

**Hubungan Pengetahuan Tentang Dismenorea Dengan Perilaku Penanganan
Dismenorea Pada Remaja Putri Di Pondokpesantren Mizanul 'Ulum
Sanrobone Kab. Takalar Tahun 2022**

Andi Arlina¹, Idha Farahdiba² Winda Dwi Puspita³

¹⁻³Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia
arlinaandi66@gmail.com¹,

ABSTRAK

Dismenorea merupakan salah satu kondisi medis yang terjadi saat perempuan haid atau menstruasi dimana hal tersebut dapat mengganggu aktivitas dan memerlukan pengobatan. Dismenorea juga ditandai dengan nyeri atau rasa sakit di daerah perut atau panggul, nyeri haid yang bersifat kram dan berpusat pada perut bagian bawah, (90%) wanita mengalami dismenorea dengan 10-15% mengalami dismenorea berat. Angka kejadian dismenorea di dunia sangat besar, rata-rata hampir lebih dari 50% wanita mengalaminya. Mempunyai pengetahuan yang tinggi terhadap dismenorea seperti pengertian dismenorea, usia yang sering mengalami dismenorea, derajat dan penyebab dismenorea sehingga dapat dilakukan tindakan untuk mengatasi dismenorea di Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Sanrobone Kab. Takalar Tahun 2022. Diketuinya hubungan pengetahuan tentang dismenorea dengan perilaku penanganan dismenorea pada remaja putri di Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Sanrobone Kab. Takalar tahun 2022. Jenis penelitian survey analitik dengan menggunakan rancangan *Cross Sectional Study*. Populasi dan Sampel berjumlah 40 siswi menggunakan teknik *Total Sampling*. Jenis data primer diolah menggunakan program komputer mulai dari *editing*, *coding*, dan data *entry*. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat. Dari hasil uji statistic dengan menggunakan uji *chi-square (Fisher's Exact Test)* yang telah dilakukan memperoleh nilai $p = 0,000 < \text{nilai } \alpha = 0,05$ maka H_a diterima dan H_o ditolak artinya bahwa ada hubungan pengetahuan tentang dismenorea dengan perilaku penanganan dismenorea pada remaja putri di Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Sanrobone Kab. Takalar tahun 2022. Terdapat hubungan pengetahuan tentang dismenorea dengan perilaku penanganan dismenorea pada remaja putri di Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Sanrobone Kab. Takalar tahun 2022.

Kata Kunci : Dismenorea, Pengetahuan, Penanganan

ABSTRACT

Dysmenorrhea is a medical condition that occurs when a woman is menstruating, where it can interfere with activities and require treatment. Dysmenorrhea is also characterized by pain in the abdomen or pelvis, menstrual pain that is crampy and centered on the lower abdomen, (90%) women experience dysmenorrhea with 10-15% experiencing severe dysmenorrhea. The incidence of dysmenorrhea in the world is very large, on average almost more than 50% of women experience it. Have a high knowledge of dysmenorrhea such as the understanding of dysmenorrhea, the age that often experiences dysmenorrhea, the degree and causes of dysmenorrhea so that action can be taken to overcome dysmenorrhea at the Mizanul 'Ulum Sanrobone Islamic Boarding School, Takalar Regency in 2022. To know the relationship between the knowledge of young women about dysmenhorea in students Mizanul 'Ulum Islamic Boarding School, sanrobone kab.Takalar in 2022. The type this of research is an analytic survey using a Cross Sectional Study design. The population and sample are 40 students using the Total Sampling technique. The primary data are processed using computer programs ranging from editing, coding, and data entry. Data analysis used univariate and bivariate analysis. From the results of statistical tests using the chi-square test (Fisher's Exact Test) that has been carried out, the value of $p = 0.000 < \text{value of } = 0.05$ means that H_a is accepted and H_o is rejected, meaning that there is a relationship between the knowledge of adolescent women about dysmenorrhea and handling of dysmenorrhea in students Mizanul 'Ulum Islamic Boarding School, sanrobone kab.Takalar in 2022. There is a relationship between adolescent knowledge about dysmenorrhea and the treatment of dysmenorrhea in students Mizanul 'Ulum Islamic Boarding School, sanrobone kab.Takalar in 2022.

