

Efektivitas Media Video dan Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Tentang Akupresur Dalam Mengurangi Dismenore

Oleh:

Nabilah Fatya Tsabita

201520100012

Siti Cholifah

Progam Studi S1 Kebidanan

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Agustus, 2024

Pendahuluan

- Prostaglandin yang dilepaskan secara berlebihan dapat menyebabkan timbulnya kontraksi uterus, dan menyebabkan hipoksia dan iskemia uterus, yang menyebabkan kram dan nyeri perut yang hebat
- Dismenore bisa berdampak pada kehidupan wanita, menyebabkan gangguan pada kehidupan sehari-hari, penurunan prestasi akademik pada remaja, kualitas tidur yang buruk, memiliki pengaruh yang buruk untuk suasana hati, selain itu juga menimbulkan kecemasan dan depresi.

Pendahuluan

- Berdasarkan data World Health Organization (WHO), dismenore pada tahun 2020 sebanyak 1.769.425 (90%) dimana, 10 - 16% diantaranya menderita dismenorea berat. Lebih dari 50% wanita mengalami kejadian dismenore yang cukup tinggi di seluruh dunia.
- Di Asia angka kejadian dismenorea adalah 74,5% yang dialami oleh remaja putri setiap bulannya. Di Indonesia yang mengalami dismenore primer sebanyak (54,98 %) serta dismenore sekunder sebanyak (9,36%).

Pendahuluan

- Di Jawa Timur sendiri memiliki angka sebesar 64,25% dengan dismenore primer sebesar 54,89% dan dismenore tingkat sekunder sebesar 9,36%
- Angka kejadian dismenore di SMK Muhammadiyah 1 Taman, Sidoarjo berdasarkan nilai penelitian yang sudah dilakukan Hanum dan Nuriyanah (2016), menunjukkan bahwa dari 37 siswi hampir seluruh remaja putri 29 siswi (78,4%) mengalami dismenore. Sekitar 29 orang remaja yang mengalami dismenorea ringan ada 51.7% sedangkan yang mengalami disminorea sedang 34,5% dan 13,8 % dismenorea berat.

Pendahuluan

- Berdasarkan hasil penelitian Rustam (2015), perbuatan yang dilakukan responden saat dismenore adalah perbuatan terapi komplementer (tradisional) (17,86%) dan tindakan obat-obatan (82,14%).
- Sementara itu efek samping yang ditimbulkan secara umum obat-obatan analgetik adalah saluran cerna yang terganggu, contohnya mual, muntah, gangguan pencernaan, diare, serta gejala gangguan lainnya pada lambung, kulit kemerahan dan cephalgia.

Pendahuluan

- Perlu adanya alternatif untuk mengatasi dismenorea dengan cara non farmakologi salah satunya dengan menggunakan akupresur.
- Hasil penelitian Marlinda dkk (2022), penurunan intensitas nyeri haid tertinggi pada kelompok akupresur titik tai chong (LR 3). Pada penelitian Revianti dkk (2021), menyatakan bahwa selepas diberikan intervensi dengan teknik akupresur LI4 kekuatan nyeri pada remaja yang mengalami dismenore berkurang dan penelitian Mahmoud dkk (2022), akupresur Sp6 berpengaruh positif dalam penurunan rasa nyeri haid pada siswi penderita dismenore primer.

Pendahuluan

- Penekanan pada salah satu titik meridian akupresur bisa memberikan efek dalam meningkatkan kadar endorfin. Endorfin bertindak sebagai penghilang rasa nyeri dan diproduksi oleh tubuh di bagian darah dan peptida opioid endogen didalam susunan syaraf pusat.
- Pendidikan kesehatan mempunyai tujuan untuk menambahkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat demi merawat dan meningkatkan kesehatan pada dirinya sendiri.

Pendahuluan

- Peningkatan pengetahuan melalui pendidikan kesehatan akan mempengaruhi seseorang dalam pengambilan sikap dan keputusan, pengetahuan mengalami peningkatan karena adanya pemberian informasi.
- Pemberian pendidikan kesehatan dengan memanfaatkan bantuan media bisa meningkatkan pengetahuan dan sikap. Pada pendidikan kesehatan media yang digunakan berbagai macam diantaranya adalah media cetak dan audiovisual.

