

APLIKASI BERBASIS ANDROID “MENSTRUASI SEHAT” UNTUK MENGATASI DISMENORHOE PADA REMAJA PUTRI

ANDROID-BASED APPLICATION "HEALTHY MENSTRUATION" IN OVERCOMING DISMENORHOE IN ADOLESCENT GIRLS

Laila Putri Suptiani, Herni Kurnia

Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Korespondensi : laila.putri@dosen.poltekkestasikmalaya.ac.id

ABSTRACT

Dysmenorrhea causes 14% of patients to miss school frequently. On March 11, 2020, the World Health Organization (WHO) explained that the disease outbreak caused by the COVID-19 virus was a global pandemic. The Covid-19 pandemic has changed the pattern of life in the community. Including one of the needs for technology. This study aims to design an android-based application in overcoming Dismenorhoe in Young Women. Method: R&D or Research and Development. Results: The product produced in this study is an android application that contains material about menstruation, dysmenorrhea and dysmenorrhea treatment. Conclusion: Healthy menstrual applications are appropriate to use to treat dysmenorhoe in adolescent girls.

Keywords: Application, Dismenorhoe, Healthy Menstruation

ABSTRAK

Dismenore menyebabkan 14% pasien sering melewatkan sekolah. Pada tanggal 11 Maret 2020 organisasi kesehatan dunia atau WHO (World Health Organization) menerangkan bahwa wabah penyakit disebabkan virus covid-19 termasuk pandemi yang mendunia (global). Pandemi Covid-19 membuat pola kehidupan di masyarakat menjadi berubah. Termasuk salah satunya kebutuhan kepada teknologi. Tujuan penelitian ini bertujuan untuk membuat rancangan aplikasi berbasis android dalam mengatasi Dismenorhoe pada Remaja Puteri. Metode: R & D atau Research and Development. Hasil : Produk yang dihasilkan dalam penelitian ini yaitu aplikasi android yang berisi materi tentang menstruasi, dismenore dan penanganan dismenore. Kesimpulan : Aplikasi menstruasi sehat layak digunakan untuk menangani dismenorhoe pada remaja puteri.

Kata kunci : Aplikasi, Dismenorhoe, Menstruasi Sehat

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang berada pada masa potensial, baik dari segi kognitif, emosional maupun fisik (Budisuari & Arifin, 2005; Aisyaroh, 2012). Populasi remaja di Indonesia sekitar 64 juta jiwa (28,6% dari total penduduk), untuk di Jawa Barat penduduk remaja usia 10-24 tahun merupakan penduduk terbesar. Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) berada pada kelompok remaja awal dan remaja menengah sebanyak (Grandi, dkk. 2012; Larasati & Alatas, 2016; Kusmiran, 2011). Banyak wanita mengalami masalah menstruasi, termasuk rasa sakit saat menstruasi yang dikenal sebagai dismenorea. Dismenore terdiri dari gejala kompleks berupa kram di perut bagian bawah yang menjalar ke punggung atau tungkai dan biasanya disertai dengan gejala gastrointestinal dan gejala neurologis seperti kelemahan umum. Berdasarkan jenisnya, dismenore terdiri dari dismenore primer dan dismenore sekunder (Irianto, 2015). Dalam sebuah studi epidemiologi populasi remaja

(rentang usia 12-17 tahun), dismenore memiliki prevalensi 59,7%. Dari pasien yang melaporkan rasa sakit, 12% menggambarkannya sebagai parah, 37% ringan, dan 49% ringan. Dismenore menyebabkan 14% pasien sering bolos sekolah (Anurogo & Wulandari, 2011). Pada 11 Maret 2020, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menjelaskan bahwa wabah penyakit yang disebabkan oleh virus COVID-19 adalah pandemi global. Pandemi Covid-19 telah mengubah pola hidup masyarakat. Termasuk salah satu kebutuhan akan teknologi. Dengan ini, kegiatan masyarakat yang terjadi di luar ruangan semuanya dibatasi. Kebijakan tersebut membuat semua kegiatan dilakukan menggunakan internet atau online. Sehingga penggunaan internet di Indonesia melonjak, sistemnya berubah menjadi online. Untuk mendapatkan informasi lengkap tentang dismenore sangat mudah didapatkan dengan mencari di website di internet, namun dengan mengikuti perkembangan mobile yang pesat. Berdasarkan studi pendahuluan ke SMP

