

Artikel Penelitian

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Berbasis Media Sosial Instagram (*Social Media Campaign*) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Dismenore di SMA Negeri X

Lulyana Aulia^{1*}, Lina Herida Pinem¹

¹Program Studi Keperawatan, STIKes Mitra Keluarga, Indonesia

*Corresponding author: nerslula@gmail.com

ABSTRACT

Background: *Dysmenorrhea is menstrual pain caused by the excessive release of prostaglandins. It increases uterine contractions, which causes pain during menstruation. If dysmenorrhea is not treated, it can disrupt a woman experiencing it. Therefore, it is necessary to conduct health education about dysmenorrhea. Social media such as Instagram allow everyone to access material from health education about dysmenorrhea.* **Purposes:** *This study aimed to determine the effect of using Instagram as an educational medium to increase knowledge about dysmenorrhea.* **Method:** *This research used a quantitative approach to intervention studies/experimental studies, with pre-experimental and planning methods used one group pretest and posttest design with a total sample of 68 respondents. Data was collected by distributing questionnaire sheets.* **Result:** *This study uses a nonparametric test, namely the Wilcoxon test, with significant results of $p = 0.000$, so H_0 is rejected, and H_1 is accepted.* **Conclusion:** *There is an effect of health education based on Instagram (*Social Media Campaign*) about dysmenorrhea on young women's knowledge level in SMA Negeri X.*

Keywords: *dismenore, health education, Instagram, social media campaign*

ABSTRAK

Latar Belakang: Dismenore adalah nyeri haid yang disebabkan oleh pelepasan prostaglandin yang berlebihan. Ini meningkatkan kontraksi rahim, yang menyebabkan rasa sakit saat menstruasi. Apabila dismenore tidak ditangani, dapat mengakibatkan terganggunya seorang perempuan yang sedang mengalaminya. Oleh karena itu, perlu dilakukan pendidikan kesehatan tentang dismenore. Dengan menggunakan media sosial seperti Instagram, semua orang dapat mengakses materi dari pendidikan kesehatan tentang dismenore. **Tujuan:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penggunaan media sosial Instagram menjadi media edukasi terhadap peningkatan pengetahuan tentang dismenore. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian menggunakan kuantitatif pendekatan studi intervensi/studi eksperimen, dengan metode *pre eksperimental* dan perencanaan yang digunakan adalah *one group pretest* dan *posttest* design dengan jumlah sampel 68 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan penyebaran lembar kuesioner. **Hasil:** Penelitian ini menggunakan uji non parametrik yaitu uji Wilcoxon didapatkan hasil signifikan $p < 0.001$. **Simpulan:** Berarti terdapat pengaruh pendidikan kesehatan berbasis media sosial Instagram (*Social Media Campaign*) tentang dismenore terhadap tingkat pengetahuan remaja putri di SMA Negeri X.

Kata kunci: *dismenore, instagram, pendidikan kesehatan, social media campaign*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan perubahan dari masa anak-anak menuju dewasa dimulai dengan matangnya seksualitas (1). Pada fase remaja, individu akan mengalami menstruasi. Menstruasi adalah luruhnya endometrium atau dinding rahim yang banyak mengandung pembuluh darah. Berbagai masalah dapat terjadi pada siklus menstruasi, salah satunya yaitu nyeri haid (dismenore). Dismenore adalah nyeri haid yang disebabkan oleh pelepasan prostaglandin yang berlebihan. Ini meningkatkan kontraksi rahim, yang menyebabkan rasa sakit saat menstruasi (2).

Faktor yang berhubungan dengan terjadinya dismenore adalah lamanya menstruasi, tingkat stress dan menarche. Salah satu cara untuk melakukan intervensi dismenore pada remaja yaitu dengan dilakukannya pendidikan kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang dismenore dan mampu melakukan penanganan dismenore pada remaja (3,4). Pendidikan kesehatan tentang dismenore mampu meningkatkan pengetahuan siswi tentang dismenore dari tingkat pengetahuan kurang dan cukup menjadi tingkat pengetahuan baik (5).

