Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
5 (2) 2025, Page: 21980-21997

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Avil-Dismenorhea Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Dalam Mengatasi Dismenorhea

Nila Friscandani[1], Diana Tri Lestari[2], Ashri Maulida[3]
[1,2,3]Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kudus
Corresponding Author: nilafriscan@gmail.com, dianatri@umkudus.ac.id.com, arahmawati@umkudus.ac.id

Published: Agust , 2025

ABSTRAK

Dismenore terjadi akibat ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah, prostaglandin, dan faktor stress/psikologi. Dismenore dipengaruhi oleh faktor primer dan sekunder Usia, riwayat keluarga, indeks masa tubuh, status sosial ekonomi, pendidikan, merokok, dan penggunaan alkohol dapat mempengaruhi keparahan dismenore primer. Dismenore primer merupakan salah satu gangguan kesehatan reproduksi yang umum dialami oleh perempuan usia subur, terutama remaja dan dewasa muda. Jika tidak ditangani secara tepat, dismenore dapat menurunkan kualitas hidup, mengganggu aktivitas harian, menurunkan produktivitas akademik atau kerja, serta meningkatkan risiko gangguan psikologis seperti stres dan kecemasan. Selain itu, kurangnya pemahaman mengenai faktor-faktor yang memengaruhi keparahan dismenore, seperti usia, riwayat keluarga, indeks massa tubuh, status sosial ekonomi, tingkat pendidikan, kebiasaan merokok, dan konsumsi alkohol, dapat menghambat upaya pencegahan dan penanganan yang efektif. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berperan dalam keparahan dismenore primer, sehingga dapat dijadikan dasar dalam penyusunan intervensi yang tepat sasaran untuk meningkatkan kesejahteraan perempuan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan avil dismenorhea terhadap pengetahuan remaja putri dalam mengatasi dismenorhea di SMK Al-Falah Winong kabupaten Pati tahun 2025. Penelitian ini merupakanpenelitian kuantitatif dengan metode eksperimental yang melibatkan 42 responden, terdiri dari 21 responden kelompok intervensi dan 21 responden kelompok kontrol dengan total sampling berupa total sampling. Intrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner tingkat pengetahuan dan media audio visual serta leaflet dismenorhea, analisis data menggunakan wilcoxon dan mann whitney. Hasil penelitian menunjukan adanya perubahan tingkat pengetahuan dimana sebelum intervensi tingkat pengetahuan kurang 23,8%,cukup 57,1% baik menjadi kurang 0%,cukup 9,5%, baik 38,1%, sangat baik 52,4% setelah intervensi. Sedangkan Uji Mann-Whitney nilai Z -8,789 dengan P value 0,001. Hasil uji beda pada kedua kelompok didapatkan nilai Z -8,789 dengan P value 0,001 dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara sebelum dan sesudah intervensi baik pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol dan ada pengaruh intervensi pendidikan kesehatan avil dismenorhea terhadap tingkat pengetahuan remaja putri.

Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan, Dismenorhea Remaja, Media Audiovisual

ABSTRACT

Dysmenorrhea occurs due to an imbalance of the blood hormones progesterone, prostaglandins, and stress/psychological factors. Dysmenorrhea is influenced by primary and secondary factors. Age, family history, body mass index, socioeconomic status, education, smoking and alcohol use can influence the severity of primary dysmenorrhea. Primary dysmenorrhea is a reproductive health disorder commonly experienced by women of childbearing age, especially adolescents and young adults. If not treated appropriately, dysmenorrhea can reduce quality of life, disrupt daily activities, reduce academic or work productivity, and increase the risk of psychological disorders such as stress and anxiety. Furthermore, a lack of understanding of factors that influence the severity of dysmenorrhea, such as age, family history, body mass index, socioeconomic status, education level, smoking habits, and alcohol consumption, can hinder effective prevention and treatment efforts. Therefore, this study is important to identify factors that play a role in the severity of primary dysmenorrhea, so that it can serve as a basis for developing targeted interventions to improve women's well-being. The purpose of this study was to determine the effect of avil dysmenorrhea health education on the knowledge of adolescent girls in overcoming dysmenorrhea at SMK Al-Falah Winong, Pati Regency in 2025. This study is a quantitative study with an experimental method involving 42 respondents, consisting of 21 respondents in the intervention group and 21 respondents in the control group with a total sampling of total sampling. The instruments in this study were a questionnaire on the level of knowledge and audio-visual media as well as dysmenorrhea leaflets, data analysis using Wilcoxon and Mann Whitney. The results showed a change in the level of knowledge where before the intervention the level of knowledge was less than 23.8%, sufficient 57.1% good to less than 0%, sufficient 9.5%, good 38.1%, very good 52.4% after the intervention. While the Mann-Whitney test Z value -8.789 with P value 0.001. The results of the difference test in both groups obtained a Z value of -8.789 with a P value of 0.001. From these results, it can be concluded that there is a difference between before and after the intervention in both the intervention group and the control group and there is an influence of the avil dysmenorrhea health education intervention on the level of knowledge of adolescent girls.

Keywords: Health Education, Adolescent Dysmenorrhea, Audiovisual Media

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia (WHO, 2021). Menurut UU Perlindungan anak, remaja adalah seseorang yang berusia 10-18 th, (Kemenkes RI, 2023). Sementara itu, menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Secara harfiah, remaja berada diantara anak dan orang dewasa, oleh karena itu, remaja seringkali dikenal dengan fase "mencari jati diri" karena remaja masih belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fungsi fisik maupun psikisnya (Kumalasari, 2020).

Masa remaja merupakan masa yang penting didalam kehidupan manusia yang ditandai dengan pertumbuhan fisik yang cepat, psikososial, kognitif dan emosional serta kematangan seksual dan reproduksi (Lehtimaki et al., 2019). Salah satu tanda kematangan seksual dan reproduksi remaja putri adalah menstruasi. Menstruasi dapat didefinisikan sebagai perdarahan periodik dari rahim yang terjadi setiap bulan dan sepanjang kehidupan reproduksi aktif seorang wanita (Michael et al., 2020). Saat remaja putri mengalami menstruasi banyak yang mengalami nyeri pada perut bagian bawah dan ketidaknyamanan fisik selama menstruasi berlangsung, hal ini disebut dengan dismenore.

