

DAFTAR PUSTAKA

- (ACOG), A.C. of O. and G. (2023) *Premenstrual Syndrome (PMS): Clinical Guidelines for Diagnosis and Management*. ACOG Practice Bulletin. Available at: <https://www.acog.org/clinical/clinical-guidance/practice-bulletin>.
- Ani, L.S. *et al.* (2023) "Use of e-modules to increase awareness and utilization of preconception care services in adolescents: Implementation of the technology acceptance model," *Research Square Preprint* [Preprint]. Available at: <https://www.researchsquare.com/article/rs-3470823/latest>.
- Ani, N., Rahmawati, L. and Yusuf, R. (2023) "Integration of multimedia components in interactive e-modules for health education," *Journal of Educational Multimedia and Hypermedia*, 32(4), pp. 275–289. Available at: <https://www.learntechlib.org/p/220654/>.
- Anwar, M., Lestari, T. and Pertiwi, S. (2021) "Characteristics and development of interactive learning modules based on student-centered approaches," *Asian Journal of Education and e-Learning*, 9(1), pp. 15–24. Available at: <https://doi.org/10.24203/ajeel.v9i1.6223>.
- Armour, M. and al., et (2025) "Prevalence of Premenstrual Syndrome (PMS) Among Female Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis," *J Womens Health (Larchmt)*, 14(7), p. e12235441. Available at: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC/fulltext/>.
- Association, W.M. (2013) "Declaration of Helsinki."
- Azizah, N., Nugraheny, E. and Supahar (2021) "Pengembangan Modul Multimedia Pendidikan Kesehatan Reproduksi untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Seksualitas di SMP," *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 10(2), pp. 115–123.
- Azwar, S. (2015) *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2019) *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Beauchamp, T.L. and Childress, J.F. (2019) *Principles of Biomedical Ethics*. Oxford: Oxford University Press.
- Chopra, D. and Yadava, S. (2020) "Creating awareness about adolescent reproductive health among upper primary school students in Haryana through the use of interactive e-modules," *Journal of Adolescent Health Education*

- Chopra, G. and Yadava, N. (2020) "Digital health education and e-learning tools for adolescent reproductive health awareness," *Health Education Journal*, 79(7), pp. 745–758.
- Eagly, A.H. and Chaiken, S. (2021) *The psychology of attitudes (2nd ed.)*. Routledge. Available at: <https://doi.org/10.4324/9780203058476>.
- Fitriani and dkk (2022) "Pengaruh Penggunaan E-Modul Interaktif terhadap Hasil Belajar Peserta Didik," *Jurnal Pendidikan dan Teknologi Indonesia*
- Sarwoko (2026) "Pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja siswa sma," 03(01), pp. 46–54.
- Krathwohl, D.R. and Anderson, L.W. (2020) *A taxonomy for learning, teaching, and assessing: A revision of Bloom's taxonomy of educational objectives*. New York: Longman.
- Kumun, P. et al. (2022) "PENDERITA SKIZOFRENIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KUMUN TAHUN 2022 Ade Irawan , Sarniyati , Riris Friandi .," (2), pp. 705–713.
- Mayer, R.E. (2021) *Multimedia Learning: Principles and Applications*. Cambridge University Press. Available at: <https://doi.org/10.1017/9781108859019>.
- Mutiar, N., Aprilia, D. and Marfuah, R. (2025) "Understanding premenstrual syndrome among adolescent girls: A physiological and psychosocial perspective," *International Journal of Women's Health Studies*, 6(1), pp. 45–58.
- Notoatmodjo, S. (2014) *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurhikmah and dkk (2023) "Pengaruh Media Edukasi Interaktif terhadap Sikap Remaja tentang Kesehatan Reproduksi," *Jurnal Promotif Preventif*
- Organization, W.H. (2022) *Digital health for adolescent reproductive education: Global framework for innovation*. World Health Organization. Available at: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240060593>.
- Organization, W.H. (2022) *Menstrual Health and Hygiene: Global Status Report*. World Health Organization.
- Organization, W.H. (2023) "Premenstrual Syndrome," *StatPearls [Internet]*
- Pratiwi, D. and Sulistiyono, E. (2022) "Interactive e-modules to foster reflective learning and critical thinking skills among students," *International Journal*

of Emerging Technologies in Learning (iJET), 17(21), pp. 45–58. Available at: <https://doi.org/10.3991/ijet.v17i21.33705>.

Pratiwi and Handayani (2021) “Efektivitas Media Pembelajaran Digital Interaktif terhadap Hasil Belajar Peserta Didik,” *Jurnal Basicedu* [Preprint].

Purwati, D. *et al.* (2025) “PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA SISWA SISWI REMAJA KELAS X DI SMA NEGERI JATINUNGGAL TAHUN 2025,” 9, pp. 9431–9439.

Rahman, A. (2025) “Efektivitas Edukasi Kesehatan Berbasis Media Interaktif terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja,” *Jurnal SEMAR (Pengabdian Masyarakat)*, 4(1), pp. 55–62.

Rahmawati, S. and Putra, D. (2021) “Pengembangan E-Modul Interaktif Berbasis Multimedia pada Pembelajaran SMA,” *Jurnal Teknologi Pendidikan* [Preprint].

Rakkini, L.M. and Hema, V.H. (2023) “Influencia de un social didáctico en la comprensión y percepción de la menarquia precoz por parte de las adolescents,” *Salud, Ciencia y Tecnología* [Preprint].

RI, K.K. (2024) “Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan 2024.” Available at: [Kemenkes LKj PDF Link].

Rizk, D.E., El-Shazly, M. and Hassan, S. (2021) “Premenstrual syndrome and its impact on adolescent girls: Hormonal and psychosocial determinants,” *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 34(3), pp. 289–296. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.jpbg.2021.03.009>.

Santrock, J.W. (2021) *Adolescence: Developmental Transitions (16th ed.)*. New York: McGraw-Hill Education.

Saputra, M.H., Syurandhari, D.H. and Fardiansyah, A. (2025) “Crossword Puzzle sebagai Media Edukasi Kesehatan Menstruasi pada Remaja Putri,” *Deleted Journal* [Preprint].

Sari and dkk (2022) “Pengaruh E-Modul Interaktif terhadap Pengetahuan dan Kemandirian Belajar Siswa,” *Jurnal Pendidikan Biologi Indonesia*

Sari, N., Andayani, T. and Yusuf, M. (2020) “Pengembangan E-Modul Berbasis Problem-Based Learning untuk Meningkatkan Kemampuan Berpikir Kritis Siswa,” *Jurnal Inovasi Pendidikan* [Preprint].

Sari, R. and Handayani, D. (2020) “Pengukuran Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi,” *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(2), pp. 120–128.

Setiawan, E. and Purwanto, R. (2023) “Cognitive awareness and knowledge

- improvement in adolescent health education through digital modules,” *Journal of Health Education Research*, 38(2), pp. 112–123. Available at: <https://doi.org/10.1177/08901171231123215>.
- Silaban, L., Lumbantoruan, B.M. and RouliD, F. (2023) “The Relationship Of Knowledge And Attitudes Of Adolescent Females About Dysmenorrhea With The Handling Of Dysmenorrhea In Class X Students,” *IJHET* [Preprint].
- Sugianto, A., Liunokas, F. and Listari, D. (2023) “Development of interactive e-modules based on multimedia for self-directed learning in vocational education,” *Journal of Education and Learning (EduLearn)*, 17(2), pp. 254–265. Available at: <https://doi.org/10.11591/edulearn.v17i2.22754>.
- Suryani, N. and Hartono, A. (2023) “Hormonal changes and reproductive health education needs among adolescent girls in Indonesia,” *Indonesian Journal of Health Promotion and Education*, 11(2), pp. 102–115. Available at: <https://doi.org/10.14710/ijhpe.v11i2.3769>.
- Tartaç, Y. and Özkan, S. (2011) “Lise Öğrencilerinin Menstruasyon Hijyen Konusunda Bilgi/Tutumları ve Eğitimin Etkinliğini Değerlendirme,” *Gazi Medical Journal* [Preprint].
- Widayani, N., Ulfah, F. and Hufad, A. (2025) “Impact of multimedia-based e-modules on menstrual health education for adolescents,” *Journal of Adolescent Health Research*, 4(1), pp. 1–12.
- Wilandika, R. and Kamila, A. (2022) “Advantages and limitations of using interactive e-modules in higher education,” *International Journal of Instructional Technology and Learning*, 12(3), pp. 88–97. Available at: <https://doi.org/10.31004/ijitl.v12i3.483>.
- Wulandari, S., Handayani, N. and Fitriani, A. (2023) “Factors influencing adolescents’ knowledge of reproductive health in the digital era,” *Journal of Public Health Research*, 12(4), pp. 478–486. Available at: <https://doi.org/10.4081/jphr.2023.3798>.
- Yolanda, C., Rustikayanti, R.N. and Tamara, M.D. (2023) “Pengaruh Paket ‘Avil-PMS’ Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Di SMA ‘X’ Kota Bandung,” *Jurnal Nasional* [Preprint].
- Yuliana, A., Prasetyo, R. and Handayani, L. (2024) “Pengembangan E-Modul Interaktif untuk Meningkatkan Motivasi dan Hasil Belajar Peserta Didik,” *Jurnal Teknologi Pendidikan Indonesia*, 12(1), pp. 45–58. Available at: <https://doi.org/10.12345/jtpi.v12i1.2024>.
- Zahra, C.A. et al. (2023) “ARTIKEL PENELITIAN Hubungan Kebiasaan Minum Berpemanis Dengan Kejadian Sindrom Premenstruasi Pada Dewasa Muda,”

LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Pengetahuan Dan Sikap

KUESIONER PENGETAHUAN PENGARUH E-MODUL INTERAKTIF SINDROM PRAMENSTRUASI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI DI SMP YASPEND MAURA EL MUMTAZ KOTA BINJAI

A. Identitas Responden

Nama :
Usia :
Kelas :
Alamat :
Pekerjaan Orang Tua :
Pendidikan Terakhir Orang Tua :

Darimana anda mendapatkan informasi tentang Sindrom Premenstruasi ?

- ☐ Ibu ☐ Guru
☐ Ayah ☐ Media (Internet, buku, dll)
☐ Teman ☐ Lainnya (Sebutkan).....

