

SKRIPSI

PERBEDAAN PENGGUNAAN MEDIA LEMBAR BALIK DAN BUKU SAKU DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA PUTRI DI SD MUHAMMADIYAH 2 KOTA SORONG

Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Terapan Kebidanan



Disusun Oleh :

Putri Faradibha Engelica

NIM : 21530121034

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL SUMBER DAYA MANUSIA
KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN SORONG
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
TAHUN 2025**

SKRIPSI

PERBEDAAN PENGGUNAAN MEDIA LEMBAR BALIK DAN BUKU SAKU DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA PUTRI DI SD MUHAMMADIYAH 2 KOTA SORONG

Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Terapan Kebidanan



Disusun Oleh :

Putri Faradibha Engelica

NIM : 21530121034

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL SUMBER DAYA MANUSIA
KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN SORONG
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
TAHUN 2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Perbedaan Penggunaan Media Lembar Balik Dan Buku Saku Dalam Meningkatkan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri Di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong.

Nama Lengkap : Putri Faradibha Engelica

NIM : 21530121034

Jurusan : Kebidanan

Politeknik : Poltekkes Kemenkes Sorong

Alamat Email : faradibhap@gmail.com

Dosen Pembimbing I

Nama Lengkap dan Gelar : Rany Anggina.P.Sinaga, M. Keb

NIP Poltekkes/NIDN : 199511252024042001

Alama Rumah : Jln. Malibela No.26

No. Telp/HP : 081278180580

Dosen Pembimbing II

Nama Lengkap dan Gelar : Harlinah, S.ST.,M.Kes.,M.Keb

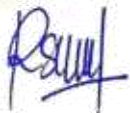
NIP Poltekkes/NIDN : 919850114201901201

Alama Rumah : Korem 181

No. Telp/HP : 085314333111

Sorong, 11 Agustus 2025

Dosen Pembimbing I



(Rany Anggina P.Sinaga, M. Keb)
NIP. 199511252024042001

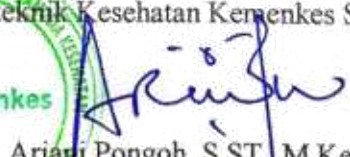
Dosen Pembimbing II



(Harlinah S.ST.M.Kes.M.Keb)
NIP. 919850114201901201



Ketua Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Sorong


(Ariani Pongoh, S.ST. M.Kes)
NIP. 196601011985032005

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI
PERBEDAAN PENGGUNAAN MEDIA LEMBAR BALIK DAN BUKU
SAKU DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN TENTANG
KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA PUTRI DI SD
MUHAMMDIYAH 2 KOTA SORONG

Disusun oleh:

Putri Faradibha Engelica
21530121034

Telah dipertahankan dalam

Seminar di depan Tim Penguji

Pada Hari/Tanggal : Rabu, 13 Agustus 2025

Susunan Tim Penguji:

Adriana Egam, S.ST., M. Kes
NIP. 196707241988012004

Rany Anggina.P.Sinaga, M. Keb
NIP. 199511252024042001

Harlinah, S.ST., M.Kes., M.Keb
NIP. 919850114201901201

(.....)

(.....)

(.....)

Mengetahui,
Ketua Jurusan Kebidanan
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Sorong

Ariani Pongoh, S.ST., M.Kes
NIP. 196601011985032005



SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Putri Faradibha Engelica

NIM : 21530121034

Tanggal : 6 November 2024

Tanda Tangan :



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Sorong, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Putri Faradibha Engelica
NIM : 21530121034
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan : Kebidanan

Demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Sorong Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive royalt-free right*) atas skripsi saya yang berjudul : Perbedaan Penggunaan Media Lembar Balik Dan Buku Saku dalam Meningkatkan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri Di SD Muhammdiyah 2 Kota Sorong.

