

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI
WHATSAPP GROUP TERHADAP PERILAKU *VULVA*
HYGIENE MENSTRUASI PADA REMAJA DI SMP N 5
PADANGSIDIMPUAN TAHUN 2024**

SKRIPSI

OLEH

**KARIMATUNNISA MATONDANG
21060039**



**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS AUFA ROYHAN
DI KOTA PADANGSIDIMPUAN
2025**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI WHATSAPP
GROUP TERHADAP PERILAKU *VULVA* HYGIENE MENSTRUASI
PADA REMAJA DI SMP N 5 PADANGSIDIMPUAN
TAHUN 2024**

OLEH

**KARIMATUNNISA MATONDANG
21060039**

SKRISPSI

Sebagai salah satu syarat Untuk
memperoleh gelar sarjana kebidanan
pada Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas
Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS AUFA ROYHAN
DI KOTA PADANGSIDIMPUAN
2025**

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Penelitian : Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui,Whatsahapp Group Terhadap *Vulva* Hygine Menstruasi Pada Remaja di SMP N 5 Padangsidempuan
Nama Mahasiswa : Karimatunnisa Matondang
NIM : 21060039
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

Skripsi ini telah diuji dan dipertahankan didepan Komisi Pembimbing, komisi Penguji dan Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan dan dinyatakan LULUS pada tanggal, 03 Februari 2025

Menyetujui,
Komisi Pembimbing

Pembimbing Utama



Bd. Nurelilasari Siregar, M. Keb
NUPTK. 1854767668230292

Pembimbing Pendamping



Hidayanti Rohimah Nurdin Siregar, M.Pd
NUPTK. 4363771672230213

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan
Program Sarjana



Bd. Nurelilasari Siregar, M. Keb
NUPTK. 1854767668230292

Dekan Fakultas Kesehatan
Universitas Afa Royhan



Arinil Hidayah, SKM. M.Kes
NUPTK. 8350765666230243

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : KARIMATUNNISA MATONDANG
Nim : 21060039
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

Menyatakan bahwa :

1. skripsi yang berjudul "**Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group Terhadap Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Pada Remaja Di Smp N 5 Padangsidimpuan Tahun 2024**" adalah asli dan bebas dari plagiat.
2. Skripsi ini ada lah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan dari komisi pembimbing dan masukan dari komisi penguji.
3. Skripsi ini merupakan tulisan ilmiah yang dibuat dan ditulis sesuai dengan pedoman penulisan serta tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau di publikasikan oleh orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan dalam tulisan saya dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padangsidimpuan, januari 2025
Pembuat pernyataan



Nama : KARIMATUNNISA MATONDANG
Nim : 21060039

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Karimatunnisa Matondang
NIM : 21060039
Tempat/Tanggal Lahir : Lumban Dolok, 03 Juni 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
No. Telp/HP : 085361607163
Email : karimatunnisamatondang@gmail.com

Riwayat Pendidikan

1. SD 6 Padangsidempuan : Lulus Tahun 2014
2. Pesantren Ponpes Baharuddin : Lulus Tahun 2017
3. Pesantren Ponpes Baharuddin : Lulus Tahun 2020

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA UNIVERSITAS AUFA
ROYHAN DI KOTA PADANGSIDIMPUAN**

Laporan Penelitian, Januari 2025

Karimatunnisa Matondang

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Melalui Whatsapp Group Terhadap
Perilaku Vulva Hygiene Menstruasi Pada Remaja di SMP N 5 Kota
Padangsidimpuan Tahun 2024

ABSTRAK

Vulva hygiene salah satu permasalahan yang erat kaitannya dengan kebiasaan yang buruk lebih cenderung kepada remaja putri. Hal ini terkait pengetahuan yang kurang baik terhadap perawatan diri pada organ reproduksi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Melalui Wbatsapp Group Terhadap Perilaku Vulva Hygiene Menstruasi Pada Remaja. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian Quasy Experiment dengan pendekatan pretest and posttest kontrol one group design. Penelitian ini dilakukan di SMPN 5 Kota Padangsidimpuan. Jumlah populasi dalam peneltian ini sebanyak 386 Remaja putri. Jumlah sampel penelitian ini sebanyak 79 responden. Penelitian ini menggunakan teknik random sampling dengan uji Wilcoxon. Hasil penelitian mayoritas responden untuk umur mayoritas berada pada kategori remaja tengah (14-16 tahun) sebanyak 63 remaja putri. responden (79,7%), paling banyak remaja putri sudah mendapatkan informasi mengenai vulva hygiene sebanyak 51 remaja putri (63,75%), serta paling banyak remaja putri pernah mendapatkan informasi dan sumber lainnya seperti internet (google, searching) sebanyak 66 remaja putri (83,54%). Mengidentifikasi perbandingan Perilaku Vulva Hygiene Menstruasi Pada Remaja sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group diperoleh nilai P_{value} 0,000 ($<0,05$). Kesimpulan ada pengaruh signifikan dan Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group Terhadap Perilaku Vulva Hygiene Menstruasi Pada Remaja di SMP N 5 Padangsidimpuan Tahun 2024. Saran hasil penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi tentang Pendidikan Kesehatan Reproduksi Melalui Whats app Group Terhadap Perilaku Vulva Hygiene Menstruasi Pada Remaja.

Kata Kunci : Menstruasi, Pendidikan Kesehatan Reproduksi, Remaja, Vulva Hygiene, Whatsapp Group

Daftar Pustaka: 57 (2014-2024)

**MIDWIFERY STUDY PROGRAM BACHELOR PROGRAM AUFA
ROYHAN UNIVERSITY IN PADANGSIDIMPUAN CITY**

Research Report, January 2025 Karimatunnisa Matondang

***The Effect of Reproductive Health Education Through Whatsapp Groups on
Vulva Hygiene Menstruation Behavior in Adolescents at SMP N 5
Padangsidimpuan City in 2024***

ABSTRACT

Vulva hygiene is one of the problems that is closely related to bad habits that tend to be more prevalent in female adolescents. This is related to poor knowledge of self-care for reproductive organs. This study aims to determine whether there is an Effect of Reproductive Health Education Through Whatsapp Groups on Vulva Hygiene Menstruation Behavior in Adolescents. This type of quantitative research with a Quasy Experiment research design with a pretest and posttest control one group design approach. This research was conducted at SMPN 5 Padangsidimpuan City. The population in this study was 386 female adolescents. The number of samples in this study was 79 respondents. This study used a random sampling technique with the Wilcoxon test. The results of the study showed that the majority of respondents for the majority age were in the middle adolescent category (14-16 years) as many as 63 female adolescents. respondents (79.7%), most female adolescents had received information about vulva hygiene as many as 51 female adolescents (63.75%), and most female adolescents had received information and other sources such as the internet (google, searching) as many as 66 female adolescents (83.54%). Identifying the comparison of Vulva Hygiene Menstruation Behavior in Adolescents before and after being given Health Education Through Whatsapp Group obtained a Pvalue of 0.000 (<0.05). The conclusion is that there is a significant influence and Health Education Through Whatsapp Group on Vulva Hygiene Menstruation Behavior in Adolescents at SMP N 5 Padangsidimpuan in 2024. The suggestions for the results of this study are theoretically expected to provide benefits for the development of Science and Technology on Reproductive Health Education Through Whats app Group on Vulva Hygiene Menstruation Behavior in Adolescents.

Keywords: Menstruation, Reproductive Health Education, Adolescents, Vulva Hygiene, Whatsapp Group

Bibliography: 57 (2014-2024)



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan ke hadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan hidayah-Nya hingga penulis dapat menyusun skripsi dengan judul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group Terhadap Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Pada Remaja Di SMP N 5 Padangsidempuan Tahun 2024”.

Skripsi ini ditulis sebagai pedoman untuk melaksanakan penelitian dalam rangka penulisan skripsi yang menjadi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana kebidanan di Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan.

Kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi – tingginya kepada yang terhormat:

1. Arinil Hidayah, SKM, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan.
2. Bd. Nurelilasari Siregar, M.Keb, selaku Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan, sekaligus selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk membimbing saya dalam menyelesaikan Skripsi ini.
3. Hidayanti Rohimah Nurdin Siregar, M.Pd, selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk membimbing saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Yulinda Aswan, SST, M.Keb, selaku ketua penguji yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Sri Sartika Sari Dewi, SST, M.Keb, selaku anggota penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji skripsi saya ini.
6. Jamali S. Pd, selaku Kepala sekolah SMP N 5 Padangsidempuan
7. Pihak responden di SMP N 5 Padangsidempuan.

8. Orang tua, saudara dan seluruh keluarga tercinta yang turut membantu dan atas dukungan, semangat, perhatian, dan nasehat yang tiada henti sangat berarti bagi saya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
9. Kepada wanita sederhana yang memiliki keinginan tinggi namun terkadang sulit dimengerti isi kepalanya, sang penulis karya tulis ini yaitu saya sendiri, Karimatunnisa Matondang. Seseorang anak yang berumur 21 tahun yang keras kepala tetapi terkadang sifatnya seperti anak kecil pada umumnya. Terimakasih untuk segala perjuangan, kesabaran, dan ketekunan yang telah di lalui dalam setiap langkah yang penuh tantangan ini. Kamu hebat, saya bangga kamu bisa menyelesaikan perjalanan panjang ini, meskipun tak jarang air mata dan kegelisahan datang menghampiri, yang terus maju meskipun jalan terasa berat. Terimakasih ya sudah hadir di dunia dan sudah bertahan sejauh ini melewati banyak rintangan dan tantangan yang alam semesta berikan. Berbahagialah selalu dimanapun dan kapanpun kamu berada, Karima. Rayakan lah selalu kehadiranmu jadilah bersinar dimanapun kamu memijakkan kaki, pastikan jiwamu selalu menjadi bagian dari hal-hal baik di alam semesta dan Terimakasih karena selalu melibatkan Allah SWT dalam setiap perjuangan dan megizinkan Allah untuk menjadi batu sandaran.
10. Sahabat-sahabat tercinta beserta teman-teman satu bimbingan, atas dukungan, bantuan dan kesediaan sebagai tempat berkeluh kesah dan berbagi ilmu.

Kritik dan saran yang bersifat membangun penulis harapkan guna perbaikan dimasa mendatang. Mudah-mudahan penelitian ini bermanfaat bagi peningkatan proses bimbingan penyusunan proposal di Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan.

Padangsidimpuan, Januari 2025

Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|--|-------------|
| Halaman LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING | iii |
| PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN..... | iv |
| IDENTITAS PENULIS | v |
| ABSTRAK | vi |
| <i>ABSTRACT</i> | vii |
| KATA PENGANTAR | viii |
| DAFTAR ISI | xi |
| DAFTAR TABEL | xiii |
| DAFTAR GAMBAR | xiv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xv |
| DAFTAR SINGKATAN | xvi |
| BAB 1 PENDAHULUAN | 1 |
| 10.1 Latar Belakang | 1 |
| 10.2 Rumusan Masalah | 4 |
| 10.3 Tujuan Penelitian | 4 |
| 10.3.1 Tujuan Umum | 4 |
| 10.3.2 Tujuan Khusus | 5 |
| 10.4 Manfaat Penelitian | 5 |
| 10.4.1 Manfaat Teoritis | 5 |
| 10.4.2 Manfaat Praktis | 6 |
| BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA | 7 |
| 2.1 Pendidikan Kesehatan | 7 |
| 2.1.1 Pengertian Pendidikan Kesehatan..... | 7 |
| 2.1.2 Tujuan Pendidikan Kesehatan | 8 |
| 2.1.3 Kegiatan Pendidikan Kesehatan | 9 |
| 2.1.4 Dampak dan Pendidikan Kesehatan | 10 |
| 2.2 Vulva hygiene | 11 |
| 2.2.1 Definisi Vulva Hygiene | 11 |
| 2.2.2 Faktor-faktor yang memengaruhi Vulva hygiene | 11 |
| 2.2.3 Cara Membersihkan Genitalia | 13 |
| 2.2.4 Dampak kurangnya Vulva hygiene | 14 |
| 2.3 Konsep Remaja | 14 |
| 2.3.1 Pengertian Remaja | 14 |
| 2.3.2 Tahap-Tahap Remaja | 15 |
| 2.3.3 Pertumbuhan dan Perkembangan pada Remaja | 16 |
| 2.3.4 Kebutuhan Nutrisi Remaja | 17 |
| 2.4 Menstruasi | 17 |
| 2.4.1 Pengertian Menstruasi | 17 |
| 2.4.2 Faktor Yang Memengaruhi Menstruasi | 19 |
| 2.4.3 Gangguan menstruasi | 20 |
| 2.5 Whatsapp | 21 |
| 2.5.1 Defenisi Whatsapp | 21 |

| | |
|--|-----------|
| 2.5.2 Fitur Whatsapp | 22 |
| 2.5.3 Kelebihan dan Kekurangan Whatsapp | 25 |
| 2.5.4 Manfaat Whatsapp dalam Pembelajaran | 26 |
| 2.5.5 Manfaat Whatsapp Group | 27 |
| 2.6. Konsep Perilaku | 31 |
| 2.6.1. Pengertian Perilaku | 31 |
| 2.6.2. Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku | 34 |
| 2.6.3. Pengukuran Perilaku | 37 |
| 2.7 Kerangka Konsep | 38 |
| 2.8 Hipotesis | 38 |
| BAB 3 METODE PENELITIAN | 39 |
| 3.1 Jenis dan Desain Penelitian | 39 |
| 3.2 Tempat Dan Waktu Penelitian | 39 |
| 3.2.1 Lokasi Penelitian | 39 |
| 3.2.2 Waktu Penelitian | 39 |
| 3.3. Populasi dan Sampel Penelitian | 40 |
| 3.4 Etika Penelitian | 42 |
| 3.5 Defenisi Operasional Variabel penelitian | 43 |
| 3.6 Alat Pengumpul Data | 44 |
| 3.7 Uji Validitas dan Uji Reliabilitas | 46 |
| 3.8 Prosedur Pengumpulan Data | 47 |
| 3.9 Pengolahan dan Analisa Data | 48 |
| 3.9.1. Pengolahan Data | 48 |
| 3.9.2. Analisa Univariat | 49 |
| 3.9.3. Analisa Bivariat | 49 |
| BAB 4 HASIL PENELITIAN | 50 |
| 4.1 Hasil penelitian | 50 |
| 4.2 Analisa Univariat | 50 |
| 4.3 Analisa Bivariat | 53 |
| BAB 5 PEMBAHASAN | 54 |
| 5.1 Karakteristik Responden | 54 |
| 5.2 Pengaruh Penlaku Vulva Hygiene Menstruasi Remaja Putri di SMP N 5 Padangsidempuan Sebelum dan sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group (N=79) | 56 |
| BAB 6 PENUTUP | 59 |
| 6.1 Kesimpulan | 59 |
| 6.2 Saran | 59 |

DAFTAR PUSTAKA LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

| | | Halaman |
|-----------|---|----------------|
| Tabel 3.1 | Kegiatan Dan Waktu Pelaksanaan | 40 |
| Tabel 3.2 | Defenisi operasional penelitian | 43 |
| Tabel 3.3 | Kisi Kuesioner Perilaku Remaja Putri Dalam Vulva Hygiene Saat Menstruasi | 45 |
| Tabel 4.1 | Distribusi Frekuensi Responden Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group Terhadap Perilaku Vulva Hygiene Menstruasi Pada Remaja di SMP N 5 Padangsidimpuan Tahun 2024 di SMP N 5 Padangsidimpuan (N79) | 51 |
| Tabel 4.2 | Distribusi Frekuensi Perilaku Vulva Hygiene Menstruasi Pada Remaja sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group di SMP N 5 Padangsidimpuan (N79) | 52 |
| Tabel 4.3 | Distribusi Frekuensi Perilaku Vulva Hygiene Menstruasi Pada Remaja setelah diberikan Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group di SMP N 5 Padangsidimpuan (N79) | 52 |
| Tabel 4.4 | Hasil Uji Normalitas Data Sebelum dan Sesudah | 53 |
| Tabel 4.5 | Distribusi frekuensi Responden Perilaku Vulva Hygiene Menstruasi Pada Remaja sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group di SMP N 5 Padangsidimpuan | 53 |

DAFTAR GAMBAR

| | Halaman |
|---------------------------------|----------------|
| Gambar. 1 Kerangka Konsep. | 38 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|--|
| Lampiran 1 Permohonan Menjadi Responden | |
| Lampiran 2 Persetujuan Menjadi Responden | |
| Lampiran 3 kuisoener | |
| Lampiran 4 Lembar Konsul | |
| Lampiran 5 Surat Survey dan izin penelitian | |
| Lampiran 6 Surat Balasan Surat dan izin Izin Survey penelitian | |

DAFTAR SINGKATAN

| Singkatan | Nama |
|---------------------|---|
| WHO | World Health Organization |
| RISKESDAS | RISET KESEHATAN DASAR |
| BAB Buang Air Besar | Buang Air Besar |
| BAK | Buang Air Kecil |
| SMK | Sekolah Menengah Kejuruan |
| SMP N | Sekolah Menengah Pertama Negeri |
| SD | Standar Deviasi |
| SPSS | Statistical Package for the Soicial Science |
| HP | Handphone |
| WA | Whatsapp |

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Vulva hygiene salah satu permasalahan yang erat kaitannya dengan kebiasaan yang buruk lebih cenderung kepada remaja putri. Hal ini terkait pengetahuan yang kurang baik terhadap perawatan diri pada organ reproduksi. Hal ini menjadi permasalahan utama bagi kalangan remaja putri yang menjadi kebiasaan buruk, terutama dalam merawat kesehatan reproduksi wanita pada masa remaja (Pesik et al., 2024).

Pendidikan kesehatan reproduksi sangat penting dilakukan dalam menambah pengetahuan terutama khususnya pada remaja putri sebagai bentuk dalam pencegahan kelainan seperti keputihan, infeksi saluran kemih, penyakit radang panggul bahkan kanker serviks (Lestari et al., 2024).

