

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Konsep Remaja

a. Definisi

Masa Remaja merupakan beralihnya kanak-kanak ke dewasa, disebut sebagai masa awal pubertas sampai tahap kematangan, dimana laki-laki terjadi usia 14 tahun serta perempuan usia 12 tahun. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia batas usia remaja adalah usia 10 tahun hingga 19 tahun. Masa remaja terbagi menjadi dua dimana usia 13 tahun hingga 17 tahun disebut remaja awal, serta di usia 18 tahun disebut remaja akhir (Dr.Shilpy A. Octavia, 2020).

Peristiwa yang penting pada masa remaja yaitu masa pubertas. Dimana masa pubertas sebagai peristiwa yang menuju kematangan seksual dan proses kematangan seksual salah satunya terjadi kepada remaja perempuan pada masa pubertas yang disebut menstruasi. (Wulandari dkk, 2018).

b. Perkembangan Remaja

Menurut Hurlock dalam (Dr.Shilpy A. Octavia, 2020) masa remaja dapat dibagi menjadi dua:

1) Remaja awal: (13 tahun atau 14 tahun hingga 17 tahun)

Perubahan fisik menjadi sangat cepat. Terdapat berubahnya emosional tidak seimbang dan ketidakstabilan dalam banyak hal.

2) Remaja akhir: (17 tahun hingga 20 tahun)

Dimana pada remaja akhir, remaja ingin menjadi pusat perhatian, mempunyai energi yang besar, mempunyai idealis tinggi serta ingin memantapkan identitas diri sebagai remaja dewasa.

c. Tahap Perkembangan

Tumbuh kembang merupakan perubahan fisik dan berkembangnya kejiwaan, psikologis hingga emosi. Tumbuh kembang pada remaja ialah sebuah tahap berubahnya anak-anak menuju kedewasa. Kejadian pada masa pubertas yang sering terjadi yaitu pertumbuhan fisik, tumbuhnya ciri-ciri kelamin sekunder dan menarche (Wellina Sebayang dkk, 2018).

d. Pertumbuhan Fisik

Manurut (Marmi, 2014), masa remaja dimana terjadinya perkembangan fisik dan banyak perubahan, salah satunya bertumbuhnya organ reproduksi yang di tunjukan dengan kemampuan melaksanakan fungsi reproduksi. Pertumbuhan fisik di ikuti oleh indikasi berikut:

1) Perkembangan Seksual

Remaja putri memilki perubahan besar dalam perkembangan seksual. Di usia 13 tahun banyak remaja putri sudah mengalami *menarche*, yaitu siklus mensturasi pertama. Siklus mensturasi awal biasanya tidak teratur dan untuk

mencapai siklus normal membutuhkan waktu beberapa tahun. Perkembangan seksual lainnya terdapat pada perubahan payudara pada remaja, tumbuh rambut disekitar kemaluan, pinggul membesar. (Rosdahl & Kowalski, 2014).

2) Perkembangan Psikososial

Menurut (Rosdahl & Kowalski, 2014) dari segi psikososialnya remaja yang di tentukan oleh hubungan mereka dengan orang lain yaitu:

a) Hubungan Keluarga

Hubungan keluarga yang harmonis dapat menumbuhkan harga diri dan rasa saling mengrahragai karena dapat mempengaruhi keberhasilan interpersonal seumur hidup.

b) Hubungan Dengan Teman Sebaya

Selama masa remaja, hubungan persahabatan dan cinta pertama menjadi faktor yang mempengaruhi perasaan diterima dan rasa memiliki karena dapat mepengaruhi perkembangan identitas remaja.

2. Konsep Menstruasi

a. Pengertian Menstruasi

Menurut Fadella & Jamaludin (2019), menstruasi adalah keluarnya darah yang diproses melalui vagina, terjadi secara alami pada tubuh perempuan. Siklus ini dapat ditandai dengan adanya

penebalan pada dinding rahim atau endometrium yang berisi banyak pembuluh darah. Siklus tersebut berjalan kurang lebih 3 sampai 4 minggu dimana awal siklus dimulai pada waktu pertama menstruasi hingga pada saat menstruasi berikutnya.

b. Siklus Menstruasi

Siklus menstruasi ialah waktu dihari pertama menstruasi sampai datang dihari pertama menstruasi berikutnya. Siklus menstruasi yang umum terjadi pada perempuan normal 28 sampai 35 hari beserta lamanya menstruasi 3 sampai 7 hari. Dan siklus menstruasi perempuan yang dapat disebut tidak normal apabila siklus menstruasinya tersebut lebih dari 40 hari atau kurang dari 21 hari Ernawati Sinaga, Nonon Saribanon (2017).