Pendahuluan

- Saat ini remaja yg mengalami dismenore banyak menggunakan obat-obatan sebagai penanganannya. hal ini akan menimbulkan efek berbahaya bagi tubuh jika dikonsumsi dalam waktu jangka panjang. maka diperlukan pendidikan kesehatan terkait penanganan nyeri haid dengan menggunakan terapi komplementer yang relatif aman salah satunya akupresur.

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

1. Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan akupresur untuk mengurangi nyeri haid (dismenore) dengan media video.
2. Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan akupresur untuk mengurangi nyeri haid (dismenore) dengan media booklet.
3. Bagaimana gambaran sikap sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan akupresur untuk mengurangi nyeri haid (dismenore) dengan media video
4. Bagaimana gambaran sikap sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan akupresur untuk mengurangi nyeri haid (dismenore) dengan media booklet
5. Apakah ada perbedaan efektivitas media video dan booklet akupresur untuk mengurangi dismenore terhadap tingkat pengetahuan dan sikap?

Metode

- Desain penelitian : desain penelitian *Quasi Eksperiment* berupa *Nonequivalent Control Group Design*
- Populasi : Semua siswi kelas 11 SMA YPM 2 Sukodono
- Sampel Penelitian : 60 siswi dengan 30 kelompok booklet dan 30 kelompok video, kriteria inklusi yaitu sudah menstruasi, siswi yang pernah mengalami dismenore, bersedia menjadi subjek penelitian, usia 16-19 tahun, mengikuti pendidikan kesehatan baik pre-test maupun post-test.

Metode

- Teknik pengambilan sampel : menggunakan non-probability sampling dengan consecutive sampling
- Instrumen penelitian : menggunakan kuisisioner
- Analisis Data : analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *mann-whitney*

Hasil

1. Karakteristik Distribusi Responden

Karakteristik	Kelompok Media Video				Kelompok Media Booklet			
	n	%	Mean	SD	n	%	Mean	SD
Usia			16,93	0,583			17,03	0,615
16	6	20,0			5	16,7		
17	20	66,7			19	63,3		
18	4	13,3			6	20,0		
Usia Menarche			12,23	1,382			12,17	1,147
10	3	10,0			2	6,7		
11	4	13,3			6	20,0		
12	15	50,0			11	36,7		
13	2	6,7			8	26,7		
14	3	10,0			2	6,7		
15	3	10,0			1	3,3		
Siklus Menstruasi Teratur								
Ya	18	60,0			18	60,0		
Tidak	12	40,0			12	40,0		
Pernah Mengalami Nyeri Haid								
Ya	30	100			30	100		
Tidak	0	0			0	0		
Aktivitas Terganggu Karena Nyeri Haid								
Ya	25	83,3			23	76,7		
Tidak	5	16,7			7	23,3		
Pernah Mendengar Tentang Akupresur								
Ya								
Youtube					1	3,35		
Google					1	3,35		
Instagram	1	3,3						
Orangtua								
Teman								
Majalah								
Tidak	29	96,7			28	93,3		
Total	30	100			30	100		

Hasil

2. Frekuensi Tingkat Pengetahuan Akupresur Dalam Mengurangi Dismenore Menggunakan Media Video dan Booklet Sebelum Diberikan Intervensi

Variabel	Tingkat Pengetahuan	Kelompok Video		Kelompok Booklet	
		Pretest		Pretest	
		n	%	n	%
Pengetahuan	Baik	10	33,3	3	10,0
	Cukup	5	16,7	5	16,7
	Kurang	15	50,0	22	73,3
Total		30	100	30	100

Hasil

3. Frekuensi Tingkat Pengetahuan Akupresur Dalam Mengurangi Dismenore Menggunakan Media Video dan Booklet Sesudah Diberikan Intervensi

