**PENGARUH EDUKASI MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG *DISMENORE* DI SMPN 1 SUKODONO**

**SRAGEN**

Sri Purwanti1), Desy Widyastutik2), Rahajeng Putriningrum3)

1. Mahasiswa Universitas Kusuma Husada Surakarta
2. Dosen Jurusan Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta
3. Dosen Jurusan Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta

## Abstrak

Latar Belakang : Remaja adalah suatu masa peralihan dari anak – anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan atau perkembangn fisik, mental, sosial dan emosional.Salah satu tanda kematangan seksual reproduksi remaja putri adalah menstruasi. Pada saat menjelang mestruasi sebagian besar memiliki beberapa gangguan salah satu yang paling sering terjadi adalah *dismenore*. *Dismenore* adalah rasa nyeri yang dirasakan pada perut bagian bawah atau kram menjelang haid yang berlangsung 2 – 3 hari, dimulai satu hari sebelum haid. Upaya untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang *dismenore* diperlukan media pembelajaran yang sesuai dengan sasanran. Salah satu media yang dapat digunakan adalah *bookle*

Tujuan Penelitian : untuk menganalisis pengaruh edukasi media *booklet* terhadap pengetahuan remaja putri tentang *dismenore* di SMPN 1 Sukodono Sragen

Metode Penelitian : Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode *pre eksperimental design* dengan *one grup pretest-posttest design*. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswi SMPN 1 Sukodono Sragen yng berumlah 87 orang. Teknik sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen dalam penelitian ini yaitu kuesioner pengetahuan

Hasil Penelitian : Hasil penelitian menunjukan sebelum dilakukan intervensi nilai rata – rata sebesar 5.1562, sedangkan setelah dilakukan intervensi nilai rata – rata sebesar 13.6562. Hasil uji statistik *Wilcoxon* p value = 0,000 (p<0,05) yang artinya ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan media *booklet* tentang *dismenore* pada remaja putri di SMPN 1 Sukodono

Kesimpulan : Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan media *booklet* tentang *dismenore* pada remaja putri di SMPN 1 Sukodono

Kata kunci : Remaja, Dismenore, Edukasi *booklet*

**ABSTRACT**

Adolescence is a transitional period from childhood to adulthood characterized by physical, mental, social, and emotional transformations or developments. In adolescent women. the onset of menstruation signifies sexual reproductive maturity. Many experience dysmenorrhea, characterized by pain or cramps in the lower abdomen starting one day before menstrual and lasting 2-3 days. Enhancing adolescents' knowledge about dysmenorrhea requires learning media according to the target. One effective medium for this purpose is a booklet.

The type of research employed quantitative research using a pre-experimental design method with a one-group pretest-posttest design. The sample consisted of all 87 female students of SMPN 1 Sukodono Sragen. The sampling technique utilized purposive sampling technique. The research instrument operated a knowledge questionnaire.

The results revealed a pre-intervention average of 5.1562 and 13.6562 in post-intervention. The results of the Wilcoxon statistical test obtained a p-value = 0.000 (p <0.05), which implied an effect of pre-and post-education using booklet media regarding dysmenorrhea in adolescent women at SMPN 1 Sukodono.

The study concluded that providing education through booklet media had a significant effect on adolescent women's knowledge regarding dysmenorrhea at SMPN 1 Sukodono.

**Keywords:** Adolescent, Booklet Education, Dysmenorrhea

# PENDAHULUAN

Masa remaja adalah suatu masa peralihan dari masa anak - anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan atau perkembangan baik itu fisik, mental, sosial dan emosional. Salah satu peristiwa penting pada masa remaja adalah pubertas (Mulyani & Khoirunisa, 2020).

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). Siklus menstruasi terjadi secara periodik pada setiap bulannya dengan rentang normal 28 hari, sedangkan siklus menstruasi itu sendiri adalah 3 sampai 7 hari (Rahayu et al., 2017). Pada saat menjelang siklus menstruasi sebagian besar wanita memiliki permasalahan dan gangguan yang berbeda setiap bulannya. Salah satu gangguan yang paling sering terjadi saat menstruasi adalah *dismenore* (Larasati, 2016).

