

PENGARUH EDUKASI MENGGUNAKAN LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG DISMENORE DI SMA NEGERI 21 MEDAN TAHUN 2026

Miftahul Jannah Limbong¹, Elizawarda², Dr. Efendi Sianturi³, Arihta Br Sembiring⁴

Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Fakultas Kebidanan, Politeknik Kesehatan
Kementerian Kesehatan Medan

E-mail: miftaj362@gmail.com, elizajuli63@gmail.com, efendisjsianturi@yahoo.com,
arihtasembiring70@gmail.com

Abstract

Dysmenorrhea is a reproductive health problem commonly experienced by adolescent girls and can interfere with their daily activities. Health education using leaflets is one approach to improving adolescents' knowledge of dysmenorrhea. This study aimed to determine the effect of health education using leaflets on adolescent girls' knowledge of dysmenorrhea at SMA Negeri 21 Medan in 2026. This study employed a quantitative method with a pre-experimental design using a one-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 62 eleventh-grade female students selected using simple random sampling. Data were collected using a knowledge questionnaire administered before and after the educational intervention and analyzed using the Paired Sample t-test. The results showed that before the intervention, 43 respondents (69.4%) had good knowledge and 19 respondents (30.6%) had moderate knowledge. After the intervention, 61 respondents (98.4%) had good knowledge and 1 respondent (1.6%) had moderate knowledge. The mean knowledge score increased from 78.77 to 91.87. The Paired Sample t-test showed a p-value of 0.000 ($p < 0.05$). Therefore, health education using leaflets had a statistically significant effect on improving adolescent girls' knowledge of dysmenorrhea at SMA Negeri 21 Medan in 2026.

Keywords: *Dysmenorrhea, Health Education, Knowledge, Adolescent Girls.*

Abstrak

Dismenore merupakan masalah kesehatan reproduksi yang sering dialami remaja putri dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Edukasi menggunakan leaflet merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai dismenore. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi menggunakan leaflet terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenore di SMA Negeri 21 Medan tahun 2026. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain pre-experimental dan rancangan one group pretest-posttest. Sampel penelitian berjumlah 62 siswi kelas XI yang dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Data dikumpulkan

Article history

Received: Oktober 2026

Reviewed: Oktober 2026

Published: Oktober 2026

Plagiarism checker no 234.8576

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under a [creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah edukasi, kemudian dianalisis menggunakan uji Paired Sample t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum edukasi, sebanyak 43 responden (69,4%) memiliki pengetahuan baik dan 19 responden (30,6%) memiliki pengetahuan cukup. Setelah edukasi, sebanyak 61 responden (98,4%) memiliki pengetahuan baik dan 1 responden (1,6%) memiliki pengetahuan cukup. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 78,77 menjadi 91,87. Hasil uji Paired Sample t-test menunjukkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$). Dengan demikian, terdapat pengaruh yang signifikan dari edukasi menggunakan leaflet terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang dismenore di SMA Negeri 21 Medan tahun 2026.

Kata Kunci: Dismenore, Edukasi Kesehatan, Leaflet, Pengetahuan, Remaja Putri.

PENDAHULUAN

Pendahuluan: Dismenore merupakan salah satu masalah kesehatan reproduksi yang sering dialami oleh remaja putri. Keluhan berupa nyeri menstruasi dapat menimbulkan ketidaknyamanan dan mengganggu aktivitas sehari-hari, termasuk kegiatan belajar di sekolah. Kondisi tersebut menjadikan pemahaman mengenai dismenore sebagai bagian penting dari pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja. Remaja putri perlu memperoleh informasi yang benar mengenai pengertian, penyebab, faktor risiko, tanda dan gejala, pencegahan, serta penanganan dismenore. Pengetahuan yang baik dapat membantu remaja mengenali keluhan yang dialami dan menentukan langkah penanganan yang tepat. Sebaliknya, keterbatasan pengetahuan dapat menyebabkan remaja kurang memahami cara menghadapi dismenore.

