

PENGARUH VIDEO EDUKASI DISMENOREA MELALUI MEDIA SOSIAL TIKTOK
TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA REMAJA PUTRI
SMPN 28 KOTA BATAM

Andi Ipaljri Saputra¹, Andi Asda Astiah², Anisa Putri Ayu Handayani³

¹Fakultas Kedokteran Universitas Batam, andiipaljri@univbatam.ac.id

²Fakultas Kedokteran Universitas Batam, andiasda@univbatam.ac.id

³Fakultas Kedokteran Universitas Batam, 61121061@univbatam.ac.id

ABSTRACT

Background: Basically, dysmenorrhea education can be known by teenagers from social media, one of which is a social media platform that is widely used by all levels of society is TikTok. Currently, the needs of teenagers to obtain educational information and information services are still not well met. So it is necessary to promote educational videos through TikTok regarding the knowledge and attitudes of female adolescent students regarding dysmenorrhea.

Methods: This type of research was experimental research with pretest posttest. The population and sample in this study were 62 female students using the stratified random sampling method, namely random sampling based on class division and data collection techniques using questionnaires, the study was conducted in December 2024 at SMPN 28 Batam City.

Results: The results of data analysis used paired sample t-test were obtained. The results of the study showed a significant difference in the level of knowledge and attitude between before and after being given an educational video via social media tiktok regarding dysmenorrhea with a p-value of 0.0000.

Conclusion: Based on the research results, there was an influence of educational videos through TikTok social media on the knowledge and attitudes of female adolescents regarding dysmenorrhea at SMPN 28 Batam City.

Keywords: Social Media Tiktok, Knowledge, Attitude, Adolescents, Dysmenorrhea

ABSTRAK

Latar Belakang: Pada dasarnya edukasi dismenorea dapat diketahui oleh remaja dari media sosial, salah satunya platform sosial media yang banyak diminati oleh seluruh kalangan masyarakat adalah tiktok. Saat ini kebutuhan remaja untuk mendapatkan informasi pendidikan dan pelayanan informasi masih belum dapat dipenuhi dengan baik. Sehingga diperlukan promosi video edukasi melalui media sosial tiktok terhadap pengetahuan dan sikap siswi remaja putri mengenai dismenorea.

Metode: Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan pretest posttest. Populasi dan sampel pada penelitian ini yaitu 62 siswi menggunakan metode stratified random sampling yaitu pengambilan sampel secara acak berdasarkan pembagian kelas dan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner, penelitian dilaksanakan pada bulan Desember 2024 di SMPN 28 Kota Batam.

Hasil: Didapatkan hasil analisis data menggunakan uji paired sample t-test. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan tingkat pengetahuan dan sikap yang bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan video edukasi melalui media sosial tiktok mengenai dismenorea dengan p-value 0,0000.

Kesimpulan: Berdasarkan hasil penelitian bahwa terdapat pengaruh video edukasi melalui media sosial tiktok terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai dismenorea di SMPN 28 Kota Batam.

Kata kunci: Media Sosial Tiktok, Pengetahuan, Sikap, Remaja, Dismenorea

PENDAHULUAN

Dismenore adalah rasa nyeri yang dirasakan saat menstruasi, biasanya berupa kram di perut bagian bawah. Nyeri ini bisa muncul sebelum atau selama menstruasi, sering kali mengganggu aktivitas harian. Tingkat keparahannya dapat bervariasi, dari yang ringan hingga yang cukup berat sehingga membutuhkan pengobatan. Sebagian besar kasus dismenore bersifat fisiologis, artinya bagian normal dari siklus menstruasi. Menurut Prof. Dr. dr. Wendy Hendarto, Sp. OG (K)-FER & dr. Aucky Hinting, Ph.D., Sp. And(K) dalam buku *Sistem Reproduksi pria dan Wanita: Patofisiologi hingga Aspek Klinis*, dismenorea dapat dikategorikan menjadi dua. Dismenorea primer adalah nyeri saat menstruasi tanpa didapatkan kelainan patologis pada organ system reproduksi, sementara dismenorea sekunder disebabkan oleh kelainan atau gangguan pada organ reproduksi, seperti endometriosis, adenomiosis, fibroid rahim, atau infeksi panggul.