B. Kuesioner Pengetahuan Sindrom Premenstruasi

Perunjuk Pengisian :

1. Baca dan jawablah semua pertanyaan dengan teliti dan jujur, Kerahasiaan jawaban terjaga
2. Berilah tanda ceklis (✓) pada pilihan yang telah disediakan dalam setiap pertanyaan

No	Pernyataan	Benar	Salah
1	Sindrom pramenstruasi adalah sekumpulan gejala yang tidak menyenangkan, baik fisik, psikis yang dialami oleh perempuan menjelang masa haid.		
2	Sindrom pramenstruasi terjadi pada fase luteal, yaitu setelah ovulasi hingga sebelum menstruasi.		
3	Sindrom pramenstruasi tidak ada hubungannya dengan siklus menstruasi.		

4	Kurang olahraga dapat membuat gejala sindrom pramenstruasi terasa lebih berat.		
5	Stres dapat meningkatkan hormon kortisol dan memperkuat gejala sindrom pramenstruasi.		
6	Jerawat dapat muncul sebagai akibat dari fluktuasi hormon saat sindrom pramenstruasi.		
7	Sindrom pramenstruasi dapat menyebabkan mudah tersinggung dan perubahan suasana hati yang drastis.		
8	Sindrom pramenstruasi dapat menyebabkan kecemasan, menangis tanpa sebab, dan depresi ringan.		
9	Pola makan sehat dapat membantu mengurangi gejala sindrom pramenstruasi.		
10	Sindrom pramenstruasi dapat dicegah sepenuhnya tanpa perlu memperhatikan pola makan dan gaya hidup.		

KUNCI JAWABAN KUESIONER PENGETAHUAN

No	Kunci Jawaban
1	Benar
2	Benar
3	Salah
4	Benar
5	Benar
6	Benar
7	Benar
8	Benar
9	Benar
10	Salah

MATERI KUESIONER PENGETAHUAN

Materi Pokok	Jumlah soal
Pengertian sindrom Premenstruasi	1
Fase siklus mensruasi	2
Faktor risiko sindrom pramenstruasi	2
Gejala fisik sindrom pramenstruasi	1
Gejala psikologis sindrom pramenstruasi	2
Upaya pencegahan dan penanganan sindrom pramenstruasi	2
Total	10

KUESIONER SIKAP
PENGARUH E-MODUL INTERAKTIF SINDROM
PRAMENSTRUASI TERHADAP PENGETAHUAN
DAN SIKAP REMAJA PUTRI
DI SMP YASPEND MAURA EL MUMTAZ
KOTA BINJAI

A. Identitas Responden

Nama :

Usia :

Kelas :

Alamat :

Pekerjaan Orang Tua :

Pendidikan Terakhir Orang Tua :

1. Pernakah anda mendengar / mengetahui tentang Sindrom Premenstruasi ?

☐ Pernah ☐ Tidak Pernah

2. Darimana anda mendapatkan informasi tentang Sindrom Premenstruasi ?

☐ Ibu ☐ Guru

☐ Ayah ☐ Media (Internet, buku, dll)

☐ Teman ☐ Lainnya (Sebutkan).....

B. Kuesioner Sikap Sindrom Premenstruasi

Perunjuk Pengisian

1. Baca dan jawablah semua pertanyaan dengan teliti dan jujur, Kerahasiaan jawaban terjaga

2. Berilah tanda ceklis (✓) pada pilihan yang telah disediakan dalam setiap pertanyaan

Keterangan :

STS : Sangat Tidak Setuju

TS : Tidak Setuju

RR : Ragu-Ragu

S : Setuju

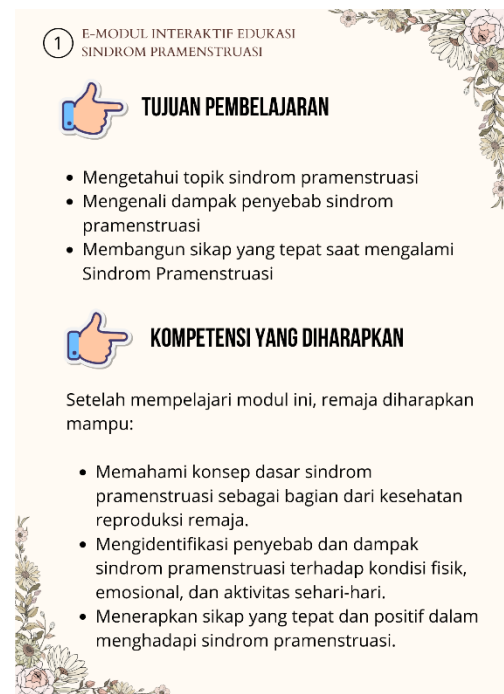
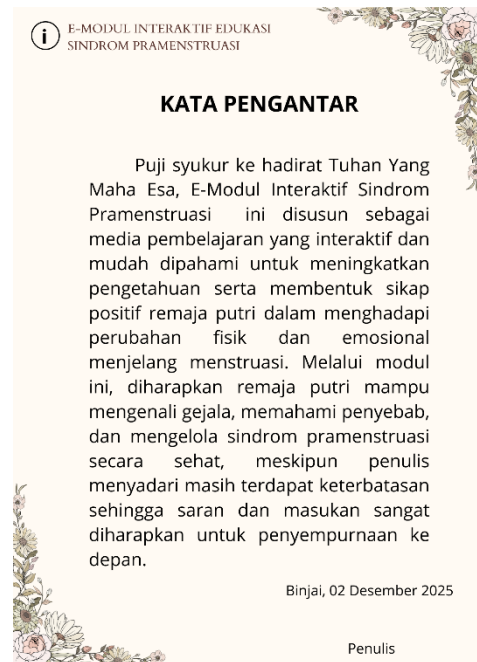
SS : Sangat Setuju

No	Pernyataan	STS	TS	R	S	SS
1	Saya menyadari bahwa perubahan emosi menjelang menstruasi adalah hal yang wajar.					
2	Saya menjaga pola makan sehat untuk membantu mengurangi keluhan sindrom pramenstruasi.					
3	Saya berusaha tidur cukup agar kondisi tubuh tetap stabil saat sindrom pramenstruasi.					
4	Saya tetap menghargai diri sendiri meskipun merasa tidak nyaman saat sindrom pramenstruasi.					
5	Saya sering melampiaskan emosi kepada orang lain saat mengalami sindrom pramenstruasi.					
6	Saya mencoba mengelola stres dengan cara yang positif ketika sindrom pramenstruasi muncul.					
7	Saya tidak merasa malu untuk membicarakan keluhan sindrom pramenstruasi dengan orang terdekat.					
8	Saya merasa sindrom pramenstruasi membuat saya tidak mampu mengendalikan perasaan sama sekali.					
9	Saya tetap berusaha menjalankan aktivitas sehari-hari sesuai kemampuan saat sindrom pramenstruasi.					
10	Saya memahami bahwa sindrom pramenstruasi bukan penyakit, tetapi bagian dari siklus menstruasi.					

KUNCI JAWABAN SIKAP

No	Sangat Setuju	Setuju	Ragu-ragu	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
1	5	4	3	2	1
2	5	4	3	2	1
3	5	4	3	2	1
4	5	4	3	2	1
5	5	4	3	2	1
6	5	4	3	2	1
7	5	4	3	2	1
8	5	4	3	2	1
9	5	4	3	2	1
19	5	4	3	2	1

Lampiran 2 Media



E-MODUL INTERAKTIF EDUKASI
SINDROM PRAMENSTRUASI

APA SIH ?

SINDROM PRAMENSTRUASI ITU




AYOK

SIMAK PEMBAHASANNYA

② E-MODUL INTERAKTIF EDUKASI
SINDROM PRAMENSTRUASI

URAIAN MATERI

Definisi 

Sekumpulan gejala yang tidak menyenangkan, baik fisik maupun psikis, yang dialami oleh perempuan menjelang masa haid, yaitu sekitar satu atau dua minggu sebelum haid (ACOG, 2016)

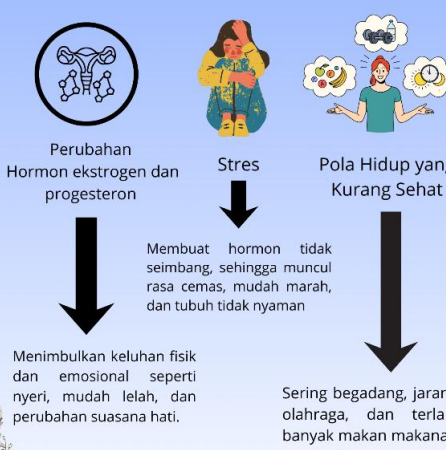


fase- fase siklus menstruasi :

- Menstruasi: keluarnya darah haid
- Folikular: pematangan sel telur
- Ovulasi: pelepasan sel telur
- Luteal: persiapan kehamilan

③ E-MODUL INTERAKTIF EDUKASI
SINDROM PRAMENSTRUASI

PENYEBAB SINDROM PRAMENSTRUASI



Perubahan Hormon ekstrogen dan progesteron

Membuat hormon tidak seimbang, sehingga muncul rasa cemas, mudah marah, dan tubuh tidak nyaman

Menimbulkan keluhan fisik dan emosional seperti nyeri, mudah lelah, dan perubahan suasana hati.

Stres

Pola Hidup yang Kurang Sehat

Sering begadang, jarang olahraga, dan terlalu banyak makan makanan manis atau cepat saji.

④ E-MODUL INTERAKTIF EDUKASI
SINDROM PRAMENSTRUASI

GEJALA SINDROM PRAMENSTRUASI

Gejala Fisik

- Rasa nyeri atau tegang pada payudara (mastalgia),
- Kram di bagian bawah perut dan nyeri punggung,
- munculnya jerawat sebagai akibat dari fluktuasi hormon

Gejala Emosional

- Mudah emosi, merasa cemas,
- kadang menangis tanpa alasan jelas
- perubahan suasana hati yang drastis (mood swing),

GEJALA PERILAKU

- Menghindari interaksi sosial
- gangguan tidur
- keinginan berlebihan terhadap makanan tertentu.