Negeri 9 Kota Tasikmalaya yang dilaksanakan di salah satu kelas VII, ditemukan bahwa pengetahuan siswa tentang Kesehatan Reproduksi Remaja sebagian besar masih kurang, termasuk pengetahuan dismenore. Dari 30 siswa hanya 3 (10%) yang memiliki pengetahuan yang baik, 10 orang (33,3%) memiliki pengetahuan yang cukup, dan 17 orang memiliki pengetahuan yang kurang (56,7%). Berdasarkan uraian di atas, penulis rumusan masalah yang akan dicermati adalah "Bagaimana Desain Aplikasi Menstruasi Sehat Berbasis Android dalam Mengatasi Dismenore pada Remaja Putri di Masa Pandemi Covid 19 di SMP N 9 Kota Tasikmalaya?". Tujuan khusus dalam penelitian ini antara lain mendeskripsikan, membuat, menguji kelayakan, menguji, dan mengunggah ke playstore desain aplikasi berbasis Android "Menstruasi Sehat" dalam mengatasi dismenore pada remaja.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode

penelitian dan Pengembangan atau dalam bahasa Inggris *Research and Development*. Penelitian dan Pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji efektivitas produk tersebut.

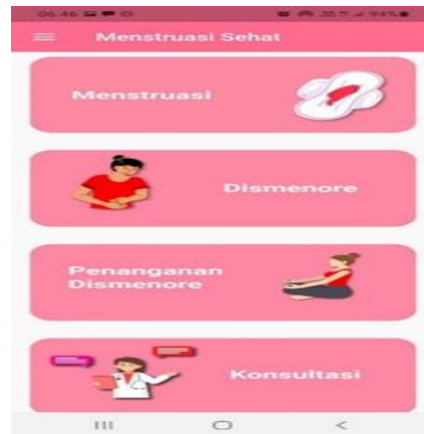
HASIL DAN PEMBAHASAN

Produk yang dihasilkan dalam penelitian ini adalah aplikasi android yang berisi materi tentang menstruasi, dismenore dan pengobatan dismenore. Tahapan pembuatan produk aplikasi android "Menstruasi Sehat" adalah sebagai berikut:

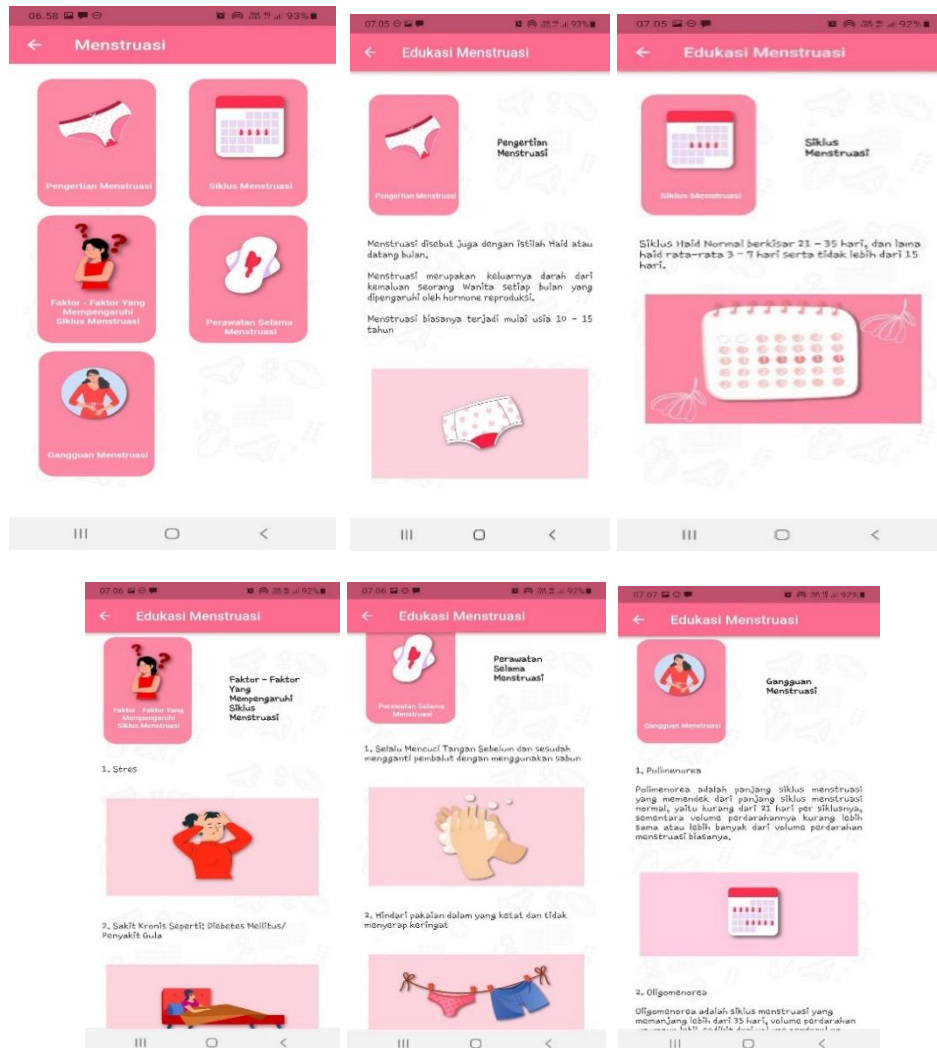
1. Menjelaskan desain aplikasi berbasis Android "Menstruasi Sehat"
2. Merancang Aplikasi Berbasis Android "Menstruasi Sehat"
 - a. Android-Based Application Logo "Healthy Menstruation"