Data WHO (2017), menyatakan bahwa jumlah kasus dismenore cukup tinggi disebgian besar dunia, menurut penelitian yang dilakukan. Perempuan mengalami dismenore sebesar 16,8% hingga 81% dengan prevelensi terendah di Bulgaria sebesar 8,8% dan di negara Firlandia sebesar 94%. Nilai prevelensi dismenore di Amerika Serikat sebesar 29 hingga 45%, yang menyebabkan siswa tidak berangkat sekolah karena rasa nyeri yang disebabkan, sering terjadi pada perempuan berusia 18 sampai 45 tahun. Pada tahun 2018, Riskesdas mencatat prevalensi dismenore di Indonesia mencapai 64,25% dengan 54,89% terdiri dari dismenore primer dan 9,36% terdiri dari dismenore sekunder (Riskesdas, 2018).

Sebagian besar perempuan di Indonesia yang mengalami dismenore tidak pergi ke dokter. Data menunjukkan bahwa 90% perempuan Indonesia pernah mengalami dismenore (Fitria & Haqqattiba'ah, 2020). Menurut Jurnal *Occupational Environmental*, disemenore

primer (54,98%) dan dismenore sekunder (9,36%) adalah jenis yang paling umum di Indonesia. Wanita dengan usia yang produktif ialah mereka yang paling umum di Indonesia. Wanita dengan usia produktif adalah mereka yang berusia antara 15 sampai 64 tahun. Populasi usia produktif di Indonesia tersendiri sebesar 190,9 juta jiwa pada tahun 2022, dengan 94,2 juta jiwa wanita, menurut Badan Pusat Statistik (BPS). Pada data PPID Kepri tahun 2021, Provinsi Kepulauan Riau mencapai 602,503 jiwa dan Kota Batam mencapai 417,901 jiwa.

Dismenorea dapat diatasi dengan cara farmakologis atau non farmakologis. Pengobatan farmakologis pada dismenorea dapat menggunakan obat analgetik (obat anti nyeri) dan obat *anti-inflamasi non steroid* (OAINS). Sedangkan secara non farmakologis dapat dilakukan dengan olahraga ringan, yaitu menggunakan teknik relaksasi, dan kompres hangan pada daerah yang nyeri (Mislani, et al., 2019).

Menurut Sri (2023), salah satu cara pemerintah menangani masalah kesehatan reproduksi adalah dengan memberikan edukasi menangani masalah kesehatan reproduksi. Remaja akan belajar tentang kesehatan reproduksi, termasuk dismenorea, melalui edukasi kesehatan reproduksi. Pemilihan metode dan media yang tepat diperlukan untuk edukasi kesehatan remaja. Hal ini dilakukan untuk memastikan bahwa remaja dapat memanfaatkan sepenuhnya materi yang diberikan dalam edukasi kesehatan. Beberapa jenis media yang dapat digunakan termasuk media cetak, pameran atau *display*, *audio*, *audiovisual*, dan *multimedia*.

Pada saat ini tiktok sudah menjadi aplikasi sosial media dengan pengguna terbanyak dilansir dari *Cable News Network* (CNN) Indonesia dan dari data Amerika Serikat menunjukkan bahwa 32,5% pengguna berusia 10 sampai 19 tahun. Tiktok juga merupakan aplikasi yang membuat video berdurasi pendek dengan beberapa efek yang menarik disertai musik