Pendidikan kesehatan yang digunakan dalam penelitian ini menyangkut penggunaan media dalam aplikasi media sosial. Adanya pembatasan pertemuan tatap muka di masa pandemi ini membuat pemberian edukasi secara langsung ini tidak berjalan semestinya. Sehingga, munculah inovasi baru yaitu pemberian edukasi kesehatan melalui sosial media. Dengan latar belakang ini, peneliti ingin mengetahui bagaimanakah pengaruh media sosial *Instagram* mempengaruhi media pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dismenore pada remaja di SMA Negeri X.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah *Pra eksperimental* dan perencanaan yang digunakan adalah *One Group Pretest* dan *Posttest design*. Penelitian ini sudah lulus uji etik dengan nomor surat ijin etik No: EC.090/KEPK/STKBS/IV/2022 dan dilakukan di SMAN X yang berlangsung selama 2 hari yaitu pada tanggal 18-19 Juli 2022. Populasi pada penelitian ini yaitu 84 siswa dengan jumlah sampel sebanyak 68 responden. Adapun kriteria inklusinya yaitu siswi SMAN X yang bersedia menjadi responden, memiliki sosial media, memiliki kuota internet. Variabel independen dari penelitian ini adalah pendidikan kesehatan tentang dismenore dan variabel dependen dari penelitian ini adalah pengetahuan tentang dismenore pada siswi.

Pengolahan data menggunakan tahap *editing*, *coding*, dan *tabulating*. Desain sampling penelitian yang digunakan adalah *Nonprobability sampling* dengan teknik pengambilan sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive sampling*. Data yang sudah di entri, kemudian dilakukan pengolahan data menggunakan SPSS 25.0 dengan pengujian uji Wilcoxon.

Sebelum melakukan penelitian ini, peneliti melakukan survei awal terlebih dahulu. Saat dilaksanakan proses penelitian, awalnya peneliti memberikan pretest, setelah itu responden diberikan perlakuan berupa pembelajaran tentang dismenore. Kemudian diakhir, peneliti memberikan post test kepada responden. Pada penelitian ini, kuesioner disebar secara online kepada responden yang telah memenuhi kriteria inklusi. Untuk penyampaian materi seputar dismenore dalam bentuk buku saku dan poster yang diunggah di media sosial, yaitu

Instagram dan *Youtube*, meliputi definisi, tanda dan gejala, patofisiologi, derajat, serta penanganan baik secara farmakologi dan non farmakologi. Sementara video penatalaksanaan dismenore secara non farmakologi ada di *Instagram* dan *Youtube*. Peneliti juga menggunakan aplikasi whatsapp guna mempermudah responden dalam bertanya kepada peneliti mengenai dismenore.

HASIL

Karakteristik Responden

Berdasarkan tabel 1 terkait usia responden, diketahui sebanyak 10 responden berusia 15 tahun (14,7%), 53 responden berusia 16 tahun (77,9%), dan 5 responden berusia 17 tahun (7,4%).

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan karakteristik responden di SMAN X

Variabel	Frekuensi (n=68)	Presentase (%)
Usia Responden		
15 Tahun	10	14,7
16 Tahun	53	77,9
17 Tahun	5	7,4
Usia Menarche		
<12 Tahun	32	47,1
>12 Tahun	36	52,9
Durasi Menstruasi		
3 Hari	6	8,8
3-7 Hari	53	77,9
>7 Hari	9	13,2
Siklus Menstruasi		
Teratur	57	83,8
Tidak teratur	11	16,2
Lama Dismenore		
Belum Pernah	6	8,8
<24 Jam	37	54,4
24-48 Jam	17	25
>48 Jam	8	11,8
Sumber Informasi		
Belum Pernah	15	22,1
Keluarga	12	17,6
Teman	4	5,9
Pelajaran di Sekolah	7	10,3
Media sosial	30	44,1
Sebelum Perlakuan		
Kurang	25	36,8
Cukup	40	58,8
Baik	3	4,4
Sesudah Perlakuan		
Cukup	3	4,4
Baik	65	95,6

Berdasarkan tabel 1 terkait usia menarche, sebanyak 32 responden menarche ada usia <12 tahun (47,1%) dan 36 responden menarche ada usia >12 tahun (52,9%). Pada tabel 1 terkait durasi menstruasi, sebanyak 53 responden memiliki lama menstruasi 3-7 hari (77,9%),

lalu sebanyak 9 responden memiliki lama menstruasi >7 hari (13,2%), dan 6 responden memiliki lama menstruasi <3 hari (8,8%). Berdasarkan tabel 1 terkait siklus menstruasi responden, sebagian besar responden memiliki siklus menstruasi yang teratur yaitu 57 orang (83,8%) dan 11 responden memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur (16,2%).

