



Pengaruh Edukasi Kesehatan Berbasis *Clash of Champions* terhadap Pengetahuan Dismenore pada Remaja Putri

Fasya Intana Putri^{1*}, Triseu Setianingsih¹, Beatrix Elizabeth¹, Risti Tamara Tahanora¹

¹Fakultas Kesehatan, Universitas Medika Suherman

* Corresponding author email: triseu@medikasuherman.ac.id

Diserahkan 28 Maret 2026; Direvisi 12 Mei 2026; Diterima 6 Juni 2026

Abstrak: Nyeri haid atau dismenore merupakan keluhan yang sering dialami remaja putri dan umumnya terjadi akibat kontraksi otot rahim yang dipengaruhi oleh peningkatan hormon prostaglandin. Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, prevalensi dismenore di berbagai negara tergolong tinggi, dengan sekitar setengah perempuan di setiap negara mengalaminya. Dari jumlah tersebut, sebagian besar berada pada kategori ringan hingga sedang, sedangkan sekitar 10–15% mengalami nyeri berat yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan proses belajar di sekolah. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan melalui metode ceramah interaktif yang dikombinasikan dengan permainan edukatif *Clash of Champions* terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang dismenore di SMPN 2 Tambelang tahun 2025. Selain itu, penelitian ini juga menguji perbedaan tingkat pengetahuan berdasarkan dukungan orang tua dan dukungan teman sebaya. Desain yang digunakan adalah quasi experiment dengan pendekatan one group pretest-posttest pada 59 siswi kelas VII yang dipilih menggunakan rumus Slovin. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan nilai rata-rata setelah intervensi, serta perbedaan bermakna berdasarkan tingkat dukungan orang tua dan teman sebaya ($p\text{-value}=0,000$). Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi interaktif efektif meningkatkan pemahaman siswi mengenai penanganan dismenore secara tepat.

Kata kunci: Dismenore; Pendidikan Kesehatan; Pengetahuan Remaja

Abstract: Menstrual pain, or dysmenorrhea, is a common condition experienced by adolescent girls and is generally caused by uterine muscle contractions triggered by increased prostaglandin levels. According to the *World Health Organization* (WHO) in 2020, the global prevalence of dysmenorrhea is considerably high, with approximately 50% of women in each country experiencing this condition. Among them, the majority suffer from mild to moderate symptoms, while about 10–15% experience severe dysmenorrhea that can interfere with daily activities and academic performance. This study aimed to analyze the effect of health education delivered through an interactive lecture method combined with the educational game *Clash of Champions* on adolescents' knowledge about dysmenorrhea at SMPN 2 Tambelang in 2025. In addition, the study examined differences in knowledge levels based on parental support and peer support. A quantitative approach with a quasi-experimental one-group pretest-posttest design was applied. The sample consisted of 59 seventh-grade female students selected using the Slovin formula. The findings showed a significant increase in the mean knowledge score after the intervention. Furthermore, there were significant differences in knowledge levels between students with high and low parental support, as well as between those with high and low peer support ($p\text{-value} = 0.000$). These results indicate that interactive health education effectively improves adolescents' understanding of appropriate dysmenorrhea managements.

Keyword: Dysmenorrhea; Health Education; Adolescent Knowledge

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase transisi perkembangan pada rentang usia 10–19 tahun yang ditandai oleh terjadinya pubertas dan kematangan organ reproduksi. Salah satu peristiwa biologis penting pada remaja putri adalah menstruasi pertama (menarche), yang menjadi indikator utama kesehatan reproduksi (1). Meskipun merupakan proses fisiologis, menstruasi sering kali menimbulkan kecemasan dan ketidaknyamanan pada remaja putri, terutama ketika tidak disertai dengan pemahaman yang memadai dan dukungan sosial yang cukup (2). Kondisi



tersebut menunjukkan bahwa masalah kesehatan reproduksi pada remaja tidak hanya bersifat biologis, tetapi juga berkaitan erat dengan aspek pengetahuan dan psikososial.

Salah satu keluhan yang paling sering menyertai menstruasi adalah dismenore, yaitu nyeri haid yang disebabkan oleh kontraksi uterus dan peningkatan produksi prostaglandin. Dismenore dibedakan menjadi dismenore primer dan dismenore sekunder, dengan tingkat keparahan yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti usia, tingkat stres, dan aktivitas fisik (3). Dismenore tidak hanya berdampak pada kondisi fisik, tetapi juga berpengaruh terhadap aspek psikologis dan fungsional remaja, antara lain kelelahan, gangguan konsentrasi, kecemasan, serta penurunan kualitas hidup dan performa belajar (4). Oleh karena itu, upaya promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan reproduksi menjadi sangat penting, didukung oleh peran keluarga dan teman sebaya agar remaja mampu memahami serta mengelola dismenore secara tepat (5).

