

Tersedia online di: journal.gunabangsa.ac.id

Journal of Health (JoH)

ISSN (online): 2407-6376 | ISSN (print): 2355-8857



Online Education in Reducing Dysmenorrhea Pain During the Covid-19 Pandemic

Edukasi Online Menurunkan Nyeri Dismenore di Masa Pandemi Covid-19

Chentia Misse Isslabella^{1*}, Febry Hedayasari Prabandari², Yustina Ananti³, Desto Arisandi⁴^{1, 2, 3, 4} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Guna Bangsa Yogyakarta

ABSTRACT

During menstruation, young women sometimes experience menstrual pain which is called dysmenorrhea. Dysmenorrhea can be fatal if not handled properly because it can interfere with daily activities. With the Covid-19 outbreak, the prevalence of dysmenorrhea in female adolescents in Sleman Regency has increased, causing discomfort and anxiety. Based on the results of a survey that was conducted in June-August 2020 in Sleman Regency, as many as 254 young women had experienced menstruation and it was found 186 young women (73,22%) experienced dysmenorrhea. This study aims to determine the effect of online education on reducing dysmenorrhea pain in female adolescents in Sleman Regency in 2020. This study used a Quasy experimental method. The sample used 142 young women and was divided into 2 groups with a simple random sampling technique. Statistical test using the Mann-Whitney test. The results of this study showed a decrease in dysmenorrhea pain in young women who had been given online education by four-level, while those without education decreased by one level. The results of the study show the difference between providing online education with those without education on the reduction of dysmenorrhea pain on the first-month p -value $0,000 < \alpha = 0,05$ and on the second month p -value $0,000 < \alpha = 0,05$ in Sleman Regency in 2020. It is hoped that young women can provide treatment for dysmenorrhea pain reduction with online knowledge has been obtained.

Keywords: Dysmenorrhea, Education, Online

INFORMASI ARTIKEL

Diterima : 13 November 2021
 Disetujui : 28 Januari 2022
 Dipublikasi : 31 Januari 2022

KORESPONDENSI

Chentia Misse Issabella
 chentiaissabella@gmail.com
 +62 811-2632-866

INTISARI

Remaja putri pada saat menstruasi terkadang mengalami nyeri menstruasi yang disebut dismenore. Dismenore dapat berakibat fatal bila tidak ditangani dengan baik, karena dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Dengan adanya wabah Covid-19 ini menyebabkan meningkatnya prevalensi dismenore pada remaja putri di Kabupaten Sleman sehingga menyebabkan ketidaknyamanan dan kecemasan berlebih. Berdasarkan hasil survey yang telah dilakukan pada bulan Juni-Agustus 2020 di Kabupaten Sleman, secara random sebanyak 254 remaja putri telah mengalami menstruasi dan didapatkan 186 remaja putri (73,22%) yang mengalami dismenore. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi online terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja putri di Kabupaten Sleman Tahun 2020. Penelitian ini menggunakan metode quasy eksperimen. Sampel yang digunakan yang diambil secara random dengan menyebarkan google form melalui whatsapp dan bagi remaja putri yang berdomisili di sleman dapat mengisi kuisioner tersebut. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 142 yang terbagi dalam 2



Di bawah lisensi *Creative Commons Attribution 4.0 International License*.

kelompok dengan teknik pengambilan sampel randomisasi sederhana (simple randomization) dilakukan pengukuran selama 2 kali. Uji statistik dengan menggunakan uji Mann-Whitney. Hasil penelitian ini menunjukkan terjadi penurunan nyeri dismenore pada remaja putri yang telah diberikan edukasi online sebesar empat tingkat sedangkan yang tanpa edukasi penurunannya sebesar satu tingkat. Hasil dari penelitian menunjukkan adanya perbedaan antara pemberian edukasi online dengan yang tanpa edukasi terhadap penurunan nyeri dismenore pada bulan pertama yaitu $p\text{-value } 0,000 < \alpha = 0,05$ dan pada bulan kedua yaitu $p\text{-value } 0,000 < \alpha = 0,05$ di Kabupaten Sleman Tahun 2020. Diharapkan remaja putri dapat memberikan penanganan untuk penurunan nyeri dismenore dengan pengetahuan online yang telah didapatkan.