Pada tabel 1 terkait lama dismenore, didapatkan hasil sebanyak 6 responden belum pernah mengalami dismenore (8,8%), 37 responden mengalami dismenore selama <24 jam (54,4%), 17 responden mengalami dismenore selama 24-48 jam (25%), dan 8 responden mengalami dismenore selama >48 jam (11,8%). Berdasarkan tabel 1 terkait sumber informasi mengenai dismenore, sebanyak 15 responden belum pernah mendapatkan informasi tentang dismenore (22,1%), 12 responden pernah mendapatkan informasi dismenore dari keluarga (17,6%), 4 responden mendapatkan informasi dismenore dari teman (5,9%), 7 responden pernah mendapatkan informasi dismenore dari pelajaran di sekolah (10,3%), dan 30 responden mendapatkan informasi dari media sosial (44,1%). Pada tabel 1 terkait tingkat pengetahuan responden, terdapat perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Sebelum diberikan pendidikan kesehatan hanya terdapat 40 responden yang memiliki pengetahuan cukup, 25 responden memiliki pengetahuan kurang dan 3 responden yang memiliki pengetahuan baik. Sedangkan setelah diberikan pendidikan kesehatan, sebanyak 3 responden yang memiliki pengetahuan cukup dan 65 responden memiliki pengetahuan baik.

Hasil Uji Bivariat

Pada tabel 2, tidak ada responden yang mengalami penurunan tingkat pengetahuan, sebanyak 63 responden mengalami peningkatan pengetahuan dan 5 responden memiliki tingkat pengetahuan yang tetap. Sehingga, berdasarkan hasil pengujian statistik dengan menggunakan uji Wilcoxon, didapatkan hasil signifikan $p=0,000$ atau lebih kecil nilai $\alpha = 0,005$, sehingga H_0 ditolak, H_1 diterima. Hal ini berarti Ada pengaruh pendidikan kesehatan berbasis media sosial Instagram (*Social Media Campaign*) tentang dismenore terhadap tingkat pengetahuan remaja putri di SMAN X.

Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon

Sebelum – Sesudah Perlakuan	Frekuensi	Rata-Rata Ranking	Jumlah Nilai Ranking	Sig. (2 – tailed)
Ranking Negatif	0 ^a	0,00	0,00	0,000
Ranking positif	63 ^b	32,00	2016,00	
Sama (Ties)	5 ^c			

PEMBAHASAN

Usia Responden

Responden yang terpilih merupakan responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Seluruh responden merupakan siswi kelas X yang rentang usianya antara 15-17 tahun. Hasil menunjukkan responden termasuk dalam remaja pertengahan (6). Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi mempengaruhi pengetahuan. Semakin bertambahnya usia, maka seseorang akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya. Sehingga seseorang akan memiliki pengetahuan yang semakin baik (7). Ketika seorang remaja memasuki usia remaja pertengahan 15-18 tahun, remaja akan sangat berusaha untuk

mendapatkan teman baru untuk memperoleh pengalaman baru (6). Pengalaman dapat dijadikan cara untuk menambah pengetahuan seseorang tentang suatu hal. Kemudian pada fase ini, berkeinginan untuk mencoba sesuatu yang baru. Dengan didampingi tenaga kesehatan, sehingga fase ini merupakan waktu yang tepat untuk memberikan pendidikan kesehatan.

Usia Menarche

Pada penelitian ini, sebagian besar memiliki usia menarche berkisar 12 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa tidak hanya remaja yang memiliki usia menarche lebih beresiko saja yang memiliki kemungkinan mengalami dismenore, tetapi remaja yang memiliki usia menarche normal berkisar usia 12-14 tahun pun memiliki kemungkinan mengalami dismenore. Hasil dari salah satu karakteristik responden yang diteliti yaitu pengalaman dismenore dari responden. Sebanyak 62 dari 68 responden pernah mengalami dismenore. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, didapatkan hasil $p\text{ value} = 1,000$ yang artinya tidak ada hubungan antara menarche dan dismenore. Sehingga, penelitian ini menunjukkan tidak adanya hubungan antara usia menarche dengan kejadian dismenore (4). Selain itu, penelitian yang berjudul Hubungan Usia Menarche Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri, hasil dari penelitian tersebut didapatkan hasil uji *Chi Square* menunjukkan mayoritas responden mengalami usia menarche ≥ 12 tahun dengan tingkat dismenore nyeri sedang yaitu sebanyak 17 responden (50%) dengan besar nilai *asympt sig* adalah 0.625 ($\alpha > 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara usia menarche dengan kejadian dismenore pada remaja putri di Prodi Teknologi Laboratorium Medis (TLM) Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta (8).

