Borneo Nursing Journal (BNJ)
Volume 8, Nomor 2, Tahun 2026, Halaman 8471-8478 P-ISSN: 2685-5054
https://bnj.akys.ac.id/BNJ E-ISSN: 2654-8453

Media Video Animasi Meningkatkan Pengetahuan Remaja Putri tentang Dismenore

Nia Kurnia[1], Rosi Kurnia Sugiharti[2], Herlina Simanjuntak[3], Yulianti[4]
[1,2,3,4]Universitas Medika Suherman
Email: nk5157001@gmail.com[1], rosikurnia23@gmail.com[2],
herlinasimanjuntak@gmail.com[3], yyanthy19@gmail.com[4]

Abstrak

Dismenorea merupakan gangguan ginekologis yang berdampak langsung pada penurunan produktivitas dan angka kehadiran remaja putri di sekolah. Rendahnya pemahaman mengenai mekanisme dan manajemen nyeri haid memperparah dampak negatif tersebut. Intervensi berbasis media audio*visual* seperti video animasi mampu memberikan stimulasi konkrit yang mempermudah pemahaman konsep kesehatan reproduksi yang abstrak. Tujuan: Untuk menganalisis peningkatan pengetahuan remaja putri tentang dismenorea melalui intervensi media video animasi di SMP Negeri 4 Cikarang Selatan Tahun 2026. Metode: Penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Pre-Experimental Design* melalui rancangan *One-Group Pretest-Posttest Design*. Populasi adalah siswi kelas VII SMP Negeri 4 Cikarang Selatan dengan sampel sebanyak 96 responden yang dipilih secara *stratified random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner terstruktur Skala Guttman yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan secara *univariat* dan *bivariat* dengan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil: Tingkat pengetahuan responden sebelum intervensi mayoritas berada dalam kategori kurang (67,7%) dan cukup (28,1%). Setelah diberikan intervensi video animasi, seluruh pengetahuan responden meningkat signifikan menjadi kategori baik (100%). Hasil uji statistik Wilcoxon menunjukkan nilai *Z* = -8,523 dan *P-value* = 0,000 ($p < 0,05$).Kesimpulan: Media video animasi secara signifikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang dismenore. Edukasi media *visual* ini direkomendasikan sebagai metode promosi kesehatan reproduksi yang inovatif di sekolah.

Kata Kunci: Video Animasi, Pengetahuan, Remaja Putri, Dismenore

Abstract

Dysmenorrhea is a gynecological disorder that directly impacts the decline in productivity and school attendance rates among adolescent girls. The low level of understanding regarding the mechanisms and management of menstrual pain exacerbates these negative impacts. Interventions based on audiovisual media, such as animated videos, are capable of providing concrete stimulation that simplifies the comprehension of abstract reproductive health concepts. Objective: To analyze the increase in adolescent girls' knowledge about dysmenorrhea through animated video media interventions at SMP Negeri 4 Cikarang Selatan in 2026. Methods: A quantitative study using a Pre-Experimental Design with a One-Group Pretest-Posttest Design approach. The population consisted of 7th-grade female students at SMP Negeri 4 Cikarang Selatan, with a sample of 96 respondents selected through stratified random sampling. The research instrument utilized a structured questionnaire based on the Guttman scale, which had been tested for validity and reliability. Data analysis was conducted univariately and bivariately using the Wilcoxon Signed Rank Test. Results: Prior to the intervention, the majority of respondents' knowledge levels were in the poor (67.7%) and fair (28.1%) categories. Following the animated video intervention, all respondents' knowledge levels increased significantly to the good category (100%). The Wilcoxon statistical test results showed a value of $Z = -8.523$ *and a p-value =* 0.000 *(*$p < 0.05$*).* Conclusion: Animated video media is significantly effective in improving adolescent girls' *knowledge* about dysmenorrhea. This *visual* media education is recommended as an innovative reproductive health promotion method in schools.

