

**PROGAM STUDI KEPERAWATAN PROGAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2025**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG DISMINORE MELALUI
VIDEO *MOTION GRAPHICS* TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN PADA
SISWI SMPN 2 WONOSARI**

Tiara Aquila ¹⁾, Diyanah Syolihan Rinjani Putri ²⁾

**¹⁾Mahasiswa Progam Studi Keperawatan Progam Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Kusuma Husada Surakarta**

**²⁾Dosen Progam Studi Keperawatan Progam Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Kusuma Husada Surakarta**

Email: Tiaraaquila@gmail.com

ABSTRAK

Disminore atau nyeri haid disebabkan karena kontraksi otot rahim yang menyebabkan peningkatan kadar prostaglandin dan nyeri tersebut berlangsung sebelum haid, ketika haid, dan sesudah haid, nyeri yang dirasakan bisa sampai mengganggu aktifitas pentingnya dilakukan pencegahan dan peningkatan pengetahuan tentang disminore dengan memberikan pendidikan kesehatan disminore melalui video *motion graphics* pada remaja perempuan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang disminore melalui video *motion graphics* terhadap tingkat pengetahuan siswi SMPN 2 Wonosari. Penelitian ini menggunakan *quasi eksperimen design pre and post test without control*. Metode pengambilan sampel menggunakan *Total sampling* dengan jumlah responden 45 siswi kelas 7a – 7c di SMPN 2 Wonosari. Kuisoner yang digunakan yaitu dengan kuisoner pengetahuan disminorea yang telah digunakan peneliti sebelumnya. Analisa data menggunakan *Wilcoxon test*. Hasil *pre test* menunjukkan mayoritas tingkat pengetahuan siswi dalam kategori kurang yaitu sebanyak 28 responden (60%), hasil *post test* menunjukkan peningkatan tingkat pengetahuan siswi dalam kategori baik sebanyak 40 responden (88,9%). Nilai *p value* menunjukkan $0,000 < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang disminore melalui video *motion graphics* terhadap tingkat pengetahuan pada siswi SMPN 2 Wonosari. Penelitian selanjutnya diharapkan untuk memberikan pendidikan kesehatan menggunakan media yang berbeda.

Kata kunci: Disminore, Tingkat Pengetahuan

Daftar Pustaka:(2019-2024)

UNDERGRADUATE DEGREE IN NURSING STUDY PROGRAM

FACULTY OF HEALTH SCIENCES

KUSUMA HUSADA UNIVERSITY OF SURAKARTA

2025

**THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION ON DYSMENORRHEA THROUGH
MOTION GRAPHIC VIDEOS ON THE KNOWLEDGE LEVEL OF FEMALE
STUDENTS AT SMPN 2 WONOSARI**

Tiara Aquila¹⁾, Diyanah Syolihan Rinjani Putri²⁾

**¹⁾Student of Undergraduate Degree in Nursing Study Program, Faculty of Health
Sciences, Kusuma Husada University of Surakarta**

**²⁾Lecturer of Undergraduate Degree in Nursing Study Program, Faculty of Health
Sciences, Kusuma Husada University of Surakarta**

Email: tiaraaquila@gmail.com

ABSTRACT

Dysmenorrhea, or menstrual cramps, is due to uterine muscle contractions that cause an increase in prostaglandin levels, and the pain occurs pre-menstruation, during menstruation, and post-menstruation. The pain may interfere with activities. It is important to prevent and increase knowledge about dysmenorrhea by providing health education through motion graphics videos for female adolescents. This study aimed to find out the effect of health education on dysmenorrhea through motion graphic videos on the knowledge level of female students at SMPN 2 Wonosari. This study used a quasi-experimental design with a pre- and post-test without control. The sampling method used a total sampling with a total number of respondents of 45 female students in the 7A–7C class at SMPN 2 Wonosari. The questionnaire used a dysmenorrhea knowledge questionnaire that has been used by previous researchers. The data was analyzed using the Wilcoxon test. The pre-test results showed that the majority of students' knowledge was in the poor category of 28 respondents (60%); meanwhile, the post-test results showed an increase in the knowledge level in the good category of 40 respondents (88.9%). The p-value showed $0.000 < 0.05$. Therefore, it can be concluded that there is an effect of health education on dysmenorrhea through motion graphic videos on the knowledge level of female students at SMPN 2 Wonosari. Further research is expected to provide health education using different media.

