

**PENGARUH EDUKASI KESEHATAN DENGAN MEDIA AUDIO VISUAL
TERHADAP MEKANISME KOPING DALAM MENGATASI *DYSMENORRHEA*
PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 6 SALATIGA**

Novia Intan Rachmadhani¹⁾, Aria Nurahman Hendra Kusuma²⁾ Dian Nur Wulanningrum³⁾

¹⁾Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta
email: rnoviaintan@gmail.com

^{2,3)}Dosen Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta

Abstrak

Latar Belakang: Siswi yang mengalami menstruasi harus memiliki mekanisme koping efektif dalam menghadapi *dysmenorrhea* primer agar dapat beradaptasi dengan segala perubahan yang terjadi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengidentifikasi karakteristik responden, mengetahui mekanisme koping adaptif dan maladaptif sebelum dan sesudah pemberian edukasi kesehatan serta mengetahui seberapa besar pengaruh edukasi kesehatan dengan media audio visual terhadap mekanisme koping dalam mengatasi *dysmenorrhea* primer pada remaja putri di SMP Negeri 6 Salatiga.

Metodologi Penelitian: Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian *pre eksperimental* serta rancangan *one group pre test and posttest*. Populasi pada penelitian ini adalah 280 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *stratified sampling* sejumlah 75 responden.

Hasil Penelitian: Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan karakteristik usia responden bahwa rata-rata usia responden 13 tahun, rata-rata usia *menarche* responden saat berusia 11 tahun, siklus menstruasi sebagian besar responden tidak teratur. Karakteristik durasi menstruasi sebagian besar responden mengalami menstruasi <7 hari. Diketahui bahwa hasil uji statistik menggunakan Mc Nemar didapatkan *p-value* $0,000 < 0,05$.

Kesimpulan: Pengaruh yang signifikan dalam pemberian edukasi kesehatan dengan media audio visual terhadap mekanisme koping dalam mengatasi *dysmenorrhea* primer pada remaja putri di SMP Negeri 6 Salatiga namun tentu terdapat keterbatasan yang dihadapi selama proses penelitian yaitu rendahnya peningkatan mekanisme koping dari sebelum intervensi dan sesudah intervensi yang diharapkan dapat ditingkatkan pada penelitian selanjutnya.

Kata kunci : Edukasi Kesehatan, Audio Visual, Mekanisme Koping, *Dysmenorrhea* primer

Daftar Pustaka : 14 (2017-2024)

NURSING STUDY PROGRAM OF UNDERGRADUATE PROGRAMS
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
UNIVERSITY OF KUSUMA HUSADA SURAKARTA

2024

**THE EFFECTS OF AUDIO-VISUAL HEALTH EDUCATION ON COPING
MECHANISMS FOR MANAGING PRIMARY DYSMENORRHEA IN
ADOLESCENT GIRLS AT SMP NEGERI 6 SALATIGA**

Novia Intan Rachmadhani¹⁾, Aria Nurahman Hendra Kusuma²⁾ Dian Nur Wulanningrum³⁾

¹⁾Student of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of Kusuma
Husada Surakarta

Email: rnoviaintan@gmail.com

^{2,3)} Lecturer of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of Kusuma
Husada Surakarta

Abstract

Background: Menstruating adolescents should develop effective coping strategies to manage primary dysmenorrhea, thereby enabling them to adapt to the physiological changes associated with this condition. The study aimed to examine the demographic characteristics of the participants, assess both adaptive and maladaptive coping mechanisms employed before and following the implementation of a health education program, and evaluate the impact of health education delivered through audio-visual media on these coping mechanisms among female students at SMP Negeri 6 Salatiga.

Research Methodology: The investigation employed a quantitative approach with a pre-experimental research method, using a group pre-test and post-test design. The population involved 280 respondents, and sampling was accomplished utilizing a stratified sampling technique for 75 respondents.

Research Results: The findings indicated that the participants had an average age of 13 years, with the mean age of menarche at 11 years. A significant proportion of the respondents exhibited irregular menstrual cycles, with a menstrual duration typically lasting less than seven days. Statistical analysis employing the McNemar test yielded a p-value of $0.000 < 0.05$.

Conclusion: Providing health education through audio-visual media significantly enhances coping mechanisms in overwhelming primary dysmenorrhea among female students at SMP Negeri 6 Salatiga. However, this study encountered certain limitations, particularly concerning enhancing coping mechanisms both before and after the intervention. Future research should address and mitigate these limitations.

