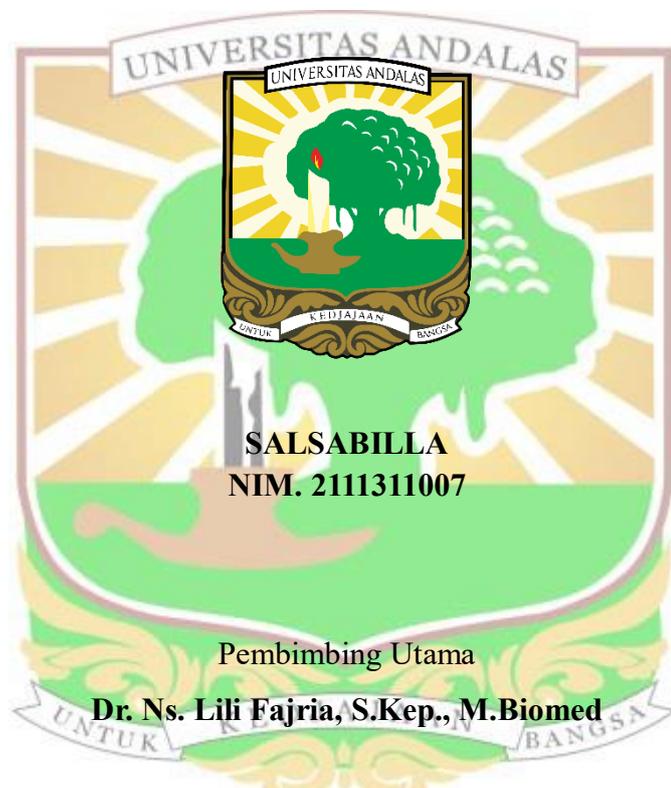


SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI KESEHATAN *ABDOMINAL STRETCHING EXERCISE* TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP DALAM PENANGANAN DISMENORE PADA REMAJA DI SMP NEGERI 9 PADANG

Penelitian Keperawatan Maternitas



Pembimbing Pendamping

Ns. Yelly Herien, M.Kep

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

FEBRUARI 2025

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
FEBRUARI 2025

Nama : Salsabilla
NIM : 2111311007

Pengaruh Edukasi Kesehatan *Abdominal Stretching Exercise* Terhadap
Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penanganan Dismenore
Pada Remaja Di SMP Negeri 9 Padang

ABSTRAK

Dismenore merupakan gangguan ginekologi yang banyak terjadi pada remaja putri dan berdampak terhadap terganggunya aktivitas dan konsentrasi sehari-hari. Remaja masih banyak yang tidak mengetahui penanganan efektif untuk meredakan dismenore. *Abdominal stretching exercise* menjadi salah satu intervensi dalam penanganan dismenore. Untuk melakukan *abdominal stretching exercise* perlu adanya pemahaman dan pengetahuan yang baik dikarenakan menggunakan gerakan yang sistematis. Tingkat pengetahuan yang kurang dapat mempengaruhi sikap remaja dalam menghadapi dismenore. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan *abdominal stretching exercise* terhadap pengetahuan dan sikap dalam penanganan dismenore pada remaja di SMP Negeri 9 Padang. Jenis penelitian *pre experiment* dengan pendekatan *one group pretest-posttest*. Teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling* dengan sampel yang berjumlah 86 orang. Instrumen dalam penelitian ini yaitu kuisioner pengetahuan dan sikap. Analisis data yang digunakan yaitu Uji *Wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum edukasi, pengetahuan kategori kurang sebanyak 47 orang (55%), meningkat menjadi 62 orang (72%) setelah edukasi. Sikap positif sebelum edukasi sebanyak 45 orang (52%), meningkat menjadi 71 orang (83%) setelah edukasi. Terdapat pengaruh signifikan edukasi kesehatan *abdominal stretching exercise* terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja terhadap penanganan dismenore dengan *p-value*: 0,00. Diharapkan melalui penelitian ini, guru, orang tua, dan perawat dapat menjadikan media *power point*, video, dan *leaflet* sebagai sarana efektif dalam edukasi kesehatan mengenai teknik *abdominal stretching exercise* untuk penanganan dismenore.

Kata Kunci : Edukasi Kesehatan, Dismenore, *Abdominal Stretching Exercise*, Pengetahuan, Sikap

Daftar Pustaka: 89 (2005-2024)