5 E-MODUL INTERAKTIF EDUKASI
SINDROM PRAMENSTRUASI

DAMPAK SINDROM PRAMENSTRUASI

Sulit berkonsentrasi, lemas, lesu, sehingga mengganggu proses belajar, tugas sekolah, dan kehadiran sekolah

AKTIVITAS SEKOLAH / SEHARI-HARI

Mood swings, mudah tersinggung, perasaan sensitif sehingga bisa mempengaruhi interaksi dengan teman, dan keluarga.

EMOSI DAN HUBUNGAN SOSIAL

Gejala nyeri, kembung, gangguan tidur membuat aktivitas sehari-hari terganggu, dan menimbulkan stres tambahan jika tidak dikelola dengan baik.

ASPEK FISIK

6 E-MODUL INTERAKTIF EDUKASI
SINDROM PRAMENSTRUASI

TIPE-TIPE SINDROM PRAMENSTRUASI

- Sindrom Premenstruasi Tipe A (Anxiety)**

Memiliki gejala seperti perasaan cemas, labil, sensitif, dan saraf yang tegang.
- Sindrom Premenstruasi Tipe H (Hyperhydration)**

Ditandai dengan gejala pembengkakan (edema), pembengkakan di tangan dan kaki, perut kembung, nyeri pada payudara, serta kenaikan berat badan sebelum menstruasi.

E-MODUL INTERAKTIF EDUKASI
SINDROM PRAMENSTRUASI

LANJUTAN

- Sindrom Premenstruasi Tipe C (Craving)**

Gejala rasa lapar berkeinginan untuk konsumsi makanan yang manis dan karbohidrat sederhana (seperti gula).
- Sindrom Premenstruasi Tipe D (Depression)**

Gejala perasaan depresi, gangguan tidur, ingin menangis, lemah, pelupa, bingung, sulit untuk mengucapkan kata-kata (verbalisasi), bahkan terkadang muncul perasaan ingin bunuh diri atau mencoba untuk bunuh diri.

7 E-MODUL INTERAKTIF EDUKASI
SINDROM PRAMENSTRUASI

UPAYA MENGATASI SINDROM PRAMENSTRUASI

Atur Pola Makan Sehat

Rutin olahraga

Tidur yang Cukup

Kelola Stres

Minum Air Putih yang Cukup

Kompres Hangat pada Bagian Perut

Mengonsumsi Suplementasi

Mencatat Siklus Menstruasi

8 E-MODUL INTERAKTIF EDUKASI
SINDROM PRAMENSTRUASI

SINGKATAN YANG PERLU DIINGAT



Sikap Positif

S : Sadari perubahan tubuh
E : Emosi dikendalikan
H : Hidup sehat dijaga
A : Aktif bergerak ringan
T : Tidur cukup dan teratur



Sikap Negatif

L : Ledakan emosi
E : Enggan beraktivitas
M : Makan tidak teratur
A : Abaikan keluhan tubuh
S : Sulit tidur

9 E-MODUL INTERAKTIF EDUKASI
SINDROM PRAMENSTRUASI

" Aku Berharga dan Kuat Menghadapi Perubahan "

Aku mengenal dan menerima
perubahan tubuhku

Aku menjaga tubuhku
dengan kebiasaan sehat

Aku mampu mengelola
emosi dengan tenang

Aku tetap berharga meski
sedang tidak nyaman

Aku kuat, percaya diri, dan
mampu menjalani hari
dengan baik



10 E-MODUL INTERAKTIF EDUKASI
SINDROM PRAMENSTRUASI

DAFTAR PUSTAKA

Nurbaety. (2024) Buku Ajar Masalah dan Gangguan Pada Sistem Reproduksi. Jakarta; Pt Nuansa Fajar Cemerlang

Sinaga Ernawati. (2017). Manajemen Kesehatan Menstruasi. Jakarta; Global One

Nworie, K. M. (2018). Premenstrual syndrome: Etiology, diagnosis and treatment. A mini literature review. Journal of Obstetrics and Gynecological Investigations, 1, e41–e46.

Sinopsis E-Modul "Kenali
Sindrom Premenstruasimu"



Sindrom Premenstruasi adalah hal yang sering dialami remaja putri sebelum haid datang. Kondisi ini bisa membuat tubuh terasa tidak nyaman dan emosi jadi mudah berubah. Namun, dengan memahami apa yang terjadi pada tubuh dan menerapkan kebiasaan hidup sehat, Sindrom Premenstruasi bisa dihadapi dengan lebih tenang. Sinopsis ini mengajak remaja untuk mengenal Sindrom Premenstruasi yang dialami, menyikapinya secara positif, dan tetap percaya diri menjalani aktivitas sehari-hari

Ayo coba Quiz Interaktif ini !



Lampiran 3 Informed Consent

INFORMED CONSENT

Kepada Yth,
Calon Responden
Di tempat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Chintia Fentinola
Nim : P07524422091
Semester : VIII (Delapan)

Saya mahasiswa Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan yang sedang melakukan penelitian skripsi dengan judul “Pengaruh E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri di SMP Yaspend Maura El Mumtaz Kota Binjai Tahun 2026”.

Tujuan penelitian ini untuk pengembangan ilmu pengetahuan. Sehubungan dengan hal diatas, saya mohon pada saudara untuk bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Kerahasiaan atau semua informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk penelitian serta tidak akan mempengaruhi nilai yang ada dalam proses pembelajaran.

Apabila saudara menyetujui, maka saya mohon kesediannya untuk menandatangani lembar persetujuan responden. Atas perhatian dan kerjasamanya saya ucapkan terimakasih.

Penulis

(Chintia Fentinola)

Lampiran 4 SAP

Nama Peserta : Chintia Fentinola
 Asal Instansi : Poltekkes Kemenkes Medan
 Asal Kab/Kota : Medan
 Provinsi : Sumatera Utara

FORMAT RENCANA PEMBELAJARAN

1. Hari/ Tanggal : 07 Februari 2026
2. Nama Materi/ Topik : E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi
3. Alokasi Waktu : 100 Menit
4. Tempat : SMP Yaspemd Maura El Mumtaz Kota Binjai
5. Nama Fasilitator : Chintia Fentinola

A. Hasil Belajar :

Setelah mengikuti kegiatan edukasi menggunakan e-modul interaktif, remaja putri mampu meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif dalam menghadapi sindrom pramenstruasi.

B. Indikator Hasil Belajar :

- 1) Responden mampu menjelaskan pengertian sindrom pramenstruasi
- 2) Responden mampu menyebutkan penyebab, gejala dan dampak dari sindrom pramenstruasi
- 3) Responden mampu menyebutkan tipe-tipe sindrom pramenstruasi
- 4) Responden mampu menyebutkan upaya mengatasi sindrom pramenstruasi
- 5) Responden mampu menunjukkan sikap positif dalam menghadapi sindrom pramenstruasi

6. Pokok Bahasan/Sub pokok Bahasan :

1. Pengertian sindrom pramenstruasi
2. Penyebab, gejala dan dampak sindrom pramenstruasi
3. Tipe-tipe sindrom pramenstruasi
4. Sikap dan cara menangani sindrom pramenstruasi

7. Langkah-Langkah Pembelajaran/Pelatihan

Kegiatan (Alokasi Waktu)	Kegiatan Fasilitator	Kegiatan Peserta	Metode	Media
A. Pendahuluan (5 menit)	1. Membuka pertemuan dengan ucapan salam. 2. Menjelaskan tujuan pembelajaran. 3. Menyampaikan waktu dan agenda kegiatan	Mendengarkan	Ceramah	E-modul Interaktif
B. Pelaksanaan pre-test (20 menit)	Memandu dan mendampingi responden dalam pengisian kuesioner pre-test	Mengisi kuesioner Pre-test sebelum intervensi	Ceramah	Lembar kuesioner
C. Penyajian (45 menit)	Menyampaikan cara mengakses media, menyampaikan materi secara bertahap, memandu quis interaktif, membuka sesi tanya jawab	1. Mengakses link media yang diberikan 2. Mendengarkan materi yang disampaikan 3. Mengerjakan kuis 4. Memberikan jawaban ketika ditanya	Ceramah, mengerjakan kuis	E-modul Interaktif
D. Penutup (30 menit)	1. Merangkum materi yang telah disampaikan. 2. Memandu dan mendampingi responden dalam pengisian kuesioner post-test 3. Mengucapkan terima kasih atas perhatian peserta	Mengisi kuesioner post- test setelah intervensi	Ceramah	kuesioner

8. Evaluasi

- 1) Evaluasi pengetahuan dan sikap menggunakan kuesioner pre-test dan post-test

9. Referensi :

- 1) Nurbaety. (2024) Buku Ajar Masalah dan Gangguan Pada Sistem Reproduksi. Jakarta; Pt Nuansa Fajar Cemerlang
- 2) Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Medan, 07 Februari 2026

Penulis

Chintia Fentinola

Lampiran 5 Surat Izin Survey Penelitian



Kemenkes

**Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan**

Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/7807/2025
Perihal : Izin Survey Penelitian

21 November 2025

Yang terhormat,
Kepala Sekolah Yaspend Maura El Mumtaz
di-
Tempat

Sehubungan dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan Prodi Sarjana Terapan
Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir dituntut untuk melakukan penelitian.
Sehubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu
untuk memberi izin survey penelitian kepada:

Nama	: Chintia Fentinola
NIM	: P07524422091
Judul Penelitian	: Pengaruh E-Modul Interaktif Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Mengenai Sindrom Pramenstruasi (PMS)

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima
kasih.

Jurusan Kebidanan
Ketua,



Arihta Br. Sembiring, SST, M. Kes
NIP. 197002131998032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap
atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi
keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 6 Surat Balasan Izin Survey Penelitian



MAURA EL-MUMTAZ

YAYASAN PENDIDIKAN MAURA EL-MUMTAZ
Madrasah Tsanawiyah Swasta

Terakreditasi B

 Sekretariat : Jl. Sei Batanghari No.6 Kel. Tanah Seribu, Kec. Binjai Selatan
 Kode POS : 20726

 Nomor : 020/MTs-MM/XI/2025
 Lamp. : -
 Hal : Persetujuan Izin Survey Penelitian

Kepada Yth.

