

Pengaruh Edukasi Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di MTs Miftahul Jannah Pahandut Sebrang

Dwi¹, Angga Arsesiana², Ivana Devitasari³
^{1,2,3} Universitas Eka Harapan
Email: dwid17642@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Personal hygiene saat menstruasi merupakan aspek penting dalam menjaga kesehatan reproduksi remaja putri. Kurangnya pengetahuan dan sikap yang tidak tepat dalam menjaga kebersihan diri selama menstruasi dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan kesehatan seperti keputihan dan infeksi organ reproduksi. Hasil studi pendahuluan di MTS Miftahul Jannah Pahandut Sebrang menunjukkan sebagian besar remaja putri masih memiliki pengetahuan dan sikap yang kurang terkait personal hygiene saat menstruasi. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi kesehatan yang efektif, salah satunya melalui penggunaan media audio visual. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi media audio visual terhadap pengetahuan dan sikap tentang personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di MTS Miftahul Jannah Pahandut Sebrang Tahun 2025. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan pra-eksperimen (*pre-experimental design*) menggunakan rancangan *one group pretest-posttest design*. Populasi dan sampel penelitian adalah seluruh remaja putri di MTS Miftahul Jannah Pahandut Sebrang sebanyak 73 orang dengan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Wilcoxon. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi setelah diberikan edukasi media audio visual. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai $p < 0,05$ yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara edukasi media audio visual terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri. **Kesimpulan:** Edukasi media audio visual berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan pembentukan sikap positif remaja putri mengenai *personal hygiene* saat menstruas.

Kata kunci: Media Audio Visual, Menstruasi, Pengetahuan, *Personal Hygiene*, Remaja Putri, Sikap

Abstract

Introduction: Personal hygiene during menstruation is an important aspect of maintaining adolescent reproductive health. Insufficient knowledge and inappropriate attitudes toward personal hygiene during menstruation can increase the risk of health problems such as vaginal discharge and reproductive tract infections. A preliminary study at MTS Miftahul Jannah Pahandut Seberang showed that most female adolescents still had low levels of knowledge and unfavorable attitudes regarding personal hygiene during menstruation. Therefore, effective health education is needed, one of which is through the use of audio-visual media. **Objective:** This study aimed to determine the effect of audio-visual media education on knowledge and attitudes regarding personal hygiene during menstruation among female adolescents at MTS Miftahul Jannah Pahandut Seberang in 2025. **Methods:** This study employed a quantitative method with a pre-experimental design using a one-group pretest-posttest approach. The population and sample consisted of all 73 female students at MTS Miftahul Jannah Pahandut Seberang, selected using total sampling. Data were collected using validated and reliable questionnaires measuring knowledge and attitudes. Data analysis was conducted using univariate and bivariate analysis with the Wilcoxon test. **Results:** The results showed an increase in knowledge and attitudes regarding personal hygiene during menstruation after the implementation of audio-visual media education. Statistical analysis revealed a p -value < 0.05 , indicating a significant effect of audio-visual media education on improving knowledge and attitudes among female adolescents. **Conclusion:** Audio-visual media education has a significant effect on increasing knowledge and fostering positive attitudes toward personal hygiene during menstruation among female adolescents.

Keywords: Adolescent Girl, Audio-Visual Media, Attitude, Knowledge, Personal Hygiene

1. PENDAHULUAN

Personal hygiene adalah praktik untuk merawat dan menjaga kesehatan serta kebersihan fisik, biologis dan psikologis seseorang. Kurangnya pengetahuan mengenai *personal hygiene* pada remaja dapat menimbulkan berbagai dampak negatif terhadap kesehatan. Secara fisik, remaja yang tidak memahami pentingnya kebersihan diri berisiko mengalami gangguan kesehatan seperti infeksi kulit, bau badan dan keputihan. (Wana & Azizah, 2025). Keputihan adalah keluarnya cairan dari vagina selain darah haid yang umum dialami oleh perempuan, termasuk pada masa remaja. Remaja putri merupakan kelompok usia yang sangat rentan mengalami keputihan yang berkaitan dengan *personal hygiene* saat menstruasi (Oktaviana et al., 2025). Menurut World Health Organization pada tahun 2023 prevalensi keputihan pada remaja secara global sebesar 68%. Sementara menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia kasus keputihan pada remaja di rentang usia 10 hingga 19 tahun sebesar 45% (Sainafat & Leunupun, 2025).

Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah tahun 2023 melaporkan bahwa sekitar 54.3% remaja putri mengalami keputihan yang disebabkan oleh kebersihan diri yang rendah dan di Kota Palangkaraya sekitar 50.9% remaja putri mengalami keputihan (Zalukhu & Heru Widiyarti, 2025). Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di MTS Miftahul Jannah Pahandut Sebrang menunjukkan bahwa dari 16 remaja putri, sebanyak 13 orang (81,3%) tidak memiliki pengetahuan yang tidak mengetahui tentang *personal hygiene*, khususnya dalam perawatan diri saat menstruasi. Selain itu, 13 dari 16 remaja putri (81,3%) juga melaporkan mengalami keputihan selama periode menstruasi. Temuan ini mengindikasikan bahwa tingkat *personal hygiene* pada remaja putri di MTS Pahandut sebrang rendah, dan 13 dari 16 orang yang telah diwawancarai mengatakan mengalami keputihan akibat dari *personal hygiene* yang buruk saat menstruasi sehingga sekolah ini menjadi lokasi yang relevan dilakukan penelitian mengenai pengaruh edukasi media audio visual terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang *personal hygiene*.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan pra-eksperimen (*pre-experimental design*) menggunakan rancangan one group pretest-posttest design. Dalam desain ini, hanya terdapat satu kelompok yang diberikan perlakuan berupa edukasi menggunakan media audio visual tanpa kelompok pembandingan. Sebelum dan sesudah diberikan edukasi, dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan dan sikap responden tentang *personal hygiene*. Desain ini digunakan untuk mengetahui adanya pengaruh edukasi media audio visual terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang *personal hygiene* di MTS Pahandut Sebrang.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Kategori	Frekuensi	Presentase
13 Tahun	25	34,2%
14 Tahun	25	34,2%
15 Tahun	21	28,8%
16 Tahun	2	2,7%
Total	73	100%

Berdasarkan data pada tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik usia responden didominasi oleh responden berusia 13 tahun dan 14 tahun, masing-masing sebanyak 25 responden (34,2%). Responden berusia 15 tahun berjumlah 21 responden (28,8%), sedangkan responden berusia 16 tahun merupakan kelompok paling sedikit, yaitu sebanyak 2 responden (2,7%). Secara keseluruhan, jumlah responden dalam penelitian ini adalah 73 orang (100%).

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

Kategori	Frekuensi	Presentase
Kelas VII	25	34,2%
Kelas VIII	25	34,2%
Kelas IX	23	31,6%
Total	73	100%

Berdasarkan data pada tabel 2 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan kelas relatif merata. Responden yang berada di kelas VII dan kelas VIII masing-masing berjumlah 25 orang (34,2%), sedangkan responden di kelas IX berjumlah 23 orang (31,6%).

Tabel 3. Hasil Identifikasi Frekuensi Pengetahuan Responden Sebelum Diberikan Edukasi Media Audiovisual Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi

Kategori	Frekuensi	Presentase
Baik	1	1,4%
Cukup	2	2,7%
Kurang	70	95,9%
Total	73	100%

Berdasarkan data pada tabel 3 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan edukasi menggunakan media audiovisual tentang personal hygiene saat menstruasi sebagian besar berada pada kategori kurang, yaitu sebanyak 70 responden (95,9%). Responden dengan tingkat pengetahuan baik merupakan kelompok paling sedikit, yaitu sebanyak 1 responden (1,4%), sedangkan responden dengan tingkat pengetahuan cukup berjumlah 2 responden (2,7%).

Tabel 4. Hasil Identifikasi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Responden Setelah Diberikan Edukasi Media Audiovisual Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi

Kategori	Frekuensi	Presentase
Baik	45	61,6%
Cukup	26	35,6%
Kurang	2	2,7%
Total	73	100%

Berdasarkan data pada tabel 4 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden setelah diberikan edukasi menggunakan media audiovisual tentang personal hygiene saat menstruasi didominasi oleh kategori baik, yaitu sebanyak 45 responden (61,6%). Responden dengan kategori pengetahuan cukup berjumlah 26 responden (35,6%), sedangkan responden dengan kategori pengetahuan kurang merupakan kelompok paling sedikit, yaitu sebanyak 2 responden (2,7%).