Variabel	Tingkat Pengetahuan	Kelompok Video		Kelompok Booklet	
		Post test		Post test	
		n	%	n	%
Pengetahuan	Baik	30	100	26	86,7
	Cukup	0	0	3	10,0
	Kurang	0	0	1	3,3
Total		30	100	30	100

Hasil

4. Frekuensi Tingkat Sikap Akupresur Dalam Mengurangi Dismenore Menggunakan Media Video dan Booklet Sebelum Diberikan Intervensi

Variabel	Tingkat Sikap	Kelompok Video		Kelompok Booklet	
		Pretest		Pretest	
		n	%	n	%
Sikap	Positif	13	43,3	12	40,0
	Negatif	17	56,7	18	60,0
Total		30	100	30	100

Hasil

5. Frekuensi Tingkat Sikap Akupresur Dalam Mengurangi Dismenore Menggunakan Media Video dan Booklet Sesudah Diberikan Intervensi

Variabel	Tingkat Sikap	Kelompok Video		Kelompok Booklet	
		Pretest		Pretest	
		n	%	n	%
Sikap	Positif	19	63,3	18	60,0
	Negatif	11	36,7	12	40,0
Total		30	100	30	100

Hasil

6. Perbedaan Rerata Nilai Pengetahuan dan Sikap Akupresur Dalam Mengurangi Dismenore Pada kelompok Media Video dan Media Booklet

Variabel	Video	Booklet	Pvalue
	Mean rank		
Pengetahuan	35,07	25,93	0,009
Sikap	35,83	25,17	0,017

Pembahasan

Karakteristik Responden

- Penelitian ini melibatkan responden yang berusia antara 16-18 tahun dengan usia terbanyak 17 responden (66,7%). Proses belajar mengajar dipengaruhi oleh usia, yang menggambarkan kematangan fisik, mental, dan sosial. Hal ini menunjukkan usia menjadi salah satu aspek yang berdampak pada pemahaman penjelasan, sehingga dapat mempengaruhi peningkatan pengetahuan seseorang, termasuk pengetahuan tentang akupresur untuk mengurangi dismenore.

Pembahasan

- Rata-rata usia menarche pada kelompok video 12,23 dan kelompok booklet 12,17. Menarche adalah menstruasi pertama anak perempuan. Ini biasanya terjadi pada usia dua belas hingga empat belas tahun.
- Pada kedua kelompok sebanyak 18 responden (60,0%) mengalami siklus menstruasi yang teratur. Seluruh responden 100% dari kedua kelompok mengalami nyeri haid dimana pada kelompok video yang mengeluhkan aktifitas nya terganggu karena nyeri haid sebesar 25 responden (83,3%) dan kelompok booklet sebanyak 23 responden (76,7%).

Pembahasan

- Menurut Putri dkk (2024) 60% hingga 75% remaja putri di Indonesia mengalami nyeri menstruasi primer. Namun, dampak dismenore primer menyebabkan remaja putri kehilangan fokus, mengalami kelelahan saat belajar, dan memilih untuk tidak hadir di kelas.
- Hampir seluruh responden tidak pernah mendengar tentang akupresur. Pengetahuan seseorang dapat ditingkatkan dengan informasi. Dengan informasi yang dapat dipercaya dan akurat, perspektif responden dan pemahaman mereka tentang penggunaan akupresur untuk mengurangi dismenore dapat meningkat.

Pembahasan

- Berdasarkan tabel 2 dan 3 distribusi frekuensi tingkat pengetahuan mengalami peningkatan dari 10 orang (33,3%) menjadi 30 orang (100%) yang berpengetahuan baik. Sedangkan pada kelompok media booklet dari 3 orang (10,0%) menjadi 26 orang (86,7%) yang berpengetahuan baik.
- Siswi telah mengikuti proses pembelajaran dan mengetahui tentang manfaat akupresur untuk mengurangi dismenore sehingga pengetahuan siswi dapat meningkat.

