



SKRIPSI

**PENGARUH MEDIA EDUKASI *INDEX CARD MATCH* (ICM) TERHADAP PERUBAHAN
PENGETAHUAN DAN SIKAP MANAJEMEN
DISMENORE NONFARMAKOLOGIS PADA
MAHASISWI TINGKAT I PROGRAM STUDI
RMK POLTEKKES TASIKMALAYA**

**AI SELLY PUSPITASARI
NIM.P2.06.20.3.25.001**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN DAN
PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**



SKRIPSI

**PENGARUH MEDIA EDUKASI *INDEX CARD MATCH* (ICM) TERHADAP PERUBAHAN
PENGETAHUAN DAN SIKAP MANAJEMEN
DISMENORE NONFARMAKOLOGIS PADA
MAHASISWI TINGKAT I PROGRAM STUDI
RMIK POLTEKKES TASIKMALAYA**

**Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Mencapai Derajat Sarjana
Terapan Keperawatan (S. Tr. Kep)
Pada Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan
Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya**

**AI SELLY PUSPITASARI
NIM.P2.06.20.3.25.001**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN DAN
PENDIDIKAN PROFESI NERS
JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sholawat serta salam semoga selalu dilimpahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW, berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi dengan judul “Pengaruh Media Edukasi *Index Card Match* (ICM) Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Manajemen Dismenore Nonfarmakologis Pada Mahasiswi Tingkat I Program Studi RMIK Poltekkes Tasikmalaya”. Dalam menyusun Skripsi ini tentunya tidak lepas dari bantuan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak H. Ridwan Kustiawan, M.Kep., Ns., Sp.Kep.J, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Bapak Yudi Triguna, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
4. Ibu Dr. Tetet Kartilah, S.Kp., M.Kes, selaku Pembimbing Akademik dan Pembimbing I yang telah membimbing penulis dengan saran dan masukan, serta motivasi yang membangun selama menyusun skripsi ini.
5. Ibu Ns. Novi Indriani, S.ST., M.Tr.Kep, selaku pembimbing II yang telah membimbing penulis selama menyusun skripsi ini.
6. Ibu Sofia Februanti, S.Kep., Ners., M.kep, selaku penguji yang telah memberikan saran dan masukan membangun pada proses skripsi ini terselesaikan.
7. Seluruh staff pendidikan dan dosen di lingkungan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
8. Orang tua tercinta Ibu Parti, Alm. Bapak Iwan Hermawan, dan kakak Yanti Susilawati, Lilis Roslita, serta Adik Iqbal Agung Wijaya yang telah memberikan dukungan baik berupa fisik, mental, spiritual, dan material.

9. Sahabat saya Endah Siti Nurrochmah, yang telah memberikan dukungan, mendengarkan keluh kesah dan memberikan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
10. Seluruh teman-teman RPL Angkatan I Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, yang senantiasa mengingatkan dan memberikan dukungan.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Hal ini tidak luput dari kekurangan maupun keterbatasan dalam kemampuan, pengalaman, dan literatur yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna perbaikan di masa yang akan datang.

Tasikmalaya, Desember 2025



Penulis

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
Skripsi, 18 Desember 2025

Pengaruh Media Edukasi *Index Card Match* (ICM) Terhadap Perubahan Pengetahuan Dan Sikap Manajemen Dismenore Nonfarmakologis Pada Mahasiswi Tingkat I Program Studi RMIK Poltekkes Tasikmalaya

Ai Selly Puspitasari, Tetet Kartilah, Novi Indriani

ABSTRAK

Latar Belakang: Dismenore merupakan nyeri menstruasi yang sering dialami remaja perempuan dan berpotensi mengganggu aktivitas serta kualitas hidup. Manajemen dismenore nonfarmakologis perlu dipahami secara komprehensif agar remaja tidak bergantung pada terapi farmakologi. Pendidikan kesehatan menggunakan media pembelajaran interaktif, seperti *Index Card Match* (ICM), diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif terkait penatalaksanaan dismenore. **Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh media edukasi *Index Card Match* (ICM) terhadap perubahan pengetahuan dan sikap manajemen dismenore nonfarmakologis pada mahasiswi tingkat I Program Studi RMIK Poltekkes Tasikmalaya. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *quasi experimental* dengan rancangan *pretest-posttest with control group*. Penelitian melibatkan 56 responden yang dibagi menjadi kelompok intervensi dan kelompok kontrol masing-masing 28 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*, menggunakan *web spinner*. Analisis data menggunakan uji *Paired t-test* dan *Independent t-test*, serta *Effect size* (Cohen's *d*). **Hasil:** Penelitian menunjukkan terdapat peningkatan skor pengetahuan dan sikap yang signifikan pada kelompok intervensi setelah diberikan edukasi menggunakan media *Index Card Match* (ICM) ($p < 0,05$), selain itu, terdapat perbedaan peningkatan skor pengetahuan dan sikap yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol ($p < 0,05$). Nilai *effect size* menunjukkan kategori efek sangat besar pada pengetahuan ($d = 1,90$) dan kategori efek besar pada sikap ($d = 1,00$). **Kesimpulan:** Media edukasi *Index Card Match* (ICM) berpengaruh signifikan dalam meningkatkan terutama pada pengetahuan dan sikap manajemen dismenore nonfarmakologis pada mahasiswi tingkat I Program Studi RMIK Poltekkes Tasikmalaya.

