

PERBEDAAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG DISMENORE PADA SISWI SMP ISLAM SUDIRMAN BANYUBIRU

Eny Ruth Sinaga¹⁾, Heni Hirawati Pranoto²⁾

¹⁾Fakultas Kesehatan, Univesitas Ngudi Waluyo

²⁾Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo

Email: sinagaeny14@gmail.com

ABSTRAK

Pada umumnya remaja sering mengalami dismenore yang disebabkan oleh kontraksi rahim akibat ada rangsangan oleh prostaglandin. Beberapa remaja putri yang mengalami dismenore dapat mengatasinya, bahkan ada yang hanya dibiarkan saja karena masih kurangnya memperoleh informasi mengenai *dysmenorrhea*. Pendidikan kesehatan terutama tentang dismenore belum banyak dilakukan di Indonesia dan tidak tercakup dalam kurikulum sekolah. Upaya untuk meningkatkan pengetahuan bisa melalui pendidikan kesehatan. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan, tentang dismenore. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, desain dari penelitian ini menggunakan *Quasi Experiment Design* yang berbentuk rancangan *One Group Pre-Post Test*. Populasi dan sampel peneltian ini berjumlah 36 orang dan Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling, sampel sama dengan jumlah populasi. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dan juga video pembelajaran tentang dismenore. Hasil yang didapatkan nilai rata-rata sebelum diberikan pendidikan kesehatan yaitu, 11,17 dan nilai rata rata sesudah diberikan sebesar 17,58. Diperoleh hasil uji Paired T test sig (2-tailed) $P < 0,000 / (0,05)$ maka didapatkan Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Dismenore. Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu terdapat perbedaan yang signifikan terhadap pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Dismenore Pada Siswi SMP Islam Sudirman Banyubiru. Pendidikan kesehatan tentang Dismenore sebaiknya diberikan kepada remaja melalui sekolah & posyandu remaja sehingga setiap remaja memiliki pemahaman yang baik tentang Dismenore.

Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan, Pengetahuan, Dismenore

ABSTRACT

In general, adolescents often experience dysmenorrhea caused by uterine contractions due to stimulation by prostaglandins. Some young women who experience dysmenorrhea can handle it, and some are even just left alone because there is still a lack of information about dysmenorrhea. Health education, especially about dysmenorrhea, has not been widely carried out in Indonesia and is not included in the school curriculum. Efforts to increase knowledge can be through health education. The purpose of this study was conducted to determine differences in knowledge of young women before and after health education about dysmenorrhea. This research is a quantitative research, the design of this study uses a Quasi Experiment Design in the form of a One Group Pre-Post Test design. The population and sample of this research are 36 people and the sampling technique used is total sampling, the sample is equal to the total population. The instruments used were questionnaires and learning videos about dysmenorrhea. The results obtained were that the average value before being given health education was 11.17 and the average value after being given was 17.58. The results of the Paired T test sig (2-tailed) $P < 0.000 / (0.05)$ obtained the difference in knowledge of young women before and after being given health education about dysmenorrhea. The conclusion in this study is that there is a significant difference in the knowledge of young women before and after being given health education about dysmenorrhea in Sudirman Banyubiru Islamic Middle School students. Health education about Dysmenorrhea should be provided to adolescents through schools & youth Posyandu so that every youth has a good understanding of Dysmenorrhea.

Keywords: Health Education, Knowledge, Dysmenorrhea

PENDAHULUAN

Salah satu periode penting dari perkembangan manusia ialah masa remaja.

Pada masa ini banyak perubahan atau peralihan masa dari kanak kanak yang meliputi perubahan psikologik, biologic,

serta sosial dari manusia. Perkiraan sebanyak 90% wanita di Indonesia mengalami nyeri haid, akan tetapi tidak melaporkan ke pelayanan kesehatan (Zuhrotunida et al., 2022). Berdasarkan data dari profil Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2017 jumlah remaja putri usia 10-19 tahun sebanyak 2.899.120 jiwa. Sedangkan yang mengalami dismenore di provinsi Jawa Tengah tahun sebanyak 1.465.876 jiwa (Husna & Mindarsih, 2018).

