

Efektivitas Pendidikan Kesehatan Melalui Media Audio Visual terhadap Pengetahuan Vulva Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Awal Usia 11-13

Sylviana Herawati^{1*}, Ira Titisari², Ririn Indriani³, Sumy Dwi Antono⁴

¹ Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri Poltekkes Kemenkes Malang, herawatisylviana@gmail.com, 081217121466

² Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri Poltekkes Kemenkes Malang, iratitisari@gmail.com, 082234153319

³ Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri Poltekkes Kemenkes Malang, ririnindrianimiori79@gmail.com, 08179809482

⁴ Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri Poltekkes Kemenkes Malang, hajifathoni@gmail.com, 082244911562

Abstrak

Remaja merupakan kelompok usia transisi, dengan remaja awal berada pada rentang usia 11–13 tahun. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Indonesia tahun 2022, terdapat 32,4 juta remaja putri di Indonesia, termasuk 4,3 juta di Jawa Timur dan 34,76 ribu di Kota Kediri. Salah satu tanda pubertas adalah menstruasi, yang menyebabkan area genital menjadi lembap dan rentan infeksi. Oleh karena itu, penting bagi remaja putri memahami *vulva hygiene*, yaitu menjaga kebersihan area luar organ reproduksi untuk mencegah infeksi dan menjaga kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektivitas pendidikan kesehatan melalui media *audio visual* terhadap pengetahuan tentang *vulva hygiene* saat menstruasi pada remaja awal usia 11-13 tahun di SMPN 4 Kediri. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen *One Group Pretest-Posttest Design*. Pengambilan sampel sebanyak 60 responden dilakukan di SMPN 4 Kediri dengan jumlah populasi 70 orang. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2025.. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan, sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan cukup 50% dan kurang 6,7%. Setelah intervensi, seluruh responden (100%) berada pada kategori pengetahuan baik. Uji Wilcoxon menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara nilai *pretest* dan *posttest* ($p = 0,000$), yang mengindikasikan adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi. Hasil ini menunjukkan bahwa media audio visual efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang *vulva hygiene* saat menstruasi. Media ini direkomendasikan sebagai metode edukasi kesehatan reproduksi bagi remaja.

Kata kunci: Remaja, Pendidikan Kesehatan, Kebersihan Vulva

Abstract

Adolescents are a transitional age group, with early adolescence ranging from 11 to 13 years. According to BPS data from 2022, there are 32.4 million adolescent girls in Indonesia, including 4.3 million in East Java and 34.76 thousand in the city of Kediri. One of the signs of puberty is menstruation, which causes the genital area to become moist and prone to infection. Therefore, it is important for adolescent girls to understand *vulva hygiene*, which involves maintaining the cleanliness of the external reproductive organs to prevent infection and maintain reproductive health. This study aims to determine the effectiveness of health education using audio-visual media on knowledge of *vulva hygiene* during menstruation in early adolescents aged 11–13 years at SMPN 4 Kediri. This research is a quantitative study using the *One Group Pretest-Posttest Design* experimental method, with a sample of 60 respondents. The results showed that before receiving health education, most respondents were in the "sufficient" (50%) and "poor" (6.7%) knowledge categories. After the intervention, all respondents (100%) were in the "good" knowledge category. The Wilcoxon test showed a significant difference between pretest and posttest scores ($p = 0.000$), indicating an increase in knowledge after the education was given. These findings suggest that audio-visual media is effective in increasing adolescent knowledge about *vulva hygiene* during menstruation and is recommended as an educational method for reproductive health.

Keywords: Adolescent, Health Education, Vulva Hygiene

PENDAHULUAN*

Kesehatan reproduksi remaja merupakan aspek penting yang perlu diperhatikan sejak dini, terutama

^AAlamat Korespondensi Penulis:
Sylviana Herawati
Email : herawatisylviana@gmail.com

Alamat: Jl. KH Wachid Hasyim No.64 B, Bandar Lor,
Kec. Mojoroto, Kota Kediri, Jawa Timur 64114

dalam menghadapi perubahan fisik dan psikologis selama masa pubertas. Salah satu tanda awal pubertas adalah menstruasi pertama (*menarche*) yang umumnya terjadi pada usia 11–13 tahun. Menstruasi menyebabkan area genital menjadi lembap dan rentan terhadap infeksi, sehingga pengetahuan mengenai *vulva hygiene* sangat penting untuk mencegah gangguan kesehatan seperti pruritus vulvae, keputihan patologis, dan infeksi saluran kemih [1]