Tabel 5. Hasil Frekuensi Berdasarkan Sikap Responden Sebelum Diberikan Edukasi Media Audiovisual Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi

Kategori	Frekuensi	Presentase
Positif	3	4,1%
Negatif	70	95,9%
Total	73	100%

Berdasarkan data pada tabel 5 menunjukkan bahwa sikap responden sebelum diberikan edukasi menggunakan media audiovisual tentang personal hygiene saat menstruasi sebagian besar berada pada kategori negatif, yaitu sebanyak 70 responden (95,9%). Responden dengan sikap positif merupakan kelompok paling sedikit, yaitu sebanyak 3 responden (4,1%).

Tabel 6. Hasil Frekuensi Berdasarkan Sikap Responden Setelah Diberikan Edukasi Media Audiovisual Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi

Kategori	Frekuensi	Presentase
Positif	71	97,3%
Negatif	2	2,7%
Total	73	100%

Berdasarkan data pada tabel 6 menunjukkan bahwa sikap responden setelah diberikan edukasi menggunakan media audiovisual tentang personal hygiene saat menstruasi didominasi oleh kategori positif, yaitu sebanyak 71 responden (97,3%). Responden dengan sikap negatif merupakan kelompok paling sedikit, yaitu sebanyak 2 responden (2,7%).

Tabel 7. Hasil Analisa Uji Wilcoxon Pengaruh Edukasi Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di MTS Miftahul Jannah Pahandut Sebrang Tahun 2025

Pengetahuan	N	Mean Rank	Sum Of Ranks
<i>Sebelum dan sesudah</i> Negative Ranks	0 ^a	0,00	0,00
Positive Ranks	73 ^b	37,00	2701,00
Ties	0 ^c		
Total	73		
Z			-7.431b
Asymp sig (2-tailed)			Wilcoxon p=0,000

Berdasarkan data pada tabel 7, berdasarkan hasil analisis menggunakan uji Wilcoxon terhadap pengaruh edukasi media audiovisual terhadap pengetahuan tentang personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di MTS Miftahul Jannah Pahandut Sebrang Tahun 2025, diperoleh bahwa seluruh responden mengalami peningkatan skor pengetahuan setelah intervensi diberikan. Hal ini ditunjukkan dengan tidak adanya negative ranks (0 responden), sementara seluruh responden termasuk dalam positive ranks sebanyak 73 orang dengan nilai mean rank sebesar 37,00 dan *sum of ranks* sebesar 2701,00. Tidak terdapat responden dengan nilai yang sama sebelum dan sesudah intervensi (*ties* = 0). Nilai statistik uji menunjukkan $Z = -7,431$ dengan nilai signifikansi Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang mengindikasikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian edukasi menggunakan media audiovisual terhadap peningkatan pengetahuan responden mengenai personal hygiene saat menstruasi.

Tabel 8. Hasil Analisa Uji Wilcoxon Pengaruh Edukasi Media Audio Visual Terhadap Sikap Tentang *Personal Hygiene Saat Menstruasi* Pada Remaja Putri Di MTS Miftahul Jannah Pahandut Sebrang Tahun 2025

Sikap	N	Mean Rank	Sum Of Ranks
<i>Sebelum dan sesudah</i>	<i>Negative Ranks</i>	0 ^a	0,00
	<i>Positive Ranks</i>	73 ^b	37,00
	<i>Ties</i>	0 ^c	2701,00
<i>Total</i>		73	
<i>Z</i>			-7.430b
<i>Asymp sig (2-tailed)</i>			<i>Wilcoxon p=0,000</i>

Berdasarkan data pada tabel 8, berdasarkan hasil analisis menggunakan uji Wilcoxon terhadap pengaruh edukasi media audiovisual terhadap sikap tentang personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di MTS Miftahul Jannah Pahandut Sebrang Tahun 2025, diperoleh bahwa seluruh responden menunjukkan perubahan sikap ke arah yang lebih positif setelah intervensi diberikan. Hal ini ditunjukkan dengan tidak ditemukannya negative ranks (0 responden), sedangkan seluruh responden termasuk dalam positive ranks sebanyak 73 orang dengan nilai mean rank sebesar 37,00 dan sum of ranks sebesar 2701,00. Tidak terdapat responden dengan nilai yang sama sebelum dan sesudah intervensi (ties = 0). Nilai statistik uji menunjukkan $Z = -7,430$ dengan nilai signifikansi Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menandakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian edukasi menggunakan media audiovisual terhadap perubahan sikap responden mengenai personal hygiene saat menstruasi.