Kata kunci: *Dismenore, Edukasi, Online*

PENDAHULUAN

Menstruasi adalah proses fisiologis normal yang terjadi kira-kira setiap bulan pada wanita dan yang dapat menyebabkan tingkat ketidaknyamanan dan rasa sakit tertentu, sehingga dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari mereka (Fernandez dkk., 2018). Menstruasi pada remaja putri terkadang dengan rasa nyeri pada bagian perut dan pinggang serta menimbulkan efek tidak nyaman saat beraktivitas. Nyeri menstruasi disebut juga dismenore yang mana nyeri ini dapat dialami selama proses menstruasi. Dismenore merupakan masalah ginekologi paling umum di kalangan remaja putri dan wanita usia subur. Ada 2 macam dismenore yaitu primer dan sekunder. Dismenore primer mengacu pada nyeri/kram tanpa ada kelainan patologi yang biasanya dirasakan mulai dari bagian bawah perut yang terjadi pada saat sebelum dan/atau selama menstruasi sedangkan dismenore sekunder mengacu pada nyeri haid yang disebabkan karena adanya kelainan anatomi dan/atau patologi panggul, misalnya pada kelainan fibroid uterus, endometriosis, adenomiosis, dan lain-lain.

Timbulnya dismenore primer biasanya terjadi pada masa remaja yaitu sekitar 2-3 tahun dihitung dari mulai pertama kali remaja mengalami menstruasi. Ciri utama dismenore ditandai dengan kram perut menyakitkan yang berlangsung selama 8-72 jam pada hari pertama atau kedua menstruasi. Biasanya, nyeri sering terjadi disertai gejala seperti pusing, muntah, kelelahan dan susah tidur (Hu dkk., 2019). Menurut Pakpour dkk., (2020), Prevalensi dismenore sangat bervariasi di berbagai negara berkisar antara 16%- 91%, dan 2%-40%

diantaranya melaporkan kejadian dismenore sedang hingga parah. Sedangkan Gülmezoglu & Khan, (2006) menyatakan bahwa dari data WHO, sebanyak 94% gadis muda berusia 10-20 tahun dan 8,8% wanita berusia 19-41 tahun mengalami nyeri haid dalam skala ringan hingga parah. Dalam kasus yang parah, dismenore dapat menyebabkan ketidakmampuan remaja dan wanita usia subur untuk menjalani aktivitas sehari-hari hingga absen dari sekolah atau pekerjaan.

Nyeri kram menstruasi yang parah menyebabkan sekitar 1% wanita usia subur tidak dapat melakukan pekerjaannya karena dismenore parah selama satu hingga tiga hari setiap bulan, dan sekitar 14% anak perempuan tidak bersekolah untuk satu atau dua hari setiap bulan, dengan total 140 juta jam absen dalam satu tahun. Dismenore juga dapat berdampak negatif pada aktivitas sehari-hari, menurunkan kinerja pendidikan saat pubertas, dan menyebabkan kualitas tidur yang buruk, serta memiliki efek negatif pada suasana hati yang mengakibatkan kecemasan dan depresi. Dismenore selalu dianggap memiliki dampak sosial ekonomi karena meningkatnya kebutuhan akan perawatan medis dan biaya medis terkait (Pakpour dkk., 2020).

Dismenore merupakan masalah yang sering dihadapi oleh remaja maupun wanita usia subur. Namun permasalahan yang terjadi belakangan ini tidak hanya dampak buruk dari dismenore sendiri, akan tetapi wabah yang melanda dunia yang terjadi mulai pada akhir tahun 2019 juga semakin memperparah kekhawatiran dan depresi bagi remaja dan wanita usia subur. COVID-19 merupakan infeksi saluran pernafasan baru yang bermula dari Provinsi Wuhan di China dan dengan