Keywords: Dysmenorrhea, Knowledge, Handling

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Remaja putri akan mengalami perubahan fisik yaitu perubahan organ-organ reproduksi yang ditandai dengan datangnya menstruasi (E. Purba et al., 2014). Menstruasi adalah pengeluaran darah dan sel sel tubuh dari vagina yang berasal dari dinding rahim perempuan secara periodik. Menstruasi atau haid juga bisa diartikan sebagai siklus alami yang terjadi secara regular untuk mempersiapkan tubuh perempuan setiap bulannya. Rata-rata perempuan haid 3-8 hari dengan siklus rata-rata 28 hari pada setiap bulannya (Rustam, 2015). Sebagian wanita yang mengalami menstruasi akan merasakan nyeri yang disebut dengan dismenoreia. Dismenoreia adalah nyeri yang dirasakan pada perut dan area *pelvis* seorang wanita sebagai suatu akibat dari periode menstruasinya. Dismenoreia adalah salah satu masalah ginekologi yang paling umum dialami wanita dari berbagai tingkat usia (E. Purba et al., 2014).

Menurut dari data *World Health Organization* (WHO) tahun 2012 didapatkan kejadian dismenoreia sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita mengalami dismenoreia dengan 10-15% mengalami dismenoreia berat. Angka kejadian dismenoreia di dunia sangat besar, rata-rata hamper lebih dari 50% wanita mengalaminya (Studi et al., 2019). Prevalensi dismenoreia di setiap negara berbeda-beda. Adapun prevalensi di Amerika Serikat kurang lebih sekitar 85%, di Italia sebesar 84,1% serta di Australia sebesar 80%. Prevalensi rata-rata di Asia kurang lebih

sekitar 84,2% dengan spesifikasi 68,7% terjadi di Asia Timur laut, 74,8% di Asia Timur Tengah dan di Asia Barat laut sekitar 54,0%. Prevalensi di negara-negara Asia Tenggara juga berbeda, adapun angka kejadian dismenoreia di Malaysia mencapai 69,4%, Thailand 84,2% (Tsamara et al., 2020). Sedangkan angka kejadian dismenoreia berdasarkan dari data profil kesehatan Indonesia tahun 2013 terdiri dari 54,89% dismenoreia primer dan 9,36% dismenoreia sekunder (Studi et al., 2019). Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2018, angka kejadian dismenoreia cukup tinggi yaitu tingkat nyeri ringan sebesar 57,7%, nyeri sedang 38,5% dan nyeri berat sebesar 3,8%. Hal ini menunjukkan bahwa banyaknya remaja putri yang mengalami dismenoreia. (Dinkes Sulsel, 2018).

Untuk menghilangkan rasa sakit yang disebabkan oleh dismenoreia maka dapat dilakukan dengan menggunakan obat-obatan golongan analgetik seperti aspirin, asam mefenamat, paracetamol, kafein, dan feminax, serta obat-obat merek dagang yang beredar di pasaran antara lain novalgin, postan, sering juga digunakan untuk mengurangi keluhan. Selain itu ada juga yang menggunakan obat tradisional seperti air daun sirih, daun papaya, rimpang kunyit dan lain-lain. Dismenoreia atau nyeri haid juga dapat diatasi dengan obat anti inflamasi non-steroid untuk mungurangi gejala yang ditimbulkan. Dismenoreia juga dapat ditangani dengan dua cara, yaitu dengan terapi farmakologis dan terapi non-farmakologis. Adapun terapi farmakologis dasar dapat dilakukan

dengan cara pemberian obat anti inflamasi non-steroid (NSAID). Sedangkan untuk terapi non-farmakologis dapat dilakukan dengan cara komprs air hangat, olah raga dan tidur cukup (Larasati, T. A. & Alatas, 2016).