Pembahasan

Hasil Identifikasi Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene Saat Menstruasi Sebelum Diberikan Edukasi Media Audio Visual Di MTS Miftahul Jannah Pahandut Sebrang Tahun 2025*

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 73 responden di MTS Miftahul Jannah Pahandut Sebrang, diketahui bahwa sebelum diberikan edukasi media audio visual hampir seluruh responden memiliki tingkat pengetahuan kurang tentang personal hygiene saat menstruasi, yaitu sebanyak 70 responden (95,9%). Responden dengan pengetahuan cukup berjumlah 2 orang (2,7%), sedangkan yang memiliki pengetahuan baik hanya 1 orang (1,4%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri belum memiliki pemahaman yang memadai terkait personal hygiene saat menstruasi dan masih memerlukan upaya edukasi kesehatan yang terarah.

Menurut teori Yuningsih (2023), salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, kemampuan berpikir, daya tangkap, dan pola penalaran akan semakin berkembang, sehingga pengetahuan yang dimiliki cenderung lebih baik. Sebaliknya, pada usia remaja awal, kemampuan memahami informasi masih dalam proses perkembangan, sehingga pengetahuan terkait kesehatan cenderung masih terbatas. Hal ini sejalan dengan teori Tirtanadi (2023) yang menyatakan bahwa menstruasi umumnya mulai terjadi pada usia remaja awal (sekitar 10–14 tahun), yaitu fase pubertas di mana remaja putri masih mengalami proses adaptasi terhadap perubahan fisik dan psikologis. Pada fase ini, remaja sering kali belum mendapatkan edukasi kesehatan reproduksi secara optimal dari keluarga, sekolah, maupun tenaga kesehatan, sehingga pengetahuan yang dimiliki cenderung rendah dan belum komprehensif. Rendahnya tingkat pengetahuan remaja putri sebelum diberikan edukasi juga didukung oleh teori WHO (2020), yang menyatakan bahwa kurangnya akses informasi kesehatan reproduksi yang benar dan sesuai usia menjadi penyebab utama rendahnya

pengetahuan tentang kesehatan menstruasi. Informasi yang diperoleh remaja sering kali bersumber dari teman sebaya atau media yang tidak tervalidasi, sehingga berpotensi menimbulkan pemahaman yang keliru. Selain itu, hasil penelitian ini didukung oleh Susanti et al. (2021) yang menyatakan bahwa remaja putri dengan paparan edukasi kesehatan yang rendah cenderung memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang kebersihan diri saat menstruasi, terutama karena kurangnya edukasi formal di lingkungan sekolah.

Menurut opini peneliti, pengetahuan *pretest* masih rendah karena belum terpapar informasi atau belum mendapat pendidikan kesehatan yang tepat. Selain itu usia juga mempengaruhi pengetahuan remaja dimana faktor usia responden mayoritas usia 13-14 tahun kategori remaja awal turut memengaruhi tingkat pengetahuan, karena pada tahap perkembangan tersebut kemampuan kognitif dan pengalaman dalam memahami informasi kesehatan masih terbatas. Sehingga dapat disimpulkan tidak terdapat kesenjangan antara teori dengan fakta di lapangan

Hasil Identifikasi Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Setelah Diberikan Edukasi Media Audio Visual Di MTS Miftahul Jannah Pahandut Sebrang Tahun 2025

Setelah diberikan edukasi melalui media audio visual, terjadi perubahan yang sangat besar pada distribusi tingkat pengetahuan responden. Jumlah responden dengan pengetahuan baik meningkat menjadi 45 orang (61,6%), pengetahuan cukup menjadi 26 orang (35,6%), dan responden dengan pengetahuan kurang menurun drastis hanya menjadi 2 orang (2,7%). Hal ini menunjukkan bahwa edukasi media audio visual efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai *personal hygiene* saat menstruasi.

Menurut teori Hasibuan (2022), media audiovisual merupakan salah satu sarana edukasi yang menggabungkan unsur visual dan audio sehingga mampu menyampaikan informasi dengan lebih jelas, menarik, dan mudah dipahami oleh peserta didik. Penggunaan media ini dapat meningkatkan pemahaman serta retensi informasi karena otak manusia memproses input visual dan audio secara simultan, sehingga mempermudah pembentukan pengetahuan baru dengan melibatkan lebih dari satu indera. Temuan ini didukung oleh penelitian Rahmawati dan Lestari (2022), yang menunjukkan bahwa video edukasi kesehatan reproduksi secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang kebersihan menstruasi, terutama karena kemampuannya menarik perhatian dan memperkuat ingatan.