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2020 angka kejadian dismenore dunia sangat tinggi, 50% wanita di setiap negara mengalaminya. Dari jumlah tersebut, sekitar 90% menderita dismenore, dengan 10-15% dismenore berat. Di Amerika Serikat, angka dismenore tercatat sebesar 59,7%, sementara di Swedia mencapai 72%. Di Asia, dismenore mencapai 74,5%, dengan Malaysia melaporkan prevalensi sebesar 69,4%, Thailand sebesar 84,2% (6). Jumlah penderita dismenore di Indonesia tercatat 107.673 jiwa (64,25%) dengan 59.671 jiwa (54,89%) dismenore primer dan 9.496 jiwa (9,36%) dismenore sekunder⁷. Dari hasil penelitian, prevalensi dismenorea Jawa Barat cukup tinggi, dengan sekitar 54,9% wanita mengalami kondisi ini. Dari jumlah tersebut, 24,5% dismenorea ringan, 21,28% dismenorea sedang, dan 9,36% mengalami dismenorea berat (8). Sementara itu, di wilayah Bekasi, prevalensi dismenore dilaporkan sebesar 63,2% (6). Data tersebut menegaskan bahwa dismenore merupakan permasalahan kesehatan reproduksi yang signifikan dan memerlukan perhatian serius, khususnya pada kelompok remaja putri.

Tingginya prevalensi dismenore pada remaja tidak terlepas dari rendahnya tingkat pengetahuan mengenai konsep, penyebab, dan penatalaksanaan dismenore. Penelitian yang dilakukan Nafiroh et al. (2013) dalam Fitri, et al. (2022) menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang dismenore, yaitu sebanyak 36 siswi (78,3%), sementara hanya 2 siswi (4,3%) yang memiliki pengetahuan baik (9). Hasil penelitian yang dilakukan Sarumaha (2021) dalam Yulianto & Vita (2024) membuktikan bahwa pengetahuan remaja putri tentang penanganan dismenore di SMPN 1 Gunungsitoli Alo'oa Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa Kota Gunungsitoli dari 53 responden, mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 25 orang (47,1%), berpengetahuan cukup sebanyak 18 orang (34%) dan berpengetahuan baik sebanyak 10 orang (18,9%) (10). Kondisi ini diperkuat oleh hasil studi pendahuluan di SMPN 2 Tambelang, yang menunjukkan bahwa 55% siswi mengalami dismenore dan 100% responden menyatakan tidak mengetahui apa itu dismenore. Rendahnya pengetahuan tersebut berpotensi mendorong perilaku penanganan yang tidak tepat, seperti penggunaan analgesik tanpa indikasi yang jelas atau penghindaran aktivitas fisik yang sebenarnya bermanfaat dalam mengurangi nyeri. Oleh karena itu, intervensi edukatif yang sistematis dan sesuai karakteristik remaja menjadi kebutuhan yang mendesak.

Dalam konteks pendidikan kesehatan di sekolah, peserta didik tingkat SMP yang termasuk dalam generasi alpha cenderung memiliki karakteristik berpikir kritis, menyukai pembelajaran

aktif, serta tertarik pada suasana belajar yang kompetitif. Oleh karena itu, pendekatan pembelajaran konvensional yang bersifat satu arah dinilai kurang optimal. Metode ceramah interaktif, yang mengombinasikan penyampaian materi dengan tanya jawab, diskusi, dan refleksi, dinilai lebih mampu melibatkan peserta didik secara aktif dalam proses pembelajaran (11). Meskipun demikian, keterbatasan waktu diskusi dan rendahnya kepercayaan diri sebagian siswa untuk berpartisipasi aktif menjadi kendala, sehingga diperlukan dukungan media pembelajaran yang inovatif. Penggunaan media cetak maupun elektronik sebagai sarana penyampaian informasi terbukti dapat meningkatkan pemahaman dan mendorong perubahan perilaku kesehatan (12).

Seiring dengan perkembangan era digital, pendidikan kesehatan dituntut untuk mengintegrasikan pendekatan yang lebih kreatif, salah satunya melalui penggunaan game edukasi. Pendekatan berbasis permainan dan kompetisi diketahui mampu meningkatkan motivasi belajar, partisipasi aktif, kerja sama tim, serta retensi materi pembelajaran. Salah satu media yang dapat dimanfaatkan adalah permainan Clash of Champions, yang bersifat visual dan partisipatif sehingga memungkinkan interaksi aktif antara peserta didik dan materi pembelajaran (13). Game ini dinilai mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, mengurangi kejenuhan, serta menumbuhkan sikap kompetitif dan kolaboratif di kalangan peserta didik. Selain itu, kombinasi antara belajar dan bermain dalam Clash of Champions berpotensi meningkatkan daya ingat dan pemahaman konsep yang dipelajari (14).

Meskipun sejumlah penelitian telah membahas pendidikan kesehatan tentang dismenore serta penggunaan metode ceramah interaktif maupun media pembelajaran berbasis permainan, penelitian yang secara spesifik mengkaji kombinasi ceramah interaktif dengan permainan Clash of Champions dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang dismenore masih terbatas, khususnya pada jenjang sekolah menengah pertama. Di sisi lain, variabel dukungan sosial seperti dukungan orang tua dan teman sebaya yang berperan sebagai faktor penguat dalam pembentukan pengetahuan juga jarang ditelaah secara bersamaan dalam satu kerangka penelitian. Keterbatasan inilah yang menunjukkan adanya kesenjangan penelitian yang perlu diisi melalui kajian empiris. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan berbasis ceramah interaktif yang dikombinasikan dengan permainan Clash of Champions terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang dismenore di SMPN 2 Tambelang. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah berupa bukti empiris mengenai efektivitas pendekatan pembelajaran inovatif dalam pendidikan kesehatan reproduksi remaja, serta menjadi rujukan praktis bagi pendidik dan tenaga kesehatan dalam merancang program edukasi yang lebih menarik, partisipatif, dan sesuai dengan karakteristik peserta didik.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi experiment one group pretest-posttest untuk menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan, dukungan orang tua, dan dukungan teman sebaya terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang dismenore. Variabel dependen adalah tingkat pengetahuan tentang dismenore, sedangkan variabel independen meliputi pendidikan kesehatan metode ceramah interaktif kombinasi game Clash of Champions, dukungan orang tua, dan dukungan teman sebaya. Populasi berjumlah 69 siswi kelas VII SMPN 2 Tambelang dengan sampel 59 responden yang dihitung menggunakan