Keywords: Audio-visual, Coping Mechanism, Health Education, Primary Dysmenorrhea

Bibliography: 14 (2017-2024)

Translated by Bambang A Syukur, M.Pd.

HPI-01-20-3697

A. PENDAHULUAN

Remaja dikategorikan menjadi 3 (tiga) tahap yaitu remaja awal, remaja pertengahan dan remaja akhir. Remaja awal yaitu usia 10-13 tahun dimana pada masa ini remaja mengalami pubertas sehingga perlu upaya preventif guna mencegah resiko penyakit. Remaja pertengahan yaitu usia 14-17 tahun dengan mengalami perubahan fisik sudah matang dengan masa menstruasi yang semakin teratur. Remaja akhir yaitu usia 18-21 tahun dimana remaja sudah mencapai batas maksimal, emosional lebih terkendali serta kematangan diri remaja semakin terbentuk (Hamidah & Rizal, 2022)

Masa remaja sering disebut masa pubertas ditandai dengan berbagai perubahan fisiologis, psikologis, mental, emosional, dan sosial (Suryana dkk, 2022). Pada perempuan terdapat banyak perubahan fisiologis khas yang terjadi. Salah satu contoh tanda keremajaan secara fisiologis yang muncul adalah mengalami menstruasi. Pada masa menstruasi, remaja mengalami berbagai bentuk gangguan, salah satunya adalah terjadinya *dysmenorrhea* primer (Selyani dkk. 2022).

Siswi yang mengalami menstruasi harus memiliki mekanisme koping efektif dalam menghadapi *dysmenorrhea* agar dapat beradaptasi dengan setiap perubahan yang terjadi. Mekanisme koping adalah cara seseorang dalam menyelesaikan suatu masalah, beradaptasi terhadap perubahan, juga merespon situasi yang mengancam. Mekanisme koping secara umum terbagi dalam 2 (dua) kategori yakni mekanisme koping adaptif dan mekanisme koping maladaptif (Karlinda dkk. 2022). Terdapat mekanisme koping adaptif untuk mengatasi nyeri haid yaitu menggunakan terapi farmakologi yang diobati dengan *nonsteroid anti-inflammation drugs* (NSID) seperti ibuprofen dan naproxen, dan untuk terapi nonfarmakologis dengan yoga, hipnoterapi, latihan pernafasan dan SEFT (Adhistry, 2023).

Mekanisme koping maladaptif mayoritas berperilaku tindakan yang tidak terencana, marah-marah dan melarikan diri. Hal tersebut harus segera ditangani melalui upaya preventif peningkatan mekanisme koping melalui edukasi kesehatan yang akan diberikan kepada remaja (Harahap, Haslinah dan Pasaribu, 2023)

Penelitian yang dilakukan (Desiani dkk, 2022) mengatakan bahwa sebelum dilakukan pemberian edukasi kesehatan upaya penanganan *dysmenorrhea* perilaku remaja menunjukkan skor baik 8 responden (6,3%) cukup 88 responden

(69,8%) dan memiliki perilaku kurang 30 responden (23,8%).

Hal yang dapat dilakukan untuk memecahkan masalah tersebut dengan memberikan edukasi kesehatan mengenai mekanisme koping dalam mengatasi *dysmenorrhea* untuk mencegah terjadinya penurunan produktivitas belajar remaja yang mengalami *dysmenorrhea*.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan 11,13 dan 15 Juni 2024 di SMP Negeri 6 Salatga. Desain penelitian yang digunakan adalah Penelitian *Pre Eksperimental* dengan rancangan *one group pretest and posttest*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 280 remaja putri yang berada di kelas VII dan VIII SMP Negeri 6 Salatiga. Sebanyak 75 siswi di SMP Negeri 6 Salatiga dijadikan sampel yang dapat mewakili seluruh populasi dengan menggunakan *stratified sampling*.

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner mekanisme koping *dysmenorrhea* primer yang dilakukan uji validitas dan reliabilitas di SMP Negeri 10 Salatiga. Hasil uji validitas dan reliabilitas menunjukkan total 17 dari 25 pernyataan teruji valid dan reliabel dengan hasil uji validitas 1 dan nilai reliabilitas $0.646 > 0.60$.