Pengetahuan remaja putri mengenai pengertian, lama dan penyebab menstruasi, pengetahuan yang rendah tentang siklus dan hormon yang berperan dalam menstruasi. Mempunyai pengetahuan yang tinggi terhadap dismenorea seperti pengertian dismenorea, usia yang sering mengalami dismenorea, derajat dan penyebab dismenorea. Tindakan yang dilakukan untuk mengatasi dismenorea adalah tindakan non-farmakologi (17,86%). Secara farmakologi remaja putri menggunakan obat tradisional daun sirih (67,00%), sedangkan yang memilih obat jadi adalah OJ-2 (40,00%). Sehingga mempunyai pengetahuan yang tinggi terhadap dismenorea seperti pengertian dismenorea, usia yang sering mengalami dismenorea, derajat dan penyebab dismenorea sehingga dapat dilakukan tindakan untuk mengatasi dismenorea.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka perlu dilakukan suatu penelitian mengenai hubungan pengetahuan tentang dismenorea dengan perilaku penanganan dismenorea pada remaja putri di Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Sanrobone Kab. Takalar tahun 2022. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang dismenorea dengan perilaku penanganan dismenorea pada remaja putri di Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Sanrobone Kab. Takalar tahun 2022.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian survei analitik dengan menggunakan rancangan *cross sectional study*. Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Sanrobone Kab. Takalar tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Sanrobone Kab. Takalar sebanyak 40 orang, dengan teknik pengambilan sampel adalah *total sampling*.

Variabel independen yang digunakan adalah pengetahuan remaja putri tentang dismenorea. Sedangkan untuk variabel dependen adalah perilaku penanganan dismenorea pada remaja putri. Alat ukur penelitian ini menggunakan kuesioner, selanjutnya kuesioner tersebut dibagikan untuk diisi oleh responden yang bersedia menjadi responden. Adapun teknik analisa data dilakukan secara analisis univariat dan bivariat dengan uji *Chi Square*.

HASIL

Responden yang diambil untuk penelitian ini adalah seluruh remaja putri Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Sanrobone Kab. Takalar. Pada penelitian ini peneliti menggambarkan karakteristik responden yaitu usia, kelas dan riwayat dismenorea.

Tabel 1. Data Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	n=40	%
Usia Remaja		
16 Tahun	12	30
17 Tahun	12	30
18 Tahun	16	40
Kelas		
Kelas 10	8	20
Kelas 11	17	42,5
Kelas 12	15	37,5
Riwayat Dismenorea		
Mengalami	35	87,5

Tidak mengalami	5	12,5
-----------------	---	------

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 1 diatas diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 18 tahun yaitu 16 responden (40%) dan paling banyak di kelas 11 yaitu 17 responden (42,5%). Kebanyakan responden mengalami dismenorea yaitu 35 responden (87,5%)

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri di Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Sanrobone Kab. Takalar Tahun 2022

Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	13	32,5
Kurang	27	67,5
Jumlah	40	100

Tabel 2 diatas menunjukkan bahwa dari 40 responden remaja putri terdapat 13 orang (32,5%) yang berpengetahuan baik dan terdapat 27 orang (67,5%) yang berpengetahuan kurang.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Perilaku Penanganan Dismenorea di Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Kab. Takalar Tahun 2022

Perilaku Penanganan	Frekuensi	%
Positif	13	32,5
Negatif	27	67,5
Jumlah	40	100

Tabel 3 diatas menunjukkan bahwa dari 40 responden remaja putri terdapat 13 orang (32,5%) berperilaku positif dalam penanganan dismenorea dan 27 orang (67,5%) yang berperilaku negatif dalam penanganan dismenorea.