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2022, Indonesia memiliki lebih dari 32 juta remaja putri, dengan konsentrasi 4,3 juta di Jawa Timur dan sekitar 34 ribu di Kota Kediri. Jumlah ini menunjukkan kelompok remaja putri sebagai populasi yang besar dan rentan terhadap masalah kesehatan reproduksi. Pada fase remaja awal usia 11–13 tahun, sebagian besar remaja mulai memasuki pubertas dan mengalami *menarche*, sementara kesiapan pengetahuan dan keterampilan perawatan diri sering kali belum terbentuk secara optimal. Menstruasi menyebabkan area genital menjadi lebih lembap akibat darah dan keringat, sehingga meningkatkan risiko pertumbuhan mikroorganisme apabila kebersihan tidak dijaga dengan benar. [2], Masalah ini diperkuat oleh laporan WHO yang menunjukkan lebih dari 50 persen perempuan di dunia masih memiliki perilaku kebersihan genetalia yang kurang baik saat menstruasi, dengan prevalensi di Indonesia mencapai sekitar 55 persen. UNICEF juga melaporkan bahwa rendahnya pengetahuan remaja tentang menstruasi dan kebersihan genetalia berdampak langsung pada kurangnya kesiapan menghadapi *menarche*, kesalahan dalam praktik kebersihan seperti jarang mengganti pembalut dan pembuangan pembalut yang tidak tepat, serta meningkatnya risiko keluhan seperti gatal, keputihan abnormal, dan infeksi saluran reproduksi.

Kondisi ini menunjukkan bahwa masalah utama bukan hanya tingginya jumlah remaja putri, tetapi adanya kesenjangan antara kebutuhan kesehatan reproduksi remaja awal dan akses terhadap pendidikan kesehatan yang sesuai dengan tahap perkembangan mereka.[3]. UNICEF menemukan bahwa minimnya pengetahuan remaja tentang menstruasi dan kebersihan genetalia berdampak pada kurangnya kesiapan menghadapi *menarche*, kesalahan dalam pembuangan pembalut, serta risiko infeksi [4].

Pendidikan kesehatan merupakan strategi promotif yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja mengenai kebersihan alat reproduksi. Salah satu media yang dinilai memiliki daya tarik tinggi adalah media audio visual. Media ini mampu menyampaikan informasi dengan cara yang menarik dan mudah dipahami karena menggabungkan elemen visual dan auditori yang dapat meningkatkan konsentrasi, motivasi belajar, serta daya ingat [5] [6]. Studi sebelumnya juga menunjukkan efektivitas media audio visual dalam meningkatkan pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi [7] [8]

Hasil studi pendahuluan di SMPN 4 Kediri menunjukkan bahwa sebagian besar siswi belum pernah menerima penyuluhan tentang kebersihan genetalia saat menstruasi dan mengaku pernah mengalami keluhan seperti gatal pada area genital. Kondisi ini mencerminkan adanya kesenjangan antara kebutuhan perkembangan remaja awal dan ketersediaan edukasi kesehatan reproduksi yang sesuai, sehingga pengetahuan yang dimiliki belum mampu membentuk perilaku perawatan diri yang benar. Pada usia 11–13 tahun, kemampuan kognitif remaja berada pada tahap operasional konkret menuju formal, sehingga membutuhkan penyampaian informasi yang jelas, visual, dan kontekstual agar mudah dipahami dan diingat. Oleh

karena itu, pendidikan kesehatan melalui media audio visual dipilih sebagai solusi intervensi karena mampu menggabungkan rangsangan visual dan auditori secara simultan, mempermudah pemahaman konsep vulva hygiene, serta meningkatkan perhatian dan retensi informasi. Intervensi ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan secara bermakna dan menjadi dasar perubahan perilaku kebersihan genetalia saat menstruasi pada remaja awal. Secara teoretis, penelitian ini dapat memperkaya kajian tentang metode edukasi kesehatan reproduksi berbasis media modern, khususnya pada kelompok remaja awal. Dari aspek praktis, hasil penelitian diharapkan dapat menjadi acuan bagi sekolah dan tenaga kesehatan dalam merancang program promosi kesehatan yang lebih efektif dan menarik bagi remaja.