b. Menu utama



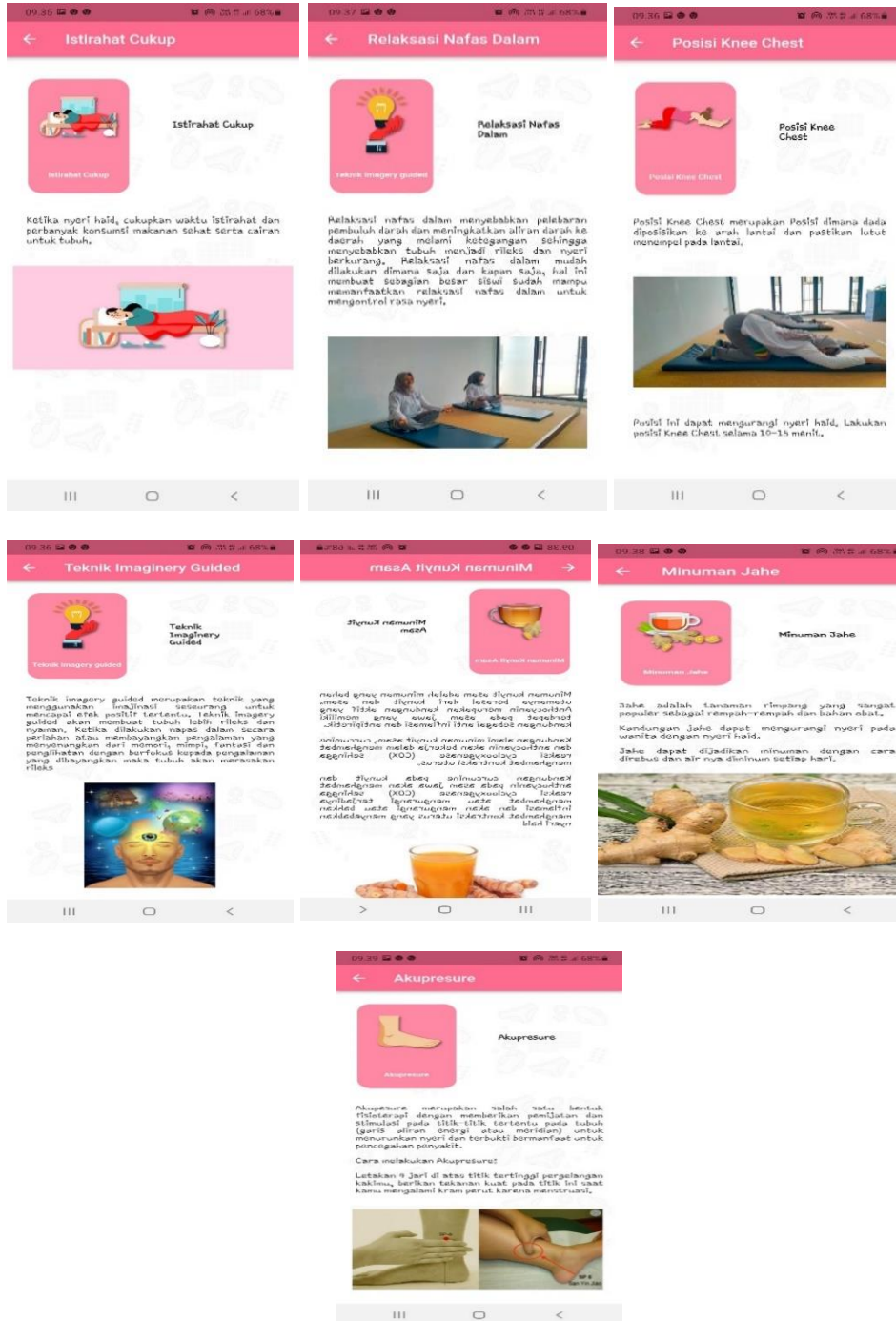
c. Menu Menstruasi



d. Menu Disminore



e. Menu Disminore



f. Menu Konsultasi



Nilai rata-rata hasil validasi dari ahli materi (pakar) adalah 4,9 (98%). Dengan demikian aplikasi berbasis Android "Menstruasi Sehat" termasuk dalam kategori sangat layak dan dapat digunakan tanpa revisi.

Hasil uji skala kecil yang dilakukan pada 6 remaja putri tentang kelayakan Aplikasi "Menstruasi Sehat" dinyatakan sangat layak dengan nilai rata-rata 93,97%. Semua responden menyatakan bahwa Aplikasi "Menstruasi Sehat" dapat digunakan. Hasil uji skala besar yang dilakukan pada 30 remaja putri tentang kelayakan Aplikasi "Menstruasi Sehat" dinyatakan sangat layak dengan skor

rata-rata 96,36%. Semua responden menyatakan bahwa Aplikasi "Menstruasi Sehat" dapat digunakan.

Dismenore yang terjadi pada remaja di Indonesia berkisar antara 64,25% terdiri dari 54,89% mengalami dismenore primer dan 9,36% penderita dismenore sekunder. Banyak remaja mengalami dismenore. Namun, sebagian besar remaja tidak memiliki pengetahuan yang memadai terkait dismenore dan cara menanganinya. Pengobatan dismenore dapat dilakukan dengan metode farmakologis dan non-farmakologis. Metode farmakologis seperti penggunaan obat analgetik, sedangkan untuk metode nonfarmakologis seperti kompres hangat, konsumsi minuman kunyit asam, senam dismenore, dll. Dismenore dapat dengan mudah diatasi jika seseorang mengetahui dan dapat menanggapi dengan baik (Agussafutri, dkk. 2016).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah Pendidikan Kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan upaya penyampaian pesan-pesan kesehatan kepada masyarakat

agar masyarakat mau berperilaku dalam hidup sehat dan membawa perubahan ke arah yang lebih baik. Perubahan yang dihasilkan melalui penyediaan pendidikan Kesehatan dipengaruhi oleh pengetahuan. Pengetahuan juga mempengaruhi perilaku seseorang dalam mengubah perilaku kesehatan (Ramaiah, 2012).

Pandemi Covid-19 telah mengubah pola hidup masyarakat. Termasuk salah satu kebutuhan akan teknologi. Dengan ini, kegiatan masyarakat yang terjadi di luar ruangan semuanya dibatasi. Kebijakan tersebut membuat semua kegiatan dilakukan menggunakan internet atau online. Sehingga penggunaan internet di Indonesia melonjak, sistemnya berubah menjadi online.