Tabel 4. Hubungan Pengetahuan Remaja Tentang Dismenorea dengan Perilaku Penanganan Dismenorea di Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Sanrobone Kab. Takalar Tahun 2022

Pengetahuan	Penanganan Dismenorea				Total		p
	Positif		Negatif				
	N	%	N	%	N	%	
Baik	11	27.5	2	5.0	13	32.5	0,000
Kurang	2	5.0	2	62.5	2	67.5	
Jumlah	13	32.5	7	67.5	4	100	

Dari hasil uji statistic dengan menggunakan uji *chi-square (Fisher's Exact Test)* yang telah dilakukan memperoleh nilai $p = 0,000 < \text{nilai } \alpha = 0,05$ maka H_a diterima dan H_o ditolak artinya bahwa ada hubungan pengetahuan tentang dismenorea dengan perilaku penanganan dismenorea pada remaja putri di Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Sanrobone Kab. Takalar tahun 2022.

PEMBAHASAN

Hasil analisis hubungan pengetahuan tentang dismenorea dengan perilaku penanganan dismenorea pada remaja putri di Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Sanrobone Kab. Takalar, diperoleh hasil yang menyatakan bahwa remaja putri di Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Sanrobone Kab. Takalar yang memiliki pengetahuan baik dan perilaku positif dalam penanganan dismenorea sebanyak 11 orang (27,5%). Semakin baik pengetahuan yang dimiliki siswi tentang dismenorea, maka penanganan yang mereka lakukan saat dismenorea juga semakin baik. Dengan pengetahuan yang baik akan

mempengaruhi penanganan siswi untuk mengatasi dismenorea dengan tepat. Menurut (Tingkat et al., 2010) dalam Dyah Pradnya Paramita (2017), hal tersebut karena pengetahuan seseorang tentang tentang sesuatu hal akan mempengaruhi penanganannya saat mengalami dismenorea. Penanganan positif maupun negatif tergantung dari pemahaman individu tentang suatu hal tersebut, sehingga penanganan ini selanjutnya akan mendorong individu melakukan tindakan tertentu pada saat mengalami dismenorea.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh(E. Purba et al., 2014) mengatakan semakin baik pengetahuan tentang dismenorea yang dimiliki wanita, maka perilaku yang dilakukan untuk menangani dismenorea juga semakin baik. Dengan pengetahuan baik maka mempengaruhi sikap wanita dalam menangani dismenorea dengan baik, hal tersebut dikarenakan pengetahuan seseorang tentang sesuatu hal akan mempengaruhi sikapnya.

Remaja putri dengan pengetahuan baik dan berperilaku negatif dalam penanganan dismenorea sebanyak 2 orang (5%). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Fredelika dkk (2020) menunjukkan bahwa siswi memiliki pengetahuan dan sikap yang baik namun, tindakan penanganan yang kurang. Sebagian besar siswi telah mengetahui dengan baik informasi terkait nyeri haid dan beberapa hal yang dapat dilakukan untuk menangani nyeri tersebut, namun rata-rata siswi tidak memanfaatkan UKS untuk memperoleh pertolongan medis, beberapa siswi saja yang mengkonsumsi obat tambah darah saat haid, siswi lebih cenderung membiarkan dismenorea begitu saja sampai hilang dengan sendirinya. Hal ini secara tidak

langsung akan berdampak pada perilaku yang ditunjukkan oleh siswi tersebut.

Sikap responden terhadap dismenore juga dapat berpengaruh pada perilaku mengatasi keluhan dismenore. Sikap yang negatif tentang dismenore dapat membuat seseorang berperilaku kurang baik dalam mengatasi keluhan dismenore. Faktor lain yang dapat mempengaruhi perilaku dalam mengatasi keluhan dismenore adalah tradisi, kepercayaan dan sistem nilai yang dianut masyarakat. Kepercayaan di lingkungan responden yang menganggap dismenore adalah hal tabu, maka hal ini dapat berpengaruh terhadap pembentukan perilaku mengatasi dismenore yang tidak baik (Sari et al., 2015).