Belum banyak penelitian yang secara khusus menguji efektivitas media audio visual dalam konteks vulva hygiene pada remaja awal di lingkungan sekolah Indonesia, khususnya di Kota Kediri. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menguji efektivitas pendidikan kesehatan melalui media audio visual terhadap peningkatan pengetahuan vulva hygiene saat menstruasi pada remaja awal usia 11–13 tahun di SMPN 4 Kediri. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pendidikan kesehatan melalui media audio visual terhadap pengetahuan tentang vulva hygiene saat menstruasi pada remaja awal usia 11–13 tahun di SMPN 4 Kediri. Terakhir dari bagian pendahuluan berisi deskripsi tujuan penelitian.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan pre-eksperimental menggunakan desain *One Group Pretest-Posttest Design*, yang bertujuan untuk mengetahui

efektivitas pendidikan kesehatan melalui media audio visual terhadap pengetahuan tentang *vulva hygiene* saat menstruasi. Dalam desain ini, responden diberikan *pretest*, kemudian intervensi berupa pendidikan kesehatan dengan media audio visual, dan dilanjutkan dengan *posttest*. Penelitian ini akan dilaksanakan di SMPN 4 Kediri. Waktu penelitian akan dilaksanakan pada Mei 2025.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas VII yang berusia 11–13 tahun di SMPN 4 Kediri berjumlah 70 siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 60 responden, yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi antara lain adalah siswi yang sudah mengalami menstruasi dan bersedia menjadi responden, sementara kriteria eksklusi adalah siswi yang tidak hadir selama proses penelitian berlangsung. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pendidikan kesehatan dengan media audio visual, sedangkan variabel dependen adalah pengetahuan tentang vulva hygiene saat menstruasi.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner tertutup sebagai alat ukur pengetahuan, yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Pengetahuan dikategorikan berdasarkan skor: baik (76–100%), cukup (56–75%), dan kurang (<55%) sesuai dengan kriteria dari Arikunto [9]

Metode analisis data dilakukan dengan *uji Wilcoxon signed-rank test* karena data bersifat non-parametrik dan tidak berdistribusi normal. Pengolahan data dilakukan melalui proses editing, coding, scoring, tabulating, dan cleaning, dengan menggunakan perangkat lunak SPSS versi terbaru. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest setelah diberikan intervensi edukatif.

Pemilihan metode kuantitatif dengan pendekatan pre-eksperimental didasarkan pada tujuan untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan secara terukur sebelum dan sesudah intervensi, serta untuk menguji hipotesis secara statistik tentang efektivitas penggunaan media audio visual dalam pendidikan kesehatan reproduksi remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menganalisis efektivitas pendidikan kesehatan melalui media audio visual terhadap peningkatan pengetahuan vulva hygiene saat menstruasi pada remaja awal usia 11–13 tahun di SMPN 4 Kediri. Variabel independen adalah pendidikan kesehatan berbasis audio visual, sedangkan variabel dependen adalah tingkat pengetahuan *vulva hygiene*. Desain *pretest-posttest* digunakan untuk melihat perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi.

Tabel 1. Distribusi rekuensi karakteristik responden berdasarkan usia

Usia(tahun)	Frekuensi(org)	Presentase(%)
12	2	3.3%
13	58	96,7%
Total	60	100%

Sumber: Data primer, SMPN 1 Kediri

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui jumlah responden berjumlah 60 orang yang berasal dari kelas VII dengan sebagian besar (3,3%) berusia 12 tahun sedangkan dan 13 tahun sebanyak 96,7%.

Pre-test Pengetahuan Tentang *Vulva Hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja di SMPN 4 Kediri Sebelum Dilakukan Promosi Kesehatan Melalui Media Audio Visual.

Tabel.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang *Vulva Hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Di SMPN 4 Kediri Sebelum di Lakukan Promosi Kesehatan

No	Kategori	Frekuensi(org)	Presentase (%)
1.	Baik	26	43,3%
2.	Cukup	30	50%
3.	Kurang	4	6,7%
Total		60	100%

Sumber: Data Primer, SMPN 4 Kediri, periode mei 2025.

Hasil *pre-test* seperti yang tertera pada tabel 2 menunjukkan bahwa hampir setengah responden sebanyak 50% responden memiliki tingkat pengetahuan yang cukup tentang *vulva hygiene* saat menstruasi sedangkan sisanya sebanyak 43,3% responden perpengetahuan baik dan 6,7% berpengetahuan kurang.

Post-test Pengetahuan tentang *vulva hygiene* saat menstruasi pada Remaja di SMPN 4 Kediri Setelah di lakukan Promosi Kesehatan melalui media audio visual

Tabel 3. Distribusi frekuensi pengetahuan tentang *vulva hygiene* saat menstruasi pada remaja di smpn 4 kediri setelah dilakukan promosi kesehatan

No	Kategori	Frekuensi(org)	Presentase (%)
1.	Baik	60	100%
2.	Cukup	0	0
3.	Kurang	0	0
Total		60	100%

Sumber; Data Primer, SMPN 4 Kediri, periode mei 2025

Hasil *post-test* seperti yang tertera pada tabel 3 seluruhnya yaitu 100% pengetahuan tentang *vulva hygiene* saat menstruasi dengan kategori baik setelah dilakukan promosi kesehatan tentang promosi Kesehatan.