Keywords: Animated Video, Knowledge, Adolescent Girls, Dysmenorrhea

1. PENDAHULUAN

Dismenorea atau nyeri haid merupakan masalah ginekologis primer yang kerap dialami remaja putri akibat tingginya produksi hormon prostaglandin pada fase luteal, yang memicu kontraksi otot rahim (miometrium) secara berlebihan, penyempitan pembuluh darah, dan kurangnya aliran oksigen pada jaringan rahim (iskemia uteri) [1]. Secara global, prevalensi dismenorea pada remaja putri berkisar antara 60% hingga 90%, dan dilaporkan menjadi penyebab utama absensi sekolah serta penurunan fungsi kognitif harian pada remaja putri di berbagai negara berkembang [2]. Di Indonesia, data Kementerian Kesehatan RI menunjukkan prevalensi dismenorea mencapai 64,25%, dengan proporsi dismenorea primer sebesar 54,89% yang secara nyata mengganggu efektivitas dan konsentrasi kegiatan belajar mengajar harian siswi [3], [4].

Pada tingkat regional, prevalensi dismenorea pada remaja di Jawa Barat tercatat cukup tinggi sebesar 59,5% [5]. Studi pada tingkat lokal di kawasan Bekasi dan Cikarang mengindikasikan bahwa sekitar 63,2% remaja usia sekolah menengah pertama mengalami keluhan nyeri haid tingkat sedang hingga berat [6]. Usia remaja awal (12–13 tahun) yang duduk di kelas VII sekolah menengah pertama merupakan fase transisi rentan setelah mengalami *menarche*, di mana pemahaman mengenai perubahan anatomis, fisiologis reproduksi, serta pemisahan antara nyeri haid normal dan gangguan kesehatan masih sangat terbatas [6], [7].

Kurangnya pengetahuan remaja putri dalam mengenali gejala awal dan tata laksana non-farmakologi dismenorea seperti kompres hangat, relaksasi napas dalam, aktivitas fisik ringan, serta pemenuhan nutrisi memicu kecemasan berlebih dan perilaku penanganan yang keliru, termasuk konsumsi obat pereda nyeri secara sembarangan tanpa resep dokter [8], [9]. Padahal, intervensi pendidikan kesehatan terbukti berpengaruh signifikan terhadap perubahan tingkat pengetahuan, sikap, serta pola perilaku remaja terkait kesehatan reproduksi dan manajemen nyeri menstruasi mandiri [10].

Dalam ranah promosi kesehatan, pemberian pendidikan kesehatan berbasis audio-*visual* modern seperti media video animasi terbukti memiliki tingkat efektivitas dan daya tarik yang lebih tinggi dibandingkan dengan metode edukasi konvensional berbasis media cetak (seperti *leaflet* atau poster) maupun ceramah monoton [11], [12]. Unsur grafik dinamis, alur cerita *visual* yang interaktif, warna yang menarik, serta sinkronisasi narasi audio pada video animasi mampu mengonversi konsep-konsep medis yang bersifat abstrak menjadi informasi yang spesifik, konkret, dan mudah dipahami, sehingga mengoptimalkan retensi daya ingat jangka panjang responden [13], [14].

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 4 Cikarang Selatan pada siswi kelas VII (yang terbagi dalam 7 rombongan belajar dengan total populasi 126 siswi), ditemukan bahwa sebagian besar siswi belum memahami secara tepat penyebab munculnya dismenorea serta cara penanganan mandiri non-farmakologi yang aman ketika nyeri menstruasi melanda di sekolah. Di sisi lain, potensi pemanfaatan media edukasi digital interaktif dalam program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) maupun Bimbingan Konseling (BK) di sekolah tersebut belum teroptimalkan secara maksimal. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk menganalisis bagaimana pengaruh intervensi media video animasi dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang dismenorea di SMP Negeri 4 Cikarang Selatan Tahun 2026.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif eksperimental dengan pendekatan *Pre-Experimental Design* melalui rancangan *One-Group Pretest–Posttest Design* untuk menganalisis pengaruh intervensi pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan [15]. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 4 Cikarang Selatan, Kabupaten Bekasi, pada tahun 2026. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas VII yang terbagi ke dalam tujuh

rombongan belajar dengan total 126 siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* berskema *stratified random sampling*, di mana seluruh siswi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dijadikan sampel penelitian sehingga diperoleh 96 responden [15].