Dari hasil penelitian juga diperoleh remaja putri dengan pengetahuan kurang dan berperilaku positif dalam penanganan dismenorea sebanyak 2 orang (5%). Pada studi kasus yang dilakukan oleh Fatmawati et al., (2016) pada Siswi SMK Negeri 11 Semarang didapatkan hasil bahwa perilaku remaja putri dalam mengatasi dismenorea tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan, namun terdapat beberapa faktor lain yang mempengaruhi antara lain dukungan lingkungan yang mempengaruhi remaja putri dalam mengatasi dismenorea yaitu adanya dukungan dari ibu dan teman dalam mengatasi permasalahan tersebut dan ketersediaan sarana prasarana yang mempengaruhi siswi dalam mengatasi dismenorea, baik di rumah ataupun di sekolah.

Remaja putri dengan pengetahuan kurang dan memiliki perilaku negatif dalam penanganan dismenorea sebanyak 25 orang (62,5%). Hal ini menunjukkan bahwa

remaja putri tersebut masih kurang mengetahui cara yang baik untuk mengatasi dismenorea karena kurangnya pengetahuan dan informasi yang mereka miliki. Adapun faktor lain yang dapat menyebabkan kurangnya informasi yang mereka dapatkan menurut (Haerani et al., 2020) adalah umur. Semakin bertambahnya umur akan berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan yang dimiliki dan bagaimana cara mendapatkan informasi tersebut. Jika seseorang memiliki umur yang cukup maka akan memiliki pola pikir dan pengalaman yang matang pula. Umur akan sangat berpengaruh terhadap daya tangkap sehingga pengetahuan yang diperolehnya akan semakin baik. Sedangkan menurut (Tamiz Sarumaha, 2021), remaja yang memiliki pengetahuan yang kurang akan cenderung mengabaikan kesehatan dan pada akhirnya akan memiliki tindakan yang akan membahayakan bagi dirinya sendiri. Remaja yang memiliki pengetahuan kurang tentang dismenorea akan memilih perilaku yang kurang tepat dalam menangani gangguan menstruasi yang mereka rasakan.

Hasil uji statistik *chi-square* pengetahuan tentang dismenorea dengan perilaku penanganan dismenorea pada taraf kepercayaan 0,05 menunjukkan bahwa $p\text{ value} = 0,000$ jadi $p\text{ value} \leq \alpha$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan tentang dismenorea dengan perilaku penanganan dismenorea pada remaja putri di Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Sanrobone Kab. Takalar tahun 2022.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (E. P. N. Purba et al., 2014) yang

berjudul hubungan pengetahuan dengan perilaku penanganan dismenorea di SMA Negeri 3 Manado bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan perilaku pencegahan dismenorea dengan nilai $p = 0,000$ dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ maka $p < 0,05$.

Penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (E. Purba et al., 2014) yang berjudul Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Penanganan Dismenorea di SMAN 7 Manado Tahun 2014 dalam penelitiannya diperoleh hasil bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang dismenorea dengan penanganan dismenorea dengan nilai $p=0,003$ dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$ maka $p < 0,05$.

Berdasarkan penelitian ini dari hasil analisis terdapat hubungan pengetahuan remaja putri tentang dismenorea dengan penanganan dismenorea. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki siswi, maka perilaku yang dilakukan dalam menangani dismenorea akan semakin baik. Dengan pengetahuan baik maka mempengaruhi sikap siswi dalam menangani dismenorea dengan baik, hal tersebut karena pengetahuan seseorang akan sangat mempengaruhi sikap seseorang dalam melakukan penanganan saat menghadapi masalah. Sikap yang baik ataupun kurang baik tergantung dari pemahaman individu itu sendiri, sehingga sikap ini selanjutnya akan mendorong individu untuk melakukan perilaku tertentu saat dibutuhkan (Sari et al., 2015)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan hubungan antara pengetahuan tentang dismenorea dengan perilaku

penanganan dismenorea pada remaja putri di Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Sanrobone Kab. Takalar dapat disimpulkan bahwa berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan uji *chi square* dua variabel yang saling berhubungan ($p=0,000$, $\alpha= 0,05$), hal ini membuktikan bahwa terdapat hubungan pengetahuan tentang dismenorea dengan perilaku penanganan dismenorea pada remaja putri di Pondok Pesantren Mizanul 'Ulum Sanrobone Kab. Takalar tahun 2022.