Tabel.4 *wilcoxon signed ranks test*

No	Kategori	Frekuensi (org)	Presentase (%)
1.	Baik	26	43,3%
2.	Cukup	30	50%
3.	Kurang	4	6,7%
Total		60	100%

Hasil analisis pada tabel 4 menunjukkan tidak terdapat *Negative Ranks* ($N = 0$), yang berarti tidak ada penurunan nilai dari pretest ke posttest. Sebaliknya, terdapat 60 *Positive Ranks*, menandakan seluruh responden mengalami peningkatan pengetahuan setelah pendidikan kesehatan melalui media audio visual, dengan *Mean Rank* sebesar 30,50 dan *Sum of Ranks* 1830,00.

Berdasarkan hasil tabel.4 data diuji menggunakan aplikasi/ komputerisasi untuk mengetahui efektifitas pemberian promosi kesehatan melalui media *audio visual* dilakukan dengan *Wilcoxon Sign Rank Test*, yaitu dengan membandingkan Z (hitung) dengan Z (tabel) dan *Asymp. Sig (2-tailed)* dengan nilai α . Setelah dilakukan uji *Wilcoxon Sign Rank Test* didapatkan nilai Z (hitung) 6,816, sedangkan nilai Z (tabel) 0,00 dengan taraf signifikansi 0.05. Dengan kata lain, Z hitung $>$ Z tabel, hasil *Asymp. Sig. (2-tailed)* = 0.00, sehingga, *Asymp. Sig. (2-tailed)* $<$ 0,05. Nilai 0,05 menunjukkan bahwa peneliti memberi batas maksimal 5% risiko salah. Karena nilai uji lebih kecil dari 0,05, maka hasilnya signifikan, dan promosi kesehatan dengan video audio visual terbukti efektif meningkatkan pengetahuan remaja tentang *vulva hygiene*.

Tabel 5. Pengetahuan tentang *vulva hygiene* saat menstruasi pada remaja di smpn 4 kediri dilakukan promosi kesehatan melalui media audio visual (*Pre-test* dan *Post-test*).

Promosi Kesehatan Melalui audio visual							
No	Pengetahuan Hygiene Menstruasi	Vulva Saat	Sebelum diberi promkes video		Sesudah diberi promkes video		Asymp.Sig. (2-tailed)
			F	%	F	%	
1.	Baik (76-100)		26	43,3%	60	100%	0.00 Z= 6,816
2.	Cukup (56-75)		30	50%	0	0	
3.	Kurang (<56)		4	6,7%	0	0	
Total			60	100%	60	100%	

Sebelum intervensi promosi kesehatan dilakukan, pengetahuan remaja tentang *vulva hygiene* saat menstruasi masih dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari pendidikan formal, nonformal, maupun informal. Salah satu faktor yang turut membentuk tingkat pengetahuan yang relatif baik pada sebagian remaja adalah keterlibatan mereka dalam kegiatan ekstrakurikuler PIK-R (Pusat Informasi dan Konseling Remaja). Kegiatan ini memberikan akses terhadap informasi kesehatan reproduksi yang dirancang secara khusus untuk usia remaja, serta disampaikan dalam pendekatan yang bersifat edukatif dan konseling. Marcelina et al. (2023) menyebutkan bahwa PIK-R merupakan sarana strategis dalam meningkatkan pemahaman remaja terhadap isu-isu kesehatan reproduksi melalui dukungan edukatif yang menyeluruh.

Namun, tidak semua siswa mengikuti kegiatan ini karena sistem ekstrakurikuler bersifat pilihan dan bergantung pada minat siswa. Hal ini menciptakan kesenjangan akses informasi, sehingga siswa yang tidak terlibat dalam kegiatan seperti PIK-R cenderung memiliki pemahaman yang lebih terbatas. Ini menegaskan bahwa pendidikan formal saja belum cukup menjamin pemerataan informasi penting, terutama terkait isu yang masih dianggap tabu seperti *vulva hygiene* [10].

Pengetahuan remaja juga dipengaruhi oleh paparan informasi dari lingkungan keluarga dan media sosial. Dalam konteks keluarga, peran orang tua, terutama ibu, sangat penting dalam menyampaikan informasi mengenai kesehatan menstruasi. Namun, di banyak kasus, pembicaraan seputar menstruasi masih dianggap sensitif dan seringkali dihindari, sehingga remaja mencari sumber informasi dari teman sebaya atau internet yang belum tentu valid. Menurut dengan penelitian [11] yang berjudul “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kurangnya Pengetahuan Masyarakat Kelurahan Pasar Tebing Tinggi Tentang Bank Syariah”. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa faktor internal yang memengaruhi pengetahuan adalah minat, yaitu kecenderungan untuk tetap memperhatikan dan mengenal hal-hal yang menarik minat seseorang. Sementara itu, salah satu faktor eksternal yang memengaruhi adalah informasi atau media massa, yang berperan penting dalam menyebarkan informasi melalui media cetak maupun digital.