Pembahasan

- Dapat dilihat distribusi frekuensi sikap remaja sebelum diberikan intervensi dengan media video terdapat 13 orang (43,3%) yang mempunyai sikap positif dan setelah diberikan intervensi sebanyak 19 orang (63,3%) yang mempunyai sikap positif.
- Sedangkan pada kelompok booklet sebelum diberikan intervensi sebanyak 12 orang (40,0%) yang mempunyai sikap positif dan setelah diberikan intervensi sejumlah 18 orang (60,0%) yang memiliki sikap positif.
- Pengetahuan yang mereka peroleh tentang akupresur dalam mengurangi dismenore dapat berdampak pada sikap siswi. Siswi yang berpengetahuan baik juga memiliki sikap yang baik.

Pembahasan

Efektivitas Media Video dan Booklet Akupresur Dalam Mengurangi Dismenore Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap

- Hasil rata-rata peningkatan skor pengetahuan responden pada media video sebanyak 35,07 dan pada media booklet sebesar 25,93. Selain itu berdasarkan tabel tersebut, hasil uji *mann-whitney* diperoleh p-value sebesar 0,009.
- Sedangkan hasil pada variabel sikap pada media video 35,83 dan media booklet 25,17 diperoleh p-value sebesar 0,017. Hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan peningkatan pengetahuan dan sikap yang signifikan antara media video dan media booklet.
- Penggunaan video memiliki pengaruh yang lebih tinggi daripada booklet dimana kenaikan skor rata-rata sebesar 35,07 pada pengetahuan dan sikap sebesar 35,83.

Pembahasan

Efektivitas Media Video dan Booklet Akupresur Dalam Mengurangi Dismenore Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap

- Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kurniatin dan Zakiyya (2022) juga menunjukkan bahwa penggunaan media video menghasilkan peningkatan yang signifikan daripada menggunakan booklet.
- Temuan penelitian ini senada dengan penelitian Anwar dkk (2023) dimana terdapat perbedaan efektivitas antara media edukasi video dan booklet, didapatkan media video lebih efisien daripada media booklet terhadap peningkatan pengetahuan dan minat.

Pembahasan

Efektivitas Media Video dan Booklet Akupresur Dalam Mengurangi Dismenore Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap

- Pemberian pendidikan kesehatan terkait dengan penggunaan akupresur dalam mengatasi dismenore dikalangan remaja ini adalah salah satu jalan keluar untuk memecahkan permasalahan terkait dengan nyeri haid yang dapat mengganggu aktivitas remaja.
- Peningkatkan pengetahuan dan kemampuan sangat penting dan hal ini dapat dicapai melalui pendidikan kesehatan. Untuk memberikan pendidikan, alat peraga atau media yang menarik dapat digunakan.

Pembahasan

Efektivitas Media Video dan Booklet Akupresur Dalam Mengurangi Dismenore Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap

- Booklet mengandung penjelasan yang jelas, tegas, dan gampang dipahami dengan gabungan tulisan dan gambar kecil. Dianggap meningkatkan pengetahuan dikarenakan membantu peserta mengingat sebagian dari materi yang dapat terlalaikan jika diberikan secara lisan dalam waktu kurang dari lima menit.

Pembahasan

Efektivitas Media Video dan Booklet Akupresur Dalam Mengurangi Dismenore Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap

- Animasi video dapat menarik perhatian penonton dan meningkatkan penerimaan pengetahuan.
- Kelebihan media video adalah menciptakan gambar dan suara, yang berhasil menarik perhatian dan minat sasaran, membuatnya lebih gampang dimengerti. Bisa diulang kapan saja jika diperlukan dan menghemat waktu.
- Listyarini (2017) menyatakan bahwa antara 75% sampai 87% orang meningkatkan pengetahuan mereka melalui melihat atau pengetahuan yang diperoleh dari pancaindera.