*Disminorea* adalah rasa nyeri yang dirasakan pada perut bagian bawah atau kram menjelang haid yang berlangsung 2-3 hari, dimulai sehari sebelum mulai haid (Andriana, 2018). Dismenorea merupakan masalah *ginekologi* yang paling umum pada wanita usia subur. Meskipun *dismenore* terjadi secara umum, namun masih banyak yang belum diketahui masyarakat tentang gangguan *dismenore,* termasuk diagnosis dan efeknya (Iacovides et al., 2015). *Dismenorea* dibagi menjadi dua jenis, *dismenore* primer dan *dismenore* sekunder. *Dismenor*e primer adalah *dismenore* yang terjadi tanpa adanya kelainan atau penyakit pada organ reproduksi. Sedangkan *dismenore* sekunder adalah dismenore yang berhubungan dengan penyakit pada organ reproduksi, seperti *endometriosis, adenoma*, dan *mioma uteri* (Osuga et al., 2020).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, kejadian *dismenorea* adalah 1.769.425 (90%) wanita yang menderita *dismenorea*, dengan 10-16% menderita *dismenorea* berat. Angka kejadian *dismenorea* di dunia sangat tinggi. Besar rata-rata lebih dari 50% wanita menderita karenanya (Herawati, 2021). Di Indonesia angka kejadian *dismenorea* adalah 64,25%, terdiri dari 54,89% *dismenorea* primer dan 9,36% *dismenorea* sekunder. Selama 50 tahun terakhir, 75% wanita pernah mengalami kram menstruasi. Gejala *dismenorea* primer biasanya muncul pada wanita usia subur dan wanita yang belum pernah hamil. *Dismenorea* sering terjadi pada wanita antara usia 20 dan 25, dengan hingga 61% wanita yang belum menikah (Reeder, 2020). Menurut Badan Pusat Statistik Jawa Tengah (2018) Jumlah penduduk wanita di atas usia 15 tahun di Jawa Tengah telah mencapai 13.424.304. Menurut Fatmawati (2016), kejadian *dismenore* di Jawa Tengah umumnya 56%. Menurut data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sragen Puskesmas Sragen tahun 2013, jumlah penderita *dismenorea* adalah 468.516 pada tahun 2014 dan 569 pada tahun 2015 (Dixit et al., 2018)

Dampak yang akan terjadi jika nyeri menstruasi tidak ditangani adalah gangguan aktivitas hidup sehari-hari, pada remaja mereka akan sulit untuk berkonsentrasi saat belajar karena ketidaknyamanan yang dirasakan ketika mengalami nyeri sehingga menurunkan prestasi belajar, kemandulan, pecahnya kista dan infeksi (Putri, 2017). Faktor yang menyebabkan hal initerjadi salah satunya karena ketidaktahuan remaja tentang nyeri menstruasi. Penelitian yang dilakukan oleh Lulyana aulia dan Lina herida pinem (2023), menunjukan hasil bahwa uji statistik pada tingkat pengetahuan didapatkan nilai dengan tingkat kemaknaan 95% (alpha 0,05). Diperoleh hasil yang signifikan Jika p-value < 0,05 maka H1 diterima, artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan berbasis media sosial Instagram (Social Media Campaign) tentang dismenore terhadap tingkat pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 6 Tambun Selatan.

Upaya untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang dismenore diperlukan media pembelajaran yang sesuai dengan sasaran. Media pembelajaran adalah sarana penunjang yang digunakan dalam menyampaikan informasi. Media *booklet* memiliki manfaat dimana dapat membantu penyampaian informasi lebih cepat, membuat sasaran pendidikan tertarik untuk meneruskan pesan-pesan yang diterima kepada orang lain, mempermudah penemuan informasi oleh sasaran pendidikan serta mendorong keinginan seseorang untuk mengetahui lebih dalam dan akhirnya mendapatkan pemahaman yang lebih baik (Irawati H dkk, 2019)

# METODE PENELITIAN

Jenis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-eksperimental designs* dengan menggunakan rancangan *One Group Pretest Postest*. Penelitian dilaksanakan dengan melakukan observasi pertama (*pre test*) yaitu melakukan pengukuran sebelum dilakukan intervensi (*post test*), kemudian memberi intervensi (media *booklet*) selanjutnya dilakukan observasi kedua (*post test*) yaitu melakukan pengukuran setelah dilakukan intervensi

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden di SMPN 1 Sukodono Sragen