Secara umum wanita pada usia remaja sering mengalami kondisi ini. Nyeri pada dismenore disebabkan oleh kontraksi rahim sebagai akibat adanya rangsangan oleh prostaglandin. Nyeri makin terasa saat potongan jaringan dari lapisan rahim melewati serviks (leher rahim), apalagi jika saluran serviks sempit. Dismenore terbagi menjadi dua yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder (Natalia Manafe et al., 2021).

Banyak faktor yang mempengaruhi remaja putri dalam mengatasi dismenore diantaranya pengetahuan, lingkungan, motivasi, keluarga dan sebagai hasil penggunaan panca inderanya, yang berbeda sekali dengan kepercayaan atau *beliefs*, tahayul dan penerangan-penerangan yang keliru atau *missing information*. Seorang remaja yang mempunyai pengetahuan yang baik tentang dismenore, maka dapat mempengaruhi remaja tersebut dalam mengatasi dismenore. Dengan pengetahuan yang baik tentang dismenore dan cara mengatasinya, sehingga remaja putri tidak perlu khawatir dan dapat mengatasi dismenore tersebut serta aktivitasnya tidak terganggu (Saputra et al., 2021).

Remaja putri membutuhkan informasi atau pendidikan tentang proses dan kesehatan selama menstruasi, terutama sindrom premenstruasi beserta penanganannya. Remaja putri akan mengalami kesulitan menghadapi menstruasi jika sebelumnya mereka belum pernah mengetahui atau membicarakannya baik dengan teman sebaya atau dengan ibu atau keluarga. Namun tidak selamanya ibu dapat memberikan informasi tentang menstruasi karena terhalang tradisi yang menganggap tabu untuk membicarakan tentang menstruasi, sehingga akan mempengaruhi terhadap kualitas kesehatan

selama menstruasi pada remaja (Husna & Mindarsih, 2018).

Pendidikan kesehatan reproduksi belum banyak dilakukan di Indonesia. Pendidikan kesehatan reproduksi tidak tercakup di dalam kurikulum sekolah seperti yang direkomendasikan oleh WHO, karena adanya konflik antara nilai tradisi Indonesia dengan globalisasi kebarat-baratan yang dianggap muncul seiring adanya pendidikan kesehatan reproduksi. Kurangnya pengetahuan turut menjadi faktor penyebab remaja putri mengalami derajat *dismenore* primer (Noverianti et al., 2022).

Dismenore sendiri dapat memicu terjadinya hambatan dalam aktivitas belajar mengajar, tidak memperhatikan pemahaman yang diberikan oleh guru, serta kecenderungan tidur di kelas saat kegiatan belajar mengajar yang berpengaruh terhadap prestasi akademik ataupun non akademik. Banyak mahasiswa yang mengeluh dan tidak masuk saat sedang menstruasi. Dampak yang paling buruk yaitu adanya keterbatasan fisik yang mengakibatkan tidak bisa berkonsentrasi saat sedang belajar (Wulandari et al., 2018).

Upaya untuk meningkatkan pengetahuan dapat dilakukan melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan adalah upaya yang dapat mempengaruhi orang lain, baik secara individu, kelompok maupun masyarakat sehingga dapat melakukan apa yang diharapkan oleh orang yang telah memberikan pendidikan kesehatan. Untuk membantu keberhasilan pendidikan kesehatan maka dibutuhkan alat bantu (media). Penggunaan media dalam pembelajaran sangatlah penting karena dapat memudahkan dalam menerima materi, tetapi dalam menggunakan media, kita harus mengetahui karakteristik tersebut sebelum dipilih dan digunakan dalam suatu konseling agar tujuan yang diharapkan dapat tercapai. Media pendidikan kesehatan dapat berupa leaflet, brosur, media video, ataupun berupa komik (Umami et al., 2022).