rumus Slovin dan dipilih melalui stratified random sampling. Kriteria inklusi meliputi: (1) Siswi kelas VII di SMPN 2 Tambelang; (2) Siswi yang bersedia menjadi responden dan bertanda tangan di Informed consent; (3) Hadir pada saat pre-test dan post-test kegiatan pendidikan kesehatan; serta (4) Siswi SMPN 2 Tambelang yang sudah mengalami menstruasi. Sementara itu, kriteria eksklusi terdiri dari: (1) Siswi yang tidak bersedia menjadi responden dan tidak tanda tangan di informed consent; (2) Siswi yang tidak hadir dalam pre-test dan post-test kegiatan pendidikan kesehatan; serta 3) Siswi SMPN 2 tambelang yang mengalami amenorrhea.

Pengumpulan data primer dilakukan menggunakan self-administered questionnaire, yakni kuesioner yang diisi secara mandiri oleh responden untuk mengukur tingkat pengetahuan tentang dismenore. Setiap butir pernyataan dinilai menggunakan skala Likert empat poin, dengan skor 0 = Sangat Tidak Setuju, 1 = Tidak Setuju, 2 = Setuju, dan 3 = Sangat Setuju. Uji validitas menunjukkan seluruh item memiliki nilai r hitung $> 0,444$ sehingga dinyatakan valid (15). Uji reliabilitas memperoleh nilai Cronbach Alpha $> 0,7$ pada seluruh variabel sehingga instrumen dinyatakan reliabel. Intervensi edukasi kesehatan dilaksanakan selama 45 menit pada pukul 10.15–11.00 WIB dengan memanfaatkan laptop, proyektor, dan lembar kerja peserta didik sebagai media pendukung. Prosedur penelitian meliputi perizinan, seleksi responden sesuai kriteria inklusi-eksklusi, pengisian informed consent, pelaksanaan pretest, intervensi, dan posttest. Pengolahan data dilakukan melalui tahap editing, coding, entry, scoring, cleaning, dan transferring ke program komputerisasi (16). Analisis data dilakukan secara univariat untuk mendeskripsikan distribusi karakteristik responden dan seluruh variabel penelitian, serta secara bivariat untuk menganalisis pengaruh antarvariabel (17).

Uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov karena jumlah responden lebih dari 50. Oleh karena terdapat data tidak berdistribusi normal, hipotesis pertama diuji dengan Wilcoxon Sign Rank Test, sedangkan hipotesis kedua dan ketiga menggunakan independent t-test. Penelitian dilaksanakan pada Juni 2025–Februari 2026 setelah memperoleh Persetujuan Etik Nomor 005304/Universitas Medika Suherman/2025. Penelitian ini menerapkan prinsip etika meliputi informed consent, autonomy, nonmaleficence, beneficence, justice, fidelity, confidentiality, veracity, dan accountability. Responden diberikan penjelasan lengkap serta hak untuk menolak atau menghentikan partisipasi. Kerahasiaan data dijaga sesuai standar etika penelitian kesehatan. Seluruh proses dilakukan secara bertanggung jawab berdasarkan kode etik keperawatan.

HASIL PENELITIAN

1) Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Usia

Usia		
	Frekuensi (N)	Persen (%)
Usia 12	21	35.6
Usia 13	38	64.4
Total	59	100.0

Sumber: Data Primer (2025)

Tabel 1 di atas memperlihatkan distribusi karakteristik responden menurut usia menunjukkan bahwa dari total 59 responden, sebagian besar berada pada kelompok usia 13 tahun, yaitu

sebanyak 38 responden (64,4%). Sementara itu, responden berusia 12 tahun berjumlah 21 orang (35,6%). Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas responden berada pada fase remaja awal hingga pertengahan, yang merupakan periode penting dalam perkembangan kesehatan reproduksi, termasuk pengalaman menstruasi dan risiko terjadinya dismenore. Dominasi responden usia 13 tahun menunjukkan bahwa kelompok usia ini merupakan populasi yang relevan untuk diberikan intervensi pendidikan kesehatan terkait dismenore, mengingat pada rentang usia tersebut remaja umumnya telah mengalami menarche dan mulai menghadapi berbagai keluhan menstruasi. Dengan demikian, karakteristik usia responden dalam penelitian ini mencerminkan kelompok sasaran yang sesuai untuk mengkaji pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang dismenore.