Bapak/Ibu Pimpinan Poltekkes Medan

Di

Tempat

*Assalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatu**Dengan Hormat,*
 Berdasarkan Surat Pengantar dari Pimpinan Poletekkes Medan dengan
 No.PP.08.02/F.XXII.10/7807/2025. Perihal Izin Survey Penelitian, kepada Mahasiswa dengan:

 Nama : Chintia Fentinola
 NIM : P07524422091
 Judul Penelitian : Pengaruh E-Modul Interaktif Terhadap Peningkatan Pengetahuan
 dan Sikap Remaja Putri Mengenai Sindrom Premenstruasi (PMS)

 Bersama dengan ini kami sampaikan bahwa kami memberikan izin kepada mahasiswa
 tersebut diatas untuk melakukan penelitian lapangan di MTs Maura El Mumtaz Binjai pada tanggal
 24 November 2025.

 Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan kerja samanya kami ucapkan terima
 kasih.

 Binjai, 24 November 2025
 Kepada Madrasah
 MTs Swasta Maura El Mumtaz

INDAH SUFIATI, S.Pd

Lampiran 7 Surat Izin Uji Validitas Dan Reabilitas Kuesioner


**Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan**

Jalan Jamin Giring KM. 13.5
 Medan, Sumatera Utara 20137
 ☎ (061) 8368633
 🌐 <https://poltekkes-medan.ac.id>

Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/8422/ 2025
 Perihal : Izin Uji Validitas dan Reliabilitas

12 Desember 2025

Yang terhormat,
 Kepala Sekolah SMP N 31 Medan
 di-
 Tempat

Sehubungan dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan Prodi Sarjana Terapan Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir dituntut untuk melakukan penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberi izin bagi mahasiswi kami untuk melaksanakan Uji Validitas dan Reliabilitas. Adapun mahasiswa tersebut adalah :

No	Nama	NIM	Judul Penelitian
1.	Afilia Ayu	P07524422003	"Pengaruh Pop-Up Book " Kenali Tubuh Remajamu" Terhadap Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja"
2.	Annisa Umairoh	P07524422088	"Pengaruh Edukasi Siklus Menstruasi dengan Media Kalender Terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Pencatatan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri".
3.	Chintia Fentinola	P07524422091	"Pengaruh E-Modul Interaktif Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Mengenai Sindrom Premenstruasi (PMS)".

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://halo.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tts.keminfo.go.id/verifyPDF>.





**Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan**

Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
☎ (061) 8366633
🌐 <https://poltekkes-medan.ac.id>

4.	Nur Fakhriyyah Fadilah	P07524422031	" Pengaruh Media Edukasi Digital Berbasis Gamifikasi (Quizziz) Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Kepatuhan Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri".
----	---------------------------	--------------	--

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan
terima kasih.

Jurusan Kebidanan



Arihta br. Sembiring, SST, M.Kes
NIP. 197002131998032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://whs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.keminfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 8 Surat Balasan Izin Uji Validitas Dan Reabilitas Kuesioner



PEMERINTAH KOTA MEDAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UPT SMP NEGERI 31 MEDAN

Jl. Jaling Ginting KM.13, Lauch, Medan Tuntungan, Kota Medan, Sumatera Utara
 Email : smpn_tigasatu@yahoo.co.id

Nomor : 800.3/931 Medan, 17 Desember 2025
 Lampiran : -
 Hal : Izin Uji Validitas dan Reliabilitas

Kepada Yth :
 Ketua Jurusan Kebidanan KEMENKES POLTEKES MEDAN

Tempat.

Dengan hormat,
 Bersama surat ini kami sampaikan sebagai tindak lanjut dari surat saudara dengan nomor : PP.08.02/F.XXII.10/8422/2025, dengan hal Izin Uji Validitas dan Reliabilitas, maka dengan ini kami memberitahukan bahwa :

No	Nama	NIM	Judul Penelitian
1.	Afilia Ayu	P07524422003	"Pengaruh Pop-Up Book " Kenali Tubuh Remajamu" Terhadap Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja"
2.	Annisa Umairoh	P07524422088	"Pengaruh Edukasi Siklus Menstruasi dengan Media Kalender Terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Pencatatan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri".
3.	Chintia Fentinola	P07524422091	"Pengaruh E-Modul Interaktif Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Mengenai Sindrom Premenstruasi (PMS)".
4.	Nur Fakhriyyah Fadilah	P07524422031	" Pengaruh Media Edukasi Digital Berbasis Gamifikasi (Quizziz) Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Kepatuhan Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Pada Remaja Putri".

Telah Telah Melaksanakan Uji Validitas dan Reliabilitas di SMP UPT SMP NEGERI 31 MEDAN pada tanggal 17 Desember 2025.

Demikianlah kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.



Kepala UPT SMP Negeri 31 Medan

Denni Hutagalung, S.Pd
 NIP. 19710313 199801 1 001

Lampiran 9 Hasil Uji Validitas dan Realibitas Kuisiener Pengetahuan dan Sikap

Hasil Uji Validitas dan Realibitas Kuisiener Pengetahuan

No Item	rx _y	r _{tabel}	Keterangan
P1	0.418	0.361	VALID
P2	0.467	0.361	VALID
P3	0.418	0.361	VALID
P4	0.417	0.361	VALID
P5	0.643	0.361	VALID
P6	0.517	0.361	VALID
P7	0.543	0.361	VALID
P8	0.745	0.361	VALID
P9	0.514	0.361	VALID
P10	0.515	0.361	VALID

Reliability

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0
a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.			

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.807	10

Hasil Uji Validitas dan Realibitas Kuisisioner Sikap

No Item	rx _y	r _{tabel}	Keterangan
P1	0.481	0.361	VALID
P2	0.845	0.361	VALID
P3	0.679	0.361	VALID
P4	0.459	0.361	VALID
P5	0.404	0.361	VALID
P6	0.603	0.361	VALID
P7	0.617	0.361	VALID
P8	0.421	0.361	VALID
P9	0.624	0.361	VALID
P10	0.845	0.361	VALID

Reliability

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	30	100.0
a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.			

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.822	10

Lampiran 10 Ethical Clearance



**Kemenkes
Poltekkes Medan**

**Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan**

📍 Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
☎ (061) 8368633
🌐 <https://poltekkes-medan.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.2815/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2026

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Chintia Fentinola
Principal In Investigator

Nama Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title
"PENGARUH E-MODUL INTERAKTIF SINDROM PRAMENSTRUASI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI DI SMP YASPEND MAURA EL MUMTAZ KOTA BINJAI"
"THE EFFECT OF AN INTERACTIVE E-MODULE ON PREMENSTRUAL SYNDROME ON THE KNOWLEDGE AND ATTITUDES OF ADOLESCENT FEMALES AT YASPEND MAURA EL MUMTAZ JUNIOR HIGH SCHOOL, BINJAI CITY"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 03 Juni 2026 sampai dengan tanggal 03 Juni 2027.

This declaration of ethics applies during the period June 03, 2026 until June 03, 2027.



June 03, 2026
Chairperson,



Dr. Lestari Rahmah, MKT

Lampiran 11 Surat Izin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
 Politeknik Kesehatan Medan
 Jalan Jamin Ginting KM. 13.5
 Medan, Sumatera Utara 20136
 Telp. (061) 8368633
 https://poltekkes-medan.ac.id

Nomor : PP.08.02/F.XXII.10/0430 /2026

Medan, 03 Februari 2026

Perihal : Izin Penelitian

Yang terhormat,
 Kepala Sekolah Yaspeng Maura El Mumtaz
 di-
 Tempat

Sehubungan dengan Kurikulum Nasional Penyelenggaraan Prodi Sarjana Terapan Kebidanan bagi mahasiswa Semester Akhir dituntut untuk melakukan penelitian. Sehubungan dengan hal tersebut maka bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberi izin penelitian kepada:

Nama : Chintia Fentinola
 NIM : P07524422091
 Judul Penelitian : Pengaruh E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya yang baik diucapkan terima kasih.

Jurusan Kebidanan
 Ketua

 Arianta br Sembiring, SST, M.Kes
 NIP. 197002131998032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 12 Surat Balasan Izin Penelitian



MAURA EL-MUMTAZ

YAYASAN PENDIDIKAN MAURA EL-MUMTAZ
Madrasah Tsanawiyah Swasta

Terakreditasi B

 Sekretariat : Jl. Sei Batanghari No.6 Kel. Tanah Seribu, Kec. Binjai Selatan
 Kode POS : 20726

 Nomor : 033/MTs-MM/II/2026
 Lamp. : -
 Hal : Persetujuan Penelitian

Kepada Yth.

Bapak/Ibu Pimpinan Politeknik Kesehatan Medan

Di _____

Tempat

Dengan Hormat,
 Berdasarkan Surat Pengantar dari Politeknik Kesehatan Medan dengan
 No.PP.08.02/F.XXII.10/0430/2026. Perihal Izin Penelitian, kepada Mahasiswa dengan,

Nama : CHINTIA FENTINOLA

NIM : P07524422091

 Judul Penelitian : Pengaruh E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi Terhadap
 Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri.

 Bersama dengan ini kami sampaikan bahwa kami memberikan izin kepada mahasiswa
 tersebut diatas untuk melakukan penelitian di MTsS Maura El Mumtaz Binjai.

 Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan kerja samanya kami ucapkan terima
 kasih.