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pendidikan kesehatan menggunakan media video animasi, sedangkan variabel dependen adalah tingkat pengetahuan remaja putri tentang dismenore. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner terstruktur berbasis Skala Guttman yang mencakup materi definisi, etiologi, manifestasi klinis, faktor risiko, dampak kesehatan, serta tata laksana penanganan non-farmakologi [16], [17]. Uji validitas dan reliabilitas instrumen telah diuji cobakan pada responden di luar lokasi penelitian untuk memastikan instrumen konsisten dan layak digunakan [18].

Data yang terkumpul diolah melalui tahapan *editing*, *coding*, *scoring*, dan *tabulating*. Sebelum dilakukan analisis *bivariat*, uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* dilakukan dan menunjukkan nilai signifikansi $p = 0{,}001$ pada *pretest* dan $p = 0{,}000$ pada *posttest* ($p < 0{,}05$), yang mengindikasikan bahwa data tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, pengujian hipotesis dilanjutkan menggunakan metode non-parametrik *Wilcoxon Signed Rank Test* pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0{,}05$) guna menilai dampak pendidikan kesehatan media video animasi terhadap tingkat pengetahuan [15].

Analisis data dilakukan secara *univariat* untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi, serta *bivariat* untuk menguji pengaruh intervensi sebelum dan sesudah pemaparan media video animasi. Nilai signifikansi diukur berdasarkan *Asymp. Sig. (2-tailed)* dengan kriteria penolakan H_0 jika $p < 0{,}05$.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil Penelitian

1). Analisis *Univariat*

Analisis *univariat* dilakukan untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi tingkat pengetahuan responden sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) diberikan intervensi edukasi kesehatan berbasis video animasi. Sebelum diberikan intervensi, mayoritas tingkat pengetahuan 65 responden (67,7%) tergolong dalam kategori kurang, 27 responden (28,1%) berada pada kategori cukup, dan hanya 4 responden (4,2%) yang memiliki pengetahuan dalam kategori baik.

Akan tetapi, setelah diberikan intervensi berupa pemutaran media video animasi edukatif, terjadi peningkatan pengetahuan yang sangat signifikan di mana seluruh responden yang berjumlah 96 orang (100%) berada pada kategori pengetahuan baik, tanpa ada lagi responden yang berada pada kategori cukup maupun kurang.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Intervensi

Pengetahuan Remaja	Kelompok			
	Sebelum		Sesudah	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	4	4,2	96	96
Cukup	27	28,1	0	0
Kurang	65	67,7	0	0
Total	**96**	**100**	**96**	**100**

2). Analisis *Bivariat*

(a). Uji Normalitas

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis *bivariat*, dilakukan uji normalitas data terlebih dahulu untuk menentukan jenis uji statistik yang sesuai. Pengujian normalitas dilakukan menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov karena jumlah sampel penelitian $N = 96$ (> 50).

Tabel 2. Hasil Analisis Uji Normalitas

Variabel	Kolmogrov-smirnov		
	Statistic Df	***Sig***	***Statistic Df***
Pretest	,126	96	,001
Posttest	,199	96	,000

Mengacu pada paparan Tabel 2, analisis normalitas *Kolmogorov-Smirnov* menghasilkan skor signifikansi sebesar $p = 0{,}001$ untuk tahap *pretest* dan $p = 0{,}000$ untuk *posttest*. Mengingat kedua nilai p tersebut berada di bawah ambang batas $\alpha = 0{,}05$ ($p < 0{,}05$), data pengukuran pra dan pasca-intervensi disimpulkan berdistribusi tidak normal. Atas dasar tersebut, pengujian hipotesis dilanjutkan menggunakan metode non-parametrik *Wilcoxon Signed Rank Test* guna menilai dampak pendidikan kesehatan media video animasi terhadap tingkat pengetahuan remaja putri mengenai dismenore.