cepat menyebar ke seluruh penjuru dunia. Penyebaran virus COVID-19 ini membuat WHO menetapkan status pandemi pada awal tahun 2020. Indikasi pasien yang terinfeksi COVID-19 akan mengalami kondisi mulai dari flu biasa hingga gagal napas akut. Selain itu, belum ada obat yang tersedia untuk mencegah atau menyembuhkan penyakit ini. Tindakan pencegahan adalah satu-satunya metode untuk melindungi orang dari infeksi ini (Maharlouei dkk., 2020). Menurut Zaigham & Andersson, (2020) Coronavirus 2 (SARS-CoV-2) telah meningkat dengan kecepatan yang semakin cepat. Angka kematian yang meningkat menyimpulkan bahwa populasi yang rentan diidentifikasi dan dilindungi dalam masyarakat. Pengetahuan yang didapat dari wabah virus korona manusia sebelumnya, yaitu coronavirus sindrom pernafasan akut parah (SARS-CoV) dan sindrom pernapasan Timur Tengah (MERS-CoV). Pada tanggal 30 Juni 2020 terdapat 216 negara di dunia yang sudah terkonfirmasi terkena Covid-19 dengan angka positif 10.117.687 dan meninggal 502.278. Upaya yang dilakukan untuk menghentikan penularan Covid-19 yaitu dengan cara mematuhi protocol Kesehatan (Sabarudin dkk., 2020).

Dalam menangani permasalahan tersebut, edukasi memiliki peran yang sangat penting untuk menambah pengetahuan dan wawasan khususnya bagi remaja putri dan wanita usia subur di masa pandemi ini. Perbaikan teknologi dalam komunikasi telah semakin maju, bermula dari kantor pos ke telepon, radio dan televisi dan, baru-baru ini adalah internet. Teknologi tersebut telah menjadi kekuatan pendorong yang menghasilkan metode pemberian informasi dengan sistem yang baru. Metode edukasi baru ini digunakan untuk memberikan berita dan informasi dengan tidak mengenal jarak dan waktu yang telah berkembang diberbagai bidang (Shah, 2016). Pei & Wu, (2019) menambahkan bahwa dengan meningkatnya penggunaan teknologi dalam pendidikan, edukasi online telah menjadi metode pengajaran dan penyebaran informasi yang paling umum. Safitri & Fitranti

(2016) menjelaskan edukasi merupakan bentuk pendekatan edukatif dalam rangka meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku pada remaja terhadap kondisi tubuh dan lingkungan sekitar. Melalui tingkat pengetahuan yang tinggi maka akan mempengaruhi sikap dan perilaku pada remaja tersebut. Media edukasi dapat digunakan sebagai sarana untuk memperjelas dalam penyampaian pesan informasi. Melalui media online inilah maka diharapkan informasi dapat tersampaikan dengan mudah dan cepat tanpa terhambat oleh ruang dan waktu. Kemudahan dalam mengakses juga merupakan suatu strategi agar informasi mudah untuk tersampaikan kepada subjek yang dituju. Dalam penelitian ini menggunakan materi yang dikemas seperti buku saku yang didesain menarik yang disebarakan secara online sehingga kemasan edukasi online inilah yang menjadikan pembeda dari penelitian sebelumnya. Materi ini berisikan tentang menstruasi, dismenore serta cara penanganan dismenorenya. Hal ini penting diinformasikan agar supaya dismenore yang dihadapi pada remaja tersebut tingkat nyerinya dapat diatasi secara mandiri, karena mengingat peningkatan dan kekhawatiran para remaja putri dengan adanya covid-19 ini membuat nyeri dismenore juga meningkat. Penambahan informasi akan meningkatkan pengetahuan tentang dismenore dan bagaimana tatalaksananya, sehingga diharapkan para remaja putri merasa lebih nyaman saat mengalami menstruasi dan tidak menimbulkan dampak yang lebih berat misalnya sampai tidak bisa melakukan aktivitas, menurunkan konsentrasi pembelajaran baik itu secara luring maupun daring yang mana akan berdampak pada prestasi belajar dan apabila nyeri yang dialami berlangsung lama dan tidak segera diatasi maka akan menimbulkan penyakit patologi. Pandemi covid-19 ini juga memberikan batasan jarak orang lain untuk tidak berkerumun sehingga dengan memberikan informasi dengan media online ini sangatlah membantu sekali dalam penanganan dismenore pada remaja dan remaja juga akan merasa lebih tenang dan bisa

memberikan kopping secara mandiri dengan adaya edukasi kesehatan tentang dismenore ini.