Setelah intervensi promosi kesehatan melalui media audio visual, seluruh responden (100%) mengalami peningkatan pengetahuan menjadi kategori baik. Media video dipilih karena dinilai sangat sesuai untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan kepada remaja, yang cenderung lebih menyukai penyampaian yang sederhana, visual, dan mudah dipahami dibandingkan materi tertulis. Remaja cenderung lebih menyukai penyampaian yang sederhana dan mudah dipahami, dibandingkan dengan materi yang disajikan dalam bentuk tulisan yang memerlukan waktu dan usaha lebih untuk membaca dan memahaminya. Hal ini sejalan dengan penelitian Jansirani Natarajan tahun 2021 tentang “*Effectiveness of an Interactive Educational Video on Knowledge, Skill and Satisfaction of Nursing Students*” yang menyatakan

92% siswa merasa puas dengan pembelajaran video interaktif [12].

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya tahun 2024 oleh [13] dengan judul “Efektifitas media *audio-visual* dalam proses pendidikan kesehatan reproduksi pada wanita usia subur” yang menyatakan bahwa bahwa media audio-visual pada proses pendidikan kesehatan terbukti efektif untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Ariani et al. (2020) menegaskan bahwa edukasi menggunakan video dapat meningkatkan pengetahuan remaja lebih efektif dibandingkan pendekatan konvensional. Penelitian tersebut penggunaan audio visual melibatkan semua alat indra pembelajaran, sehingga semakin banyak alat indra yang terlibat, semakin besar kemungkinan isi informasi tersebut dapat dimengerti. [14].

Berdasarkan hasil analisis penelitian, efektivitas merupakan suatu pengukuran terhadap tingkat pencapaian tujuan atau sasaran yang telah ditetapkan sebelumnya. Efektivitas dapat dinilai dari ketepatan suatu metode dalam mencapai hasil yang direncanakan [15] Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas pendidikan kesehatan melalui promosi kesehatan menggunakan media audio visual terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang *vulva hygiene* saat menstruasi. Selain itu, hasil penelitian ini juga sejalan dengan temuan dari [16] yang menunjukkan bahwa penggunaan media video bisa benar-benar meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi. Penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 3 Pekanbaru ini menemukan bahwa siswa yang belajar melalui tayangan video punya peningkatan nilai yang jauh lebih baik dibandingkan mereka yang hanya mendengar penjelasan secara lisan. Video dianggap lebih efektif karena tampilannya yang menarik dan interaktif, cocok

dengan gaya belajar remaja yang lebih suka melihat langsung dan cepat bosan kalau hanya mendengar ceramah saja.

Hal yang sama juga ditemukan oleh [17] dalam jurnal *Bunda Edu-Midwifery Journal*. Mereka menunjukkan bahwa edukasi lewat media audio visual bisa menaikkan skor pengetahuan remaja dari rata-rata 20,97 menjadi 27,43. Tayangan visual yang disertai suara dan gambar membuat informasi jadi lebih gampang dicerna dan lebih melekat di ingatan. Belajar jadi terasa lebih ringan dan menyenangkan, bukan seperti sedang “dipaksa” memahami materi yang sulit.

Dukungan lain datang dari penelitian [18] yang dilakukan di SMAN 4 Tugu, Kota Malang. Mereka menemukan bahwa promosi kesehatan dengan video edukatif tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tapi juga mengubah sikap siswa jadi lebih positif. Materi yang awalnya terasa kaku dan agak sensitif, bisa dijelaskan dengan cara yang lebih santai, sederhana, dan sesuai dengan dunia remaja. Tayangan video membuat pesan yang disampaikan terasa lebih dekat, tidak menggurui, dan lebih mudah diterima.

Dari segi efektivitas, hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai Z hitung $6,816 > Z$ tabel $0,00$ dengan signifikansi $p = 0,000$, yang mengindikasikan bahwa intervensi ini secara statistik signifikan dalam meningkatkan pengetahuan. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Aisyah & Lestari [16] di SMP Negeri 3 Pekanbaru. Dalam penelitian tersebut, penggunaan media video edukasi juga terbukti secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi. Penelitian tersebut melaporkan bahwa siswa yang belajar melalui tayangan video menunjukkan peningkatan nilai yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok yang hanya mendapatkan