Dismenore terjadi akibat ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah, prostaglandin, dan faktor stress/psikologi. Dismenore dipengaruhi oleh faktor primer dan sekunder. Usia, riwayat keluarga, indeks masa tubuh, status sosial ekonomi, pendidikan, merokok, dan penggunaan alkohol dapat mempengaruhi keparahan dismenore primer. Hal ini menjadi masalah kesehatan paling umum pada wanita di usia reproduksi, dapat menurunkan kualitas hidup serta menghambat aktivitas sosial remaja putri, memaksa wanita untuk beristirahat yang berdampak pada kinerja dan berkurangnya aktifitas sehari-hari. (Bajalan, 2019).

Pada tahun 2020, World Health Organization (WHO) melakukan riset dismenore pada anak remaja usia 9-15 tahun didapatkan hasil remaja yang mengalami dismenore sebanyak (74,3%) (Kemenkes RI, 2020). Kejadian dismenore di Indonesia tercatat sebanyak 72,89% dan sebanyak 54% terjadi pada remaja putri. Kemenkes RI dan Bumet Intitut pada tahun 2021, melakukan penelitian tentang kejadian dismenore remaja putri terlaporkan sebanyak 93,2% mengalami dismenorhe.

Pengetahuan remaja tentang dismenore, baik dari segi pengetahuan tentang tanda dan gejala maupun cara mengatasinya masih sangat kurang. Oleh sebab itu, sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai dismenore, dengan meberikan pendidikan kesehatan tentang dismenore, untuk mencegah terjadinya gangguan kesehatan tertuma yang disebabkan oleh dismenore. Pendidikan kesehatan sama halnya dengan pendidikan pada umumnya yaitu membutuhkan media

dalam penyampaian informasi. Media dan pembelajaran merupakan perantara untuk menyampaikan pesan atau informasi yang sangat dibutuhkan dalam proses pembelajaran agar memudahkan guru dalam penyampaian materi pembelajaran dan memudahkan siswa untuk menerima materi pembelajaran (Ridawati, 2021). Pemilihan media sangatlah penting agar penyampaian informasi menjadi lebih menarik dan lebih mudah dipahami oleh penerima informasi. Ada beberapa media yang bisa digunakan dalam menyampaikan pendidikan kesehatan di sekolah misalnya dengan media visual, audio, audiovisual dan media cetak seperti poster, leaflate, booklet (Sari & Listiarini, 2021), setiap media yang akan diterapkan memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing.)

Dismenore juga memberikan dampak yang buruk bagi remaja putri, yaitu menimbulkan gangguan dalam kegiatan belajar mengajar, tidak memperhatikan penjelasan yang diberikan oleh guru, dan kecenderungan tidur di kelas saat kegiatan belajar mengajar. Ini berpengaruh pada prestasi dibidang akademik maupun non akademik. Banyak remaja yang mengeluh bahkan tidak mau masuk sekolah pada saat menstruasi. Semakin berat derajat nyeri yang dialami maka aktivitas belajarnya pun semakin terganggu (Iswari, Surianti, & Mastini,2021). Dampak yang paling banyak dirasakan karena dismenore adalah keterbatasan aktivitas fisik, isolasi sosial, konsentrasi yang buruk, dan ketidakhadiran dalam proses belajar mengajar.(Wulandari, Oswati, and Woferst 2022). Dampak dismenorea pada remaja putri meliputi penurunan prestasi akademiik, rasa nyaman terganggu, aktifitas menurun, pola tidur terganggu, selera makan terganggu, hubungan interpersonal terganggu, kesulitan berkonsentrasi pada belajar dan dapat memicu depresi. Selain itu kehadiran 33,9% remaja putri di sekolah terganggu oleh kejadian dismenorea dan sampai dengan mengganggu aktivitas belajar dan mempengaruhi prestasi akademik. Remaja yang mengalami dismenorhea mungkin tidak dapat mengikuti pembeljaran dengan baik dan mengakibatkan nilai yang lebih rendah dan ketertinggalan pembelajaran (Juniar, 2015; Putra et al., 2020). Isolasi sosial dan masalah kesehatan mental dan dismenorhea sering kali menyebabkan remaja menarik diri dari interaksi sosial. Rasa sakit dan ketidak nyamanan dapat membuat mereka merasa malu atau tidak ingin berpatisipasi dalam kegiatan sosial,yang pada giliranya dapat memperburuk perasaan kesepian dan isolasi. Isolasi sosial dapat berkontribusi pada masalah kesehatan mentak secara keseluruhan (Holmes et al., 2021).

Dari penelitian sebelumnya penyebab dismenorhea adalah kurangnya pengetahuan remaja tentang menstruasi. Kurangnya pengetahuan remaja ini adalah akibat kurangnya informasi kesehatan yang benar dan penanganannya yang tidak baik serta kurangnya akses remaja terhadap pelayanan kesehatan reprosduksi. Dari 205 responden (100%) menunjukan bahwa sebanyak 93 responden (45,4%) penanganan dismenorhea pada remaja dalam kategori sedang. Dismenore katagori sedang dapat diatasi dengan tindakan farmakologi dan non-farmakologi. Pengobatan dengan tindakan farmakologi dapat dilakukan dengan minum obat anti nyeri, seperti asetaminofen, asam mefenamat, aspirin, dan lain-lain. Sedangkan pengobatan non-farmakologi untuk mengurangi nyeri dismenore dapat dilakukan dengan relaksasi, hipnoterapi, akupunktur, dan lain-lain (Rahayu, Pertiwi, &

Patimah, 2020). Berdasarkan Penelitian di Kabupaten Pati, tepatnya SMK Jamaah Pasrah Pati, didapatkan data bahwa 98,8% siswi mengalami dismenore, serta menimbulkan kecemasan dengan Tingkat sedang. Sebagian besar dari mereka bingung apa yang sedang mereka alami serta bagaimana cara mengatasinya. Akibatnya aktivitas sehari-hari menjadi terganggu, terutama siswi kurang berkonsentrasi ketika belajar di sekolah (Dian Puspita Saraswat, 2023).

Konstribusi penelitian tersebut bahwa pendidikan kesehatan dapat mempengaruhi pengetahuan remaja putri tentang dismenorhea. Sebelum pendidikan kesehtan, mayoritas responden memiliki pengetahuan yang kurang. Adanya pendidikan kesehatan dapat memberikan banyak manfaat terutama dalam menambah wawasan, pengetahuan, juga informasi yang akan meningkatkan pengetahuan seseorang. Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenorhea, ditandai dengan perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan (Ndun, H. J. N. ,2021).