Berdasarkan kejadian diatas pengetahuan dan wawasan yang luas sangat penting untuk mencegah dan menanggulangi setiap permasalahan yang ada pada setiap orang terutama remaja serta permasalahan yang terjadi di lingkungan sekitar, ditambah lagi dengan berkembangnya teknologi yang semakin maju remaja putri lebih mudah memperoleh berbagai informasi yang dibutuhkan secara online. Berdasarkan studi pendahuluan jumlah remaja putri dan wanita usia subur di Kabupaten Sleman sebanyak 142 orang, didapatkan 141 orang remaja (99%) diantaranya mengalami dismenore yang semakin diperparah dengan adanya wabah Covid-19 yang melanda dunia saat ini. Adapun upaya mandiri yang dilakukan oleh remaja putri dan wanita usia subur dalam menangani dismenore di masa pandemi ini yaitu dengan minum obat penghilang rasa nyeri yang dijual dipasaran, diolesi sesuatu untuk memberikan rasa hangat dan beristirahat yang cukup.

METODE

Jenis penelitian ini dengan Quasy eksperiment yang terbagi dalam dua kelompok (*two group pretest-posttest design*) dan telah dipilih secara randomisasi, kemudian diberi *pre-test* dan *post-test* pada setiap kelompok untuk mengetahui keadaan awal dan ada tidaknya perbedaan antara kelompok selama 2 kali pengukuran yaitu bulan pertama dan bulan kedua. Pada kelompok eksperimen diberikan intervensi edukasi media online sedangkan pada kelompok control diberikan dengan media leflea. Penelitian yang dilakukan pada remaja putri di Kabupaten Sleman. Penelitian ini telah dilaksanakan selama 2 bulan. Penelitian ini menggunakan responden sebanyak 142 orang remaja putri dibagi dalam 2 kelompok terdiri dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang telah memenuhi kriteria inklusi yaitu remaja putri dengan usia 12-21 tahun, mengalami dismenore primer dan bersedia menjadi

responden dan kriteria eksklusinya yaitu remaja putri dengan kelaian/riwayat ginekologi.

Pengumpulan data menggunakan uji *pretest* dan *posttest*. (1) Pretest dilakukan dengan memberikan lembar diskripsi karakteristik nyeri dan *checklist Numeric Rating Scale* (NRS). (2) Peneliti dilakukan dengan memberikan intervensi pada kedua kelompok yaitu kelompok 1 diberikan edukasi online tentang dismenore dan penanganannya di masa pandemi dan kelompok 2 tanpa diberikan edukasi online. Penelitian ini bisa dilakukan langsung oleh peneliti atau meminta bantuan asisten peneliti sesuai dengan SOP yang telah dibuat. (3) Posttest dengan memberikan lembar diskripsi karakteristik nyeri dan *checklist Numeric Rating Scale* (NRS) Responden memilih dan melingkari pada tingkat nyeri yang dirasakan setelah pemberian intervensi tersebut dan segera dilakukan pengukuran langsung setelah perlakuan selesai. Penelitian yang dilakukan oleh Hawker (2011) mengenai hasil uji reliabilitas dengan menggunakan test-retest didapatkan hasil $r=0,96$ ($r > 0,70$). Berdasarkan Gabrenya (2003), nilai $r > 0,70$ pada uji reliabilitas menggunakan test-retest menunjukkan bahwa NRS merupakan instrument yang reliable.

Analisis data pada penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu analisa univariat dan analisa bivariat. (1) Analisa univariat digunakan untuk menjelaskan atau mendiskripsikan angka atau nilai jumlah variabel dengan ukuran proporsi atau presentase. Analisis data univariat dalam penelitian ini disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi umur, status Indeks Massa Tubuh (IMT), nyeri sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. (2) Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui perbedaan pemberian edukasi online dengan tanpa pemberian edukasi terhadap penurunan nyeri dismenore di masa pandemi. Penelitian ini menggunakan uji statistik *Mann-Whitney*. Data diolah dengan menggunakan statistik komputerisasi dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$).