Kata Kunci: Dismenore; *Index Card Match* (ICM); Pengetahuan; Sikap

**TASIKMALAYA HEALTH POLYTECHNIC MINISTRY OF HEALTH UNDERGRADUATE
PROGRAM OF APPLIED NURSING
Skripsi, 18 December 2025**

*The Effect Of Index Card Match (ICM) Educational Media On Changes In Knowledge And Attitudes
Toward Non-Pharmacological Dysmenorrhea Management Among First-Year Students Of The
RMIK Study Program At Poltekkes Tasikmalaya
Ai Selly Puspitasari, Tetet Kartilah, Novi Indriani*

ABSTRACT

Background: Dysmenorrhea is menstrual pain that is often experienced by adolescent girls and has the potential to disrupt activities and quality of life. Non-pharmacological dysmenorrhea management needs to be understood comprehensively so that adolescents do not depend on pharmacological therapy. Health education using interactive learning media, such as Index Card Match (ICM), is expected to increase knowledge and form positive attitudes regarding dysmenorrhea management. **Objective:** to determine the effect of Index Card Match (ICM) educational media on changes in knowledge and attitudes regarding non-pharmacological dysmenorrhea management in first-year female students of the RMIK Study Program at Poltekkes Tasikmalaya. **Methods:** This study used a quasi-experimental design with a pretest-posttest with control group design. The study involved 56 respondents divided into an intervention group and a control group of 28 respondents each. The sampling technique used simple random sampling, using a web spinner. Data analysis using Paired t-test and Independent t-test, as well as Effect size Cohen's d. **Results:** The study showed a significant increase in knowledge and attitude scores in the intervention group after being given education using Index Card Match (ICM) media ($p < 0,05$), in addition, there was a significant difference in the increase in knowledge and attitude scores between the intervention group and the control group ($p < 0,05$). The effect size value shows a very large effect category on knowledge ($d = 1,90$) and a large effect category on attitudes ($d = 1,00$). **Conclusion:** Index Card Match (ICM) educational media has a significant effect in increasing, especially on knowledge and attitudes of non-pharmacological dysmenorrhea management in first-year female students of the RMIK Study Program at Poltekkes Tasikmalaya.

Keywords: Dysmenorrhea; Index Card Match (ICM); Knowledge; Attitudes

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
E. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Konsep Remaja	12
B. Konsep Menstruasi.....	17
C. Konsep Dismenore.....	22
D. Pendidikan Kesehatan.....	33
E. Konsep Pengetahuan.....	37
F. Konsep Sikap	43
G. Media Edukasi <i>Index Card Match</i> (ICM)	48
H. Kerangka Teori.....	50
I. Hipotesis	51
BAB III METODE PENELITIAN	53
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	53
B. Kerangka Konsep.....	54
C. Populasi, Sampel, dan Sampling.....	54
D. Variabel Penelitian	56
E. Defisini Operasional	57
F. Tempat Penelitian.....	58
G. Waktu Penelitian	58

H.	Instrumen Penelitian	59
I.	Pengembangan Media <i>Index Card Match</i> (ICM).....	61
J.	Prosedur Pengumpulan Data.....	62
K.	Teknik Pengolahan Data	66
L.	Analisa Data.....	66
M.	Etika Penelitian	69
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		71
A.	Hasil Penelitian	71
B.	Pembahasan	77
BAB V PENUTUP		89
A.	Kesimpulan	89
B.	Saran	90
DAFTAR PUSTAKA		92
LAMPIRAN		100

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 4. 1 Distribusi Usia Responden (n=56)	71
Tabel 4. 2 Distribusi Usia Menarche (n=56).....	72
Tabel 4. 3 Distribusi Siklus Menstruasi (n=56)	72
Tabel 4. 4 Distribusi Rata-rata Skor Pengetahuan	73
Tabel 4. 5 Distribusi Rata-rata Skor Sikap.....	73
Tabel 4. 6 Perbedaan Rata-rata Skor Pengetahuan.....	75
Tabel 4. 7 Perbedaan Rata-rata Skor Sikap.....	75
Tabel 4. 8 Perbedaan Rata-rata Skor Pengetahuan dan Sikap Antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	76
Tabel 4. 9 Effect Size (Cohen's d) Media Edukasi Index Card Match (ICM) terhadap Pengetahuan dan Sikap	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Mekanisme siklus menstruasi	18
Gambar 2. 2 Kerangka Teori	50
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Izin Penelitian	101
Lampiran 2 <i>Informed Consent</i>	103
Lampiran 3 Surat Permohonan Menjadi Responden	106
Lampiran 4 Surat Persetujuan Menjadi Responden	107
Lampiran 5 Lembar Permintaan Enumerator	108
Lampiran 6 Instrumen Kuesioner	109
Lampiran 7 Validitas Media	115
Lampiran 8 Uji Validitas Kuesioner Pengetahuan dan Sikap	117
Lampiran 9 Satuan Acara Penyuluhan (SAP)	118
Lampiran 10 Standar Operasional Prosedur (SOP)	121
Lampiran 11 Materi Edukasi Media Index Card Match (ICM)	123
Lampiran 12 Desain Kartu Index Card Match (ICM)	126
Lampiran 13 <i>Ethical Approval</i>	128
Lampiran 14 Surat Pencatatan Ciptaan	129
Lampiran 15 Jadwal Pelaksanaan Penelitian	131
Lampiran 16 Berita Acara Telah Melakukan Revisi Proposal	132
Lampiran 17 Berita Acara Telah Melakukan Revisi Skripsi	133
Lampiran 18 Lembar Bimbingan Skripsi	134
Lampiran 19 Daftar Hadir Pelaksanaan Responden	137
Lampiran 20 Rekapitulasi Hasil Penelitian	141
Lampiran 21 Hasil Output Penelitian	143
Lampiran 22 Dokumentasi Kegiatan Penelitian	151
Lampiran 23 Hasil Turnitin	152
Lampiran 24 Daftar Riwayat Hidup	153