Durasi Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian yang sejalan, menunjukkan bahwa dari 57 remaja putri di MTs Negeri 3 Medan Tahun 2019, hasil analisis dengan menggunakan uji statistik diperoleh nilai $\rho = 0,003 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara lama menstruasi dengan kejadian dismenore primer (9). Semakin lama menstruasi terjadi, maka semakin sering uterus berkontraksi, akibatnya semakin banyak pula prostaglandin yang dikeluarkan. Akibat produksi prostaglandin yang berlebihan, maka timbul rasa nyeri. Selain itu, kontraksi uterus yang terus menerus juga menyebabkan supply darah ke uterus berhenti sementara sehingga terjadilah dismenore primer (10).

Siklus Menstruasi

Selain menarche, faktor lainnya yang dapat menyebabkan terjadinya dismenore adalah siklus menstruasi. Siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi periode berikutnya (11). Gangguan siklus haid merupakan masalah yang terjadi pada pola siklus menstruasi wanita yang meliputi polimenorea (< 20 hari), oligomenore (> 35 hari), dan amenore (> 3 bulan). Dismenore primer dapat muncul karena terjadinya siklus menstruasi tidak teratur setiap bulannya, dimana kemungkinan tingkat nyeri yang dirasakan pada siklus menstruasi tidak teratur makin besar (11). Hal ini disebabkan

karena adanya ketidakseimbangan hormon prostaglandin *F2-alpha* di awal menstruasi sehingga menimbulkan kontraksi yang begitu kuat dan sering terjadi pada otot uterus.

Lama Dismenore

Usia responden termasuk usia remaja yang secara fisik sudah berkembang dan telah mengalami kematangan organ reproduksi yang ditandai dengan pengalaman menstruasi. Adapun dismenore yang dialami bervariasi dari <24 jam sampai 48 jam setelah mengalami haid pada satu siklus. Hal ini dapat terjadi dan sesuai dengan patologi dismenore yaitu meningkatnya prostaglandin F2 alfa yang biasanya meningkat di hari pertama dan puncaknya di hari kedua atau 48 jam pertama (12).

Pengetahuan tentang dismenore sangat diperlukan ketika mereka mengalami dismenore, mereka mampu mengatasi dismenore tersebut. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 37 responden mengalami dismenore selama <24 jam, 17 responden mengalami dismenore selama 24-48 jam, 8 responden mengalami dismenore selama >48 jam dan 6 responden belum pernah mengalami dismenore. Sementara pada saat pengambilan data tentang pengetahuan, terdapat 25 responden yang memiliki pengetahuan cukup, 40 responden memiliki pengetahuan kurang dan 3 responden yang memiliki pengetahuan baik. Sehingga perlu diadakannya pendidikan kesehatan untuk mengatasi dismenore. Hal ini didukung dengan penelitian sebelumnya, didapatkan hasil dari tingkat pengetahuan tentang menstruasi dan penanganan dismenore, ada 12,5% dengan kategori baik, 85% dengan kategori cukup dan 2,5% dengan kategori kurang. Responden melakukan pembatasan aktivitas fisik pada 77,2% dan penarikan sosial pada 59,1% (12). Kemudian penelitian lainnya, didapatkan hasil jumlah responden terbanyak yang memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak 43 orang (56,6%), pengetahuan tentang dismenore cukup sebanyak 19 orang (25,0%), dan pengetahuan tentang dismenore baik sebanyak 14 orang (18,4%) (13).