Media leaflet masih kurang efektif dalam penyampaian. Leaflet dikatakan masih kurang efektif karena untuk di situasi sekarang banyak remaja yang kurang berminat dengan leaflet, dan beberapa remaja bahkan tidak membaca leaflet yang telah diberikan, melainkan dibuang begitu saja, karena dianggap kurang menarik. Salah

satu media yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan adalah menggunakan media audio visual. Media audio visual sebagai media alternatif yang dapat memberikan ketertarikan pada remaja karena dalam penyampaian materinya menggunakan video sehingga tidak membosankan dan dapat memberikan dampak yang baik setelah dilakukan penyuluhan. Selain itu video juga memiliki unsur audio (suara) dan visual gerak (gambar bergerak) serta kemudahan untuk mengulang video (replay) dan cara menyajikan informasi secara terstruktur menjadikan video termasuk salah satu media yang dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam memahami sebuah konsep sehingga meningkatkan motivasi belajar (Cahyaningtias & Ridwan, 2021).

Hasil dari studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti di SMP Islam Sudirman Banyubiru terdapat sebanyak 16 siswi putri kelas VII, 12 siswi putri kelas VIII dan 12 siswi putri kelas XI jadi total seluruh siswi putri disekolah tersebut sebanyak 40 siswi. Kemudian peneliti melakukan wawancara kepada 10 orang siswi, yang sudah mengalami menstruasi didapatkan bahwa 8 siswi yang mengalami *dismenore*, akan tetapi 8 siswi tersebut tidak mengetahui apa itu *dismenore*. Pendidikan kesehatan dibutuhkan untuk memberikan informasi yang dapat mempengaruhi pengetahuan remaja putri agar remaja yang mengalami *dismenore* dapat menanganinya dengan baik sehingga aktivitas mereka tidak

terganggu saat menstruasi karena *dismenore*. Hal ini juga dapat meningkatkan kesehatan reproduksi tentang *dismenore*. Berdasarkan uraian diatas maka hal ini menjadikan peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang *Dismenore* Pada Siswi SMP Islam Sudirman Banyubiru”

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan pendekatan *Quasi/Experiment Design* yang berbentuk rancangan *One Group Pre-Post Test*. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Islam Sudirman Banyubiru, pada tanggal 25 Januari 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh jumlah siswi perempuan di SMP Islam Sudirman Banyubiru yaitu sebanyak 36 orang siswi perempuan. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 36 orang dengan menggunakan Teknik pengambilan sampel yaitu total sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan data primer. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner dan media yang digunakan ialah power point dan video pembelajaran. Hasil penelitian analisis bivariat menggunakan Uji Paired T Test yang sebelum dilakukan uji Normalitas data menggunakan Uji Shapiro- Wilk.

HASIL

1. Karakteristik responden berdasarkan umur remaja putri

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Responden Umur Responden di SMP Islam Sudirman Banyubiru (n=36)

Karakteristik Responden		N	%
Umur	11 Tahun	1	2,8%
	12 Tahun	4	11,1%
	13 Tahun	17	47,2%
	14 Tahun	4	11,1%
	15 Tahun	6	16,7%
	16 Tahun	2	5,6%
	17 Tahun	1	2,8%
	18 Tahun	1	2,8%
Total		36	100%

Berdasarkan table 1 dapat dilihat bahwa berdasarkan karakteristik umur responden didapatkan dengan mayoritas umur 13 tahun sebanyak 17 orang (47,2%), untuk umur 11 tahun sebanyak 1 orang (2,8%), umur 12 tahun sebanyak 4 orang (11,1%),

umur 14 tahun sebanyak 4 (11,1%), umur 15 tahun sebanyak 6 orang (16,7%), umur 16 tahun sebanyak 2 orang (5,6%), umur 17 tahun sebanyak 1 orng (2,8%), dan umur 18 tahun sebanyak 1 orang (2,8%).