Analisa univariat dalam penelitian ini adalah usia, usia *menarche*, siklus menstruasi dan durasi menstruasi dengan mencantumkan nilai *mean*, *median*, *modus* dan *standar deviasi* serta tabulasi silang dengan hasil pretest dan posttest. Penelitian ini menggunakan uji normalitas dengan *kolmogorov smirnov* dengan hasil data sig. 0,000 artinya data tidak terdistribusi normal. Selanjutnya data dapat diolah dengan menggunakan uji hipotesis komparatif kategorik berpasangan yaitu uji Mc Nemar. Uji *Ethical Clearance* dilakukan di RSUD Dr. Moewardi Surakarta dengan No. 928/IV/HREC/2024.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini didapatkan hasil yang meliputi:

1. Usia Remaja

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan usia remaja (n=75)

	Mean	Median	Mode	Std. Dev	Min	Maks
10-13 th	12.89	13.00	13	.311	12	13

Tabel 2. Tabulasi silang usia remaja terhadap mekanisme koping

	Sebelum intervensi			Sesudah intervensi		
	Mal adaptif	Adaptif	n	Mal adaptif	Adaptif	n
12 Th	8	0	8	5	3	8
13 Th	67	0	67	49	18	67

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil penelitian bahwa rata-rata usia responden yaitu 12.89 dengan median usia 13 tahun yang menjadi usia terbanyak dan tertinggi pada penelitian ini serta usia terendah yaitu 12 tahun dengan standar deviation 0.311.

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil *crosstab* mekanisme koping responden berusia 12 tahun sebelum intervensi maladaptif sebanyak 8 orang dan yang berusia 13 tahun sebanyak 67 orang. Kemudian mekanisme koping responden berusia 12 tahun sesudah intervensi maladaptif sebanyak 5 orang dan adaptif 3 orang, sedangkan berusia 13 tahun maladaptif sebanyak 49 orang dan adaptif sebanyak 18 orang.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Malfasari dkk, 2020), bahwa usia merupakan faktor utama yang dapat mempengaruhi mental emosional dalam menghadapi suatu masalah. Menurut (Ardyani & Komara, 2021) semakin cukup umur, maka tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir.

2. Usia Menarche

Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan usia remaja(n=75)

	Mean	Median	Mode	Std. Dev	Min	Maks
10-13 th	1.35	1.00	11	.830	0	13

Tabel 4. Tabulasi silang usia menarche terhadap mekanisme koping

	Sebelum intervensi			Sesudah intervensi		
	Mal adaptif	Adaptif	n	Mal adaptif	Adaptif	n
10 Th	11	0	11	10	1	11
11 Th	33	0	33	22	11	33
12 Th	25	0	25	16	9	25
13 Th	6	0	6	6	0	6

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil penelitian bahwa rata-rata usia *menarche* responden yaitu 11.35, median usia 11 tahun yang menjadi usia *menarche* terbanyak, usia *menarche* tertinggi pada usia 13 tahun dan terendah 10 tahun dengan standar deviation 0.830.

Berdasarkan tabel 4 hasil *crosstab* menunjukkan mekanisme koping responden sebelum intervensi dengan usia *menarche* 10 tahun maladaptif sebanyak 11 orang, 11 tahun maladaptif sebanyak 33 orang, 12 tahun maladaptif sebanyak 25 orang dan 13 tahun

maladaptif sebanyak 6 orang. Selanjutnya mekanisme koping responden sesudah intervensi dengan usia *menarche* 10 tahun maladaptif sebanyak 10 orang dan adaptif 1 orang, 11 tahun maladaptif sebanyak 22 orang dan adaptif 11 orang, 12 tahun maladaptif sebanyak 16 orang dan adaptif 9 orang sedangkan 13 tahun maladaptif sebanyak 6 orang.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Ningrum dkk, 2024), bahwa mekanisme koping siswi usia 10-12 tahun dalam menghadapi *menarche* sebagian besar menggunakan strategi *problem focused coping* artinya mengubah masalah yang dihadapi dan lingkungan disekitar yang menyebabkan tekanan menjadi lebih positif.