Sumber Informasi Menstruasi

Media sosial merupakan media baru dalam berkomunikasi yang memanfaatkan internet yang ditopang oleh aplikasi atau software. Ada beragam media sosial yang dengan mudah diakses saat ini. Dengan menggunakan media sosial dapat meningkatkan akses masyarakat terhadap informasi kesehatan, serta mempromosikan perubahan perilaku yang positif (14). Dengan demikian, media sosial dapat berkolaborasi dan melengkapi pendidikan kesehatan yang selama ini masih konvensional (15). Walaupun banyak media sosial memuat banyak informasi tentang kesehatan, ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan yaitu minat seseorang dan sarana pembelajaran (16). Sehingga remaja tetapi memiliki hambatan dalam mendapatkan informasi tentang kesehatan khususnya dismenore. Hasil penelitian yang sejalan menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat pengetahuan keluarga tentang skizofrenia pada kelompok tatap muka dan kelompok media sosial. Hal ini dibuktikan dengan perbedaan hasil post test antara keluarga yang mendapatkan pendidikan kesehatan kelompok tatap muka dan kelompok media sosial, didapatkan nilai $p = 0,014$ atau $p < 0,05$ (17). Hal ini sejalan dengan penelitian yang lainnya, menyatakan bahwa ada perbedaan antara menunjukkan kelompok metode online memiliki nilai pretest dan posttest minimal jauh lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok metode offline (18).

Tingkat Pengetahuan Responden

Dari hasil *pretest* yang sudah dilakukan oleh responden, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kurang sebanyak 25 responden dan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 40 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswi SMAN X memiliki pengetahuan kurang dan cukup sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang dismenore. Selain itu dari hasil wawancara yang sudah dilakukan peneliti kepada responden saat penanganan di UKS, biasanya siswi yang mengalami dismenore hanya membalurkan minyak kayu putih dan siswi di SMAN X menyatakan bahwa belum pernah diadakan pendidikan kesehatan tentang dismenore di Sekolah. Oleh karena itu, tidak semua siswi di SMAN X mendapatkan informasi tentang dismenore. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian, sebanyak 15 responden belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan dismenore dan 30 responden mendapatkan pengetahuan dari media sosial. Akan tetapi, sebanyak 25 responden memiliki tingkat pengetahuan kurang dan 40 responden tingkat pengetahuan cukup. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang ditemukan lainnya, sebanyak 121 responden memiliki tingkat pengetahuan yang cukup dan 34 responden memiliki tingkat pengetahuan yang kurang (5).

Selain kurangnya informasi, hal lainnya terjadi pada remaja pertengahan yaitu memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan berusaha untuk mencari teman baru, sehingga remaja yang mau menggunakan kesempatan dalam berkomunikasi untuk meningkatkan pengetahuan remaja itu sendiri (19). Pengetahuan itu sendiri adalah hasil dari tahu dan terjadi setelah melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (20).

Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah faktor upaya pembelajaran, yaitu sumber informasi (16). Semakin banyak sumber informasi yang didapat, semakin banyak pengetahuan yang dimiliki oleh remaja. Sehingga memperoleh informasi-informasi yang diperlukan, tidak menutup kemungkinan bahwa sumber informasi sangat berpengaruh terhadap pengetahuan remaja terhadap suatu objek atau masalah salah satunya pengetahuan tentang dismenore (21). Terdapat kesesuaian antara teori dan fakta yang terjadi, dimana siswi yang belum pernah mendapatkan informasi tentang dismenore kebanyakan memiliki pengetahuan yang kurang dan cukup. Seseorang yang memiliki pengetahuan kurang akan cenderung tidak memedulikan kesehatannya dan akan melakukan penanganan yang tidak tepat untuk menangani dismenore. Hal ini bila dibiarkan akan mengganggu aktivitas dan kesehatan lainnya (22). Sehingga perlu dilakukan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan pada individu dan masyarakat terutama pada remaja khususnya dismenore.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan berbasis media sosial *Instagram*

Hasil uji statistik pada tingkat pengetahuan didapatkan nilai dengan tingkat kemaknaan 95% (α 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.

Sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan adalah sekumpulan pengalaman yang saling terkait dan mendukung satu kebiasaan dengan kebiasaan lain, sikap dan pengetahuan yang berhubungan dengan kesehatan dalam individu manusia, kelompok, maupun masyarakat (23). Didukung dengan pernyataan lainnya (24), fokus utama pendidikan kesehatan adalah meningkatkan pengetahuan, maka selalu mengedepankan pada upaya

pemeliharaan dan peningkatan kesehatan bagi individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat. Metode pendidikan kesehatan berbagai macam, salah satunya yaitu metode penyuluhan tidak langsung, dimana penyuluh tidak berhadapan langsung dengan sasaran, tetapi melalui perantara. Perantara yang digunakan oleh peneliti yaitu media sosial.