Tabel 2. Rata-Rata Nilai Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Intervensi Pendidikan Kesehatan Tentang Dismenore

Variabel	N	Min	Max	Mean	Standar Deviasi
Pre-test Pengetahuan	59	13	44	28.41	7.571
Post-test Pengetahuan	59	15	61	47.36	6.316

Sumber: Data Primer (2025)

Dari tabel 2 hasil analisis deskriptif menunjukkan adanya peningkatan nilai pengetahuan responden setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan. Pada pengukuran *pre-test*, nilai pengetahuan responden memiliki nilai minimum sebesar 13 dan maksimum 44, dengan mean sebesar 28,41 serta standar deviasi sebesar 7,571. Nilai tersebut menggambarkan bahwa sebelum intervensi, tingkat pengetahuan responden tentang dismenore masih relatif rendah dan bervariasi. Setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan, hasil *post-test* menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan. Nilai pengetahuan responden memiliki nilai minimum sebesar 15 dan maksimum 61, dengan rata-rata meningkat menjadi 47,36 serta standar deviasi menurun menjadi 6,316. Peningkatan nilai rata-rata sebesar 18,95 poin (dari 28,41 menjadi 47,36) menunjukkan adanya perbaikan pengetahuan responden setelah pelaksanaan intervensi. Penurunan nilai standar deviasi pada *post-test* mengindikasikan bahwa variasi nilai pengetahuan antarresponden menjadi lebih homogen, yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan tidak hanya meningkatkan tingkat pengetahuan secara umum, tetapi juga meratakan pemahaman responden mengenai dismenore. Dengan demikian, secara deskriptif, data ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang dismenore.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Dukungan Orang Tua

Dukungan Orang Tua		
	Frekuensi (N)	Persen (%)
1= Rendah	33	55.9
2 = Tinggi	26	44.1
Total	59	100.0

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan Tabel 3, distribusi dukungan orang tua terhadap responden menunjukkan bahwa dari total 59 responden, sebagian besar berada pada kategori dukungan orang tua rendah, yaitu sebanyak 33 responden (55,9%). Sementara itu, responden yang memperoleh dukungan orang tua tinggi berjumlah 26 responden (44,1%). Hasil ini mengindikasikan bahwa

lebih dari setengah responden belum mendapatkan dukungan orang tua yang optimal terkait kesehatan reproduksi, khususnya dalam menghadapi permasalahan menstruasi dan dismenore. Rendahnya dukungan orang tua berpotensi memengaruhi tingkat pengetahuan dan sikap remaja dalam memahami serta mengelola dismenore secara tepat. Sebaliknya, proporsi responden dengan dukungan orang tua tinggi yang masih berada di bawah 50% menunjukkan adanya peluang untuk meningkatkan peran keluarga sebagai sumber informasi dan dukungan emosional bagi remaja. Dengan demikian, distribusi dukungan orang tua pada penelitian ini menegaskan pentingnya keterlibatan keluarga dalam upaya pendidikan kesehatan reproduksi remaja, serta menjadi dasar pertimbangan dalam mengembangkan intervensi pendidikan kesehatan yang tidak hanya berfokus pada peserta didik, tetapi juga melibatkan peran orang tua secara lebih aktif.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Dukungan Teman Sebaya

Dukungan Teman Sebaya		
	Frekuensi (N)	Persen (%)
1 = Rendah	31	55.5
2 = tinggi	28	47.5
Total	59	100.0

Sumber: Data Primer (2025)

Dari tabel di atas diperlihatkan bahwa distribusi dukungan teman sebaya pada responden menunjukkan bahwa dari total 59 responden, sebagian besar berada pada kategori dukungan teman sebaya rendah, yaitu sebanyak 31 responden (55,5%). Sementara itu, responden yang memperoleh dukungan teman sebaya tinggi berjumlah 28 responden (47,5%). Hasil ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden belum mendapatkan dukungan teman sebaya yang optimal dalam konteks kesehatan reproduksi, khususnya terkait pemahaman dan penanganan dismenore. Dukungan teman sebaya memiliki peran penting dalam membentuk sikap, persepsi, serta perilaku kesehatan remaja, mengingat pada fase ini remaja cenderung lebih terbuka dan nyaman berbagi pengalaman dengan teman sebayanya dibandingkan dengan orang dewasa. Rendahnya dukungan teman sebaya berpotensi membatasi proses pertukaran informasi yang benar mengenai dismenore, sehingga dapat berdampak pada tingkat pengetahuan dan cara remaja dalam mengelola keluhan menstruasi. Dengan demikian, distribusi dukungan teman sebaya pada penelitian ini menegaskan pentingnya penguatan peran kelompok sebaya dalam program pendidikan kesehatan reproduksi. Temuan ini juga menjadi dasar pertimbangan untuk mengembangkan intervensi edukatif yang tidak hanya berfokus pada individu, tetapi juga mendorong keterlibatan dan dukungan positif dari lingkungan teman sebaya.

2) Analisis Bivariat

Tabel 5. Hasil Uji normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov		Kesimpulan
	p-value	A	
<i>Pre-test</i> Pengetahuan	0.095	0.05	Berdistribusi normal
<i>Post-test</i> Pengetahuan	0.001	0.05	Berdistribusi tidak normal
Dukungan Orang Tua	0.003	0.05	Berdistribusi tidak normal
Dukungan Teman Sebaya	0.019	0.05	Berdistribusi tidak normal

Sumber: Data Primer (2025)

Dilihat dari tabel 5 diketahui data pengetahuan *pre-test* mempunyai p-value = (0,095) karena nilai p-value > 0,05 maka data berdistribusi normal dan pengetahuan *post-test* nilai p-value = (0,001) < 0,05 data tidak berdistribusi normal, maka pada hipotesis pertama persyaratan untuk melakukan analisis bivariat ini yaitu menggunakan uji non-parametric test yaitu uji *Wilcoxon Sign Rank Test*. Pada hipotesis kedua dan ketiga, untuk variabel dukungan orang tua p-value = (0,003) dan dukungan teman sebaya p-value = (0,019) yang keduanya lebih kecil dari 0,05. Pengujian dilakukan dengan mengacu pada data *pre-test* yang memiliki p-value (0,095) dan berdistribusi normal. Dengan demikian, analisis menggunakan metode uji parametrik, yaitu independent t-test, dengan mempertimbangkan bahwa syarat normalitas pada data numerik terpenuhi.