Pengetahuan remaja tentang dismenore, baik dari segi pengetahuan tentang tanda dan gejala maupun cara mengatasinya masih sangat kurang. Oleh sebab itu, sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai dismenore, dengan meberikan pendidikan kesehatan tentang dismenore, untuk mencegah terjadinya gangguan kesehatan tertuma yang disebabkan oleh dismenore. Pendidikan kesehatan sama halnya dengan pendidikan pada umumnya yaitu membutuhkan media dalam penyampaian informasi. Media dan pembelajaran merupakan perantara untuk menyampaikan pesan atau informasi yang sangat dibutuhkan dalam proses pembelajaran agar memudahkan guru dalam penyampaian materi pembelajaran dan memudahkan siswa untuk menerima materi pembelajaran (Ridawati, 2021). Pemilihan media sangatlah penting agar penyampaian informasi menjadi lebih menarik dan lebih mudah dipahami oleh penerima informasi. Ada beberapa media yang bisa digunakan dalam menyampaikan pendidikan kesehatan di sekolah misalnya dengan media visual, audio, audiovisual dan media cetak seperti poster, leaflate, booklet (Sari & Listiarini, 2021), setiap media yang akan diterapkan memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing.

Pendidikan kesehatan sama halnya dengan pendidikan pada umumnya yaitu membutuhkan media dalam penyampaian informasi. Media dan pembelajaran merupakan perantara untuk menyampaikan pesan atau informasi yang sangat dibutuhkan dalam proses pembelajaran agar memudahkan guru dalam penyampaian materi pembelajaran dan memudahkan siswa untuk menerima materi pembelajaran (Zein Nur & Samaria, 2020). Pemilihan media sangatlah penting agar penyampaian informasi menjadi lebih menarik dan lebih mudah dipahami oleh penerima informasi. Ada beberapa media yang bisa digunakan dalam menyampaikan pendidikan kesehatan di sekolah misalnya dengan media visual, audio, audiovisual dan media cetak seperti poster, leaflate, booklet (Susan Amelia, 2024), setiap media yang akan diterapkan memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing.

Media audiovisual (AVIL) dan media cetak leaflet adalah salah satu media yang dapat digunakan dalam pemberian pendidikan kesehatan di sekolah mengenai dismenore mendefinisikan bahwa media audio visual adalah jenis media yang digunakan dalam kegiatan pembelajaran dengan melibatkan pendengaran dan penglihatan sekaligus dalam satu proses atau kegiatan. Pesan dan informasi yang dapat disalurkan melalui media ini dapat berupa pesan verbal dan nonverbal yang mengandalkan baik penglihatan maupun pendengaran. Beberapa contoh media audio visual adalah film, video, program TV dan lain-lain. Selain menggunakan media audiovisual pendidikan kesehatan di sekolah mengenai dismenore juga dapat dikombinasikan dengan menggunakan media cetak AVIL-DISMENORE.

Media cetak adalah media yang menggunakan bahan dasar kertas atau kain untuk menyampaikan pesan-pesannya. Unsur-unsur utamanya adalah tulisan (teks), gambar visualisasi, atau keduanya. Media cetak bisa dibuat untuk membantu fasilitator melakukan komunikasi interpersonal saat pelatihan atau kegiatan kelompok, beberapa contoh dari media cetak yaitu poster, leaflet, booklet (Astuti, P., & Rizky, A. W ,2022). Leaflet adalah bahan cetak tertulis berupa lembaran yang dilipat tapi tidak dimatikan/ dijahit. Agar terlihat menarik biasanya leaflet didesain secara cermat dilengkapi dengan ilustrasi dan menggunakan bahasa yang sederhana, singkat serta mudah dipahami (Agustina & Hidayat, 2020). Pendidikan kesehatan AVIL-DISMENORE atau Audiovisual dan Leaflet dismenore adalah kombinasi dari media audiovisual dan media cetak (leaflet) yang yang berisi tentang dismenore dengan menggabungan dua media pendidikan kesehatan ini dianggap lebih menarik dan lebih berefek karena melibatkan dua indra yaitu pengelihatan dan pendengaran yang dapat memaksimalkan para remaja putri dalam penerimaan informasi dan pengetahuan mengenai dismenore Pendidikan kesehatan AVIL-DISMENORE atau Audiovisual dan Leaflet dismenore adalah kombinasi dari media audiovisual dan media cetak (leaflet) yang yang berisi tentang dismenore dengan menggabungan dua media pendidikan kesehatan ini dianggap lebih menarik dan lebih berefek karena melibatkan dua indra yaitu pengelihatan dan pendengaran yang dapat memaksimalkan para remaja putri dalam penerimaan informasi dan pengetahuan mengenai dismenore (Juwitasari, N. P., Asdiwinata,2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 12 Januari 2025 di SMK Al-Fallah Winong, dan SMK Al-Fallah Winong, didapatkan informasi bahwa para siswi di SMK Al-Fallah Winong sudah mengetahui tentang dismenore dan hanya ada siswi dari 10 siswi yang belum mengetahui tentang dismenore serta menurut keterangan guru mereka sering memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi yang salah satunya tentang dismenore. Sementara saat dilakukan studi pendahuluan di SMK Al-Fallah Winong yang dilakukan kepada 15 siswi dari 76 siswi kelas XI didapatkan hasil bahwa 10 siswi tidak memahami tentang dismenore. Berdasarkan informasi yang diperoleh, gejala dismenore yang paling sering dialami adalah payudara terasa membesar, nyeri perut, sakit pinggang, gangguan kulit (jerawat), nafsu makan meningkat menjelang menstruasi, gampang

marah serta mudah lelah menjelang menstruasi. Para siswi tidak menyadari bahwa hal tersebut merupakan tanda dan gejala dismenore. Para siswi juga mengaku sulit berkonsentrasi ketika proses belajar mengajar. Satu diantara 10 siswi pernah beristirahat di UKS karena mengalami dismenore. Upaya penanganan yang telah dilakukan oleh siswi terhadap dismenore adalah dengan mengoleskan minyak kayu putih pada daerah nyeri, meminum obat analgesik, dan sebagian lagi hanya membiarkan gejala tersebut. Hasil wawancara terhadap guru penanggung jawab UKS didapatkan informasi bahwa di sekolah belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan terkait dismenore. Informasi berupa pendidikan kesehatan dengan mengunakan media AVIL-DISMENORE atau kombinasi dari audiovisual dan leaflet tentang dismenore, sangat penting diberikan pada siswi sehingga dapat memudahkan remaja putri untuk memahami serta meningkatkan pengetahuan yang nantinya remaja putri dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Pentingnya pengetahuan mengenai dismenore, membuat peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan AVIL-DISMENORE tentang dismenore terhadap pengetahuan remaja putri SMK Al-Fallah Winong.