Sebagai media baru dalam berkomunikasi, media sosial merupakan sarana komunikasi yang memanfaatkan internet dan *handphone* (HP) yang ditopang oleh aplikasi atau *software*. Tidak seperti komunikasi di internet pada masa sebelumnya yang cenderung searah, komunikasi di media sosial kini bersifat interaktif, terbuka dan memungkinkan setiap orang untuk ikut berpartisipasi di dalamnya (14). Beberapa media sosial yang dikenal saat ini adalah *Facebook*, *Twitter*, *Pinterest*, *Youtube*, *Tiktok*, dan *Instagram*.

Instagram adalah aplikasi berbagi foto dan video yang memungkinkan pengguna untuk mengambil foto dan video, menerapkan filter digital, dan membagikannya ke berbagai jejaring sosial, termasuk Instagram (25). Data menyatakan bahwa sebanyak 43,2% merupakan penduduk berusia 12 tahun sampai 24 tahun yang mengakses media sosial dan rerata per harinya seseorang mengakses media sosial selama 8 jam 52 menit. Sebanyak 86,6% penduduk Indonesia mengakses media sosial Instagram (26).

Terdapat penelitian yang bertemakan tentang kesehatan reproduksi melalui media sosial dengan jumlah responden 40 responden mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan (27). Selain itu penelitian yang sejalan lainnya terkait kantin sehat menggunakan media sosial Instagram dengan menggunakan digital poster dan video. Hasil penelitian menyatakan sebanyak 54 responden menunjukkan hasil positif (28).

SIMPULAN

Karakteristik responden yaitu berusia 15 sampai dengan 17 tahun dengan usia menarche Sebagian besar 12 tahun, berdasarkan pengalaman menstruasi, responden terbanyak pada lama menstruasi, yaitu 3-7 hari dengan siklus menstruasi dengan responden terbanyak, yaitu teratur. Selain itu, responden yang memiliki pernah mengalami dismenore dan sebagian besar mendapatkan informasi tentang dismenore dari media sosial.

Gambaran pengetahuan sebelum remaja putri di SMAN X diberikan pendidikan kesehatan hanya terdapat 25 responden yang memiliki pengetahuan cukup, 40 responden memiliki pengetahuan kurang dan 3 responden yang memiliki pengetahuan baik. Gambaran pengetahuan remaja putri di SMAN X setelah diberikan pendidikan kesehatan, sebanyak 65 responden memiliki pengetahuan baik dan 3 responden memiliki pengetahuan yang cukup. Ada pengaruh pendidikan kesehatan berbasis media sosial Instagram (*Social Media Campaign*) tentang dismenore terhadap tingkat pengetahuan remaja putri di SMAN X.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada responden, instansi pendidikan yang terlibat pada penelitian ini. Peneliti akan menjaga kerahasiaan responden.

KONFLIK KEPENTINGAN

Peneliti tidak memiliki konflik kepentingan, dan tidak ada afiliasi atau koneksi dengan atau dengan entitas atau organisasi apa pun, yang dapat menimbulkan pertanyaan bias dalam penelitian.