Menurut WHO 2023 yang dikatakan remaja adalah remaja yang berusia 12-24 tahun, hal ini merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak yang merupakan masa emas yang sudah dilalui hal ini juga suatu proses pembentukan kedewasaan fisik pada remaja terutama pada remaja putri yang ditandai dengan salah satu ciri pubertas mulai mengalami menstruasi (WHO, 2023).

Berdasarkan data yang telah dipaparkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) Indonesia 2022 jumlah penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin (jiwa) mencatat bahwa remaja putri di sebanyak 32.400.338 jiwa (BPS Indonesia, 2024). Berdasarkan hasil RISKESDAS (2018), remaja putri di Indonesia mengalami gangguan siklus menstruasi sebanyak 11,7%, nah sedangkan untuk

remaja putri sendiri yang bertempat tinggal di kota sebanyak 14,9% mengalami gangguan menstruasi, studi pendahuluan yang telah dilakukan didapat tingginya angka kejadian remaja putri yang mengalami gangguan menstruasi sebanyak 93,2%,. Hal ini merupakan angka tertinggi yang menyatakan bahwasanya remaja putri rentan mengalami masalah kesehatan terutama menstruasi pada usia 10-19 tahun (Mirah turrofi'ah, 2020).

Berdasarkan data yang telah dipaparkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Sumatera Utara 2024 jumlah penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin (jiwa) mencatat bahwa remaja putri di Sumatera Utara dari tahun 2022 sampai 2024 mengalami kenaikan yang signifikan hal ini terlihat pada tahun 2022 remaja putri di Sumatera Utara sebanyak 1.911.493 jiwa, pada tahun 2023 remaja putri sebanyak 1.925.683 jiwa, pada tahun 2024 remaja putri sebanyak 1.929.127 jiwa (BPS Provinsi Sumatera Utara, 2024).

Berdasarkan data yang telah dipaparkan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Padangsidempuan 2024 mengonfirmasi jumlah penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin (jiwa) menyatakan bahwa remaja di Kota Padangsidempuan pada tahun 2022 terkhususnya untuk remaja putri di Padangsidempuan sebanyak 31.258 jiwa (BPS Padangsidempuan, 2024).

Vulva hygiene sangat perlu dilakukan oleh setiap remaja sejak dini yang berguna untuk kesehatan reproduksi untuk mencegah terjadinya masalah kesehatan lebih serius terutama pada remaja putri yang pasti mengalami menstruasi (Yolanda & Lestari, 2024).

Berdasarkan hasil studi sebelumnya menyatakan bahwa Banyak permasalahan yang di alami oleh remaja terkhusus pada belum sepenuhnya memahami bahwa menstruasi merupakan proses biologis yang normal. Empat

provinsi di Indonesia menemukan bahwa kurangnya pengetahuan tentang menstruasi, siklus menstruasi, kurangnya pengetahuan tentang menstruasi sehingga terjadi kesalahpahaman tentang *Vulva* hygiene. Dimana Hal ini terlihat lingkungan yang tercemar akibat kurangnya sanitasi lingkungan dan kurangnya pengetahuan tentang penanganan menstruasi yang aman di sekolah (Ninawati & Novita, 2024).

Berdasarkan penelitian sebelumnya menyatakan bahwa pendidikan kesehatan ini penting untuk dilaksanakan secara sistematis dan rutin guna menjamin kesehatan reproduksi remaja khususnya pada remaja putri. Edukasi kesehatan tentang *Vulva* hygiene mampu membantu remaja putri memiliki perilaku yang positif mengenai kebersihan diri saat menstruasi (Wahdah, 2024).

Perilaku hidup bersih remaja menstruasi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berhubungan dengan kebersihan diri dalam kehidupan sehari-hari. Menjaga kebersihan dan kesehatan setiap individu dengan tujuan mencapai kesejahteraan jasmani dan rohani merupakan suatu tindakan ilmiah yang mandiri (Irfiah, 2024).

Berdasarkan survey awal yang sudah dilakukan, didapatkan data bahwasanya seluruh Remaja Putri SMP N 5 Padangsidempuan yang beralamat di Padangmatinggi Kota Padangsidempuan terkhusus untuk kelas 3 (IX) terdiri dari 9 kelas sebanyak 145 Remaja Putri, kelas 8 (VIII) sebanyak 118 remaja putri, kelas 8 (VIII) sebanyak 123 remaja putri. Data ini merupakan keseluruhan populasi untuk jenis kelamin wanita dikelas VII-IX sebanyak 386 Remaja putri (data primer: SMPN 5 kota padangsidempuan, 2024).

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan terhadap 11 Remaja Putri perwakilan setiap kelas didapatkan 4 Remaja Putri belum mengalami

menstruasi, siwi yang mengalami menstruasi yang tidak lancar sebanyak 3 orang, Remaja Putri yang baru mengalami menarche sebanyak 1 orang, Remaja Putri yang mengalami tlat menstruasi lebih dari 2 minggu -2 bulan sebanyak 2 Remaja Putri, dan 1 orang siklus haid yang pendek.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group Terhadap Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Pada Remaja Di SMP N 5 Padangsidempuan Tahun 2024”.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group Terhadap Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Pada Remaja Di SMP N 5 Padangsidempuan Tahun 2024?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group Terhadap Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Pada Remaja Di SMP N 5 Padangsidempuan Tahun 2024.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden Remaja Putri di SMP N 5 padangsidempuan
- b. Untuk Mengetahui Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Remaja Putri di SMP N 5 Padangsidempuan Sebelum Diberikan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group
- c. Untuk Mengetahui Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Remaja Putri di SMP N 5 Padangsidempuan Sesudah diberikan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group

- d. untuk mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group terhadap Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Remaja Putri di SMP N 5 Padangsidempuan.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini bermanfaat terhadap berbagai aspek, yaitu:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini secara teoritis di harapkan dapat memberikan manfaat bagi perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi tentang Pendidikan Kesehatan Reproduksi Melalui Whatsapp Group Terhadap

Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Pada Remaja

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Tempat Penelitian SMP N 5 Padangsidempuan

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk guru dalam memberikan pengarahan tentang *Vulva hygiene* dan juga bermanfaat untuk Remaja Putri sehingga bisa mengetahui tentang *Vulva hygiene* sedini mungkin.

- b. Petugas Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini bermanfaat untuk memberikan alternative sebagai pendidikan kesehatan reproduksi remaja terhadap Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Pada Remaja

- d. Bagi Masyarakat dan Orang Tua

Diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan tentang pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi remaja sehingga dapat mengurangi tingkat negatif dalam Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Pada Remaja.

c. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini bermanfaat sebagai data dasar untuk penelitian selanjutnya, dan menambah literature tentang pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi remaja

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pendidikan Kesehatan

2.1.1 Pengertian Pendidikan Kesehatan

Pendidikan kesehatan dapat didefinisikan sebagai proses perubahan kebiasaan, sikap dan pengetahuan pada diri manusia untuk mencapai tujuan kesehatan. Artinya pendidikan kesehatan merupakan proses perkembangan yang dinamis, sebab individu dapat menerima atau menolak apa yang diberikan oleh perawat (Santoso et al., 2024).

Pendidikan kesehatan adalah upaya dan kegiatan yang dilakukan oleh perawat sebagai salah satu bentuk implementasi keperawatan pada individu, keluarga dan masyarakat untuk meningkatkan kemampuan klien mencapai kesehatan yang optimal. Pendidikan kesehatan sangat penting diberikan oleh perawat untuk mengubah perilaku individu, keluarga dan masyarakat sehingga mencapai perilaku hidup sehat. Melalui pendidikan kesehatan yang diberikan diharapkan individu, keluarga dan masyarakat dapat mengalami perubahan dalam cara berfikir, cara bersikap maupun cara perilaku sehingga dapat membantu mengatasi masalah keperawatan yang ada, membantu keberhasilan terapi medik yang dijalani, mencegah terjadinya atau terulangnya penyakit dan membujuk perilaku hidup sehat (Rahayu, 2017).

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu bentuk intervensi kesehatan mandiri untuk membantu klien baik individu, kelompok maupun masyarakat

dalam mengatasi masalah kesehatan melalui kegiatan pembelajaran dan perawatan berperan sebagai pendidik (Hapsari, 2019).

2.1.2 Tujuan Pendidikan Kesehatan

Pendidikan kesehatan yang dilakukan oleh perawat bertujuan untuk mengubah perilaku individu, keluarga dan masyarakat sehingga memiliki perilaku sehat dan berperan aktif mempertahankan kesehatan. pendidikan kesehatan yang diberikan oleh perawat mencakup domain kognitif, *attitude* dan psikomotor dari individu, keluarga dan masyarakat sehingga mampu memenuhi status kesehatan yang optimal. Dengan kata lain pendidikan kesehatan bertujuan mengajarkan setiap individu untuk hidup dalam kondisi terbaik dengan beruaya keras untuk mencapai tingkat kesehatan yang maksimal (Priyanti & Syalfina, 2017).

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu peran perawat yang amat penting, karena bertujuan membantu pemenuhan kebutuhan klien akan informasi. Klien dengan keterbatasan akses informasi tentang penyakit yang dialami atau perilaku hidup sehat akan sulit melakukan perawatan terhadap penyakit yang dialami atau berperilaku hidup sehat (Sari, 2023).

Pendidikan kesehatan klien berfokus pada kemampuan klien melakukan perilaku hidup sehat. Kemampuan klien dapat ditingkatkan melalui pendidikan kesehatan yang efektif. Pendidikan kesehatan yang diberikan kepada individu secara sederhana memiliki tujuan (Niman Susanti, 2020) :

- a. Menyadarkan individu akan adanya masalah dan kebutuhan individu untuk berubah.

- b. Menyadarkan individu tentang apa yang dapat dilakukan atas adanya masalah, sumber daya yang dimiliki dan dukungan yang bisa didapatkan.
- c. Membantu individu agar mampu secara mandiri atau berkelompok melakukan kegiatan untuk mencapai tujuan hidup sehat.
- d. Menjadikan kesehatan sebagai nilai-nilai harus yang ada ditanamkan dalam diri individu.
- e. Mendorong pengembangan dan penggunaan secara tepat sarana pelayanan kesehatan yang ada dimasyarakat.
- f. Mendidik individu agar lebih bertanggung jawab terhadap kesehatan pribadi, kesehatan lingkungan dan masyarakat.
- g. Mendorong individu melakukan cara-cara positif untuk mencegah terjadinya penyakit.
- h. Menjadikan kesehatan sebagai salah satu nilai yang harus ditanamkan di masyarakat.

2.1.3 Kegiatan Pendidikan Kesehatan

Kegiatan pendidikan kesehatan dapat dilakaukan oleh perawat pada berbagai setting area layanan kesehatan sperti klinik, puskesmas, balai pengobatan, sekolah-sekolah, rumah sakit, tempat kerja, panti sosial, dan area komunitas. Sedangkan yang menjadi sasaran pendidikan kesehatan adalah individu, keluarga, kelompok dan masyarakat (Emilia & Prabandari, 2019).

Pendidikan kesehatan dapat diberikan baik individu yang sehat maupun individu yang sakit. Pemeberian pendidikan kesehatan pada individu yang sehat bertujuan agar kondisi kesehatan tetap optimal dan pendidikn kesehatan pada

individu yang sakit bertujuan agar proses pemulihan dapat lebih optimal (Niman Susanti, 2020).

2.1.4 Dampak dari Pendidikan Kesehatan

Dampak dari pendidikan kesehatan yang diberikan (Rahman & Nirwana, 2022) Memampukan klien berpartisipasi aktif dan bertanggung jawab terhadap diri sendiri.

Individu dengan penyakit kronik dan keluarga yang memiliki anggota keluarga dengan penyakit kronik merupakan sasaran dalam pemberian pendidikan kesehatan. klien dengan penyakit kronik yang telah mendapatkan pendidikan kesehatan akan memampukan mereka berpartisipasi secara aktif dan bertanggung jawab terhadap perawatan dirinya. Keluarga yang memiliki anggota keluarga dengan penyakit kronik yang telah mendapatkan pendidikan kesehatan akan memampukan mereka berpartisipasi secara aktif dalam memberikan support terhadap anggota keluarga yang mengalami sakit kronis dan bertanggung jawab terhadap perawatan anggota keluarga dengan penyakit kronis (Niman Susanti, 2020).

Meningkatkan pemahaman keluarga mengenai penyakit klien dan meningkatkan partisipasi keluarga dalam memberikan perawatan pada klien. Informasi dan edukasi pada keluarga klien juga sangat penting. Pendidikan kesehatan yang diberikan akan meningkatkan pemahaman keluarga mengenai penyakit klien. Adanya pemahan dari keluarga akan membantu klien dalam mengatur aktivitas, istirahat dan memahami upaya yang dilakukan unuk memperlambat perkembangan penyakit. Pendidikan kesehatan yang diberikan

pada keluarga meliputi tanda gejala penyakit dan cara perawatan pasien (Niman Susanti, 2020).

2.2 *Vulva* Hygiene

2.2.1 Definisi *Vulva* Hygiene

Menurut *World Health Organization* (WHO) (2020) menyatakan bahwa *hygiene* atau kebersihan adalah tindakan kebersihan yang mengacu pada kondisi untuk menjaga kesehatan dan mencegah penyebaran penyakit. *Vulva hygiene* atau kebersihan diri merupakan tindakan merawat diri sendiri termasuk dalam memelihara kebersihan bagian tubuh seperti rambut, mata, hidung, mulut, gigi, dan kulit (Hastuti & Nasution, 2023). *Vulva hygiene* merupakan upaya yang dilakukan oleh seseorang untuk menjaga dan merawat kebersihan dirinya agar kenyamanan individu terjaga (Asthiningsih dan Wijayanti, 2019).

Kebutuhan *Vulva hygiene* tidak memandang usia, karena organisme penyebab penyakit bisa berkembang biak dimanapun. Maka dari itu, *Vulva hygiene* harus ditanamkan sejak dini agar anak-anak terbiasa melakukannya di lingkungan rumah, sekolah maupun bermainnya hingga dewasa (Kusmiyati dan Muhlis, 2019). Pentingnya pemeliharaan *Vulva hygiene* bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan, memelihara kebersihan diri sendiri, memperbaiki *Vulva hygiene*, mencegah timbulnya penyakit, meningkatkan rasa percaya diri dan kenyamanan (Irnawati dan Widnyana, 2018).

2.2.2 Faktor-faktor yang memengaruhi *Vulva hygiene*

Menurut Suryani (2019) menyatakan bahwa *Vulva hygiene* dipengaruhi

oleh beberapa faktor yaitu:

- a. Citra tubuh (*body image*). Citra tubuh merupakan konsep subjektif seseorang tentang penampilan fisiknya. *Vulva hygiene* yang baik akan berpengaruh terhadap peningkatan citra tubuh individu. Citra tubuh ini dapat berubah misalnya oleh karena pembedahan atau penyakit fisik.
- b. Praktik sosial Praktik sosial memengaruhi kebersihan diri seseorang, salah satunya kebiasaan keluarga. Anak-anak prasekolah sedang mengalami perkembangan sosial dan mengikuti pola kebersihan yang sama dengan orang tua sebagai sosok figurinya (Puspita *et al.*, 2017).
- c. Status sosial ekonomi Status ekonomi setiap individu memengaruhi jenis dan tingkat praktik kebersihan seseorang karena dalam praktiknya *Vulva hygiene* memerlukan alat dan bahan seperti sabun, pasta gigi, sampo, dan alat lainnya, alat-alat tersebut tentu saja memerlukan uang untuk menyediakan alat tersebut.
- d. Pengetahuan Pengetahuan *Vulva hygiene* penting karena pengetahuan yang baik dapat meningkatkan kesehatan. Meskipun demikian, jika hanya berpedoman pada pengetahuan saja tidak akan cukup dan seseorang harus memiliki motivasi dalam dirinya untuk merawat kebersihan diri. Berdasarkan temuan dalam penelitian menyatakan bahwa pengetahuan sangat berperan dan berpengaruh terhadap perilaku *Vulva hygiene*, karena pengetahuan merupakan domain yang penting untuk terbentuknya tindakan/perilaku. Dengan demikian untuk mendapatkan pengetahuan yang

baik terkait dengan perilaku perlu adanya pendidikan sebagai upaya untuk menambah pemahaman (Avrilinda, 2016).

- e. Kebudayaan Latar belakang budaya atau kepercayaan kebudayaan memengaruhi *Vulva hygiene*. Seseorang dari latar budaya yang berbeda akan mengikuti praktik perawatan diri yang berbeda. Misalnya, jika individu sedang sakit tertentu maka tidak boleh dimandikan.
- f. Kebiasaan dan kondisi fisik Setiap individu memiliki kebiasaan untuk ingin mandi dan pilihan kapan untuk mandi, bercukur dan melakukan perawatan lainnya. Kondisi fisik seseorang akan memengaruhi *Vulva hygiene*.

2.2.3 Cara Membersihkan Genetalia

Menurut Uliyah dan Hidayat (2008) dan Potter dan Perry (2006) jenis-jenis *Vulva hygiene* yaitu:

1. Kebersihan genetalia Suatu tindakan membersihkan bagian genetalia untuk mencegah terjadinya infeksi ataupun jamur yang menempel pada bagian genetalia. Manfaat kebersihan genetalia pada anak prasekolah yaitu untuk mencegah terjadinya infeksi, mempertahankan supaya genetalia tetap bersih, dan juga meningkatkan kenyamanan anak pada kebersihannya. Kebersihan genetalia penting dilakukan saat mandi, setelah buang air besar dan setelah buang air kecil. Adapun cara membersihkan genetalia anak menurut Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2020) yaitu:
 - 1) Setelah BAB (Buang Air Besar) Cebok menggunakan sabun dan air yang bersih dari arah depan ke belakang.

2) Setelah BAK (Buang Air Kecil)

a) Perempuan Membersihkan bagian luar vagina dengan air bersih, karena bagian dalam vagina memiliki kemampuan untuk membersihkan sendiri. Mencuci bagian depan ke belakang adalah prinsip yang juga harus diajarkan. Cara ini untuk mencegah kuman dari dubur masuk ke dalam vagina.