Menurut opini peneliti, peningkatan pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi media audiovisual terjadi karena media ini mampu menyajikan informasi secara visual dan auditori secara bersamaan, sehingga memudahkan responden dalam memahami materi tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Penyampaian pesan melalui gambar bergerak, suara, serta ilustrasi yang konkret membantu responden untuk menangkap informasi secara lebih jelas dan menarik, dibandingkan dengan metode penyampaian informasi yang bersifat satu arah atau hanya verbal. Selain itu, media audiovisual juga mampu meningkatkan perhatian dan minat belajar remaja putri, sehingga informasi yang disampaikan lebih mudah diingat dan dipahami. Sehingga tidak terdapat kesenjangan antara teori dengan fakta dalam penelitian ini.

Hasil Identifikasi Sikap Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Sebelum Diberikan Edukasi Media Audio Visual Di MTS Miftahul Jannah Pahandut Sebrang Tahun 2025

Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar responden memiliki sikap negatif terhadap *personal hygiene* saat menstruasi. Hal ini terlihat dari hasil pengukuran yang menunjukkan bahwa hanya 3 responden (4,1%) yang memiliki sikap positif, sedangkan 70 responden (95,9%)

berada pada kategori sikap negatif. Kondisi ini menunjukkan bahwa kecenderungan remaja untuk menerima dan melaksanakan perilaku personal hygiene yang baik masih rendah.

Menurut teori Juliansyah & Zulfani, (2021) Sikap merupakan bentuk reaksi atau kecenderungan seseorang untuk merespons objek, situasi, atau peristiwa secara positif maupun negatif, yang mencerminkan kesiapan bertindak sebagai hasil pengalaman dan proses belajar. Sikap tidak dapat diamati langsung, melainkan melalui pernyataan atau perilaku individu terhadap stimulus tertentu, termasuk reaksi emosional yang menunjukkan pandangan, perasaan, dan kecenderungan bertindak. Dalam konteks personal hygiene, sikap remaja putri dapat diartikan sebagai kecenderungan untuk menilai, merespons, dan bertindak terhadap perilaku hidup bersih dan sehat, yang terbentuk melalui pengetahuan, pengalaman, serta pengaruh lingkungan. Temuan ini didukung oleh teori Soraya (2025), sikap sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan sebagai dasar kognitif; individu dengan pengetahuan memadai cenderung membentuk sikap rasional, objektif, dan positif karena memahami manfaat, risiko, serta konsekuensi terkait. Sebaliknya, keterbatasan pengetahuan memicu sikap keliru atau negatif berdasarkan asumsi tidak faktual. Hal ini sejalan dengan Azwar (2020), yang menyatakan sikap dipengaruhi oleh pengetahuan, pengalaman, dan lingkungan sosial, sehingga kurangnya informasi benar tentang personal hygiene saat menstruasi menyebabkan sikap remaja putri cenderung negatif atau kurang mendukung perilaku sehat. WHO (2021) menambahkan bahwa sikap remaja terhadap kesehatan menstruasi sering terhambat oleh norma budaya, rasa malu, dan minimnya komunikasi terbuka, yang memperburuk sikap positif dalam menjaga kebersihan diri.

Menurut opini peneliti, dominannya sikap negatif remaja putri terhadap *personal hygiene* saat menstruasi sebelum diberikan edukasi media audio visual berkaitan dengan rendahnya tingkat pengetahuan yang dimiliki responden terkait praktik kebersihan menstruasi yang benar. Keterbatasan pengetahuan tersebut menyebabkan responden belum mampu memahami secara optimal dampak kesehatan yang dapat timbul apabila *personal hygiene* saat menstruasi tidak diterapkan dengan baik, sehingga dapat disimpulkan tidak terdapat kesenjangan antara teori dengan fakta dalam penelitian ini

Hasil Identifikasi Sikap Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Sesudah Diberikan Edukasi Media Audio Visual Di MTS Miftahul Jannah Pahandut Sebrang Tahun 2025

Sesudah diberikan edukasi dengan media audio visual, terjadi perubahan yang sangat berarti pada sikap responden. Responden dengan sikap positif meningkat menjadi 71 orang (97,3%), sedangkan yang masih memiliki sikap negatif tinggal 3 orang (4,1%). Hal ini menunjukkan bahwa edukasi media audio visual mampu mendorong perubahan sikap remaja putri ke arah yang lebih mendukung praktik *personal hygiene* saat menstruasi.