 Binjai, 7 Februari 2026
 Kepada Madrasah
 MTs Swasta Maura El-Mumtaz
INDAH SUFIATI, S.Pd

Lampiran 13 Master Tabel Pengetahuan dan Sikap

PRETEST PENGETAHUAN														POSTEST PENGETAHUAN												
Nomor Responden	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	Total			P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	Total		
1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	90			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100		
2	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	30			1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	80		
3	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	90			0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	90		
4	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	70			1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	70		
5	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	80			1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	90		
6	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	80			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100		
7	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	90			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100		
8	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	80			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100		
9	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	70			1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	70		
10	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	40			1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	80		
11	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	60			1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	70		
12	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	90			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100		
13	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	60			1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	80		
14	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	80			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100		
15	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	80			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100		
16	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	80			1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	90		
17	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100		
18	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	80			1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	90		
19	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100			1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100		
20	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	50			1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	80		
21	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	70			0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	70		

PRETEST SIKAP													POSTEST SIKAP											
Nomor Responden	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	TOTAL		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	Total	
1	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	20		5	5	5	4	2	5	3	5	4	5	43	
2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	31		4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	35	
3	4	4	4	4	4	4	3	5	1	4	37		4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	39	
4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	31		5	5	5	4	2	5	3	5	4	5	43	
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30		5	4	3	4	5	4	3	4	5	4	41	
6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30		5	5	5	4	4	4	5	5	5	4	46	
7	2	3	4	4	4	4	3	2	2	4	32		5	5	4	5	3	4	4	3	4	4	41	
8	3	2	3	2	2	4	2	3	2	2	25		5	4	3	4	3	4	5	5	4	5	42	
9	4	2	4	2	2	4	2	3	2	2	27		5	4	5	4	4	4	5	4	4	4	43	
10	4	2	4	2	2	4	2	2	2	2	26		5	5	5	4	5	5	4	4	5	4	46	
11	5	3	3	2	4	5	5	3	5	4	39		4	4	5	4	5	3	5	4	3	5	42	
12	4	4	3	2	2	4	3	2	2	1	27		5	5	5	4	4	5	4	4	4	5	45	
13	4	4	3	2	2	2	3	2	2	1	25		5	5	4	5	5	4	4	5	5	4	46	
14	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	22		5	4	4	4	4	5	3	4	5	5	43	
15	4	4	3	4	4	4	5	5	1	4	38		5	5	4	4	2	4	4	4	5	5	42	
16	4	2	2	3	2	1	2	2	3	2	23		5	4	5	4	5	5	5	5	4	4	46	
17	2	4	2	5	4	1	4	4	2	4	32		5	5	4	4	2	4	4	4	4	4	40	
18	2	4	4	3	4	4	4	4	4	3	36		5	5	5	4	4	4	5	4	4	5	45	
19	2	4	4	3	2	5	3	5	2	4	34		5	5	5	5	2	5	2	4	5	5	43	
20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30		5	5	4	5	5	3	3	3	5	5	43	
21	2	4	5	1	4	2	3	5	5	5	36		4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	
22	4	4	3	3	4	5	5	2	1	1	32		5	5	4	4	5	4	5	4	4	5	45	

Nomor Responden	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	TOTAL		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	Total
46	5	4	3	4	4	4	4	4	1	4	37		5	5	5	4	1	4	4	3	4	4	39
47	5	2	2	4	4	4	5	4	2	3	35		5	5	4	4	2	4	5	2	4	4	39
48	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	21		5	5	5	5	3	4	5	5	4	5	46
49	4	4	3	3	4	5	5	2	1	1	32		5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	49
50	2	4	3	4	4	4	3	4	2	4	34		5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
51	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	29		4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	44
24	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	24		4	5	5	5	5	5	5	5	4	5	48
53	3	1	2	2	3	1	4	3	2	2	23		5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
54	2	4	3	4	4	4	3	4	2	4	34		5	5	5	5	3	4	5	5	4	5	46
55	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30		5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	48
56	3	1	2	2	3	1	4	2	2	2	22		5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50
57	2	2	2	1	2	3	2	3	2	3	22		4	4	4	4	4	4	5	5	5	5	44

Lampiran 14 Hasil Analisis Data Dengan SPSS

Statistics

		Pretest_Peng	Post_Peng	Pretest_Sikap	Post_Sikap
N	Valid	57	57	57	57
	Missing	0	0	0	0
Mean		71.05	88.07	30.60	43.30
Median		80.00	90.00	31.00	43.00
Mode		80	100	37	43
Std. Deviation		17.288	12.739	5.769	3.708
Minimum		30	40	20	35
Maximum		100	100	40	50
Sum		4050	5020	1744	2468

Pretest_Peng					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	30	2	3.5	3.5	3.5
	40	3	5.3	5.3	8.8
	50	6	10.5	10.5	19.3
	60	9	15.8	15.8	35.1
	70	7	12.3	12.3	47.4
	80	18	31.6	31.6	78.9
	90	10	17.5	17.5	96.5
	100	2	3.5	3.5	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

Ktg_Peng_Pre					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	11	19.3	19.3	19.3
	Sedang	16	28.1	28.1	47.4
	Baik	30	52.6	52.6	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

Post_Peng					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	40	1	1.8	1.8	1.8
	60	1	1.8	1.8	3.5
	70	7	12.3	12.3	15.8
	80	10	17.5	17.5	33.3
	90	17	29.8	29.8	63.2
	100	21	36.8	36.8	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

Ktg_Peng_Post					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	1	1.8	1.8	1.8
	Sedang	8	14.0	14.0	15.8
	Baik	48	84.2	84.2	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

Pretest_Sikap					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20	1	1.8	1.8	1.8
	21	1	1.8	1.8	3.5
	22	4	7.0	7.0	10.5
	23	3	5.3	5.3	15.8
	24	3	5.3	5.3	21.1
	25	4	7.0	7.0	28.1
	26	2	3.5	3.5	31.6
	27	2	3.5	3.5	35.1
	28	1	1.8	1.8	36.8
	29	1	1.8	1.8	38.6
	30	4	7.0	7.0	45.6
	31	3	5.3	5.3	50.9
	32	4	7.0	7.0	57.9
	33	1	1.8	1.8	59.6
	34	4	7.0	7.0	66.7
	35	4	7.0	7.0	73.7
	36	4	7.0	7.0	80.7
	37	6	10.5	10.5	91.2
	38	1	1.8	1.8	93.0
	39	3	5.3	5.3	98.2
	40	1	1.8	1.8	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

Ktg_Pre_Sikap					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Positif	28	49.1	49.1	49.1
	Negatif	29	50.9	50.9	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

Post_Sikap					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	35	1	1.8	1.8	1.8
	36	1	1.8	1.8	3.5
	37	1	1.8	1.8	5.3
	38	2	3.5	3.5	8.8
	39	4	7.0	7.0	15.8
	40	5	8.8	8.8	24.6
	41	4	7.0	7.0	31.6
	42	6	10.5	10.5	42.1
	43	8	14.0	14.0	56.1
	44	3	5.3	5.3	61.4
	45	5	8.8	8.8	70.2
	46	7	12.3	12.3	82.5
	47	1	1.8	1.8	84.2
	48	3	5.3	5.3	89.5
	49	2	3.5	3.5	93.0
	50	4	7.0	7.0	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

Ktg_Post_Sikap					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Positif	33	57.9	57.9	57.9
	Negatif	24	42.1	42.1	100.0
	Total	57	100.0	100.0	

Uji Normalitas

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest_Peng	.224	57	.000	.925	57	.002
Post_Peng	.227	57	.000	.828	57	.000
Pretest_Sikap	.126	57	.025	.937	57	.005
Post_Sikap	.093	57	.200*	.978	57	.374
*. This is a lower bound of the true significance.						
a. Lilliefors Significance Correction						

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post_Peng - Pretest_Peng	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	45 ^b	23.00	1035.00
	Ties	12 ^c		
	Total	57		
Post_Sikap - Pretest_Sikap	Negative Ranks	0 ^d	.00	.00
	Positive Ranks	56 ^e	28.50	1596.00
	Ties	1 ^f		
	Total	57		
a. Post_Peng < Pretest_Peng				
b. Post_Peng > Pretest_Peng				
c. Post_Peng = Pretest_Peng				
d. Post_Sikap < Pretest_Sikap				
e. Post_Sikap > Pretest_Sikap				
f. Post_Sikap = Pretest_Sikap				

Test Statistics ^a		
	Post_Peng - Pretest_Peng	Post_Sikap - Pretest_Sikap
Z	-5.901 ^b	-6.512 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000	.000
a. Wilcoxon Signed Ranks Test		
b. Based on negative ranks.		

Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian





Lampiran 16 Kartu Bimbingan

**KARTU BIMBINGAN SKRIPSI**

Nama Mahasiswa : Chintia Fentinola
NIM : P07524422091
Judul Skripsi : Pengaruh E-Modul Interaktif Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Mengenai Sindrom Pra Menstruasi Di SMP Yaspand Maura El Muntaz Kota Binjai
Pembimbing Utama : Fitriyani Pulungan SST, M.Kes
Pembimbing Pendamping : Dr. Rismahara Lubis, SSiT, M.Kes

NO	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN BIMBINGAN	HASIL	PARAF
1	Kamis, 30 Oktober 2025	menyumpahi pembimbing dan mempertanyakan diri sebagai mahasiswa bimbingan	diberi arahan untuk mencari masalah judul skripsi	(Fitriyani Pulungan SST, M.Kes)
2	Senin, 03 November 2025	mengajukan beberapa rancangan judul	diberi arahan agar melengkapi data dan sumber referensi	(Fitriyani Pulungan SST, M.Kes)
3	Selasa, 04 November 2025	mengajukan judul skripsi baru dan ACC oleh pembimbing pertama	ACC judul skripsi	(Fitriyani Pulungan SST, M.Kes)
4	Rabu, 05 November 2025	mengajukan judul skripsi yang telah di ACC pembimbing pertama ke pembimbing kedua	ACC judul skripsi	(Dr. Rismahara Lubis, SSiT, M.Kes)



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN

Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136

Telp : 061-8368633 Fax : 061-8368644

Website : www.poltekkes-medan.ac.id email : poltekkes_md@yahoo.com



NO	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN BIMBINGAN	HASIL	PARAF
5	Selasa, 11 November 2025	Mengajukan Bab I	Memeriksa susunan dan Penulisan latar belakang	 (Fitriyani Purnawan, SST, M.Kes)
6	Kamis, 13 November 2025	Bimbingan Bab I mengenai sistematika Penulisan	Memeriksa Sistematika Penulisan sesuai dengan Panduan	 (Dr. Rismahara Lubis, SST, M.Kes)
7	Selasa, 18 November 2025	Perbaikan Bab I dan Konsultasi Bab II	Acc Bab I dan Perbaikan kerangka teori, definisi, operasional	 (Fitriyani Purnawan, SST, M.Kes)
8	Senin, 24 November 2025	Perbaikan Bab II dan Konsultasi Bab III	Acc Bab II dan Perbaikan Bab III terkait Papanisasi dan Sankte	 (Fitriyani Purnawan, SST, M.Kes)
9	Selasa, 02 Desember 2025	Perbaikan Bab III	Perbaikan Bab III terkait tabel Jadwal Penelitian	 (Fitriyani Purnawan, SST, M.Kes)
10	Senin, 08 Desember 2025	Perbaikan Bab III dan Konsultasi Lembar Pengesahan, daftar isi, Kata pengantar	Acc Ujian proposal.	 (Fitriyani Purnawan, SST, M.Kes)
11	Selasa, 09 Desember 2025	Perbaikan Penulisan Bab III dan lampiran	Perbaikan Bab III Madra dan Lampiran	 (Dr. Rismahara Lubis, SST, M.Kes)