Demikian Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di:
Pada Tanggal: 19 Juni 2025
Yang meenyatakan,
Materai 10.000



(Putri Faradibha Engelica)

HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“ Tidak ada mimpi yang terlalu tinggi dan tidak ada mimpi yang patut diremehkan. Lambungkan setinggi yang kau inginkan dan gapailah dengan selayaknya yang kau harapkan”

“ Setiap tetes keringat orang tuaku adalah ribuan langkahku untuk terus maju”
“Maka sesungguhnya viiersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain).
Dan hanya kepada Tuhan mu lah engkau berharap”

{QS. Al-Insyirah,6-8}

1. Teristimewa dan cinta pertama untuk kedua orang tua penulis Papah Gerson Palangda dan Mamah Widiar Lasmianti dua orang yang sangat berjasa dalam hidup penulis yang telah memberikan kasih sayang, nasehat, motivasi, memenuhi kebutuhan penulis, dukungan serta Doa yang tiada henti-hentinya kepada penulis dari masa kecil hingga sampai proses mendapatkan gelar sarjana. Semoga kedua orang tua hebatku selalu diberikan umur yang Panjang, Kesehatan dan kebahagiaan.
2. Nenek saya Almarhumah Rukiah Binti Tato yang baru saja pergi meninggalkanku untuk selama-lamanya ditanggal 7 Juli 2025, terimakasih telah memberikan saya doa dan support dari awal kuliah sampai engkau menghembuskan nafas terakhir, terimakasih atas kasih sayangmu yang begitu tulus kepadaku, dan terimakasih engkau telah mengajarkan betapa pentingnya kebersamaan dalam keluarga. Semoga Allah SWT menempatkan Nenek ditempat terbaik di sisi-Nya Aamiin Ya Rabbal'Alamiin.
3. Kepada kakanda Aan Ardiansyah dan om Trisakti Oktario yang sudah kuanggap sebagai kaka pertama. Terimakasih banyak atas dukungan yang diberikan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studi sampai sarjana.
4. Kepada diri saya sendiri Putri Faradibha Engelica. Terima kasih sudah bertahan dan berjuang sejauh ini dan semangat sehingga tidak pernah menyerah dalam mengerjakan tugas akhir ini, walaupun banyak cobaan rintangan dan berkali-kali sering mengeluh, menangis. Namun saya bangga kepada diriku sendiri, mari bekerjasama untuk kedepannya.
5. Kepada sahabat-sahabat saya tersayang Try Handayani, Putri Talaohu, Resti Rosen dan Novena Rosari Rahadat. Terimakasih sudah memberikan support, bimbingan dan Doa dari awal masuk kuliah tahun 2021 hingga sampai saat ini.
6. Kepada sahabat SD saya Aulia Rahmi dan Nur Fadhila Sandy. Terimakasih sudah menemani penulis untuk turun penelitian.

**PERBEDAAN PENGGUNAAN MEDIA LEMBAR BALIK DAN BUKU
SAKU DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN KESEHATAN
REPRODUKSI PADA REMAJA PUTRI DI SD
MUHAMMADIYAH 2 KOTA SORONG**

Putri Faradibha Engelica

Program Studi D.IV Kebidanan Poltekkes Kemenkes Sorong, Jl. Basuki Rahmat
Km. 11 Kota Sorong, Email : faradibhap@gmail.com

ABSTRAK

Kesehatan reproduksi merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan remaja. Namun, kurangnya informasi dan edukasi menyebabkan remaja, khususnya remaja putri, rentan terhadap masalah kesehatan reproduksi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan efektivitas penggunaan media lembar balik dan buku saku dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi pada siswi kelas IV di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong. **Metode** penelitian menggunakan quasi eksperimen dengan desain pretest-posttest two group design pada 30 siswi yang dibagi menjadi dua kelompok intervensi. **Hasil** analisis menunjukkan bahwa kedua media berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan, namun media lembar balik menunjukkan peningkatan pengetahuan yang lebih tinggi dibandingkan dengan buku saku. **Kesimpulannya**, media lembar balik lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja putri. Diharapkan hasil ini menjadi masukan dalam pemilihan media edukasi kesehatan di sekolah dasar.

Kata kunci: Kesehatan reproduksi, remaja putri, lembar balik, buku saku, pengetahuan.

