismenore yang tidak baik adalah:
 - Tidak mengonsumsi makanan bergizi (tomat, brokoli, teh dll) untuk mencegah dismenore.
 - Tidak melakukan nafas dalam untuk mengurangi rasa nyeri.
 - Tidak melakukan upaya untuk menghilangkan rasa nyeri.
3. Ada hubungan bermakna antara pengetahuan dengan perilaku penanganan dismenore siswi kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung dengan faktor resiko delapan belas kali lipat siswi dengan pengetahuan tidak baik mengalami perilaku penanganan dismenore tidak baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kusmiran Eny. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta : Penerbit Buku Biru.2011.
2. Badziad, A. Endokrinologi dan Genikologi. Edisi 2. Jakarta : Media Aesculopius Fakultas Kedokteran University.2003.
3. Aldani NA. Bagaimana Karakteristik Gejala Dysmenorrhea dan Hubungannya dengan Aktivitas Kerja Perawat Wanita di Rumah Sakit Umum Daerah Langsa. Medan : Universitas Sumatra Utara 2011. Dari www.repository.usu.ac.id/bitstream
4. Arikunto S. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Rineka Cipta.2006.

5. Misaroh Siti. Menarche. Jogjakarta : Nuha Medika.2008.
6. Indriyati. Nyeri haid. Jakarta.2008. Dari www.id.shvoong.com/medicine-and-health-nyeri-haid
7. Notoatmodjo S. Kesehatan masyarakat Ilmu dan Seni. Jakarta : Rineka Cipta.2007
8. Husain OH. Apakah ada Hubungan antara Pengetahuan Tentang Dismenore dengan Upaya Penanganannya pada Siswi Kelas X di SMK Negeri 1 Batudaa Tahun 2013. Gorontalo : Universitas Negeri Gorontalo 2014. Dari www.eprints.ung.ac.id
9. Akatri, S. Penuntun Hidup Sehat Menurut Ilmu Kesehatan Modern. Surabaya: Airlangga University Press,1996.
10. Deliana M. Pemberian vitamin e sebagai pengobatan dismenore primer pada remaja perempuan pubertas. Medan : universitas sumatera utara. 2011.Dari www.repository.usu.ac.id/bitstream
11. Purba E, Rompas S, Karundeng, dkk. Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Penanganan Dismenore di SMA Negeri 7 Manado. Manado : Universitas Sam Ratulangi Manado.2014. Dari www.ejournal.unsrat.ac.id
12. Laila Nurnajmi. Buku Pintar Menstruasi. Yogyakarta : Buku Biru.2011
13. Manuaba B.G. Penghantar Kuliah Obstetrik. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.2007
14. Baziad Ali. Endokrinologi Ginekologi. Jakarta : Media Aesculapius.2008
15. Anurogo, Dito. Segala Sesuatu Tentang Nyeri Haid. Yogyakarta : buku biru 2009
16. Cahyaningtias P.L. pengaruh olahraga terhadap Derajat Nyeri Dismenore pada Wanita Belum Menikah. Karya Tulis Ilmiah Stara Satu, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta.2009
17. Wiknjosastro, Hanifa. Ilmu Kandungan. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.1999
18. Dechemey , Alan, H., Nathan, L., Goodwin, T,M., Laufer, N. Current diagnosis & treatment obstetrics & gynecology 10 edition. mcGraw HILL : New York. 2007
19. Perry and Potter. Fundamental of nursing, Alih Bahasa : Yasmin Asih, Edisi, Volume 1. Jakarta : EGC. 2005.
20. Prawiroharjo Sarwono. Pelayanan kesehatan maternal dan neonatal. Jakarta : Bina pustaka sarwono prawirohardjo.2005.
21. Sari F. Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Dismenore di Man Rukoh Kota Banda Aceh. Aceh : Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas As Syiah Kuala Darussalam Banda Aceh.2012. Dari www.etd.unsyiah.ac.id
22. Andira, Dita. Seluk Beluk Reproduksi Wanita. Yogyakarta : A+ Plus Book.2010
23. Melino, Irmayanti, dkk. MPKT Modul Pengetahuan. Jakarta : Lembaga Penerbit FE UI.2007
24. Notoatmodjo S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.2012
25. Erina Pati Ningsih Purba, SeftiRompas, Michael Karundeng. Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Penanganan Dismenore Di SMA Negeri 7 Manado. Universitas Sam Ratulangi. Manado. 2014 www.ejournal.unsrat.ac.id
26. Bobak., Lowdermilk., & Jensen. Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Jakarta :BukuKedokteran EGC.2012.
27. Notoatmodjo, S. Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku. Jakarta :Rineka Cipta.2007.
28. Nafiroh, D., & Indrawati, N.D. Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Dismenore Pada Siswa Putri Di MTS NU Mranggen Kabupaten Demak.2013. www.akbidylpp.ac.id
29. Fitriani, S. Promosi Kesehatan. Yogyakarta : Grahallmu. 2013
30. Releghea, A.Y.Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Dismenore Dengan Perilaku Penanganan Dalam Mengatasinya Pada Remaja Putri Di RSBI SMANMojoangung.2012 www.webstatschecker/jurnal_hubungan_tingkat_pengetahuan_dan_perilaku_penangan_dismenorea
31. Paramita, D.P. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Dismenorea dengan Perilaku Penanganan Dismenorea Pada Siswi SMK YPKK Sleman Yogyakarta.2010 www.eprints.uns.ac.id
32. Yuniarti, T., Rejo.,& Handayani, R.T. Hubungan Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Semester I Tentang Menstruasi Dengan Penanganan Dismenore Di Akper Mamba'ul'ulum Surakarta.2012. www.jurnal.akpermus.ac.id
33. Azwar S. 2005. "Sikap Manusia, Teori Dan Pengukurannya". Yogyakarta; PustakaPelajar.
34. Kartono, K. 2006. Psikologi Wanita Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa. Jilid I. Bandung: Mandar Maju.