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN**



Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136

Telp : 061-8368633 Fax : 061-8368644

KEMENKES RI

Website : www.poltekkes-medan.ac.id email : poltekkes_md@yahoo.com

NO	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN BIMBINGAN	HASIL	PARAF
12	Selasa, 23 Desember 2025	Perbaikan Bab 1-11j Mengenai Sistematika Penulisan Sesuai Panduan	Aec Maju ujj Proposal	 (Dr. Rismahara Lubis, S.Si, M.Kes.)
13	Kamis, 22 Januari 2026	Perbaikan Penulisan	Arahkan Penyusunan Sub-bab pada bab II harus sesuai dengan panduan	 (Dr. Rismahara Lubis, S.Si, M.Kes.)
14	Kamis, 30 April 2026	Perbaikan Bab IV Mengenai tabel hasil penelitian	Perbaikan Penyajian tabel dan frekuensi variabel	 (Fitriyani Purnungan, S.Si, M.Kes.)
15	Jumat, 08 Mei 2026	Perbaikan Bab IV Mengenai judul tabel mengaitkan referensi di pembahasan	Arahkan mengutip abstrak, berdata diri, kegiatan penelitian	 (Dr. Rismahara Lubis, S.Si, M.Kes.)
16	Senin, 11 Mei 2026	Perbaikan Bab III - IV dan konsultasi lembar abstrak, dan sub-bab pada pembahasan	Aec Maju sur Kesi	 (Dr. Rismahara Lubis, S.Si, M.Kes.)
17	Selasa 12 Mei 2026	Perbaikan Penulisan abstrak, bab IV, saran dan penyusunan lampiran	Perbaiki	 (Fitriyani Purnungan, S.Si, M.Kes.)
18	Senin 18 Mei 2026	Bimbingan Kelengkapan Skripsi	Aec Maju ujj skripsi	 (Fitriyani Purnungan, S.Si, M.Kes.)



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
 Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136
 Telp : 061-8368633 Fax : 061-8368644
 Website : www.poltekkes-medan.ac.id email : poltekkes_md@yahoo.com



NO	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN BIMBINGAN	HASIL	PARAF
19	Selasa, 26 Mei 2026	Perbaikan Bab iii - v dan media	Perbaikan terkait Populasi dan Sampel serta media	 (Suswati, SST, M.Kes)
20	Selasa, 26 Mei 2026	Perbaikan Bab iv dan perbaikan penulisan sesuai Panduan	Perbaikan Rembahasan	 (Dr. Rismahara Lubis, SST, M.Kes)
21	Jumat, 10 Juni 2026	Perbaikan Keseluruhan Skripsi	Perbaikan cover, draft jurnal, dan susunan daftar lampiran	 (Fitriyanti Pulungan, SST, M.Kes)
22	Senin, 22 Juni 2026	Perbaikan Skripsi	Perbaikan abstrak, bulan pengesahan, dan kata pengantar	 (Fitriyanti Pulungan, SST, M.Kes)
23	Senin, 22 Juni 2026		Acc judul Lus	 (Dr. Rismahara Lubis, SST, M.Kes)
24	Rabu, 24 Juni 2026	Perbaikan Skripsi Keseluruhan	Perbaikan abstrak, draft jurnal	 (Fitriyanti Pulungan, SST, M.Kes)
25	Jumat, 26 Juni 2026	Perbaikan Keseluruhan	Perbaikan lampiran	 (Fitriyanti Pulungan, SST, M.Kes)
26	Senin, 29 Juni 2026		acc judul Lus	 (Suswati, SST, M.Kes)



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
 Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136
 Telp : 061-8368633 Fax : 061-8368644
 Website : www.poltekkes-medan.ac.id email : poltekkes_md@yahoo.com



NO	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN BIMBINGAN	HASIL	PARAF
27			Aec jid Lut.	 (Fityani Purnungan, SST, M.Kes.)
28				
29				
30				
31				
32				
33				
34				

Lampiran 17 Draft Jurnal

PENGARUH E-MODUL INTERAKTIF SINDROM PRAMENSTRUASI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI DI SMP YAYASAN PENDIDIKAN MAURA EL MUMTAZ KOTA BINJAI

THE INFLUENCE OF AN INTERACTIVE PREMENSTRUAL SYNDROME E-MODULE ON THE KNOWLEDGE AND ATTITUDES OF ADOLESCENT GIRLS AT MAURA EL MUMTAZ EDUCATION FOUNDATION JUNIOR HIGH SCHOOL, BINJAI CITY

Chintia Fentinola¹, Fitriyani Pulungan¹, Rismahara Lubis¹, Suswati¹

¹Poltekkes Kemenkes Medan Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan

Email : Chintiafentinola@gmail.com, fitriyaniputra1980@gmail.com,
rismaharalubis@gmail.com, Suswatimkes2020@gmail.com

ABSTRAK

Sindrom pramenstruasi merupakan kumpulan gejala fisik, emosional, dan perilaku sebelum menstruasi yang dapat memengaruhi aktivitas serta kualitas hidup remaja putri. Gejala yang muncul seperti nyeri perut, perubahan suasana hati, dan gangguan konsentrasi sehingga diperlukan media edukasi yang menarik dan mudah dipahami. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh E-Modul interaktif terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai sindrom pramenstruasi di SMP Yayasan Pendidikan Maura El Mumtaz Kota Binjai.

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan One Group Pretest-Posttest Design. Sampel penelitian berjumlah 57 responden dengan teknik total sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan kategori baik meningkat dari 52,6% menjadi 84,2% setelah diberikan E-Modul interaktif. Pada variabel sikap, sebelum intervensi mayoritas responden memiliki sikap negatif sebanyak 50,9%, sedangkan setelah intervensi mayoritas responden memiliki sikap positif sebanyak 57,9%. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p < 0,001$ sehingga terdapat pengaruh signifikan penggunaan E-Modul interaktif terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai sindrom pramenstruasi.

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan E-Modul interaktif berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap remaja putri mengenai sindrom pramenstruasi di SMP Yayasan Pendidikan Maura El Mumtaz Kota Binjai Tahun 2026. Disarankan kepada pihak sekolah dan tenaga kesehatan untuk memanfaatkan media edukasi interaktif sebagai sarana pendidikan kesehatan reproduksi bagi remaja putri sehingga informasi mengenai sindrom pramenstruasi dapat dipahami dengan baik dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci: Sindrom Premenstruasi, E-Modul Interaktif, Pengetahuan, Sikap.

ABSTRACT

Premenstrual syndrome is a collection of physical, emotional, and behavioral symptoms occurring before menstruation that can affect the daily activities and quality of life of adolescent girls. Manifested symptoms such as abdominal pain, mood swings, and concentration difficulties necessitate the use of engaging and easily understandable educational media. This study aims to determine the influence of an interactive E-Module on the knowledge and attitudes of adolescent girls regarding premenstrual syndrome at Maura El Mumtaz Education Foundation Junior High School, Binjai City.

This study utilized a quantitative design with a one-group pretest-posttest design approach. The research sample consisted of 57 respondents selected via total sampling technique. Data collection was conducted using knowledge and attitude questionnaires. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test.

The results showed that the proportion of respondents with a "good" level of knowledge increased from 52.6% to 84.2% after being given the interactive E-Module. Regarding the attitude variable, the majority of respondents held a negative attitude (50.9%) before the intervention, which shifted to a majority holding a positive attitude (57.9%) after the intervention. Statistical test results yielded a p-value of , indicating a significant influence of the interactive E-Module usage on the knowledge and attitudes of adolescent girls regarding premenstrual syndrome.

In conclusion, the use of an interactive E-Module has a significant influence on increasing knowledge and improving the attitudes of adolescent girls regarding premenstrual syndrome at Maura El Mumtaz Education Foundation Junior High School, Binjai City, in 2026. It is recommended that schools and healthcare providers utilize interactive educational media as a tool for reproductive health education among adolescent girls, ensuring information regarding premenstrual syndrome is well understood and applied in daily life.

Keywords: Premenstrual Syndrome, Interactive E-Module, Knowledge, Attitude

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi remaja merupakan salah satu aspek penting dalam pembentukan sumber daya manusia yang sehat dan produktif. Pada masa remaja terjadi berbagai perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang dapat memengaruhi kesehatan reproduksi, salah satunya adalah sindrom pramenstruasi. Sindrom pramenstruasi merupakan kumpulan gejala fisik, emosional, dan perilaku yang muncul sebelum menstruasi dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari remaja putri, seperti nyeri perut, perubahan

suasana hati, kecemasan, mudah marah, kelelahan, serta penurunan konsentrasi belajar.

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa sekitar 47,8% remaja perempuan di dunia mengalami gejala sindrom pramenstruasi dengan tingkat keparahan yang bervariasi. Di Indonesia, sekitar 42,5% remaja putri mengalami gejala sindrom pramenstruasi yang berdampak pada aktivitas sehari-hari dan prestasi belajar. Selain itu, sebanyak 22,6% remaja mengalami anemia yang berhubungan dengan gangguan

menstruasi. Kondisi ini menunjukkan bahwa sindrom pramenstruasi masih menjadi masalah kesehatan reproduksi yang memerlukan perhatian khusus karena dapat memengaruhi kualitas hidup dan produktivitas remaja putri.

Rendahnya pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi menjadi salah satu faktor yang menyebabkan remaja kurang mampu memahami dan mengelola gejala sindrom pramenstruasi secara tepat. Literasi kesehatan reproduksi remaja masih tergolong rendah, ditunjukkan dengan masih banyaknya remaja yang belum memahami penyebab, gejala, maupun upaya penanganan sindrom pramenstruasi. Di Sumatera Utara, penelitian menunjukkan bahwa 56,9% remaja putri mengalami sindrom pramenstruasi dengan gejala ringan hingga sedang. Hasil survei awal yang dilakukan peneliti juga menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri belum mampu menjelaskan pengertian, gejala, dan cara mengatasi sindrom pramenstruasi secara tepat.