2.2.4 Dampak kurangnya *Vulva hygiene*

Vulva hygiene yang terjaga dengan baik akan membuat anak menjadi sehat dan terhindar dari berbagai penyakit. Dampak yang sering timbul akibat kurangnya menjaga *Vulva hygiene* yaitu (Ambarawati dan Sunarsih, 2011) :

1. Dampak fisik Banyak gangguan kesehatan yang diderita seseorang karena tidak menjaga *Vulva hygiene* dengan baik. Gangguan fisik yang sering muncul akibat kurangnya kebersihan diri seperti munculnya kutu dan ketombe, integritas kulit, gangguan membrane mukosa mulut, gigi berlubang dan gusi yang tidak sehat, infeksi pada mata dan telinga, dan gangguan fisik pada kuku.
2. Dampak psikososial Masalah sosial yang berhubungan dengan *Vulva hygiene* adalah gangguan kebutuhan rasa nyaman, kebutuhan dicintai dan mencintai, aktualisasi diri, gangguan interaksi sosial.

2.3 Konsep Remaja

2.3.1 Pengertian Remaja

Remaja adalah suatu masa kehidupan individu dimana terjadi eksplorasi psikologis untuk menentukan identitas diri. Pada masa transisi dari masa anak- anak

ke masa remaja individu mulai mengembangkan ciri-ciri abstrak dan konsep diri menjadi lebih berbeda. Remaja mulai memandang diri dengan penilaian dan standar pribadi, tetapi kurang dalam interpretasi perbandingan sosial (Ayu,2019).

Menurut World Health Organization (WHO).Remaja adalah periode usia antar 10-19 tahun. Masa remaja adalah peralihan dari anak-anak ke dewasa, bukan hanya dalam arti psikologis, tetapi juga, bahkan, perubahan-perubahan fisik yang terjadi akibat dari perubahann itulah yang merupakan gejala primer dalam pertumbuhan remaja. Sementara itu, perubahan-perubahan psikologis muncul antara lain sebagai akibat dari perubahan-perubahan fisik itu tumbuh (Kusmiran dalam natalia et al., 2020).

2.3.2 Tahap-Tahap Remaja

Menurut (Kementrian Kesehatan RI, 2011) Psikososial merupakan manifestasi perubahan faktor-faktor emosi, sosial dalam intelektual. Akibat perubahan tersebut, maka karakteristik psikososial remaja dapat dikelompokkanmenjadid 3 (tiga), yaitu:

1. Masa remaja awal (10-13 tahun)
 - a. Tampak dan memang merasa lebih dekat dengan teman sebaya.
 - b. Tampak dan merasa ingin bebas.
 - c. Tampak dan memang lebih banyak memperhatikan keadaan tubuhnya dan mulai berpikir khayal (abstrak).
2. Masa remaja tengah (14-16 tahun)
 - a. Tampak dan merasa ingin mencari identitas diri.

- b. Ada keinginan untuk berkencan atau tertarik pada lawan jenis.
 - c. Timbul perasaan cinta yang mendalam.
 - d. Kemampuan berfikir abstrak (berkhayal) makin berkembang.
 - e. Berkhayal mengenai hal-hal yang berkaitan dengan seksual.
3. Masa remaja akhir (17-19 tahun)
- a. Menampakan pengungkapan kebebasan diri.
 - b. Dalam mencari teman sebaya lebih selektif.
 - c. Memiliki citra (gambaran, keadaan, peranan) terhadap dirinya.
 - d. Dapat mewujudkan perasaan cinta.
 - e. Memiliki kemampuan berpikir khayal atau abstrak (Sunardi, 2017).

2.3.3 Pertumbuhan dan perkembangan pada remaja

Pertumbuhan dan perkembangan pada remaja meliputi:

1. Pengertian pertumbuhan perkembangan

Pertumbuhan adalah perubahan yang menyangkut segi kuantitatif yang ditandai dengan peningkatan dalam ukuran fisik dan dapat diukur. Adapun perkembangan adalah perubahan yang menyangkut aspek kualitatif dan kuantitatif. Rangkaian perubahan dapat bersifat progresif, teratur, berkesinambungan, serta akumulatif.

2. Aspek perkembangan remaja

Terdapat dua konsep perkembangan remaja, yaitu nature dan nurture, konsep nature mengungkapkan bahwa remaja adalah masa badai dan tekanan. Periode perkembangan ini individu banyak mengalami gejolak dan tekanan

karena perubahan yang terjadi pada dirinya. Konsep nature menyatakan tidak semua remaja mengalami masalah dan tekanan tersebut. Hal ini tergantung pada pola asuh dan lingkungan dimana remaja tinggal (Ayu, 2019).

2.3.4 Kebutuhan Nutrisi Remaja

Nutrisi yang adekuat sangat dibutuhkan saat remaja agar masa transisi ke masa dewasa secara fisik bagus, tidak terganggu terutama tinggi badan dan kesehatannya. Protein dibutuhkan sebagai zat pembangun sebanyak 10-15%. Protein mendapat posisi yang penting karbohidrat merupakan sumber energi utama yang dibutuhkan untuk beraktivitas. Rata-rata remaja membutuhkan 60-75% dari total kebutuhan kalori/energi. Lemak dan asam esensial untuk pertumbuhan dan perkembangan normal. Konsumsi lemak yang dianjurkan tidak lebih dari 10-20% dari kebutuhan total kalori (Sunardi, 2017).

Pertumbuhan tulang di masa remaja sangat pesat, maka asupan kalsium (Ca) pada remaja menjadi sangat penting. Setiap harinya remaja membutuhkan sekitar 1300 mg kalsium perhari. Zat besi (Fe) dan seng (zinc) merupakan mineral yang sangat penting untuk pertumbuhannya. Vitamin, terutama vitamin A untuk pertumbuhan, reproduksi dan fungsi imunologis, vitamin E untuk antioksidan dan C untuk membentuk kolagen dan jaringan ikat yang sangat penting untuk percepatan dan perkembangan fisik (Sunardi, 2017). Gizi yang lengkap dan seimbang dibutuhkan karena masa remaja adalah masa yang energik, banyak energi yang diperlukan terutama dari makanan dan minuman yang seimbang untuk mengimbangi banyaknya kegiatan (Sunardi, 2017).

2.4 Menstruasi

2.4.1 Pengertian menstruasi

Menstruasi adalah perdarahan secara periodik dan siklus dari uterus, disertai pelepasan atau deskuamasi endometrium yang terjadi setiap bulan secara teratur pada wanita dewasa dan sehat. Panjang siklus haid ialah jarak antara tanggal mulainya haid lalu dan mulai haid berikutnya (Nurqolbi, 2018). Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang (Kusmiran, 2013). Menstruasi adalah perdarahan secara periodik disertai pelepasan endometrium setelah siklus ovulasi yang dipengaruhi oleh reproduksi dan dimulai 14 hari setelah ovulasi (Hanan, 2015).

1. Fisiologi menstruasi

Menurut (kusmiran, 2013) siklus menstruasi dibagi menjadi 4 fase antara lain :

a. Stadium Menstruasi

Stadium ini berlangsung selama 3-7 hari. Pada saat itu, endometrium (selaput rahim) dilepaskan sehingga timbul perdarahan hormon- hormon ovarium berada pada kadar paling rendah.

b. Stadium proliferasi

Stadium ini berlangsung pada 7-9 hari. Dimulai sejak berhentinya darah menstruasi sampai hari ke 14. Setelah menstruasi berakhir, dimulailah fase proliferasi dimana terjadi pertumbuhan dari desidua fungsionalis

yang mempersiapkan rahim untuk perlekatan janin. Pada fase ini endometrium tumbuh kembali. Antara hari ke 12 sampai 14 dapat terjadi pelepasan sel telur dan indung telur (disebut ovulasi).

c. Stadium rekresi

Stadium sekresi berlangsung 11 hari. Masa sekresi adalah masa sesudah terjadinya ovulasi. Hormon progesteron dikeluarkan dan memengaruhi pertumbuhan endometrium untuk membuat kondisi rahim siap untuk implantasi (perlekatan janin ke rahim).

d. Stadium Premenstruasi

Stadium yang berlangsung selama 3 hari. Ada infiltrasi sel-sel darah putih, bisa sel bulat. Stroma mengalami disintegrasi dengan hilangnya cairan dan sekret sehingga akan terjadi kolpas dari kelenjar dan arteri. Pada saat ini terjadivaskonstriksi, kemudian pembuluh darah itu berelaksasi dan akhirnya pecah.

2.4.2 Faktor Yang Memengaruhi Menstruasi

Menurut Kusmijan (2013) faktor yang memengaruhi menstruasi adalah :

1. Faktor Hormon

Hormon- Hormon yang memengaruhi terjadinya haid pada seseorang wanita yaitu *folicle stimulating hormone (FSH)* yang dikeluarkan oleh hipofisis, estrogen yang dihasilkan oleh ovarium, luteinizing hormone (*LH*) yang dihasilkan oleh hipofisis, serta progesteron yang dihasilkan oleh ovarium.

2. Faktor Enzim

Enzim hidrolitik yang terdapat dalam endometrium merusak sel yang berperan dalam sintesis protein, yang mengganggu metabolisme sehingga mengakibatkan regresi endometrium dan perdarahan.

3. Faktor vaskular

Saat fase proliferasi, terjadi pembentukan sistem vaskularisasi dalam lapisan fungsional endometrium. Pada pertumbuhan endometrium ikut tumbuh pula arteri-arteri, vena-vena, dan hubungan di antara keduanya. Dengan regresi endometrium, timbul statis dalam vena-vena serta saluran-saluran yang menghubungkan dengan arteri, dan akhirnya terjadi nekrosis dan perdarahan pembentukan baik dari arteri maupun vena.

4. Faktor Prostaglandin

Endometrium mengandung prostaglandin E2 dan F2. Dengan adanya desintegrasi endometrium, prostaglandin terlepas dan menyebabkan kontraksi memotrium sebagai suatu faktor untuk membatasi perdarahan pada haid.

2.4.3 Gangguan menstruasi

Beberapa gangguan menstruasi haid yaitu: mohammad Anwar (2011

1. Hipermenorea (Menoragia)

Hipermenorea adalah perdarahan haid dengan jumlah darah lebih banyak atau durasi lebih lama dari normal dengan siklus yang normal teratur. Secara klinis menoragia di defenisikan dengan total jumlah darah haid lebih dari 80 ml per siklus dan durasi lebih lama dari 7 hari.

2. Hipomenorea

Hipomenorea adalah perdarahan haid dengan jumlah darah lebih sedikit atau durasi lebih pendek dari normal. Terdapat beberapa penyebab hipomenorea yaitu gangguan organik misalnya pada uterus

pascaoperasimiotomi dan gangguan endokrin.

3. Polimenorea

Polomenorea adalah haid dengan siklus yang lebih pendek dari normal yaitu kurang dari 21 hari.

4. Oligomenorea

Oligomenorea adalah haid dengan siklus yang lebih panjang dari normal yaitu lebih dari 35 hari.

5. Amenorea

Amenorea adalah tidak adanya menstruasi. Secara klinis, kriteria amenorea adalah tidak adanya menstruasi sepanjang siklus menstruasi sebelumnya. Berdasarkan penelitian, kategori amenorea yaitu apabila tidak ada menstruasi dalam rentang waktu 90 hari.

6. Disminorea

Disminorea adalah nyeri yang berasal dari kram rahim dan terjadi selama menstruasi, juga disebut kram menstruasi atau nyeri menstruasi (purwaningsih and fatmawati).

2.5 Whatsapp

2.5.1 Defenisi Whatsapp

Whatsapp adalah salah satu pemanfaatan TIK dalam proses pembelajaran daring. Melansir dari akun resmi *Whatsapp* (whatsapp.com), lebih dari 2 miliar orang dari 180 negara lebih menggunakan *Whatsapp* untuk tetap terhubung dengan teman dan keluarga. *Whatsapp* didirikan oleh Jan Koum dan Brian Acton yang telah menghabiskan waktu 20 tahun di *Yahoo*. *Whatsapp* bergabung dengan *Facebook* pada tahun 2014, tetapi harus beroperasi sebagai aplikasi yang terpisah dengan fokus untuk membangun layanan bertukar pesan yang bekerja dengan cepat dan *reliable* di seluruh dunia. *Whatsapp* adalah aplikasi pesan seluler lintas *platform* yang memungkinkan untuk bertukar pesan tanpa harus membayar SMS, semua ponsel ini bisa berkirim pesan satu sama lain, ini dimungkinkan karena *Whatsapp* memakai paket data internet untuk mengirim *e-mail* dan menjelajahi internet sehingga dapat mengirim pesan dan dapat berhubungan dengan teman-teman. (Carona Elianur, 2017).

Whatsapp adalah salah satu aplikasi berbasis internet yang merupakan salah satu dampak perkembangan teknologi informasi yang populer. Aplikasi berbasis internet ini sangat potensial untuk dimanfaatkan sebagai media komunikasi, karena memudahkan penggunanya untuk saling berkomunikasi dan berinteraksi tanpa menghabiskan biaya banyak dalam pemakaiannya, karena *whatsapp* tidak menggunakan pulsa, melainkan menggunakan data internet (Pranajaya & Hendra Wicaksosno, 2017) dalam (Rahartri, 2019).

2.5.2 Fitur Whatsapp

Menurut Larasati, dkk (2013) *Whatsapp* merupakan aplikasi untuk berkirim pesan secara instan dan memungkinkan kita untuk saling bertukar gambar, video, foto, pesan suara, dan dapat digunakan untuk berbagi informasi dan diskusi. Larasati menyimpulkan bahwa pemanfaatan aplikasi *Whatsapp* sebagai sarana diskusi pembelajaran ini termasuk dalam kategori efektif (Rahartri, 2019). Pemanfaatan program *Whatsapp* sangat efektif dengan dukungan fitur-fiturnya dibandingkan dengan aplikasi pesan instan lainnya. *WhatsApp* merupakan salah satu media alternative yang mudah digunakan dibandingkan dengan aplikasi lainnya dalam pembelajaran daring. *Whatsapp* memiliki fasilitas yang mudah untuk dioperasikan, seperti :

- 1) *Whatsapp Group* yang bisa digunakan untuk melakukan pembelajaran secara bersama dengan siswa didalam satu kelas serta dapat digunakan untuk berdiskusi. Dalam *Whatsapp Group* guru bisa mengatur “hanya admin yang bisa mengirim pesan”, sehingga ketika guru menyampaikan informasi tidak saling bertabrakan dengan pertanyaan siswa.
- 2) Panggilan video, fitur ini bisa digunakan guru untuk berkomunikasi langsung dengan siswa secara individu maupun kelompok kecil, panggilan video juga bisa digunakan oleh guru untu melakukan ujian secara lisan.
- 3) Kirim pesan, yaitu bisa dimanfaatkan untuk mengirim informasi melalui pesan teks, foto, audio, dan video.

- 4) *Whatsapp* juga memiliki fitur untuk mengetahui seseorang menerima informasi tersebut atau tidak, biasanya dibedakan menjadi tiga yaitu, jika centang 1 maka seseorang belum menerima informasi tersebut, jika centang dua maka pesan tersebut sudah diterima, dan jika centang biru maka seseorang sudah menerima dan membaca isi pesan tersebut. Kecepatan pesan tanpa waktu lama hingga tertunda, mampu beroperasi dengan kondisi sinyal lemah, kapasitas pengiriman data teks, suara, foto dan video yang besar tanpa gangguan iklan berikut sifat penyebarannya membuat *Whatsapp* sebagai salah satu media alternative dalam memberikan informasi dan meningkatkan kinerja (Andi Miladiyah, 2017) dalam (Rahartri,2019).
- 5) *Whatsapp* merupakan bagian dari sosial media yang merupakan teknologi populer yang sangat potensial untuk dimanfaatkan sebagai alat pembelajaran. Al Saleem menambahkan bahwa dalam *Whatsapp* terdapat *Whatsapp Group* yang mampu membangun sebuah pembelajaran yang menyenangkan terkait berbagai topik diskusi yang diberikan oleh pengajar. *Group Whatsapp* memiliki manfaat pedagogis, sosial, dan teknologi. Aplikasi ini memberikan dukungan dalam dalam pelaksanaan pembelajaran daring. *Group Whatsapp* memungkinkan para penggunanya untuk menyampaikan pengumuman tertentu, berbagi ide dan sumber pembelajaran, serta mendukung terjadinya diskusi secara online. Rembe dan Bere mengungkapkan bahwa aplikasi *Whatsapp* dirasakan mampu

meningkatkan partisipasi peserta didik, mempercepat terjadinya kelompok belajar dalam membangun dan mengembangkan ilmu pengetahuan. Pembelajaran dengan bantuan aplikasi *Whatsapp* dapat meningkatkan kolaborasi dalam pembelajaran, berbagi pengetahuan dan informasi yang berguna dalam proses pembelajaran, dan mempertahankan kesenangan pembelajaran sepanjang masa. Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa *Whatsapp* merupakan suatu aplikasi yang dapat menghubungkan beberapa orang untuk berkomunikasi jarak jauh dan dapat digunakan ditempat yang berbeda. Banyak sekali fitur yang dapat digunakan dalam *Whatsapp* yaitu seperti fitur foto, video, voice note, panggilan suara, dokumen dll.

2.5.3 Kelebihan dan Kekurangan *Whatsapp*

Aplikasi pada smartphone tentu saja memiliki kelebihan dan kekurangan. Kelebihan dan kekurangan pada *Whatsapp* diantaranya yaitu (Ariza Rusni, 2017).

Kelebihan :

- a. Tidak memerlukan uang untuk memasang aplikasi *Whatsapp* di telepon pintar dan biaya percuma.
- b. Boleh menghantar *massage*, gambar, video, audio, dan pesan suara dengan mudah tanpa kos yang tinggi.
- c. Boleh berkomunikasi lebih dari 50 orang dalam ruangan *group*.
- d. Kenalan yang mempunyai *Whatsapp* akan disenaraikan akunnnya tanpa perlu ditambah sebagai kenalan dan menunggu untuk diterima seperti rangkaian sosial yang lain.

- e. Penggunaan data yang kecil dibanding aplikasi-aplikasi yang lain.