(b). Uji *Wilcoxon Signed Rank Test*

Pengujian hipotesis dilakukan dengan uji non-parametrik *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengukur perbedaan rata-rata skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi.

Tabel 3. Hasil Analisis *Wilcoxon Signed Rank Test*

Variabel	*N*	*Mean Rank*	*Sum of Ranks*	*Z*	*P*
Pengetahuan Remaja Putri tentang Dismenorea Setelah diberikan Intervensi					
Positive Ranks	96	48, 50	4656,00	-8,523	0,000
Total	**96**				

Sebagaimana tercantum pada Tabel 3, luaran analisis *Wilcoxon Signed Rank Test* mencatat seluruh subjek riset yang berjumlah 96 orang berada pada kelompok *Positive Ranks*, menandakan terjadinya kenaikan skor pemahaman secara menyeluruh pasca-intervensi edukasi video animasi. Pengujian statistik ini menghasilkan nilai $Z = -8{,}523$ dengan *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar $0{,}000$. Oleh karena p-value $= 0{,}000$ ($p < 0{,}05$), keputusan hipotesis adalah menolak H_0 dan menerima H_a.

b. Pembahasan

1). Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Media Video Animasi tentang Dismenore

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 96 subjek penelitian di SMP Negeri 4 Cikarang Selatan, profil awal tingkat pengetahuan responden mengenai dismenorea sebelum diberikan intervensi pendidikan kesehatan berbasis video animasi (*pretest*) menunjukkan hasil yang dominan berada pada kategori kurang, yaitu sebanyak 65 siswi (67,7%). Sementara itu, proporsi siswi dengan pemahaman pada kategori cukup berada di angka 28,1% (27 orang), dan kelompok responden dengan tingkat pengetahuan kategori baik tercatat paling sedikit, yakni hanya sebesar 4,2% (4 orang).

Kondisi pengetahuan awal responden yang sebagian besar berada pada kriteria kurang ini sejalan dengan temuan penelitian [1] serta [2]. Kedua studi tersebut mengonfirmasi bahwa sebelum intervensi promosi kesehatan diberikan, mayoritas remaja putri memiliki wawasan yang sangat terbatas mengenai isu-isu kesehatan reproduksi, khususnya dismenore. Hal ini dipicu oleh minimnya akses informasi medis yang akurat serta belum optimalnya paparan kegiatan edukasi terstruktur di lingkungan sekolah. Di samping itu, hasil ini didukung oleh temuan [3] yang melaporkan bahwa sebelum dilaksanakannya kegiatan edukasi, mayoritas

responden (66,67%) berada pada kriteria pengetahuan kurang akibat terbatasnya rujukan informasi medis yang tepat dan komunikatif.

Secara konseptual, proses pembentukan pengetahuan (*knowledge*) pada diri seseorang pada dasarnya terstimulasi setelah adanya aktivitas pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Indra penglihatan (*mata*) dan indra pendengaran (*telinga*) merupakan dua saluran utama yang paling dominan dalam menyerap dan memasukkan informasi ke dalam sistem saraf pusat. Kedalaman domain pengetahuan ini turut dibentuk oleh beragam faktor multidimensi yang saling berinteraksi, mencakup tingkat pendidikan formal, kematangan usia perkembangan, rekam jejak pengalaman pribadi, kondisi lingkungan sosial-budaya di sekitar remaja, serta frekuensi dan intensitas paparan informasi mengenai isu kesehatan reproduksi [4]. Usia remaja awal (12–13 tahun) yang duduk di kelas VII sekolah menengah pertama merupakan fase transisi perkembangan yang rentan pasca-*menarche*, di mana siswi sering kali merasa canggung atau tabu untuk mendiskusikan keluhan menstruasi secara terbuka, sehingga informasi yang didapat cenderung bersifat mitos atau pemahaman yang keliru [5], [6].

