

ANALISIS LITERATUR PERILAKU SWAMEDIKASI TERHADAP DISMENORE DI KALANGAN REMAJA PUTRI: PERSPEKTIF KESEHATAN MASYARAKAT

Syahrani Laila Chaerunnisa ¹

Andriyani ^{*2}

Nurmalia Lusida ³

^{1,2,3} Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah
Jakarta

*e-mail: syahrani1aa@gmail.com¹, andriyani@umj.ac.id², nurmalialusida@umj.ac.id³

Abstrak

Dismenore atau nyeri menstruasi merupakan kondisi yang dialami oleh sebagian besar remaja putri dan berdampak pada aktivitas serta kualitas hidup mereka. Banyak remaja cenderung menangani nyeri ini secara mandiri dengan melakukan swamedikasi, baik melalui pendekatan farmakologis seperti penggunaan obat analgetik maupun non-farmakologis seperti kompres hangat dan konsumsi jamu tradisional. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji perilaku swamedikasi remaja putri dalam menangani dismenore berdasarkan 15 artikel yang dipublikasi antara tahun 2020 hingga 2025. Hasil tinjauan menunjukkan bahwa 13 dari 15 artikel menemukan hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dan perilaku swamedikasi. Faktor yang mempengaruhi perilaku tersebut meliputi faktor internal seperti tingkat pendidikan dan pengalaman pribadi, dan faktor eksternal seperti budaya, sosial ekonomi, serta akses informasi. Meskipun swamedikasi dapat memberikan solusi praktis, kurangnya pemahaman dapat menimbulkan risiko penggunaan obat yang tidak tepat. Oleh karena itu, diperlukan edukasi dan penyuluhan yang memadai agar swamedikasi dilakukan secara aman, rasional, dan efektif serta meningkatkan kesadaran remaja untuk berkonsultasi atau mencari informasi yang tepat dalam menangani dismenore.

Kata kunci: dismenore, faktor yang mempengaruhi, swamedikasi

Abstract

Dysmenorrhea or menstrual pain is a condition experienced by the majority of adolescent girls and has an impact on their daily activities and quality of life. Many adolescents tend to manage this pain independently through self-medication, either using pharmacological approaches such as analgesic drugs or non-pharmacological methods such as warm compresses and traditional herbal remedies. This study aims to examine the self-medication behavior of adolescent girls in managing dysmenorrhea based on 15 articles published between 2020 and 2025. The review result show that 13 out of 15 articles found a significant relationship between the level of knowledge and self-medication behavior. Factors influencing this behavior include internal factors such as education level and personal experience, and external factors such as culture, socioeconomic status, and access to information. Although self-medication can provide a practical solution, a lack of understanding may lead to the misuse of medication. Therefore, proper education and counseling are needed to ensure that self-medication is conducted safely, rationally and affectively, while also increasing adolescents' awareness to consult or seek accurate information in managing dysmenorrhea.

Keywords: dysmenorrhea, factors influencing, self-medication

PENDAHULUAN

Menstruasi adalah proses fisiologi yang secara alami terjadi pada wanita yang telah memasuki usia remaja, dimana hormon-hormon reproduksi mulai aktif. Hal ini menjadi salah satu penanda bahwa remaja putri telah mencapai kematangan seksual (Solehati et al., 2018). Siklus menstruasi merupakan indikator penting dalam menentukan tingkat wanita kesuburan seorang wanita. Umumnya, siklus ini mulai berlangsung secara teratur saat remaja mencapai usia 17 hingga 18 tahun, meskipun pada beberapa kasus bisa menjadi tertaur setelah usia menarche. Siklus menstruasi ini terjadi setiap 21 hingga 35 hari sekali, dengan durasi berkisaran antara 3 hingga 7 hari (Islamy & Farida, 2019). Siklus menstruasi yang normal dipengaruhi oleh aktivitas serta hormon yang dilepas oleh hipotalamus, hipofisis, dan ovarium serta dampaknya pada lapisan endometrium (Sitoayu et al., 2017).