penyuluhan secara konvensional. Hal ini menunjukkan bahwa media visual dinilai lebih menarik dan mudah dicerna oleh remaja, yang pada umumnya lebih responsif terhadap konten yang bersifat interaktif dan audiovisual. Dukungan serupa juga datang dari penelitian Dew et al. [17] yang dipublikasikan dalam *Bunda Edu-Midwifery Journal*. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa edukasi melalui media audio visual berhasil meningkatkan skor pengetahuan remaja dari rata-rata 20,97 menjadi 27,43. Media disini dapat dinilai mampu menyampaikan informasi dengan cara yang lebih mudah dipahami dan diingat, berkat kombinasi unsur visual dan auditori yang memperkuat retensi memori. Dengan demikian, media audio visual tidak hanya efektif dalam konteks pengetahuan, tetapi juga menciptakan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan dan tidak membosankan bagi remaja.

Lebih dari sekadar peningkatan pengetahuan, penelitian Abdullah & Ilmiah [18] di SMAN 4 Tugu, Kota Malang, menemukan bahwa penggunaan media audio visual juga berdampak positif terhadap perubahan sikap remaja terkait kesehatan reproduksi. Materi yang sebelumnya dianggap sensitif dan kaku, menjadi lebih mudah diterima ketika disajikan dalam format video yang komunikatif dan relevan dengan dunia remaja. Temuan ini menguatkan bahwa media audio visual tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga persuasif, sehingga mampu membentuk sikap yang lebih positif dan mendukung perilaku hidup sehat. Secara keseluruhan, konsistensi temuan ini dengan berbagai penelitian sebelumnya memperkuat validitas dan reliabilitas hasil studi. Media audio visual terbukti bukan hanya sekadar alat bantu edukasi, melainkan strategi yang efektif dan relevan untuk menyampaikan informasi kesehatan reproduksi kepada remaja. Implikasinya,

pendekatan ini layak diintegrasikan ke dalam program promosi kesehatan di sekolah maupun komunitas, terutama untuk topik-topik yang memerlukan penyampaian yang jelas, menarik, dan mudah dipahami oleh kelompok usia remaja.

Kondisi ini diperkuat oleh pendapat Octaviana dan Ramadhani (2021) [19] bahwa pengetahuan merupakan hasil dari proses mengenali, memahami, dan menginterpretasi informasi yang diperoleh melalui pengalaman dan pembelajaran, baik secara individu maupun kelompok. Artinya, tingkat pengetahuan tidak hanya bergantung pada seberapa banyak informasi tersedia, tetapi juga bagaimana informasi itu diproses oleh individu. Dalam hal ini, minat belajar, motivasi, dan kesiapan psikologis sangat berperan. Faktor-faktor internal seperti rendahnya motivasi belajar, ketidakpedulian terhadap isu kesehatan reproduksi, dan ketidaknyamanan membahas topik sensitif, menjadi kendala utama dalam membangun pemahaman yang utuh.

Sementara itu, faktor eksternal seperti budaya, norma sosial, dan ketersediaan informasi juga memiliki pengaruh besar. Di beberapa lingkungan, pembicaraan tentang kesehatan alat reproduksi perempuan masih dianggap tabu atau tidak layak dibicarakan secara terbuka. Akibatnya, remaja tidak memiliki ruang aman untuk bertanya atau memperoleh informasi yang benar. Literasi et al. [20] menyebutkan bahwa pengetahuan adalah hasil dari proses pembelajaran yang dipengaruhi oleh banyak faktor kontekstual, termasuk akses informasi dan dukungan sosial di sekitarnya.

Dengan demikian, meskipun sebagian remaja sudah memiliki pemahaman yang baik tentang *vulva hygiene*, masih diperlukan upaya edukatif yang sistematis dan menyeluruh untuk memastikan bahwa informasi penting ini dapat diakses oleh

semua remaja, tanpa terkecuali. Salah satu strategi yang dapat dilakukan adalah mengintegrasikan materi kesehatan reproduksi dalam kurikulum wajib, tidak hanya pada kegiatan tambahan seperti ekstrakurikuler. Selain itu, perlu adanya pelatihan bagi guru dan pendidik untuk mampu menyampaikan materi dengan cara yang komunikatif dan sensitif terhadap isu gender dan budaya. Langkah ini diharapkan dapat menutup kesenjangan informasi dan membentuk generasi remaja yang lebih sadar serta bertanggung jawab terhadap kesehatan reproduksinya.