Keywords: Dysmenorrhea, Knowledge Level

References: (2019-2024)

PENDAHULUAN

Remaja adalah masa transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa. Siswa SMP (SMP) mengacu pada anak-anak berusia 13 hingga 15 tahun yang termasuk dalam periode remaja awal. Selama periode ini, remaja menghadapi berbagai perubahan signifikan, baik secara fisik maupun psikologis (secara emosional). Pada wanita, salah satunya adalah bahwa menstruasi terjadi antara usia 12 dan 16. Menstruasi adalah tanda bahwa organ berfungsi secara normal dan secara teratur berdarah dari rahim. Siklus menstruasi normal terjadi setiap 22-35 hari, dengan periode 2-7 hari (Maryam, 2021). Masa remaja adalah tahap perkembangan dimana tanda seksual sekundernya mencapai kematangan, remaja konseptual dapat didefinisikan sebagai masa dimana remaja mengalami perubahan biologis dan psikologis (Meitria, 2020).

Remaja yang sudah menstruasi akan mengalami keluhan ketidaknyamanan, yang dikenal sebagai nyeri menstruasi atau dismenore. Nyeri menstruasi disebabkan oleh kontraksi otot uterus, yang menyebabkan peningkatan konsentrasi prostaglandin. Nyeri dapat dirasakan sebelum, selama dan setelah menstruasi, dan dapat mengganggu aktivitas (Rahmawati *et al.*, 2021). Data World Health Organization (WHO) tahun 2020, menyatakan bahwa, kejadian nyeri haid adalah 1.769.425 (90%) remaja yang menderita nyeri haid dengan 10-16% menderita nyeri haid berat. Angka kejadian dismenore di dunia sangat tinggi. Prevalensi dismenore di Indonesia sebesar 64,25% terdiri dari 54,89% dismenore dan 9,36% dismenore sekunder. Dismenore primer menyerang 75% remaja putri (12-21 tahun) dengan derajat nyeri yang bervariasi (Arisani & Wahyuni, 2022).

Gejala dismenore yang sering terjadi pada wanita muda selama menstruasi termasuk iritasi, hipersensitivitas, kembung, nyeri punggung bawah, sakit kepala, pertumbuhan jerawat, kelesuan, ketegangan, dan bahkan gejala yang dapat menyebabkan depresi. Gejala-gejala ini dapat terjadi sebelum dan sesudah menstruasi. Biasanya, dibutuhkan 1-2 hari sebelum dan selama menstruasi. Efek ini adalah penurunan produktivitas, yang dapat memengaruhi kegiatan sehari-hari dan mempengaruhi kualitas hidup wanita (Windastiwi *et al.*, 2017). Selain itu, dismenore

juga dapat menyebabkan keluhan seperti mual, kelelahan, sakit kepala, hipersensitif dan berkurangnya konsentrasi (Fredelika *et al.*, 2020).

Remaja yang kurang memiliki pengetahuan tentang dismenore merasa stres saat dihadapkan dengan gejala yang mereka alami dan sering meminta izin untuk mengambil cuti dari klinik sekolah selama pelajaran dan ada yang meminta izin pulang. Maka dari itu penting untuk mendapatkan informasi dari tenaga medis mengenai cara mengatasi nyeri menstruasi yang benar agar aktivitas tidak terganggu (Prautami *et al.*, 2020).

Tindakan intervensi untuk mengatasi masalah dismenore juga harus ditargetkan untuk remaja dengan menyediakan pendidikan kesehatan melalui berbagai alat pembelajaran dan media. Salah satunya adalah dengan video grafis gerak yang membantu Anda mengenali gejala normal dan abnormal selama menstruasi, mengetahui, menjaga dan meningkatkan kesehatan Anda (Onainor, 2019). Tujuan penulis melakukan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dismenore melalui video *motion graphics* pada siswi SMPN 2 Wonosari.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dengan rancangan desain *quasy experiment*. Metode pengambilan sampel menggunakan *Total sampling* dengan jumlah responden 45 siswi kelas 7a – 7c di SMPN 2 Wonosari. Kuisioner yang digunakan yaitu dengan kuisioner pengetahuan dismenorea yang telah digunakan peneliti sebelumnya. Analisa data menggunakan *Wilcoxon test*.