Selama menstruasi, sebagian besar wanita mengalami keluhan berupa ketidaknyamanan atau rasa sakit yang intens. Kondisi ini dikenal dengan istilah nyeri menstruasi (dismenore) (Nurjanah, 2018). Dismenore adalah rasa nyeri yang terjadi saat menstruasi. Kondisi ini dapat disebabkan oleh ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah, peningkatan prostaglandin, serta faktor stres atau kondisi psikologis yang turut memicu terjadinya dismenore pada wanita (Salamah, 2019). Dismenore masih menjadi persoalan kesehatan wanita, meskipun tingkat nyeri yang dialami bervariasi. Oleh karena itu dismenore bukanlah masalah serius jika seseorang memahami dan mengetahui cara menghadapinya dengan tepat (Nurjanah, 2018).

Nyeri menstruasi adalah kondisi yang seiring dialami oleh banyak wanita. Berdasarkan data yang ada, dismenore ini mengganggu sekitar 53% perempuan pada usia remaja. Untuk mengatasi nyeri tersebut, banyak wanita yang memilih berbagai cara seperti meringkuk, tiduran terlentang, menghindari aktivitas, atau bahkan menggunakan obat-obatan yang bersifat kuratif, dismenore sendiri terbagi menjadi dua jenis: primer dan sekunder. Dismenore adalah nyeri yang dirasakan sejak menarche dan tidak diakibatkan oleh kelainan pada alat reproduksi atau organ lainnya yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari remaja. Sementara itu, dismenore sekunder biasanya terjadi disertai dengan gangguan patologis (Salamah, 2019).

Pengobatan dismenore biasanya mencakup tindakan swamedikasi, yang merupakan tindakan mengobati diri sendiri (*self-medication*) terapi farmakologis terhadap kondisi ringan menggunakan obat-obatan kimia atau obat tradisional yang tersedia tanpa perlu resep dokter (Indariah Purbasari, Rani Prabandari, 2023). Menurut *World Health Organization (WHO) self-medication* merupakan proses memilih dan menggunakan obat-obatan (termasuk obat modern maupun produk herbal atau tradisional) oleh diri sendiri untuk mengatasi atau mengurangi gejala penyakit yang dialami (Susianti et al., 2024).

Swamedikasi adalah cara yang dapat memberikan manfaat, tetapi tidak bisa dilakukan secara sembarangan. Kurangnya pemahaman tentang swamedikasi dapat berpotensi masalah baru, seperti penggunaan obat yang tidak tepat yang justru dapat menimbulkan penyakit lain akibat efek samping. Hal ini pada gilirannya dapat meningkatkan biaya pengobatan. Pengetahuan remaja putri tentang swamedikasi, khususnya dalam mengatasi nyeri menstruasi, sangat mempengaruhi sifat dan perilaku mereka. Remaja putri yang memiliki pemahaman yang baik cenderung mengambil tindakan positif, sedangkan yang kurang informasi mungkin salah dalam mengambil keputusan terkait swamedikasi. Ini menunjukkan pentingnya edukasi yang tepat mengenai swamedikasi bagi remaja putri (Cahya Permata et al., 2023).

METODE

Penelitian ini menggunakan metodologi tinjauan literatur dengan melakukan pencarian artikel di tiga sumber *database*, yakni *PubMed*, *Google Scholar*, dan Garuda. Pencarian artikel dilakukan menggunakan Bahasa Indonesia seperti “swamedikasi” DAN “dismenore” atau “menstruasi” DAN “remaja” serta istilah Bahasa Inggris seperti “*self-medication*” AND “*dysmenorrhea*” or “*menstruation*” AND “*adolescence*”. Dari banyaknya artikel yang ditemukan dari semua sumber database tersebut diterbitkan antara tahun 2020 hingga 2025, terdapat 15 artikel yang memenuhi kriteria dan tersedia secara terbuka serta dapat diakses dalam bentuk teks lengkap. Penelitian ini telah melalui proses kaji etik FKM UMJ dengan nomor kaji etik 10.044.C/KEPK-FKMUMJ/V/2025 penyusunan manuskrip ini berlangsung dari bulan Januari 2025 hingga April 2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Table 1 Table Literatur Review