Keterbatasan penelitian ini perlu diperhatikan. Penelitian hanya dilakukan pada satu sekolah dengan jumlah sampel terbatas, sehingga generalisasi hasil masih terbatas. Kondisi ruang kelas yang kurang kondusif dan keterbatasan fasilitas belajar berpotensi memengaruhi konsentrasi responden saat pengisian posttest. Selain itu, penelitian ini hanya mengukur perubahan pengetahuan, belum menilai perubahan sikap dan perilaku kebersihan secara langsung. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan sampel yang lebih luas, desain kontrol yang lebih ketat, serta pengukuran lanjutan terhadap perilaku *vulva hygiene* untuk memperoleh gambaran dampak intervensi yang lebih komprehensif.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini mengonfirmasi bahwa pendidikan kesehatan melalui media audio visual merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja awal mengenai *vulva hygiene* saat menstruasi. Peningkatan yang signifikan dari kategori pengetahuan “cukup” dan “kurang” menjadi “baik” pada seluruh responden menunjukkan bahwa media ini tidak hanya mampu menyampaikan informasi, tetapi juga memfasilitasi pemahaman yang lebih mendalam dan berkelanjutan. Keberhasilan ini didukung oleh

karakteristik media audio visual yang kombinatif, interaktif, dan sesuai dengan preferensi belajar remaja yang cenderung visual dan digital.

Dari perspektif praktis, hasil ini memberikan implikasi penting bagi pengembangan program promosi kesehatan reproduksi di sekolah. Media audio visual dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum pendidikan kesehatan, kegiatan ekstrakurikuler, atau sesi penyuluhan rutin yang melibatkan tenaga kesehatan. Selain itu, pelibatan orang tua dan guru dalam mendukung edukasi serupa di rumah dan lingkungan sekolah juga perlu dioptimalkan, guna menciptakan ekosistem pembelajaran yang holistik.

Namun, perlu diingat bahwa pengetahuan saja tidak cukup untuk menjamin perubahan perilaku. Oleh karena itu, penelitian lanjutan disarankan untuk mengkaji dampak intervensi audio visual terhadap sikap dan perilaku nyata dalam menjaga kebersihan vulva, serta menguji efektivitasnya dalam konteks yang lebih beragam, baik dari segi lokasi, usia, maupun latar belakang sosiodemografi. Dengan demikian, pendekatan ini tidak hanya berhenti pada peningkatan kognitif, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan perilaku sehat yang berkelanjutan pada remaja putri.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai efektivitas pendidikan kesehatan melalui media audio visual terhadap pengetahuan vulva hygiene saat menstruasi pada remaja awal usia 11–13 tahun di SMPN 4 Kediri, dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebelum intervensi, pengetahuan responden berada pada kategori cukup (50%) dan baik (43,3%), dengan sebagian kecil dalam kategori kurang (6,7%).
2. Setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan berbasis media audio visual,

terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan, di mana seluruh responden (100%) mencapai kategori pengetahuan baik.

3. Hasil uji statistik Wilcoxon Signed-Rank Test menunjukkan perbedaan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest ($Z = 6,816$; $p = 0,000$), sehingga hipotesis penelitian diterima. Media audio visual terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan vulva hygiene saat menstruasi pada kelompok remaja awal.
4. Kelebihan penelitian ini terletak pada penggunaan desain eksperimental dan instrumen yang teruji, sehingga dapat mengukur dampak intervensi secara jelas. Keterbatasan utamanya adalah sampel yang hanya berasal dari satu sekolah, pengukuran yang terbatas pada pengetahuan (bukan perilaku), serta potensi bias akibat kondisi lingkungan selama pengambilan data.

Berdasarkan simpulan di atas, diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. **Bagi Institusi Pendidikan (Sekolah):** Disarankan untuk mengintegrasikan media audio visual ke dalam program pendidikan kesehatan reproduksi, baik dalam kurikulum inti maupun kegiatan ekstrakurikuler seperti PIK-R, guna menyampaikan materi yang sensitif dengan cara yang menarik dan mudah dipahami oleh remaja.
2. **Bagi Penelitian Selanjutnya:** Disarankan untuk melakukan penelitian dengan cakupan sampel yang lebih luas dan desain *control group* untuk memperkuat validitas eksternal. Penelitian lanjutan juga perlu mengukur dampak intervensi tidak