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisis Univariat

Dilihat dari tabel 1 berikut, mayoritas responden berusia >15-18 tahun untuk kelompok eksperimen dan usia >18-21 tahun, sedangkan mengalami *menarche* paling banyak usia 12 tahun

untuk kelompok eksperimen dan usia 12-13 tahun untuk kelompok kontrol. IMT pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol mayoritas adalah normal, siklus menstruasi rata-rata adalah teratur lamanya 3-7 hari.

Tabel 1 | Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden pada setiap Kelompok

No	Karakteristik	Eksperimen		Kontrol	
		Frekuensi	Presentase (%)	Frekuensi	Presentase (%)
1	Usia (tahun)				
	>12-15	23	32,4	18	25,4
	>15-18	25	35,2	24	33,8
	>18-21	23	32,4	29	40,8
2	Menarche (tahun)				
	11	2	2,8	3	4,2
	12	25	35,2	23	32,4
	13	21	29,6	23	32,4
	14	19	26,8	17	23,9
	15	4	5,6	5	7,0
3	IMT				
	Kurang	14	19,7	16	22,5
	Normal	46	64,8	44	62,0
	Berlebih	11	15,5	11	15,5
4	Siklus Menstruasi				
	Teratur	57	80,3	54	76,1
	Tidak teratur	14	19,7	17	23,9
5	Lama Menstruasi				
	3-7 hari	62	87,3	63	88,7
	8-14 hari	9	12,7	8	11,3

b. Analisis Bivariat

Tabel 2 | Nyeri Dismenore pada setiap Kelompok di Bulan Pertama

Kelompok	Tingkat Nyeri	Pre		Post	
		Frekuensi	Presentase (%)	Frekuensi	Presentase (%)
Eksperimen	Tidak Nyeri	0	0	4	5,6
	Ringan	1	1,4	7	9,9
	Sedang	30	42,3	30	42,3
	Berat	40	56,3	30	42,3
	Jumlah	71	100	71	100
Kontrol	Tidak Nyeri	1	1,4	4	5,6
	Ringan	7	9,9	11	15,5
	Sedang	37	52,1	39	54,9
	Berat	26	36,6	17	23,9
	Jumlah	71	100	71	100

Tabel 3 | Nyeri Dismenore pada setiap Kelompok di Bulan Kedua

Kelompok	Tingkat Nyeri	Pre-Edukasi		Post-Edukasi	
		Frekuensi	Presentase (%)	Frekuensi	Presentase (%)
Kel. eksperimen	Tidak Nyeri	0	0,0	14	19,7
	Ringan	1	1,4	13	18,3
	Sedang	30	42,3	30	42,3
	Berat	40	56,3	14	19,7
	Jumlah	71	100	71	100
Kel. Kontrol	Tidak Nyeri	1	1,4	4	5,6
	Ringan	7	9,9	6	8,5
	Sedang	37	52,1	47	66,2
	Berat	26	36,6	14	19,7
	Jumlah	71	100	71	100

Dari tabel di atas diketahui bahwa tingkat nyeri sebelum diberikan Edukasi Online pada kelompok eksperimen mayoritas mengalami nyeri berat sebanyak 40 orang (56,3%) sedangkan pada kelompok kontrol mayoritas responden mengalami nyeri sedang 37 orang (52,1%). Dengan hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden baik dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol mengalami nyeri dismenore ringan hingga berat. Nyeri dismenore yang dialami oleh sebagian besar responden disebabkan karena adanya beberapa faktor salah satunya adalah penilaian nyeri yang

memiliki sifat sangat subjektif dan individual sehingga kemungkinan nyeri dalam frekuensi yang sama dapat dirasakan berbeda-beda oleh setiap individu (Rakhma, 2006). Selain itu respon nyeri yang timbul juga dapat dipicu karena adanya perasaan cemas dan stress. Kondisi stress tersebut dapat memengaruhi produksi hormon estrogen, progesterone, adrenalin dan prostaglandin yang dapat diproduksi secara berlebihan hal tersebut menyebabkan terjadinya kram perut bagian bawah yang akan merangsang nyeri saat menstruasi (Kimata, 2018).