Menurut Fadella & Jamaludin (2019), tiga fase siklus menstruasi:

1) Fase Folikuler

Fase ini tiba pada hari 1 hingga kadar *Luteinizing Hormone* (LH) meningkat dan menyebabkan ovulasi atau melepaskan sel telur. Yang disebut dengan fase folikuler sebab saat ini perkembangan folikel dalam ovarium. Saat masa pertengahan yaitu fase folikuler, kadar *Follicle Stimulating Hormone* (FSH) meningkat 3-30 folikel. Setiap folikel berisi satu sel telur.

2) Fase Ovulasi

Fase ovulasi tiba ketika kadar *Hormone Luteinizing* (LH) meningkat. Selama periode sel telur dilepas. Biasanya sel telur

akan dilepas sesudah 16 sampai 32 jam, sehingga menyebabkan kadar LH meningkat. Ketika folikel matang muncul permukaan indung telur yang mengakibatkan pecah dan pelepasan sel telur. Ketika sel telur dilepaskan akan terlihat muncul dari permukaan indung telur yang akhirnya pecah dan melepaskan sel telur, pada saat pelepasan sel telur inilah kebanyakan perempuan mengalami nyeri perut yang parah.

3) Fase Luteal

Fase ini merupakan periode setelah membebaskan sel telur. Membebaskan sel telur membuat folikel pecah kembali tertutup dan membentuk kembali corpus luteum, dapat membuat sejumlah besar progesterone.

c. Gangguan Menstruasi

Premenstrual syndrome (PMS) adalah kumpulan gejala ringan sampai gejala sedang yang muncul akibat terjadinya perubahan hormon pada tubuh perempuan menjelang menstruasi Adisty Faradila dkk (2021) PMS merupakan gangguan yang umum terjadi dikalangan perempuan.

PMS adalah *Iritabilitas* yang membuat perempuan mudah marah atau tersinggung tanpa alasan yang jelas beberapa perempuan sering merasakan hal ini ketika menjelang menstruasi, terkadang disertai dengan sakit perut, sakit kepala, mual, nyeri punggung, nyeri otot dan perasaan bengkak pada payudara. Sejumlah kecil

perempuan juga mengalami gejala yang lebih berat yaitu *premenstrual dysphoric disorder* (PMDD) yang bisa menyebabkan perempuan mengalami distress, cepat tersinggung, timbulnya rasa marah yang sulit dikendalikan, dan mood yang mudah berubah Dewi (2019). Hal ini sering dianggap sebagai kejadian umum di masyarakat. Namun, keadaan ini terus dibiarkan akan berdampak pada sebagian remaja perempuan yang berakibat adanya gangguan belajar, ketidakhadiran disaat sekolah, keaktifan belajar disekolah dan kegiatan sehari-hari.

3. Konsep Dismenore

a. Definisi

Menurut Tsamara (2020), nyeri menstruasi atau bisa disebut *dismenore* adalah keluhan yang mungkin terjadi pada perempuan ketika menstruasi. *Dismenore* ialah keluhan perut nyeri bagian bawah yang sering dialami perempuan. Bahkan beberapa perempuan merasakan nyeri di perut karena kontraksi kram rahim dapat menjalar dari punggung bawah sampai tungkai hal tersebut dapat terjadi selama menstruasi keadaan ini bisa disebut dengan *dismenore* (Sinaga dkk., 2017)

Menurut (Fatmawati & Aliyah, 2020) *dismenore* terbagi dua bagian ialah:

1) *Dismenore* Primer

Dismenore primer yaitu menstruasi yang tidak didasari oleh kelainan pada organ reproduksi. Dalam kondisi ini, nyeri yang normal dirasakan perempuan saat haid. Nyeri ini dimulai sejak haid pertama, biasanya dirasakan setelah 12 jam bahkan lebih. Untuk mengatasi gejala *dismenore*, dapat memberikan kompres hangat pada perut bagian bawah yang dirasa nyeri dan mandi menggunakan air hangat bisa meredakan rasa nyeri.