Kekurangan:

Selain memberikan kelebihan, *Whatsapp* juga memiliki kekurangan, menurut Yensi (2020:70) dalam Wiji Lestari (2020) menyatakan bahwa kekurangan dari *Whatsapp* yaitu:

- a. Keberadaan lokasi yang berbeda akan membawa pengaruh yang berbeda juga dengan kekuatan sinyal.
- b. Banyaknya *chat* yang masuk di *Whatsapp Group* akan mengakibatkan penuh memori Hp sehingga koneksi internet terhambat.
- c. *Chat* yang menumpuk akan sulit di akses karena harus menscroll ke atas agar bisa mengikuti jalannya diskusi.

Dari pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa keberadaan *Whatsapp* sangat membantu seseorang untuk berkomunikasi satu sama lain dan tidak memerlukan biaya yang cukup banyak, serta mampu digunakan untuk jumlah yang banyak dalam sebuah fitur *Whatsapp Group*. Walaupun *Whatsapp* memiliki kekurangan tapi keberadaan aplikasi *Whatsapp* tetap menjadi aplikasi yang paling banyak digunakan orang karena dianggap yang paling mudah.

2.5.4 Manfaat Whatsapp dalam Pembelajaran

Beberapa manfaat *Whatsapp* dalam pembelajaran yaitu: (Imam Jafar & Husniyatus Salamah, 2020)

- a. Sebagai sarana edukasi

Guru sebagai tenaga pengajar menjadikan Whatsapp sebagai sarana pengontrol sikap siswa. Sikap siswa dapat dibentuk melalui komunikasi multi dimensi. Terdapat tiga unsur penting yang harus dijaga oleh pendidik agar penggunaan Whatsapp bersifat edukasi, yaitu: pendidik harus berperan sebagai lalu lintas agar dalam berdiskusi bisa berjalan dengan tertib dan lancar, pendidik harus menjadi teman, artinya guru memposisikan diri sebagai teman belajar sehingga peserta didik tidak merasa takut untuk menyampaikan pendapatnya, dan guru sebagai klarifikator, yaitu jika dalam diskusi terdapat siswa yang memiliki pemahaman yang keliru maka pendidik harus segera mengklarifikasikan.

b. Sebagai sarana evaluasi

Whatsapp bisa digunakan sebagai sarana untuk melakukan evaluasi bagi peserta didik, meliputi evaluasi kegiatan pembelajaran, evaluasi hasil belajar, dan evaluasi sikap peserta didik selama proses pembelajaran jarak jauh berlangsung. Whatsapp akan efektif digunakan dalam evaluasi pembelajaran jika memenuhi tiga unsure, yaitu: guru hendaknya memberikan kritikan yang sifatnya membangun dan bukan sebaliknya yang justru menjatuhkan siswa, guru secara berkesinambungan memberikan motivasi terhadap hasil kinerja siswa sekalipun hasilnya belum maksimal, dan evaluasi sikap bisa dilakukan dengan kisah orang lain untuk di ambil pesan moralnya yang bersifat mendidik.

c. Sebagai sarana layanan konsultasi dan menjalin silaturahmi

Whatsapp bisa dijadikan layanan konsultasi bagi pendidik dan peserta didik serta sebagai sarana bersilaturahmi bagi pendidik dan orang tua peserta didik.

2.5.5 Manfaat Whatsapp Group

Manfaat penggunaan *Whatsapp Group* menurut Jumiatmoko (2016) dalam pembelajaran yaitu:

- e. *Whatsapp Group* memberikan fasilitas pembelajaran secara kolaboratif secara online antara guru dan siswa ataupun sesama siswa baik di rumah ataupun di sekolah.
- f. *Whatsapp Messenger Group* merupakan aplikasi gratis yang mudah digunakan.
- g. *Whatsapp Messenger Group* dapat digunakan untuk berbagi komentar, tulisan, gambar, video, suara, dan dokumen.
- h. *Whatsapp Messenger Group* memberikan kemudahan untuk menyebarluaskan pengumuman maupun mempublikasikan karyanya dalam grup.
- i. Informasi dan pengetahuan dapat dengan mudah dibuat dan disebarluaskan melalui berbagai fitur *Whatsapp Messenger Group*.

Pendidik juga harus memperhatikan beberapa hal dalam pemanfaatan Whatsapp selama proses pembelajaran, diantaranya yaitu: (Imam Jafar & Husniyatus Salamah, 2020)

- a. Pengenalan terhadap materi pelajaran.

- b. Merumuskan tujuan pembelajaran.
- c. Memberikan pendampingan dan bimbingan kepada peserta didik untuk mempelajari materi.
- d. Materi pelajaran disesuaikan dengan standar yang berlaku secara umum dan disesuaikan dengan tingkat perkembangan masing-masing peserta didik.
- e. Memberikan bantuan dan kemudahan bagi peserta didik untuk mengerjakan tugas-tugas dengan memberikan perintah dan arahan yang jelas.
- f. Metode pelajaran yang efektif, jelas dan mudah dipahami oleh peserta didik dengan disertai ilustrasi, contoh demonstrasi, video, dan sebagainya.
- g. Materi pembelajaran disampaikan dengan sistematis dan mampu memberikan motivasi belajar bagi peserta didik.
- h. Materi pembelajaran yang disampaikan disesuaikan dengan kenyataan, sehingga peserta didik mudah untuk memahami, menyerap dan mempraktikannya dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa *Whatsapp* merupakan suatu aplikasi *smartphone* yang digunakan untuk berkomunikasi dan bertukar informasi yang dapat dilakukan oleh pengguna tanpa terbatas oleh ruang dan waktu. *Whatsapp* merupakan salah satu jenis aplikasi yang mudah digunakan dalam proses pembelajaran karena *Whatsapp* memiliki beberapa fitur yang dapat digunakan oleh penggunanya, diantaranya yaitu:

a. Foto dan Video

Dengan fitur ini, pengguna dapat mengirimkan informasi atau pesan berupa foto dan video dan dapat dilakukan dengan segera mungkin.

b. Panggilan Suara dan Panggilan Video

Dengan fitur ini, pengguna dapat berkomunikasi dan berbicara dengan siapa saja dan dimana saja. Komunikasi melalui video, pengguna dapat berkomunikasi tatap muka. Fitur ini tentu saja menggunakan akses data internet atau tersambung melalui *Wifi*.

c. Pesan Suara

Pengguna dapat mengirim pesan melalui rekaman suara. Pesan suara ini dapat digunakan untuk bercerita atau menyampaikan dalam durasi yang panjang dan dapat diputar ulang.

d. Dokumen

Whatsapp dapat digunakan untuk mengirim file berbentuk dokumen, pdf, atau *slideshow*. Ini sangat berguna sekali untuk pelajar dan

mahasiswa sebagai sarana dalam pembelajaran daring.

e. *Chat Group*

Dengan fitur ini pengguna dapat membagikan informasi, foto, video, dan dokumen dalam grup yang jumlahnya mampu mencapai 200 anggota.

Hal ini sesuai dengan pendapat Bahromi (2015:223) menyatakan bahwa manfaat yang diberikan oleh Media sosial *Whatsapp Group* dapat menjadi sarana diskusi pembelajaran yang efektif. Adapun manfaat dari yang ditampilkan fitur tersebut dalam pembelajaran yaitu sebagai berikut :

1. *Whatsapp Messenger Group* memberikan fasilitas pembelajaran kolaborasi atau kerja sama online antara pendidik dan peserta didik baik di rumah maupun di sekolah.
2. *Whatsapp Messenger Group* yaitu sebuah aplikasi gratis yang mudah digunakan.
3. *Whatsapp Messenger Group* dapat berbagi informasi pembelajaran dengan mudah melalui komentar, pesan, audio, video, gambar dan dapat berdiskusi dengan mudah.
4. *Whatsapp messenger Group* dapat memberikan kemudahan dalam menyebarluaskan suatu informasi atau pengumuman dan dapat mengirimkan hasil kerja kelompoknya didalam grup.
5. *Whatsapp messenger group* membuat Informasi dan pengetahuan mudah dibagikan melalui pesan singkat.

Penggunaan *Whatsapp Group* sebagai media pembelajaran di kelas tinggi banyak digunakan di tingkat Sekolah Dasar karena penggunaannya yang mudah serta tidak terlalu mengeluarkan biaya. Tentunya karena dari berbagai pertimbangan dan survei telah dilakukan oleh peneliti 100% pembelajaran belajar *daring* hanya menggunakan media *Whatsapp gorup* dan tidak menggunakan media sosial yang lainnya (Rosarians et al., 2020).

Berdasarkan pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa fitur-fitur yang ada didalam media sosial *Whatsapp* dapat memudahkan pada saat berbagi berbagai informasi melalui chat dengan kontak telpon tanpa harus bertemu secara langsung. Semua orang bisa dengan mudah menggunakan fitur-fitur yang telah disediakan, salah satunya *Whatsapp Group* yang biasa digunakan untuk berdiskusi dan memberi kemudhan dalam kegiatan pembelajaran *daring*.

2.6. Konsep Perilaku

2.6.1. Pengertian Perilaku

Perilaku merupakan seperangkat perbuatan atau tindakan seseorang dalam melakukan respon terhadap sesuatu dan kemudian dijadikan kebiasaan karena adanya nilai yang diyakini. Perilaku manusia pada hakekatnya adalah tindakan atau aktivitas dari manusia baik yang diamati maupun tidak dapat diamati oleh interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap, dan tindakan. Perilaku secara lebih rasional dapat diartikan sebagai respon organisme atau seseorang terhadap rangsangan dari luar subyek tersebut. Respon ini terbentuk dua macam yakni bentuk pasif dan bentuk aktif dimana bentuk pasif

adalah respon internal yaitu yang terjadi dalam diri manusia dan tidak secara langsung dapat dilihat dari orang lain sedangkan bentuk aktif yaitu apabila perilaku itu dapat diobservasi secara langsung (Adventus, dkk, 2019).

Menurut Notoatmodjo (2017) perilaku dari segi biologis adalah suatu kegiatan atau aktivitas organisme yang bersangkutan. Perilaku manusia dapat diartikan sebagai suatu aktivitas yang sangat kompleks sifatnya, antara lain perilaku dalam berbicara, berpakaian, berjalan, persepsi, emosi, pikiran dan motivasi. Menurut Skinner dalam Notoatmodjo (2014) merumuskan respon atau reaksi seorang terhadap stimulus atau rangsangan dari luar. Perilaku ini terjadi melalui proses adanya stimulus terhadap organisme dan kemudian organisme tersebut merespon, maka teori Skinner ini disebut “S-O-R” atau Stimulus Organisme Respon

Menurut Blum dalam Adventus, dkk (2019) seorang ahli psikologi pendidikan membagi perilaku kedalam tiga kawasan yaitu kawasan tersebut tidak mempunyai batasan yang jelas dan tegas. Pembagian kawasan ini dilakukan untuk kepentingan tujuan pendidikannya itu mengembangkan atau meningkatkan ketiga domain perilaku, yang terdiri dari : ranah kognitif (cognitive domain) ranah afektif (affective domain), dan ranah psikomotor (psychomotor domain). Skinner dalam Inten (2018) membedakan adanya dua respon, yaitu:

- a. Respondent response (*reflexive*) yaitu respon yang ditimbulkan oleh rangsangan – rangsangan tertentu. Stimulus ini disebut eliciting stimulation karena menimbulkan respon yang relatif tetap, misalnya makanan yang lezat menimbulkan keinginan untuk makan, cahaya

terang menyebabkan mata tertutup, dan sebagainya. Responden response ini juga mencakup perilaku emosional, misalnya mendengar berita musibah menjadi sedih dan menangis, lulus ujian meluapkan kegembiraannya dengan mengadakan pesta dan sebagainya.

b. Operant response (*instrumental response*)

yaitu respon yang timbul dan berkembang kemudian diikuti oleh stimulus atau perangsang tertentu.

Perangsang ini disebut reinforcing stimulator dan reinforce, karena memperkuat respon. Misalnya seorang petugas kesehatan melaksanakan tugasnya dengan baik (respon terhadap uraian tugasnya) kemudian memperoleh penghargaan diri atasannya maka petugas kesehatan tersebut akan lebih baik lagi dalam melaksanakan tugasnya. Menurut Damayanti (2017) dilihat dari bentuk respon terhadap stimulus ini maka perilaku dibedakan menjadi dua, yaitu:

1) Perilaku tertutup (*covert behavior*)

yakni respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk terselubung atau tertutup (*covert*). Respon terhadap stimulus ini masih terbatas pada perhatian, persepsi, pengetahuan atau kesadaran dan sikap yang terjadi pada orang yang menerima stimulus tersebut belum dapat diamati secara jelas oleh orang lain.

2) Perilaku terbuka (*overt behavior*) yakni respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk tindakan nyata atau terbuka. Respon terhadap stimulus

tersebut sudah jelas dalam bentuk tindakan atau praktik, dengan mudah dapat diamati atau dilihat oleh orang

lain.

2.6.2. Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku

Menurut Lawrence Green dalam Damayanti (2017) kesehatan seseorang atau masyarakat dipengaruhi oleh dua faktor pokok, yaitu: faktor perilaku (behavior causes) dan faktor diluar perilaku (non-behavior causes). Perilaku itu sendiri ditentukan atau terbentuk dari tiga faktor, yakni:

- 1) Faktor predisposisi (*predisposing factors*).

Faktor ini dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap kesehatan, tradisi, dan kepercayaan masyarakat terhadap hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan, sistem nilai yang dianut masyarakat, tingkat pendidikan, tingkat sosial ekonomi, dan sebagainya.

- 2) Faktor pendukung (*enabling factors*).

Faktor ini mencakup ketersediaan sarana dan prasarana atau fasilitas kesehatan bagi masyarakat, misalnya air bersih, tempat pembuangan tinja ketersediaan makanan yang bergizi, dan sebagainya, termasuk juga fasilitas pelayanan kesehatan seperti puskesmas, rumah sakit (RS), poliklinik, pos pelayanan terpadu (Posyandu), pos poliklinik desa (Polindes), pos obat desa, dokter atau bidan praktik swasta, dan sebagainya.

- 3) Faktor penguat (*reinforcing factors*).

Faktor ini meliputi faktor sikap dan perilaku tokoh masyarakat, tokoh agama (toga), sikap dan perilaku para petugas termasuk petugas kesehatan, termasuk juga di sini Undang-undang, peraturan peraturan, baik dari pusat maupun pemerintah daerah, yang terkait dengan kesehatan.

Perilaku *Vulva* hygiene menstruasi adalah perilaku yang berkaitan dengan tindakan untuk memelihara kesehatan dan upaya menjaga kebersihan pada daerah kewanitaan saat menstruasi, perilaku tersebut mencakup; menjaga kebersihan genitalia, seperti mencucinya dengan air bersih, menggunakan celana yang menyerap keringat, mengganti celana dalam, sering mengganti pembalut, mandi dua kali sehari (Pribakti, 2008). Faktor-faktor yang mempengaruhi Perilaku

Vulva Hygiene Menstruasi Menurut Tarwoto dan Wartonah (2010), yaitu:

a. Citra tubuh

Penampilan umum seseorang dapat menggambarkan pentingnya hygiene pada orang tersebut. Citra tubuh merupakan konsep subyektif seseorang tentang penampilan fisiknya. Citra tubuh dapat berubah, dan citra tubuh mempengaruhi cara mempertahankan *Vulva* hygiene. Gambaran individu terhadap dirinya sangat mempengaruhi kebersihan diri. Misalnya, karena adanya perubahan fisik sehingga individu tidak peduli terhadap kebersihannya.

b. Praktik sosial

Kelompok-kelompok sosial dapat mempengaruhi praktik atau perilaku hygiene. Pada anak-anak yang selalu dimanja dalam hal kebersihan diri, maka kemungkinan akan terjadi perubahan pola perilaku hygiene.

- c. Tingkat ekonomi Tingkat ekonomi seseorang mempengaruhi jenis dan tingkat praktik kebersihan yang digunakan. *Vulva* hygiene memerlukan alat dan bahan seperti sabun, pasta gigi, sikat gigi, sampo dan alat mandi yang semuanya memerlukan uang untuk menyediakannya.
- d. Pengetahuan tentang menstruasi Rendahnya pengetahuan kesehatan reproduksi tentang menstruasi akan memungkinkan perempuan tidak berperilaku hygiene pada saat menstruasi yang dapat membahayakan kesehatan reproduksinya sendiri. Pengetahuan yang baik akan mempengaruhi perilaku kesehatan karena dengan ketidaktahuan maka perilaku kesehatan tidak diterapkan dengan benar dan akan menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi.
- e. Budaya Kepercayaan budaya seseorang dan nilai pribadi mempengaruhi *Vulva* hygiene. Orang yang dari latar kebudayaan yang berbeda mengikuti praktik perawatan diri yang berbeda.
- f. Kebiasaan seseorang Setiap orang memiliki keinginan dan pilihan tentang kapan untuk mandi, bercukur dan melakukan perawatan rambut. Ada kebiasaan yang

menggunakan produk tertentu dalam perawatan diri, seperti penggunaan sabun, sampo dan lain - lain.

g. Kondisi fisik

Pada keadaan sakit tertentu kemampuan untuk merawat diri berkurang dan perlu bantuan untuk melakukannya.

Notoatmodjo (2010), mengemukakan bahwa factor-faktor yang mempengaruhi perilaku *Vulva* hygiene menstruasi yaitu:

- 1) Faktor internal yaitu karakteristik orang yang bersangkutan, yang bersifat given atau bawaan, misalnya tingkat pendidikan, tingkat emosional, konsep diri, dan jenis kelamin.
- 2) Faktor eksternal yaitu lingkungan, baik lingkungan fisik, sosial, budaya, ekonomi, dan politik. Faktor lingkungan ini merupakan faktor dominan yang mewarnai perilaku seseorang dalam menjaga kesehatan organ reproduksi, karena seseorang akan cenderung menyesuaikan dan mengikuti perilaku hygiene organ reproduksi sesuai dengan kebiasaan yang ada di lingkungannya.