Adapun peran perawat dalam menangani dismenorhea adalah dengan upaya promotif yaitu sebagai edukator memberikan edukasi untuk hidup sehat, aktif berolahraga rutin, dan komsumsi gizi seimbang. Sebagai konselor perawat harus mampu membimbing remaja untuk mengurangi bahkan menghilangkan faktor yang mempengaruhi nyeri, seperti setres dan kecemasan efektifitas paket yang sering timbul pada saat menstruasi sehingga dapat menurunkan intensitas nyeri menstruasi (dismenorhea). Sebagai Care Provider perawat berperan dalam memberikan asuhan keperawatan , yang salah satunya memberikan intervensi pada remaja putri dalam mengatasi dismenorhea. Penanganan dismenorhea dapat juga dilakukan dengan terapi secara farmakologi. Pengobatan secara farmakologi pada nyeri haid dapat menggunakan obat analgetikan (obat anti sakit) dan obat nonsteroidanti inflamasi (NSAID) seperti asam mefenamat, ibuprofen,piroxciam dan lain-lain (Misliani et al.,2019 dalam junita E & Mandalika. S, 2021).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimental dengan metode penelitiannya menggunakan pre test dan post test untuk mengetahui bagaimana dengan metode Audio Visual bisa meningkatkan pengetahuan tentang dismenorhea di SMK Al-falah Winong. Penelitian ini digunakan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri formulasi dan simfikasi dari teori-teori yang mendukung antara variabel-variabel tersebut. Penelitian yang digunakan pada peneltian tersebut adalah lemeshow. Penelitian tetang lemeshow memungkinkan penelti untuk mengumpukan data satu waktu untuk melihat pengetahuan antara variabel-variabel yang diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi SMK Al-Falah Winong kelas X Farmasi yang berjumlah 74 siswi . Dari jumlah 4 kelas X Farmasi yang terdiri dari X Farmasi 1, 2, 3, 4 terdapat 41,8 yang dibulatkan menjadi 42 sample dipilih dengan metode purposive sampling. Pengumpulan

data dan beberapa tahapan yang akan dilakukan sebagai berikut: Wawancara atau infromed consent. Sebelum pengumpulan data responden akan dijelaskan mengenai tujuan dan prosedur penelitian dan mengisi kuesioner. SAP menggunakan media audio visual siswi akan diberikan pendidikan kesehatan AVIL_DISMENORHEA, dan setelah itu peneliti akan kembali memberikan kuesioner doismenorhea untuk melihat apakah ada perubahan siswi tentang dismenorhea, setelah diberikan pendidikan kesehatan AVIL_DISMENORHEA. Kuesioner dismenorhea peneliti akan membagikan siswi 2 grup dan dibedakan 2 kelas dalam waktu bersamaan ntuk diberikan kuesioner dismenorhea. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini yaitu analisis univariat dan bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

1. Tingkat Pengetahuan Penangan Dismenorhea Kelompok Intervensi Pada Remaja Putri Di SMK Al-Falah Winong Pati

Tabel 1. Gambaran Tingkat Pengetahuan Penangan Dismenorhea Kelompok Intervensi Pada Remaja Putri Di SMK Al-Falah Winong Pati

Pengetahuan	Kelompok intervensi			
	Pretest		Post test	
	n	%	n	%
Kurang	5	23,8	0	0
Cukup	12	57,1	2	9,5
Baik	4	19,8	8	38,1
Sangat baik	0	0	11	52,4
Total	21	100	21	100

Analisis Pengetahuan Penanganan Dismenorhea pada kelompok intervensi pada prestest itu ada di skala cukup sedangkan postestnya sangat baik menunjukkan perubahan yang signifikan antara pretest dan posttest. Pada pretest, dari total 21 peserta, 5 orang (23,8%) memiliki pengetahuan yang kurang, 12 orang (57,1%) memiliki pengetahuan yang cukup, 4 orang (19,8%) memiliki pengetahuan yang ba ik, dan tidak ada peserta yang memiliki pengetahuan yang sangat baik. Namun, setelah intervensi, pada post test, tidak ada peserta yang masih berada dalam kategori kurang, hanya 2 orang (9,5%) yang memiliki pengetahuan yang cukup, sementara 8 orang (38,1%) menunjukkan pengetahuan yang baik, dan 11 orang (52,4%) memiliki pengetahuan yang sangat baik. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan peserta setelah intervensi.

2. Tingkat Pengetahuan Penangan Dismenorhea Kelompok Kontrol Pada Remaja Putri Di SMK Al-Falah Winong Pati

Tabel 2. Gambaran Tingkat Pengetahuan Penangan Dismenorhea Kelompok Kontrol Pada Remaja Putri Di SMK Al-Falah Winong Pati

Pengetahuan	Kelompok kontrol			
	Pretest		Post test	
	n	%	n	%
Kurang	5	23.8	0	0
Cukup	13	61.9	6	28.6
Baik	3	14.3	15	71.4
Sangat baik	0	0	0	0
Total	21	100	21	100

Analisis pengetahuan penanganan dismenorhea pada kelompok kontrol pada pretes itu ada di skala cukup sedangkan postestnya berada di skala baik hasil pretest dan post test menunjukkan perbedaan yang menarik. Pada pretest, dari total 21 peserta, 5 orang (23,8%) memiliki pengetahuan yang kurang, 13 orang (61,9%) memiliki pengetahuan yang cukup, dan 3 orang (14,3%) memiliki pengetahuan yang baik, sementara tidak ada peserta yang berada dalam kategori sangat baik. Setelah intervensi, pada post test, tidak ada peserta yang masih berada dalam kategori kurang, namun 6 orang (28,6%) memiliki pengetahuan yang cukup. Sebaliknya, 15 orang (71,4%) menunjukkan peningkatan dengan memiliki pengetahuan yang baik, dan tidak ada peserta yang berada dalam kategori sangat baik. Meskipun ada peningkatan dalam kategori baik, proporsi peserta yang memiliki pengetahuan yang cukup tetap signifikan.