DAFTAR PUSTAKA

- Fatmawati, M., Riyanti, E., & Widjanarko, B. (2016). Perilaku Remaja Putri Dalam Mengatasi Dismenore (Studi Kasus Pada Siswi SMK Negeri 11 Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(3), 1036–1043.
- Fredelika, L., Oktaviani, N. P. W., & Suniyadewi, N. W. (2020). Perilaku Penanganan Nyeri Dismenore Pada Remaja Di Smp Pgri 5 Denpasar. *Bali Medika Jurnal*, 7(1), 105–115. <https://doi.org/10.36376/bmj.v7i1.105>
- Haerani, Dillah, U., Hidayah Bohari, N., Ariani Nur, N., Rupa A, A. M., & Kamaruddin, M. (2020). Deskripsi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore Di Kelurahan Benjara Kecamatan Bontobahari Kabupaten Bulukumba. *Medika Alkhairaat: Jurnal Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan*, 2(2), 81–90. <https://doi.org/10.31970/ma.v2i2.56>
- Larasati, T. A., A., & Alatas, F. (2016). Dismenore Primer dan Faktor Risiko Dismenore Primer pada Remaja. *Majority*, 5(3), 79–84.
- Purba, E. P. N., Rompas, S., & Karundeng, M. (2014). Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Penanganan Dismenore di SMA Negeri 7 Manado. *Jurnal Keperawatan*, 2(2), 1–7. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5198>
- Purba, E., Rompas, S., & Karundeng, M. (2014). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Penanganan Dismenore Di Sma Negeri 7 Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 2(2), 109923.
- Rustam, E. (2015). Gambaran Pengetahuan Remaja Puteri Terhadap Nyeri Haid (Dismenore) dan Cara Penanggulangannya. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(1), 286–290. <https://doi.org/10.25077/jka.v4i1.236>
- Sari, K. S. N. S., Sumaryani, S., & Trisetyaningsih, Y. (2015). Pola Perilaku Remaja Untuk Menangani Keluhan Dysmenorrhoea di SMK Muhammadiyah 2 Moyudan Sleman Yogyakarta. *Media Ilmu Kesehatan*, 4(1), 30–36.
- Studi, P., Program, K., Terapan, S., & Kesehatan, F. I. (2019). *Pada Mahasiswi Div Teknologi Laboratorium Medis (Analisis) Tingkat I Di Universitas ' Aisyiyah Pada Mahasiswi Div Teknologi Laboratorium Medis (Analisis) Tingkat I Di Universitas ' Aisyiyah*.
- Tamiz Sarumaha. (2021). *Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Penanganan Dismenorea di SMPN 1 Gunungsitoli Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli*. 6.
- Tingkat, H., Tentang, P., Perilaku, D., Dismenorea, P., Siswi, P., Ypkk, S.

M. K., Ilmiah, K. T., Paramita, D. P.,
Studi, P., Kebidanan, D. I. V,
Kedokteran, F., & Maret, U. S.
(2010). *Dyah Pradnya Paramita*.
Tsamara, G., Raharjo, W., & Putri, E. A.
(2020). Hubungan Gaya Hidup

dengan Kejadian Dismenore Primer
pada Mahasiswi Program Studi
Pendidikan Dokter Fakultas
Kedokteran Universitas
Tanjungpura. *Jurnal Nasional Ilmu
Kesehatan (JNIK)*, 2(3), 130–140.