2.6.3. Pengukuran Perilaku

Menurut Notoatmodjo dalam Damayanti (2017) ada dua cara dalam melakukan pengukuran perilaku yaitu :

- a. Perilaku dapat diukur secara langsung yakni wawancara terhadap kegiatan yang dilakukan beberapa jam, hari, bulan yang lalu (recall)
- b. Perilaku yang diukur secara tidak langsung yakni, dengan mengobservasi tindakan atau kegiatan responden.

Menurut Arikunto (2006) Pengukuran perilaku dibagi menjadi 3 kategori sebagai berikut :

- a. 75%-100% jawaban benar = Baik
- b. 56%-75% jawaban benar = Cukup
- c. c. <56% jawaban benar = Kurang

Dengan perhitungan :

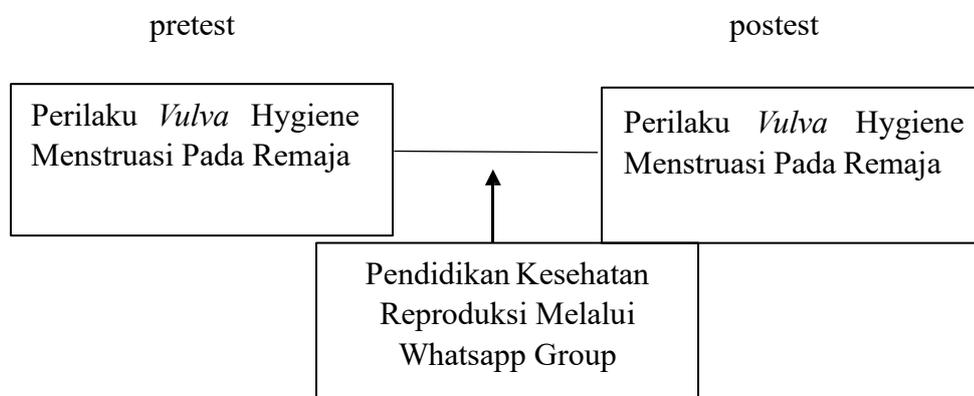
$$\frac{\text{jumlah benar}}{\text{jumlah soal}} \times 100$$

Sedangkan menurut Sugiyono (2016) skala pengukuran perilaku dibagi menjadi 3 kategori sebagai berikut :

- a. Perilaku baik jika nilainya >80%
- b. Perilaku cukup jika nilainya 60-80%
- c. Perilaku kurang jika nilainya <60%

2.7 Kerangka Konsep

Adapun kerangka konsep pada penelitian ini adalah sebagai berikut :



Gambar 1. Kerangka Konsep

2.8 Hipotesis

H₀ : Tidak ada pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi melalui whatsapp group terhadap perilaku *Vulva* hygiene menstruasi pada remaja di SMP Negeri 5 Kota Padangsidempuan.

H₁ : Ada pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi melalui whatsapp group terhadap perilaku *Vulva* hygiene menstruasi pada remaja di SMP Negeri 5 Kota Padangsidempuan.

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ialah penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan desain penelitian Kuasi Eksperimen dengan pendekatan pretest and posttest kontrol *one group design*. Diawali dengan pretest dan setelah pemberian pendidikan kesehatan akan diadakan pengukuran kembali.

3.2 Tempat Dan Waktu Penelitian

3.2.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di SMPN 5 Kota Padangsidempuan sesuai dengan survey pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 4 September. Penelitian ini meneliti tentang Pendidikan Kesehatan Reproduksi Melalui Whatsapp Group Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi karena remaja merupakan kelompok rentan dan kurang pengetahuan mengenai *Vulva* hygiene dan Remaja Putri SMP N 5 Padangsidempuan belum pernah mendapatkan edukasi mengenai personal hygiene saat menstruasi dan ditemukan beberapa kesehatan menstruasi yang bermasalah seperti, keputihan, belum menarache, dan mengalami gangguan siklus menstruasi yang berlarut larut.

3.2.2 Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan Juli s/d Januari 2025, yang dimulai dengan acc pengajuan judul bulan Februari 2024 penyusunan proposal skripsi sampai penyusunan laporan akhir, Tahap penelitian akan dilaksanakan mulai dari survey

pendahuluan, pembuatan proposal skripsi penelitian, dan konsultasi dengan dosen pembimbing.

Tabel 3.1 Kegiatan Dan Waktu Pelaksanaan

| Kegiatan | Jul | Agust | Sept | Okt | Nov | Des | Jan |
|-------------------------|------|-------|------|-----|-----|-----|------|
| | 2024 | | | | | | 2025 |
| Pengajuan Judul | ■ | | | | | | |
| Penyusunan Proposal | | ■ | | | | | |
| Seminar Proposal | | | ■ | | | | |
| Pelaksanaan Penelitian | | | ■ | ■ | ■ | | |
| Penulisan Hasil Laporan | | | ■ | ■ | ■ | ■ | |
| Seminar Hasil | | | ■ | ■ | ■ | ■ | ■ |

3.3. Populasi dan Sampel Penelitian

1) Populasi Penelitian

Dalam penelitian ini, Populasi yang akan digunakan pada penelitian ini adalah keseluruhan Remaja Putri sebanyak 386 Remaja Putri yang sedang menjalani pendidikan di SMPN 5 Padangsidimpuan Tahun 2024.

2) Sampel Penelitian

Teknik dalam penelitian ini adalah teknik *probability sampling*. Yaitu teknik random Sampling adalah mengambil sampel secara acak (Sugiono, 2021). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 79 Remaja Putri. Besarnya sampel menggunakan rumus Slovin Tahun 2017, maka :

$$n = \frac{N}{1 + Nd^2}$$

$$n = \frac{386}{1 + 386 \times 0,1^2}$$

$$n = \frac{386}{1 + 386 \times 0,01}$$

$$n = \frac{386}{1 + 3,86}$$

$$n = \frac{386}{4,86}$$

$n = 79,4$ dibulatkan menjadi 79 sampel

Keterangan:

n : sampel

N: jumlah populasi d:

Batas Kepercayaan

3) Kriteria Sampel Penelitian

Kriteria sampel pada penelitian ini didasarkan pada kriteria pemilihan sampel yaitu :

- a. Kriteria Inklusi, adalah kriteria sampel yang diinginkan peneliti berdasarkan tujuan penelitian. adapun kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah :
 1. Seluruh Remaja Putri di SMP N 5 yang berhadir.
 2. Remaja Putri di SMP N 5 yang mau menjadi responden.
 3. Remaja Putri di SMP N 5 yang mengalami menstruasi
 4. Remaja Putri di SMP N 5 yang memiliki HP
- a. Kriteria Eksklusi, adalah kriteria khusus yang menyebabkan calon responden yang memenuhi kriteria inklusi harus dikeluarkan dari kelompok penelitian.

1. Remaja Putri yang tidak hadir,
2. Remaja Putri yang tidak mengalami menstruasi,
3. Remaja Putri yang tidak memiliki HP.

3.4 Etika Penelitian

Peneliti akan mempertimbangkan etik dan legal penelitian untuk melindungi responden agar terhindar dari segala bahaya serta ketidaknya manafisik dan psikologis dan mendapatkan surat etical clearance dengan nomor KEPK.M/034/01/202. *Ethical clearen cemem* pertimbangan hal-hal dibawah ini:

1. *Self determinan*

Dalam penelitian ini di jaga dengan memberikan kebebasan pada responden untuk memilih dan memutuskan berpartisipasi dan menolak dalam penelitian ini tanpa ada paksaan.

2. Tanpa nama (*anonimity*)

Nama responden tidak perlu dicantumkan pada lembar observasi. Penggunaan anonymity pada penelitian ini dilakukan dengan cara menggunakan kode pada lembar observasi dan mencantumkan tanda tangan pada lembar persetujuan sebagai responden.

3. Kerahasiaan (*confidentialy*)

Kerahasiaan ini diartikan sebagai semua informasi yang di dapat dari responden tidak akan di sebar luaskan ke orang lain dan hanya peneliti yang

mengetahuinya. Informasi yang telah terkumpul dari subjek dijamin rahasia.

Peneliti menggunakan kode yang terdapat pada lembar kuisisioner sebagai pengganti identitas responden.

4. Keadilan (*justice*)

Prinsip keadilan memenuhi prinsip kejujuran, keterbukaan dan kehati-hatian. Responden harus di perlakuan secara adil awal sampai akhir tanpa ada diskriminasi, sehingga jika ada yang tidak bersedia maka harus dikeluarkan. Peneliti memberikan penghargaan kepada semua responden, jika telah mengikuti penelitian dengan baik.

5. Asas kemanfaatan (*beneficiency*)

Asas kemanfaatan harus memiliki tiga prinsip yaitu bebas penderitaan, bebas eksploitasi dan bebas risiko. Bebas penderitaan bila ada penderitaan pada responden. Bebas eksploitasi bila di dalam pemberian informasi dan pengetahuan tidak berguna, sehingga merugikan responden. Risiko yang di maksudkan adalah peneliti menghindarkan responden dari bahaya dan keuntungan kedepannya. Tujuan dari penelitian untuk mengetahui apakah ada pengaruh edukasi melalui kartu belajar menstruasi Remaja Putri terhadap *Vulva* hygiene menstruasi.

6. *Malbeneficience*

Menjamin bahwa penelitian ini tidak menimbulkan ketidak nyamanan, menyakiti, atau membahayakan responden baik secara fisik atau psikis.

3.5 Defenisi Operasional Variabel penelitian

1. Defenisi operasional

Defenisi operasional pada penelitian ini ada pada tabel sebagai berikut :

Tabel 3.2 Defenisi operasional penelitian

| Variabel | | Defenisi | | Alat ukur | | Skala | | Hasil Ukur | | Pendidikan | | Pendidikan kesehatan | |
|--|--|--|--|---|--|----------|--|------------|--|--------------------|--|----------------------|--|
| kesehatan | | bagian dari promosi | | | | | | | | | | | |
| melalui wa group tentang <i>Vulva</i> hygiene menstruasi pada remaja | | kesehatan yaitu proses meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan | | | | | | | | | | | |
| Perilaku <i>Vulva</i> | | Perilaku pengetahuan, dan tindakan putri melakukan hygiene menstruasi | | adalah sikap remaja dalam <i>Vulva</i> saat | | Kuisoner | | Ordinal | | 1. positif : 51-80 | | 2. negatif : 20-50 | |

3.6 Alat Pengumpul Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan beberapa instrument yaitu kuisoner perilaku remaja putri dalam *Vulva hygiene* (genetalia) saat menstruasi dengan penilaian dengan menggunakan aplikasi google form yang akan dikirim melalui Whatsapp grup yang sudah dibuat. Kuisoner ini diadopsi dari Widodo Budi Utomo, (2016) dan Kasnia Eka Saputri (2021). Kuisoner diberikan sebelum pemberian materi pendidikan kesehatan reproduksi (pre test) dan sesudah pemberian materi pendidikan kesehatan reproduksi (post test). Kuisoner berisi

tentang perilaku *Vulva* hygiene pada Remaja Putri. Kuisoner ini terdiri dari beberapa pertanyaan yang bersangkutan dengan *Vulva* hygiene.

Tabel 3.3 Kisi-Kisi Kuesioner Perilaku Remaja Putri Dalam *Vulva Hygiene*

Saat Menstruasi

| No. | VARIABEL | SUB VARIABEL | KODE SOAL | PERNYATAAN | JUMLAH SOAL |
|-----|--|---|-----------|-------------|-------------|
| | | 2. Pengganti pembalut | 6 | Positif (+) | 9 |
| | | a. Sesudah BAB dan BAK | 8 | Positif (+) | |
| | | | 9 | Positif (+) | |
| | | b. Sesudah mandi | 11 | Negatif (-) | |
| | | c. Ketika sudah penuh | 13 | Negatif (-) | |
| | | | 15 | Negatif (-) | |
| | | d. Ada gumpalan darah | 16 | Negatif (-) | |
| | | | 17 | Negatif (-) | |
| | | | 18 | Negatif (-) | |
| | | 3. Jenis pakaian dalam yang digunakan. | 3 | Positif (+) | 6 |
| | | | 4 | Positif (+) | |
| | | a. Tidak ketat | 12 | Negatif (-) | |
| | | b. Menyerap keringat seperti katun | 14 | Negatif (-) | |
| | | | 19 | Negatif (-) | |
| | | c. Diganti 2 kali sehari atau jika terkena darah menstruasi | 20 | Negatif (-) | |
| 1 | Perilaku Remaja Putri Tentang <i>Vulva Hygiene</i> Saat Menstruasi | Perilaku <i>Vulva Hygiene</i> | | | |

| | | |
|--|----|-------------|
| 1. Cara cebok dengan benar dari depan ke belakang. | | 5 |
| | 1 | Positif (+) |
| | 2 | Positif (+) |
| | 5 | Positif (+) |
| | 7 | Positif (+) |
| | 10 | Positif (+) |

Kuisoner terdiri dari pertanyaan positif dan negatif. Apabila (+) skor SL :

Selalu = 4, SR : Sering = 3, KD : Kadang = 2 , TP : Tidak Pernah = 1, sebaliknya apabila (-) skor SL : Selalu = 1, SR : Sering = 2, KD : Kadang = 3 , TP : Tidak

Pernah = 4.

3.7 Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

1. Uji Validitas

Sebelum melakukan penelitian, terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur. Suatu kuisisioner dikatakan valid jika pertanyaan pada kuisisioner mampu untuk mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuisisioner tersebut. Dalam hal ini beberapa item pertanyaan dapat diuji dengan menggunakan uji *chi-square* digunakan untuk mengungkapkan variabel yang diukur tersebut. Uji ini dilakukan dengan menghitung korelasi antara masing-masing skor item pertanyaan dari setiap variabel dengan total skor variabel tersebut (Hidayat, 2007). Kuisisioner ini telah digunakan oleh Kasnia Eka Saputri (2021) oleh peneliti sebelumnya pada tanggal 15 desember 2020 uji coba angket dilaksanakan terhadap siwsi-Remaja Putri SMK Kesehatan Husada Pratama Kota Serang yang memiliki karakteristik yang sama dengan sampel penelitian dengan jumlah 20 Remaja Putri, dengan hasil $r_{tabel} (0,444) < r_{hitung} > r_{tabel}$ maka valid.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan. Hal ini berarti menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran itu tetap konsisten bila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang sama dengan menggunakan alat ukur yang sama. Pengukuran reliabilitas menggunakan bantuan *software computer* dengan rumus *Alpha Cronbach*. Suatu variabel dikatakan reliabel jika memberikan nilai *Alpha Cronbach* $> 0,5$ (Azwar, 2012). Uji reliabilitas instrumen ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar derajat atau kemampuan alat ukur untuk mengukur secara konsistensi sasaran yang diukur. Kuisoner penelitian ini telah digunakan Oleh Kasnia Eka Saputri (2021) pada tanggal 15 Desember 2020 uji coba kuesioner dilaksanakan kepada Remaja Putri SMK Kesehatan Husada Pratama Kota Serang dan diperoleh hasil uji reliabilitas nilai alpha (0,952) maka nilai $\alpha > r$ tabel maka instrument dinyatakan reliable.

3.8 Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan langkah awal dalam mendapatkan data penelitian. pengumpulan data penelitian ini dilakukan dengan tahap sebagai berikut:

1. Mengurus surat survey awal penelitian Universitas Aifa Royhan Kota Padangsidempuan yang untuk di tujukan ke SMP N 5 Padangsidempuan.
2. Setelah mengurus surat dan mendapat surat izin surevy awal kemudian ditembuskan kepada kepala sekolah SMP N 5 Padangsidempuan.
3. Setelah mendapat izin survey awal dari pihak kepala sekolah SMP N 5 Padangsidempuan, sebelum melakukan penelitian peneliti mencari tahu lebih dulu jumlah populasi remaja putri di SMP N 5 Padangsidempuan.

4. Setelah mengetahui jumlah remaja putri di SMP N 5 Padangsidimpuan.
5. Mengurus surat izin penelitian Universitas Aafa Royhan Kota Padangsidimpuan yang untuk di tujukan ke SMP N 5 Padangsidimpuan.
6. Setelah mendapat izin penelitian dari pihak kepala sekolah SMP N 5 Padangsidimpuan, kemudian peneliti menentukan sampel dengan Teknik random Sampling dan akhirnya mendapat jumlah sampel 79 Remaja Putri yang akan dimasukkan ke dalam one grup Whatsapp.
7. Kemudian peneliti memberikan penjelasan kepada responden tentang maksud dan tujuan serta melakukan informen consent.
8. Setelah mendapatkan persetujuan dari responden peneliti membagikan kuesioner pretest pada remaja putri melalui Whatsaap Group.
9. Peneliti Memberikan pendidikan kesehatan melalui Whatsapp Group.
10. Peneliti membagikan kembali kuesioner postest pada remaja putri melalui Whatsaap Group.
11. Setelah hasil data di dapatkan maka peneliti langsung mengolah data ke dalam SPSS.

3.9 Pengolahan dan Analisa Data

3.9.1. Pengolahan Data

a. Editing

Dilakukan untuk memeriksa kembali kebenaran data yang diperoleh dan dikumpulkan. *Editing* dapat dilakukan pada tahap pengumpulan data atau setelah data terkumpul.

b. Coding

Memberikan kode numerik (angka) terhadap data yang terdiri dari beberapa kategori sehingga memudahkan melihat arti suatu kode dari suatu variable.

c. *Entry*

Merupakan tahapan memproses data agar data yang di-entry dapat dianalisis dengan menggunakan komputer. Penulis memasukan data dari jawaban responden sesuai dengan kode yang sudah ditentukan.

d. Tahap *Cleaning*

Mengecek kembali data yang sudah di *entry* ke program SPSS untuk melihat ada data yang hilang (*missing*) dengan melakukan list, dan data yang sudah di *entry* benar atau salah dengan melihat variasi data atau kode yang digunakan.

2) Analisa Data

Sesudah semua data terkumpul maka langkah selanjutnya adalah menganalisis data. Analisis data dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan teknik sebagai berikut:

3.9.2. Analisa Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku *Vulva* hygiene menstruasi pada Remaja Putri di SMPN 5 Padangsidempuan.