Tempat pengambilan penelitian ini dilaksanakan di SMPN 2 Wonosari pada tanggal 18 Oktober 2024 – 25 Oktober 2024. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan kriteria sebagai berikut :

1. Kriteria inklusi yaitu karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya, dimana subjek penelitian dapat mewakili dalam sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel (Nursalam, 2020). Responden pada penelitian ini adalah siswi SMPN 2 Wonosari sebagai berikut :

- a. Bersedia responden.
 - b. Siswi yang mempunyai riwayat disminore
2. Kriteria eksklusi adalah kriteria yang menyebabkan subjek penelitian tidak bisa dijadikan sampel penelitian. Kriteria eksklusi dari penelitian ini yaitu:
 - a. Tidak hadir saat penyuluhan berlangsung

HASIL & PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n : 45)

| Karakteris tik Responden | Keterang an | Frekue nsi (F) | Persent ase (%) |
|--------------------------------|-----------------|-------------------|--------------------|
| Usia | 12 Tahun | 28 | 62,2 % |
| | 13 Tahun | 17 | 37,8 % |
| | Total | 45 | 100 % |
| Riwayat Disminore | Pernah | 41 | 91,1 % |
| | Tidak Pernah | 4 | 8,9 % |
| | Total | 45 | 100 % |

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa usia responden paling yang terlibat dalam penelitian paling banyak di usia 12 tahun yaitu sebanyak 28 responden (62,2%). Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sabila dkk (2023) yang menyatakan bahwa sebanyak 74,4% mahasiswi mengalami menstruasi pertama dalam usia normal yaitu pada usia 11 sampai pada 13 tahun yang merupakan kategori remaja awal dengan usia 12-15 tahun pada masa ini menunjukkan awal pubertas sampai mencapai kematangan dan telah meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki fase dewasa.

Masalah yang sering dihadapi remaja putri saat menstruasi adalah disminore, terutama di negara berkembang, akibat kurangnya pengetahuan tentang menstruasi dan menarche (Rahmawati et al., 2023). Menurut Hilinti & Sulastri (2023), nyeri haid (dismenore) merupakan masalah ginekologis remaja putri yang dialami oleh 40-80% wanita muda. Dampak yang dapat memengaruhi kualitas hidup, mengganggu aktivitas sosial, memengaruhi keterampilan kerja dan membuat banyak wanita muda yang kurang fokus enggan bergabung bahkan tidak mengikuti kegiatan belajar di sekolah apabila derajat nyeri yang dialami semakin berat (Febriana, 2021). Rasa

tidak nyaman yang hampir sebagian perempuan alami selama haid biasa disertai dengan mual, pusing, bahkan pingsan. Maka dari itu, dismenore tentu tidak bisa dibiarkan. Nyeri harus dengan benar diatasi (Rahmi et al., 2022).

Menurut pendapat peneliti remaja usia 12-13 tahun umumnya sudah mengalami menstruasi / pengeluaran perdarahan dari uterus pada perempuan pada saat menstruasi perempuan mengalami nyeri perut / disminore yang ditandai dengan nyeri perut bagian bawah yang dapat mengganggu aktivitas, nyeri menstruasi (dismenore) yang dirasakan merupakan masalah ginekologi yang dialami oleh remaja putri, karena pada usia tersebut fungsi saraf rahim mengalami optimalisasi, yang menyebabkan sekresi prostaglandin meningkat.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Siswi Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Melalui Video *Motion Graphics* (N =45)

| Tingkat Pengetahuan | Frekuensi (F) | Persentase (%) |
|------------------------|------------------|-------------------|
| Baik | 5 | 11,1 % |
| Cukup | 27 | 60 % |
| Kurang | 13 | 28,9 % |
| Total | 45 | 100 % |

Hasilnya menunjukkan bahwa penjelasan pengetahuan siswa sebelum kekurangan 27 responden (60%) dikelola oleh sebagian besar video video kelas kesehatan. Hasil ini didasarkan pada uji coba yang dilakukan oleh Mulyani & Putri (2024), dengan pengetahuan obesitas rata -rata 64,29 sebelum mengelola intervensi animasi video.

