



**Kemenkes**  
**Poltekkes Tasikmalaya**

## **SKRIPSI**

**KELAYAKAN MEDIA BUKU SAKU  
CARA PENANGANAN DISMENORE PADA  
REMAJA PUTRI DI KOTA TASIKMALAYA**

**AULIA RACHMAWARDHANI PUTRI**  
**NIM: P20624520006**

**Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Tasikmalaya  
Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Tasikmalaya  
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia  
2024**



## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadiran Allah SWT, karena atas karunia dan hidayah-Nya penulis masih diberi kekuatan dan kesehatan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Kelayakan Media Buku Saku Cara Penanganan Dismenore Pada Remaja Putri Di Kota Tasikmalaya”.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini, yang terhormat :

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M. Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Nunung Mulyani, APP, M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, sekaligus sebagai ketua penguji.
3. Dr. Hj. Meti Widiya Lestari, SST., M.Keb selaku ketua program studi D IV Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Santi Yuliasuti, SST., M.Tr.Keb selaku pembimbing akademik yang selalu memberikan nasehat dan masukan-masukan kepada penulis.
5. Bdn Wiwin Mintarsih P, S. SiT, M.Kes selaku pembimbing utama yang telah ikhlas, sabar, memberikan motivasi, saran, dalam penyusunan skripsi penelitian ini.
6. Ir Ir Khairiyah P, SST., M.Keb selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan petunjuk dan arahan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini, sekaligus sebagai penguji.
7. Herni Kurnia, SST., M.Keb selaku penguji pada presentasi skripsi penelitian ini yang telah meluangkan waktu dan memberikan arahan kepada penulis.

8. Pihak Sub bagian adak, dosen, staff perpustakaan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang sudah membantu dalam hal penyusunan skripsi ini.
9. Kedua orang tuaku tercinta Ibu Eti dan Bapak Dhanny yang selalu mendoakan untuk kebaikan anak semata wayangnya, selalu memberikan kasih sayang, cinta, dukungan, dan motivasi. Menjadi suatu kebanggaan memiliki orangtua yang mendukung anaknya untuk mencapai cita-cita. Terimakasih untuk segala hal yang telah ibu dan bapak upayakan untuk anakmu ini.
10. Sahabat saya Silviana Beby Ayu yang selalu menemani proses saya, memberikan dukungan, motivasi dan menjadi tempat keluh kesah, serta memberikan semangat yang luar biasa sehingga dapat terselesaikannya skripsi ini, terimakasih selalu ada dalam setiap masa-masa sulit penulis.
11. Rekan-rekan seperjuangan, mahasiswa D IV Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang turut membantu memberikan saran dan masukan.
12. Pihak-pihak lain yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.
13. Aulia Rachmawardhnai Putri, *last but not least*. Ya! Diri saya sendiri, apresiasi sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terimakasih karena terus berusaha dan tidak menyerah, serta senantiasa menikmati seluruh prosesnya yang pasti tidak mudah. Terimakasih sudah bertahan sejauh ini. *Thank for being able to control yourself. You'r great!*

Penulis berharap semoga Allah SWT membalas budi kepada pihak yang telah memberikan bantuan. Semoga Skripsi ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak, bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kelemahan sehingga penulis sangat mengharapkan segala kritik dan saran yang bersifat membangun dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini yang lebih baik.

Tasikmalaya, Juni 2024

Penulis

**KELAYAKAN MEDIA BUKU SAKU  
CARA PENANGANAN DISMENORE PADA REMAJA PUTRI  
DI SMPN 2 KOTA TASIKMALAYA**

**Aulia Rachmawardhani Putri  
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya  
Tasikmalaya Applied Midwifery Undergraduate Study Program**