Menurut teori Urrahmah & Dwi (2021), upaya pencegahan masalah kesehatan reproduksi dapat dilakukan melalui pendidikan kesehatan berbasis media audiovisual, yang bertujuan menambah pengetahuan serta mengubah sikap personal hygiene menstruasi pada remaja putri. Media audiovisual efektif karena merangsang indera pendengaran dan penglihatan secara simultan, sehingga meningkatkan pemahaman informasi. Pengetahuan yang baik ini selanjutnya mengubah sikap menjadi lebih positif, sejalan dengan teori sikap Azwar (2020) yang menyatakan sikap terbentuk melalui proses belajar dan pengalaman. Edukasi audiovisual memberikan pengalaman belajar menarik yang memengaruhi komponen kognitif, afektif, dan konatif sikap remaja putri. Penelitian Putri et al. (2023) mendukung hal ini, dengan menunjukkan peningkatan pengetahuan melalui video kesehatan reproduksi berpengaruh

signifikan terhadap sikap positif dalam menjaga kebersihan menstruasi, karena pengetahuan mendorong dukungan perilaku sehat.

Menurut opini peneliti, perubahan sikap remaja putri setelah diberikan edukasi media audiovisual dipengaruhi oleh kemampuan media tersebut dalam menyampaikan pesan kesehatan secara lebih menarik, konkret, dan mudah dipahami. Media audiovisual tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga membentuk persepsi dan pemahaman emosional melalui tampilan visual serta penjelasan audio yang saling melengkapi, sehingga mampu mendorong responden untuk menilai pentingnya penerapan *personal hygiene* saat menstruasi secara lebih positif. Sehingga tidak terdapat kesenjangan antara teori dengan fakta di lapangan.

Hasil Pengaruh Edukasi Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di MTS Miftahul Jannah Pahandut Sebrang Tahun 2025

Pada hasil analisis uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa dari total 73 responden, seluruhnya mengalami peningkatan tingkat pengetahuan setelah diberikan edukasi menggunakan media audio visual. Hal ini dibuktikan dengan jumlah *Positive Ranks* sebanyak 73 responden dengan *mean rank* sebesar 37,00 dan *sum of ranks* sebesar 2.701,00, sementara *Negative Ranks* dan *Ties* masing-masing bernilai 0, yang menunjukkan tidak adanya responden yang mengalami penurunan maupun tetap pada tingkat pengetahuan yang sama. Hasil uji statistik diperoleh nilai $Z = -7,431$ dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* atau *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa edukasi menggunakan media audio visual berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi di MTS Miftahul Jannah Pahandut Sebrang Tahun 2025. Dan Pada hasil analisis uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa dari total 73 responden, seluruh remaja putri mengalami perubahan sikap ke arah yang lebih positif setelah diberikan edukasi menggunakan media audio visual. Hal ini ditunjukkan oleh *Positive Ranks* sebanyak 73 responden dengan *mean rank* sebesar 37,00 dan *sum of ranks* sebesar 2.701,00, sedangkan *Negative Ranks* dan *Ties* masing-masing bernilai 0, yang menandakan tidak terdapat responden dengan penurunan sikap maupun sikap yang tetap. Hasil uji statistik diperoleh nilai $Z = -7,430$ dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* atau *p-value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa edukasi menggunakan media audio visual berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan sikap remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi di MTS Miftahul Jannah Pahandut Sebrang Tahun 2025.