Pengetahuan adalah faktor yang memengaruhi persepsi dan perilaku remaja dalam menangani disminore (Frederica, 2020). Dalam penelitian Ashari & Yati, (2022) kesiapan seseorang untuk menerima tanggung jawab meningkat seiring dengan tahap perkembangannya, hal ini dapat dilihat pada tahap perkembangan remaja awal biasanya masih memiliki pemahaman yang samar tentang dirinya, dan remaja tengah lebih cenderung menunjukkan berbagai emosi mereka.

Kurangnya pengetahuan ini disebabkan oleh kurangnya program pendidikan kesehatan di sekolah. Akibatnya, terbatasnya informasi

dan terbatasnya pengetahuan mengenai dismenore pada remaja putri. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah informasi dan pendidikan. Menurut penelitian sebelumnya, informasi berpengaruh terhadap pengetahuan masyarakat (Sukmawati & Kusumawaty, 2022). Karena kurangnya informasi, sebagian besar siswa tidak tahu banyak tentang dismenore.

Pengetahuan tentang dismenore pada remaja memiliki dampak signifikan pada sikap dan perilaku terhadap pengobatan gejala-gejala ini. Ini menunjukkan hubungan yang kuat dan positif antara pengetahuan dan sikap terhadap rasa sakit selama menstruasi (dismenore). Dengan kata lain, semakin tinggi pengetahuan terhadap dismenore, maka semakin positif sikap dalam menghadapi dismenore. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan di antara remaja tentang bagaimana menghadapi dismenore menyebabkan kecemasan dan tingkat stres yang cukup untuk mengatasi tanda-tanda dismenore, dan kecenderungan untuk menjadi negatif.

Menurut pendapat peneliti kurangnya informasi mengarah pada fakta bahwa sebagian besar siswa tidak tahu banyak tentang dismenore, baik melalui pendidikan kesehatan dan media lainnya. Reaksi terhadap mereka harus reaktif.

Tabel 3. Tingkat pengetahuan siswa setelah diberikan Pendidikan kesehatan melalui video *motion graphics* (n = 45)

| Tingkat pengetahuan | Frekuensi (F) | Persentase (%) |
|---------------------|---------------|----------------|
| Baik | 40 | 88,9 % |
| Cukup | 5 | 11,1 % |
| Kurang | 0 | 0 % |
| Total | 45 | 100 % |

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa gambaran pengetahuan siswa yang diterima setelah dilakukan penanaman pendidikan kesehatan melalui video *motion graphic* sebagian besar berada pada kategori baik yaitu sebanyak 40 responden (88,9%). Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian Gultom et al. (2023) melakukan uji coba yang menunjukkan peningkatan pengetahuan di kalangan remaja putri setelah mengikuti pendidikan kesehatan yang

dimediasi oleh remaja. Ini 78,1. Ini adalah kategori yang bagus.

Kurangnya pengetahuan tentang dismenore memiliki efek negatif pada manajemen diri (Ore & Ogundeko, 2021). Penggunaan media audiovisual, seperti melihat video, menonton TV, atau menggunakan perangkat untuk mencari informasi secara online, dapat memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan, tentunya dengan bantuan teks dalam tayangan bergambar (Rachmi et al., 2020).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nur et al (2021) rata-rata pengetahuan sebelum diberikan edukasi adalah 62.38 (kategori sedang) dan setelah diberikan edukasi 83.30 (kategori baik) dengan nilai pvalue 0.000 artinya terdapat pengaruh pemberian edukasi tentang anemia dengan pengetahuan remaja. hasil distribusi frekuensi karakteristik menunjukkan bahwa sebagian besar anak berusia 14 tahun (47,1%) berinteraksi dengan media seperti majalah, radio, video, atau iklan lainnya, dan mereka juga suka membaca untuk mendapatkan informasi, oleh karena itu usia tersebut cocok diberikan promosi kesehatan menggunakan media video animasi karena mudah diingat.