3.9.3. Analisa Bivariat

Penelitian ini menggunakan uji T berpasangan apabila memenuhi syarat dan berdistribusi normal dengan menggunakan uji normalitas data ($>0,05$) maka yang dipakai uji t berpasangan, apabila tidak berdistribusi normal menggunakan uji

alternatif yaitu uji *Wilcoxon*. uji ini digunakan untuk membandingkan rata-rata sebelum dan sesudah tindakan dalam satu grup. Dalam melakukan analisis, uji ini

menggunakan data statistic parametric berbentuk interval yang di analisis dengan menggunakan SPSS. Uji alternatif Derajat kemaknaan di tentukan dengan hasil statistic sebesar $P_{value} = 0,05$, jika $P_{value} = < 0,05$ maka H1 diterima yang berarti ada pengaruh signifikan antara variabel independen dengan variabel dependen

BAB 4 HASIL PENELITIAN

4.1 Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden (N79)

| Karakteristik responden | f | % |
|--|----|-------|
| Umur Masa remaja awal (10-13 tahun) | 15 | 19,0 |
| Masa remaja tengah (14-16 tahun) | 63 | 79,7 |
| Masa remaja akhir (17-19 tahun) | 1 | 1,3 |
| Total | 79 | 100 |
| Pernah mendapatkan informasi tentang <i>Vulva Hygiene</i> Menstruasi? | | |
| Pernah | 51 | 63,75 |
| Belum Pernah | 28 | 35,56 |
| Total | 79 | 100 |
| Sumber informasi | | |
| Orang tua | 2 | 2,53 |
| Guru | 3 | 3,80 |
| Petugas Kesehatan | 5 | 6,33 |
| Teman/tetangga | 1 | 1,27 |
| Media massa | 2 | 2,53 |
| Lainnya, Sebutkan | 66 | 83,54 |
| Jumlah | 79 | 100 |

Berdasarkan tabel 4.1 diatas dapat kita lihat bersama bahwa hasil distribusi karakteristik responden untuk kategori umur mayoritas berada pada kategori remaja tengah (14-16 tahun) sebanyak 63 responden (79,7%) dan minoritas berada pada kategori remaja akhir sebanyak 1 responden (1,3%).

Untuk Informasi mayoritas responden sudah mendapatkan informasi mengenai *vulva hygiene* sebanyak 51 responden (63,75%), Minoritas responden belum pernah mendapatkan informasi mengenai *vulva hygiene* sebanyak 28 responden (35,56%). Mayoritas responden pernah mendapatkan informasi dari sumber lainnya seperti internet (google, searching) sebanyak 66 responden (83,54%).

4.2 Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Remaja Putri di SMP N 5 Padangsidimpun Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group (N=79)

Tabel 4.2 Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Remaja Putri di SMP N 5 Padangsidimpun Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group (N=79)

| Perilaku Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group | n | % |
|---|----------|----------|
| Positif | 43 | 54.4 |
| Negatif | 36 | 45.6 |
| Total | 79 | 100 |

Berdasarkan tabel 4.2 diatas menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri sebelum diberikan pendidikan Kesehatan Melalui *Whatsapp Group* memiliki perilaku positif sebanyak 43 remaja putri (54,4%). serta minoritas remaja putri memiliki perilaku negatif sebanyak 36 remaja putri (45,6%)

4.3 Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Remaja Putri di SMP N 5 Padangsidimpun Sesudah diberikan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group

Tabel 4.3 Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Remaja Putri di SMP N 5 Padangsidimpun Sesudah diberikan Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group (N79)

| Perilaku Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group | n | % |
|---|----------|----------|
| Positif | 79 | 100 |
| Total | 79 | 100 |

Berdasarkan tabel 4.3 diatas menunjukkan bahwa seluruh remaja putri setelah diberikan pendidikan Kesehatan Melalui *Whatsapp Group* memiliki perilaku positif sebanyak 79 remaja putri (100%).

4.4 Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group terhadap Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Remaja Putri di SMP N 5

Padangsidimpuan.

Sebelum melakukan analisis bivariat menggunakan uji *paired T-Test* terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data dengan uji *kolmogorov-smirnov*, berikut adalah tabel uji normalitas data :

4.4.1 Tabel Hasil Uji Normalitas Data Sebelum dan Sesudah

| Tests of Normality | | | | | | | |
|--------------------|----|------|--------------------|------|--------------|---------|--------------|
| | | | Kolmogorov-smirnov | | Shapiro-Wilk | | |
| Statistic | Df | Sig. | Statistic | Df | Sig. | pretest | |
| .932 | 79 | .000 | postest | .324 | 79 | .000 | .736 79 .000 |

Berdasarkan tabel 4.4.1 diatas dapat disimpulkan nilai $p < 0,05$, sehingga data tidak berdistribusi normal. Data yang tidak berdistribusi normal, maka uji alternatif yang akan digunakan yaitu uji hipotesis penelitian menggunakan uji *Wilcoxon*.

Tabel 4.4.2 Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group terhadap Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Pada Remaja Putri di SMP N 5 Padangsidimpuan (N=79)

| | Median (Minimum-Maximum) | pValue | Z-Score |
|---------|-----------------------------|--------|---------|
| Pretest | 51.00(41-75) | 0,000 | -7.737 |
| Postest | 68.00(51-75) | | |

Berdasarkan tabel 4.4 Berdasarkan hasil analisis data diperoleh nilai rerata pretest 54,48 dan rerata posttest 67,14 dengan selisih rerata 12,66. Dengan nilai median pretest skor minimum 41 dengan skor maksimum 75, untuk nilai median posttest skor minimum 51 dengan skor maksimum 75. Serta didapatkan $P_{value}=0.000$ ($< 0,05$) yang artinya ada pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan pendidikan Kesehatan Melalui *Whatsapp Group* Terhadap Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Pada Remaja,

dengan hasil Z-score -7.737.

BAB 5

PEMBAHASAN

5.1 Karakteristik Responden

a) Umur

Berdasarkan hasil distribusi karakteristik dapat dilihat bahwa responden yang banyak pada umur mayoritas berada pada kategori remaja tengah (14-16 tahun) sebanyak 63 responden (79,7%).

Hal ini senada dengan temuan penelitian sebelumnya yang menyatakan mayoritas responden pada penelitian ini paling mendominasi pada kelompok usia remaja pertengahan yaitu berada pada rentang usia 15-17 tahun sebanyak 323 orang (94,2%), Dimana remaja memasuki masa remaja pertengahan, remaja sudah mampu berpikir logis tentang bagaimana berperilaku saat menstruasi. Remaja juga dapat membayangkan serangkaian kejadian yang terjadi karena berbagai alasan , seperti : menjaga kebersihan diri saat menstruasi dengan alasan dan tujuan mencegah masalah kesehatan di masa mendatang . Dan remaja belajar tentang dampak positif dari menjaga kebersihan diri saat menstruasi dan dampak negatif dari mengabaikan kebersihan diri (Alfi et al., 2022).

Peneliti berasumsi umur akan mempengaruhi tingkat pengetahuan remaja putri masa pertengahan dalam perawatan diri termasuk vulva hygiene demi tercapainya masa depan yang sehat.

b) Pernah mendapatkan informasi tentang *Vulva Hygiene Menstruasi*

Untuk Informasi mayoritas responden sudah mendapatkan informasi mengenai *vulva hygiene* 51 responden (63,75%), Hal ini sejalan dengan pendapat temuan sebelumnya bahwa pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pendidikan, pekerjaan, usia, minat, pengalaman, budaya, lingkungan, dan ketersediaan informasi. Kesimpulan di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden memperoleh informasi dari internet (Adila et al., 2020).

Peneliti berpendapat bahwa apabila informasi tentang perawatan organ kewanitaan mudah diperoleh maka pengetahuan yang diperoleh akan semakin luas, serta akan berdampak pada hal positif yang terjadi dalam kehidupannya karena sudah memiliki gambaran dari dampak negatif yang akan terjadi kedepannya.

c) Dari mana anda mendapatkan informasi tersebut

Mayoritas responden pernah mendapatkan informasi dari sumber lainnya seperti internet (google, searching) sebanyak 66 responden (83,54%). Kurangnya informasi tentang kebersihan menstruasi. Di masyarakat, masalah kesehatan reproduksi bagi remaja dianggap tabu. Hal ini membatasi komunikasi antara orang tua dan remaja mengenai kebersihan menstruasi, akibatnya, remaja mungkin memiliki pemahaman dan kesadaran yang rendah tentang kesehatan reproduksi dan dapat mengambil keputusan yang salah. Selain itu, siswa kelas tujuh tidak menerima informasi apa pun tentang kebersihan menstruasi di sekolah. Pendidikan tentang sistem reproduksi tidak diajarkan kepada remaja sampai mereka mencapai kelas delapan. Media massa juga memegang peranan penting dalam menyebarkan informasi tentang kebersihan menstruasi. Salah satu

media massa yang memegang peranan sangat penting adalah Internet. Banyak anak muda yang sudah menggunakan Internet untuk mengakses informasi mengenai apa saja namun sayangnya kebanyakan remaja menyalahgunakannya hampir 24 jam dengan bermain berbagi aplikasi yang dapat di jangkau dengan akses internet dan mengabaikan kesehatannya (Hubaedah, 2019).

5.2 Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group terhadap Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Pada Remaja Putri di SMP N 5 Padangsidempuan

Berdasarkan hasil *uji Wilcoxon* dapat disimpulkan nilai *p value* 0,000 berarti adanya Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group Terhadap Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Pada Remaja di SMP N 5 Padangsidempuan Tahun 2024. Berdasarkan nilai *Z* dapat disimpulkan bahwa adanya Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group Terhadap Perilaku *Vulva* Hygiene Menstruasi Pada Remaja di SMP N 5 Padangsidempuan Tahun 2024 sebesar -7.737.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa adanya Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Melalui Whatsapp Group Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi pada Remaja Putri Kelas X IPS SMAN 4 Madiun. Data penelitian dianalisis menggunakan uji Wilcoxon didapatkan nilai $p_{value} = 0,000 < 0,05$.

Menurut peneliti, setelah mendapatkan penyuluhan kesehatan reproduksi tentang personal hygiene menstruasi melalui whatsapp group terdapat peningkatan perilaku responden. Hal ini dikarenakan materi penyuluhan kesehatan reproduksi tentang personal hygiene menstruasi mudah dipahami oleh responden dan media

yang digunakan peneliti mudah digunakan oleh responden, sehingga responden tidak mengalami kesulitan dalam memahami informasi yang disampaikan oleh peneliti. Dampak penyuluhan kesehatan reproduksi melalui whatsapp group terhadap perilaku personal hygiene menstruasi memberikan pengaruh yang signifikan. Hal ini sesuai dengan jawaban sebelum mendapatkan penyuluhan kesehatan, sebanyak 38 siswi mengganti celana dalam 2 kali sehari, namun setelah mendapatkan penyuluhan kesehatan, sebanyak 47 siswi mengganti celana dalam 2 kali sehari (Habibah, 2022).

Peningkatan perilaku dan dampak terlihat sebelum dan sesudah penyuluhan kesehatan, yang sebagian disebabkan oleh kemampuan remaja putri dalam menyerap materi dengan baik. Dalam hal ini peneliti memberikan informasi dalam bentuk ceramah dengan dukungan penggunaan media PowerPoint.

Jumlah hasil tes ulang dapat meningkat secara signifikan karena informasi dan penyuluhan kesehatan yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri, khususnya mengenai keputihan dan kebersihan alat kelamin.

Selain itu, rasa ingin tahu dan antusias remaja putri untuk menyimak informasi selama penyuluhan kesehatan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi peningkatan perilaku remaja putri. Hal ini dapat dilihat dari cara remaja aktif bertanya setelah menerima materi kesehatan. Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku remaja putri adalah pengetahuan. Pengetahuan dapat diperoleh melalui penyuluhan kesehatan. Dengan penyuluhan kesehatan, remaja putri dapat mengubah perilaku mereka mengenai pencegahan keputihan dari yang salah menjadi benar. Dalam hal ini, Apabila pendidikan kesehatan dilakukan secara

daring, perilaku remaja putri dapat berubah dan dapat menilai serta mengaplikasikan perilaku merawat organ reproduksinya dengan baik dalam

kehidupan sehari – hari (Novitasari et al., 2021).

Dari hasil penelitian yang dilakukan peneliti berasumsi bahwa adanya peningkatan edukasi kesehatan melalui whatsapp group juga sangat membantu meningkatkan pengetahuan, sehingga mampu merubah perilaku kesehatan yang berdampak positif terutama pada remaja putri dalam melakukan *vulva hygiene* sebagai bentuk kepedulian dalam kesehatan reproduksi.

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

1. Karakteristik responden untuk umur mayoritas berada pada kategori remaja awal (12-16 tahun) sebanyak 78 responden (98,73%), Untuk Informasi mayoritas responden sudah mendapatkan informasi mengenai *vulva hygiene* 51 responden (63,75%), serta mayoritas responden pernah mendapatkan informasi dari lainnya seperti internet (google, searching) sebanyak 66 responden (83,54%).
2. Mayoritas remaja putri sebelum diberikan pendidikan Kesehatan Melalui *Whatsapp Group* memiliki perilaku positif sebanyak 43 remaja putri (54,4%).
3. Seluruh remaja putri setelah diberikan pendidikan Kesehatan Melalui *Whatsapp Group* memiliki perilaku positif sebanyak 79 remaja putri (100%).
4. Hasil penelitian $P_{value}=0.000$ ($< 0,05$) yang artinya ada pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan pendidikan Kesehatan Melalui *Whatsapp Group* Terhadap Perilaku *Vulva Hygiene* Menstruasi Pada Remaja, dengan hasil Z-score -7.737

6.2 Saran

1. Tempat Penelitian SMP N 5 Padangsidempuan
2. Hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk guru dalam memberikan pengarahan tentang *Vulva hygiene* dan juga bermanfaat untuk Remaja

Putri sehingga bisa mengetahui tentang *Vulva hygiene* sedini mungkinPetugas Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini bermanfaat untuk memberikan alternative sebagai pendidikan kesehatan reproduksi remaja terhadap Perilaku *Vulva Hygiene Menstruasi Pada Remaja*

3. Bagi Masyarakat dan Orang Tua

Diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan tentang pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi remaja sehingga dapat mengurangi tingkat negatif dalam Perilaku *Vulva Hygiene Menstruasi Pada Remaja*.

4. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini bermanfaat sebagai data dasar untuk penelitian selanjutnya, dan menambah literature tentang pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Adila, W., Rinjani, M., & Cinderela, P. (2020). Tingkat pengetahuan remaja tentang personal hygiene. *Journal of Psychological Perspective, 1*(2), 59–66. <https://doi.org/10.47679/jopp.12492019>
- Alfi, N. R., Hasanah, O., & Misrawati. (2022). Gambaran Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Saat Menstruasi Di Masa New Normal Di Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal), 7*(2), 61–72. <https://doi.org/10.51933/health.v7i2.824>
- Annisa, F. R. (2020) “Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri,” Universitas Andalas, 2020.
- Ari, D. (2022). Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Infeksi Menular Seksual - Google Books (R. Y. Sabila (Ed.)).
- Ariana, R. (2020). Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan Vi. 2, 1–23.
- BPS SUMUT. (2024). *Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur Dan Jenis Kelamin (Jiwa), 2022-2024. Diakses Dari: <https://Sumut.Bps.Go.Id/Indicator/12/68/1/Jumlah-Penduduk-Menurut-Kelompok-Umur-Dan-Jenis-Kelamin.Html>*.
- BPS Kota Padangsidempuan. (2022). *Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur Dan Jenis Kelamin (Jiwa), 2020-2022. Diakses Dari: <https://Padangsidimpuankota.Bps.Go.Id/Indicator/12/36/1/Jumlah-Penduduk-Menurut-Kelompok-Umur-Dan-Jenis-Kelamin.Html>*.
- BPS Indonesia. (2024). *Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur Dan Jenis Kelamin, Indonesia, 2022. Diakses Dari: <https://Sensus.Bps.Go.Id/Topik/Tabular/Sp2022/188/1/0>*.
- Conterius, R. E. ., & Guru, Y. Y. (2023). Hubungan Pengetahuan Remaja Puteri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Sltip Swasta Dharma Nusa. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat, 1*(2), 22–2023.
- Dayati. (2024). *Volume 13 , No 1 2024 Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Anak Kelas V Dan Vi Di Upt Sd N 2 Panutan Kecamatan Pagelaran Kabupaten Pringsewu Menarche In Grade V And Vi Children At Upt Sd N 2 Role Models Of. 13*(1), 78–88.
- Delima, M., Andriani, Y., & Lestari, T. (2020). Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan Vi. *Jurnal Kesmas Asclepius, 2*(2), 97-104.