dan dapat menyajikan kreativitas pengetahuan yang telah dibuat oleh beberapa instansi tenaga kesehatan dan sebagainya dalam bentuk video menarik dan memudahkan penggunaannya untuk mencari informasi atau konten lainnya sehingga banyak menarik minat pengguna khususnya para remaja yang selalu berselancar di media sosial (Rafika Rasidin, 2021).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Patnawati, *et al.*, (2023) dengan judul “Pengaruh Edukasi Dismenore Menggunakan Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Tanah Grogot” dapat disimpulkan bahwa pengetahuan sebelum diberikan edukasi dismenore menggunakan video Sebagian besar kurang yaitu 69,8% dan sesudah diberikan edukasi Sebagian besar meningkat menjadi lebih baik, yaitu 74,4%. Nilai sikap sebelum diberikan edukasi dismenore menggunakan video Sebagian besar negatif yaitu 88,4% dan sesudah diberikan edukasi dismenore menggunakan video seluruhnya meningkat menjadi positif yaitu 100%. Ada pengaruh edukasi dismenore menggunakan video seluruhnya meningkat menjadi positif yaitu 100%. Ada pengaruh edukasi dismenore menggunakan video terhadap pengetahuan pada remaja putri di SMP Negeri 3 Tanah Grogot dengan nilai *p-value* 0,000.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMPN 28 Kota Batam dengan sepuluh siswi didapatkan 9 remaja memiliki akun tiktok dengan delapan diantaranya pernah menonton video edukasi dismenorea atau nyeri haid di tiktok. Oleh karena itu berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti ingin mengetahui apakah penggunaan media sosial tiktok terkait edukasi tentang dismenorea memiliki pengaruh terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *pre-eksperimental* dengan *pre-posttest*. Data

dikumpulkan menggunakan kuesioner. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas VIII SMPN 28 Kota Batam dengan berjumlah 193 siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling* dengan jumlah sampel 62 siswi. Analisis data menggunakan *Paired Sample T-Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Univariat

1. Mengetahui pengetahuan dismenorea sebelum dan sesudah dilakukan edukasi dengan media sosial tiktok pada remaja putri kelas VIII SMPN 28 Kota Batam Tahun 2024

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan (*Pre-Posttest*)

Tingkat Pengetahuan	Pre-Test		Post-Test	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baik	19	30.6	50	80.6
Buruk	43	69.4	12	19.4
Total	62	100	62	100

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa pengetahuan siswi di SMPN 28 Kota Batam saat *pre-test* sebelum diberikan video edukasi melalui media sosial tiktok berada pada kategori buruk sebanyak 43 siswi dengan persentase (69.4%), kategori baik sebanyak 19 siswi dengan persentase (30.6%). Setelah dilakukan intervensi menggunakan video edukasi dismenorea melalui media sosial tiktok dan diberikan *post-test* tingkat pengetahuan responden meningkat pada kategori baik sebanyak 50 siswi dengan persentase (80.6%) dan kategori buruk sebanyak 12 siswi dengan persentase (19.4%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian penelitian yang dilakukan oleh Sri Patnawati (2023), dari hasil penelitian ini mendapatkan bahwa pengetahuan sebelum diberikan edukasi dismenore menggunakan video sebagian besar kurang, yaitu 69,8% dan sesudah diberikan edukasi sebagian besar meningkat menjadi baik, yaitu 74,4%.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku

seseorang karena faktor-faktor lain yang dapat berpengaruh terhadap perilaku seseorang. Menurut Mubarak (2016) menyatakan bahwa pengetahuan berasal dari pengalaman manusia dan akan berkembang seiring dengan pengalaman tersebut.

Tiktok merupakan aplikasi media sosial yang dengan mudah diunduh serta dapat memudahkan penggunaanya untuk mencari informasi serta video yang lebih menarik. Faktor lain yang mempengaruhi media sosial tiktok, yaitu faktor internal yang berupa karakteristik individu dan faktor eksternal yaitu pengetahuan dan kebutuhan. Dalam penggunaan media sosial tiktok juga sering kali memiliki dampak positif yakni membantu anak dalam mengasah keterampilan, meningkatkan kecerdasan otak kanan selama berada dalam pengawasan orang tua yang benar dan bijak.