Tabel 6. Pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode ceramah interaktif kombinasi game Clash of Champions terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang dismenore di SMPN 2 Tambelang

Pengetahuan		<i>Wilcoxon Sign Rank Test</i>		
		N	Mean Rank	p-value
Pengetahuan <i>pre-test</i> dan pos-test	Positif	57	30.42	0.000
	Negatif	2	18.00	
	Total	59		

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel di atas, pengetahuan setelah dilakukan intervensi memiliki 57 data positif yang mengalami peningkatan dengan mean rank 30,42 dan 2 data negatif dengan mean rank 18,00. Temuan ini didukung oleh hasil uji *Wilcoxon Sign Rank Test* menunjukkan nilai p-value = 0,000 yang berarti terdapat peningkatan yang signifikan setelah dilakukannya pendidikan kesehatan dengan metode ceramah interaktif kombinasi game *Clash of Champions* terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang dismenore di SMPN 2 Tambelang.

Tabel 7. Perbedaan Rata-rata Nilai Pengetahuan Pre-test Berdasarkan Dukungan Orang Tua

Dukungan Orang Tua		Independent t-test		
		N	Mean	p-value
<i>Pre-test</i>	1 = Rendah	33	24.42	0.000
	2 = Tinggi	26	33.46	

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan Tabel 7, hasil uji *independent t-test* menunjukkan adanya perbedaan rata-rata nilai pengetahuan *pre-test* antara responden dengan tingkat dukungan orang tua rendah dan tinggi. Pada kelompok dengan dukungan orang tua rendah, jumlah responden sebanyak 33 orang dengan rata-rata nilai pengetahuan sebesar 24,42. Sementara itu, pada kelompok dengan dukungan orang tua tinggi, terdapat 26 responden dengan rata-rata nilai pengetahuan sebesar 33,46. Hasil analisis statistik menunjukkan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$), yang mengindikasikan bahwa perbedaan rata-rata nilai pengetahuan *pre-test* antara kedua kelompok tersebut bermakna secara statistik. Temuan ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi pendidikan kesehatan, responden yang memperoleh dukungan orang tua tinggi telah memiliki tingkat pengetahuan tentang dismenore yang secara signifikan lebih baik dibandingkan dengan responden yang mendapatkan dukungan orang tua rendah.

Tabel 8. Perbedaan Rata-rata Nilai Pengetahuan Pre-test Berdasarkan Dukungan Teman Sebaya

Dukungan Teman Sebaya		Independent t-test		
		N	Mean	p-value
Pre-test	1 = Rendah	31	24.48	0.000
	2 = Tinggi	28	32.75	

Sumber: Data Primer (2025)

Berdasarkan tabel 8 didapatkan hasil bahwa diketahui bahwa responden dengan tingkat dukungan teman sebaya rendah berjumlah 31 orang dengan rata-rata nilai pengetahuan *pre-test* sebesar 24,48. Sementara itu, responden dengan tingkat dukungan teman sebaya tinggi berjumlah 28 orang dengan rata-rata nilai pengetahuan *pre-test* sebesar 32,75. Secara deskriptif terlihat bahwa rata-rata nilai pengetahuan pada kelompok dengan dukungan teman sebaya tinggi lebih besar dibandingkan kelompok dengan dukungan rendah, dengan selisih rata-rata sebesar 8,27 poin. Hasil uji *independent t-test* menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara rata-rata nilai pengetahuan *pre-test* pada kedua kelompok. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat pengetahuan *pre-test* yang signifikan berdasarkan tingkat dukungan teman sebaya, dimana responden dengan dukungan teman sebaya tinggi memiliki nilai pengetahuan yang lebih baik dibandingkan dengan responden yang memiliki dukungan teman sebaya rendah.

Pembahasan

1) Analisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Metode Ceramah Interaktif Kombinasi Game Clash of Champions Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Dismenore Di SMPN 2 Tambelang

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan melalui metode ceramah interaktif yang dikombinasikan dengan permainan *Clash of Champions* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan tingkat pengetahuan remaja tentang dismenore di SMPN 2 Tambelang. Secara statistik, terdapat 57 responden yang mengalami peningkatan skor (*positive ranks*) dengan nilai *mean rank* sebesar 30,42, dan hasil uji Wilcoxon Sign Rank Test menunjukkan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa intervensi yang diberikan efektif meningkatkan pengetahuan responden secara bermakna, sehingga H_0 ditolak. Secara teoritis, peningkatan pengetahuan tersebut dapat dijelaskan melalui teori *Lawrence Green* yang menyatakan bahwa pengetahuan individu terbentuk melalui proses pendidikan yang dirancang secara strategis¹⁸. Dalam kerangka model *Precede-Proceed*, pengetahuan dikategorikan sebagai faktor predisposisi yang berperan penting dalam membentuk perilaku kesehatan¹⁹. Model ini menekankan bahwa intervensi pendidikan yang terencana, sistematis, dan berbasis kebutuhan mampu mendorong perubahan perilaku secara bertahap melalui peningkatan aspek kognitif¹⁶. Dengan demikian, peningkatan skor pengetahuan setelah intervensi mencerminkan keberhasilan proses edukasi dalam memperkuat faktor predisposisi remaja terhadap perilaku sehat terkait penanganan dismenore.