Analisis Bivariat

A. Uji Normalitas

Hasil Uji Normalitas Data Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol

Tabel 3. Uji Normalitas Data Kelompok Kontrol Dan Kelompok Intervensi Terhadap Pengetahuan Dismenorhea Remaja Putri Di SMK Al-Falah Winong Kabupaten Pati

Variabel	Kelompok	P	Keterangan
Kelompok Intervensi	Sebelum	0,000	Tidak Normal

	Se	0,0	Tidak	
	sudah	01	Normal	
Kelompok	Se	0,0	Tidak	
Kontrol	belum	00	Normal	
	Se	0,0	Tidak	
	sudah	00	Normal	

Berdasarkan hasil uji normalitas data dengan Shapiro Wilk dan diperoleh hasil analisis variabel menunjukkan bahwa data dari kedua kelompok, baik kelompok intervensi maupun kelompok kontrol, tidak berdistribusi normal (P < 0,05).. Pada kelompok intervensi, nilai p sebelum intervensi tercatat 0,000, yang mengindikasikan bahwa data tidak normal. Setelah intervensi, nilai p menjadi 0,001, yang juga menunjukkan bahwa distribusi data tetap tidak normal. Demikian pula, pada kelompok kontrol, nilai p sebelum intervensi juga 0,000, menandakan bahwa data tidak normal, dan setelah intervensi, nilai p tetap 0,000, yang menunjukkan bahwa data tetap tidak berdistribusi normal. Temuan ini menunjukkan bahwa analisis lebih lanjut perlu dilakukan dengan mempertimbangkan sifat distribusi data yang tidak normal pada kedua kelompok.

B. Perbedaan Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Di Berikan Edukasi Pengetahuan Dismenorhea Pada Kelompok Kontrol Dan Intervensi

Tabel 4. Perbedaan Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Di Berikan Edukasi Pengetahuan Dismenorhea Pada Kelompok Kontrol

Pengetahuan	Kelompok kontrol					
	Pretest		Post test		Z	P value
	n	%		%		
Kurang	5	23.8		0		
Cukup	13	61.9		28.6		
Baik	3	14.3	5	71.4	-3.952	0.001
Sangat baik	0	0		0		
Total	21	100	1	100		

Hasil analisis pada kelompok kontrol menunjukkan perubahan yang signifikan antara pretest dan post test dalam hal pengetahuan peserta. Pada pretest, dari total 21 peserta, 5 orang (23,8%) memiliki pengetahuan yang kurang, 13 orang (61,9%) memiliki pengetahuan yang cukup, dan 3 orang (14,3%) memiliki pengetahuan yang baik, sementara tidak ada

peserta yang berada dalam kategori sangat baik. Setelah intervensi, pada post test, tidak ada peserta yang masih berada dalam kategori kurang, 6 orang (28,6%) memiliki pengetahuan yang cukup, dan 15 orang (71,4%) menunjukkan peningkatan dengan memiliki pengetahuan yang baik. Analisis statistik menunjukkan nilai Z sebesar -3,952 dengan P value sebesar 0,001, yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara pretest dan post test. Temuan ini mengindikasikan bahwa intervensi yang dilakukan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan peserta dalam kelompok kontrol.

Tabel 5. Perbedaan Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Di Berikan Edukasi Pengetahuan Dismenorhea Pada Kelompok Intervensi

Pengetahuan	Kelompok intervensi					
	Pretest		Post test		Z	P value
	n	%	n	%		
Kurang	5	23,8	0	0		
Cukup	12	57,1	2	9,5		
Baik	4	19,8	8	38,1	-4.837	0.001
Sangat baik	0	0	11	52,4		
Total	21	100	21	100		

Hasil analisis pada kelompok intervensi menunjukkan perubahan yang signifikan dalam pengetahuan peserta antara pretest dan post test. Pada pretest, dari total 21 peserta, 5 orang (23,8%) memiliki pengetahuan yang kurang, 12 orang (57,1%) memiliki pengetahuan yang cukup, 4 orang (19,8%) memiliki pengetahuan yang baik, dan tidak ada peserta yang berada dalam kategori sangat baik. Namun, setelah intervensi, pada post test, tidak ada peserta yang masih berada dalam kategori kurang, hanya 2 orang (9,5%) yang memiliki pengetahuan yang cukup, sementara 8 orang (38,1%) menunjukkan pengetahuan yang baik, dan 11 orang (52,4%) memiliki pengetahuan yang sangat baik. Analisis statistik menunjukkan nilai Z sebesar -4,837 dengan P value sebesar 0,001, yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara pretest dan post test. Temuan ini mengindikasikan bahwa intervensi yang dilakukan berhasil meningkatkan pengetahuan peserta dalam kelompok intervensi secara signifikan.

C. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Avil-dismenorhea Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Dalam Mengatasi Dismenorhea

Pengetahuan	Kelompok	n	Mean rank	Z	P value

	Kontrol	21	15.57	-8.789	0.001
	intervensi	21	27.43		

Hasil analisis perbandingan pengetahuan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi menunjukkan perbedaan yang signifikan. Pada kelompok kontrol, terdapat 21 peserta dengan mean rank sebesar 15,57, sedangkan pada kelompok intervensi, juga terdiri dari 21 peserta, mean rank-nya mencapai 27,43. Analisis statistik menunjukkan nilai Z sebesar -8,789 dengan P value sebesar 0,001, yang mengindikasikan adanya perbedaan yang sangat signifikan antara kedua kelompok. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi yang diterapkan berhasil meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Pembahasan

Analisa Univariat

1. Gambaran Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penanganan Disminore Kelompok Intervensi Pada Remaja Putri

   Pada kelompok intervensi, mayoritas responden saat pretest berada dalam kategori pengetahuan cukup (57,1%). Setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media audio visual dan leaflet (AVIL-Dismenorhea), terjadi peningkatan yang signifikan, di mana mayoritas responden saat posttest masuk dalam kategori sangat baik (52,4%). Penelitian oleh Elisa et al. (2021) menunjukkan bahwa sebelum intervensi edukasi media audiovisual, tingkat pengetahuan remaja putri tentang gangguan menstruasi masih didominasi oleh kategori cukup. Setelah intervensi, terjadi peningkatan signifikan dengan mayoritas respons menunjukkan skor tinggi yang sesuai dengan kategori baik (p = 0,000). Selain itu, penelitian oleh Fitri dkk. (2022) melaporkan bahwa pada pretest, mayoritas remaja putri masih berada dalam kategori cukup, dan setelah mendapatkan penyuluhan tentang dismenore dengan media PowerPoint, mayoritas berpindah ke kategori baik, dengan peningkatan nilai rata-rata pengetahuan sebesar 27,37% (p = 0,0001).
2. Gambaran Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penanganan Disminore Kelompok Kontrol Pada Remaja Putri

   Pada kelompok kontrol, mayoritas responden saat pretest berada dalam kategori cukup (61,9%), dan pada posttest mayoritas meningkat ke kategori baik (71,4%). Meskipun terdapat peningkatan, kategori sangat baik tidak tercapai pada kelompok ini. Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Aulia et al. (2023) menemukan bahwa sebelum diberikan edukasi kesehatan reproduksi, mayoritas responden (46,7%) berada pada kategori pengetahuan

cukup, Setelah intervensi, mayoritas (76,7 %) berpindah ke kategori baik, dan 23,3 % tetap di kategori cukup, tanpa ada responden di kategori rendah. Selain itu penelitian oleh Atikah et al. (2024) melaporkan bahwa pada pretest, mayoritas remaja putri masih berada di kategori cukup dengan hanya (42,3 %). Setelah intervensi pendidikan kesehatan, mayoritas meningkat signifikan ke kategori baik (80,8 %).