No.	Nama peneliti	Judul	Publikasi Metode	dan Hasil
-----	---------------	-------	------------------	-----------

1.	Nofi Afiatus Sa'adah, St. Rahmatullah, Yulian Wahyu Permadi, dan Ainun Muthoharoh	Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Swamedikasi Nyri Menstruasi pada siswi SMAN 1 KAJen Kabupaten Pekalongan Tahun 2021.	Prosiding Seminar nasional Kesehatan, Vol.1 Tahun 2021 Metode yang digunakan, Deskriptif dengan menggunakan teknik purposive sampling.	Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terbentuknya perilaku swamedikasi, yang mencakup faktor internal seperti tingkat pengetahuan, kecerdasan individu, serta persepsi pribadi. Sementara itu faktor eksternal meliputi pengaruh iklan, baik dari televisi maupun media lainnya (Saadah et al., 2021).
2.	Kukuh Putri Lestari, Fitra Fauziyah, Widya Kardela, Putri Ramadhani	Pengaruh terhadap farmakologis dan non-farmakologis terhadap nyeri menstruasi pada mahasiswi STIFARM Padang.	Jurnal Farmasi Higea vol.13 No.1 Tahun 2023 Metode yang digunakan, Deskriptif non ekperimental ranvcangan penelitian <i>cross sectional</i> bersifat prospektif.	Dismenore adalah nyeri akibat kejang pada otot uterus saat menstruasi. Faktor-faktor yang mempengaruhinya antara lain adalah usia, status pernikahan, riwayat keluarga, aktivitas fisik, obesitas, dan gaya hidup. Penanganannya dapat dilakukan melalui dua metode, yaitu terapi farmakologis dan non-farmakologis (Lestari et al., 2023).
3.	Indariah Purbasai, Rani Prabandari, dan Khamadiyah Indah Kurniasih	Perbandingan tingkat pengetahuan swamedikasi nyeri haid (dismenore) pada siswi di SMK Muhammadiyah 3 Purbalingga.	Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (SNPPKM) Purwokerto, Indonesia, Tahun 2023 Metode yang digunakan, Kuantitatif yang menggunakan <i>metode one group pretest-posttest</i> .	Diperlukan edukasi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan tentang swamedikasi pengetahuan ini dipengaruhi oleh dua kelompok faktor, yakni internal dan eksternal (Indariah Purbasari, Rani Prabandari, 2023).
4.	Annisa Sekar Febriyan Putri, Elia Azani, dan Edi Sutarmanto	Hubungan tingkat pengetahuan terhadap perilaku swamedikasi dismenore pada	JIKA, Vol. 8 No.2 Tahun 2024 Metode yang digunakan, Servei deskriptif dengan pengambilan Prospektif.	Perilaku merupakan faktor yang mempengaruhi tingkat kesehatan karena kondisi kesehatan masyarakat sangat bergantung pada individu. Oleh karena itu, pendidikan berkelanjutan sangat