Namun demikian, setelah diberikan intervensi edukasi kesehatan menggunakan media video animasi, terjadi pergeseran dan peningkatan tingkat wawasan yang sangat nyata pada diri responden. Seluruh siswi yang menjadi responden penelitian secara menyeluruh (100%) mengalami peningkatan skor dan berada pada kriteria pengetahuan baik, yaitu sebanyak 96 orang. Peningkatan domain pemahaman ini mencakup keseluruhan indikator materi yang diukur dalam instrumen kuesioner, mulai dari batasan konsep dan definisi dismenore, etiologi atau faktor pemicu, pengelompokan jenis (dismenorea primer dan sekunder), manifestasi klinis atau gejala, dampak fisik dan akademis yang ditimbulkan, hingga langkah-langkah tata laksana penanganan mandiri secara non-farmakologi (seperti teknik relaksasi, kompres hangat, dan pengaturan nutrisi).

Media video animasi terbukti menjadi instrumen edukasi audio*visual* yang sangat krusial dan strategis dalam program promosi kesehatan remaja. Hal ini dikarenakan media video animasi mampu menyajikan materi ilmiah yang rumit melalui perpaduan dinamis antara *visual*isasi gambar bergerak, efek suara yang mendukung, kejelasan narasi teks, serta elemen karakter animasi yang interaktif dan menarik [7]. Pemanfaatan media video animasi dapat membangkitkan atensi, menumbuhkan rasa ingin tahu, serta memperkuat retensi daya ingat responden terhadap materi yang disampaikan. Efek kognitif audio*visual* ini memudahkan remaja putri dalam menyerap, mengolah, dan menyimpan konsep-konsep kesehatan reproduksi yang bersifat abstrak menjadi bentuk pemahaman yang konkret [8]. Lebih dari itu, penyampaian pendidikan kesehatan secara terstruktur memegang peran strategis dalam mendorong perubahan sikap serta pembentukan pola perilaku hidup sehat pada remaja secara berkelanjutan [9].

Peneliti berasumsi bahwa rendahnya pemahaman siswi sebelum diberikan intervensi dipicu oleh belum optimalnya penyebaran informasi kesehatan reproduksi yang spesifik di lingkungan sekolah, serta anggapan bahwa nyeri haid adalah hal biasa yang tidak perlu dipelajari penanganannya secara medis. Pemberian edukasi menggunakan media video animasi terbukti sangat efektif dalam mendongkrak pengetahuan remaja putri secara menyeluruh, sebab tayangan animasi sanggup menyederhanakan materi medis yang kompleks menjadi sajian yang *visual*, menarik, komunikatif, dan mudah dipahami oleh rentang usia remaja awal.

2). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Video Animasi terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Dismenore

Berdasarkan hasil analisis *bivariat* memanfaatkan uji statistik non-parametrik *Wilcoxon Signed Rank Test*, didapatkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar $p = 0{,}000$ ($p < 0{,}05$) dengan nilai pengujian $Z = -8{,}523$. Oleh karena nilai $p < 0{,}05$, maka keputusan uji hipotesis secara tegas mengarah pada penolakan H_0 dan penerimaan H_a. Temuan statistik ini mengonfirmasi

adanya pengaruh dan dampak yang nyata serta signifikan dari penyelenggaraan pendidikan kesehatan berbasis media video animasi terhadap peningkatan tingkat pemahaman remaja putri mengenai dismenorea di SMP Negeri 4 Cikarang Selatan Tahun 2026.

Studi ini mengadopsi rancangan *Pre-Experimental Design* melalui skema *One-Group Pretest-Posttest Design* [15]. Pendekatan eksperimental ini diawali dengan asesmen tingkat pengetahuan awal (*pretest*), dilanjutkan dengan pemberian perlakuan (*intervention*) berupa pemaparan video animasi edukasi kesehatan dismenore, lalu diakhiri dengan evaluasi ulang tingkat pengetahuan (*posttest*). Struktur eksperimen tersebut memungkinkan peneliti mengidentifikasi secara presisi pergeseran pemahaman subjek sebelum dan seusai intervensi diberikan. Kenaikan skor pengetahuan yang dialami oleh seluruh 96 responden (*Positive Ranks = 96*) tanpa ada satu pun siswi yang mengalami penurunan maupun skor konstan (*Negative ranks = 0*, *ties = 0*) menegaskan bahwa penggunaan media video animasi memberikan kontribusi positif yang sangat dominan terhadap proses penyerapan dan pemrosesan materi.