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan. Penyampaian informasi dapat menggunakan berbagai media, salah satunya leaflet. Leaflet merupakan media cetak yang memuat informasi secara ringkas melalui tulisan dan gambar. Media ini dapat dibaca secara mandiri, disimpan, dan dibaca kembali ketika diperlukan. Keunggulan leaflet dalam pendidikan kesehatan telah dilaporkan dalam penelitian terdahulu. Fajriah dan Novianti (2021) melaporkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri dalam penanganan dismenore setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan leaflet. Penelitian Fithriyah et al. (2022) serta Fitri et al. (2022) juga menunjukkan peningkatan pengetahuan remaja putri setelah memperoleh pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet.

Penelitian Husna dan Silaen (2022) menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan leaflet berpengaruh terhadap pengetahuan remaja mengenai dismenore. Leaflet juga memberikan kesempatan kepada sasaran untuk membaca kembali materi yang telah diberikan sehingga dapat berfungsi sebagai penguat informasi. Berdasarkan uraian tersebut, edukasi menggunakan leaflet dipandang sebagai salah satu media yang sesuai untuk pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh edukasi menggunakan leaflet terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenore di SMA Negeri 21 Medan tahun 2026.

METODE PENELITIAN

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *pre-experimental* menggunakan rancangan *one group pretest-posttest*. Penelitian dilakukan di SMA Negeri 21 Medan. Waktu penelitian dilaksanakan pada Januari sampai Juni 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas XI SMA Negeri 21 Medan yang berjumlah 163 orang. Sampel penelitian berjumlah 62 responden. Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin. Pengambilan sampel dilakukan secara proporsional pada kelas yang menjadi sasaran penelitian dan pemilihan responden dilakukan secara acak.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah edukasi kesehatan menggunakan media leaflet, sedangkan variabel dependen adalah pengetahuan remaja putri tentang dismenore. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan yang terdiri dari 25 pertanyaan mengenai dismenore. Pengukuran pengetahuan dilakukan dua kali, yaitu sebelum pemberian edukasi (*pretest*) dan setelah pemberian edukasi (*posttest*).

Prosedur penelitian diawali dengan pendekatan kepada calon responden dan pemberian penjelasan mengenai tujuan serta proses penelitian. Responden yang bersedia mengikuti penelitian memberikan persetujuan melalui *informed consent*. Selanjutnya responden mengisi kuesioner *pretest*, kemudian diberikan edukasi mengenai dismenore menggunakan media leaflet. Setelah edukasi selesai, responden kembali mengisi kuesioner yang sama sebagai *posttest*. Data yang diperoleh selanjutnya dilakukan proses editing, coding, entry, dan cleaning. Analisis data dilakukan secara univariat untuk mengetahui distribusi pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui pengaruh edukasi menggunakan leaflet terhadap pengetahuan responden.

Sebelum dilakukan uji hipotesis, dilakukan uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov. Hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi data *pretest* sebesar 0,186 dan *posttest* sebesar 0,200, sehingga data berdistribusi normal. Selanjutnya dilakukan uji *Paired Sample t-test*. Pengambilan keputusan dilakukan berdasarkan nilai $p < 0,05$. Penelitian dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika penelitian, meliputi *informed consent*, *anonymity*, dan *confidentiality*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dan Pembahasan: Pengukuran tingkat pengetahuan remaja tentang seks bebas sebelum diberikan edukasi menggunakan media leaflet dilakukan menggunakan kuesioner yang terdiri atas 25 butir pertanyaan. Dapat dilihat pada Tabel berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore Sebelum Diberi Edukasi di SMA Negeri 21 Medan Tahun 2026

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	43	69,4
Cukup	19	30,6
Kurang	-	-
Total	62	100,0

Berdasarkan tabel kategori pengetahuan sebelum, diketahui bahwa dari 62 responden, sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang dismenore, yaitu sebanyak 43 orang (69,4%). Sementara itu, sebanyak 19 responden (30,6%) memiliki tingkat pengetahuan

yang cukup, dan tidak terdapat responden dengan tingkat pengetahuan kurang. Oleh karena itu, pemberian edukasi menggunakan leaflet tetap diperlukan untuk meningkatkan pemahaman dan menambah pengetahuan responden mengenai dismenore secara lebih optimal.