- Dewi, N. G. S. R. K. (2022). *HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU REMAJA PUTRI TERHADAP VULVA HYGIENE DI SMP NEGERI 3 KUTA UTARA*.
- Habibah, I. K. (2022). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Melalui Whatsapp Group Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas X Ips Di Sman 4 Madiun*. 1–23.
- Hubaedah, A. (2019). Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulvae Pada Remaja Putri Kelas Vii Di Smp Negeri 1 Sepulu Bangkalan. *Embrio*, 11(1), 30–40. <https://doi.org/10.36456/embrio.vol11.no1.a1696>
- Emilia, O., & Prabandari, Y. S. (2019). *Promosi Kesehatan Dalam Lingkup Kesehatan Reproduksi*. Ugm Press.
- Eni, D. D. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di Sd Negeri 02 Buntar. *Jurnal Stethoscope*, 2(1), 70–74. <https://doi.org/10.54877/Stethoscope.V2i1.837>.
- Ety, Dusra, Suriah Suriah, And Fairus Fairus. 2019. “Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Suku Nuaulu Dalam Tradisi Pinamu Di Kabupaten Maluku Tengah.” *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis* 14(1): 31–35.
- Fatmawati, L., Syaiful, Y., & Tamada, M. (2022). Pendidikan Kesehatan Meningkatkan Pengetahuan Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Usia 9-12 Tahun. *Journals Of Ners Community*, 13(1), 51-63.
- Febrina, R. (2020). Edukasi Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren. *Jurnal Abdimas Kesehatan (Jak)*, 2(3), 201-204.
- Fitri, D. E., & Kurnia, E. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Focus Group Discussion Terhadap Pengetahuan Siswi Tentang Persiapan Dalam Menghadapi Menarche. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 10(2), 297-304.
- Hapsari, A. (2019). Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Modul Kesehatan Reproduksi Remaja. *Wineka Medika*. [Http://eprints. Undip. Ac. Id/38840/1/Kesehatan Mental. Pdf](http://eprints.undip.ac.id/38840/1/Kesehatan%20Mental.Pdf).
- Haryono, Rudi.(2016). *Siap Menghadapi Menstruasi & Menopause*. Gosyen Publishing, Yogyakarta
- Hastuty, Y. D., & Nasution, N. A. (2023). *Pengetahuan Dan Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi*. Pt. Sonpedia Publishing Indonesia. <https://www.google.co.id/books/editio>

- Ibrahim, A. A., Attia, A. A., Mohammed, A. F., & Sc, B. (2022). Self-Care Practices Regarding Prevention Of Reproductive Tract Infection Among Female Adolescent. *Egyptian Journal Of Health Care*, 13(2), 137–157.
- Irfiah, I. (2024). Determinan Perilaku Remaja Putri Dalam Personal Hygiene Masa Haid. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 29-39.
- Kemenkes Ri, (2020). Manajemen Kebersihan Menstruasi Perlu Di Pahami.
- Lestari, R., Realita, F., & Rosyidah, H. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Personal Hygiene Terhadap Perilaku Personal Hygiene Remaja Saat Menstruasi: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (Mppki)*, 7(4), 831-840.
- Manase, P., Nurbaya, S., & Sumi, S. S. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Kesiapan Menghadapi Remaja Menarche Pada Siswi Di Smp Negeri 2 Rantebua. *Jimk: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2(3), 424-432.
- Marliani, Rosleny.(2016). Psikologi Perkembangan Anak & Remaja. Pustaka Setia, Bandung
- Martin, W., Zaini, H., Barat, U. S., Barat, S., & Artikel, I. (2021). Jurnal Nthn : Nan Tongga Health And Nursing. 16(1), 10–15.
- Niman, Susanti.(2020). Promosi Dan Pendidikan Kesehatan, Cv Trans Info Media, Jakarta
- Niman, Susanti.(2020). Promosi Dan Pendidikan Kesehatan, Cv Trans Info Media, Jakarta
- Ninawati, S., & Novita, N. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Berbasis Media Sosial Whatsapp Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Mtsn 2 Kota Serang Tahun 2023. *Jurnal Ners*, 8(1), 396-400.
- Novitasari, D., Anni Suciawati, & Rukmaini. (2021). Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang Hygiene Kewanitaan Terhadap Perilaku Remaja Putri Dalam Mencegah Keputihan Di Smpn 27 Kota Bekasi Tahun 2021. *Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmiah Kesehatan Politeknik Medica Farma Husada Mataram*, 7(2), 91–97. <https://doi.org/10.33651/jpkik.v7i2.246>
- Nur Lutfiya, I. (2016). Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 5(2), 135- 145.
- Pesik, N., Mautang, T. W., & Mamujaja, P. P. (2024). Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene Di Smp Negeri 8 Satap Tondano. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(1), 416-423.
- Priyanti, S., & Syalfina, A. D. (2017). Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Dan Keluarga Berencana. *E-Book Penerbit Stikes Majapahit*.

- Proverawati, A. (2022). Menarche: Menstruasi Pertama Penuh Makna. Nuha Medika.//Libakbid.Latansamashiro.Ac.Id/Index.Php?P=Show_Detail&Id=1366&Keywords=
- Rahayu, A. (2017). Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Lansia.
- Rahman, I., & Nirwana, H. (2022). Analisis Tingkat Pemahaman Pendidikan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja. *Jrti (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 7(3), 395-398.
- Sabila, S. G., Fujiana, F., & Budiharto, I. (2023). Gambaran Usia Menarche Dan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Keperawatan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 1315-1320.
- Sagala, N. S., Napitupulu, N. F., Simamora, A. A., & Harahap, E. M. (2023). Kepiawean Remaja Putri Difabel Dalam Menghadapi Menstruasi Di Sekolah Luar Biasa Negeri (Slbn) Di Kota Padangsidempuan Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 8(1), 65-74.
- Santoso, E. B., Desi, N. M., & Sit, S. (2024). *Buku Ajar Promosi Kesehatan Dan Pendidikan Kesehatan*. Basya Media Utama.
- Sari, A. (2023). Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi.
- Sarwono, Sarlito W.(2016). Psikologi Remaja. Pt Raja Grafindo Persada, Jakarta
- Sinulingga, P. (2020). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 6(2), 123-127.
- Suryani, L. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi Di Smp Negeri 12 Kota Pekanbaru. *Jomis (Journal Of Midwifery Science)*, 3(2), 68-79.
- Suryawantie, T., Budiarti, K. D., & Nuraeni, S. R. (2020). Literature Review: Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Audiovisual Tentang Menarche Terhadap Kesiapan Siswi Sd Menghadapi Menarche. *Jurnal Keperawatan Dirgahayu (Jkd)*, 2(2), 13-22.
- Titik, Lestari.(2015). Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan. Nuha Medika, Yogyakarta
- Unicef.(2021). Profil Remaja 2021.Unicef, 917(2016), 1–2.
<https://www.unicef.org/indonesia/media/9546/file/profil-remaja.pdf>
- Wade, Carole. Dkk.(2014). Edisi Kesebelas Jilid 2 Psikologi. Erlangga
- Wahdah, R. (2024). Pendidikan Kesehatan Personal Hygiene Pada Remaja Putri Demi Meningkatkan Derajat Kesehatan Reproduksi. *Pedamas (Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 2(03), 592-595.

- Wahyuni, E. E., Majid, Y. A., & Dekawaty, A. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Di Sekolah Dasar Negeri 88 Palembang Tahun 2019. *Healthcare Nursing Journal*, 2(1).
- Winarti, A., Fatimah, F. S., & Rizky, W. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Tentang Menarche Pada Siswi Kelas V Sekolah Dasar. *Jnki (Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia)(Indonesian Journal Of Nursing And Midwifery)*, 5(1), 51-57.
- Wulandari, R. T., Putri, I. M., & Herfanda, E. (2024). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Personal-Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Miftahunnajah Sleman Yogyakarta. *Jurnal Sehat Mandiri*, 19(1), 36-45.
- Yolanda, N. N. G., & Lestari, K. S. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri: Literature Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(2), 5407-5415.
- Zalni, R. I. (2023). *Usia Menarche Pada Siswi Sekolah Dasar*. Penerbit Nem.



UNIVERSITAS AUFA ROYHAN DI KOTA PADANGSIDEMPUAN

FAKULTAS KESEHATAN

Berdasarkan SK Menristekdikti RI Nomor: 461/KPT/I/2019, 17 Juni 2019

Jl. Raja Inal Siregar Kel. Batunadua Julu, Kota Padangsidempuan 22733.

Telp. (0634) 7366507 Fax. (0634) 22684

e-mail: afa.royhan@yahoo.com http://: unar.ac.id

Nomor : 150/FKES/UNAR/I/PM/III/2024 Padangsidempuan, 5 Maret 2024
Lampiran : -
Perihal : Izin Survey Pendahuluan

Kepada Yth.
Kepala SMP Negeri 5
Di

Tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan di Universitas Afa Royhan Di Kota Padangsidempuan, kami mohon bantuan saudara agar kepada mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Karimatunnisa Matondang

NIM : 21060039

Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

Dapat diberikan Izin Survey Pendahuluan di SMP Negeri 5 untuk penulisan Skripsi dengan judul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Melalui Group Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Pada Remaja".

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan bantuan saudara kami ucapkan terimakasih.



Atinil Hidayah, SKM, M.Kes
NIDN. 0118108703



PEMERINTAH KOTA PADANGSIDIMPUAN
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 5 PADANGSIDIMPUAN

Jl. Perintis Kemerdekaan No. 61 Padangsidempuan Selatan
Telp. (0634)22255 Kode Pos 22727

SURAT KETERANGAN

NOMOR : 422 / 304 / SMP.5 / 2024

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : JAMALI, S.Pd
NIP : 19680626 199412 1 001
Pangkat, Gol/Ruang : Pembina Tk. I, IV/b
Jabatan : Kepala SMP Negeri 5 Padangsidempuan

Menerangkan bahwa :

Nama : **KARIMATUNNISA**
NIM : 21060039
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

Sesuai dengan surat Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidempuan Nomor : 150 / FKES / UNAR / I / PM / III / 2024 tanggal 5 Maret 2024 hal mohon izin mengadakan survey pendahuluan untuk penulisan skripsi, dengan ini diberikan izin untuk melaksanakan survey yang dimaksud di SMP Negeri 5 Padangsidempuan.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dipergunakan seperlunya.



Padangsidempuan, 28 Agustus 2024
Kepala SMP Negeri 5 Padangsidempuan

JAMALI, S.Pd
NIP. 19680626 199412 1 001



UNIVERSITAS AUFA ROYHAN DI KOTA PADANGSIDIMPUAN

FAKULTAS KESEHATAN

Berdasarkan SK Menristekdikti RI Nomor: 461/KPT/I/2019, 17 Juni 2019

Jl. Raja Inal Siregar Kel. Batunadua Julu, Kota Padangsidempuan 22733.

Telp. (0634) 7366507 Fax. (0634) 22684

e-mail: afa.royhan@yahoo.com http://: unar.ac.id

Nomor : 1054/FKES/UNAR/E/PM/XI/2024 Padangsidempuan, 18 November 2024
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth.
Kepala SMP Negeri 5
Di

Tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan di Universitas Afa Royhan Di Kota Padangsidempuan, kami mohon bantuan saudara agar kepada mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Karimatunnisa Matondang

NIM : 21060039

Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

Dapat diberikan Izin Penelitian di SMP Negeri 5 untuk penulisan Skripsi dengan judul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group Terhadap Perilaku Vulva Hygiene Menstruasi Pada Remaja Putri di SMP Negeri 5 Padangsidempuan Tahun 2024”.

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan bantuan saudara kami ucapkan terimakasih.

Dekan

Arinil Hidayah, SKM, M.Kes
NUPTK. 8350765666230243



PEMERINTAH KOTA PADANGSIDIMPUAN
DINAS PENDIDIKAN
SMP NEGERI 5 PADANGSIDIMPUAN

Jl. Perintis Kemerdekaan No. 61 Padangsidempuan Selatan
Telp. (0634)22255 Kode Pos 22727

SURAT KETERANGAN

NOMOR : 422 / 038 / SMP.5 / 2025

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMP Negeri 5 Padangsidempuan di Padangsidempuan, menerangkan bahwa:

Nama : KARIMATUNNISA MATONDANG
NIM : 21060039
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

benar telah mengadakan penelitian (Riset) di SMP Negeri 5 Padangsidempuan pada tanggal 19 November 2025 s/d selesai, guna untuk melengkapi penyelesaian skripsinya yang berjudul : **"Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group Terhadap Perilaku Vilva Hygiene Menstruasi Pada Remaja Putri di SMP Negeri 5 Padangsidempuan Tahun 2024"** sesuai dengan Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Aufa Royhan di Padangsidempuan Nomor : 1054/FKES/UNAR/E/PM/XI/2024 tanggal 18 November 2024.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dipergunakan seperlunya.

Padangsidempuan, 23 Januari 2025

Kepala SMP Negeri 5 Padangsidempuan



LAMALA, S.Pd

NIP. 19680626 199412 1 001

Lampiran 1

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada :

Yth. Calon Responden :

Di Tempat :

Dengan hormat,

Saya mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Afa Royhan Di Kota Padangsidempuan bermaksud melaksanakan penelitian mengenai Perilaku Remaja Putri Dalam *Vulva Hygiene* (Genetalia) Saat Menstruasi. Penelitian ini dilaksanakan sebagai satu syarat dalam menyelesaikan tugas akhir Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Afa Royhan Di Kota Padangsidempuan.

Saya mengharapkan dan memberikan jawaban sesuai dengan keadaan yang sebenarnya serta pendapat anda sendiri tanpa dipengaruhi orang lain, kami menjamin kerahasiaan pendapat dan identitas anda. Informasi yang anda berikan akan dipergunakan dalam pengetahuan ilmu kebidanan dan tidak disalah gunakan.

Padangsidempuan, November 2024

Peneliti

Lampiran2

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Judul penelitian : **PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN REPRODUKSI MELALUI WHATSAPP GROUP TERHADAP PERILAKU VULVA HYGIENE MENSTRUASI PADA REMAJA**

Peneliti : Karimatunnisa Matondang
NIM 21060039

Saya bersedia menjadi responden pada penelitian. Saya mengerti bahwa saya menjadi bagian dari penelitian ini yang bertujuan untuk mengetahui perilaku remaja putri dalam *vulva hygiene* (genetalia) saat menstruasi.

Saya telah diberitahu bahwa partisipasi ini tidak merugikan dan saya mengerti bahwa tujuan dari penelitian ini akan sangat bermanfaat bagi saya maupun bagi masyarakat khususnya bidang kesehatan.

Demikian secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun saya bersedia berperan serta dalam penelitian ini.

Peneliti Padangsidempuan, November 2024
Responden

(Karimatunnisa Matondang) (.....)
Lampiran3

Kisi-Kisi Kuesioner Perilaku Remaja Putri Dalam *Vulva Hygiene* Saat Menstruasi

| No | VARIABEL | SUB VARIABEL | KODE SOAL | PERNYATAAN | JUMLAH SOAL |
|----|--|---|------------------------|---|-------------|
| 1 | Perilaku Remaja Putri Tentang <i>Vulva Hygiene</i> Saat Menstruasi | Perilaku <i>Vulva Hygiene</i> 1. Cara cebok dengan benar dari depan ke belakang. | 1 2 5 7 10 | Positif (+) Positif (+) Positif (+) Positif (+) Positif (+) | 5 |

| | | | | |
|--|---|----|-------------|---|
| | 2. Pengganti pembalut | 6 | Positif (+) | 9 |
| | a. Sesudah BAB dan BAK | 8 | Positif (+) | |
| | | 9 | Positif (+) | |
| | b. Sesudah mandi | 11 | Negatif (-) | |
| | c. Ketika sudah penuh | 13 | Negatif (-) | |
| | | 15 | Negatif (-) | |
| | d. Ada gumpalan darah | 16 | Negatif (-) | |
| | | 17 | Negatif (-) | |
| | | 18 | Negatif (-) | |
| | 3. Jenis pakaian dalam yang digunakan. | 3 | Positif (+) | 6 |
| | | 4 | Positif (+) | |
| | | 12 | Negatif (-) | |
| | a. Tidak ketat | 14 | Negatif (-) | |
| | b. Menyerap keringat seperti katun | 19 | Negatif (-) | |
| | | 20 | Negatif (-) | |
| | c. Diganti 2 kali sehari atau jika terkena darah menstruasi | | | |

Lampiran 4

KUESIONER

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI WHATSAPP GROUP TERHADAP PERILAKU *VULVA* HYGIENE MENSTRUASI PADA REMAJA DI SMP N 5 PADANGSIDIMPUAN

Petunjuk pengisian: Berilah tanda (√) pada kolom jawaban yang telah disediakan sesuai dengan kebiasaan anda saat menstruasi

I. DATA DEMOGRAFI 1.

Nomer :