Di era globalisasi saat ini, perkembangan teknologi semakin maju dan semakin banyak pengguna smartphone di Indonesia. Menurut Kominfo, pada tahun 2018 terdapat sekitar 103 juta pengguna aktif smartphone di Indonesia, naik pesat dari tahun 2017 yang sekitar 86 juta pengguna. Smartphone memiliki fitur

yang dapat disesuaikan dengan kebutuhan penggunanya, termasuk dalam memperoleh informasi kesehatan. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa pemanfaatan teknologi di bidang kesehatan dapat mendukung peningkatan pengetahuan masyarakat tentang informasi kesehatan dengan begitu cepat. Perkembangan teknologi dan meningkatnya kepemilikan ponsel yang mendorong penggunaan media pendidikan berbasis Android dalam pelayanan kesehatan (Ezalia E, dkk. 2020).

Menurut Satyaputra & Aritonang (2016:2), Android adalah sistem operasi untuk smartphone dan tablet. Sistem operasi dapat digambarkan sebagai "jembatan" antara perangkat dan penggunanya, sehingga pengguna dapat berinteraksi dengan perangkat dan menjalankan aplikasi yang tersedia pada perangkat.

Sebagian besar remaja sudah memiliki smartphone berbasis Android namun belum digunakan untuk memperoleh informasi kesehatan di internet atau aplikasi di playstore.

Sementara itu, dapat diketahui bahwa pelayanan kesehatan berbasis teknologi informasi dan komunikasi mendapatkan banyak perhatian karena adanya peluang untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat di bidang kesehatan (Eva Purwaningsih, dkk. 2020; Nyna Puspita Ningrum1).

Untuk mendapatkan informasi lengkap mengenai dismenore sangat mudah didapatkan dengan browsing di website di internet, namun dengan mengikuti perkembangan tren teknologi mobile saat ini yang begitu pesat, tidak menutup kemungkinan untuk mengembangkan aplikasi dismenore pada remaja yang dapat digunakan tanpa terbatas ruang dan waktu dengan teknologi perangkat mobile. Di google *play store* terdapat aplikasi tentang dismenorhea yang menjadi acuan pengembangan aplikasi yang akan kami buat agar dapat lebih mudah dan dipahami oleh pengguna, karena aplikasi yang akan kami buat ditujukan untuk remaja, oleh karena itu kami membuat materi yang ada di dalamnya lebih lengkap agar pengguna setelah menggunakan aplikasi ini

mengerti dan memahami materi dari dismenorea.

Di google *play store* terdapat aplikasi tentang dismenorhea yang menjadi acuan pengembangan aplikasi yang akan kami buat agar dapat lebih mudah dan dipahami oleh pengguna, karena aplikasi yang akan kami buat ditujukan untuk remaja, oleh karena itu kami membuat materi yang ada di dalamnya lebih lengkap agar pengguna setelah menggunakan aplikasi ini mengerti dan memahami materi dari dismenorea. Salah satu sistem operasi yang dapat dioperasikan pada smartphone adalah android. Menurut Nazruddin (2012) mengatakan bahwa Android adalah sistem operasi Linux yang dapat digunakan oleh semua orang yang ingin menggunakannya pada perangkat mereka. Android bersifat opensource yang berdampak pada peningkatan jumlah pengguna dan pengembang aplikasi secara berkelanjutan (Eva Purwaningsih, dkk. 2020; Nyna Puspita Ningrum1).

Aplikasi "Menstruasi Sehat" merupakan aplikasi yang digunakan untuk memudahkan remaja mengakses

informasi seputar menstruasi dan pengobatan dismenore kapan saja dan di mana saja. Aplikasi ini dirancang untuk memberikan Edukasi Kesehatan kepada remaja putri dengan menampilkan fitur-fitur yang dapat diakses oleh remaja sebagai pengguna aplikasi berbasis Android. Pengguna aplikasi ini dapat dengan mudah memahami dan memilih alternatif untuk mengatasi dismenore. Produk aplikasi ini dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang materi pengobatan dismenore dini yang belum didapatkan sebelumnya. Fitur dan fasilitas yang dapat diakses oleh pengguna adalah pengembangan aplikasi yang memudahkan remaja sebagai pengguna aplikasi untuk mendapatkan pendidikan kesehatan setiap saat.