3. Siklus Menstruasi

Tabel 5. Karakteristik responden berdasarkan usia remaja(n=75)

	Mean	Median	Mode	Std. Dev	Min	Maks
Teratur	35	1.00	.00	1	.000	1
Tidak Teratur	40	.00	00	0	.000	0

Tabel 6. Tabulasi silang usia menarche terhadap mekanisme koping

	Sebelum intervensi			Sesudah intervensi		
	Mal adaptif	Adaptif	n	Mal adaptif	Adaptif	n
Teratur	35	0	35	25	10	35
Tidak teratur	40	0	40	28	12	40

Berdasarkan tabel 5 didapatkan hasil penelitian bahwa siklus menstruasi teratur sebanyak 35 responden dan siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 40 responden dengan standar deviation 0.000.

Berdasarkan tabel 6 hasil *crosstab* menunjukkan mekanisme koping responden sebelum intervensi dengan siklus menstruasi teratur maladaptif sebanyak 35 orang sedangkan tidak teratur maladaptif sebanyak 40 orang. Selanjutnya mekanisme koping responden sesudah intervensi dengan siklus menstruasi teratur maladaptif sebanyak 25 orang dan adaptif sebanyak 10 orang, sedangkan tidak teratur maladaptif sebanyak 28 orang dan adaptif sebanyak 12 orang.

Sejalan dengan pernyataan (Munir dkk, 2024), bahwa siklus menstruasi yang tidak teratur memiliki peluang lebih besar terhadap kejadian *dysmenorrhea* primer dibandingkan dengan siklus yang teratur. Secara teori pada (Damayanti dkk, 2022), siklus menstruasi memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat stress seseorang, jika

siklus menstruasi teratur tentu dapat mengurangi tingkat stress.

4. Durasi Menstruasi

Tabel 7. Karakteristik responden berdasarkan usia remaja(n=75)

	Mean	Median	Mode	Std. Dev	Min	Maks
<7 hr	54	.1.00	1.00	1	000	1
>7 hr	21	.00	.00	0	000	0

Tabel 8. Tabulasi silang usia menarche terhadap mekanisme koping

	Sebelum intervensi			Setelah intervensi		
	Mal adaptif	Adaptif	n	Mal adaptif	Adaptif	n
<7 hr	54	0	54	36	18	54
>7 hr	21	0	21	16	5	21

Berdasarkan tabel 7 didapatkan hasil penelitian bahwa rata-rata durasi menstruasi responden yaitu <7 hari sebanyak 54 responden dan >7 hari sebanyak 21 responden dengan standar deviation 0.452.

Berdasarkan tabel 8 hasil *crosstab* menunjukkan mekanisme koping responden sebelum intervensi dengan durasi menstruasi <7 hari maladaptif sebanyak 54 orang sedangkan >7 hari maladaptif sebanyak 21 orang. Selanjutnya mekanisme koping responden setelah intervensi dengan durasi menstruasi <7 hari maladaptif sebanyak 36 orang dan adaptif sebanyak 18 orang, sedangkan >7 hari maladaptif sebanyak 16 orang dan adaptif sebanyak 5 orang.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Rumampuk & Kundre, 2017), bahwa durasi menstruasi wanita normal berkisar 3-7 hari, jika seseorang mengalami gangguan durasi menstruasi maka dapat mengganggu fisik dan mental yang dapat menyebabkan kecemasan dan stress.

5. Pengukuran Edukasi Kesehatan Dengan Media Audio Visual Terhadap Mekanisme Koping Dalam Mengatasi *Dysmenorrhea* Primer Menggunakan Kuesioner Mekanisme Koping Sebelum Dan Sesudah Intervensi

Tabel 9. Mekanisme Koping sebelum dan sesudah intervensi

	Mean	Median	Mode	Std. Dev	Min	Maks
Sebelum intervensi	49.84	53.00	65	15.007	6	71
Sesudah intervensi	66.05	65.00	53	18.290	35	100

Berdasarkan tabel 9 didapatkan hasil penelitian bahwa rata-rata mekanisme koping responden sebelum intervensi 49.84 dengan standar deviation 15.007 terjadi peningkatan sesudah intervensi menjadi 66.05 dengan standar deviation

18.290 yang artinya terdapat nilai peningkatan sebanyak 16.21.