Rendahnya tingkat pengetahuan sebelum intervensi menunjukkan adanya keterbatasan akses informasi dan kurangnya edukasi kesehatan reproduksi yang komprehensif pada remaja. Kondisi ini sejalan dengan temuan bahwa rendahnya pengetahuan remaja sering kali dipengaruhi oleh metode pembelajaran yang monoton dan kurang menarik²⁰. Oleh karena itu, pendekatan inovatif menjadi kebutuhan dalam pendidikan kesehatan remaja. Metode ceramah

interaktif memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah yang mendorong partisipasi aktif, klarifikasi konsep, serta refleksi pemahaman peserta didik²¹. Integrasi permainan *Clash of Champions* sebagai media visual dan partisipatif memperkuat proses kognitif melalui mekanisme kompetisi, kolaborasi, dan penguatan memori. Pendekatan berbasis permainan terbukti mampu meningkatkan motivasi intrinsik dan retensi materi pembelajaran¹⁴. Secara analitis, kombinasi ceramah interaktif dan game edukatif menciptakan pengalaman belajar multimodal yang melibatkan aspek visual, auditori, dan kinestetik, sehingga memaksimalkan proses encoding dan retrieval informasi dalam memori jangka panjang. Dengan demikian, efektivitas intervensi tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga transformasional dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang dismenore.

2) Analisis Perbedaan Tingkat Pengetahuan Remaja Yang Memiliki Dukungan Orang Tua Tinggi dan Rendah Tentang Disminore Di SMPN 2 Tambelang

Penelitian ini juga menemukan adanya perbedaan yang signifikan pada tingkat pengetahuan remaja berdasarkan tinggi rendahnya dukungan orang tua. Hasil uji Independent Samples Test menunjukkan p-value = 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan bermakna antara kelompok dengan dukungan orang tua tinggi dan rendah. Remaja yang memperoleh dukungan orang tua tinggi memiliki rerata pengetahuan yang lebih baik dibandingkan dengan remaja yang memperoleh dukungan rendah. Secara teoritis, keluarga merupakan lingkungan sosial pertama yang berperan dalam proses pembentukan pengetahuan dan sikap individu. Dukungan orang tua, khususnya dalam bentuk dukungan informasional, memberikan akses terhadap sumber informasi yang benar serta memperkuat motivasi belajar remaja, baik secara intrinsik maupun ekstrinsik²². Temuan ini menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua berkontribusi nyata terhadap capaian akademik dan pemahaman kesehatan remaja.

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya hubungan antara dukungan keluarga dan perilaku remaja dalam menghadapi dismenore²³. Dukungan keluarga tidak hanya bersifat informasional, tetapi juga mencakup aspek emosional, instrumental, dan penghargaan, yang membantu remaja beradaptasi terhadap perubahan biologis dan psikologis pada masa pubertas. Peran keluarga sebagai sistem pendukung utama juga berkontribusi dalam menurunkan tekanan psikologis dan meningkatkan kualitas hidup remaja²⁴. Secara analitis, perbedaan tingkat pengetahuan berdasarkan dukungan orang tua menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan akan lebih optimal apabila didukung oleh lingkungan keluarga yang suportif. Remaja yang berada dalam konteks keluarga dengan komunikasi terbuka cenderung lebih mudah mengklarifikasi informasi, mengurangi miskonsepsi, serta membangun pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dismenore. Oleh karena itu, keterlibatan orang tua dalam program pendidikan kesehatan menjadi komponen strategis untuk memperkuat keberlanjutan dampak intervensi.

3) Analisis Perbedaan Tingkat Pengetahuan Remaja Yang Memiliki Dukungan Teman Sebaya Tinggi dan Rendah tentang Disminore Di SMPN 2 Tambelang

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan signifikan tingkat pengetahuan remaja berdasarkan dukungan teman sebaya, dengan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$). Remaja yang memiliki dukungan teman sebaya tinggi menunjukkan rerata pengetahuan yang lebih baik dibandingkan dengan kelompok dengan dukungan rendah. Temuan ini menegaskan bahwa

lingkungan sebaya memiliki peran penting dalam membentuk pemahaman kesehatan remaja. Pengetahuan individu berkembang melalui paparan informasi yang berulang dan interaksi sosial yang bermakna²⁵. Pada masa remaja, kelompok sebaya menjadi sumber referensi utama karena adanya kesamaan pengalaman dan kedekatan emosional. Teman sebaya dipandang lebih mudah dipahami dan dipercaya dalam berbagi pengalaman terkait menstruasi dan dismenore²⁶. Dalam konteks teori belajar sosial, proses observasi, diskusi, dan modeling dalam kelompok sebaya mempercepat internalisasi informasi kesehatan.