2. Mengetahui sikap sebelum dan sesudah dilakukan edukasi dismenorea dengan media sosial tiktok pada remaja putri kelas VIII SMPN 28 Kota Batam Tahun 2024

Tabel 2. Tingkat Sikap (*Pre-Posttest*)

Tingkat Sikap	Pre-Test		Post-Test	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Baik	26	41.9	33	53.2
Buruk	36	58.1	29	46.8
Total	62	100	62	100

Table 2 diatas menunjukkan bahwa sikap di SMPN 28 Kota Batam saat sebelum diberikan video edukasi melalui media sosial tiktok terhadap dismenorea berada dalam kategori buruk sebanyak 36 siswi dengan persentase (58.1%), kategori baik sebanyak 26 siswi dengan persentase (41.9%). Setelah dilakukan intervensi menggunakan video edukasi dismenorea melalui media sosial tiktok dan dibeirkan *post-test* tingkat sikap siswi meningkat pada kategori baik sebanyak 33 siswi dengan persentase (53.2%) dan katgeori buruk sebanyak 29 siswi dengan persentase

(46.8%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sri Patnawati (2023), dari hasil penelitian ini didapatkan hasil sikap sebelum diberikan edukasi dismenorea menggunakan video Sebagian besar negatif, yaitu 88,4% dan sesudah diberikan edukasi dismenore menggunakan video seluruhnya meningkat menjadi positif, yaitu 100%.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arini Agriani (2023), dari hasil penelitian menunjukkan sikap yang positif responden dengan media video yaitu 46 orang (90,8%) dan yang negatif 5 orang (9,8%), setelah dilakukan intervensi terjadi peningkatan sikap yang positif yaitu 50 orang (98,0%) dan yang negatif menjadi 1 orang (2,0%).

Sikap dapat dipahami sebagai bentuk perasaan yang mencerminkan dukungan atau penolakkan terhadap suatu objek, baik itu dalam bentuk positif (mendukung) atau negatif (tidak mendukung). Menurut Reinaldi (2016), sikap mencerminkan pola perilaku atau kecenderungan seseorang untuk menyesuaikan diri dalam situasi sosial yang dapat merespon rangsangan sosial yang telah terkoordinasi. Dengan kata lain, sikap adalah penilaian atau reaksi positif atau negatif terhadap suatu objek.

B. Analisis Bivariat

Pengaruh video edukasi dismenorea melalui media sosial tiktok terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja putri kelas VIII SMPN 28 Kota Batam Tahun 2024

Tabel 3. Pengaruh Video Edukasi Dismenorea Melalui Media Sosial Tiktok Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Remaja Putri Kelas VIII SMPN 28 Kota Batam

<i>Variabel</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Dev</i>	<i>P-Value</i>
Nilai Pengetahuan <i>pre-test</i>	5,7	1,49	0,000
Nilai Pengetahuan <i>post-test</i>	9,1	0,96	
Nilai Sikap <i>pre-test</i>	36,6	4,43	0,000
Nilai Sikap <i>post-test</i>	42,2	4,87	

1. Pengaruh video edukasi dismenorea melalui media sosial tiktok terhadap pengetahuan

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa pengetahuan siswi mengenai dismenorea pada saat dilakukan *pre-test* sebelum diberikan video edukasi melalui media sosial tiktok adalah 5,7 setelah diberikan video edukasi melalui media sosial tiktok dan mengisi kuesioner *post-test* rata-rata pengetahuan siswi meningkat menjadi 9,1. Menurut hasil perhitungan uji *paired sample t-test* diperoleh *p-value* $0,000 < 0,05$, maka terdapat pengaruh yang signifikan media sosial tiktok terhadap pengetahuan dismenore pada siswi kelas VIII SMPN 28 Kota Batam sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa video edukasi melalui media sosial tiktok.

Sejalan dengan penelitian Nita Fitriyani (2023), setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui video edukasi didapatkan data bahwa tingkat pengetahuan memiliki tingkat baik

sebanyak 34 orang (59,6%) dan memiliki pengetahuan cukup sebanyak 23 orang (40,4%). Sehingga tingkat pengetahuan siswi tentang dismenore sesudah diberikan pendidikan kesehatan mayoritas termasuk dalam kategori baik yaitu sebanyak 34 orang (59,6%).

Salah satu usaha yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan yaitu dengan diberikan penyuluhan, karena semakin tinggi tingkat penyuluhan maka semakin mudah seseorang menerima informasi yang didapatkan. Saat ini informasi juga sudah terbagi dalam cakupan seperti kelengkapan teks, grafik, animasi, gambar dan audio/video, dan dapat diaplikasikan dalam berbagai bidang, misalnya untuk bidang promosi maupun pendidikan yang dapat digunakan sebagai alat tutorial yang canggih.