2) *Dismenore* Sekunder

Dismenore sekunder biasanya diakibatkan kelainan maupun gangguan di organ reproduksi seperti, radang panggul, fibroid uterus, endometriosis atau kehamilan ektopik. Berbeda dengan gejala *dismenore* primer, nyeri dan rasa sakit dari *dismenore* sekunder biasanya berlangsung lebih lama daripada *dismenore* primer. *Dismenore* sekunder biasanya terjadi nyeri dalam beberapa hari sebelum masuk menstruasi, semakin lama rasa nyeri itu semakin terasa pada saat menstruasi berlangsung dan akan hilang pada beberapa hari setelah menstruasi selesai. (Ernawati Sinaga, Nonon Saribanon, 2017).

b. Penyebab *Dismenore*

1) *Dismenore* Primer

Dismenore primer ialah proses yang normal dirasa saat perempuan mengalami menstruasi. Hal ini dikarenakan kram

akibat kontraksi pada otot di rahim yang intens karena pelepasan dinding rahim yang sudah tidak digunakan. Penyebab *dismenore* primer yaitu zat alamiah diproses di sel-sel lapisan di dinding rahim dengan prostaglandin. Prostaglandin tersebut merangsang otot-otot halus di dinding rahim untuk kontraksi, semakin banyak jumlah prostaglandin maka semakin kuat kontraksinya, hingga nyeri akan semakin kuat. Di hari pertama menstruasi umumnya kadar prostaglandin masih tinggi namun di hari ke dua bahkan seterusnya lapisan pada dinding rahim mulai melepas serta kadar prostaglandin berkurang. Rasa sakit dan rasa nyeri akan menurun, seiringnya kadar prostaglandin menurun. (Ernawati Sinaga, Nonon Saribanon, 2017).

Sedangkan menurut (Fatmawati & Aliyah, 2020) secara garis besar beberapa faktor penyebab *dismenore* primer yaitu: Marche dini (menstruasi pertama usia <12 tahun). Kurang berolah raga atau tidak pernah, lama haid tidak normal, depresi dan stress.

2) *Dismenore* Sekunder

Dismenore sekunder biasanya penyebabnya gangguan atau kelainan pada system reproduksi, seperti fibroid uterus, endometriosis, radang panggul atau kehamilan ektopik dan

adanya bekas luka karena pernah melakukan operasi di daerah organ reproduksi. (Ernawati Sinaga, Nonon Saribanon, 2017).

c. Gejala *Dismenore*

Gejala *dismenore* menurut (Herawati, 2017), yang umum terjadi diantara lain perut bagian bawah sampai ke bagian belakang, terus ke kaki, pangkal paha, pusing, sakit punggung, dan diare, rasa sakit biasanya datang tidak teratur, nyeri akan muncul ketika sesaat sebelum menstruasi, biasanya mencapai puncak ketika dalam waktu 24 jam.

Tabel 2. 1 Gejala Primer dan Sekunder

No.	<i>Dismenore</i> Primer	<i>Dismenore</i> Sekunder
1)	Onset serangan yang mendadak terjadi setelah menstruasi pertama (<i>menarche</i>)	Serangan pertama (onset) dapat terjadi di waktu kapanpun setelah terjadinya (<i>menarche</i>) (biasanya di usia lebih 25 tahun)
2)	Nyeri perut atau pangul bagian bawah biasanya berhubungan pada serangan pertama menstruasi dan akan berlangsung 8 jam sampai 3 hari	Perempuan biasanya mengalami mengeluh perubahan waktu serangan saat pertama nyeri selama siklus menstruasi dalam intensitas nyeri.

-
- 3) Dapat terjadi nyeri kram di bagian Gejala kelainan kandungn, perut dan akan menyebar ke gangguan pada system bagian punggung, diare, sakit reproduksi dan siklus kepala, mual dan muntah menstruasi yang memanjang.
-
- 4) Tidak ada kelainan pada Terdapat kelainan panggul pemeriksaan fisik. (*pelvic*) pada pemeriksaan fisik
-

Sumber: (Sinaga dkk, 2017), (Herawati, 2017), (Tsamara et al., 2020).

d. Penanganan untuk Mengurangi Nyeri

1) Penanganan Farmakologis

Menurut Lismaya (2021) nyeri bisa ditangani menggunakan obat, yang merupakan penanganan umum untuk meredakan nyeri. Obat- obat yang bisa digunakan untuk menghambat pengeluaran horman prostaglandin seperti asam mefenamat.

2) Penanganan Nonfarmakologis

Menurut (Marlina,2012) dalam Lismaya (2021) yang dapat dilakukan, dengan melakukan kompres hangat pada daerah perut, melakukan pemijatan, banyak mengomsumsi air putih 8 gelas di setiap hari, olahraga ringan (banyak jalan, bersepeda dan senam), banyak mengkomsumsi buah dan sayur, istirahat yang cukup, serta mengurangi

makanan dan minuman yang mengandung kadar gula dan kafein yang berlebih.