		siswi SMAN 1 Susukan.		penting untuk meningkatkan pengetahuan dan praktik swamedikasi yang aman dikalangan remaja putri (Annisa Sekar Fibriyan Putri, Elia Azani, 2024).	
5.	Neny Susanti	Yuli	Gambaran pengetahuan remaja tentang Penanganan dismenore secara Swamedikasi (self-care).	PROFESSIONAL HEALTH JOURNAL, Vol.4 No.1 Tahun 2023 Metode yang digunakan Deskriptif dengan <i>cross sectional</i> .	Penegtahuan remaja putri tentang penanganan dsimenore secara swamedikasi masih perlu ditingkatkan. Terapi non-farmakologis lebih mudah dan dapat dilakukan di rumah, sementara terapi farmakologis beresiko menimbulkan efek samping seperti mual, muntah, konstipasi, kegelisahan, dan kantuk. Oleh karena itu edukasi yang intennsif sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi dampak negatif nyeri menstruasi pada aktivitas sehari-hari (Susanti, 2022).
6.	Lonah, Halilintar, dan Edrea Lauwly	Via	Factor determinan yang mempengaruhi perilaku Swadiagnosis dan Swamedikasi pada Mahasiswa Kedokteran dan non-kedokteran.	Jurnal kesehatan Vol.14 No.1 Tahun 2023 Metode yang digunakan Deskriptif analitik.	Latar belakang pendidikan merupakan salah satu faktor yang memiliki dampak dalam menentukan swamedikasi. Faktor seperti durasi keluhan, swadiagnosis, dan dukungan sosial berhubungan signifikan dengan perilaku tersebut, sementara faktor seperti usia, umur, dan jaminan kesehatan tidak berpengaruh (Lonah et al., 2023).
7.	Safitri, Fatihatul Hayati	dan	Swamedikasi dismenore primer pada remaja putri.	Prosiding Seminar kesehatan Nasional Vol.3 Tahun 2024 Metode yang digunakan, Penelitian	Mayoritas remaja menggunakan pengobatan tradisional seperti jamu atau kunyit asam karena kemudahan dan kepreaktisa. Namun, bnayak

		observasional dengan metode analisis deskriptif.	yang tidak mencari bantuan medis setelah swamedikasi, dengan penggunaan obat yang tidak tepat dan kurangnya pengetahuan tentang efek samping. Oleh karena itu, diperlukan edukasi yang lebih intensif untuk meningkatkan pemahaman remaja putri tentang penanganan dismenore yang aman dan mendorong mereka untuk lebih proaktif dalam mencari informasi serta bantuan medis saat dibutuhkan (Safitri, 2024).
8.	Sherli Mariance Sari, dan Kardewi	Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan Mahasiswa Kebidanan dalam penggunaan Swamedikasi analgesik untuk menurunkan Dismenore.	Jurnal 'Aisyiyah Medika, Vol.9 No.1 Tahun 2024 Metode yang digunakan, Quasi eksperimen <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> . Sebelum penyuluhan, pengetahuan mahasiswa cenderung rendah, namun setelahnya terjadi peningkatan signifikan. Hal ini menekankan pentingnya edukasi kesehatan yang tepat untuk membantu mahasiswa memahami penggunaan obat analgesik secara rasional dan aman, serta meningkatkan kesadaran akan resiko penggunaan obat tanpa resep (Sari & Kardewi, 2024).
9.	Dwi Mulyani, Cindy Haryani, Shaula Febriyoldini Elwan	Gangguan tingkat pengetahuan Swamedikasi penggunaan obat Dismenore pada kelas 12 SMKN 1 Baso.	Jurnal Farmasi Sains dan Obat Tradisional, Vol.4 No.1 Tahun 2025 metode yang digunakan, Deskriptif dengan pengumpulan data kuesioner. Pengetahuan siswi kelas 12 di SMK Negeri 1 Baso tentang swamedikasi masih bervariasi. Beberapa responden masih kurang memahami dosis dan jenis obat yang tepat, yang menunjukkan perlunya edukasi lebih lanjut. Penelitian ini juga menekankan pentingnya penyuluhan kesehatan di sekolah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswi tentang pengobatan yang aman,