6. Analisis Pengaruh Edukasi Kesehatan Dengan Media Audio Visual Terhadap Mekanisme Koping Dalam Mengatasi *Dysmenorrhea* Primer Menggunakan Kuesioner Mekanisme Koping Sebelum Dan Sesudah Intervensi

Tabel 10. Hasil uji bivariat mengenai pengaruh edukasi kesehatan dengan media audio visual terhadap mekanisme koping dalam mengatasi *dysmenorrhea* primer menggunakan kuesioner mekanisme koping sebelum dan sesudah intervensi

Variabel	Sig (2-tailed)
Pre-post edukasi kesehatan terhadap mekanisme koping <i>dysmenorrhea</i> primer	0.000

Berdasarkan tabel 10 dapat diketahui bahwa didapatkan hasil *p value* $0.000 < 0.05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima artinya terdapat pengaruh yang signifikan dalam pemberian edukasi kesehatan dengan media audio visual terhadap mekanisme koping dalam mengatasi *dysmenorrhea* primer pada remaja putri di SMP Negeri 6 Salatiga.

Hasil pada penelitian ini sejalan dengan penelitian (Swastika, 2024) bahwa media audiovisual terdapat pengaruh dan efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan remaja putri terhadap SADARI dikarenakan media audiovisual lebih berfokus pada kedua indera yaitu pendengaran dan juga penglihatan karena saat penelitian menampilkan video gambar dan juga suara dimana informasi menjadi lebih mudah ditangkap oleh remaja putri di SMP Taruna Mandiri. Menurut peneliti, pemberian edukasi kesehatan dengan media audiovisual sangatlah efektif terhadap mekanisme koping remaja putri dalam mengatasi *dysmenorrhea* primer. Metode tersebut terbukti efektif dikarenakan pengetahuan seseorang bisa didapat dari indera penglihatan dan pendengaran sehingga lebih mudah menyimpulkan bagi yang menyimakinya namun dapat menjadi kendala apabila responden kurang memahami dari isi materi tersebut karena faktor internal (intelektual responden) dan faktor eksternal (lingkungan saat edukasi terjadi).

Namun dalam penelitian ini adapun keterbatasan peneliti yang dihadapi selama proses penelitian yaitu rendahnya peningkatan mekanisme koping dari sebelum intervensi dan sesudah intervensi dikarenakan faktor internal

seperti kemampuan responden dalam memahami isi materi, serta faktor eksternal seperti keadaan saat penelitian berlangsung yang menyebabkan responden kesulitan menyimak secara jelas informasi pada materi tersebut serta beberapa hal yang diluar kendali peneliti.

D. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

- a. Karakteristik Responden
Berdasarkan hasil penelitian didapatkan karakteristik usia responden bahwa rata-rata usia responden 13 tahun dengan standar deviation 0.311. Karakteristik usia menarche responden didapatkan bahwa rata-rata usia *menarche* responden saat berusia 11 tahun. Hasil karakteristik siklus menstruasi menunjukkan sebagian besar responden yaitu tidak teratur dengan standar deviation 0.502. Sedangkan karakteristik durasi menstruasi responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami menstruasi <7 hari.
- b. Mekanisme Koping sebelum intervensi
Berdasarkan penelitian didapatkan rata-rata mekanisme koping responden sebesar 49.84 dengan standar deviasi 15.007.
- c. Mekanisme Koping sesudah intervensi
Pada hasil penelitian, rata-rata mekanisme koping sesudah diberikan intervensi menjadi 66.05 dengan standar deviasi 18.290 yang artinya terjadi peningkatan mean sebesar 16.21 dan standar deviasi 3.283.
- d. Pengaruh yang signifikan dalam pemberian edukasi kesehatan dengan media audio visual terhadap mekanisme koping dalam mengatasi *dysmenorrhea* pada remaja putri di SMP Negeri 6 Salatiga dengan *p-value* $0,000 < 0,05$.

2. Saran

- a. Bagi Responden
Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman kepada remaja putri sebagai acuan untuk dapat memahami mekanisme koping adaptif dalam mengatasi *dysmenorrhea* primer.
- b. Bagi Keperawatan
Penelitian ini diharapkan dapat digunakan dan dikembangkan dalam pelayanan keperawatan sebagai upaya preventif guna mengontrol mekanisme koping dalam mengatasi *dysmenorrhea* primer pada pasien remaja putri dengan media audio visual.
- c. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang pentingnya mekanisme koping yang adaptif dalam mengatasi *dysmenorrhea* primer

d. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan bacaan bermanfaat bagi pengembangan wawasan dan ilmu pengetahuan mengenai pengaruh edukasi kesehatan dengan media audio visual terhadap mekanisme koping dalam mengatasi *dysmenorrhea* primer pada remaja putri guna mengembangkan mutu Pendidikan.

e. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebuah pengalaman dan bahan pengingat peneliti untuk selalu meningkatkan wawasan dan pengetahuan tentang banyak hal

f. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan dapat diterapkan dan meningkatkan kemampuan penelitian sebagai sumber informasi peneliti selanjutnya serta diharapkan dapat memodifikasi penelitian selanjutnya dari keterbatasan peneliti

DAFTAR PUSTAKA

- Adhity, Y. (2023). Edukasi Nyeri Haid (Disminore) Pada Usia Remaja Di SMP IT Abu Bakar Yogyakarta. *Dimaslia "Jurnal Pengabdian Masyarakat Mulia Madani Yogyakarta,"* 1(1), 2985–3869.
- Ardyani, B., Putri, G. (2021). Mekanisme Koping Pada Remaja di Desa Ragajaya Kecamatan Bojong Gede Kabupaten Bogor. *Indonesian Journal of Nursing Scientific,* 12 Vol. 1 No.1, 43-50.
- Damayanti, D., Adeline Trisus, E., Yunanti, E., Lydia Ingrid, B., & Panjaitan, T. (2022). Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Mahasiswa. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan,* Vol. 18(No. 2), 212–219. <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK>
- Desiani, N. K., Susanti, N. L. P. D., & Parwati, N. W. M. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan, Persepsi Dan Perilaku Remaja Putri Dalam Upaya Penanganan Dysminorea. *Jurnal Keperawatan Sumba,* 1, 15–24.
- Hamidah, S., & Rizal, M. S. (2022). Edukasi Kesehatan Reproduksi dan Perkembangan Remaja di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Kecamatan Gresik Kabupaten Gresik Jawa Timur. *Journal of*

- Community Engagement in Health, 5(2), 237–248.
<https://doi.org/10.30994/jceh.v5i2.384>
- Karlinda, B., Oswati Hasanah, & Erwin. (2022). Gambaran Intensitas Nyeri, Dampak Aktivitas Belajar, dan Koping Remaja yang Mengalami Dismenore. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 5(2), 128–137.
<https://doi.org/10.33369/jvk.v5i2.23310>
- Malfasari, E., Sarimah, R., Febtrina, R., Herniyanti, S., Payung, N., Pekanbaru, J., Tamtama, N., Timur, L. B., Sekaki, P., & Tim, L. B. (2020). Kondisi Mental Emosional Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, Volume 8(No.3), 241–245.
- Munir, R., Lestari Fitria, Zakiah, L., Kusmiati, M., & Anggun. (2024). Analisa Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Haid (Dismenore) Pada Mahasiswa Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, Vol. 2 No.1, 62–70.
- Rumampuk, J., Kundre, R., Studi, P., Keperawatan, I., Kedokteran, F., Sam, U., & Manado, R. (2017). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Regulasi Emosi Pada Mahasiswi Semester V Yang Mengalami Dismenore Di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi (Vol. 5, Issue 1).
- Selyani, F. A., Lestari, D. R., & Rachmawati, K. (2022). Hubungan Mekanisme Koping dengan Regulasi Emosi pada Remaja Putri yang Mengalami Dismenore (The Correlation of Coping Mechanism and Emotion Regulation on Teenage Girl with Dysmenorrhea). *Caring Nursing Journal*, 6 No.1, 10–17.
- Suryana, E., Hadikurniati, A.I., Harmayanti. A. A., Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. 8 Vol. 8, No. 3, 1917-1928.
- Swastika, K. P., Herliana, I., & Yuliza, E. (2024). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audio Visual Dan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan Dan Kemampuan Remaja Putri Dalam Melakukan SADARI Di SMP Taruna Mandiri Tangerang Selatan 2023. *Vitamin: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, 2(2).
<https://doi.org/10.61132/vitamin.v2i2.311>
- Wari Harahap, Y., Riana Pasaribu, A., Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, P., Aufa Royhan, U., Lumut, P., & Tengah, T. (2023). The Indonesian Journal of Health Promotion MPPKI Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia Mekanisme Koping dan Intensitas Nyeri Haid pada Remaja Putri di SMKN 1 Lumut Coping Mechanisms and Intensity of Menstrual Pain in Young Girls at SMKN 1 Lumut. 6(5).
<https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3>
- Ningrum, G. W., Triana, N. Y., & Murniati. (2024). Mekanisme Koping Siswi Usia 10-12 Tahun Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, Vol. 6(No. 5), 2265–2271.
<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>