**THE DIFFERENCE IN THE USE OF FLIP CHART AND POCKET BOOK
MEDIA IN IMPROVING REPRODUCTIVE HEALTH KNOWLEDGE
AMONG FEMALE STUDENTS AT SD
MUHAMMADIYAH 2 KOTA SORONG**

Putri Faradibha Engelica

*D.IV Midwifery Study Program Polytechnic of the Ministry of Health Sorong,
Basuki Rahmat Km. 11 Street, Sorong City, Email: faradibhap@gmail.com*

ABSTRACT

*Reproductive health is a crucial aspect of adolescent development. However, lack of information and education makes adolescents, particularly girls, vulnerable to reproductive health problems. This study aims to compare the effectiveness of flip chart and pocket book media in improving reproductive health knowledge among 4th-grade female students at SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong. **The study** used a quasi-experimental method with a pretest-posttest two-group design involving 30 students divided into two intervention groups. **The analysis** results showed that both media had an effect on increasing knowledge, but the flip chart media resulted in a higher knowledge increase compared to the pocket book. **In conclusion**, flip chart media is more effective in improving adolescent girls' reproductive health knowledge. These findings are expected to provide input for selecting appropriate health education media in elementary schools.*

Keywords: *Reproductive health, adolescent girls, flip chart, pocket book, knowledge.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Sorong. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Butet Agustarika, M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Sorong
2. Ariani Pongoh, S.ST., M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Sorong.
3. Rizqi Kamalah, M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Sorong.
4. Rany Anggina.P. Sinaga, M.Keb Pembimbing I yang telah membimbing penulis dalam Menyusun proposal penelitian ini.
5. Harlinah, S.ST., M.Keb Pembimbing II yang telah membimbing penulis dalam Menyusun proposal penelitian ini.
6. Winarno, S.Sos., S.Pd selaku Kepala Sekolah SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong.
7. Zaskiah Mesra, S.PdI selaku Pelaksana Tugas Kepala Sekolah SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong. Terimakasih sudah mengizinkan penulis untuk mengambil sekolah tersebut menjadi tempat penelitian.
8. Alm.Rizal Uswanus, S.IP selaku guru kesiswaan Sekolah SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong, yang telah dipanggil sang maha pencipta ditanggal 19 Juni 2025. Terimakasih sudah membantu memberikan data kepada penulis.
9. Adik-adik remaja putri kelas V SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong. Terimakasih sudah menjadi responden penulis.
10. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan support dukungan
11. Kepada Nenek saya Almarhumah Rukiah Binti Tato terimakasih selalu memberikan doa dan dukungan pada penulis.
12. Kepada kakanda Aan Ardiansyah dan om Trisakti Oktario terimakasih banyak atas dukungan yang diberikan kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan yang disebabkan oleh keterbatasan. kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki, untuk itu penulis memohon kritikan dan saran bagi pembaca yang bersifat membangun untuk kesempurnaan tugas dimana yang akan mendatang. Mengingat Kembali tidak ada kata sempurna tanpa saran yang membangun.

Akhir kata, saya berharap semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Sorong, 19 Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

COVER.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN	vi
PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK.....	vi
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
1. Tujuan Umum.....	3
2. Tujuan Khusus	3
D. Manfaat Penelitian	4
1. Manfaat Teoritis.....	4
2. Manfaat Praktis.....	4
a. Bagi Tenaga Kesehatan	4
b. Bagi Sekolah.....	4
c. Bagi Remaja Putri	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Uraian Teori.....	5
1. Konsep Kesehatan Reproduksi Remaja Putri	5
2. Remaja.....	17
3. Pengetahuan.....	17
4. Media Edukasi Dalam Promosi Kesehatan.....	21
a. Lembar Balik	21
b. Buku Saku	25
B. Kerangka Teori	34
C. Hipotesis Penelitian	34