REFERENSI

1. Aisyaroh N. Kesehatan reproduksi remaja. *J Kesehat Poltekkes Ternate*. 2017;10(1):30.
2. Handayani H, Gamayanti IL, Julia M. Dismenore dan kecemasan pada remaja. *Sari Pediater*. 2016;15(1):27.
3. Ammar UR. Faktor risiko dismenore primer pada wanita usia subur. *J Berk Epidemiol*. 2016;4(1):37-49.
4. Pundati TM, Sistiarani C, Hariyadi B. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore pada mahasiswa semester viii Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto. *J Kesmas Indones*. 2016;08(1):40-8.
5. Ningsih V. Efektivitas Pendidikan kesehatan tentang dismenore terhadap tingkat pengetahuan remaja putri kelas viii SMP Negeri 5 Yogyakarta. *J Ilm Kesehat Ar-Rum Salatiga*. 2018;3(1):51-6.
6. Saputro KZ. Memahami ciri dan tugas perkembangan masa remaja. *Apl J Apl Ilmu-ilmu Agama*. 2018;17(1):25.
7. Suwaryo PAW, Yuwono P. Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan masyarakat dalam mitigasi bencana alam tanah longsor. *Urecol 6th*. 2017;305-14.
8. Dwihestie LK. Hubungan usia menarche dan tingkat stres dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri. *J Ilm Kebidanan (Scientific J Midwifery)*. 2018;4(2):77-82.
9. Mouliza N. Faktor yang Berhubungan dengan kejadian dismenore pada remaja putri di MTS Negeri 3 Medan Tahun 2019. *J Ilm Univ Batanghari Jambi*. 2020;20(2):545.
10. Horman N, Manoppo J, Meo LN. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore primer pada remaja puteri di Kabupaten Kepulauan Sangihe. *J Keperawatan*. 2021;9(1):38.
11. Juliana I, Rompas S, Onibala F. Hubungan Dismenore dengan gangguan siklus haid pada remaja di SMA N 1 Manado. *J Keperawatan*. 2019;7(1):1-8.
12. Wardoyo SB, Setiyorini A. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dan penanganan dismenorea. *Carolus J Nurs*. 2021;3(2):122-9.
13. Martina N. Hubungan Pengetahuan dismenore dengan penanganan dismenore pada siswi di SMA Negeri 15 Medan Tahun 2019. *J Kesehat*. 2019;7(2):1-7.
14. Kristianto J, Priharti D, Abral A. Efektifitas peyuluhan kesehatan gigi dan mulut dengan media video melalui whatsapp dalam meningkatkan derajat kesehatan gigi dan mulut di Panti Asuhan Yos Sudarso Jakarta. *Qual J Kesehat*. 2018;12(1):8-13.
15. Leonita E, Jalinus N. Peran media sosial dalam upaya promosi kesehatan: tinjauan literatur. *INVOTEK J Inov Vokasional dan Teknol*. 2018;18(2):25-34.
16. Abrori. *Di simpang jalan aborsi*. Semarang: Gigih Pustaka Mandiri; 2014.
17. Hayati E, Sari H. Hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri dengan upaya penanganan dismenorea di SMA Negeri 1 Namorambe Kab. Deli Serdang Tahun 2019. *J Penelit Kebidanan Kespro*. 2019;2(1):17-21.
18. Risna N, Isfaizah. Efektivitas pendidikan kesehatan metode online dan metode offline tentang MP-ASI pada ibu yang memiliki bayi usia 6- 24 bulan di Desa Gunung Raja. *J Holist Heal Sci*. 2022;4(1).
19. Batubara JR. Adolescent development (perkembangan remaja). *Sari Pediater*. 2016;12(1):21.

20. Pakpahan, Martina. D. Promosi kesehatan & prilaku kesehatan. Watrianthos R. Jakarta: EGC. Yayasan Kita Menulis; 2021. 168.
21. Susiloningtyas L. Hubungan pengetahuan dismenore dengan sikap penanganan dismenore. *J kebidanan*. 2018;X(I):45–52.
22. Manafe KN. Pengaruh Pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang dismenore dan penanganan non farmakologi Di SMAN 3 Kupang. Universitas Nusa Cendana; 2021.
23. Ummah F, Surianti, Badu FD, K LFP, Fuady I, Kadarsah A. Pendidikan kesehatan dan promosi kesehatan. Risnawati. Bandung: Penerbit Media Sains Indonesia; 2021.
24. Asmuji, Faridah. Promosi kesehatan untuk perawat di rumah sakit dan puskesmas. Yogyakarta: Pustaka Panasea; 2018.
25. Mahendra B, Communications M, Security GP. Eksistensi sosial remaja dalam instgram (sebuah perspektif komunikasi). *J Visi Komun*. 2017;16(01):151–60.
26. Hootsuite. Digital report 2021. *Glob Digit Insights*. 2021;103.
27. Hamzah B HR St. Pengaruh penyuluhan kesehatan dengan media sosial terhadap tingkat pengetahuan siswa tentang kesehatan reproduksi. *Semin Nas Syedza Saintika*. 2021;323–34.
28. Audinah M, Tutstsintaiyn R, Harkati A, Zainab Z, Baiquni F, Prabandari YS. Intervensi melalui social media campaign dan panduan kantin sehat untuk meningkatkan perilaku makan sehat pada mahasiswa Departemen Teknik Mesin, Universitas Gadjah Mada. *J Community Empower Heal*. 2019;2(1):62.