**Email: [auliaptr1701@gmail.com](mailto:auliaptr1701@gmail.com)**

**ABSTRAK**

Kesehatan reproduksi pada remaja merupakan suatu kondisi sehat yang menyangkut sistem, fungsi, dan proses reproduksi yang dimiliki oleh remaja (WHO, 2018). Namun, masih banyak wanita yang mengalami masalah dengan kesehatan reproduksinya, salah satunya yaitu dismenore yang merupakan penyebab terbanyak dari gangguan menstruasi yang dialami oleh wanita (89,7%). Tujuan: Untuk menghasilkan media buku saku mengenai cara penanganan dismenore pada remaja putri sebagai media edukasi kesehatan bagi remaja putri. Metode: Penelitian ini menggunakan metode pengembangan (R&D) dengan teknik probability sampling. Jumlah responden sebanyak 40 siswi yang sudah mengalami menstruasi. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 24-26 April di SMPN 2 Kota Tasikmalaya. Hasil: Hasil penilaian buku saku oleh ahli materi didapatkan nilai presentase 88% termasuk kedalam kategori sangat layak. Hasil penilaian oleh ahli media didapatkan nilai presentase 98% termasuk kedalam kategori sangat layak. Hasil uji coba produk skala kecil didapatkan nilai presentase 97,4% termasuk kedalam kategori sangat layak. Hasil uji coba produk skala besar didapatkan nilai presentase 95,4% termasuk kedalam kategori sangat layak. Kesimpulan: Penelitian ini dilakukan dengan 6 tahapan pengembangan dan diperoleh produk akhir berupa buku saku tentang cara penanganan dismenore pada remaja putri. Diharapkan dengan adanya media buku saku tersebut dapat bermanfaat dan digunakan sebagai media edukasi kesehatan.

**Kata Kunci : Remaja, Dismenore, Buku saku**

**FEASIBILITY OF A POCKET BOOK  
HOW TO HANDLE DYSMENORRHEA IN ADOLESCENT GIRLS  
IN JUNIOR HIGH SCHOOL 2 TASIKMALAYA CITY**

**Aulia Rachmawardhani Putri  
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya  
Tasikmalaya Applied Midwifery Undergraduate Study Program**

**Email: [auliaptr1701@gmail.com](mailto:auliaptr1701@gmail.com)**

**ABSTRACT**

*Reproductive health in adolescents is a healthy condition that concerns the reproductive systems, functions and processes of adolescents (WHO, 2018). However, many women still experience problems with their reproductive health, one of which is dysmenorrhea which is the most common cause of menstrual disorders experienced by women (89.7%). This study aims to produce a pocket book how to treat dysmenorrhea in adolescent girls as a health education medium for adolescent girls. Method: Development method (R&D) using probability sampling technique. The number of respondents was 40 female students who had experienced menstruation. This research was conducted on April 24-26 at SMPN 2 Tasikmalaya City. Results: The results of the pocket book assessment by material experts showed that the percentage value was 88%, which was included in the very feasible category. Results of the assessment by media experts obtained a percentage value of 98%, including the very adequate category. Results of small-scale product trials obtained a percentage value of 98%, which is included in the very feasible category. Results of large-scale product trials obtained a percentage value of 97.4%, which is included in the very feasible category. Conclusion: This research was carried out in 6 stages of development and the final product was obtained in the form of a pocket book on how to treat dysmenorrhea in adolescent girls. It is hoped that this pocket book media can be useful and used as a health education medium.*

***Keywords : Adolescent, Dysmenorrhea, Pocket book***

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Rumusan Masalah .....	6
1.3. Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1. Tujuan Umum .....	6
1.3.2. Tujuan Khusus .....	6
1.4. Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1. Manfaat Teoritis .....	7
1.4.2. Manfaat Praktis .....	7
1.5. Keaslian Penelitian .....	8
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>10</b>
2.1. Kajian Pustaka.....	10
2.1.1. Remaja .....	10
2.1.2. Menstruasi .....	16
2.1.3. Dismenore .....	24
2.1.4. Media Buku Saku .....	39
2.2. Kerangka Teori.....	43
2.3. Kerangka Konsep .....	44
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>45</b>
3.1. Metode Penelitian.....	45
3.2. Waktu dan Tempat Penelitian .....	45
3.2.1. Waktu Penelitian .....	45
3.2.2 Tempat Penelitian.....	45
3.3. Subjek Penelitian.....	46
3.3.1 Populasi.....	46

3.3.2 Sampel .....	46
3.3.3 Cara Pengambilan Sampel .....	47
3.4. Definisi Operasional .....	49
3.5. Analisa Data .....	50
3.6. Instrumen Penelitian .....	51
3.6.1. Kuesioner .....	51
3.6.2. Buku Saku .....	53
3.7. Pengumpulan Data Penelitian .....	53
3.7.1. Prosedur Pengembangan Media Buku Saku .....	54
3.8. Etika Penelitian .....	56
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>59</b>
4.1. Hasil Penelitian .....	59
4.2. Pembahasan .....	79
4.2.1. Potensi dan masalah .....	79
4.2.2 Pengumpulan Data .....	80
4.2.3 Desain Produk .....	81
4.2.4 Validasi Desain .....	82
4.2.5 Revisi Desain Ahli Materi dan Media .....	83
4.2.6 Uji Coba Produk .....	84
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>86</b>
5.1. Kesimpulan.....	86
5.2. Saran.....	87
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>88</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>88</b>