SIMPULAN

Aplikasi "Menstruasi Sehat" merupakan aplikasi yang digunakan untuk memudahkan remaja mengakses informasi seputar menstruasi dan pengobatan dismenore kapan saja dan di mana saja. Aplikasi ini dirancang

untuk memberikan Edukasi Kesehatan kepada remaja putri dengan menampilkan fitur-fitur yang dapat diakses oleh remaja sebagai pengguna aplikasi berbasis Android. Pengguna aplikasi ini dapat dengan mudah memahami dan memilih alternatif untuk mengatasi dismenore. Produk aplikasi ini dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang materi pengobatan dismenore dini yang belum didapatkan sebelumnya. Fitur dan fasilitas yang dapat diakses oleh pengguna adalah pengembangan aplikasi yang memudahkan remaja sebagai pengguna aplikasi untuk mendapatkan pendidikan kesehatan setiap saat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih khusus kepada Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya dan SMP N 9 Tasikmalaya atas bantuannya dalam penelitian kami.

DAFTAR PUSTAKA

Budisuari, M. A., & Arifin, A. (2005). Pengembangan Model Kesehatan Reproduksi Remaja. *Buletin*

- Penelitian Sistem Kesehatan
Volume 8
- Aisyaroh, N. (2012). Kesehatan Reproduksi Remaja. *Jurnal Majalah Ilmiah Sultan Agung* diterbitkan oleh Unissula. www.unissula.ac.id.
- Arcana, I. M. (2006).
- Grandi, G. Ferrari, S, Xholli, A. 2012. Prevalence of Menstrual Pain in Young Women: What is dysmenorrhea. *Journal of Pain Research*, 5 (2) :169-174
- Larasati, TA., dan Alatas, F. 2016. Dismenore Primer dan Faktor Risiko Dismenore Primer pada Remaja. *Majority*. 5 (3) ; 80
- Lestari, N.M.S.D. 2013. Pengaruh Dismenore pada Remaja. Dalam Seminar Nasional FMIPA UNDIKSHA III Tahun 2013. Singaraja
- Kusmiran. 2011. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Bandung : Salemba Medika
- Irianto, K 2015, Kesehatan Reproduksi, Alfabeta, Bandung.
- Anurogo, D & Wulandari, A 2011, Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid, Andi Yogyakarta.
- Agussafutri, Dwi W, Wijayanti, Budi I. Efektivitas Senam Haid Dalam Mengurangi Intensitas Nyeri haid pada Mahasiswi Prodi DIII Kebidanan STIKES Kusuma Husada Surakarta. *Jurnal Kesmadaska*. 2016;1:108–12. 52.
- Ramaiah. Pengantar Keperawatan Profesional. Jakarta: EGC; 2012. 53.
- Ezalia E, R IE, Elizabeth G, My WANH, Norhanim A, Wahidah A, et al. Pengaruh Senam Dismenorrhoea Dan Senam Aerobic Low Impact Terhadap Nyeri Haid (Dismenorrhoea) Pada Remaja Awal. *Orphanet Journal of Rare Disease*. 2020;21(1):1–9. 54.
- Eva Purwaningsih, Dwi Rryan Ariestantia, Ryzky Diah Anggraini . Rancangan aplikasi android “Si Bulan Merah” sebagai Sarana Pendidikan Kesehatan terhadap Penanganan Awal Dismenorea pada Remaja. Volume 11 nomor 2 (Desember 2020) doi:

<http://dx.doi.org/10.30633/jkms.v11i1.514.55>.

Nyna Puspita Ningrum¹, Tetty Rihardini , Desta Ayu Cahya Rosyida. Penggunaan Aplikasi Kalender Menstruasi Guna Meningkatkan Kesehatan Reproduksi Remaja di Kelurahan Gunung Anyar Tambak . Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya Indonesi