Perkembangan teknologi informasi memberikan peluang dalam penyampaian pendidikan kesehatan melalui media pembelajaran digital. Salah satu media yang dapat dimanfaatkan adalah e-modul interaktif yang menggabungkan teks, gambar, animasi, video, dan kuis sehingga mampu meningkatkan keterlibatan serta pemahaman peserta didik. Penggunaan e-modul interaktif dinilai sesuai dengan karakteristik remaja yang akrab dengan teknologi digital dan internet.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penggunaan e-modul dapat

meningkatkan pemahaman dan motivasi belajar peserta didik. Namun, penelitian mengenai efektivitas e-modul interaktif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang sindrom pramenstruasi masih terbatas, khususnya pada tingkat sekolah menengah pertama. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh penggunaan e-modul interaktif sindrom pramenstruasi terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di SMP Yaspand Maura El Mumtaz Kota Binjai.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain pre-experimental menggunakan rancangan One Group Pretest-Posttest Design. Penelitian dilakukan untuk mengetahui pengaruh penggunaan e-modul interaktif sindrom pramenstruasi terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di SMP Yaspand Maura El Mumtaz Kota Binjai. Pengukuran dilakukan sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) pemberian intervensi berupa e-modul interaktif sindrom pramenstruasi.

Penelitian dilaksanakan di SMP Yaspand Maura El Mumtaz Kota Binjai pada tahun 2026. Populasi penelitian adalah seluruh remaja putri kelas VII–IX yang telah mengalami menstruasi sebanyak 57 siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian.

Kriteria inklusi meliputi remaja putri berusia 12–15 tahun, sudah mengalami menstruasi, bersedia menjadi responden, dan mengikuti

seluruh rangkaian penelitian. Kriteria eksklusi adalah siswi yang tidak hadir

saat pelaksanaan penelitian dan belum mengalami menstruasi.

HASIL PENELITIAN

Tabel 4.1 Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi Di SMP Yayasan Pendidikan Maura El Mumtaz Kota Binjai Tahun 2026

Variabel	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Sebelum	Rendah	11	19.3
	Sedang	16	28.1
	Baik	30	52.6
	Total	57	100.0
Sesudah	Rendah	1	1.8
	Sedang	8	14.0
	Baik	48	84.2
	Total	57	100.0

Tabel 4.1 sebelum diberikan intervensi E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kategori baik sebanyak 30 responden (52,6%), sedangkan kategori rendah sebanyak 11 responden (19,3%). Setelah diberikan intervensi, jumlah responden dengan tingkat pengetahuan kategori baik meningkat menjadi 48 responden (84,2%), sementara kategori rendah menurun menjadi 1 responden (1,8%). Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan remaja putri setelah pemberian E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi.

Tabel 4.2 Tingkat Sikap Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi Di SMP Yayasan Pendidikan Maura El Mumtaz Kota Binjai Tahun 2026

Variabel	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Sebelum	Negatif	29	50.9
	Positif	28	49.1
	Total	57	100.0
Sesudah	Negatif	24	42.1
	Positif	33	57.9
	Total	57	100.0

Tabel 4.2 sebelum diberikan intervensi E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi, sebagian besar responden memiliki sikap negatif sebanyak 29 responden (50,9%), sedangkan sikap positif sebanyak 28 responden (49,1%). Setelah diberikan intervensi, proporsi responden dengan sikap positif meningkat menjadi 33 responden (57,9%), sementara sikap negatif menurun menjadi 24 responden (42,1%). Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan sikap positif remaja putri setelah pemberian E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi.

Tabel 4.3 Uji Normalitas Data Pengetahuan Menggunakan Kolmogorov-Smirnov

Variabel	Sig.	Hasil Keputusan
Pre-test Pengetahuan	<0.001	Data Berdistribusi Tidak Normal
Post-test Pengetahuan	<0.001	Data Berdistribusi Tidak Normal

Tabel 4.3, hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa nilai signifikansi pre-test dan post-test pengetahuan masing-masing sebesar $p < 0,001$. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka data pre-test dan post-test pengetahuan tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis dilanjutkan menggunakan uji nonparametrik Wilcoxon Signed Rank Test.

Tabel 4.4 Uji Normalitas Data Sikap Menggunakan Kolmogorov-Smirnov

Variabel	Sig.	Hasil Keputusan
Pre-test Sikap	0.025	Data Berdistribusi Tidak Normal
Post-test Sikap	0.200	Data Berdistribusi Normal

Tabel 4.4 hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa data pre-test sikap tidak berdistribusi normal ($p = 0,025$), sedangkan data post-test sikap berdistribusi normal ($p = 0,200$). Karena salah satu kelompok data tidak berdistribusi normal, analisis dilanjutkan menggunakan uji nonparametrik Wilcoxon Signed Rank Test.

Tabel 4.5 Analisis Pengaruh Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi Di SMP Yayasan Pendidikan Maura El Mumtaz Kota Binjai Tahun 2026

Variabel	N	Persentase (%)	Mean	Modus	<i>p value</i>
Pre test pengetahuan	57	100.0	71.05	80	<0.001
Post test pengetahuan	57	100.0	88.07	100	

Tabel 4.5 rata-rata (mean) pengetahuan remaja putri sebelum diberikan e-modul interaktif sindrom premenstruasi adalah 71,05 dengan nilai modus 80, sedangkan setelah intervensi meningkat menjadi 88,07 dengan nilai modus 100. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai $p < 0,001$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian e-modul interaktif sindrom premenstruasi terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri di SMP Yayasan Pendidikan Maura El Mumtaz Kota Binjai Tahun 2026.

Tabel 4.6 Analisis Pengaruh Sikap Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi Di SMP Yayasan Pendidikan Maura el Mumtaz Kota Binjai Tahun 2026

Variabel	N	Persentase (%)	Mean	Modus	<i>p value</i>
Pre test Sikap	57	100.0	30.60	37	<0.001
Post test Sikap	57	100.0	43.30	43	

Tabel 4.6 rata-rata (mean) sikap remaja putri sebelum diberikan e-modul interaktif sindrom premenstruasi adalah 30,60 dengan nilai modus 37, sedangkan setelah intervensi meningkat menjadi 43,30 dengan nilai modus 43. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai $p < 0,001$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian e-modul interaktif sindrom premenstruasi terhadap sikap remaja putri di SMP Yayasan Pendidikan Maura El Mumtaz Kota Binjai Tahun 2026.

PEMBAHASAN

Pengaruh E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi terhadap Pengetahuan Remaja Putri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi terhadap pengetahuan remaja putri di SMP Yayasan Pendidikan Maura El Mumtaz Kota Binjai. Nilai rata-rata pengetahuan meningkat dari 71,05 sebelum intervensi menjadi 88,07 setelah intervensi. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai $p < 0,001$, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian e-modul interaktif.

Peningkatan pengetahuan tersebut menunjukkan bahwa e-modul interaktif mampu menjadi media edukasi yang efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan reproduksi kepada remaja putri. Materi yang disajikan dalam bentuk teks, gambar, serta kuis interaktif

memudahkan responden memahami pengertian, penyebab, gejala, dampak, dan cara mengatasi sindrom premenstruasi. Selain itu, e-modul dapat dipelajari secara mandiri sehingga memungkinkan peserta didik mengakses materi kapan saja sesuai kebutuhan mereka.

Menurut Mayer (2021), penggunaan multimedia dalam pembelajaran dapat meningkatkan pemahaman karena informasi diterima melalui saluran visual dan verbal secara bersamaan. Penyajian materi yang menggabungkan teks dan gambar mampu membantu peserta didik membangun pemahaman yang lebih baik dibandingkan pembelajaran yang hanya menggunakan satu jenis media. Hal ini sesuai dengan karakteristik e-modul interaktif yang digunakan dalam penelitian ini.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmawati dan Putra (2021) yang menyatakan bahwa penggunaan e-modul dapat meningkatkan pemahaman peserta didik secara signifikan. Penelitian

Sari, Andayani, dan Yusuf (2020) juga menunjukkan bahwa e-modul interaktif efektif meningkatkan hasil belajar karena mampu meningkatkan motivasi dan keterlibatan peserta didik selama proses pembelajaran. Dengan demikian, penggunaan e-modul interaktif dapat menjadi salah satu alternatif media edukasi kesehatan reproduksi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai sindrom pramenstruasi.

Pengaruh E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi terhadap Sikap Remaja Putri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi terhadap sikap remaja putri di SMP Yayasan Pendidikan Maura El Mumtaz Kota Binjai. Nilai rata-rata sikap meningkat dari 30,60 sebelum intervensi menjadi 43,30 setelah intervensi. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai $p < 0,001$, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara sikap sebelum dan sesudah pemberian e-modul interaktif.

Peningkatan sikap positif setelah pemberian intervensi menunjukkan bahwa informasi yang diperoleh melalui e-modul interaktif tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memengaruhi cara pandang dan respons remaja putri terhadap sindrom pramenstruasi. Setelah memperoleh informasi yang benar mengenai sindrom pramenstruasi, responden menjadi lebih memahami bahwa kondisi tersebut merupakan proses fisiologis yang umum terjadi pada perempuan

dan dapat diatasi dengan cara yang tepat.

Menurut Azwar (2019), sikap terbentuk melalui proses pembelajaran yang dipengaruhi oleh pengetahuan, pengalaman, serta informasi yang diterima individu. Pengetahuan yang baik akan membentuk keyakinan dan persepsi yang positif sehingga dapat memengaruhi sikap seseorang terhadap suatu objek. Dalam penelitian ini, peningkatan pengetahuan setelah pemberian e-modul interaktif diduga menjadi faktor yang mendorong terbentuknya sikap yang lebih positif terhadap sindrom pramenstruasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Yolanda, Rustikayanti, dan Tamara (2023) yang menunjukkan bahwa pemberian edukasi mengenai sindrom pramenstruasi dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri dan membentuk sikap yang lebih positif. Selain itu, penelitian Tartaç dan Özkan (2011) juga menyatakan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja mengenai kesehatan menstruasi. Dengan demikian, e-modul interaktif dapat digunakan sebagai media edukasi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan sekaligus membentuk sikap positif remaja putri terhadap sindrom pramenstruasi.