hanya pada pengetahuan, tetapi juga pada sikap dan perilaku nyata (*vulva hygiene practice*) serta melakukan uji *follow-up* untuk melihat retensi pengetahuan dalam jangka panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] L. Wardani dan Y. M. L. Gultom, "Health Care Infrastructure Limits the Ability of the Poor to Utilize National Health Insurance: The Case of Indonesia," *Asia-Pacific J. Public Heal.*, vol. 34, hal. 137–139, Jan 2022, doi: 10.1177/10105395211046503.
- [2] B. P. Statistika, *Statistika Indonesia 2022*. 2022.
- [3] P. Mayang Sari, W. Susan Amelia, P. Studi D-III Keperawatan, Stik. Al-Ma, dan arif Baturaja, "Hubungan Pengetahuan Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Mahasiswi Putri," vol. 9, hal. 52–59, 2024.
- [4] Ernawati Sinaga, *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. 2017.
- [5] E. S. D. E. R. I. F. Indriani Ririn, *Media Edukasi Dan Promosi Kesehatan*. Lakeisha, 2023.
- [6] A. H. J. P. S. Baqi Fuad Abdul, *Model Pembelajaran Bahasa Inggris Berbasis Audio Visual Content*. MEGA PRESS NUSANTARA, 2023.
- [7] E. D. Hartoyo, B. Novita, dan A. Susanto, "PENGARUH MEDIA LEAFLET TENTANG PERSONAL HYGIENE GENITALIA PADA SAAT MENSTRUASI TERHADAP THE INFLUENCE OF THE LEAFLET MEDIA TOWARDS PERSONAL HYGIENE GENITALIA MENSTRUATION OF ADOLESCENTS," vol. 17, no. 1, 2021, doi: 10.19184/ikesma.v17i1.20402.
- [8] D. Dwi *et al.*, "LPPM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif," *Ilm. Kesehat. Promot.*, vol. 7, no. 2, 2023.
- [9] S. Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, Revisi. Jakarta: Rineka Cipta, 2016.
- [10] R. Syaadah, M. H. A. A. Ary, N. Silitonga, dan S. F. Rangkuty, "PENDIDIKAN FORMAL, PENDIDIKAN NON FORMAL DAN PENDIDIKAN INFORMAL," *PEMA (JURNAL Pendidik. DAN Pengabd. Kpd. MASYARAKAT)*, vol. 2, hal. 125–131, Mei 2023, doi: 10.56832/pema.v2i2.298.
- [11] D. E. A. Apriani, "Dea apriani," 2023.
- [12] J. Natarajan, R. Kumar, dan P. Singh, "Effectiveness of an Interactive Educational Video on Knowledge, Skill and Satisfaction of Nursing Students," *J. Nurs. Educ. Pract.*, vol. 12, no. 4, hal. 78–85, 2022.
- [13] L. P. Gantina, I. Maryati, dan T. Solehati, "Efektifitas media audio-visual dalam proses pendidikan kesehatan reproduksi pada wanita usia subur," *Holistik J. Kesehat.*, vol. 18, no. 1, hal. 114–123, 2024, doi: 10.33024/hjk.v18i1.268.
- [14] S. D. F. Anggraeni, K. Hardjito, dan A. I. Setyarini, "Dampak promosi kesehatan menggunakan media audio visual terhadap pengetahuan dan sikap ibu tentang inisiasi

- menyusu dini dan asi eksklusif: studi literatur.," *J. Ilm. Permas J. Ilm. STIKES Kendal*, vol. 12, no. 2, hal. 137–148, 2022.
- [15] G. I. Giroth, V. Kasenda, dan N. F. Pangemanan, "Efektivitas Pemanfaatan Dana Desa Tahun 2020 di Desa Maluku Kecamatan Amurang Timur Kabupaten Minahasa Selatan," *J. Gov.*, vol. 2, no. 1, hal. 1–13, 2022.
- [16] P. Aisyah dan N. C. A. Lestari, "Zona kebidanan – Vol. 11 No. 1 Desember 2020," *Hub. Anemia Pada Ibu Melahirkan Dengan Kejadian Ketuban Pecah Dini*, vol. 12, no. 1, hal. 1–7, 2021.
- [17] M. Dew, G. Rahman, dan R. A. Putri, "Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Melalui Audio Visual Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi," *Bunda Edu-Midwifery J.*, vol. 7, no. 1, hal. 89–98, 2024.
- [18] I. Abdullah dan W. S. Ilmiah, "Promosi Kesehatan tentang Kesehatan Reproduksi Remaja dengan Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan dan Sikap di SMAN 4 Tugu Kota Malang," *I-Com Indones. Community J.*, vol. 3, no. 3, hal. 1266–1272, 2023, doi: 10.33379/icom.v3i3.3015.
- [19] dila rukmi Octaviana dan reza aditya Ramadhani, "HAKIKAT MANUSIA," *J. Tawadhu*, vol. 2, no. 2, hal. 143–159, 2021.
- [20] M. Literasi *et al.*, "Jurnal PEDAMAS (Pengabdian Kepada Masyarakat) Volume 3 , Nomor 1 , Januari 2025 ISSN : 2986-7819 BUILDING SCIENCE LITERACY OF WOROPAPA ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS THROUGH CREATIVE LEARNING MEDIA ON HUMAN DIGESTIVE," vol. 3, no. 2021, hal. 279–287, 2025.