Cara tepat terapi non farmakologis untuk mengatasi *dismenore* adalah dengan mencoba herbal, dapat menggunakan obat tradisional berbahan-bahan alami seperti kunyit dapat sebagai analgesik, antipretik dan anti inflamasi.(Eny,2011) dalam (Sugiharti & Febriana, 2021) serta dapat melakukan terapi alternatif dengan cara memvisualisasikan diri bahwa menstruasi tidak sakit dan tidak mengganggu aktivitas sehari-hari.

4. Edukasi

a. Definisi

Edukasi merupakan suatu proses pembelajar dari individu ataupun kelompok (Wibowo & Mustaqim, 2020). Edukasi atau yang biasa di dengar dengan kata pendidikan adalah semua usaha yang direncanakan untuk memberikan kegiatan atau upaya untuk penyampaian pesan kepada orang lain baik perorang, kelompok atau masyarakat. (Notoatmodjo, 2014). Dimana isi pesan bertujuan untuk menggugah kesadaran, memberikan atau meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pemeliharaan dan peningkatan kesehatan yang baik bagi dirinya sendiri, keluarga maupun masyarakat (Rahmawati & Rizal, 2017)

b. Tujuan Edukasi

Menurut (Wibowo & Mustaqim, 2020) tujuan dari edukasi:

- 1) Sebagai cara meningkatkan kualitas pola pikir individu maupun kelompok
- 2) Meningkatkan pengetahuan individu maupun kelompok
- 3) Sarana pengemabangan potensi

c. Sasaran Edukasi

Menurut Lia Rosa dkk (2021) sasaran edukasi meliputi:

- 1) Masyarakat umum yang memusat kepada masyarakat dusun.
- 2) Masyarakat kelompok tertentu seperti perempuan, remaja. Kelompok pendidikan seperti taman kanak–kanak hingga perguruan tinggi.
- 3) Sasaran individu dilakukan melalui cara pendidikan kesehatan secara perorangan.

d. Metode Edukasi

Menurut Hasnidar, dkk (2020) jenis teknik komunikasi antaralain:

1) Metode Penyuluhan Langsung

Metode ini penyuluh memberikan penyuluhan secara langsung seperti berhadapan dan tatap muka dengan sasara. Contohnya anataran lain: kunjungan dari rumah ke rumah, Focus Group Discussion, melakukan rapat di balai desa atau kelurahan, perulasan di posyandu atau Puskesmas.

2) Metode Penyuluhan Tidak Langsung

Metode ini, penyuluh tidak bertatap muka pada sasaran secara langsung, namun pesan disampaikan melalui perantara seperti media. Misalnya melalui publikasi dengan media cetak, pemutaran film dan sejenisnya.

3) Berdasarkan Jumlah Sasaran yang Dicapai

a) Pendekatan Perorangan

Penyuluh berinteraksi langsung atau tidak dengan sasaran individu tersebut. Misalnya dapat melalui kunjungan rumah, melalui telpon.

b) Pendekatan Kelompok

Metode ini, penyuluh berinteraksi kepada kelompok sasaran tersebut. Metode konsultasi kategori ini adalah: diskusi kelompok, demonstrasi, pertemuan dan diskusi kelompok

c) Pendekatan Masal

Petugas dalam promosi kesehatan penyampaian pesan mereka kepada banyak sasaran secara bersamaan. Metode yang termasuk dalam kategori ini antarlain: pertemuan umum, pertunjukan seni, penayangan film, dan penyebaran media cetak

4) Berdasarkan indera penerima

a) Metode pendengaran (audio)

Sasaran menerima pesan melalui panca indra pendengarannya, misalnya melalui penyiaran radio, pidato, ceramah dan lain sebagainya.

b) Metode Melihat atau Memperhatikan (Visual)

Informasi yang diterima oleh sasaran bersifat visual, seperti: menempelkan poster, memasang koran, atau foto hingga penayangan film.

c) Metode Kombinasi (Audio Visual)

Dalam metode ini menggunakan media dengan unsur gambar dan suara.

5. Metode Audiovisual

a. Definisi

Menurut Arsyad dalam Dwi 2018, Audio merupakan hal bersangkutan pada bunyi atau suara. Visual merupakan hal bersangkutan dengan pandangan, diterima melalui indra pandangan, akan dihasilkan gambaran di ingatan. Jadi, audiovisual yaitu alat pendemo yang dapat tertangkap dengan indra pandangan iyalah mempunyai unsur suara serta unsur gambar.