KESIMPULAN

Sebelum diberikan intervensi E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi, rata-rata pengetahuan remaja putri sebesar 30,60 dengan mayoritas responden memiliki tingkat

pengetahuan kategori baik sebanyak 52,6%. Setelah diberikan intervensi, rata-rata pengetahuan meningkat menjadi 88,07 dengan mayoritas responden berada pada kategori baik sebanyak 84,2%. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi terhadap pengetahuan remaja putri di SMP Yayasan Pendidikan Maura El Mumtaz Kota Binjai ($p < 0,001$).

Sebelum diberikan intervensi, rata-rata sikap remaja putri sebesar 30,60 dengan mayoritas responden memiliki sikap negatif sebanyak 50,9%. Setelah diberikan intervensi, rata-rata sikap meningkat menjadi 43,30 dan mayoritas responden memiliki sikap positif sebanyak 57,9%. Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi terhadap sikap remaja putri di SMP Yayasan Pendidikan Maura El Mumtaz Kota Binjai ($p < 0,001$).

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa E-Modul Interaktif Sindrom Premenstruasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif remaja putri terhadap sindrom premenstruasi, sehingga dapat digunakan sebagai salah satu media edukasi kesehatan reproduksi di lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG). (2023). Premenstrual Syndrome (PMS). Washington, DC: ACOG.

Azwar, S. (2019). Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya (Edisi ke-3). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2024. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Mayer, R. E. (2021). Multimedia Learning (3rd ed.). Cambridge: Cambridge University Press.

Notoatmodjo, S. (2020). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

Organization, W. H. (2022). Adolescent Health and Development. Geneva: World Health Organization.

Permenkes RI. (2025). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2025 tentang Penyelenggaraan Upaya Kesehatan Reproduksi. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Pratiwi, N., & Sulistiyono, A. (2022). Pemanfaatan E-Modul Sebagai Media Pembelajaran Reflektif pada Era Digital. Jurnal Inovasi Pendidikan, 11(3), 210–218.

Rahmawati, D., & Putra, A. (2021). Pengaruh Penggunaan E-Modul terhadap Peningkatan Pemahaman Peserta Didik.

Jurnal Pendidikan Indonesia,
10(2), 145–153.

Sari, N., Andayani, R., & Yusuf, M. (2020). Efektivitas E-Modul Interaktif dalam Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 8(1), 34–42.

Setiawan, A., & Purwanto, H. (2023). Pengetahuan Kesehatan Reproduksi pada Remaja Putri dan Faktor yang Mempengaruhinya. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(2), 88–96.

Sugianto, A., Liunokas, M., & Listari, D. (2023). Pengembangan E-Modul Berbasis Multimedia untuk Pembelajaran Interaktif. *Jurnal Pendidikan Digital*, 7(1), 21–30.

Widayani, D., Ulfah, N., & Hufad, A. (2025). Pengaruh Edukasi Multimedia terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja tentang Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 5(1), 12–20.

Yolanda, R., Rustikayanti, R., & Tamara, D. (2023). Pengaruh Paket “Avil-PMS” terhadap Pengetahuan Remaja Putri di SMA “X” Kota Bandung. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 14(1), 56–63.

Zahra, N., dkk. (2023). Gambaran Sindrom Premenstruasi pada Remaja Putri di Kota Medan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(3), 201–208.

Chintia Fentinola

TURNITIN CHINTIA.docx

-  Bimbingan Skripsi 2026
-  Bimbingan Skripsi 2026
-  Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Document Details

Submission ID

trn:oid:::1:3593927195

Submission Date

Jun 14, 2026, 5:25 PM GMT+7

Download Date

Jun 15, 2026, 10:50 PM GMT+7

File Name

TURNITIN_CHINTIA.docx

File Size

350.3 KB

54 Pages

11,298 Words

77,660 Characters

14% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text
- Cited Text
- Small Matches (less than 10 words)

Top Sources

- 11%  Internet sources
 - 7%  Publications
 - 9%  Submitted works (Student Papers)
-

Top Sources

- 11% Internet sources
- 7% Publications
- 9% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Student papers		
	Badan PPSPDM Kesehatan Kementerian Kesehatan		1%
2	Internet		
	repository.itekes-bali.ac.id		<1%
3	Internet		
	repository.umsu.ac.id		<1%
4	Internet		
	text-id.123dok.com		<1%
5	Student papers		
	LL Dikti IX Turnitin Consortium		<1%
6	Internet		
	www.jurnal.stikes-aisyiyah.ac.id		<1%
7	Student papers		
	UIN KH. Achmad Siddiq Jember		<1%
8	Student papers		
	UIN Raden Intan Lampung		<1%
9	Student papers		
	Universitas Negeri Malang		<1%
10	Internet		
	proceeding.unnes.ac.id		<1%
11	Publication		
	Desi Purwati, Agri Azizah Amalia, Selvia Rahayu. "PENGARUH EDUKASI KESEHATA...		<1%

12	Internet	repository.poltekkes-kdi.ac.id	<1%
13	Student papers	Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang	<1%
14	Student papers	Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta I 2023	<1%
15	Publication	Ainal Mardiah, Devi Sulastri. "IMPLEMENTASI MODUL KB PASCA SALIN TERHADAP...	<1%
16	Student papers	Universitas Muhammadiyah Surakarta	<1%
17	Internet	repository.phb.ac.id	<1%
18	Internet	repository.umb.ac.id	<1%
19	Internet	researchhub.id	<1%
20	Internet	revista.saludcyt.ar	<1%
21	Student papers	Universitas Pendidikan Ganesha	<1%
22	Publication	Muhammad Rangga, Rusdiana Rusdiana, Annalia Wardhani, Heryyanoor Heryyan...	<1%
23	Publication	Rini Nur Andzani, Apriliani Yulianti Wuriningsih, Tutik Rahayu. "Efektivitas pendid...	<1%
24	Internet	repository.poltekkes-medan.ac.id	<1%
25	Internet	repository.uinsaizu.ac.id	<1%

26	Student papers	Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura	<1%
27	Internet	repositori.ubs-ppni.ac.id	<1%
28	Student papers	Morgan Park High School	<1%
29	Student papers	Universitas Bengkulu	<1%
30	Publication	Nanda Fitria, Novia Rizana, Trisna Sari, Ridhayani Ridhayani, Noly Susanti. "Penga...	<1%
31	Student papers	Sriwijaya University	<1%
32	Internet	repository.unair.ac.id	<1%
33	Internet	digilib.ikipgripta.ac.id	<1%
34	Internet	repository.stikesrspadgs.ac.id	<1%
35	Internet	repository.uhn.ac.id	<1%
36	Internet	www.jurnal.unsyiah.ac.id	<1%
37	Student papers	Universitas Islam Riau	<1%
38	Student papers	Universitas Muhammadiyah Buton	<1%
39	Student papers	Universitas Muhammadiyah Purwokerto	<1%

40	Internet	ahmadrizalgma-normal.blogspot.com	<1%
41	Internet	digilib.uin-suka.ac.id	<1%
42	Internet	digilib.uinkhas.ac.id	<1%
43	Internet	www.scribd.com	<1%
44	Publication	Novida Nengsih, Masrina Naomi Wulantari Simanjuntak, Listautin Listautin. "The ...	<1%
45	Publication	Tri Yuni Komala Hati, Ika Kania Fatdo Wardani, Rosi Kurnia Sugiharti, Deni Alams...	<1%
46	Internet	ejournal.warunayama.org	<1%
47	Internet	eprints.walisongo.ac.id	<1%
48	Internet	jurnal.ar-raniry.ac.id	<1%
49	Internet	repository.ub.ac.id	<1%
50	Internet	www.bajangjournal.com	<1%
51	Internet	www.coursehero.com	<1%
52	Internet	ainamulyana.blogspot.com	<1%
53	Internet	contoh4skripsi.blogspot.com	<1%

54	Internet	docplayer.info	<1%
55	Internet	ejurnal.stikesdhib.ac.id	<1%
56	Internet	jurnal.dinamika.ac.id	<1%
57	Internet	jurnal.poltekkeskupang.ac.id	<1%
58	Internet	jurnal.unissula.ac.id	<1%
59	Internet	perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id	<1%
60	Internet	pknlpkia.ac.id	<1%
61	Internet	repository.president.ac.id	<1%
62	Internet	s1pba.fai.unhasy.ac.id	<1%
63	Publication	Dimas Aldi Pratama, Berliana Henu Cahyani, Andreas Yudha Fery Nugroho. "Inte...	<1%
64	Publication	Feby Fransiska, Grace Paulina Simanjuntak, Kezia Saputri Gultom, Mery Natalia B...	<1%
65	Publication	Fitria Diningrum, Ria Etikasari, Ulviani Yulia Husna. "TINGKAT PENGETAHUAN MA...	<1%
66	Student papers	Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Tengah	<1%
67	Publication	Jamilatus Sakdia, Apriyani Puji Hastuti. "HUBUNGAN FUNGSI KOGNITIF LANSIA D...	<1%

68	Publication	Jeremi Cornelliuss Surbakti, Herlin Novita Pane, Muhammad Chairul. "The Relation...	<1%
69	Student papers	Landmark University	<1%
70	Publication	Linda Hotmaida, Lulu Aunullah, Tri Ardayani. "HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN S...	<1%
71	Publication	Riska Ayu Triana, Sri Sunarti, Erika Ade Rahayu, Fakhri Jaya Ramadhan, Fathur Ra...	<1%
72	Student papers	Universitas Pendidikan Indonesia	<1%
73	Internet	ejournal.uinbukittinggi.ac.id	<1%
74	Internet	fekbis.repository.unbin.ac.id	<1%
75	Internet	jiip.stkipyapisdompou.ac.id	<1%
76	Internet	jurnal.researchideas.org	<1%
77	Internet	repo.polkesraya.ac.id	<1%
78	Internet	repo.poltekkestasikmalaya.ac.id	<1%
79	Internet	repositori.unibos.ac.id	<1%
80	Internet	repositori.unwira.ac.id	<1%
81	Internet	repository.fe.unj.ac.id	<1%

82	Internet	repository.unsoed.ac.id	<1%
83	Internet	scholar.unand.ac.id	<1%
84	Internet	wwwsigitsaputro-sigit.blogspot.com	<1%