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Variabel  | Kategori  | Frekuensi  | Persen (%) |
| Umur Respoden  | 12 tahun  | 24 | 29.3 |
|  | 13 tahun  | 47 | 57.3 |
|  | 14 tahun  | 11 | 13.4 |
| Total  | 82 | 100.0 |
| Usia Menarche  | 9 tahun  | 4 | 4.8 |
|  | 11 tahun  | 28 | 34.2 |
|  | 12 tahun  | 32 | 39.1 |
|  | 13 tahun  | 13 | 1.9 |
|  | Belum menarche  | 5 | 6.0 |
| Total  | 82 | 100.0 |
| Usia Dismenore  | 11 tahun  | 34 | 41.5 |
|  | 12 tahun  | 18 | 21.9 |
|  | 13 tahun  | 16 | 19.5 |
|  | Belum dismenore  | 14 | 17.1 |
| Total  | 82 | 100.0 |
| Sumber informasi  | Orang tua  | 48 | 58.5 |
|  | Tidak mendapat informasi  | 34 | 41.5 |
| Total  |  | 82 | 100.0 |

Berdasarkan tabel 4.1 didapatkan bahwa distribusi karakteristik responden berdasarkan usia responden hampir sebagian responden berusia 13 tahun sebanyak 47 responden (57,3%), hampir sebagian siswi sudah *menarche* pada usia 12 tahun sebanyak 32 responden (39,1%), siswi SMP yang mengalami *dismenore* pada usia 11 tahun sebanyak 34 responden (41,5%), sebagian besar remaja mendapatkan sumber informasi tentang *dismenore* dari orang tua sebanyak 48 responden (58,5%)

Tabel 4.2 Tingkat pengetahuan remaja putri tentang *disminore* sebelum dan sesudah dilakukan intervensi dengan media *booklet* di SMPN 1 Sukodono Sragen

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Pengetahuan  | Pretest  | Posttest |
|  (f) | (%) | (f) | (%) |
| Baik  | 5 | 6.1 | 54 | 65.8 |
| Cukup  | 31 | 37.8 | 16 | 19.5 |
| Kurang  | 46 | 56.1 | 12 | 14.7 |
| Total  | 82 | 100.0 | 82 | 100.0 |

Berdasarkan tabel 4.2 diatas diperoleh data bahwa sebelum dilakukan intervensi dengan media *booklet* mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 46 responden (56,1%), berpengetahuan cukup 31 responden (37,8%) dan berpengetahuan baik 5 responden (6,1%). Sedangkan data setelah diberi intervensi booklet mayoritas berpengetahuan baik 54 respondenn (65,8%), berpengetahuan kurang 16 responden (19,4%) dan berpengetahuan kurang 12 responden (14,7%)

Tabel 4.3 Rata – rata pengetahuan remaja putri tentang dismenore sebelum dan sesudah dilakukan intervensi dengan media *booklet* di SMPN 1 Sukodono Sragen

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Variabel  | N  | Mean  | SD | Min  | Max  |
| Pengetahuan sebelum  | 82 | 5.1562 | 1.79802 | 2.00 | 9.00 |
| Pengetahuan sesudah | 82 | 13.6562 | 1.45046 | 10.00 | 15.00 |

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan hasil bahwa rata – rata pengetahuan sebelum diberikan intervensi edukasi dengan media booklet tentang *disminore* 5,1562 dan nilai rata – rata setelah diberikan intervensi edukasi dengan media *booklet* tentang *disminore* 13,6562 terjadi selisih rata – rata 8,5.

Tabel 4.4 Pengaruh media *booklet* terhadap remaja putri tentang *dismenore* di SMPN 1 Sukodono Sragen

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Variabel  | N | Mean  | Sig. (2-tailed) |
| Pengetahuan  | 82 | 16.50 | .000 |

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan hasil bahwa nilai p *value* = 0.000 ≤ 0,05 dengan menggunakan tingkat kepercayaan 95% yang berati ada pengaruh edukasi media *booklet* terhadap pengetahuan remaja putri tentang *dismenore*

# PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil distribusi karakteristik responden berdasarkan usia responden hampir sebagian responden berusia 13 tahun sebanyak 47 responden (57,3%). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ika Widiyastutik dkk (2023), mayoritas usia responden yaitu 13 tahun sebanyak 37 orang (61,7%). Karakteristik usia dapat mempengaruhi pengetahuan, kemudian akan terjadi perubahan pada aspek fisik dan psikologis (mental) pada aspek psikologis ataupun aspek mental taraf dan dewasa. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yusuf Adi Saputro dkk (2020), menyatakan bahwa hasil penelitian karakteristik responden dengan rentan usia remaja mayoritas 13 tahun dan berdasarkan jumlah usia terkecil yaitu 12 tahun. Perubahan fisik terjadi pada remaja awal berusia 11 – 14 tahun yang ditandai dengan perubahan karakteristik seks skunder yaitu payudara mulai membesar, tumbuh rambut diaksila atau rambut pubis.