Menurut teori Hasibuan (2022), media audiovisual merupakan sarana edukasi unggul yang menggabungkan unsur visual dan audio untuk menyampaikan informasi secara lebih jelas, menarik, dan mudah dipahami peserta didik. Media ini meningkatkan pemahaman serta retensi karena otak memproses informasi visual-audio secara simultan, mempermudah pembentukan pengetahuan baru dengan merangsang indera pendengaran dan penglihatan. Selain itu Menurut teori Urrahmah & Dwi (2021), pendekatan ini ideal untuk mencegah masalah kesehatan reproduksi melalui edukasi yang menambah pengetahuan serta mengubah sikap *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri, di mana pengetahuan baik mendorong sikap lebih positif. Proses perubahan ini didukung teori Bandura (2021), yang menjelaskan sikap dan perilaku terbentuk melalui observasi serta peniruan; media audiovisual memungkinkan remaja putri mengamati, memahami, dan meniru contoh perilaku *hygiene* menstruasi. Penelitian Handayani (2023) memperkuat, bahwa penggunaan media audiovisual dalam edukasi reproduksi secara signifikan meningkatkan sikap positif remaja putri terhadap kebersihan menstruasi, dengan menarik perhatian, membangun pemahaman emosional, serta menanamkan nilai hidup bersih dan sehat.

Menurut opini peneliti, peningkatan pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi media audiovisual terjadi karena media ini mampu menyajikan informasi secara visual dan auditori secara bersamaan, sehingga memudahkan responden dalam memahami materi tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Penyampaian pesan melalui gambar bergerak, suara, serta ilustrasi yang konkret membantu responden untuk menangkap informasi secara lebih jelas dan menarik, dibandingkan dengan metode penyampaian informasi yang bersifat satu arah atau hanya verbal. Selain itu, media audiovisual juga mampu meningkatkan perhatian dan minat belajar remaja putri, sehingga informasi yang disampaikan lebih mudah diingat dan dipahami. Dan perubahan sikap remaja putri setelah diberikan edukasi media audiovisual dipengaruhi oleh kemampuan media tersebut dalam menyampaikan pesan kesehatan secara lebih menarik, konkret, dan mudah dipahami. Media audiovisual tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga membentuk persepsi dan pemahaman emosional melalui tampilan visual serta penjelasan audio yang saling melengkapi, sehingga mampu mendorong responden untuk menilai pentingnya penerapan *personal hygiene* saat menstruasi secara lebih positif.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 73 remaja putri diperoleh gambaran bahwa sebelum diberikan edukasi menggunakan media audiovisual sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan pada kategori kurang, yang menunjukkan bahwa pemahaman awal mengenai *personal hygiene* saat menstruasi masih rendah. Setelah diberikan intervensi edukasi media audiovisual, terjadi peningkatan jumlah responden yang memiliki pengetahuan pada kategori cukup dan baik, yang mengindikasikan bahwa media audiovisual efektif dalam menyampaikan informasi secara jelas dan menarik. Dari aspek sikap, sebelum edukasi sebagian besar responden berada pada kategori negatif, yang mencerminkan rendahnya kesadaran responden terhadap pentingnya menjaga *personal hygiene* saat menstruasi, namun setelah edukasi terjadi perubahan yang bermakna ke arah sikap positif.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] U. P. Abselian, Armayani, Rahmawati, L. Saltar, E. Nasus, dan F. Rudhiati, *Dasar-Dasar Fisiologis*, Eureka Media Aksara, 2023.
- [2] I. M. S. Adiputra, N. W. Trisnadewi, N. P. W. Oktaviani, dan S. A. Munthe, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Yayasan Kita Menulis, 2021.
- [3] L. Aprita dan D. Susianawati, "Gambaran personal hygiene saat menstruasi remaja putri di SMA Negeri 3 Balaesang Kecamatan Balaesang Kabupaten Donggala," *Jurnal Ilmiah Kesmas IJ*, vol. 23, no. 1, 2023.
- [4] N. M. L. M. Apsari, I. G. A. P. S. Laksmi, dan N. A. M. E. Sari, "Personal hygiene saat mengalami menstruasi di SMP PGRI 2 Denpasar," *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, vol. 16, no. 1, 2025.
- [5] S. Elly dan I. Indriati, "Pengaruh edukasi vulva hygiene dengan media video terhadap tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri," *Jurnal Kesehatan Sainatika Meditory*, vol. 7, no. 2, 2024.
- [6] R. Hasibuan, "Penggunaan media audio visual dalam proses pembelajaran," *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Keislaman*, vol. 4, no. 1, 2022.
- [7] N. Herawati, P. Kusmaryati, dan A. G. Wuryandari, "Audio visual dan PowerPoint sebagai media edukasi dalam mengubah pengetahuan dan perilaku remaja," *Jurnal Keperawatan Silampari*, vol. 6, no. 1, 2022.
- [8] E. Juliansyah dan S. Zulfani, "Upaya peningkatan pengetahuan dan sikap siswa melalui pendidikan personal hygiene," *Jurnal Altifani Penelitian dan Pengabdian kepada*

