

ABSTRACT

Dysmenorrhea is pain during menstruation before or during menstruation. The pain often accompanies nausea, headache, feeling faint, and irritability. This study aims to determine the effect of health education using video learning media for independent treatment of dysmenorrhea on students' knowledge at SMP Negeri 11 Jambi City.

This research took place at SMP Negeri 11 Jambi City. The population in this study was the number of 8th grade students in 2023 as many as 153 respondents using the Dependent T-Test or Paired Sample Test because pre and post were given the same treatment.

There is a change in knowledge before and after being given health education about dysmenorrhea self-management using lecture and audio visual media. The level of knowledge of respondents before being given health education with an average ability of 7.16 while the level of knowledge of respondents after being given health education with an average ability of 12.26 and obtained a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), it can be concluded that there is a significant effect.

The results showed that the knowledge of female students of SMP Negeri 11 Jambi City before being given the lecture and audio-visual method was in the low category. After being given, the knowledge of female students increased and was included in the good category. So, this research is expected to provide useful information to female students about self-management of dysmenorrhea that can be done at home and institutions further complement the literature.

Keywords: *Dysmenorrhea, Teenager, Menstruation, Knowledge.*

ABSTRAK

Dismenore adalah nyeri saat haid menjelang atau selama haid. Nyeri sering bersamaan dengan rasa mual, sakit kepala perasaan mau pingsan, dan lekas marah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan menggunakan metode ceramah dan media audio visual penanganan mandiri dismenore terhadap pengetahuan siswi di SMP Negeri 11 Kota Jambi.

Penelitian ini bertempat di SMP Negeri 11 Kota Jambi. Populasi dalam penelitian ini adalah jumlah siswi kelas VIII tahun 2023 sebanyak 153 responden dengan menggunakan *Uji T-Test Dependent atau Paired Sample Test* karena *pre* dan *post* dilakukan perlakuan yang sama.

Terdapat perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang penanganan mandiri dismenore menggunakan media ceramah dan audio visual. Tingkat pengetahuan reponden sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan rata-rata kemampuan yaitu 7.16 sedangkan tingkat pengetahuan reponden sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan rata-rata kemampuan yaitu 12.26 dan diperoleh nilai *p-value* 0,000 ($p < 0,05$), maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang signifikan.

Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan siswi SMP Negeri 11 Kota Jambi sebelum diberikan metode ceramah dan audio visual termasuk dalam kategori rendah. Setelah diberikan, pengetahuan siswi meningkat dan termasuk dalam kategori baik. Maka, penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat pada siswi tentang penanganan mandiri dismenore yang dapat dilakukan di rumah dan institusi lebih melengkapi kepustakaan.

Kata Kunci : Dismenore, Remaja, Menstruasi, Pengetahuan.