Hasil penelitian didapatkan hampir sebagian siwi SMP sudah mengalami *menarche* pada usia 12 tahun sebanyak 32 responden (39,1%). *Menarche* yang dialami setiap remaja berbeda – beda. Hal ini diperkuat Lulyana Aulia dan Lina Herida Pinem (2023), bahwa *menarche* biasa terjadi pada rentang usia 10 – 16 tahun. Menurut Wati, L (2017) usia normal seseorang wanita mengalami mendapat *menarche* pada usia 12 atau 13 tahun.

Dari penelitian ini didapatkan hampir sebagian responden mengalami *dismenore* pada usia 11 tahun sebanyak 34 responden (41,5%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Novia dalam Apriyanti, dkk (2018) bahwa usia *menarche* merupakan salah satu faktor terjadinya *dismenore*, diketahui bahwa kejadian *dismenore* sebanak 88% terjadi pada wanita dengan usia *menarche* < 12 tahun dibandingkan dengan > 12 tahun sebanyak 65,2%. Sama halnya dengan Zalni, dkk (2017) menarche dini dapat menimbulkan resiko berbagai penyakit dimasa dewasa seperti kanker, kardiovaskuler dan *dismenore*.

Penelitian ini juga didapatkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan informasi tentang dismenore dari otang tua sebanyak 48 responden (58,5%) dan sebanyak 34 responden (41,5%) remaja tidak mendapatkan informasi dari manapun. Menurut Syah (2020) faktor – faktor yang mempengaruhi pengetahuan salah satunya adalah informasi maka semakin banyak pengetahuan yang didapatkan hal ini terbukti dari hasil penelitian yaitu sumber informasi yang didapatkan dari orang tua berpengaruh pada pengetahuan anak dari pada anak yang tidak dapat informasi dari siapapun.

Hasil penelitian diperoleh sebelum dilakukan intervensi dengan media booklet mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 46 responden (56,1%), berpengetahuan cukup 31 responden (37,8%) dan berpengetahuan baik 5 responden (6,1%). Sedangkan setelah diberi intervensi booklet mayoritas berpengetahuan baik 54 respondenn (65,8%), berpengetahuan kurang 16 responden (19,4%) dan berpengetahuan kurang 12 responden (14,7%)

Hasil analisis rata - rata sebelum diberikan intervensi media booklet di SMPN 1 Sukodono Sragen adalah 5,1562. Rtaa –rata pengetahuan sesudah diberikan media booklet adalah 13,6562. Berdasarkan hasil tersebut dapat terlihat bahwa nilai mean pengetahuan sesudah diberikan media booklet tentang dismenore lebih besar dibandingkan dengan sebelum diberikan media booklet dengan selisih rata – rata sebesar 8,5.

A Wawan dan Dewi M (2019) mengatakan pengetahuan merupakan sil tahu dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap obyek terjadi melalui panca indra manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap obyek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Namun kenyataannya dalam penelitian ini, siswi SMP belum pernah mendapatkan informasi tentang *dismenore* di sekolah.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ade Tyas Mayasari, dkk (2022) menunjukan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan tentang *dismenor*e pada remaja sebelum dan sesudah dilakukan edukasi kesehatan dimana sebelum dilakukan edukasi niai pretest pengetahuan adalah 47,16 yang berarti pengetahuan kurang. Dan nilai rata – rata setelah dilakuan edukasi menjadi 80,34 yang berarti berpengetahuan baik. Sama hanya dengan penelitian yang dilakukan oleh Ika Widiyastutik, dkk (2023) menunjukan terdapat perbedaan pengetahuan saat pretest sebanyak 48 orang (80,0%) berpengetahuan kurang dan 10 orang (16,7%) berpengetahuan cukup sedangkan setelah dilakukan edukasi sebanyak 54 orang (90,0%) berpengetahuan baik, 5 orang (8,3%) berpengetahuan cukup dan 1 orang (1,7%) berpengetahuan kurang.