2. Analisis Univariat

- a. Pengetahuan Remaja Sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Dismenore Hasil analisis ini untuk mendapatkan pengetahuan remaja sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan tentang dismenore

Tabel 2

Pengetahuan Siswi SMP Tentang Dismenore Sebelum (Pre-Test) Diberikan Pendidikan Kesehatan di SMP Islam Sudirman Banyubiru

Pretest (sebelum)	N	Mean	Min	Max	Std. Deviation
	36	11,17	8	15	1.935

Berdasarkan tabel 2 Pengetahuan Siswi Kelas VII-IX Tentang Dismenore Sebelum (Pre-Test) Diberikan Pendidikan Kesehatan Di SMP Islam Sudirman Banyubiru diperoleh jawaban sebagai

berikut. Dari 36 siswi didapatkan rata rata (mean) sebesar 11,17 dengan nilai min sebesar 8 dan max di angka 15, serta untuk standar deviation didapatkan hasil yaitu 1.935.

Tabel 3

Pengetahuan Siswi SMP Tentang Dismenore Setelah (posttest) Diberikan Pendidikan Kesehatan

Posttest (Sesudah)	N	Mean	Min	Max	Std. Deviation
	36	17,58	15	20	1.360

di SMP Islam Sudirman Banyubiru

Berdasarkan Tabel 3 Pengetahuan Siswi Kelas VII-IX Tentang Dismenore Setelah (posttest). Diberikan Pendidikan Kesehatan Di SMP Islam Sudirman Banyubiru diperoleh jawaban sebagai berikut. Hasil dapat dilihat bahwa dari 36 siswa diperoleh nilai rata rata setelah diberikan pendidikan kesehatan bertambah

menjadi 17,58 dengan nilai min sebesar 15 dan nilai max 20 serta nilai standard deviation didapatkan 1.360. Dapat dilihat bahwa pemberian pendidikan kesehatan ternyata dapat menambah pengetahuan remaja putri.

b. Analisis Bivariat

Tabel 4

Hasil Uji Perbandingan Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah diberikan pendidikan kesehatan Tentang Dismenore Pada Siswi SMP Islam Sudirman Banyubiru

Pengetahuan	N	Mean	P
Sebelum (Pretest)	36	11,17	0,000
Sesudah (Posttest)	36	17,58	

Berdasarkan Tabel 4 Hasil Uji perbandingan untuk melihat Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore Pada Siswi SMP Islam Sudirman Banyubiru. Dapat dilihat bahwa N adalah jumlah sampel yaitu 36 siswi dan nilai Mean (nilai rata- rata) pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 11,17 dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan nilai Mean (nilai rata-rata) meningkat menjadi 17,58. Terlihat perbedaan setelah diberikan pendidikan kesehatan yang meningkat sebanyak 6,41. Diperoleh hasil uji Paired T test sig (2-tailed) P Value 0,000 $p < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak, yang berarti ada Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan

Tentang Dismenore Pada Siswi Smp Islam Sudirman Banyubiru.

PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

- a. Pengetahuan Remaja Sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Dismenore

Hasil distribusi tersebut dapat dilihat bahwa kondisi pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan sebagai berikut didapatkan rata rata (mean) sebesar 11,17 dengan nilai min sebesar 8 dan max di angka 15, serta untuk standar deviation didapatkan hasil yaitu 1.935 merupakan hasil yang masih tergolong kurang. Pengetahuan yang kurang ini dapat disebabkan oleh masih kurangnya informasi tentang dismenore yang diterima remaja putri baik dari lingkungan sekolah

maupun non sekolah. Selain itu, sumber informasi yang rentan sulit didapatkan mengingat bahwa pemberian pendidikan kesehatan reproduksi terutama tentang dismenore masih kurang di tiap sekolah. Bukan hanya itu tenaga – tenaga kesehatan di daerah jarang memberikan pendidikan kesehatan ke sekolah.

