

ABSTRAK

PENGETAHUAN DAN MOTIVASI REMAJA PUTRI TENTANG SENAM DISMENORE PADA MAHASISWA DIII KEPERAWATAN SUTOMO SURABAYA

Oleh: Dwi Amanda Putri

Dismenore adalah nyeri perut bagian bawah saat menstruasi yang biasanya disertai gejala lainnya seperti berkeringat, sakit kepala, diare, dan muntah. Angka kejadian dismenore masih tinggi. Menurut WHO 2019, di Indonesia sebesar 64,25% mengalami dismenore. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengetahuan dan motivasi remaja putri tentang senam dismenore pada mahasiswa DIII Keperawatan Surabaya.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasinya adalah seluruh mahasiswi aktif DIII Keperawatan Sutomo Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surabaya dengan jumlah 248 orang. Tahun ajaran 2022/2023 jumlah mahasiswi yang mengalami dismenore sebanyak 34 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswi yang mengalami dismenore berjumlah 34 orang. Data dikumpulkan dengan kuesioner. Selanjutnya data dianalisis secara deskriptif dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase.

Hasil penelitian pengetahuan mahasiswi tentang senam dismenore setengahnya berpengetahuan baik (50%), hampir setengahnya berpengetahuan cukup (35,3%), dan sebagian kecil berpengetahuan kurang (14,7%). Motivasi mahasiswi tentang senam dismenore hampir seluruhnya memiliki motivasi kuat (85,3%), sebagian kecil memiliki motivasi sedang (14,7%) dan tidak ada yang memiliki motivasi lemah (0%).

Bagi mahasiswi yang memiliki pengetahuan baik dan motivasi kuat diharapkan untuk mempertahankan pengetahuan dan motivasi dengan cara berbagi informasi dan mengajak mahasiswi yang mengalami dismenore untuk melakukan senam dismenore. Sedangkan bagi mahasiswi yang memiliki pengetahuan kurang dan motivasi sedang dapat ditingkatkan pengetahuan dan motivasinya dengan cara tetap mencari informasi tentang senam dismenore baik kepada teman sebaya maupun media informasi.

Kata kunci: Pengetahuan, motivasi remaja, senam dismenore.

ABSTRACT

KNOWLEDGE AND MOTIVATION OF ADOLESCENT FEMALE ABOUT DISMENORRHEA GYMNASTICS IN DIII STUDENTS OF NURSING, SUTOMO SURABAYA

By: Dwi Amanda Putri

Dysmenorrhea is lower abdominal pain during menstruation which is usually accompanied by other symptoms such as sweating, headache, diarrhea and vomiting. The incidence of dysmenorrhea is still high. According to WHO 2019, in Indonesia 64.25% experience dysmenorrhea. The purpose of this study was to determine the knowledge and motivation of young women about dysmenorrhea exercise in DIII Nursing students in Surabaya.

This type of research is descriptive. The population is all active DIII students of Nursing, Sutomo Health Polytechnic, Ministry of Health, Surabaya, with a total of 248 people. For the 2022/2023 academic year, 34 students will experience dysmenorrhea. The sample in this study were 34 female students who experienced dysmenorrhea. Data collected by questionnaire. Furthermore, the data were analyzed descriptively and presented in the form of frequency and percentage distributions.

The results of the study showed that half of the students' knowledge of dysmenorrhea exercises had good knowledge (50%), almost half had sufficient knowledge (35.3%), and a small proportion had poor knowledge (14.7%). The motivation of female students about dysmenorrhea gymnastics almost all had strong motivation (85.3%), a small proportion had moderate motivation (14.7%) and none had weak motivation (0%).

For students who have good knowledge and strong motivation are expected to maintain knowledge and motivation by sharing information and inviting students who experience dysmenorrhea to do dysmenorrhea exercises. Whereas for female students who have less knowledge and moderate motivation, their knowledge and motivation can be increased by continuing to look for information about dysmenorrhea exercises, both from peers and the media information.

Keywords: Knowledge, youth motivation, dysmenorrhea exercise.