Hasil uji statisti *Wilcoxon* pada tingkat pengetahuan didapatkan nilai p value = 0,000 (p<0,05) yang artinya ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan edukasi media *bookle*t tentang *dismenore* terhadap pengetahuan remaja putri di SMPN 1 Sukodono Sragen.

Sesuai dengan teori Notoadmojo (2018) salah satu media yang dapt digunakan dalam penelitian kesehatan adalah *booklet*, *bookle*t ini ialah suatu media untuk menyampaikan pesan – pesan kesehatan dalam bentuk buku, baik tulisan maupun gambar. Menurut Pribadi AB (2017) menyatakan bahwa *booklet* dapat diartikan sebagai buku yang relative kecil yang memuat informasi dan pengetahuan praktis tentang sebuah subjek atau bidang ilmu tertentu. *Booklet* bersifat sangat praktis untuk digunakan karena ukurannya yang lebih kecil daripada ukuran sebuah buku. Informasi dan pengetahuan yang didapat dalam sebuah *booklet* pada umumnya dibahas secara ringan dan mudah untuk dipahami oleh sasaran pembaca. Media *booklet* memiliki manfaat dimana dapat membantu penyampaian informasi lebih cepat, membuat sasaran pendidikan tertarik untuk meneruskan pesan-pesan yang diterima kepada orang lain, mempermudah penemuan informasi oleh sasaran pendidikan serta mendorong keinginan seseorang untuk mengetahui lebih dalam dan akhirnya mendapatkan pemahaman yang lebih baik (Irawati H dkk, 2019)

Hal ini sejalan dengan penelitian Ika Widiyastutik (2023), menunjukan bahwa terdapat pengaruh sebelum dan sesudah diberikan inervensi berupa *booklet dismenor*, dengan hasil *p value* = 0,000 < α = 0,05, jadi Ho ditolak dan HI diterima. Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh penggunaan *booklet* terhadap tingkat pengetahuan remaja putri tentang *dismenore* di SMP N 1 Sukoharjo. Menurut penelitian Ade Tyas Mayasari, dkk (2022) ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang *dismenore* erhadap peningkatan pengetahuan remaja putri di SMP Muhammadiyah 2 Gisting Kabupaten Tanggamus Lampung tahun 2022, yang ditunukan dengan nilai p value 0,000 (*p value* 0,000 < α = 0,05).

# KESIMPULAN

1. Karakteristik responden di SMPN 1 Sukodono Sragen, sebagian besar responden berusia 13 tahun sebanyak 47 responden (57,3%), usia menarche sebagian besar berusia 12 tahun sebanyak 32 responden (39,1%), usia dismenore sebagian besar saat berusia 11 tahun sebanyak 34 responden (41,5%) dan sebagian besar responden mendapatkan informasi tentang dismenore dari orang tua responden.
2. Tingkat pengetahuan remaja putri sebelum diberi intervensi booklet berpengetahuan baik sebanyak 5 responden (6,1%), berpengetahuan cukup 31 responden (37,8%) dan berpengetahuan kurang 46 responden (56,1%). Rata – rata pengetahuan responden tentang dismenore sebelum diberikan media booklet sebesar 5.1562.
3. Tingkat pengetahuan remaja putri sebelum diberi intervensi booklet berpengetahuan baik sebanyak 54 responden (65,8%), berpengetahuan cukup 16 responden (19,5%) dan berpengetahuan kurang 12 responden (14,7%)Rata – rata pengetahuan responden tentang dismenore sesudah diberikan media booklet sebesar 13.6562.
4. Hasil uji statistik *Wilcoxon* pada tingkat pengetahuan nilai *p value* = 0,000 (p<0,05) yang artinya ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan media *booklet* tentang *dismenore* pada remaja putri di SMPN 1 Sukodono Sragen.

# DAFTAR PUSTAKA

A.Ratnawati. 2018. Asuhan Keperawatan Maternitas. Jogyakarta: Pustaka Baru Press.