Tabel 4 | Penurunan Nyeri Dismenore pada Bulan Pertama Menstruasi

Penurunan	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
	Frekuensi	Presentase (%)	Frekuensi	Presentase (%)
Meningkat	1	1,4	8	11,26
Tetap	1	1,4	28	39,43
1 tingkat	25	35,21	22	30,98
2 tingkat	32	45,07	8	11,26
3 tingkat	8	11,26	4	5,63
4 tingkat	4	5,63	1	1,4
5 tingkat	0	0	0	0
6 tingkat	0	0	0	0
7 tingkat	0	0	0	0
8 tingkat	0	0	0	0
Jumlah	71	100	71	100

Hasil penelitian menunjukkan sejumlah 71 orang, dengan intervensi edukasi online pada bulan pertama mayoritas responden

mendapatkan pengetahuan baru yang berdampak pada perilaku responden untuk menangani nyeri dismenore pada masa pandemi sehingga

mengalami penurunan nyeri sebanyak satu tingkat dengan jumlah responden 25 orang (35,21%), dua tingkat sebanyak 32 orang (45,07%), tiga tingkat sebanyak 8 orang (11,26%), empat tingkat sebanyak 4 orang (5,63%) dan pada kelompok yang diberikan

edukasi melalui lefleaf mengalami penurunan nyeri dismenore sebanyak satu tingkat sejumlah 22 orang (30,98%), dua tingkat sebanyak 8 orang (11,26%), tiga tingkat sebanyak 4 orang (5,63%), empat tingkat sebanyak 1 orang (1,4%).

Tabel 5 | **Penurunan Nyeri Dismenore pada Bulan Kedua Menstruasi**

Penurunan	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
	Frekuensi	Presentase (%)	Frekuensi	Presentase (%)
Meningkat	2	2,81	19	26,76
Tetap	3	4,22	18	25,35
1 tingkat	6	8,45	17	23,94
2 tingkat	13	18,30	10	14,08
3 tingkat	13	18,30	3	4,22
4 tingkat	16	22,53	3	4,22
5 tingkat	7	9,85	1	1,4
6 tingkat	8	11,26	0	0
7 tingkat	1	1,40	0	0
8 tingkat	2	2,81	0	0
Jumlah	71	100	71	100

Pada bulan kedua penelitian didapatkan jumlah responden sebanyak 71 orang, pada pemberian edukasi online sebagian besar responden yang mengalami penurunan nyeri dismenore yang sangat signifikan sebanyak

empat tingkat sejumlah 16 orang (22,53%) dan pada kelompok yang diberikan edukasi lefleaf hanya sebesar dua tingkat sejumlah 10 orang (14,08%).

Tabel 6 | **Perbedaan Antara Kelompok Eksperimen dengan Kelompok Kontrol Terhadap Penurunan Nyeri**

Bulan	Perlakuan	N	Mean Rank	Sum of Rank	Man-Whitney	P-Value
Bulan 1						
Kel. Ekperimen	Edukasi <i>Online</i>	71	92,49	6567,00	1030,000	0,000
Kel. Kontrol	<i>Lefleaf</i>	71	50,51	3586,00		
Total		142				
Bulan 2						
Kel. Ekperimen	Edukasi <i>Online</i>	71	97,51	6923,50	673,500	0,000
Kel. Kontrol	<i>Lefleaf</i>	71	45,49	3229,50		
Total		142				

Berdasarkan data hasil penelitian di bulan pertama didapatkan melalui uji statistik *Mann-Whitney* p-value $0,000 < \alpha = 0,05$ maka terlihat jelas terdapat perbedaan pemberian edukasi online dengan kelompok yang tidak diberikan edukasi online terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku untuk menanggulangi permasalahan nyeri dismenore di

masa pandemi yang berdampak pada penurunan nyeri dismenore. Berdasarkan uji statistik dengan perlakuan yang sama pada masing-masing kelompok didapatkan perbedaan yang signifikan antara kelompok yang diberikan edukasi online dengan kelompok yang diberikan edukasi lefleaf. Sedangkan pada bulan kedua menunjukkan uji *Mann-Whitney* p-value $0,000 < \alpha = 0,05$ maka

terlihat jelas perbedaan pemberian edukasi online dengan diberikan edukasi leaflet terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku untuk menanggulangi nyeri dismenore di masa pandemi ini yang sangat berdampak pada penurunan nyeri dismenore.