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore Sesudah Diberi Edukasi di SMA Negeri 21 Medan

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	61	98,4
Cukup	1	1,6
Kurang	-	-
Total	62	100,0

Berdasarkan tabel kategori pengetahuan sesudah, diketahui bahwa dari 62 responden, hampir seluruh responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang dismenore, yaitu sebanyak 61 orang (98,4%). Sementara itu, hanya 1 responden (1,6%) yang memiliki tingkat pengetahuan cukup, dan tidak terdapat responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang. Dengan demikian, edukasi menggunakan leaflet terbukti dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang dismenore.

Tabel 3. Uji Paired Sample t-test Pengaruh Edukasi Menggunakan Leaflet Terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Dismenore di SMA Negeri 21 Medan

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% CI Lower	95% CI Upper	t	df	p- value
Pretest-	-	7,321	0,930	-	-	-	61	0,000
Posttest	13,097			14,956	11,238	14,086		

Berdasarkan Tabel 4.5, hasil uji Paired Sample t-test terhadap 62 responden menunjukkan nilai rata-rata selisih (mean) sebesar -13,097 dengan standar deviasi 7,321 dan nilai t hitung sebesar -14,086. Nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian, terdapat pengaruh yang signifikan dari edukasi menggunakan media leaflet terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenore di SMA Negeri 21 Medan.

Nilai rata-rata selisih yang negatif menunjukkan bahwa skor pengetahuan setelah edukasi (post-test) lebih tinggi dibandingkan sebelum edukasi (pre-test). Hal ini membuktikan bahwa edukasi menggunakan leaflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang dismenore.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, sebagian besar responden telah memiliki pengetahuan baik, yaitu 69,4%, sedangkan 30,6% memiliki pengetahuan cukup. Nilai rata-rata 78,77 menunjukkan bahwa pengetahuan awal responden relatif baik, namun masih terdapat ruang untuk meningkatkan pemahaman mengenai dismenore secara lebih menyeluruh. Pengetahuan awal responden dapat terbentuk dari pengalaman menstruasi, informasi dari keluarga, sekolah, teman sebaya, maupun sumber informasi lainnya. Namun, informasi yang diterima sebelumnya belum tentu mencakup seluruh aspek dismenore,

terutama mengenai penyebab, faktor risiko, penanganan nonfarmakologis, dan pencegahannya. Oleh sebab itu, pendidikan kesehatan tetap diperlukan untuk melengkapi pengetahuan yang telah dimiliki.

Setelah edukasi menggunakan leaflet, terjadi peningkatan yang jelas. Jumlah responden dengan kategori pengetahuan baik meningkat dari 43 orang menjadi 61 orang. Nilai rata-rata juga meningkat dari 78,77 menjadi 91,87 atau bertambah 13,10 poin. Perubahan tersebut menunjukkan bahwa materi edukasi dapat diterima dengan baik oleh responden. Leaflet dapat mendukung proses belajar karena informasi disusun secara ringkas dan dapat dibaca kembali secara mandiri. Media tersebut juga dapat menjadi bahan pengingat setelah kegiatan edukasi selesai. Penyajian materi melalui tulisan dan ilustrasi dapat membantu responden memahami informasi mengenai konsep dasar dismenore, penyebab, faktor risiko, gejala, penanganan, dan pencegahan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Fajriah dan Novianti (2021) yang melaporkan peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri setelah pendidikan kesehatan menggunakan leaflet. Temuan ini juga sejalan dengan Fithriyah et al. (2022) dan Fitri et al. (2022) yang menunjukkan bahwa media leaflet dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai dismenore. Hasil penelitian juga konsisten dengan penelitian Husna dan Silaen (2022) mengenai pendidikan kesehatan menggunakan leaflet pada remaja. Persamaan penelitian terletak pada penggunaan leaflet sebagai media edukasi dan pengetahuan sebagai salah satu hasil yang dinilai. Perbedaanannya terdapat pada lokasi, jumlah responden, karakteristik sampel, dan waktu penelitian.