Pemberian pendidikan kesehatan dengan metode ceramah serta media video pembelajaran dan tanya jawab dapat dimengerti dan dipahami responden. Keingintahuan responden mengenai upaya dismenore dirasakan oleh responden sebagai suatu hal yang tabu dan malu untuk diceritakan namun sebagai suatu hal yang dibutuhkan sehingga meningkatkan antusias mereka dalam mendengarkan pendidikan kesehatan.

Penelitian ini juga selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fitri et al., 2022) hasil yang didapat dengan adanya pendidikan kesehatan terhadap remaja putri tentang dismenore dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri terhadap dismenore yaitu dari rata rata 76,37 yang meningkat menjadi 88,33.

Hasil diatas dapat membuktikan bahwa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang dismenore.

2. Analisis Bivariat

Berdasarkan Tabel 4 Hasil Uji perbandingan untuk melihat Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore Pada Siswi SMP Islam Sudirman Banyubiru. Dapat dilihat bahwa N adalah jumlah sampel yaitu 36 siswi dan nilai Mean (nilai rata-rata) pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 11,17 dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan nilai Mean (nilai rata-rata) meningkat menjadi 17,58. Terlihat perbedaan setelah diberikan pendidikan kesehatan yang meningkat sebanyak 6,41. Diperoleh hasil uji Paired T test sig (2-tailed) P Value 0,000 $p < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak, yang berarti ada Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Dismenore Pada Siswi Smp Islam Sudirman Banyubiru.

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan salah satunya dalam bidang kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan upaya penambahan pengetahuan melalui teknik praktik belajar yang bertujuan untuk mengubah atau mempengaruhi perilaku manusia baik secara individu, kelompok maupun masyarakat untuk meningkatkan kesadaran akan nilai kesehatan sehingga dapat berperilaku hidup sehat (Hanafi & Isfaizah, 2022)

Media video salah satu macam media elektronik. Sebagian bahan ajar non cetak, video dapat menambah dimensi baru dalam pembelajaran, responden tidak hanya melihat gambar dari bahan ajar cetak dan suara dari program audio, tetapi di dalam video responden dapat memperoleh keduanya, yaitu gambar bergerak beserta suara yang menyertainya. (Notoatmodjo, 2013).

Langkah penting dalam pendidikan kesehatan adalah dengan membuat pesan yang disesuaikan dengan sasaran termasuk dalam pemilihan media, intensitasnya dan lamanya penyampaian pesan. Penyampaian informasi dipengaruhi oleh metode dan media yang digunakan yang mana metode dan media penyampaian informasi dapat memberikan efek yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, metode penyampaian informasi merupakan satu faktor yang mempengaruhi suatu hasil penyampaian informasi secara optimal (Pratiwi & Hirawati, 2022).

Menurut asumsi peneliti dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan sebelum dilakukannya pendidikan kesehatan tentang dismenore rata rata nilai Mean dari pretest yaitu 11,17, yang menandakan bahwa sebenarnya sebagian dari siswi SMP sudah tidak asing lagi dengan dismenore (nyeri haid) atau yang biasa dikenal masyarakat sebagai senggugutan. Sehingga, setelah dilakukannya penyuluhan tentang dismenore diperoleh peningkatan nilai rata rata pengetahuan siswi menjadi 17,58. Hal ini dapat terjadi dengan penggunaan media yang menarik dan cara penyampaian informasi yang dibuat menarik, yaitu dalam bentuk slide power point serta menampilkan video yang menjelaskan tentang dismenore. Sehingga dapat

