

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG  
UPAYA PENANGANAN DISMENORHEA PADA SAAT MENSTRUASI  
DI PAGUYUBAN DUTA HIJAB MALANG**



**OLEH  
ADHIN HELLEN VITARA  
NIM 19.1.004**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPRAOEN MALANG  
TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG UPAYA  
PENANGANAN DISMENORHEA PADA SAAT MENSTRUASI  
DI PAGUYUBAN DUTA HIJAB MALANG**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Prodi Keperawatan

Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan

RS dr. Soepraoen Malang



**OLEH**

**ADHIN HELLEN VITARA**

**NIM 19.1.004**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr. SOEPRAOEN MALANG  
TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Adhin Hellen Vitara  
Tempat, tanggal lahir : Malang, 24 April 2001  
NIM : 191004  
Alamat : Puri Kartika Asri Blok X/9 Kelurahan  
Arjowinangun Kecamatan Kedungkandang

Menyatakan dan bersumpah bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun. Jika dikemudian hari ternyata saya terbukti melakukan pelanggaran atas pernyataan dan sumpah tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, Juni 2022

Yang menyatakan



Adhin Hellen Vitara

NIM. 191004

## CURICULUM VITAE



### A. KETERANGAN DIRI

1. Nama : Adhin Hellen Vitara
2. Tempat Tgl. Lahir : Malang, 24 April 2001
3. Alamat Rumah : Puri Kartika Asri Blok X/9 Kelurahan Arjowinangun Kecamatan Kedungkandang
4. NIM : 191004
5. Jurusan : D – III Keperawatan
6. Agama : Islam
7. Status Perkawinan: Belum Kawin
8. Pekerjaan : Belum bekerja
9. Nama Orang Tua : Ayah : Gatot Suhartoyo  
Ibu : Wiwik Susilowatiningsih

### B. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. TK : TK AL HIKAM Malang
2. SD : SDN ARJOWINANGUN 2 Malang
3. SMP : SMP NEGERI 9 Malang
4. SMA : SMA NEGERI 6 Malang

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah ini telah Disetujui untuk Diujikan  
di Depan Tim Penguji

Tanggal 20 Juni 2022



Letnan Kolonel Mustriwi, M.Kep

Dr. Juliati Koesrini, A. Per Pend.,  
M.KPd

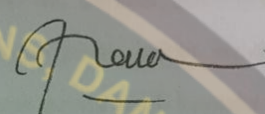
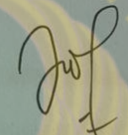

**LEMBAR PENGESAHAN**

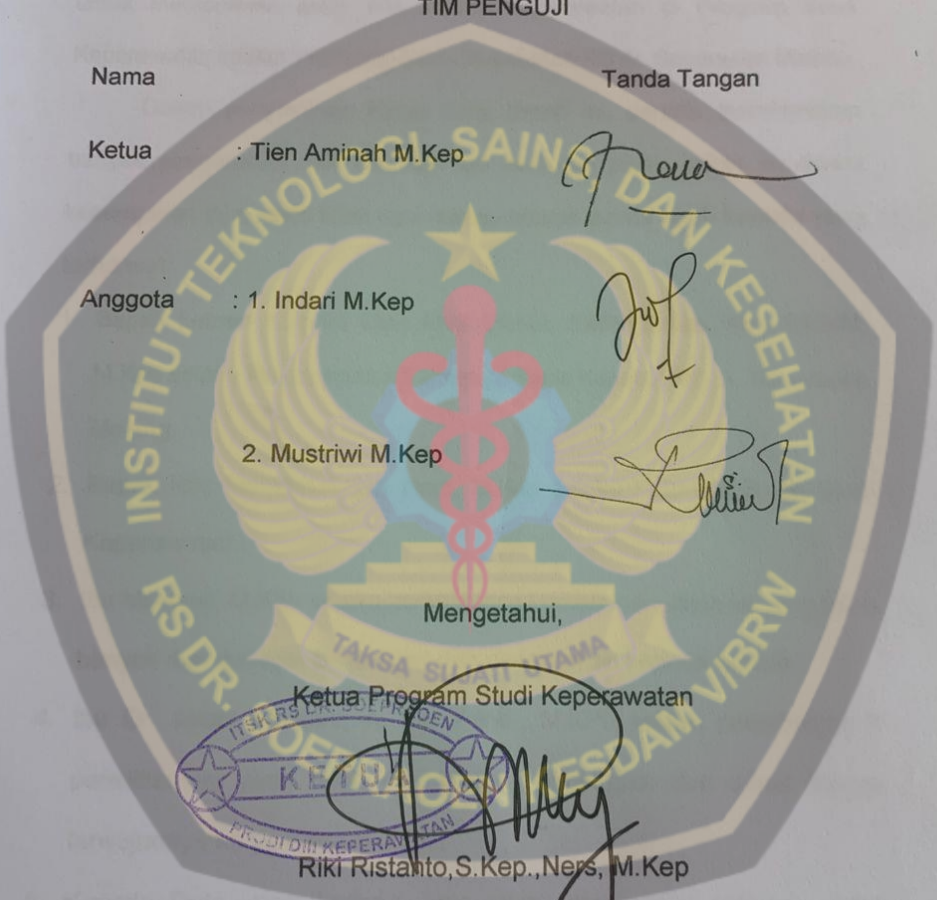
Telah Di Uji dan Disetujui Oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang Hasil di  
Program Studi Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS

Dr. Soepraoen Malang

Tanggal. 20 Juni 2022

**TIM PENGUJI**

Nama	Tanda Tangan
Ketua : Tien Aminah M.Kep	
Anggota : 1. Indari M.Kep	
2. Mustriwi M.Kep	



Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan

  
Riki Ristanto, S.Kep., Ners, M.Kep

NIDN. 0711028304

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Upaya Penanganan dismenorhea pada saat Menstruasi di Paguyuban Duta Hijab Malang”. Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi Keperawatan Institut Teknologi Sains Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Letnan Kolonel Ckm Arief Efendi, S.MPh,S.Kep.,Ners,SH,MM, M.Kes selaku Rektor Institut Teknologi Sains Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang.
2. Bapak Riki Ristanto,S.Kep.,Ners, M.Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan.
3. Ibu Mustriwi, M.Kep selaku pembimbing I dalam penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
4. Ibu Dr. Juliati Koesrini, A. Per Pend., M.KPd selaku pembimbing II penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan saran hingga terwujudnya karya tulis ilmiah ini.

5. Kepada Duta Hijab Malang yang telah memberikan tempat untuk penelitian sehingga dapat terwujudnya karya tulis ilmiah ini.

Penulis berusaha untuk dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini, oleh karena itu demi kesempurnaan, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak, untuk menyempurnakannya.

Malang, Juni 2022

Penulis





## ABSTRAK

Vitara Hellen Adhin. 2022. **“Gambaran pengetahuan remaja putri tentang upaya penanganan dismenorhea pada saat menstruasi di Paguyuban Duta Hijab Malang”**. Karya Tulis Ilmiah Program Studi Keperawatan Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Pembimbing (1) Mustriwi, S.Kep.,Ns., M.Kep. Pembimbing (2) Dr. Juliati Koesrini, A. Per Pend., M.KPd

Masalah dismenorhea sering dialami wanita khususnya pada wanita usia remaja pada saat menstruasi. Maka dari itu, mereka membutuhkan pengetahuan yang baik untuk mengetahui upaya penanganan dismenorhea. Aktivitas remaja putri akan terganggu bila remaja putri tidak dapat menangani dismenorhea dengan tepat, begitu juga dengan kenaikan absensi di sekolah atau di tempat bekerja. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri tentang upaya penanganan dismenorhea pada saat menstruasi di Paguyuban Duta Hijab Malang.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh anggota Paguyuban Duta Hijab Malang dengan jumlah 30 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling. Penelitian ini dilakukan pada Februari 2022. Instrumen penelitian ini menggunakan lembar kuesioner. Teknik pengolahan data menggunakan editing, coding, scoring, tabulating.

Hasil penelitian di dapatkan 19 responden dengan presentase 63% memiliki pengetahuan cukup, 9 responden dengan presentase 30% memiliki pengetahuan kurang, 2 responden dengan presentase 7% memiliki pengetahuan baik.

Berdasarkan hasil penelitian diharapkan agar seluruh remaja putri dapat meningkatkan pengetahuannya tentang upaya penanganan dismenorhea dengan mencari informasi serta belajar melalui media massa atau mengikuti penyuluhan dari tenaga kesehatan. Disamping itu agar remaja duta hijab dapat menangani dismenorhea dengan tepat sehingga remaja duta hijab dapat bergerak aktif pada kegiatan kedutaan.

*Kata Kunci: Pengetahuan; Remaja Putri; Dismenorhea; Menstruasi*

## ABSTRACT

Vitara Hellen Adhin. 2022. ***“A description of the knowledge of young woman about efforts to treat dysmenorrhea during menstruation in the Malang Hijab Ambassador Association”***. Scientific Writing of Nursing Study Program, Institute of Health and Science Technology, dr. Soepraoen Malang. Advisor (1) Mustriwi, S.Kep.,Ns., M.Kep. Advisor (2) Dr. Juliati Koesrini, A. Per Pend., M.KPd

The problem of dysmenorrhea is often experienced by woman, especially in adolescent woman during menstruation. Therefore, they need good knowledge to know how to treat dysmenorrhea. The activities of young woman will be very disturbed if they cannot handle dysmenorrhea. The purpose of this study was to describe the knowledge of young woman about efforts to treat dysmenorrhea during menstruation in the Community of Duta Hijab Malang.