Disimpulkan bahwa audiovisual merupakan sarana penyerapannya lewat pandangan serta pendengaran untuk membantu terlaksananya tujuan dalam belajar (Dwi, 2018).

b. Fungsi Metode Audiovisual

Menurut (Muttaqien, 2017) metode audiovisual memiliki empat fungsi, diantaranya :

- 1) Fungsi atensi, untuk membimbing dan menarik siswa agar lebih fokus ke isi materi.
- 2) Fungsi afektif, merupakan tercerminnya dari tingkat kenikmatan siswa tersebut dalam belajar. Karena media ini bisa membuat emosi dan juga sikap siswa meningkat.
- 3) Fungsi kognitif, hasil penelitian menunjukkan jenis media ini dapat membantu tercapainya tujuan pemahaman dan mengingat sebuah informasi dimuat dalam gambar.
- 4) Fungsi kompensatoris, dapat melihat dari hasil siswa yang lemah atau lambat untuk menerima pembelajaran secara lisan. Pembelajaran ini akan membuat siswa lebih mudah untuk mengingat, mengenali dan memahami antara fakta dan konsep.

c. Kelebihan dan Kekurangan Metode Audiovisual

Menurut (Gunawan, 2018) kelebihan dan kelemahan metode audiovisual pada pembelajaran diantaranya:

- 1) Kelebihan metode audiovisual
 - a) Menghasilkan hasil belajar yang unggul, dikarenakan beragam alat indra digunakan dalam memperoleh dan

mengolah informasi maka informasi dapat dipahami serta mudah diingat.

- b) Menggunakan waktu yang singkat dapat mengantarkan pesan, isi pembelajaran dalam jumlah yang berlimpah dan dapat diserap.
- c) Metode audiovisual bisa melengkapi pengalaman dasar siswa.
- d) Disamping meningkatkan motivasi, metode audiovisual menumbuhkan perilaku dan afektif lain.
- e) Metode audiovisual yang terdapat nilai positif dapat mengundang spekulasi serta pembahasan dalam diskusi.
- f) Metode audiovisual bisa menampilkan peristiwa aktual yang dapat dilihat secara langsung. Metode audiovisual dapat disajikan untuk kelompok kecil atau besar, kepada kelompok heterogen atau homogen serta individu.

2) Kekurangan metode audiovisual

- a) Untuk pengadaan metode audiovisual seringkali membutuhkan biaya yang cukup tinggi serta waktu akan lebih lama.
- b) Tidak segala siswa cakap menuruti informasi yang disajikan dalam metode audiovisual.
- c) Metode audiovisual yang umum tersaji tidak selalu sesuai dengan maksud pembelajaran disampaikan,

melainkan dilakukan perancangan dan dibuat sesuai kebutuhan.

6. Pengetahuan

a. Definisi

Pengetahuan yaitu hasil mengetahui serta dihasilkan selepas seseorang melakukan pengindraan pada sebuah tujuan. Pengindraan dilalui panca indra ialah indra pandangan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba. Pengetahuan yang dioleh manusia berasal dari penglihatan serta pendengaran (Suriasumantri, 2017). pengetahuan sebagai dasar kognitif dalam pola pikir, seseorang dengan pengetahuan tertentu akan merespon pengetahuan dalam bentuk sikap atau suatu perbuatan (Mahardika & Rizal, 2021).

b. Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo dalam putringkat. Tingkat pengetahuan yakni point mendasar untuk membentuknya sebuah tindakan orang tersebut. Menurut (Putri, 2018) didalam domain kognitif memiliki 6 tingkatan pengetahuan yang cukup:

1) Tahu (know)

Tahu ialah mengingat sesuatu materi yang dipelajari sebelumnya. Untuk mengukur apakah seseorang tersebut

tahu ketika bisa melafalkan, mendeskripsikan, menyatakan, serta menguraikan.

2) Memahami (comprehension)

Merupakan kemampuan menjabarkan dengan akurat objek yang dimengerti serta mampu menginterpretasi materi dengan benar. Orang yang mengerti harus mampu menggerikan, menarik kesimpulan, dan menuturkan contoh.

3) Aplikasi (application)

Kemampuan mengaplikasikan materi yang sudah dipelajari pada kondisi nyata.

4) Analisis (analysis)

Analisis merupakan kemampuan seseorang untuk menguraikan materi serta objek dalam bagian-bagian yang masih satu struktur organisasi serta saling berhubungan.

5) Sintesis (synthesis)

Sintesis ialah kemampuan untuk menghubungkan bagian-bagian menjadi sebuah bentuk baru atau kemampuan untuk menyusun formulasi. Seperti mampu menyusun, merencanakan, meringkas, dan mengadaptasi teori.