				serta mendorong perilaku swamedikasi yang lebih bertanggung jawab di kalangan remaja (Mulyani et al., 2025).
10.	Fikria Nur Ramadhani, Fitriah Khoiriyah Parinduri, Resty Jayanti, Eprilda Prisella, dan Kayla Rahmawati	Prevalensi dan self-care practice untuk mengatasi Nyeri Haid (dismenore) pada remaja putri di Pondok Pesantren Darul Fallah.	Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Ibn Khaldun Bogor, Indonesia Vol.6 No.2 Tahun 2023 Metode yang digunakan, Analitik deskriptif.	Dismenore adalah masalah kesehatan yang umum di kalangan remaja putri, namun mayoritas tidak mencari bantuan medis karena menganggapnya hal biasa yang bias di atasi sendiri. Metode yang digunakan termasuk metode non-farmakologis seperti tidur, dan kompres hangat, serta obat-obatan seperti paracetamol. Efektivitas swamedikasi ini dipengaruhi oleh factor sosisioekonomi, gaya hidup, dan faktor lainnya (Nur Ramadani et al., 2023).
11.	Dian Trimajaya, Luthfi Hidayat, Maulana, Tanjung Winarnodan M.Farm	Pengetahuan swamedikasi Dismenore siswi SMK Semesta Bumiayu Tahun 2020.	Pharmacy peradaban Jurnal, Vol.1 No.2 Tahun 2021 Metode yang digunakan Deskriptif Kuantitatif.	Mayoritas remaja menggunakan metode non-farmakologis seperti jamu kunyit dan kompres hangat. Temuan ini menekankan perlunya edukasi kesehatan yg lebih mendalam mengenai penanganan dismenore, baik melalui pendekatan farmakologis maupun non-farmakologis, untuk membantu remaja putri mengelola nyeri haid dengan lebih efektif (Trimajaya et al., 2021).
12.	Yanti Rosmiyanti, Nining Sugihartini, Indah Fitriah Hafid, dan Cindy Destrianti	Pengabdian masyarakat sisoalisasi dan edukasi penganganan Dismenore Pada remaja putri di SMK Sehati karawang.	Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Vol.4 No.2 Tahun 2024 Metode yang digunakan, ceramah lisan dan diskusi Tanya jawab.	Banyaknya remaja yang belum mengetahui cara efektif cara mengatasi nyeri haid, yang berdampak pada kegiatan sehari-hari mereka. Penegtahuan dipengaruhi oleh berbagai factor seperti pendidikan, pekerjaan, akses informasi, kondisi sosial ekonomi,

				lingkungan, dan pengalaman. Oleh karena itu diperlukan program edukasi yang mengelola kondisi ini dengan lebih baik tanpa mengganggu aktivitas mereka (Yanti Rosmiyanti, Nining Sugihartini, Indah Fitria Hafid, 2020).
13.	Aris Noviani	Pendidikan kesehatan tentang cara mengatasi nyeri haid (dismenore) dengan terapi non-farmakologis di MAN 1 Karanganyar.	Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Vol.2 Tahun 2022 Metode yang digunakan, Cermah, Tanya jawab, pembagian leaflet, dan demonstrasi.	Temuan ini menekankan pentingnya kesehatan yang efektif untuk membantu remaja putri menangani dismenore secara mandiri, mengurangi ketergantungan pada obat farmakologis, dan meningkatkan kualitas hidup mereka selama menstruasi (Noviani, 2022).
14.	Novi Rida Eriyani	Penyuluhan tentang cara menatasi Dismenore pada remaja putri di SMA Takwa Palembang	Jurnal Kabar Masyarakat Vol.2 Tahun 2024 Metode yang digunakan, Pengabdian Masyarakat.	Hasil evaluasi menunjukkan bahwa siswi lebih memahami terapi komplementer, seperti kompres hangat dan konsumsi jahe, untuk meredakan nyeri haid. Kegiatan ini tidak hanya memberikan informasi yang berguna, tetapi juga mendorong siswi untuk mengaplikasikan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari (Eriyani, 2024).
15.	Khoirun Nisa, dan Kamidah	Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Remaja Putri Di SMP Takhasus Alquran Wonosobo.	Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan Vol.1 No.4 Tahun 2023 metode yang digunakan, <i>Pre</i> eksperimental.	Penerapan kompres hangat secara signifikan mengurangi nyeri dismenore pada remaja putri di SMP Takhasus Al-Qur'an Wonosobo. Temuan ini menegaskan efektivitas kompres hangat sebagai metode non-farmakologis untuk mengatasi nyeri haid dan pentingnya edukasi bagi remaja putri tentang

cara yang aman dan efektif untuk mengelola dismenore (Nisa & Kamidah, 2023).