membuat siswi tertarik memperhatikan dan menjadi lebih ingin tahu tentang dismenore serta lebih memahami apa itu dismenore.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmawati, 2022) mengenai Pengaruh Pemberian Penyuluhan Kesehatan Dengan Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore Di SMA Muhammadiyah 1 Karanganyar didapatkan Hasil penelitian didapatkan dari 56 responden. Hasil uji statistik Wilcoxon menunjukkan $p\text{-value}=0,000$ ($p\text{ value} < 0,05$) sehingga H_a dapat diterima dan hasil uji statistik Mann-Whitney menunjukkan $p\text{-value}= 0,000 < 0,05$ sehingga H_a dapat diterima. Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pemberian penyuluhan kesehatan dengan media audio visual berpengaruh terhadap pengetahuan remaja putri tentang *dysmenorrhea* di SMA Muhammadiyah 1 Karanganyar.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan pengetahuan sebelum diberikan intervensi dari 36 siswi didapatkan mean sebesar 11,17 dengan nilai min sebesar 8 dan max di angka 15. Pengetahuan siswi setelah diberikan intervensi sebagai berikut dari 36 siswa diperoleh mean setelah diberikan pendidikan kesehatan bertambah menjadi 17,58 dengan nilai min sebesar 15 dan nilai max 20. Hasil uji Paired T test sig (2-tailed) $P\ 0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak, yang berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenore pada siswi SMP Islam Sudirman Banyubiru.

Saran

Diharapkan dengan diberikan pendidikan kesehatan mengenai dismenore (nyeri haid) ini dapat membantu siswi dalam memperoleh suatu informasi dan menambah wawasan siswi tentang dismenore (nyeri haid). Diharapkan lebih menambah sumber perpustakaan mengenai dismenore (nyeri haid) serta mengenai pengetahuan sehingga peserta didik lulusan mampu memberikan konseling yang baik bagi semua orang khususnya pada siswi sehingga mereka

mampu mengatasi dismenore (nyeri haid) dengan baik.

Diharapkan dengan penelitian yang telah dilakukan ini dapat menambah informasi, juga dapat menjadi bahan perbandingan untuk penelitian selanjutnya dan dapat meneliti lebih lanjut tentang faktor resiko tentang dismenore

DAFTAR PUSTAKA

- Asih, Fauziah. *Pengaruh Penyuluhan Tentang Dysmenorrhea Dengan Pengetahuan Penanganan Dysmenorrhea Siswi Kelas X-Xi Madrasah Aliyah Swasta Al-Amiin Kp.Pajak Kec.Na Ix-X Kab. Labuhanbatu Utara Tahun 2019*. Institut Kesehatan Helvetia. 2019
- de Sanctis, V., Soliman, A. T., Daar, S., di Maio, S., Elalaily, R., Fiscina, B., & Kattamis, C. (2020). *Prevalence, attitude and practice of self-medication among adolescents and the paradigm of dysmenorrhea self-care management in different countries. In Acta Biomedica (Vol. 91, Issue 1, pp. 182–192)*. Mattioli 1885.
<https://doi.org/10.23750/abm.v9i11.9242>. 2020
- Fitri, Liani M, dkk. *Perbedaan Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah diberikan Penyuluhan tentang Dismenore*. Majalah Kesehatan Indonesia. 2022
- Gomaa Awad, A., Mohamad Youness, E., Abd el aziam Mohmed, H., Nursing, in, Obstetrics and Gynecology Nursing, P., Nursing, F., Assuit, U., & Women's Health and Midwifery Nursing, P. (n.d.). *Assessment of Knowledge, Attitudes and Behavior of Young Women About Dysmenorrhea. In Scientific Journal of Nursing Minia (Print Issue 4)*. 2019
- Hanafi, Hesti dan Isfaizah. 2022. *Peningkatan Pengetahuan Remaja tentang seks pranikah dengan Pendidikan Kesehatan*. Universitas Ngudi Waluyo
- Hasanah, O., Riau, U., & Riau, U. (2019). *Gambaran Kejadian Dan*