Pembahasan

Efektivitas Media Video dan Booklet Akupresur Dalam Mengurangi Dismenore Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap

- Peningkatan sikap berasal dari peningkatan pengetahuan, sikap seseorang terhadap sesuatu didasarkan pada pengetahuan yang diperoleh melalui pendalaman materi dari berbagai sumber informasi.
- Seseorang biasanya menunjukkan sikap yang baik setelah memperoleh pengetahuan. Sesuai dengan maksud penyuluhan yaitu, adanya peningkatan pengetahuan yang akan berdampak pada perubahan sikap

Pembahasan

Efektivitas Media Video dan Booklet Akupresur Dalam Mengurangi Dismenore Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap

- Berdasarkan hasil penelitian terjadinya peningkatan pengetahuan dan sikap menggunakan media video lebih efisien karena media video melibatkan indera pendengaran dan penglihatan dimana media video tidak hanya berupa tulisan saja tetapi terdapat gambar dan suara sehingga siswa lebih tertarik dan tidak mudah bosan berbeda dengan booklet hanya gambar diam dan cenderung monoton.

Temuan Penting Penelitian

Terdapat perbedaan efektivitas antara media video dan booklet dimana media video lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswi mengenai akupresur dalam mengurangi dismenore.

Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

- Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bukti empirik adanya perbedaan efektivitas media video dan media booklet akupresur dalam mengurangi dismenore terhadap tingkat pengetahuan dan sikap serta sebagai bahan bacaan dan kepustakaan untuk penelitian selanjutnya.

Manfaat Penelitian

Manfaat Praktis

- Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi bagi masyarakat khususnya remaja yang sudah mengalami menstruasi agar dapat menggunakan akupresur sebagai alternatif non farmakologi. Serta sebagai bahan pertimbangan dalam penggunaan metode pendidikan kesehatan.

Referensi

- N. Meilan, Maryannah, and W. Follona, *Kesehatan Reproduksi Remaja: Implementasi PKPR dalam Teman Sebaya*. Malang: Wineka Media, 2019. Accessed: Dec. 06, 2023. [Online]. Available: <https://books.google.co.id/books?id=RteJDwAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- L. Aulia and L. H. Pinem, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Berbasis Media Sosial Instagram (Social Media Campaign) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Dismenore di SMA Negeri X," *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, vol. 4, no. 1, p. 16, 2023, doi: 10.24853/myjm.4.1.16-25.
- A. K. Selçuk and E. Yanikkerem, "Effect of acupressure on primary dysmenorrhea: Review of experimental studies," *JAMS Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, vol. 14, no. 2, pp. 33–49, 2021, doi: 10.51507/j.jams.2021.14.2.33.
- M. Bernardi, L. Lazzeri, F. Perelli, F. M. Reis, and F. Petraglia, "Dysmenorrhea and related disorders [version 1; peer review: 3 approved] ," *F1000Res*, vol. 6, no. 1645, pp. 1–7, 2017.
- F. I. Yuliyani and T. Susilowati, "Gambaran Dismenorea Saat Aktivitas Belajar Diruang Kelas Pada Siswi Sma Muhammadiyah 1 Sragen," *Journal Locus Penelitian dan Pengabdian*, vol. 1, no. 6, pp. 459–465, 2022, doi: 10.36418/locus.v1i6.143.
- R. Herawati, "FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN NYERI HAID (DISMENOREA) PADA SISWI MADRASAH ALIYAH NEGERI PASIR PENGARAIAN," *Maternity and Neonatal*, vol. 2, no. 3, pp. 161–172, 2017, Accessed: Dec. 07, 2023. [Online]. Available: <https://e-journal.upp.ac.id/index.php/akbd/article/view/1382/1107>