- Masyarakat*, vol. 1, no. 2, 2021.
- [9] H. Kusumandaru, "Hubungan tingkat pengetahuan HIV/AIDS dengan sikap seksual pra nikah remaja," *Jurnal Ilmu Keguruan*, vol. 1, no. 1, 2022.
- [10] D. Lestari, *Hubungan Pengetahuan Tentang Hygiene dengan Sikap Personal Hygiene Saat Menstruasi*, Skripsi, Universitas Jember, 2018.
- [11] A. W. Oktaviana *et al.*, "Efektivitas media poster dalam meningkatkan pengetahuan personal hygiene," *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, vol. 7, no. 2, 2025.
- [12] N. Pariati, *Hubungan Perilaku Personal Hygiene dengan Keputihan*, Skripsi, Poltekkes Palangkaraya, 2024.
- [13] E. A. Pratiwi dan F. Romadonika, *Modul Pembelajaran Pemenuhan Kebutuhan Personal Hygiene*, Jakarta: CV. Aa Rizky, 2019.
- [14] N. E. A. Safitri, D. Murtiningsih, dan S. R. Handajani, "Edukasi vulva hygiene media audiovisual," *Jurnal Empathy*, vol. 4, no. 1, 2023.
- [15] A. Sainafat dan T. Leunupun, "Personal hygiene dan flour albus remaja," *JIK Jurnal Ilmu Kesehatan*, vol. 9, no. 1, 2025.
- [16] A. Soraya *et al.*, "Analisis faktor yang mempengaruhi sikap siswa," *Indo-Mathedu Intellectuals Journal*, vol. 6, no. 5, 2025.
- [17] H. Syapitri, Amila, dan J. Aritonang, *Buku Ajar Penelitian Kesehatan*, Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar, 2021.
- [18] Y. Tirtanadi, D. M. F. S. Putri, dan D. G. Y. Apriani, "Pengetahuan menstruasi dan kecemasan remaja," *Jurnal Medika Usada*, vol. 6, no. 1, 2023.
- [19] A. Urrahmah dan S. E. J. Dwi, "Pengaruh media audiovisual terhadap personal hygiene menstruasi," *Jurnal Kebidanan Ilmiah Ahmad Dahlan*, vol. 3, no. 1, 2021.
- [20] A. Villasari, *Fisiologis Menstruasi*, Jakarta: Strada Press, 2020.
- [21] R. N. A. Wana dan N. Azizah, "Hubungan pengetahuan dan perilaku personal hygiene," *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, vol. 24, no. 1, 2025.
- [22] M. Waruwu *et al.*, "Metode penelitian kuantitatif," *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, vol. 10, no. 1, pp. 917–932, 2025.
- [23] F. Yulfitria *et al.*, *Booklet Kebersihan Diri Saat Menstruasi*, Jakarta: Poltekkes Kemenkes, 2020.
- [24] Z. K. Zalukhu dan S. H. Widiyarti, "Pengetahuan candida albicans dan personal hygiene," *Jurnal Locus*, vol. 4, no. 5, 2025.
- [25] S. S. Sianipar, Suryagustina, dan M. Paska, "Pendidikan kesehatan media audiovisual terhadap anemia," *JJHSR*, vol. 5, no. 1, pp. 1–8, 2023.
- [26] H. Hartati, D. P. Sari, dan R. Yulianti, "Pendidikan kesehatan audiovisual personal hygiene," *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 7, no. 2, 2019.
- [27] J. P. Putri, F. Andara, dan D. L. Sufyan, "Edukasi gizi berbasis video," *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, vol. 4, no. 2, 2021.
- [28] N. Amanah dan I. Rahmawati, "Media video kesehatan reproduksi," *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, vol. 10, no. 1, 2022.
- [29] P. Handayani *et al.*, "Efektivitas media audiovisual," *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, vol. 8, no. 1, 2022.
- [30] A. Bandura, *Social Learning Theory*, Jakarta: EGC, 2021.
- [31] S. Azwar, *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2020.
- [32] WHO, *Adolescent Health: Reproductive Health and Menstrual Hygiene Management*, 2020.
- [33] WHO, *Guidelines on Menstrual Hygiene Management for Adolescent Girls*, 2021.