6) Evaluasi (evaluation)

kemampuan melakukan penilaian kepada sebuah objek bahkan materi menurut kriteria yang diputuskan sendiri atau sudah ada.

c. Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan

1) Pendidikan

Pendapat Notoatmodjo dalam Yuliana (2017) pendidikan adalah bimbingan tentang suatu hal yang diberi kepada seseorang dari orang lain dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman serta mampu memahami materi yang didapatkan. Semakin tingginya tingkat pendidikan maka semakin mudah menerima hal baru serta beradaptasi pada hal aktual (Yuliana, 2017).

2) Pekerjaan

Pekerjaan merupakan hal terpenting yang patut dilakukan agar menunjang kehidupan dan keluarga. Lingkungan kerja bisa menghantarkan seorang untuk memperoleh pengetahuan serta pengalaman, secara langsung maupun tidak (Budiman & Riyanto, 2016).

3) Lingkungan

Lingkungan merupakan keseluruhan kondisi disekeliling manusia serta pengaruh yang mampu berpengaruh pada perilaku atau sikap seseorang. wawan, (2010)

4) Sosial Budaya

Menurut Notoatmodjo dalam Putri (2018), tingkat pengetahuan seseorang sangat berpengaruh oleh budaya dikarenakan informasi baru diadaptasi sesuai atau tidak dengan kebudayaan. (Valentine, 2018).

5) Usia

Usia seorang yang bertambah bisa berdampak pada berubahnya aspek fisik, psikologis, serta kejiwaan. Dalam aspek psikologis berfikir seorang dapat menjadi matang (Budiman & Riyanto, 2016).

d. Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo dalam Yuliana (2017), dalam pengukuran pengetahuan bisa dilaksanakan menggunakan wawancara atau angket berisi pertanyaan mengenai materi yang diukur dari reponden. Hasil pengukuran tingkat pengetahuan dikategorikan seperti (Yuliana, 2017):

1) Pengetahuan Baik (76-100%)

2) Pengetahuan Cukup (56-75%)

3) Pengetahuan Kurang (<56%).

7. Sistem Pembelajaran melalui whatsapp pada Masa Pandemi

Covid-19

Masa pademi Covid-19 dilakukan pembelajaran secara daring, perancangan pembelajaran ini perlu dilakukan secara sistematis.

Yang bertujuan untuk mendapatkan (RPS) rencana pembelajaran sistematis dan perangkat pembelajaran, yang berisi instrumen penilaian dan objek untuk pembelajaran yang efektif.

Tahapan seperti ini yang bertujuan agar dapat tercapainya capaian pembelajaran lulusan (CPL) yang dilakukan secara sistematis, logis, dan berstruktur.

Dalam pembelajaran ini, objek belajar merupakan sumber pembelajaran digital di gunakan ulang serta dikemas di sebuah modul, mata pelajaran, bahkan sebuah program belajar. Berdasarkan pengertian tersebut dapat didefinisikan, banyaknya objek untuk pembelajaran yang dapat dibuat, seperti teks, video, kuis, gambar, simulasi, audio, animasi, tugas dan sebuah kelompok berdiskusi. (Sumantri dkk, 2020)

Whatsapp merupakan media sosial yang banyak digemari banyak orang terutama pelajar. Whatsapp merupakan aplikasi yang dapat mengirim gambar, teks, lokasi, suara beserta video ke orang lain dengan menggunakan handphone. Whatsapp juga merupakan aplikasi instan messaging dengan bantuan data internet, aplikasi ini sangat berpotensi untuk dimanfaatkan sebagai media untuk pembelajaran. (Okvireslian, 2021)

Aplikasi Whatsapp memiliki kelebihan diantara lain penggunaan yang praktis, mudah, menggunakan data internet yang hemat dan banyak fitur yang dimiliki seperti whatsapp web, new grub, dan starred

message. Pilihan untuk menggunakan menu grub yang dapat dijadikan tempat berdiskusinya guru dengan murid maupun murid dengan teman-teman yang lain untuk memecahkan sebuah masalah, contohnya guru memberikan soal untuk murid ataupun untuk bahan berdiskusi murid. (Okvireslian, 2021)