Dukungan informasional dari teman sebaya juga berperan dalam membantu remaja mengambil keputusan yang tepat dalam penanganan dismenore²⁷. Secara analitis, interaksi sebaya berfungsi sebagai media pertukaran informasi yang dinamis dan kontekstual. Ketika remaja memperoleh klarifikasi atau validasi informasi dari teman sebaya, terjadi proses penguatan kognitif yang meningkatkan kepercayaan diri dalam memahami dan mengelola kondisi kesehatan reproduksi. Dengan demikian, temuan ini menunjukkan bahwa efektivitas pendidikan kesehatan tidak hanya ditentukan oleh metode penyampaian materi, tetapi juga dipengaruhi oleh konteks sosial remaja, termasuk dukungan keluarga dan teman sebaya. Integrasi pendekatan edukatif dengan penguatan dukungan sosial menjadi strategi komprehensif dalam meningkatkan literasi kesehatan reproduksi remaja secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa pendidikan kesehatan berbasis metode ceramah interaktif yang dikombinasikan dengan permainan Clash of Champions berpengaruh signifikan dalam meningkatkan tingkat pengetahuan remaja tentang dismenore di SMPN 2 Tambelang. Selain itu, terdapat perbedaan bermakna tingkat pengetahuan berdasarkan dukungan orang tua dan dukungan teman sebaya, di mana remaja dengan dukungan sosial yang lebih tinggi menunjukkan rerata pengetahuan yang lebih baik. Temuan ini menegaskan bahwa efektivitas intervensi pendidikan kesehatan tidak hanya ditentukan oleh metode pembelajaran yang inovatif dan partisipatif, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor sosial sebagai penguat, khususnya peran keluarga dan lingkungan sebaya. Oleh karena itu, disarankan agar program pendidikan kesehatan reproduksi remaja di sekolah dikembangkan secara berkelanjutan dengan pendekatan interaktif berbasis permainan serta melibatkan orang tua dan peer group sebagai bagian dari strategi promosi kesehatan yang komprehensif. Penelitian ini menyarankan agar penelitian selanjutnya menggunakan desain randomized controlled trial dengan kelompok kontrol guna menghasilkan bukti kausalitas yang lebih valid, memperluas cakupan sampel, serta mengkaji dampak jangka panjang intervensi terhadap perubahan perilaku penanganan dismenore pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- 1) Elsera C, Agustina WN, Hamranani STS, Nur Aini A. Pengetahuan Penatalaksanaan Dismenore Remaja Putri. *INVOLUSI J Ilmu Kebidanan* [Internet]. 2022;12(2):48–54. Available from: <https://doi.org/10.61902/involusi.v12i2.427>
- 2) Rodiyah, Andayani SRD, Syarifah AS. Pendidikan Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri Pandanwangi Jombang. *Dedik SAINTEK J Pengabdian Masyarakat* [Internet]. 2023;2(2):137–46. Available from: <https://doi.org/10.58545/djpm.v2i2.175>
- 3) Manafe KN, Adu AA, Ndun HJN. Media Kesehatan Masyarakat Pengetahuan Remaja Tentang Dismenore Dan Penanganan Non Farmakologi Di SMAN 3 Kupang Media Kesehatan Masyarakat.