Berdasarkan hasil tabel 1 dengan 15 jurnal penelitian di atas. Nyeri menstruasi (dismenore) terjadi disebabkan oleh adanya kejang pada otot uterus (Lestari et al., 2023). Dismenore merupakan masalah kesehatan yang umum dikalangan remaja putri meskipun banyak yang mengalami nyeri menstruasi ini, sebagian remaja tidak memerlukan bantuan medis karena menganggap sebagai hal biasa yang dapat diatasi sendiri (Nur Ramadani et al., 2023). Sebagian besar remaja tidak mengetahui cara yang efektif untuk mengatasi nyeri menstruasi, yang berdampak pada aktivitas mereka. Ini menandakan bahwa masih ada pemahaman yang kurang terhadap pentingnya penanganan nyeri menstruasi secara tepat. Namun tak sedikit juga remaja yang menggunakan metode swamedikasi seperti membeli obat-obatan yang bisa didapatkan tanpa perlu surat dokter, atau dengan metode non-farmakologis seperti meminum jamu, kunyit, dan menggunakan kompres hangat (Trimajaya et al., 2021).

Ada dua kelompok faktor yang mempengaruhi pengetahuan. Pertama faktor internal yang mencakup pendidikan dan pengalaman individu. Kedua faktor eksternal yang mencakup faktor sosial ekonomi, budaya, media massa, dan sumber daya (Indariah Purbasari, Rani Prabandari, 2023). Faktor-faktor seperti durasi keluhan, swadiagnosis, dan dukungan dari orang lain terbukti memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku swamedikasi, sementara variabel seperti jenis kelamin, usia, dan kepemilikan jaminan kesehatan, tidak menunjukkan hubungan yang signifikan (Lonah et al., 2023).

Lalu pentingnya edukasi serta penyuluhan kesehatan sebagai strategi utama untuk meningkatkan kualitas hidup remaja putri. Dengan metode edukasi yang sesuai, remaja tidak akan hanya memiliki pengetahuan yang memadai, tetapi juga sikap dan perilaku yang sehat dalam menghadapi nyeri menstruasi. Edukasi ini bertujuan mengurangi penggunaan jangka panjang obat yang tidak tepat serta lebih memanfaatkan terapi non-farmakologis sebagai alternatif yang aman.

Hasil penelitian menyebutkan bahwa dari 175 responden, sebanyak 69,5% melakukan swamedikasi untuk mengatasi dismenore, sementara 30,5% atau 77 responden lainnya tidak melakukan swamedikasi. Pendidikan kesehatan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap sikap dalam menangani dismenore. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki, semakin efektif pula upaya swamedikasi yang dilakukan. Swamedikasi untuk dismenore dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis dengan menggunakan obat analgetik, maupun secara non-farmakologis yang meliputi relaksasi, olahraga, kompres hangat, serta konsumsi jamu kunyit (Trimajaya et al., 2021).

Pada hasil penelitian lain mahasiswi di Spanyol Selatan menunjukkan bahwa mereka mengatasi dismenore dengan swamedikasi, terutama menggunakan OAINS (obat anti inflamasi non-steroid) tanpa konsultasi medis. Beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku ini adalah intensitas nyeri, persepsi efektivitas obat, serta pengaruh lingkungan. Sementara itu rendahnya konsultasi medis dan penggunaan metode non-farmakologis menunjukkan kurangnya edukasi terkait manajemen dismenore yang tepat (Parra-Fernández et al., 2020).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil literatur 15 jurnal terdapat 13 jurnal yang menunjukkan hubungan signifikan perilaku swamedikasi remaja putri dalam mengatasi nyeri menstruasi, dan terdapat 2 jurnal yang tidak memiliki hubungan signifikan. Dismenore merupakan masalah kesehatan yang tidak dapat diabaikan di kalangan remaja putri, dengan dampak yang nyata terhadap kualitas hidup dan aktivitas sehari-hari. Perilaku swamedikasi menjadi strategi yang banyak digunakan dalam mengatasi nyeri, baik melalui pendekatan farmakologis seperti analgesik, maupun non-farmakologis seperti kompres hangat dan konsumsi herbal. Faktor-faktor yang mempengaruhi