Analisis Bivariat

1. Perbedaan Pengetahuan Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan Avil-Dismenorhea Menggunakan Media Cetak Leaflet

Hasil analisis bivariat pada kelompok kontrol menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Sebelum diberikan intervensi, mayoritas responden berada pada kategori pengetahuan cukup sebesar 61,9%, disusul dengan kategori kurang sebesar 23,8%, dan hanya 14,3% yang memiliki pengetahuan baik. Setelah dilakukan posttest, terjadi peningkatan yang cukup mencolok, di mana mayoritas responden, yaitu 71,4%, berpindah ke kategori baik, penelitian oleh Fitri dkk. (2022) melaporkan bahwa pada pretest, mayoritas remaja putri masih berada dalam kategori cukup, dan setelah mendapatkan penyuluhan tentang dismenore dengan media PowerPoint, mayoritas berpindah ke kategori baik, dengan peningkatan nilai rata-rata pengetahuan sebesar 27,37% (p = 0,0001) sementara 28,6% tetap berada dalam kategori cukup. Tidak ada responden yang masuk ke kategori kurang maupun sangat baik.

Secara statistik, hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai Z sebesar -3,952 dengan p-value = 0,001, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara pretest dan posttest meskipun kelompok ini hanya menerima intervensi berupa leaflet tanpa media audiovisual. Perubahan ini menunjukkan bahwa meskipun intervensi pada kelompok kontrol tidak melibatkan media audio visual, pengetahuan responden tetap mengalami peningkatan. Hal ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor seperti daya serap informasi dari media cetak (leaflet), diskusi antar teman sebaya, informasi dari guru, atau pengalaman pribadi dalam menghadapi dismenore. Media cetak seperti leaflet memungkinkan peserta membaca ulang materi, sehingga pemahaman bisa berkembang meski tanpa penyampaian secara langsung.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Ainun (2021) yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan remaja putri tentang dismenore dapat terjadi meskipun tanpa intervensi langsung, karena mereka tetap memperoleh informasi dari lingkungan sosial dan media bacaan. Selain itu, penelitian Agustin, Purwani, & Aulia (2021) juga melaporkan bahwa kelompok kontrol mengalami peningkatan pengetahuan secara alami melalui aktivitas sehari-hari di sekolah dan interaksi sosial.

2. Perbedaan Pengetahuan Kelompok Intervensi Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan Avil-Dismenorhea Menggunakan Media Audio Visual

Analisis bivariat pada kelompok intervensi menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media AVIL-Dismenorhea (kombinasi audiovisual dan leaflet). Sebelum intervensi, mayoritas responden berada dalam kategori pengetahuan cukup sebesar 57,1%, diikuti oleh 19,8% pada kategori baik, dan 23,8% berada pada kategori kurang. Tidak ada responden yang memiliki pengetahuan pada kategori sangat baik.

Setelah intervensi dilakukan, terjadi peningkatan yang sangat nyata. Mayoritas responden, yaitu 52,4%, berhasil mencapai kategori sangat baik, disusul oleh 38,1% pada kategori baik, dan hanya 9,5% yang masih berada pada kategori cukup. Tidak ada lagi responden yang memiliki pengetahuan dalam kategori kurang. Secara statistik, uji Wilcoxon menunjukkan nilai Z sebesar -4,837 dengan p-value 0,001, yang berarti peningkatan pengetahuan pada kelompok intervensi sangat signifikan secara statistik. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi menggunakan media AVIL-Dismenorhea sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang dismenore. Media audiovisual memiliki keunggulan dalam menyampaikan informasi secara visual dan auditori, sehingga memudahkan peserta dalam memahami dan mengingat materi. Selain itu, media leaflet yang dibagikan setelah penyuluhan memungkinkan peserta untuk mengulang kembali materi secara mandiri.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Agustina & Hidayat (2020) yang menyatakan bahwa penggunaan media audiovisual dalam pendidikan kesehatan mampu meningkatkan pemahaman siswa secara signifikan. Astuti & Rizky (2022) juga menyebutkan bahwa media audiovisual menarik perhatian dan memperjelas pesan edukatif, sementara media cetak seperti leaflet berfungsi sebagai penguat informasi jangka panjang. Selain itu, Husna (2018) menegaskan bahwa remaja dengan pengetahuan yang baik lebih siap menghadapi dismenore, baik dalam pengelolaan nyeri maupun dalam mempertahankan aktivitas belajar di sekolah.

3. Pergaruh Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan Avil-Dismenorhea Terhadap Pengetahuan Remaja Putri dalam Mengatasi Dismenorhea di SMK AL-Falah Winong Pati

Analisis perbandingan antara kelompok intervensi dan kontrol dengan uji Mann Whitney diperoleh nilai Z sebesar -8,789 dan p-value 0,001. Ini menegaskan bahwa media Avil Dismenorhea efektif meningkatkan pengetahuan remaja putri secara signifikan dibandingkan kelompok yang tidak diberikan intervensi dengan metode tersebut. Hasil ini sejalan dengan (Hasibuan, 2022) yang menyebutkan bahwa media audio visual meningkatkan

motivasi belajar karena materi lebih menarik, jelas, dan mudah dipahami. Menurut (Sujono, 2022) menambahkan bahwa penggunaan media audiovisual dapat membuat siswa lebih aktif dan tertarik memperhatikan materi.