A.Wawan dan Dewi M. 2019. *Teori Pengukuran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia*, Nuha Medika

Andreansyah. 2015. Pengembangan Booklet sebagai Media Kehidupan di Muka Bumi Kelas X di SMA Negeri 12 Semarang Tahun 2015 Skripsi. Universitas Negeri Semarang

Andriana, N., & Aldriana, A. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi pada mahasiswi di Universitas Pasir Pengaraian. Jurnal Maternity and Neonatal

Anindita, P., Darwin, E., Afriwardi. 2016. Hubungan Aktivitas Fisik Harian dengan Gangguan Menstruasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Jurnal Kesehatan Andalas. Vol.4(8). Tersedia dalam http:// <http://jurnal.fk.unand.ac.id>

BPTP Balitbangtan Jambi. 2017. Booklet dan Buku Saku. 0741, 7053525. <http://jambi.litbang.pertanian.go.id/ind/index.php/publikasi/mediacetak/booklet>

Chen, Chen X., Claire B. Draucker, and Janet S. Carpenter. 2018. “What Women Say about Their Dysmenorrhea: A Qualitative Thematic Analysis.” BMC Women’s Health 18(1): 1–8

De Sanctis V. et al. (2015). Primary dysmenorrhea in adolescents: Prevalence, impact and recent knowledge. Pediatric Endocrinology Reviews

Diananda, Amita. (2018). Psikologi Remaja Dan Permasalahnnya. Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Islamic Village Tangerang

Dixit, A. M. et al. 2018 ‘’, Analytical Biochemistry, 11(1), pp. 1–5. Available at: http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-59379- 1%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-420070-8.00002-

Fatmawati, M., Riyanti, E. & Widjanarko, B. 2016, ‘Perilaku Remaja dalam Mengatasi Dismenore (Studi Kasus pada Siswi SMK Negeri 11 Semarang)’, Jurnal Kesehatan Masyarakat, vol. 4, pp. 1036–43.

Gainau, M. B. 2021. Perkembangan Remaja Dan Problematikanya. Yogyakarta : PT Kanisius

Herawati M, Deviyanti S, Ferhad A. 2021. The antifungal potential of stevia rebaudiana bertoni leaf extract againts candida albicans. Journal of Indonesian Dental Association

Kusmiran, E. 2016. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Salemba Medika: Jakarta.

Larasati TA, Alatas F. 2016. Dismenore primer dan faktor risiko dismenore primer pada remaja. Majority

Michael, J., Iqbal, Q., Haider, S., Khalid, A., Haque, N., Ishaq, R., Bashaar, M. 2020. Knowledge and Practice of Adolescent Females about Menstruation and Menstruation Hygiene Visiting a Public Healthcare Institute of Quetta, Pakistan[Pengetahuan dan Praktik padaRemaja Wanita tentang Menstruasi dan Menstrual Hygiene di Institut Kesehatan ma. BMC Women’s Health

Mulyani, Y., & Khoirunisa, N. 2020. Pendidikan Kesehatan Kelompok Sebaya (Peer Group) Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Dhysmenorrhea Di Pondok Pesantren Sukamiskin Bandung. Journal For Quality In Women's Health

Novitasari. 2020. Efektivitas Pendidikan Kesehatan tentang Dismenore terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Perempuan di Madrasah Tsanawiyah Islamiyah Ciputat tahun 2020, Skripsi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta

Osuga, Y., Hayashi, K., & Kanda, S. (2020). Long-term Use of Dienogest for the Treatment of Primary and Secondary Dysmenorrhea [Penggunaan Jangka Panjang Dienogest sebagai Penanganan Dismenorea Primer dan Sekunder]. Journal of Obstetrics and Gynaecology Research, 46(4), 606–617. <https://doi.org/10.1111/jog.14209>

Parwiyati S., Sumekar, Mardiningsih. 2014. Pengaruh Penggunaan Media Booklet Pada Peningkatan Pengetahuan Peternak Kambing Tentang Penyakit Scabies Di Ktt Ngupoyo Sato Desa Wonosari Kecamatan Patebon. Animal Agriculture Journal

Prawirohardjo, S. 2016. Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo. Edisi keempat. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo

Putri Ariani, A. 2017. Ilmu Gizi Dilengkapi dengan Standar Penilaian Status Gizi Dan Daftar Komposisi Bahan Makanan. Yogyakarta : Nuha Medika

Rahayu, A., Pertiwi, S., Patimah, S., &., & Kunci, K. 2017. Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Rasa Sakit Dismenore Pada Mahasiswi Jurusan