Menurut analisis peneliti, peningkatan pengetahuan tidak hanya berkaitan dengan keberadaan leaflet, tetapi juga dengan proses penyampaian edukasi, kesempatan berdiskusi, serta motivasi responden dalam menerima informasi. Leaflet berperan sebagai reinforcement karena materi dapat dipelajari kembali secara mandiri. Dengan demikian, media ini berpotensi digunakan dalam kegiatan promosi kesehatan reproduksi di lingkungan sekolah. Walaupun hasil menunjukkan pengaruh yang signifikan, penelitian ini memiliki keterbatasan karena menggunakan rancangan one group pretest-posttest tanpa kelompok kontrol. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat menggunakan desain quasi experiment dengan kelompok kontrol, jumlah sampel lebih besar, serta menambahkan variabel sikap dan perilaku agar dampak edukasi dapat dinilai secara lebih komprehensif.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dan Saran: Sebelum diberikan edukasi menggunakan leaflet, 43 responden (69,4%) memiliki pengetahuan baik dan 19 responden (30,6%) memiliki pengetahuan cukup dengan nilai rata-rata 78,77. Setelah edukasi, 61 responden (98,4%) memiliki pengetahuan baik dan 1 responden (1,6%) memiliki pengetahuan cukup dengan nilai rata-rata 91,87. Terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan sebesar 13,10 poin. Hasil Paired Sample t-test menunjukkan $p=0,000$ ($p<0,05$), sehingga terdapat pengaruh yang signifikan edukasi menggunakan leaflet terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenore di SMA Negeri 21 Medan tahun 2026.

Pihak sekolah diharapkan dapat memanfaatkan leaflet sebagai salah satu media pendidikan kesehatan reproduksi dan menempatkannya di UKS atau membagikannya kepada siswi. Remaja putri diharapkan aktif memperoleh informasi kesehatan reproduksi dari sumber terpercaya. Peneliti selanjutnya disarankan menggunakan desain penelitian dengan kelompok kontrol, jumlah sampel lebih besar, dan variabel yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, S. P., Nugroho, F. S., & Rahardjo, B. (2023). Pendidikan dan promosi kesehatan.
- Apriyanti, D., Rusmilawaty, Rafidah, & Prihatanti, N. R. (2024). Efektifitas pendidikan kesehatan menggunakan booklet dan leaflet terhadap pengetahuan remaja putri tentang tablet tambah darah di SMPN 16 Banjarmasin tahun 2024.
- Bawono, Y. (2023). Perkembangan anak & remaja.
- Cahyono, E. A. (2024). Konsep pengetahuan; revisi taksonomi Bloom.
- Fajriah, A. S., & Novianti, E. (2021). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media leaflet terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri dalam penanganan dismenore.
- Fithriyah, F. M., Pratiwi, E. N., et al. (2022). Pengaruh pemberian penyuluhan kesehatan dengan media leaflet tentang dismenorea terhadap tingkat pengetahuan remaja putri di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Ulul Albab Sukoharjo.
- Fitri, L. M., Sanjaya, R., Sulistiawati, Y., & Samsyuri, E. (2022). Perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang dismenore.
- Heru Purnomo. (2024). Psikologi remaja dan permasalahannya.
- Husna, A. S., & Silaen, H. (2022). Pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan leaflet terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenore.
- Hasan. (2021). Pengolahan dan analisis data penelitian.
- Ningsih, R., & Sari. (2021). Penggunaan media leaflet dalam pendidikan kesehatan.