- Manajemen Dismenore Pada Remaja Putri. *JOM FKp*, 5(2), 468–476.
- Noverianti, G., Carolin, B. T., & Dinengsih, S. (2022). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(1), 39–48.
<https://doi.org/10.37012/jik.v14i1.461>
- Cahyaningtiyas, V. P., & Ridwan, M. (2021). Efektivitas Penerapan Media Pembelajaran Interaktif terhadap Motivasi. *Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(2), 55.
<https://doi.org/10.31602/rjpo.v4i2.5727>
- Fitri, L. M., Sanjaya, R., Sulistiawati, Y., & Samsyuri, E. (2022). Perbedaan Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Tentang Dismenore. *Majalah Kesehatan Indonesia*, 3(1), 35–38.
- Hanafi, H., & Isfaizah. (2022). Peningkatan Pengetahuan Remaja tentang seks pranikah dengan Pendidikan Kesehatan. *Repository UNW*.
- Husna, F. H., & Mindarsih, E. (2018). *PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI TENTANG PENANGANAN DISMINOREA KELAS X DI SMKN 1 DEPOK SLEMAN YOGYAKARTA THE INFLUENCE OF HEALTH EDUCATION TO FEMALE STUDENTS' KNOWLEDGE LEVEL AND ATTITUDES TOWARDS DYSMENORRHEA TREATMENT IN THE TENTH GRADE OF STATE VOC*. 13(April), 25–36.
- Natalia Manafe, K., Adu, A. A., & N Ndun, H. J. (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>
- Noverianti, G., Carolin, B. T., & Dinengsih, S. (2022). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(1), 39–48.
<https://doi.org/10.37012/jik.v14i1.461>
- Pratiwi, N., & Hirawati, H. (2022). Perbedaan Pengetahuan Remaja Antara Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Tentang Kesehatan Reproduksi Melalui Jejaring Sosial (Whatsapp) Di Desa Mlati Lor. *Universitas Ngudi Waluyo*.
- Rahmawati, T. (2022). Pengaruh Pemberian Penyuluhan Kesehatan dengan Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenorea Di SMS Muhammadiyah 1 Karanganyar. *Univeritas Kusuma Husada Surakarta*.
- Saputra, Y. A., Kurnia, A. D., & Aini, N. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Upaya Remaja untuk Menurunkan Nyeri Saat Menstruasi (Dismenore Primer). *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(3), 177.
<https://doi.org/10.22146/jkr.55433>
- Umami, W. R., Faizah, Z., & Dwi Jayanti, R. (2022). The Effect of Audio Visual Media on Improving Knowledge Reproductive and Sexual Health Rights. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 6(3), 257–265.
<https://doi.org/10.20473/imhsj.v6i3.2022.257-265>
- Wulandari, A., Oswati, H., & Woferst, R. (2018). Gambaran Kejadian Dan Manajemen Dismenore Pada Remaja Putri. *JOM FKp*, 5(2), 468–476.
https://www.researchgate.net/profile/Oswati-Hasanah/publication/337647300_GAMBARAN_KEJADIAN_DAN_MANAJEMEN_DISMENORE_PADA_REMAJA_PUTRI_DI_KECAMATAN_LIMA_PULUH_KOTA_PKANBARU/links/5de1dab092851c83645491fe/GAMBARAN-KEJADIAN-DAN-MANAJEMEN-DISMENORE-PADA-REMA
- Zuhrotunida, Desiyanti, N., & Triani, D. (2022). Literature Review: Efektifitas Endorphin Massage Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Masa*

Depan, 1(2), 109–123.

Wijesiri, H. S. M. S. K., & Suresh, T. S.
(2013). Knowledge and attitudes
towards dysmenorrhea among
adolescent girls in an urban school
in Sri Lanka. *Nursing and Health
Sciences*, 15(1), 58–64.
[https://doi.org/10.1111/j.1442-
2018.2012.00736.x](https://doi.org/10.1111/j.1442-2018.2012.00736.x)