Secara fisiologis dan psikologis, keunggulan media video animasi bersumber dari stimulasi serentak pada dua indra utama, yakni indra penglihatan (*visual*) dan indra pendengaran (*auditory*). Pembelajaran berorientasi audio*visual* ini mengaktifkan kerja sel-sel saraf otak secara lebih optimal, sehingga memperlancar pemrosesan (*processing*), penyimpanan (*storage*), hingga pemanggilan kembali (*recall*) memori informasi kesehatan reproduksi pada memori jangka panjang (*long-term memory*) siswi [13], [14]. Informasi yang disajikan dengan *visual*isasi karakter yang dinamis dan alur narasi yang jelas mampu mengurangi beban kognitif (*cognitive load*) responden dalam memahami mekanisme terjadinya nyeri menstruasi serta teknik penanganannya.

Temuan ini searah dan memperkuat hasil penelitian yang dilakukan oleh [1] serta [2], yang menyimpulkan bahwa intervensi promosi kesehatan memanfaatkan media video animasi berbasis *visual* maupun audio*visual* memberikan pengaruh positif yang signifikan terhadap peningkatan pemahaman remaja putri mengenai dismenore. Selain itu, hasil analisis ini selaras dengan penelitian [3] yang menyimpulkan bahwa pelaksanaan kegiatan sosialisasi kesehatan yang terencana memberikan pengaruh yang nyata dan signifikan terhadap peningkatan pemahaman peserta mengenai dismenorea serta manajemen nyerinya. Temuan ini juga didukung oleh studi yang dilakukan oleh [10], yang menyimpulkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan melalui media video animasi secara signifikan efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan remaja mengenai dismenorea dibandingkan dengan penggunaan media konvensional.

Peneliti berasumsi bahwa pendidikan kesehatan berbasis media video animasi sangat berhasil dan berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan wawasan remaja putri terkait dismenore. Penyampaian materi yang *visual*, interaktif, serta tidak membosankan terbukti mampu mengubah pemahaman para siswi dari yang sebelumnya didominasi kriteria kurang menjadi 100% berada pada kategori baik. Keberhasilan intervensi ini menegaskan bahwa media video animasi sangat potensial, relevan, dan aplikatif untuk dijadikan sebagai instrumen promosi kesehatan reproduksi yang inovatif dan berkelanjutan di lingkungan sekolah, khususnya melalui integrasi program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) maupun kegiatan Bimbingan Konseling (BK).



Gambar 1. *Pretest*



Gambar 2. Intervensi Media Video Animasi



Gambar 3. *Posttest*

4. KESIMPULAN

Edukasi kesehatan melalui pemanfaatan teknologi audio*visual* terbukti menjadi strategi yang sangat efektif dalam mentransformasi pemahaman remaja awal mengenai kesehatan reproduksi. Sebelum dilakukannya pemaparan materi, pemahaman siswi kelas VII di SMP Negeri 4 Cikarang Selatan mengenai dismenorea masih sangat terbatas dan didominasi oleh kriteria pengetahuan yang belum memadai. Namun, pengenalan media video animasi yang mengombinasikan elemen *visual* bergerak dan narasi yang komunikatif mampu mengeliminasi keterbatasan informasi tersebut secara menyeluruh, sehingga mendorong seluruh subjek penelitian mencapai tingkat penguasaan materi yang optimal pasca-intervensi.

Secara statistik, pergeseran domain kognitif yang signifikan ini dikonfirmasi melalui analisis *Wilcoxon Signed Rank Test* yang menghasilkan nilai signifikansi jauh di bawah ambang batas kritis. Temuan ini menegaskan bahwa penggunaan video animasi tidak hanya menarik atensi belajar siswi, tetapi juga mempermudah internalisasi konsep medis dismenorea serta tata laksana penanganannya secara mandiri. Oleh karena itu, pendekatan edukasi berbasis *visual* ini sangat potensial untuk diintegrasikan secara berkelanjutan ke dalam program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) maupun kegiatan Bimbingan Konseling (BK) sebagai model promosi kesehatan remaja yang inovatif di lingkungan sekolah.