- 2021;3(3):258–65.
- 4) Ghandour R, Hammoudeh W, Stigum H, Giacaman R, Fjeld H, Holmboe-Ottesen G. The hidden burden of dysmenorrhea among adolescent girls in Palestine refugee camps: a focus on well-being and academic performance. *BMC Public Health*. 2024;24(1):1–12.
 - 5) Utami DS. Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Pada Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smp Negeri 1 Cimalaka. *Jiksa (Jurnal Ilmu Keperawatan Sebel April*. 2022;4(1):48–56.
 - 6) Salamah U, W Udi SM. Hubungan Pengetahuan Remaja Dengan Sikap Dalam Penanganan Non Farmakologi (Senam Dismenore) Untuk Mengurangi Nyeri Dismenore Di Sma Sekolah Rakyat Bekasi Utara. *J Ilm Kebidanan Imelda*. 2025;11(1):68–73.
 - 7) Nur Fadhila T, Maharani K, Isti Harjanti A, Telogorejo Semarang S, Alamat I, Anjasromo Raya J, et al. Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Dismenore Pada Siswi di SMK Negeri 5 Kendal. *Inov Kesehat Glob*. 2025;230–40.
 - 8) Widiarti A, Hanifa F, Hidayani H. Efektivitas Endorphine Massage dan Kompres Hangat Terhadap Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di TPMB D Kabupaten Cianjur Tahun 2023. *Innov J Soc Sci Res*. 2024;4(3):6227–37.
 - 9) Fitri LM, Sanjaya R, Sulistiawati S, Samsyuri E. Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Tentang Dismenore. *Maj Kesehat Indones*. 2022;3(1):35–8.
 - 10) Yulianto D, Vita V. Knowledge Of Adolescent Girls About Management Of Dysmenorrhea In Pringgolayan Bantul. *J Ilm Farm SIMPLISIA [Internet]*. 2024;4(2):155–64. Available from: <https://doi.org/10.30867/jifs.v4i2.606>
 - 11) Damanik H, Lestari P, Nurazmi. Penggunaan Metode Ceramah Interaktif untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa tentang Rukun Islam di SMPN 6 Kandis. *EduSpirit J Pendidik Kolaboratif [Internet]*. 2024;1(4):484–90. Available from: <https://www.journal.makwafoundation.org/index.php/eduspirit/article/view/1221>
 - 12) Permatasari AA, Lolita DC, Chotimah CC. The Role of Digital Media in Health Promotion to Improve Public Health: Literature Review. *Zaitun J Ilmu Kesehat [Internet]*. 2023;10(2). Available from: <https://doi.org/10.31314/zijk.v11i1.2033>
 - 13) Nyangko HS, , S. Peningkatan Hasil Belajar IPAS Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Picture And Picture Pada Peserta Didik Kelas V SD Negeri 04 Bengkayang. *KUANTUM J Pembelajaran dan Sains Fis*. 2025;6(1):66–78.
 - 14) Ali AJKN, Riady Y. Edutainment in Ruang Guru Clash of Champion: A Semiotic Perspective. *J Corner Educ Linguist Lit*. 2025;4(4):410–21.
 - 15) Janna NM, Herianto. Artikel Statistik yang Benar. *J Darul Dakwah Wal-Irsyad*. 2021;18210047:1–12.
 - 16) Putri DII, Davina FF, Setianingsih T. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Kombinasi Metode Ceramah dan Media Index Card Match terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswi Tentang Anemia di SMPN 1 Cikarang Utara. *Prepotif J Kesehat Masy [Internet]*. 2025;9(1):1511–23. Available from: <https://doi.org/10.31004/prepotif.v9i1.43503>
 - 17) Julianti R, Wulandari DS. Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Willingness To Pay Jaminan Kesehatan Di Banjarmasin Barat (Analysis of Factor Affecting Willingness to Pay Health Assurance In Banjarmasin Barat). *J-PhAM J Pharm Care Anwar Med*. 2022;5(1):15–24.
 - 18) Suryana E, Wulandari S, Sagita E, Harto K. Perkembangan Masa Remaja Akhir (Tugas, Fisik, Intelektual, Emosi, Sosial dan Agama) dan Implikasinya pada Pendidikan. *JIIP - J Ilm Ilmu Pendidik [Internet]*. 2022;5(6):1956–63. Available from: <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i6.664>
 - 19) Kim J, Jang J, Kim B, Lee KH. Effect of the PRECEDE-PROCEED model on health programs: a systematic review and meta-analysis. *Syst Rev [Internet]*. 2022;11(1):1–12. Available from: <https://doi.org/10.1186/s13643-022-02092-2>
 - 20) Chaerusaeni I, Nuraeni N, Rosnawanti R, Badrudin U. Hubungan Antara Pengetahuan Remaja Dengan Penanganan Dismenore Pada Siswi SMAN 3 Banjar. *SENAL Student Heal J [Internet]*. 2024;1(3):8–14. Available from: <https://doi.org/10.35568/senal.v1i3.5116>
 - 21) Siregar RF, Ratnawati. Penggunaan Metode Ceramah Interaktif dalam Meningkatkan Pemahaman Siswa tentang Akhlak Mulia di RA Nur Faijah Pandan. *EduSpirit J Pendidik Kolaboratif [Internet]*. 2024;1(1):802–7. Available from: <https://journal.makwafoundation.org/index.php/eduspirit/article/view/1235>
 - 22) Puspita R, Waroh S, Gusmaneli. Peran Dukungan Orang Tua dalam Meningkatkan Motivasi

- Belajar Siswa Pendidikan Menengah. J Educ Res Dev [Internet]. 2024;1(2):51–63. Available from: <https://doi.org/10.62379/jerd.v1i2.41>
- 23) Syahrianti S, Anwar KK, Islami AN, Anwar MK. Dukungan Keluarga Berpengaruh terhadap Perilaku Remaja dalam Mengatasi Dismenorea. Heal Inf J Penelit [Internet]. 2022;14(2):229–36. Available from: <https://doi.org/10.36990/hijp.v14i2.764>
- 24) Permatasari D, Putriningsih RS, Hamranani SST, Elsera C, Dhian A. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Menstrual Distress pada Remaja Putri di Klaten. INVOLUSI J Ilmu Kebidanan [Internet]. 2025;15(1). Available from: <https://doi.org/10.61902/involusi.v15i1.1285>
- 25) Widiyastutik I, Desy Widyastutik RP. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Booklet Terhadap Tingkat Pengetahuan Penanganan Dismenore Pada Remaja Putri Di SMP N 1 Sukoharjo [Internet]. Universitas Kusuma Husada Surakarta; 2023. Available from: <https://eprints.ukh.ac.id/id/eprint/5157/>
- 26) Adila AM, Ramadhan N, Mufida Z, Istianah Surury SRH. Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Teman Sebaya terhadap Upaya Pencegahan Anemia saat Menstruasi pada Remaja. J Kesehat Reproduksi [Internet]. 2022;13(1):39–46. Available from: <https://journaliakmitangsel2.iakmi.or.id/index.php/kespro/article/view/35/31>
- 27) Ma'arip SN, Kusharisupeni K, Sabri L. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Penanganan Dismenorea pada Remaja Putri Kelas VII di SMPN 180 Jakarta Timur Tahun 2020. J Bid Ilmu Kesehat [Internet]. 2022;12(3):244–53. Available from: <https://doi.org/10.52643/jbik.v12i3.2246>