Menurut pendapat peneliti, pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan manusia. Ini karena pendidikan kesehatan adalah upaya untuk memberikan informasi yang dapat meningkatkan pengetahuan publik. Grafik gerak dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan siswa secara lebih efektif, karena mereka memberikan pengalaman audiovisual yang membantu mengingat informasi lebih lama.

2. Analisa Bivariat

Tabel 4.4 Pengaruh Pendidikan Kesehatan Disminore Melalui Video *Motion Graphics* Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Siswa SMPN 2 Wonosari (N = 45)

| Variabel | P value |
|---------------------------------------|---------|
| Tingkat pengetahuan Pre-Test (N = 45) | 0,000 |
| Tingkat pengetahuan Post-Test (N=45) | |

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji statistic dengan *Wilcoxon test* didapatkan p value 0,00 (<0,05) yang berarti H_0 di tolak dan H_a diterima, sehingga terdapat pengaruh pendidikan kesehatan diseminore melalui video *motion graphic* terhadap tingkat pengetahuan pada siswi SMPN 2 Wonosari. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gultom dkk (2023) yang menyatakan bahwa $p = 0,000$ atau $p > 0,05$ sebelum dan sesudah konseling, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan kebersihan menstruasi menggunakan media audio visual animasi sebelum dan sesudah pemberian intervensi diberikan pada perilaku remaja putri.

Menurut penelitian Triamanda dkk (2022) menyatakan bahwa hasil uji coba skala kecil pada remaja putri usia 13 –18 tahun di Desa Mulyoharjo menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada remaja putri setelah melihat video animasi *motion graphic* tentang personal hygiene menstruasi.

Media video memiliki beberapa kelebihan dibandingkan media lainnya, hal ini karena video animasi mampu memberikan penjelasan dari pelajaran abstrak menjadi bersifat konkret yang dibuat visualisasi ke dalam bentuk gambar animasi yang bergerak sehingga akan lebih bermakna dan menarik, media audiovisual dapat memberikan stimulus terhadap pendengaran dan penglihatan, sehingga hasil yang diperoleh lebih maksimal. Hasil tersebut bisa tercapai karena adanya pancaindera yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata (kurang lebih 75% sampai 87%), sedangkan 13% sampai 25% pengetahuan diperoleh atau disalurkan melalui indera yang lain (Fitri & Jamiati, 2020). Media video mampu menyampaikan suatu konsep yang kompleks menjadi menarik secara visual dan juga dinamik berdasarkan kerucut pengalaman Edgar Dale, media visual mampu diserap penerima sebanyak 30% (Hartati, Wahyudi, & Handoyo, 2019). Penggunaan media audiovisual dalam pembelajaran dapat memberikan manfaat pembelajaran untuk menjadi anak yang lebih menarik, dari konkret hingga abstrak atau pemikiran sederhana hingga kompleks (Marlina *et al.*, 2021).

Menurut pendapat peneliti, pendidikan kesehatan tentang diseminore menggunakan *motion graphic* efektif untuk digunakan karena

responden dapat menangkap lebih cepat menggunakan visual dan kecenderungan seorang akan menangkap media *motion graphic* masuk dalam otak kanan yang bersifat *longterm memory*, sehingga informasi yang diterima akan lebih lama terekam dalam ingatan seseorang.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa uji statistic dengan *Wilcoxon test* didapatkan p value 0,00 (<0,05) yang berarti H_0 di tolak dan H_a diterima, sehingga terdapat pengaruh pendidikan kesehatan diseminore melalui video *motion graphics* terhadap tingkat pengetahuan pada siswi SMPN 2 Wonosari.

SARAN

1. Bagi Pendidikan
Hasil penelitian ini dapat menambah sumber literatur dalam Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya
Untuk peneliti berikutnya agar dapat memberikan intervensi yang tepat untuk mengatasi permasalahan sesuai dengan fenomena yang terjadi, terutama terkait pengaruh pendidikan kesehatan tentang diseminore melalui video *motion graphics* terhadap tingkat pengetahuan pada siswi SMPN 2 Wonosari.
3. Profesi Perawat
Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan pertimbangan melakukan tindakan intervensi yang tepat pada siswi SMPN 2 Wonosari terkait pendidikan kesehatan tentang diseminore melalui video *motion graphics* terhadap tingkat pengetahuan.
4. Responden
Diharapkan dapat memberikan informasi kepada remaja terkait diseminore melalui video *motion graphics* terhadap tingkat pengetahuan pada siswi SMPN 2 Wonosari.