B. Penelitian Terkait

1. Penelitian Sri Susanti, Ika Apriyanti & Lina Marlina (2020) dengan judul "*Dysmenorhea Knowledge And Treatment Analysis On The Student Before And After The Application Of Leaflet And Sheet Behind*". Metode survey merupakan Metode yang digunakan, simple random merupakan tehnik pengambilan sampel yang digunakan, melalui univariat dan bivariat. Hasil analisis didapatkan melalui leaflet dan lembar balik menggunakan Uji Wilcoxon $p\text{-value} = 0,000$, berarti memiliki pengaruh untuk meningkatkan pengetahuan tentang disminorhea siswi. Dapat disimpulkan metode leaflet dan metode lembar balik memiliki efektif kepada skor pengetahuan siswi (Susanti, 2020).
2. Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Fhatin Hamami Husna, Eko Mindarsih & Melania (2018) dengan judul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Penanganan *Dismenorea* Kelas X Di SMKN 1 Depok Sleman Yogyakarta". Menggunakan desain *quasy experiment* dengan *pre-post test without control* dan jumlah 30 sampel dengan

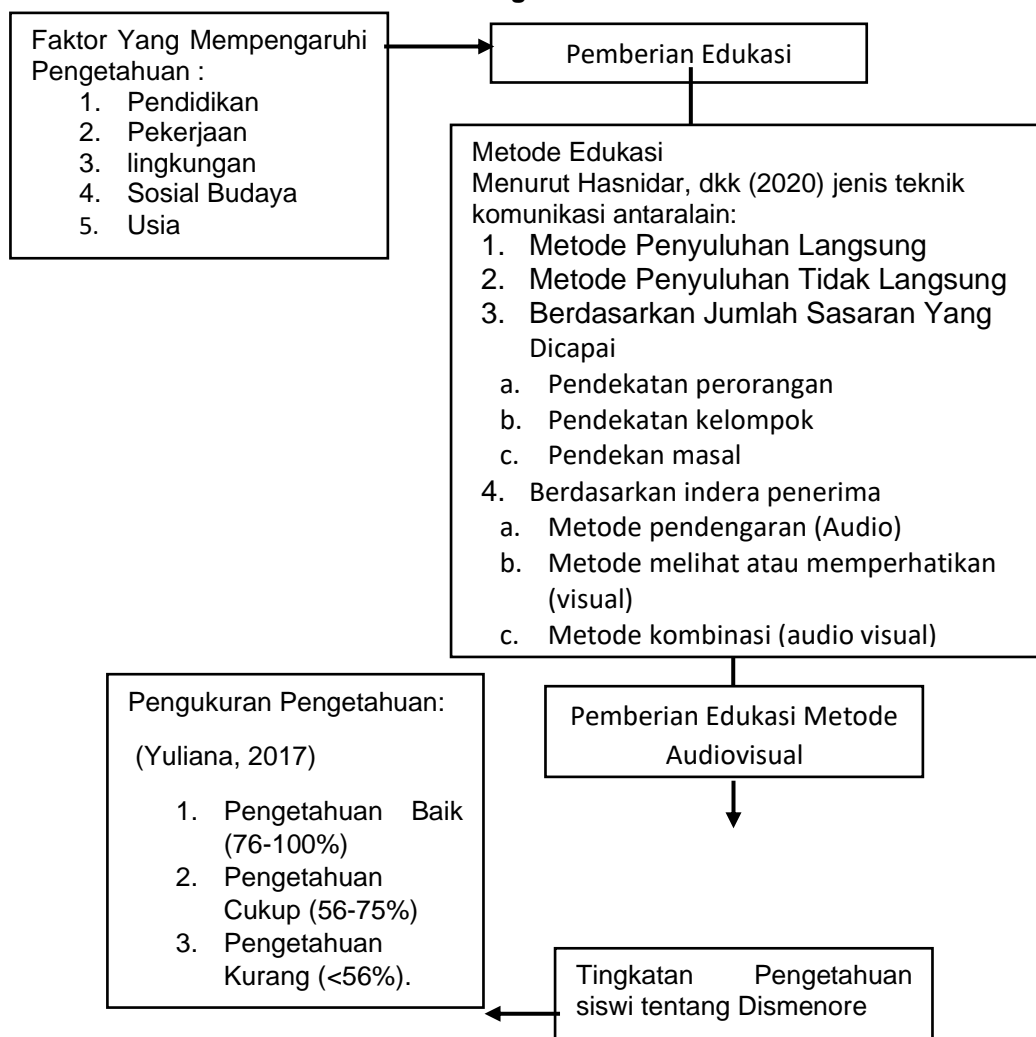
metode *total sampling*. Tingkat pengetahuan siswi sebelum diberi pendidikan kesehatan dikategori kurang 66,7%. Setelah diberi pendidikan kesehatan kategori baik 56,7%. Serta sikap sebelum diberi pendidikan kesehatan kategori negatif 93,3%. Serta setelah diberi pendidikan kesehatan kategori positif 100,0% dengan nilai p value 0,000. Disimpulkan terdapat pengaruh antara tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri tentang penanganan *dismenorea* di SMKN 1 Depok Sleman Yogyakarta (Husna, 2018).

3. Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Nden Ayu Pratiwi, Ariani Fatmawati & Nina Gartika (2021) dengan judul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Audiovisual Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Penanganan Dysmenorrhea Pada Remaja Di SMPN 1 Baleendah”. Penelitian kuantitatif dengan jenis *pre experimental* dengan rancangan *one group pretest posttest without control*. Teknik sampling dengan *purposive sampling* 30 responden. Uji statistik *wilcoxon* didapatkan nilai p value= 0,000 (p value \leq 0,05). Disimpulkan terdapat perbedaan sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan melalui media audiovisual (Nden Ayu Pratiwi & Ariani Fatmawati, 2021)
4. Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Mujahadatuljannah (2017) dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Terhadap Tingkat Pengetahuan *Dismenorehea* Pada Siswi Kelas X SMA MUHAMMADIYAH 1 Yogyakarta”. Jenis penelitian ini *quasi pre*

experimental dan desain penelitian *one group pretest-posttest desain*. Sampel 66 siswi. Didapatkan pengaruh penyuluhan dengan nilai *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$), maka H_a lah yang diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan terdapat peningkatan pengetahuan siswi mengenai *dismenore* (Mujahadatuljannah, 2017).

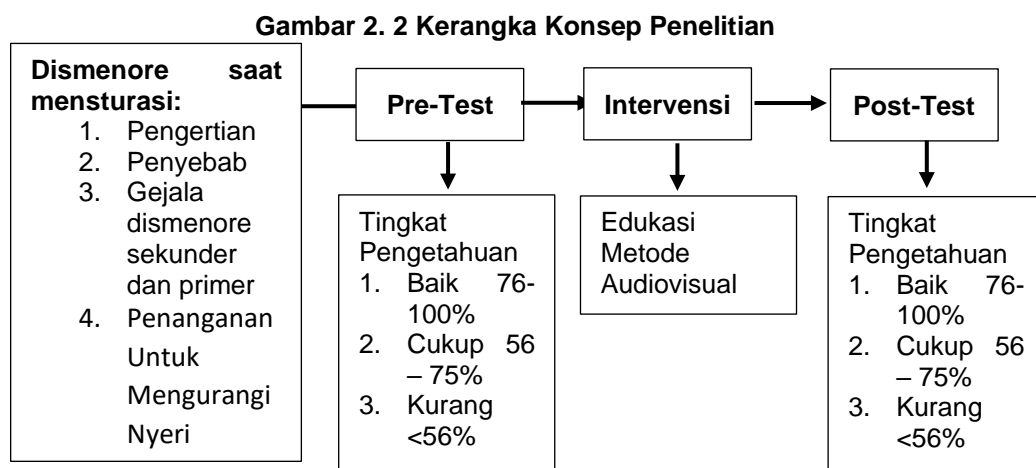
C. Kerangka Teori Penelitian

Gambar 2. 1 Kerangka Teori Penelitian



D. Kerangka Konsep Penelitian

Pendapat (Sugiyono, 2017) kerangka berpikir ialah teori berhubungan dengan berbagai faktor yang diidentifikasi sebagai masalah. Berdasarkan teori di uraikan pada tinjauan pustaka maka kerangka konsep dari pengaruh pemberian edukasi metode audiovisual dengan tingkat pengetahuan siswi tentang penanganan *dismenore* di SMP Negeri 6 Loa Kulu pada Masa Pandemi Covid-19 adalah:



Berdasarkan kerangka konsep yang diatas variable independen yaitu edukasi melalui metode audiovisual, sedangkan untuk variable dependen yaitu tingkat pengetahuan tentang penanganan *dismenore*

E. Hipotesis Penelitian

Menurut Sugiyono (2017) hipotesis adalah ulasan sementara terhadap rumusan masalah. Disebabkan bersifat sementara, perlu dibuktikan keabsahannya melalui data empiris yang terkumpul (Sugiyono, 2017).

1. Hipotesa alternative (Ha)

Ada pengaruh pemberian edukasi metode audiovisual dengan tingkat pengetahuan siswi tentang penanganan *dismenore* di SMP Negeri 6 Loa Kulu pada Masa Pandemi Covid-19.

2. Hipotesa nol (Ho)

Tidak ada pengaruh pemberian edukasi metode audiovisual dengan tingkat pengetahuan siswi tentang penanganan *dismenore* di SMP Negeri 6 Loa Kulu pada Masa Pandemi Covid-19.