Edukasi online efektif merubah pengetahuan atau sikap masyarakat. Edukasi online gencar dilakukan pada era digital, yaitu era dimana manusia hidup dan menghayati dalam konteks budaya digital. Kehadiran teknologi digital telah mengubah karakteristik budaya, perilaku dan cara seseorang berkomunikasi. Pengaruh dari pemberian edukasi sangat mempengaruhi pola pikir dan perilaku pada setiap individu, sehingga mereka dapat menghadapi setiap masalah yang ada dengan ilmu dan wawasan yang telah mereka peroleh (Sun & Chen, 2016). Dengan wawasan yang luas mereka dapat melakukan penanganan yang tepat dengan teknik yang telah mereka pelajari untuk menurunkan nyeri dismenore tanpa kekhawatiran berlebih meski di masa pandemi yang memicu banyak keresahan diberbagai aspek kehidupan.

Masa pandemi bukan menjadikan halangan untuk memberikan edukasi pada masyarakat tentang suatu pengetahuan dalam hal ini adalah pengetahuan tentang dismenore. Edukasi online mempermudah penyampaian informasi tanpa harus bertemu sehingga dapat mengurangi interaksi antar dua orang atau lebih. Proses belajar dapat berlangsung dimanapun selama kondusif dan dapat membantu untuk fokus. Edukasi online dapat mengurangi kebosanan pada responden dalam penyampaian materi karena dilakukan dengan pendekatan teknologi yang menarik. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian dari Briannur dkk., (2020) tentang analisis keefektifan pembelajaran online di masa Pandemi Covid 19. Hasil penelitian tersebut adalah pembelajaran online efektif dilakukan apabila sarana dan prasarana mendukung serta adanya kesiapan teknologi edukasi. Hal tersebut dapat terjadi karena dari hasil wawancara yang telah dilakukan dengan beberapa responden yang

mengeluhkan kurangnya efektifitas pembelajaran yang dilakukan secara online. Salah satu faktor yang menghambat pelaksanaan pembelajaran online ini adalah status ekonomi keluarga yang kurang merata sehingga banyak dari mereka yang belum mampu memenuhi sarana dan prasarana yang digunakan untuk menunjang pelaksanaan pembelajaran secara online. Kurangnya fasilitas tersebut membuat anak-anak mereka kesulitan dalam mengikuti pembelajaran berbasis online.

Tidak jauh berbeda dengan penelitian di atas, Azizah dkk., (2021) melakukan penelitian tentang Edukasi Online Terhadap Perubahan Perilaku Menjaga Kebersihan Gigi Pada Mulut Selama Masa Pandemi. Penelitian tersebut menyatakan bahwa terdapat pengaruh signifikan pendidikan online dengan perubahan perilaku kesehatan gigi dan mulut selama pandemi COVID-19.

KESIMPULAN

Terdapat perbedaan antara pemberian edukasi online dan tanpa pemberian edukasi online terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku yang berdampak pada penurunan nyeri dismenore pada remaja putri di Kabupaten Sleman pada bulan pertama dengan penurunan nyeri sebesar paling banyak dua tingkat yaitu sejumlah 32 responden (45,07%) yang dibuktikan dengan $p\text{-value } 0,000 < \alpha=0,05$. Sedangkan perbedaan pemberian edukasi online dengan tanpa pemberian edukasi online terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja putri dan wanita usia subur di Kabupaten Sleman pada bulan kedua dengan penurunan nyeri sebesar paling banyak empat tingkat yaitu sejumlah 16 responden (22,53%) dengan hasil nilai $p\text{-value } 0,000 < \alpha=0,05$.