Pernyataan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Rini, 2022) hasil ini dengan menegaskan bahwa pendidikan kesehatan harus dirancang dengan metode interaktif, menarik, dan relevan dengan konteks sosial-budaya peserta didik agar hasilnya maksimal. Avil dismenorhea dianggap cocok karena tidak hanya mengandalkan satu media tetapi memadukan audiovisual dan leaflet yang bisa diakses kembali sebagai pengingat materi. Lebih lanjut, (Widyastuti, 2021) menyoroti pentingnya mengurangi stigma menstruasi di kalangan remaja putri. Media audio visual dinilai lebih efektif membuka ruang diskusi yang nyaman dibandingkan metode ceramah konvensional. Dengan pendekatan ini, remaja putri merasa lebih terbuka dalam membicarakan dismenore tanpa rasa malu. Menurut penelitian (Haerani et al. 2020) juga menyatakan bahwa pengetahuan remaja putri tentang dismenore dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti usia menarche, status gizi, serta pengalaman pribadi. Selain itu, (Revianti & Yanto 2021) menunjukkan bahwa pengetahuan dasar tentang menstruasi masih rendah di kalangan remaja, sehingga intervensi terstruktur seperti pendidikan kesehatan sangat diperlukan. Selain meningkatkan pengetahuan, penggunaan Avil-Dismenorhea juga mendukung peran perawat sebagai edukator dan konselor (Junita & Mandalika, 2021). Perawat di sekolah dapat memanfaatkan media ini untuk memberikan edukasi kesehatan reproduksi secara rutin.

Penelitian ini juga memperlihatkan bahwa metode pendidikan kesehatan yang terencana dengan media AVIL-Dismenorhea memberikan hasil yang lebih optimal dibandingkan metode konvensional tanpa media pendukung. Hal ini disebabkan karena materi disampaikan secara audio visual sehingga lebih mudah dipahami, dan leaflet berfungsi sebagai pengingat materi yang bisa dibaca ulang di rumah. Serta demikian, strategi penyampaian informasi memegang peranan penting dalam keberhasilan program pendidikan kesehatan di sekolah. Selain itu, peningkatan pengetahuan pada kelompok intervensi membuktikan bahwa remaja putri lebih antusias saat materi disampaikan dengan media yang menarik dan interaktif. Sesuai dengan teori belajar modern yang menekankan pentingnya rangsangan multisensorik dalam mendukung pemahaman peserta didik. Beserta pendekatan seperti ini, diharapkan perilaku remaja dalam penanganan dismenore dapat berubah ke arah yang lebih baik, sehingga dampak negatif dismenore terhadap kegiatan belajar bisa diminimalkan.

KESIMPULAN

Pengetahuan kelompok kontrol sebelum intervensi kurang 23,8%, cukup 61,9%, baik 14.3%, sangat baaik 0%, cukup 28,6%, baik 71,4%, sangat baik 0%. Hasil analisis menunjukan nilai Z -3,952 dengan P value= 0,001. Pengetahuan kelompok intervensi sebelum intervensi kurang 23,8%, cukup 57,1%, baik 19,8%, sangat baik 0%, cukup 9,5%, baik 38,1%, sangat baik 52,4%. Hasil analisis menunjukan nilai Z -4,837 dengan P value= 0,001. Terdapat pengaruh tingkat pengetahuan pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi setelah dilakukan intervensi dengan nilai Z -8,789 dengan P value 0,001

DAFTAR PUSTAKA

Afiatus, Nofi., St. Rahmatullah, W. Permadi, Yulian., Muthoharoh, Ainun. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Terhadap Perilaku Swamedikasi Nyeri Menstruasi (Dismenore) Pada Remaja putri SMAN 1 Kajen Kabupaten Pekalongan Tahun 2021.

Agustin, M., Purwani, K., & Aulia, H. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Menghadapi Dismenore Pada Remaja Putri Di Smk Daya Utama Bekasi Tahun 2021.Afiat, 7(2), 58–67. https://doi.org/10.34005/afiat.v7i2.2136.

Agustin, Marini., Purwani, Kuni., Aulia, Husnul. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Menghadapi Dismenore Pada Remaja Putri di SMK Daya Utama Bekasi Tahun 2021. Jurnal Afiat Kesehatan dan Anak, 2477-6408, 2656-0046. https://uia.ejournal.id/afiat/article/2136

Agustina, R., & Hidayat, T. (2020). Pengaruh Media Audio Visual terhadap Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi. Jurnal Pendidikan Kesehatan, 8(2), 45-52.

Ainun, N. (2021). Dismenorhea: Pengertian dan Penanganan. Jurnal Kesehatan Reproduksi, 5(1), 12-18.

Dewi Utari, Arlin, and Yanita Trisetiyaningsih.2019. "Pengaruh Pendidikan KesehatanTentang Dismenore Terhadap Sikap Remaja Putri Dalam Menangani Dismenore." Media Ilmu Kesehatan 6(1): 63–70.

Dewi, R. (2019). Hubungan Pengetahuan Terhadap Sikap Remaja Putri Dalam Penanganan Dismenore Di Sma Assanadiyah Palembang Tahun 2016. Journal Of Midwifery and Nursing, 3(2), 45.

Dr. Ivan Elisabeth Purba, M. Kes, N. (2023). Gambaran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Terhadap Lansia terhadap pelaksanaan vaksinasi covid-19 (S. S. . Ose Dao (ed.)). Umsu Press.

Faijurahman, A., & Ramdani, M. (2022). Olahraga dan Dismenorhea: Hubungan antara Aktivitas Fisik dan Nyeri Menstruasi. Jurnal Kesehatan Remaja, 6(3), 30-37.

H Sujono AR. 2022. Mengembangkan Penggunaan Media Pembelajaran Audio Visual Dalam

Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. Jurnal Pendidikan Islam dan Isu-Isu Sosial. Volume 20 No1.

Haerani, R., et al. (2020). Faktor Penyebab Dismenorhea pada Remaja Putri. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 10(1), 25-32.

Handayani, T. Y., & Sari, D. P. (2021). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Mengatasi Dismenorea. Medihealth : Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Sains, 1(1), 14–20.

Hasibuan, R. (2022). Penggunaan Media Audio Visual Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. Hibrul Ulama, 4(1), 60–65.

Hastono, Susanto Priyo. 2016. "Analisa Data Bidang Kesehatan." : 1–212. Indrawati, and Desni Putriadi. 2019. "Efektifitas Terapi Murottal Terhadap Nyeri Dismenore Pada Remaja Putridi Sma Negeri 2 Bangkinang Kota Tahun2019."Jurnal Ners 3(2): 32–38.http://journal.universitaspahlawan.ac.id/i ndex.php/ners.

Husna, L. (2018). Dampak Dismenorhea terhadap Aktivitas Sehari-hari Remaja Putri. Jurnal Psikologi dan Kesehatan, 7(1), 15-22.

Ilmu, F., Universitas, K., & Pengaraian, P. (2021). Maternity And Neonatal : Jurnal Kebidanan. 09(1), 115–120.