Referensi

- H. Setyowati, *Akupresur untuk Kesehatan Wanita Berbasis Hasil Penelitian*. Magelang: UNIMMA PRESS, 2018. Accessed: Dec. 07, 2023. [Online]. Available: https://books.google.co.id/books?id=LGHWDwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=id&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- F. Fitria and A. Haqqattiba'ah, "Pengaruh Akupresur dengan Teknik Tuina terhadap Pengurangan Nyeri Haid (Disminore) pada Remaja Putri," *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, vol. 7, no. 1, pp. 073–081, 2020, doi: 10.26699/jnk.v7i1.art.p073-081.
- Y. Syaiful and S. V. Naftalin, "Abdominal stretching exercise Menurunkan Intensitas Dismenorea Pada Remaja Putri," *Jurnal Ilmu kesehatan*, vol. 7, no. 1, pp. 269–276, 2019, doi: <https://doi.org/10.32831/jik.v7i1.195>.
- S. M. F. Hanum and T. E. Nuriyanah, "Dismenorea Dan Olahraga Pada Remaja Di SMK Muhammadiyah 1 Taman," *Rakernas Aipkema*, pp. 337–343, 2016.
- L. Zannoni, M. Giorgi, E. Spagnolo, G. Montanari, G. Villa, and R. Seracchioli, "Dysmenorrhea, absenteeism from school, and symptoms suspicious for endometriosis in adolescents," *J Pediatr Adolesc Gynecol*, vol. 27, no. 5, pp. 258–265, Oct. 2014, doi: 10.1016/J.JPAG.2013.11.008.
- E. Rustam, "Gambaran Pengetahuan Remaja Puteri Terhadap Nyeri Haid (Dismenore) dan Cara Penanggulangannya," *Jurnal Kesehatan Andalas*, vol. 4, no. 1, pp. 286–290, 2015, doi: 10.25077/jka.v4i1.236.

Referensi

- H. Khotimah and S. S. Lintang, "Terapi Non-Farmakologi untuk Mengatasi Nyeri Dismenore pada Remaja," *Faletehan Health Journal*, vol. 9, no. 3, pp. 343–352, 2022, doi: 10.33746/fhj.v9i3.499.
- H. Lestari, J. Metusala, and D. Y. Suryanto, "Gambaran Dismenorea pada Remaja Putri Sekolah Menengah Pertama di Manado," *Sari Pediatri*, vol. 12, no. 2, p. 99, 2016, doi: 10.14238/sp12.2.2010.99-102.
- M. Marlinda, N. Muliani, A. M. Christiani, and Y. Septiasari, "Akupresur 3 Titik Tubuh Mengurangi Nyeri Haid," *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, vol. 8, no. 2, pp. 113–119, 2022, doi: 10.52943/jikeperawatan.v8i2.1025.
- I. D. Revianti and A. Yanto, "Teknik Akupresur Titik Hegu (LI4) Menurunkan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja," *Holistic Nursing Care Approach*, vol. 1, no. 1, p. 39, 2021, doi: 10.26714/hnca.v1i1.8265.
- N. S. A. Mahmoud, M. Y. H. Mourad, and S. M. Lamadah, "Effect of Spleen 6-point Acupressure on Pain Intensity among Late Adolescents Nursing Students with Primary Dysmenorrhea," *Alexandria Scientific Nursing Journal (ASNJ)*, vol. 24, no. 3, pp. 114–124, 2022.
- M. Ridwan and Herlina, "METODE AKUPRESUR UNTUK MEREDAKAN NYERI HAID," *Metode Akupresur Untuk Meredakan Nyeri Haid*, vol. VIII, no. 1, pp. 51–56, 2015, doi: <https://doi.org/10.26630/jkm.v8i1.170>.
- K. T. Bond and S. R. Ramos, "Utilization of an animated electronic health video to increase knowledge of post- A nd pre-exposure prophylaxis for HIV among African American Women: Nationwide cross-sectional survey," *JMIR Form Res*, vol. 3, no. 2, pp. 1–14, 2019, doi: 10.2196/formative.9995.