## **DAFTAR TABEL**

- Tabel 3.1 Pengkajian Data Awal Lokasi Penelitian
- Tabel 3.2 Perhitungan Sampel yang Dibutuhkan di Kelas VIII
- Tabel 3.3 Definisi Operasional Penelitian
- Tabel 3.4 Aturan Pemberian Skor dalam Skala Likert
- Tabel 3.5 Skor Penilaian Kelayakan
- Tabel 3.6 Kisi-Kisi Lembar Penilaian Kelayakan Materi
- Tabel 3.7 Kisi-Kisi Lembar Penilaian Kelayakan Media
- Tabel 3.8 Kisi-Kisi Lembar Penilaian Respon Remaja Putri
- Tabel 3.9 Draft Buku Saku
- Tabel 4.1 Desain Gambar
- Tabel 4.2 Hasil Validasi Media Edukasi Buku Saku oleh Ahli Materi
- Tabel 4.3 Hasil Validasi Media Edukasi Buku Saku oleh Ahli Media
- Tabel 4.4 Hasil Sebelum dan Sesudah Revisi
- Tabel 4.5 Hasil Uji Coba Skala Kecil
- Tabel 4.6 Hasil Uji Coba Skala Besar

## DAFTAR GAMBAR

- Gambar 2.1 Siklus Menstruasi
- Gambar 2.2 Gerakan *cat stretch*
- Gambar 2.3 Gerakan *cat stretch*
- Gambar 2.4 Gerakan *cat stretch*
- Gambar 2.5 Gerakan lower trunk rotation
- Gambar 2.6 Gerakan buttock / hip stretch
- Gambar 2.7 Gerakan abdominal strengthening / curl up
- Gambar 2.8 Gerakan abdominal strengthening / curl up
- Gambar 2.9 Gerakan lower abdominal strengthening
- Gambar 2.10 Gerakan the bridge position
- Gambar 2.11 Kerangka Teori Penelitian
- Gambar 2.12 Kerangka Konsep Penelitian
- Gambar 3.1 Langkah-langkah penelitian R&D
- Gambar 4.1 Langkah Penelitian Pengembangan

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Persetujuan Menjadi Validator Ahli Materi
Lampiran 2	Lembar Persetujuan Menjadi Validator Ahli Media
Lampiran 3	Formulir Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 4	Formulir Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 5	Surat Etik Penelitian
Lampiran 6	Izin Pengambilan Data
Lampiran 7	Izin Studi Pendahuluan
Lampiran 8	Izin Lokasi Penelitian
Lampiran 9	Instrumen Kelayakan Media Edukasi Buku Saku Tentang Cara Penanganan Dismenore Untuk Ahli Materi (Validasi 1)
Lampiran 10	Instrumen Kelayakan Media Edukasi Buku Saku Tentang Cara Penanganan Dismenore Untuk Ahli Materi (Validasi 2)
Lampiran 11	Instrumen Kelayakan Media Edukasi Buku Saku Tentang Cara Penanganan Dismenore Untuk Ahli Media (Validasi 1)
Lampiran 12	Instrumen Kelayakan Media Edukasi Buku Saku Tentang Cara Penanganan Dismenore Untuk Ahli Media (Validasi 2)
Lampiran 13	Instrumen Kelayakan Media Edukasi Buku Saku Tentang Cara Penanganan Dismenore Untuk Remaja Putri
Lampiran 14	Hasil Uji Coba Produk Skala Kecil
Lampiran 15	Hasil Uji Coba Produk Skala Besar
Lampiran 16	Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian Di SMPN 2 Kota Tasikmalaya
Lampiran 17	CV Ahli Materi
Lampiran 18	CV Ahli Media
Lampiran 19	Lembar Bimbingan Penelitian Pembimbing Utama
Lampiran 20	Lembar Bimbingan Penelitian Pembimbing Pendamping
Lampiran 21	Dokumentasi Uji Coba Skala Kecil
Lampiran 22	Dokumentasi Uji Coba Skala Besar