APRESIASI

Terimakasih kami disampaikan kepada Ikatan Bidan Indonesia (IBI) Cabang Kabupaten Sleman dan Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman yang telah memberikan ijin penelitian dan kepada STIKES Guna Bangsa Yogyakarta yang telah memberikan Hibah dan seluruh responden

remaja putri serta semua pihak yang telah mendukung terlaksananya penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, A., Hasanah, U., Putra, A. M., & Hidayatur, R. (2020). Analisis Keefektifan Pembelajaran Online di Masa Pandemi Covid-19. *Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 1.
- Azizah, A. Y., Erawati, S., & Nababan, I. (2021). Edukasi Online Terhadap Perubahan Perilaku Menjaga Kebersihan Gigi Pada Mulut Selama Masa Pandemi. *Jurnal Ilmiah Pannmed*, 16(1).
- Fernandez-Martinez, E., Onieva-Zafra, Dolores, M., Parra-Fernández, & Laura, M. (2018). Lifestyle and prevalence of dysmenorrhea among Spanish female university students. *PLOS ONE*, 13.
- Gülmezoglu, M., & Khan, K. S. (2006). WHO systematic review of prevalence of chronic pelvic pain: A neglected reproductive health morbidity. *BMC Public Health*, 6.
- Hu, Z., Tang, L., Chen, L., Kaminga, A. C., & Xu, H. (2019). Prevalence and risk factors associated with primary dysmenorrhea among Chinese female university students: A cross-sectional study. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jpag.2019.09.004>.
- Kimata, D. A. N. (2018). *Gambaran Tingkat Stress Psikologis dan Tingkat Dysmenorrhea Primer Pada Mahasiswi Fisioterapi S1 Di Universitas Muhammadiyah Surakarta*. Surakarta: Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Maharlouei, N., Asadi, N., Bazrafshan, K., & Roozmeh, S. (2020). Knowledge and Attitude regarding COVID-19 among Pregnant Women in Southwestern Iran in the Early Period of Its Outbreak: A Cross-Sectional Study. *The American Journal of Tropical Medicine and Hygiene*, 1.
- Pakpour, A. H., Kazemi, F., Griffiths, Z., Alimoradi, & D., M. (2020). Depression, anxiety, stress, and dysmenorrhea: a protocol for a systematic review. *Systematic Reviews*, 9. <https://doi.org/10.1186/s13643-020-01319-4>
- Pei, L., & Wu, H. (2019). Does online learning work better than offline learning in undergraduate medical education? A systematic review and meta-analysis. *Medical Education Online*, 24. <https://doi.org/https://www.tandfonline.com/action/showCitFormats?doi=10.1080/10872981.2019.1666538>
- Rakhma, A. (2006). *Gambaran Derajat Dismenore dan Upaya Penanganannya pada Siswi Sekolah Menengah Kejuruan Arjuna Depok Jawa Barat*. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Sabarudin, Mahmudah, R., Ruslin, Aba, Nggawu, L., Ode, L., ... Hasyim. (2020). Efektivitas Pemberian Edukasi secara Online melalui Media Video dan Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan Pencegahan Covid-19 di Kota Baubau. *Jurnal Farmasi Galenika*, 6. <https://doi.org/10.22487/j24428744.2020.v6.i2.15253>
- Safitri, N. R. D., & Fitrianti, D. Y. (2016). Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Ceramah dan Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Gizi Remaja Overweight. *Journal of Nutrition College*, 5. Retrieved from <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnc>
- Shah, D. (2016). Online education: should we take it seriously? *CLIMACTERIC*, 19. Retrieved from <http://dx.doi.org/10.3109/13697137.2015.1115314>
- Sun, A., & Chen, X. (2016). Online Education and Its Effective Practice: A Research Review. *Journal of Information Technology Education: Research*, 15. Retrieved from <http://www.informingscience.org/Publications/3502>
- Zaigham, M., & Andersson, O. (2020). Maternal and Perinatal Outcomes with COVID-19: a

systematic review of 108 pregnancies.
Systematic Review, 1.