5. DAFTAR PUSTAKA

[1]. S. Awae, *et al.*, "Global Epidemiology of Primary Dysmenorrhea in Adolescent Girls" *International Journal of Reproductive Health*, vol. 12, no. 1, pp. 88–96, 2024.
[2]. WHO, *Adolescent Sexual and Reproductive Health Guidance*. Geneva: World Health Organization, 2021.
[3]. Kemenkes RI, *Laporan Nasional Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023.
[4]. D. Ambarsari, *et al.*, "Prevalensi dan Dampak Dismenorea Primer terhadap Aktivitas Belajar Remaja" *Jurnal Kebidanan Indonesia*, vol. 15, no. 1, pp. 45–52, 2024.
[5]. L. Rohmah dan N. Fitri, "Kesehatan Reproduksi dan Dismenorea pada Remaja Putri" *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Masyarakat*, vol. 10, no. 1, pp. 12–20, 2024.
[6]. H. Simanjuntak, R. K. Sugiharti, dan N. Yulianti, "Masalah Kesehatan Reproduksi dan Penanganan Dismenorea pada Remaja Putri di Wilayah Jawa Barat" *Jurnal Ilmiah Kebidanan dan Kesehatan*, vol. 11, no. 2, pp. 134–142, 2023.
[7]. R. K. Sugiharti dan A. Febriana, "Penanganan Non-farmakologi Dismenorea Primer pada Remaja" *Jurnal Kebidanan Medika*, vol. 6, no. 1, pp. 22–29, 2021.
[8]. N. Yulianti, I. Widaningsih, dan N. Kurnia, "Edukasi Kebidanan Komunitas dan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja" *Jurnal Kebidanan Medika*, vol. 7, no. 2, pp. 110–118, 2022.
[9]. N. Fahmiah, *et al.*, "Gambaran Manifestasi Klinis dan Penanganan Nyeri Haid pada Siswi Sekolah Menengah" *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, vol. 8, no. 2, pp. 77–85, 2022.

[10]. N. M. Azzahra, F. Azahra, I. Elfarisa, M. P. Natasya, Tasya, Srimunandar, Ananda, dan N. Yulianti, "Pengaruh Pendidikan Terhadap Perubahan Tingkat Pengetahuan" *Jurnal Kesehatan*, vol. 6, no. 2, pp. 1007–1014, 2025.
[11]. Arini Agriani, *et al.*, "Efektivitas Media Video dan Poster terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja tentang Dismenore" *Jurnal Edukasi Kesehatan*, vol. 9, no. 3, pp. 201–210, 2023.
[12]. Herlinadiyaningsih dan F. Arisani, "Perbandingan Efektivitas Media Video dan Leaflet dalam Pendidikan Kesehatan Remaja" *Jurnal Promosi Kesehatan*, vol. 10, no. 2, pp. 140–148, 2022.
[13]. A. Pradana, "Pemanfaatan Media *Visual* dan Animasi Interaktif dalam Pembelajaran Digital" *Jurnal Teknologi Pendidikan*, vol. 13, no. 1, pp. 55–64, 2025.
[14]. S. Widianingtyas, *et al.*, "Pengaruh Edukasi Audio*visual* terhadap Retensi Pengetahuan Kesehatan" *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, vol. 11, no. 1, pp. 40–49, 2025.
[15]. Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2022.
[16]. Patnawati, *et al.*, "Edukasi Kesehatan Berbasis Video Audio*visual* terhadap Sikap dan Pengetahuan Siswi Mengenai Dismenore" *Jurnal Keperawatan Maternitas*, vol. 7, no. 2, pp. 102–110, 2023.
[17]. S. Wulandari, *et al.*, "Inovasi Media Promosi Kesehatan Reproduksi Remaja di Sekolah" *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, vol. 8, no. 1, pp. 15–22, 2025.
[18]. S. Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta, 2021.