Referensi

- S. Suprpto, "Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dan Pemberian Sembako Era Pandemi Covid-19," *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 3, pp. 521–526, 2021.
- S. Susanti and W. Widyoningsih, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Sikap Remaja Tentang Seks Bebas," *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, vol. 10, no. 2, p. 297, 2019, doi: 10.26751/jikk.v10i2.721.
- A. Sutriyawan, C. Valiani, M. Munawaroh, A. S. Sarbini, and E. Sutrisno, "Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu Dalam Mencegah Stunting Melalui Edukasi Berbasis Media Pada Masa Pandemi Covid-19," *Jurnal Masyarakat Mandiri*, vol. 5, no. 4, pp. 1982–1994, 2021, doi: <https://doi.org/10.31764/jmm.v5i4.4974>.
- S. Notoatmodjo, *Ilmu perilaku kesehatan*, II. Jakarta: Rineka Cipta, 2014. doi: 978-979-518-983-1.
- E. Wijayanti, Supriyadi, and S. Azizah, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Audiovisual Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Kehamilan Dini di MTsN 3 Penajam," *Majory : Malang Journal of Midwifery*, vol. 5, no. 1, pp. 15–25, 2023, doi: <https://doi.org/10.31290/majory.v5i1.3838>.
- J. W. Creswell and J. D. Creswell, *Fifth Edition Research Design Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*, Fifth Edit. Los Angeles: SAGE, 2018.
- S. B. Hulley, S. R. Cummings, W. S. Browner, D. G. Grady, and T. B. Newman, *Designing Clinical Research*, vol. 10, no. 4. USA, 2007. doi: 10.1097/00006982-199010000-00024.
- E. Lusiani, I. Y. Prastyawati, and A. Nobita, "Efektifitas Pendidikan Kesehatan Dengan Menggunakan Media Booklet Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Stunting," *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, vol. 4, no. 2, pp. 1689–1699, 2021.

Referensi

- L. Hanifah and S. Suparti, "HUBUNGAN USIA DENGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG PEMERIKSAAN PAYUDARA SENDIRI (SADARI)," *Jurnal.Stikesmus*, vol. 8, no. 2, pp. 39–47, 2017, [Online]. Available: <https://doi.org/10.36419/jkebin.v8i2.14>
- C. S. Por, R. Mogana, G. A. Akowuah, S. Chinnappan, and N. H. Abdullah, "Polyherbal Formulation for Primary Dysmenorrhea: A Review," *Res J Pharm Technol*, vol. 15, no. 4, pp. 1891–1900, 2022, doi: 10.52711/0974-360X.2022.00316.
- W. D. P. Syam, Sri Wahyuni Gaytri, A. H. Muchsin, A. Bamahry, and N. Laddo, "Hubungan Status Gizi terhadap Usia Menarche," *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, vol. 2, no. 9, pp. 637–645, 2022, doi: 10.33096/fmj.v2i9.119.
- H. E. Putri, L. T. Arlym, and R. Widowati, "PENGARUH KONSUMSI MADU AKASIA TERHADAP DISMENOORE PADA REMAJA," *Jurnal Menara Medika*, vol. 6, no. 2, pp. 231–239, 2024.
- N. A. Fahmiah, N. Huzaimah, and M. Hannan, "Dismenorea dan Dampaknya terhadap Aktivitas Sekolah pada Remaja," *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, vol. 3, no. 1, pp. 81–87, 2022, doi: 10.36590/kepo.v3i1.307.
- E. Sinaga, Lia Rosa Veronika Sianturi, Maisyarah, N. Amir, J. P. Simamora, Ashriady, and Hardiyati, *PENDIDIKAN KESEHATAN DAN ILMU PERILAKU*, I. Kita Menulis, 2021.
- W. C. Rachmawati, *PROMOSI KESEHATAN DAN ILMU PERILAKU*, IV. Malang: Wineka Media, 2019.
- B. N. Fadliah, A. Subiyatin, and Hamidah, "Hubungan pengetahuan, sikap, dan sumber informasi dengan kebersihan saat menstruasi," *PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 7, no. 1, pp. 1371–1379, 2023.