2. Nama (Inisial) :

3. Usia :

4. Apakah anda pernah mendapatkan informasi tentang *Vulva Hygiene* Menstruasi?

Pernah

Belum pernah

5. Jika pernah dari mana anda mendapatkan informasi tersebut?

: Orang tua

: Guru

: Petugas Kesehatan

: Teman/tetangga

: Media massa

: Lainnya, Sebutkan

II. KUESIONER

Keterangan: SL : Selalu

SR : Sering

KD : Kadang

TP : Tidak Pernah

| No | Pernyataan tentang <i>vulva hygiene</i> genitalia saat menstruasi | SL | SR | KD | TP |
|----|--|----|----|----|----|
| 1 | Saya membersihkan daerah kemaluan dari arah depan (vagina) ke arah belakang (anus). | | | | |
| 2 | Saya mengeringkan daerah kemaluan dengan tissue setelah buang air kecil dan buang air besar. | | | | |
| 3 | Saya mengganti celana dalam 2-3 kali sehari. | | | | |
| 4 | Saya menggunakan celana dalam yang terbuat dari bahan yang menyerap keringat seperti katun. | | | | |
| 5 | Saya mencuci tangan sebelum dan sesudah cebok. | | | | |
| 6 | Mengganti pembalut 4-5 kali sehari saat menstruasi. | | | | |
| 7 | Saya membersihkan kemaluan dengan sabun sesudah buang air kecil dan buang air besar. | | | | |

| | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|
| 8 | Saya mencuci pembalut kain dengan sabun sampai Bersih | | | | |
| 9 | Saya memiliki pembalut kain pengganti lebih dari 3 | | | | |
| 10 | Saya memiliki handuk khusus/tissue untuk membersihkan kemaluan. | | | | |
| 11 | Saya tidak mengganti pembalut sesudah buang air Besar | | | | |
| 12 | Saya memakai celana dalam yang ketat selama Menstruasi | | | | |
| 13 | Saya merasa gatal pada kemaluan saya ketika pembalut tidak saya ganti kurang dari 6 jam. | | | | |
| 14 | Saya tidak mengganti celana dalam jika tidak bocor. | | | | |
| 15 | Saya tidak mencuci tangan sebelum dan sesudah memakai pembalut | | | | |
| 16 | Saya tidak mengganti pembalut saya ketika ada gumpalan darah di pembalut saya | | | | |
| 17 | Saya tidak mengganti pembalut sesudah mandi | | | | |
| 18 | Saya mengganti pembalut setelah merasa penuh/bocor. | | | | |
| 19 | Saya tidak merendam terlebih dahulu, saat mencuci pakaian dalam yang terkena darah. | | | | |
| 20 | Saya tidak menyetrika pakaian dalam setelah kering. | | | | |

| no | pretest | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | posttest | | | | | | | | | | kategori pre | kategori post | | | | | | | | | | | | |
|----|---------|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|--------------|---------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------|
| | p1 | p2 | p3 | p4 | p5 | p6 | p7 | p8 | p9 | p10 | p11 | p12 | p13 | p14 | p15 | p16 | p17 | p18 | p19 | p20 | total | p1 | p2 | p3 | p4 | p5 | p6 | p7 | p8 | p9 | | | p10 | p11 | p12 | p13 | p14 | p15 | p16 | p17 | p18 | p19 | p20 | total |
| 50 | 4 | 4 | 1 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 71 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 70 | 1 | 1 |
| 51 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 4 | 3 | 62 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 70 | 1 | 1 |
| 52 | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 1 | 3 | 58 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 67 | 1 | 1 |
| 53 | 4 | 1 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 59 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 71 | 1 | 1 |
| 54 | 4 | 1 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 2 | 1 | 1 | 4 | 4 | 1 | 1 | 4 | 54 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 70 | 1 | 1 | |
| 55 | 4 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 1 | 4 | 4 | 60 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 68 | 1 | 1 | |
| 56 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 50 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 67 | 2 | 1 | |
| 57 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 51 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 68 | 1 | 1 | |
| 58 | 2 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 51 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 71 | 1 | 1 |
| 59 | 2 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 48 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 70 | 2 | 1 | |
| 60 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 57 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 69 | 1 | 1 | |
| 61 | 4 | 1 | 4 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 1 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 4 | 63 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 75 | 1 | 1 |
| 62 | 2 | 1 | 1 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 4 | 3 | 47 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 70 | 2 | 1 | |
| 63 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 2 | 4 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 54 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 73 | 1 | 1 |
| 64 | 2 | 2 | 1 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 51 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 69 | 1 | 1 | |
| 65 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 48 | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 68 | 2 | 1 |
| 66 | 2 | 1 | 1 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 48 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 67 | 2 | 1 | |
| 67 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 50 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 67 | 2 | 1 | |
| 68 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 48 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 68 | 2 | 1 | |
| 69 | 1 | 1 | 2 | 4 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 4 | 3 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 49 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 67 | 2 | 1 | |
| 70 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 4 | 1 | 1 | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 50 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 67 | 2 | 1 | |
| 71 | 1 | 1 | 2 | 4 | 1 | 2 | 1 | 4 | 1 | 1 | 4 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 2 | 49 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 67 | 2 | 1 | |
| 72 | 1 | 1 | 2 | 4 | 1 | 2 | 1 | 4 | 1 | 1 | 4 | 1 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 4 | 2 | 49 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 64 | 2 | 1 | |
| 73 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 50 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 67 | 2 | 1 | | |
| 74 | 1 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 1 | 1 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 48 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 67 | 2 | 1 | |
| 75 | 1 | 1 | 1 | 3 | 1 | 4 | 1 | 3 | 4 | 1 | 4 | 2 | 2 | 4 | 1 | 4 | 1 | 4 | 4 | 4 | 50 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 67 | 2 | 1 | |
| 76 | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 1 | 4 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 4 | 1 | 4 | 45 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 67 | 2 | 1 | |
| 77 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 50 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 4 | 3 | 65 | 2 | 1 | | |
| 78 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 50 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 1 | 3 | 3 | 63 | 2 | 1 |
| 79 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 50 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 68 | 2 | 1 | |

keterangan

kategori pretest/posttest

1=positif

2=negatif

| no | remaja putri | umur | kategori umur | mendapatkan informasi | sumber informasi |
|----|--------------|------|---------------|-----------------------|------------------|
| 1 | Wu | 15 | 2 | 2 | 6 |
| 2 | Ra | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 3 | Si | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 4 | Na | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 5 | Aq | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 6 | Az | 13 | 1 | 1 | 6 |
| 7 | Sa | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 8 | la | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 9 | El | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 10 | Ai | 13 | 1 | 1 | 6 |
| 11 | De | 13 | 1 | 2 | 6 |
| 12 | la | 14 | 2 | 2 | 2 |
| 13 | Sy | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 14 | Di | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 15 | Nu | 15 | 2 | 2 | 6 |
| 16 | an | 13 | 1 | 1 | 2 |
| 17 | am | 13 | 1 | 2 | 6 |
| 18 | sa | 15 | 2 | 1 | 6 |
| 19 | re | 14 | 2 | 1 | 5 |
| 20 | ai | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 21 | Nu | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 22 | An | 13 | 1 | 1 | 1 |
| 23 | At | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 24 | Pu | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 25 | Ra | 14 | 2 | 2 | 3 |
| 26 | Ha | 12 | 1 | 1 | 1 |
| 27 | Na | 13 | 1 | 1 | 6 |
| 28 | Kh | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 29 | Ri | 13 | 1 | 1 | 6 |
| 30 | El | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 31 | Na | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 32 | Si | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 33 | Pu | 13 | 1 | 1 | 6 |
| 34 | In | 15 | 2 | 1 | 6 |
| 35 | Di | 15 | 2 | 1 | 6 |
| 36 | pu | 15 | 2 | 1 | 6 |
| 37 | sa | 14 | 2 | 1 | 5 |
| 38 | mu | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 39 | ca | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 40 | Bu | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 41 | Li | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 42 | Al | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 43 | Sh | 14 | 2 | 1 | 6 |

| no | remaja putri | umur | kategori umur | mendapatkan informasi | sumber informasi |
|----|--------------|------|---------------|-----------------------|------------------|
| 44 | Fl | 12 | 1 | 2 | 6 |
| 45 | pu | 15 | 2 | 1 | 3 |
| 46 | Di | 14 | 2 | 1 | 3 |
| 47 | Sa | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 48 | la | 15 | 2 | 1 | 3 |
| 49 | La | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 50 | Ce | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 51 | De | 15 | 2 | 2 | 6 |
| 52 | ra | 14 | 2 | 1 | 4 |
| 53 | ag | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 54 | CH | 14 | 2 | 1 | 2 |
| 55 | Me | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 56 | Li | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 57 | Je | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 58 | Ai | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 59 | Ai | 13 | 1 | 1 | 6 |
| 60 | De | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 61 | lo | 14 | 2 | 1 | 3 |
| 62 | ai | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 63 | Sa | 15 | 2 | 1 | 6 |
| 64 | um | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 65 | pi | 13 | 1 | 1 | 6 |
| 66 | nu | 13 | 1 | 1 | 6 |
| 67 | Ve | 15 | 2 | 1 | 6 |
| 68 | so | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 69 | Mi | 15 | 2 | 1 | 6 |
| 70 | Mi | 13 | 1 | 1 | 6 |
| 71 | Ni | 14 | 2 | 2 | 6 |
| 72 | il | 15 | 2 | 1 | 6 |
| 73 | Ja | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 74 | Ni | 14 | 2 | 1 | 6 |
| 75 | Bi | 15 | 2 | 1 | 6 |
| 76 | lp | 17 | 3 | 1 | 6 |
| 77 | Sy | 15 | 2 | 1 | 6 |
| 78 | An | 15 | 2 | 1 | 6 |
| 79 | Dw | 15 | 2 | 2 | 6 |

keterangan

kategori umur

1= remaja awal

2= remaja tengah

3= remaja akhir

mendapatkan informasi

1= pernah

2 = belum pernah

sumber informasi

1=orang tua

2= guru

3 = petugas keasehatan

4 = teman/tetangga

5= media masa

6 = lainnya

LAMPIRAN HASIL UJI SPSS

remaja

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | remaja awal | 15 | 19.0 | 19.0 | 19.0 |
| | remaja tengah | 63 | 79.7 | 79.7 | 98.7 |
| | remaja akhir | 1 | 1.3 | 1.3 | 100.0 |
| | Total | 79 | 100.0 | 100.0 | |

apakah pernah mendapatkan informasi tentang vulva hygiene

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | pernah | 51 | 64.6 | 64.6 | 64.6 |
| | belum pernah | 28 | 35.4 | 35.4 | 100.0 |
| | Total | 79 | 100.0 | 100.0 | |

darimana mendapatkan informasi tersebut

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | orangtua | 2 | 2.5 | 2.5 | 2.5 |
| | guru | 3 | 3.8 | 3.8 | 6.3 |
| | petugas kesehatan | 5 | 6.3 | 6.3 | 12.7 |
| | tetangga/teman | 1 | 1.3 | 1.3 | 13.9 |
| | media massa | 2 | 2.5 | 2.5 | 16.5 |
| | lainnya | 66 | 83.5 | 83.5 | 100.0 |
| | Total | 79 | 100.0 | 100.0 | |

kategpre

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | positif | 43 | 54.4 | 54.4 | 54.4 |
| | negatif | 36 | 45.6 | 45.6 | 100.0 |
| | Total | 79 | 100.0 | 100.0 | |

| | | katpost | | | Cumulative Percent |
|-------|---------|-----------|---------|---------------|-----------------------|
| Valid | positif | Frequency | Percent | Valid Percent | |
| | | 79 | 100.0 | 100.0 | 100.0 |

Uji Normalitas Data

Descriptives

| | | Statistic | Std. Error | |
|----------------------------------|----------------------------------|-------------|------------|------|
| pretest | Mean | 54.48 | .914 | |
| | 95% Confidence Interval for Mean | Lower Bound | 52.66 | |
| | | Upper Bound | 56.30 | |
| | 5% Trimmed Mean | 54.14 | | |
| | Median | 51.00 | | |
| | Variance | 65.996 | | |
| | Std. Deviation | 8.124 | | |
| | Minimum | 41 | | |
| | Maximum | 75 | | |
| | Range | 34 | | |
| | Interquartile Range | 12 | | |
| | Skewness | .693 | .271 | |
| | Kurtosis | -.298 | .535 | |
| | postest | Mean | 67.14 | .538 |
| 95% Confidence Interval for Mean | | Lower Bound | 66.07 | |
| | | Upper Bound | 68.21 | |
| 5% Trimmed Mean | | 67.64 | | |
| Median | | 68.00 | | |
| Variance | | 22.891 | | |

| | | |
|---------------------|--------|------|
| Std. Deviation | 4.784 | |
| Minimum | 51 | |
| Maximum | 75 | |
| Range | 24 | |
| Interquartile Range | 3 | |
| Skewness | -2.115 | .271 |
| Kurtosis | 5.009 | .535 |

Tests of Normality

| | Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | |
|----------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
| | Statistic | df | Sig. | Statistic | df | Sig. |
| pretest | .185 | 79 | .000 | .932 | 79 | .000 |
| posttest | .324 | 79 | .000 | .736 | 79 | .000 |

a. Lilliefors Significance Correction

Analisis Bivariate (Uji Wilcoxon)

Ranks

| | | N | Mean Rank | Sum of Ranks |
|--------------------|----------------|-----------------|-----------|--------------|
| posttest - pretest | Negative Ranks | 6 ^a | 8.33 | 50.00 |
| | Positive Ranks | 71 ^b | 41.59 | 2953.00 |
| | Ties | 2 ^c | | |
| | Total | 79 | | |

a. posttest < pretest

b. posttest > pretest

c. posttest = pretest

Test Statistics^a

| posttest - pretest | |
|------------------------|---------------------|
| Z | -7.373 ^b |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | .000 |

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on negative ranks.

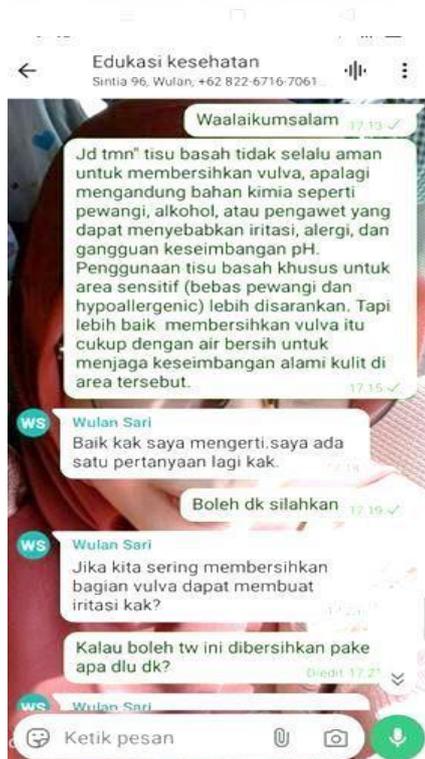
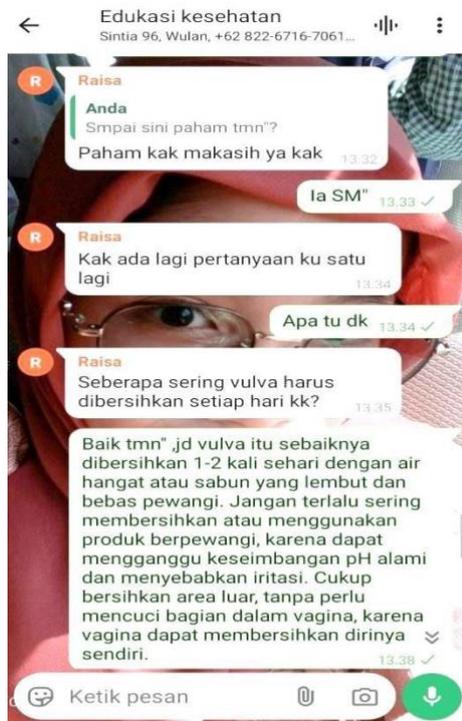
Peneliti memberikan kuisioner pre test kepada remaja putri melalui grup Whatsapp



Peneliti memberikan materi vulva hygiene di grup Whatsapp



Peneliti memberikan kesempatan kepada remaja putri untuk memberikan pertanyaan dan menanggapi isi power point



Peneliti memberikan kuisioner kembali sebagai post test test kepada remaja putri melalui grup Whatsapp



Edukasi kesehatan

Sintia 96, Wulan, +62 822-6716-7061...



→ Diteruskan

UNIVERSITAS DEKALAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PANGRANG MULO A NGL. 1411

**PENGARUH PENDIDIKAN
KESEHATAN REPRODUKSI M...**

docs.google.com

→
https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfMRs6iky2rK_jcr1uCRE93qtiH65gs1sg1a9o-J4mDRg-Fog/viewform?usp=sf_link

12.22 ✓

Assalamualaikum adik" Kaka minta tolong untuk mengisi link ini kembali



12.23 ✓

Anda

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfMRs6iky2rK_jcr1uCRE93qtiH65gs1sg1a9o-J4...

UNIVERSITAS DEKALAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PANGRANG MULO A NGL. 1411

Yg SDH mengisi link HR ini, bisa list

LEMBAR KONSULTASI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Karimatunnisa Matondang
 NIM : 21060039
 Nama Pembimbing : 1. Bd.Nurelilasari Siregar, M. Keb
 2. Hidayanti Rohimah Nurdin Siregar, M.Pd

| No | Tanggal | Topik | Masukan Pembimbing | Tanda Tangan Pembimbing |
|----|------------------------|-----------------------------|---|---|
| 1 | Sabtu 24-Feb-2024 | Konsultasi judul Penelitian | Judul & di acc yaitu Pengaruh Pendidikan Keseluruhan Melalui WhatsApp Group Terhadap Perilaku Vulva Hygiene Menstruasi pada Remasa. |  |
| 2. | Senin, 5-agus-tus-2024 | Konsultasi BAB I | Perbaikan latar belakang Penambahan materi |  |
| 3. | Kamis, 22-09-2024 | Konsultasi BAB I, II | Penambahan materi |  |
| 4. | Senin 26-agustus 2024 | Konsultasi BAB I, II, III | Perbaikan Penulisan |  |
| 5. | Senin 2-september 2024 | Konsultasi BAB III | Perbaikan data dan margin |  |
| 6. | Senin 9-september 2024 | ACC USIAN PROPOSAL | ACC USIAN PROPOSAL |  |

LEMBAR KONSULTASI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Karimatunnisa Matondang
NIM : 21060039
Nama Pembimbing : 1. Bd.Nurelilasari Siregar, M. Keb
2. Hidayanti Rohimah Nurdin Siregar, M.Pd

| No | Tanggal | Topik | Masukan Pembimbing | Tanda Tangan Pembimbing |
|----|--------------------------|-----------|--|---|
| 1 | Senin 13 Januari 2015 | Bab 4 - 6 | - cara penulisan Hasil dan tabel - urutan dan susunan |  |
| 2. | Rabu 15 Januari 2015 | Acc Hasil | Acc Hasil |  |

LEBAR KONSULTASI PROPOSAL SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Karimatunnisa Matondang
NIM : 21060039
Nama Pembimbing : 1. Bd.Nurelilasari Siregar, M. Keb
2. Hidayanti Rohimah Nurdin Siregar, M.Pd

| No | Tanggal | Topik | Masukan Pembimbing | Tanda Tangan Pembimbing |
|----|-----------------------------|-------------------------------|---|--|
| 1. | Sabtu 30- Maret - 2024 | Konsultasi terkait | Penelitian di SMPN 5 |  |
| 2. | Sabtu 07- September 2024 | Konsultasi BAB. I, II, III | Sistematisasi penulisan dan daftar pustaka |  |
| 3. | Kamis, 12 September 2024 | BAB 1, II dan III | - Daftar Pustaka - Kuisronet |  |
| 4. | Kamis, 12 September 2024 | ACC UJIAN Proposal | ACC UJIAN PROPOSAL |  |

LEMBAR KONSULTASI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Karimatunnisa Matondang
NIM : 21060039
Nama Pembimbing : 1. Bd.Nurelilasari Siregar, M. Keb
2. Hidayanti Rohimah Nurdin Siregar, M.Pd

| No | Tanggal | Topik | Masukan Pembimbing | Tanda Tangan Pembimbing |
|----|--------------------------|-------------------------|--------------------|---|
| 1 | Senin 13 Januari 2025 | Konsultasi BAB 4,5,6 | Revisi Bab 4,5,6 |  |
| 2. | Kelu 15, Januari 2025 | Acc Hasil | Acc Hasil |  |