This research is a quantitative research with a descriptive design. The population in this study were all members of the Malang Hijab Ambassador Association with a total of 30 respondents. The sampling technique used is total sampling. This research was conducted on 21-28 March 2022. The measuring instrument used a questionnaire sheet.

The results showed that 19 respondents with a percentage of 63% had sufficient knowledge, 9 respondents with a percentage of 30% had less knowledge, 2 respondents with a percentage of 7% had good knowledge.

Based on the results of the study, it is hoped that all young woman can increase their knowledge about efforts to deal with dysmenorrhea by seeking information and learning through mass media or following counseling from health workers. Besides that, so that teenage hijab ambassadors can handle dysmenorrhea properly so that hijab ambassador teenagers can move actively in embassy activities.

*Keywords: Knowledge; adolescent woman; dysmenorrhea; menstruation*

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>COVER DALAM</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>CURICULUM VITAE</b> .....	iv
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN</b> .....	v
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	vii
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	viii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ix
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xv
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	xvi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xvii
<b>ABSTRAK</b> .....	xviii
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Konsep Pengetahuan .....	7
2.1.1 Pengertian Pengetahuan.....	7

2.1.2 Tujuan Tingkat Pengetahuan.....	7
2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan .....	8
2.1.4 Cara Memperoleh Pengetahuan.....	11
2.1.5 Sumber Pengetahuan.....	13
2.1.5 Pengukuran Tingkat Pengetahuan .....	14
2.2 Konsep Remaja.....	14
2.2.1 Definisi Remaja .....	14
2.2.2 Kategori Remaja .....	15
2.2.3 Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja .....	16
2.2.4 Tugas Perkembangan Remaja .....	17
2.3 Konsep Menstruasi .....	18
2.3.1 Pengertian Menstruasi .....	18
2.3.2 Fase-fase Pada Siklus Menstruasi .....	19
2.3.3 Siklus Menstruasi.....	20
2.3.4 Gangguan Menstruasi .....	21
2.4 Konsep Dismenore .....	22
2.4.1 Pengertian Dismenorhea .....	22
2.4.2 Jenis Dismenorhea .....	22
2.4.3 Faktor Penyebab Dismenorhea Primer dan Sekunder.....	23
2.4.4 Faktor Risiko Dismenorhea.....	24
2.4.5 Gejala Dismenorhea .....	26
2.4.6 Upaya Penanganan Dismenorhea .....	27
2.5 Kerangka Konsep .....	33
2.5.1 Deskripsi Kerangka Konsep.....	34
<b>BAB 3 METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Desain Penelitian .....	36
3.2 Kerangka Kerja .....	37
3.3 Populasi, Sampel, Sampling .....	38

3.3.1 Populasi.....	38
3.3.2 Sampel .....	38
3.3.3 Sampling .....	38
3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional .....	38
3.4.1 Identifikasi Variabel.....	38
3.4.2 Definisi Operasional.....	38
3.5 Prosedur Pengumpulan Data.....	41
3.5.1 Proses Perijinan Penelitian.....	41
3.5.2 Proses Pengumpulan Data .....	41
3.6 Pengolahan dan Analisa Data.....	42
3.6.1 Pengolahan Data .....	42
3.6.2 Analisa Data.....	44
3.7 Etika Penelitian .....	44
<b>BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Hasil Penelitian .....	47
4.1.1 Deskripsi Lokasi Penelitian.....	47
4.1.2 Data Umum .....	48
4.1.3 Data Khusus .....	51
4.1.4 Data Tabulasi Silang.....	52
4.2 Pembahasan.....	56
<b>BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Simpulan.....	58
5.2 Saran .....	58
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>60</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>63</b>

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.4.6 Posisi berbaring mengikat.....	29
Gambar 2.4.7 Senam Pose Segitiga.....	29
Gambar 2.4.8 Posisi Duduk Wide Angle.....	29
Gambar 2.5 Kerangka Konsep.....	33
Gambar 3.2 Kerangka Kerja .....	37



## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.4.2 Definisi Operasional.....	39
Tabel 4.1.2 Data Umum.....	48
Tabel 4.1.2 Data Khusus .....	51
Tabel 4.1.3 Data Tabulasi Silang.....	52



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Jadwal Penelitian .....	63
Lampiran 2 Lembar Surat Permohonan Menjadi Responden .....	64
Lampiran 3 Lembar Surat Penjelasan Penelitian .....	65
Lampiran 4 Lembar Persetujuan Responden .....	66
Lampiran 5 Lembar Kuesioner Penelitian .....	67
Lampiran 6 Data Khusus Penelitian .....	73
Lampiran 7 Data Umum Penelitian .....	75
Lampiran 8 Lembar Permohonan Izin Penelitian .....	77
Lampiran 9 Lembar Bukti Revisi KTI.....	78
Lampiran 10 Lembar Kartu Bimbingan Konsul.....	79
Lampiran 11 Lembar Kartu Bimbingan Konsul .....	80
Lampiran 12 Lembar Dokumentasi .....	81