perilaku ini meliputi aspek internal seperti budaya, sosial ekonomi, dan pengaruh lingkungan. Kurangnya edukasi dan rendahnya tingkat konsultasi medis juga memperkuat kecenderungan swamedikasi yang kurang tepat. Oleh karena itu, temuan dalam tinjauan ini menekankan perilaku swamedikasi yang aman, efektif, dan rasional dalam penanganan dismenore. Oleh karena itu, diperlukan edukasi yang lebih luas dan akses informasi yang benar agar remaja putri dapat melakukan swamedikasi secara tepat dan bertanggung jawab dalam menangani dismenore.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa Sekar Fibriyan Putri, Elia Azani, E. S. (2024). HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TERHADAP PERILAKU SWAMEDIKASI DISMENOREA PADA SISWI SMA N 1 SUSUKAN. *JIKA, Volume 8, Nomor 2, Februari 2024, 01(01)*, 1–10.
- Cahaya Permata, B., Prapdhani, L., & Hajma, A. (2023). Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Remaja Putri Terhadap Swamedikasi Nyeri Haid (Dismenore) Di Sma Negeri 3 Kota Cilegon Provinsi Banten Knowledge, Attitudes and Behavior of Adolescent Women Towards Self-Medication of Menstrual Pain (Dysmenorrhore) in Sma Neg. *Usadha: Journal of Pharmacy, 2(3)*, 291–315. <https://jsr.lib.ums.ac.id/index.php/ujp>
- Eriyani, N. R. (2024). Penyuluhan tentang Cara Mengatasi Dismenorea pada Remaja Puteri di SMA Takwa Palembang. *Jurnal Kabar Masyarakat Vol.2, No.3 Agustus 2024, 2(3)*.
- Indariah Purbasari, Rani Prabandari, dan K. I. K. (2023). Perbandingan tingkat pengetahuan swemedikasi nyeri haid (Dismenore) pada siswi di SMK Muhammadiyah 3 Purbalingga. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (SNPPKM) Purwokerto, Indonesia, Tahun 2023*.
- Islamy, A., & Farida, F. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Tingkat Iii. *Jurnal Keperawatan Jiwa, 7(1)*, 13. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.13-18>
- Lestari, K. P., Fauziah, F., Kardela, W., & Ramadhani, P. (2023). Pengaruh Terapi Farmakologi dan Non Farmakologi Terhadap Nyeri Menstruasi pada Mahasiswi STIFARM Padang. *Jurnal Farmasi Higea Vol. 15, No. 1 2023, 15(1)*, 21. <https://doi.org/10.52689/higea.v15i1.512>
- Lonah, Halilintar, V. D., & Lauwly, E. E. (2023). Faktor Determinan yang Memengaruhi Perilaku Swadiagnosis dan Swamedikasi pada Mahasiswa Kedokteran dan Non- Kedokteran Determinant Factors of Self-Diagnosis and Self-Medication on Medical and Non-Medical Students. *Jurnal Kesehatan Vol. 14, No. 1, April 2023, 14(1)*, 23–34.
- Mulyani, D., Haryani, C., Elwan, S. F., Farmasi, A., Bonjol, I., & Barat, S. (2025). GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN SWAMEDIKASI PENGGUNAAN OBAT DISMENOREA PADA KELAS 12 SMK DESCRIPTION OF THE LEVEL OF KNOWLEDGE OF SELF- MEDICATION OF DYSMENORRHEA MEDICATION IN CLASS 12 OF SMK NEGERI 1 BASO. *Jurnal Farmasi Sains Dan Obat Tradisional Vol 4 No 1 2025, 4(1)*, 42–51.
- Nisa, K., & Kamidah. (2023). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Disminore Remaja Putri. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan Vol. 1 No. 4 November 2023, 1(4)*, 90–100. <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/Detector/article/view/2512/2398>
- Noviani, A. (2022). Pendidikan Kesehatan Tentang Cara Mengatasi Nyeri Haid (Dismenore) Dengan Terapi Non Farmakologis Di Man 1 Karanganyar. *Buguh: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat VOL 2 NO 4, 2022, 2(4)*, 25–30. <https://doi.org/10.23960/buguh.v2n4.1221>
- Nur Ramadani, F., Khoiriyah Parinduri, F., Jayanti, R., Prisella, E., & Rahmawati, K. (2023). Prevalensi dan Self-Care Practice untuk Mengatasi Nyeri Haid (Dismenore) pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Darul Fallah. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Ibn Khaldun Bogor, Indonesia Vol. 6, No. 2, April 2023, Pp. 135-140, 6(2)*, 135–140. <https://doi.org/10.32832/pro.v6i2.237>
- Nurjanah, S. (2018). ANALISA DETERMINAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI TENTANG DISMENORHEA. *Jurnal SMART Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Karya Husada Semarang, 5(1)*, 83–90. <https://radarjember.jawapos.com>