Untuk peneliti berikutnya agar dapat memberikan intervensi yang tepat untuk mengatasi permasalahan sesuai dengan fenomena yang terjadi, terutama terkait pengaruh pendidikan kesehatan tentang

disminore melalui video *motion graphics* terhadap tingkat pengetahuan pada siswi SMPN 2 Wonosari.

Meitria SN, dkk. 2020. Buku Panduan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja. CV Mine : Yogyakarta

DAFTAR PUSTAKA

- Bajalan, Z., Alimoradi, Z., & Moafi, F. (2019). Nutrition as a potential factor of primary dysmenorrhea: a systematic review of observational studies. *Gynecologic and obstetric investigation*, 84(3), 209-224.
- Febrina, R. (2021). Gambaran Derajat Dismenore dan Upaya Mengatasinya di Pondok Pesantren Darussalam Al-Hafidz Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 187.
- Fredelika, L., Oktaviani, N. P. W., & Suniyadewi, N. W. (2020). Perilaku Penanganan Nyeri Dismenore Pada Remaja Di SMP PGRI 5 Denpasar. *Bali Medika Jurnal*, 7(1).
- Gultom, Fitri Khoiriyah, Yusmalia Hidayati, & Wiwiek Elsada Nainggolan. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Animasi Tentang Personal Hygiene Terhadap Perilaku Remaja Putri Saat Menstruasi. *Jurnal Kebidanan & Sains*, 1(2), 47–51.
- Hartati, H., Wahyudi, W., & Handoyo, H. (2019). Pengaruh Video Animasi “Menstruasi” Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswi Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Keperawatan Mersi*, 8(2), 43-49.
- Hilinti, Yatri, & Mepi Sulastri. "Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Akupresur Dengan Kejadian Dismenore Di Pondok Pesantren Al-Qur'an Harsallakum Kota Bengkulu." *Journal Of Midwifery* 11.1 (2023): 131-137.
- Marliany H. Dkk (2023) Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Dismenore Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri. Vol. 5 No. 1 (2023): HealthCare Nursing Journal
- Marlina, et al. 2021. Pengembangan Media Pembelajaran SD/MI. Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Maryam, S., & Rusli, D. (2021). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Kualitas Persahabatan Pada Remaja Akhir Di Kota Padang. *Jurnal Riset Psikologi*, 2021(2).
- Osuga, Y., Hayashi, K., & Kanda, S. (2020). Long-term use of dienogest treatment of primary and secondary dysmenorrhea. *Journal of obstrgy genecology research*, 46(4), 606-617.
- Prautami, E. S., & Dewi, R. (2020, August). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Remaja tentang Dismenorea Di SMA Assanadiyah. In *Proceeding Seminar Nasional Keperawatan* (Vol. 6, No. 1, pp. 207-211).
- Putri, Ashari Lala, and Dwi Yati. "Pengaruh Video Edukasi Bisindo terhadap Tingkat Pengetahuan Dismenorea pada Remaja Putri Tuli." *INKLUSI* 9.2: 197-212.
- Rosyida, D. A. C. (2019). Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Yogyakarta: PT Pustaka Baru.
- Sukmawati, I., & Kusumawaty. (2022). Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah dan Audiovisual terhadap Pengetahuan Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). 4(2)
- Triamanda RZ., dkk (2022) Pengembangan Konten Video Animasi Motion Graphic sebagai Media Promosi Kesehatan Personal Hygiene Menstruasi bagi Remaja Putri. *Jurnal Cakrawala Promkes* Vol 4 No 1 Februari 2022.
- Wahyuni S, Arisani G. Media Audio Visual Sebagai Sarana Edukasi Kesehatan Reproduksi pada Remaja. 2022;11(05):426–32.
- Windastiwi, W., Pujiastuti, W. & Mundarti 2017, ‘Pengaruh Abdominal Stretching Exercise terhadap Intensitas Nyeri Dismenorea’, *Jurnal Kebidanan*, vol. 6, no. 12, pp. 17–26.