Indah, Firdayanti, & Nadyah. (2023). Jurnal midwifery. Akademi Bidan, 1(2), 68–78. https://doi.org/10.24252/jmw.v6i1.45167

Isnania, R. S. (2020). Tingkat Dismenore Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Putri. STIKes Insan Cendekia Medika Jombang.

Jalal, M. N., Noorhapizah, Safiah, I., Saryanto, & Dhiu. (2022). Teori Perkembangan Peserta Didik (N. Saputra (ed.)). Yayasan Penerbit Muhammad Jaini.

Junita, E., & Mandalika, S. (2021). GAMBARAN KEJADIAN DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN. Maternity and Neonatal: Jurnal Kebidanan, 9(02), 115120.

Jurnal Kesehatan Masyarakat, 6(3), 1803–1809. PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN

Kholidahzia, Iis Tri Utami, Nur Alfi Fauziah,and Rini Wahyuni. 2021. "PENGARUH MUROTAL SURAT MARYAM TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA IBU BERSALIN KALA IFASE AKTIF".Jurnal Maternitas Aisyah JAMAN AISYAH). hal.174-180.Journal Homepagehttp://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Jaman.

Kristian Febriani Br. (2021). Gamabran Pengatahuan Dan Sikap Putri Dalam Menangani Dismenore Di Sma Airlangga Namu Ukur Tahun 2021. Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents, 3(April), 49–58.

Kurniawati, T., Setiyowati, W., & Mahardika, D. (2020). HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PENANGANAN DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI KOTA SEMARANG. Jurnal ilmiah Ilmu Kebidanan dan Kesehatan, 11(1), 20–24.

Mahanani Mulyaningrum. 2021. “The Effect of Lavender Aromatherapy on Dysmenorrhea in Adolescents.” : 26–33.

Manafe, K. N., Adu, A. A., & Ndun, H. J. N. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Dismenore dan Penanganan Non Farmakologi di SMAN 3 Kupang. Media Kesehatan Masyarakat, 3(3), 258–265. https://doi.org/10.35508/mkm.v3i3.3813

Mayasari, Ade Tyas and Nur Alfi Fauziah.2022." The Relationship of Stress Levels on Menstrual Cycle Disorders in Adolescent Girls " Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan. Volume 7, Edisi S1,2022, hlm. 25–30. ISSN 2502-4825 (cetak), ISSN 2502-9495 (online)

Mayasari, Ade Tyas and Nur Alfi Fauziah.2022." The Relationship of Stress Levels on Menstrual Cycle Disorders in Adolescent Girls " Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan. Volume 7, Edisi S1,2022, hlm. 2530. ISSN 2502-4825 (cetak), ISSN 2502-9495 (online).

Meylawati, E & Anggraeni, F. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap dalam Mengatasi Dismenorea Primer Pada Remaja. Jurnal Wacana Kesehatan, 6(1), 2544-6251.

Muntaza, Yasmin, and Annis Catur Adi. 2020."Hubungan Sumber Informasi dan Pengalaman dengan Tingkat Pengetahuan tentang Penggunaan Monosodium Glutamate (MSG) pada Ibu Rumah Tangga". Amerta Nutrition. DOI:10.2473/amnt.v4i1.2020.72-78

Mustar, et.al. 2020. Ilmu Sosial Budaya Dasar.Yayasan Kita Menulis.Jakarta Natassia, Kiki, and Festy Mahanani Mulyaningrum. 2021. The Effect of Lavender Aromatherapy on Dysmenorrhea in Adolescents. : 2633.

Mustar, et.al. 2020. Ilmu Sosial Budaya Dasar.Yayasan Kita Menulis.Jakarta Natassia,Kiki,and Festy.

Ni Komang Desiani, N. Susanti, N. Parwati Published in Jurnal Keperawatan Sumba (27 July 2022)Jurnal Keperawatan Sumba (JKS).

Nur, A.Z, Samaria, D. (2020). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Dalam Menangani Nyeri Haid Di Ghama D’ Leader School, Nursing Current Vol. 8 No. 2.

Nurmaliza, Yusmaharani, Hariani Ratih, Rini. (2022). Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Remaja Putri tentang Mengatasi Dismenorea. Journal of Midwifery Science, 6(2). https://doi.org/10.36341/jpmis.v6i2.2531.

PENANGANAN DISMENORE PRIMER

Revianti, D., & Yanto, S. (2021). Prevalensi Dismenorhea di Kalangan Remaja Putri. Jurnal Kesehatan dan Kebidanan, 4(2), 40-47.

Rini, S. (2022). Pendidikan Kesehatan untuk Remaja: Strategi dan Implementasi. Jurnal Pendidikan dan Kesehatan, 9(1), 50-58.

Saputri, N., Andar, S., Astuti, P., & Rizky, A. W. (2022). HUBUNGAN TINGKAT

Sarumaha, T. (2021). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Penanganan Dismenore di SMPN 1 Gunungsitoli Alo’oa Kecamatan Gunungsitoli Alo’oa Kota Gunungsitoli. Politeknik

Kesehatan Kemenkes Medan.

Susan Amelia, W. (2024). HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP TERHADAP PENANGANAN DISMENORE. Jurnal 'Aisyiyah Medika, 9(1), 250–257.

Wahyuni, D. (2020). Efektivitas Pendidikan Kesehatan dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 12(2), 145-152.

Wardoyo, Sella Berliana, and Ana Setyorini. 2021. "Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Dan Penanganan Dismenorea". Carolus Journal of Nursing, Vol 3 No 2.

WHO. (2022). Dismenorrhea Adolescent. http://www.who.int.com. diakses 2 Februari 2022.

Widyanthi, N. M., Resiyanthi, N. K. A., & Prihatiningsih, D. (2021). Gambaran Penanganan Dismenorea Secara Non Farmakologi Pada Remaja Kelas X Di Sma Dwijendra Denpasar. Jurnal Inovasi Penelitian, 2(6), 1745–1756.

Widyastuti, T. (2021). Stigma dan Kesadaran tentang Dismenorhea di Kalangan Remaja. Jurnal Kesehatan Reproduksi, 5(2), 20-28.

Zahroh dan Rofiqoh Firdausi. (2022). Penggunaan Media Audio Visual Untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa. Jurnal Pendidikan Ibtidaiyah. Volume 4 No 1.

Zorena, K. (2020). Peran Keluarga dalam Pendidikan Kesehatan Remaja. Jurnal Keluarga Sehat, 3(1), 10-18.