TikTok merupakan media yang mengandalkan indera pendengaran dan penglihatan dalam menyampaikan informasi. Keterlibatan lebih banyak indera dapat mempermudah proses penerimaan dan pemahaman informasi. Ini juga meningkatkan kemungkinan informasi tersebut dapat diingat lebih lama (Siregar Yafrinal, 2018).

2. Menganalisis pengaruh video edukasi dismenore melalui media sosial tiktok terhadap sikap

Berdasarkan hasil pada tabel 3 menunjukkan bahwa sikap siswi mengenai dismenore pada saat *pre-test* sebelum diberikan video edukasi melalui media sosial tiktok adalah 36,6. Setelah diberikan video edukasi melalui media sosial tiktok dan juga diberikan *post-test* rata-rata sikap siswi menjadi 42,2. Menurut hasil perhitungan uji *paired sample t-test* diperoleh nilai *p-value* $0,000 < 0,05$, maka terdapat pengaruh yang signifikan media sosial tiktok terhadap sikap dismenore pada siswi kelas VIII SMPN 28 Kota Batam sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa video edukasi melalui media sosial tiktok.

Sejalan dengan penelitian yang

dilakukan oleh David Saputra (2024), sebelum diberikan pendidikan kesehatan melalui video edukasi remaja memiliki sikap negatif namun setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui video edukasi terjadi perubahan sikap menjadi positif. Perubahan ini terjadi karena adanya stimulus yang diberikan melalui media video sehingga dapat mengubah sikap remaja terhadap dismenore.

Perubahan ini dikarenakan video yang dintonton oleh siswi adalah pengetahuan tentang dismenore dimulai dari pengertian, jenis dismenore, tand adan gejala, sampai dengan cara penanganan dismenore yang membuat pengetahuan siswi menjadi meningkat sehingga terjadilah pengaruh terhadap sikap yang dimiliki siswi yang awal sebelum diberikan edukasi negatif setelah diberikan edukasi berubah menjadi positif.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 62 siswi di SMPN 28 Kota Batam, menunjukkan bahwa tingkatan baik pada nilai pengetahuan siswi sebelum diberikan video edukasi dismenorea melalui media sosial tiktok 30,6% meningkat menjadi 80,6% dan tingkatan baik pada nilai sikap siswi sebelum diberikan video edukasi dismenorea melalui media sosial tiktok 41,9% meningkat menjadi 53,2%. Analisis statistic menunjukkan pengaruh yang bermakna pada kedua variabel tersebut ($p\text{-value } 0,000 < 0,05$).

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada penanggung jawab tempat penelitian yaitu Bapak/Ibu Kepala Sekolah SMPN 28 Kota Batam yang telah mengizinkan peneliti mengambil data penelitian untuk menyelesaikan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Agriani, A. dkk. 2023. Perbandingan Pengaruh Antara Media Video Dengan Poster Terhadap Terhadap

Pengetahuan dan Sikap Tentang Dismenore Pada Siswi di Mas PP Yasrib Lapajung Kabupaten Soppeng. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Muslim Indonesia

Alisuf, S. (2010). Psikologi Sosial. Jakarta: Bumi Aksara.

Anugrah, E. S., Rinaldi, R., & Fatnanta, F. (2016). Kajian karakteristik profil pantai dengan menggunakan metode equilibrium beach profile di Kecamatan Sinaboi Kabupaten Rokan Hilir. Jom FTEKNIK, 3(2), 1-7.

Barcikowska, Z., Rajkowska-Labon, E., Grzybowska, M. E., Hansdorfer-Korzon, R., & Zorena, K. (2020). Inflammatory Markers In Dysmenorrhea And Therapeutic Options. International Journal Of Environmental Research And Public Health, 17(4), 1191. <https://doi.org/10.3390/Ijerp17041191>

Bernardi, M., Lazzeri, L., Perelli, F., Reis, F. M., & Petraglia, F. (2023). Dysmenorrhea and Related Disorders. Springer: New York.