- Parra-Fernández, M. L., Onieva-Zafra, M. D., Abreu-Sánchez, A., Ramos-Pichardo, J. D., Iglesias-López, M. T., & Fernández-Martínez, E. (2020). Management of primary dysmenorrhea among university students in the south of Spain and family influence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(15), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17155570>
- Saadah, N. A., Rahmatullah, S., Permadi, Y. W., & Muthoharoh, A. (2021). Tingkat Pengetahuan Dan Perilaku Swamedikasi Nyeri Menstruasi (Dismenore) Pada Siswi SMAN 1 Kajen Kabupaten Pekalongan Tahun 2021. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 67–78. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.622>
- Safitri, F. H. (2024). Swamedikasi Dismenorea Primer pada Remaja Putri. *Seminar Kesehatan Nasional, Vol 3, Desember 2024 E-ISSN*, 3, 353–360.
- Salamah, U. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Perilaku Penanganan Dismenore. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 9(03), 123–127. <https://doi.org/10.33221/jiki.v9i03.382>
- Sari, Sherli mariance, & Kardewi. (2024). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Mahasiswa Kebidanan Dalam Penggunaan Swamedikasi Analgesik Untuk Menurunkan Dismenore. *Jurnal 'Aisyiyah Medika Volume 9, Nomor 1, Februari 2024*, 9, 371–379.
- Sitoayu, L., Pertiwi, D. A., & Mulyani, E. Y. (2017). Kecukupan zat gizi makro, status gizi, stres, dan siklus menstruasi pada remaja. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 13(3), 121. <https://doi.org/10.22146/ijcn.17867>
- Solehati, T., Trisyani, M., & Kosasih, C. E. (2018). AMBARANPENGETAHUAN, SIKAP, DAN KELUHAN TENTANG MENSTRUASI DIANTARA REMAJA PUTERI. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 86–91. <https://doi.org/10.33755/jkk.v4i2.110>
- Susanti, N. Y. (2022). Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Penanganan Disminorea Secara Swamedikasi (Self Care). *Profesional Health Journal*, 4(1), 162–171. <https://www.ojsstikesbanyuwangi.com/index.php/PHJ>
- Susianti, L., Megawati, F., & Agus Adrianta, K. (2024). Tingkat Pengetahuan dan Sikap Pasien terhadap Swamedikasi Pemilihan Obat Tradisional dan Konvensional di Apotek Dharma Medika Badung. *Usadha*, 3(1), 14–20. <https://doi.org/10.36733/usadha.v3i1.7220>
- Trimajaya, D., Hidayat Maulana, L., & Winarno, T. (2021). Pengetahuan Swamedikasi Dismenorea Siswi Smk Semesta Bumiayu Tahun 2020. *Jurnal Pharmacy Vol. 1 No. 2 Juli 2021*, 1(2), 14–19. <https://journal.peradaban.ac.id/index.php/ppj/article/view/709/586>
- Yanti Rosmiyanti, Nining Sugihartini, Indah Fitria Hafid, C. D. (2020). PENGABDIAN MASYARAKAT SOSIALISASI DAN EDUKASI PENANGANAN DISMINOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMK SEHATI KARAWANG. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Vol.04, No.02, 2024, Pp. 943-948*, 04(02), 1–23.