Referensi

- M. Sambo, N. S. Beda, Y. C. Odilaricha, and L. Marampa, "Pengaruh Edukasi Tentang Protokol Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pencegahan Penularan Covid-19 pada Anak Usia 10-12 Tahun," *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, vol. 1, no. 2, pp. 72–80, Sep. 2021, doi: 10.56742/NCHAT.V1I2.15.
- L. F. Kurniatin and A. Zakiyya, "Pendidikan Kesehatan dengan Media Video dan Booklet Pendampingan 1000 Hari Pertama Kehidupan terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil dalam Upaya Pencegahan Stunting," *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes RI Pangkalpinang*, vol. 10, no. 1, pp. 28–37, 2022, doi: 10.32922/jkp.v10i1.458.
- R. R. Anwar, U. Kalsum, and N. Siregar, "Efektivitas Edukasi Menggunakan Media Video Dan Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Minat Kb Pasca Persalinan Pada Ibu Primigravida Di Puskesmas Pasundan," *Jurnal Skala Kesehatan Politeknik Kesehatan Banjarmasin*, vol. 14, no. 1, pp. 21–27, 2023.
- E. Nofalina, R. Sulistiawati, and Saudah, "EFEKTIVITAS BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI TENTANG DAMPAK PERNIKAHAN DINI DI KECAMATAN JAWAI KABUPATEN SAMBAS," *JIDAN Jurnal Ilmiah Bidan*, vol. 7, no. 2, pp. 1–8, 2023.
- N. M. Suwarini, N. M. A. Sukmandari, and M. R. S. Wulandari, "Pengaruh Pemberian Terapi Akupresur terhadap Tekanan Darah Lansia di Puskesmas Kediri I Tabanan," *Jurnal Surya Medika*, vol. 7, no. 1, pp. 243–247, 2021, doi: 10.33084/jsm.v7i1.2181.
- Pralisaputri K R, S. Heribertus, and M. Chatarina, "Pengembangan Media Booklet Berbasis SETS Pada Materi Pokok Mitigasi Dan Adaptasi Bencana Alam Untuk Kelas X SMA," *Jurnal GeoEco*, vol. 2, no. 2, pp. 147–154, 2016, [Online]. Available: <https://jurnal.uns.ac.id/geoeco/article/view/8930>

Referensi

- Sabarudin *et al.*, “Efektivitas Pemberian Edukasi secara Online melalui Media Video dan Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan Pencegahan Covid-19 di Kota Baubau,” *Jurnal Farmasi Galenika (Galenika Journal of Pharmacy) (e-Journal)*, vol. 6, no. 2, pp. 309–318, 2020, doi: 10.22487/j24428744.2020.v6.i2.15253.
- Sadimin, Prasko, Sariyem, and Sukini, “Dental Health Education to Knowledge about PHBS How to Maintain Dental and Mouth Cleanliness at Orphanage Tarbiyatul Hasanah Gedawang, Banyumanik, Semarang City,” *Jurnal Kesehatan Gigi*, vol. 8, no. 1, pp. 1–5, 2020, [Online]. Available: <https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jkg/article/view/6538>
- A. D. Listyarini, “Penyuluhan dengan media audio visual meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat anak usia sekolah,” *Jurnal STIKES Cendekiautama Kudus*, pp. 112–117, 2017.
- A. L. Kellams, K. K. Gurka, P. P. Hornsby, E. Drake, and M. R. Conaway, “A randomized trial of prenatal video education to improve breastfeeding among low-income women,” *Breastfeeding Medicine*, vol. 13, no. 10, pp. 666–673, 2018, doi: 10.1089/bfm.2018.0115.
- [W. Puspitaningrum, F. Agushybana, A. Mawarni, D. Nugroho Bagian Biostatistika dan Kependudukan, and F. Kesehatan Masyarakat, “PENGARUH MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI TERKAIT KEBERSIHAN DALAM MENSTRUASI DI PONDOK PESANTREN AL-ISHLAH DEMAK TRIWULAN II TAHUN 2017,” *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 5, no. 4, pp. 274–281, Oct. 2017, doi: 10.14710/JKM.V5I4.18362.
- M. S. Lubis, C. Pramana, and H. S. Kasjono, “Pengaruh Penyuluhan Menstruasi Menggunakan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswi Dalam Menghadapi Menarche,” *Sebatik*, vol. 26, no. 1, pp. 270–276, 2022, doi: 10.46984/sebatik.v26i1.1544.