Bofill Rodríguez, M., Lethaby, A., & Farquhar, C. (2019). Non-steroidal anti-inflammatory drugs for heavy menstrual bleeding. Cochrane Database of Systematic Reviews, 9(9), CD000400. doi: 10.1002/14651858.CD000400.pub4.

Budiman, A., & Riyanto, B. (2013). Teori dan Praktik Pendidikan Kesehatan. Jakarta: Kencana.

Cahyawati, M. 2023. Pengaruh Edukasi Dismenorea Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri di SMP Negeri 2 Polokarto. Jurnal Kesehatan. Universitas Kusuma Husada Surakarta

Clement, J. (2020). TikTok Demographics: A Comprehensive Guide. Retrieved from <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>

- Deriyanto, D., & Qorib, F. (2018). Persepsi Mahasiswa Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang Terhadap TikTok. *Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik*, 7(2), 78. Malang: Universitas Tribhuwana Tungadewi.
- Dewi, J & Runiari, N., (2019). Derajat Dismenorea Dengan Upaya Penanganan Pada Remaja Putri. *Medical Journal*. Volume 12 Nomor 2
- Dewi, R., Petasari, W. P., &Yanniarti, S. (2022). Penatalaksanaan Dismenore Primer pada Remaja dengan Pemberian Jus Wortel dan Air Kelapa Hijau. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 9(3), 187-191.
- Fitria, F., & Haqqattiba'ah, A. (2020). Pengaruh Akupresur dengan Teknik Tuina terhadap Pengurangan Nyeri Haid (Disminore) pada Remaja Putri. *Medical Journal*
- Fitriyani N, dkk (2023). Pengaruh Edukasi Kesehatan Dengan Video Dismenore Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Dalam Menangani Dismenore Pada Siswi Kelas VIII di SMP N 2 Gondangreji Karanganyar. *Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada*
- Hendarto, H. & Hinting, A. (2021). *Buku sistem reproduksi pria dan wanita: Patofisiologi hingga aspek klinis*. Jakarta, Indonesia: Penerbit Buku Kedokteran EGC, p. 113.
- Icemi, S. K., dkk. (2013). *Persalinan dan Patologi Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Irwan. (2017). *Buku Etika dan perilaku kesehatan*. CV. Absolute Media.
- Itani, R., et al. (2022). Primary Dysmenorrhea: Pathophysiology, Diagnosis, and Treatment Updates. *Korean Journal of Family Medicine*, 43(2), 101-108.
- Kottler, P., & Keller, K. L. (2016). *Handbook of Research on Effective Advertising Strategies in the Social Media Age*. Cambridge: IGI Global
- Lia, V. (2020). *Dampak Penggunaan Aplikasi TikTok Terhadap Perkembangan Karakter Peserta Didik Kelas VI MIN 1 Aceh Utara*. Skripsi. IAIN Lhokseumawe
- MacGregor, B. (2023). Disease Burden of Dysmenorrhea: Impact on Life Course Potential. *International Journal of Women's Health*.
- Malita, L. (2011). Social Media Time Management Tools and Tips. *Procedia Computer Science*, 3, 191.
- Patnawati, S., Noorma, N., Suryani, H. Januari. (2023). Pengaruh Edukasi Dismenore Menggunakan Video Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Tanah Grogot. *Journal of Comprehensive Science Vol. 2 No.1*
- Rafika Rasidin. (2021). Peran TikTok dalam Menyajikan Informasi Kesehatan bagi Remaja. *Health sciences journal*, 2(1), 38-53.
- Riskesdas. (2018). *Dismenore*
- Saputra D. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Dismenore di SMPN 30 Padang [Skripsi]. *Universitas Andalas*
- Susilowati. (2014). Perbedaan Efektivitas Susu dan Cokelat Terhadap Penurunan Skala Nyeri pada Remaja Putri Dismenore di SMA N 1 Ungaran. *STIKES Ngudi Waluyo Ungaran*.
- World Health Organization. 2017. *Dismenore*
- Yuliana, E. (2017). Analisis Pengetahuan Siswa Tentang Makanan yang sehat dan Bergizi Terhadap Pemilihan Jajanan Di Sekolah Tahun 2017 [Skripsi]. *Universitas Muhammadiyah Purwokerto*.