BAB III METODE PENELITIAN.....	35
A. Jenis Penelitian	35
B. Kerangka Konsep.....	35
C. Subjek Penelitian	36
1. Populasi.....	36
2. Sampel.....	36
3. Kriteria Sampel.....	37
4. Teknik Sampel	37
D. Definisi Operasional Variabel.....	37
E. Tempat Dan Waktu Penelitian	38
F. Instrumen Penelitian	38
G. Teknik Pengumpulan Data.....	40
H. Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data	42
1. Edit data (editing)	43
2. Pemberian kode (coding)	43
3. Memasukkan data (entry).....	43
4. Pengecekan data (cleaning)	43
I. Etika Penelitian.....	43
1. Informed Consent	44
2. Privasi dan Kerahasiaan Partisipan Penelitian.....	44
3. Prinsip Keadilan dan Keterbukaan (Inklusivitas)	44
4. Manfaat dan Potensi Risiko Penelitian	45
J. Jadwal Penelitian	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	46
1. Keadaan Geografis.....	46
2. Keadaan Demografi	46
B. Hasil Penelitian.....	47
1. Analisis Univariat	47
2. Analisis Bivariat	49
C. Pembahasan.....	50
1. Distribusi Umur Responden	50
2. Efektivitas Intervensi Media Lembar Balik.....	51

3. Efektivitas Intervensi Media Buku Saku.....	52
4. Perbedaan Efektivitas Media Lembar Balik dan Buku Saku.....	54
5. Keterbatasan Penelitian.....	55
BAB V PENUTUP	57
A. Kesimpulan.....	57
B. Saran	57
1. Bagi Tenaga Kesehatan	57
2. Bagi Sekolah.....	58
3. Bagi Remaja Putri.....	58
4. Peneliti Selanjutnya.....	58
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN.....	64

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	38
Tabel 3. 2 Kisi-Kisi Kuesioner Pengetahuan Buku Saku dan Lembar Balik	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3 1. Desain Penelitian.....	35
Gambar 3 2. Kerangka Konsep	36

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Penelitian	65
Lampiran 2 Lembar Uji validitas dan Reabilitas Penelitian Terdahulu	66
Lampiran 3 Bukti Persetujuan Peneliti Terdahulu Dalam Penggunaan Kuesioner.....	67
Lampiran 4 Pernyataan Kesiediaan Menjadi Responden Penelitian	68
Lampiran 5 Kuesioner Dari Penelitian Terdahulu.....	69
Lampiran 6 Kunci Jawaban Kuesioner.....	73
Lampiran 7 Master Tabel.....	74
Lampiran 8 Hasil Uji Statistik	75
Lampiran 9 Media Lembar Balik	78
Lampiran 10 Media Buku Saku	94
Lampiran 11 Lembar Konsultasi.....	101
Lampiran 12 Berita Acara Perbaikan Proposal dan Skripsi	105
Lampiran 13 Surat Pra Survey	107
Lampiran 14 Surat Izin Penelitian.....	108
Lampiran 15 Dokumentasi Pra Survey.....	109
Lampiran 16 Dokumentasi Penelitian	110
Lampiran 17 Daftar Riwayat Hidup	113

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia terlahir sebagai bayi yang belum memiliki kemampuan dan pengetahuan, sehingga sangat bergantung pada orangtua mereka. Seiring waktu, manusia mengalami perkembangan dan perubahan dalam aspek fisik, psikologis, dan sosial. Proses perubahan ini berlangsung secara bertahap dan alami, yang pada akhirnya membantu anak-anak untuk belajar mandiri dan mengurangi ketergantungan mereka, khususnya terhadap orangtua. Salah satu fase penting dalam proses perkembangan ini adalah masa remaja. Anak-anak yang menjadi dewasa dianggap mampu bereproduksi. Masa remaja adalah tahap transisi dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik dan psikologis. Remaja menurut WHO adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun (WHO, 2024).

Kesehatan reproduksi sangat menentukan kesuburan dari setiap individu. Sehingga penting bagi orang-orang reproduksi untuk mendapatkan informasi yang tepat dan benar mengenai kesehatan reproduksi. Salah satu informasi yang perlu diberikan adalah perilaku hidup sehat. Menjelaskan bahwa kurangnya edukasi terhadap kesehatan reproduksi akan memicu masalah kesehatan seperti kehamilan di usia muda sampai tindakan aborsi pada remaja Perempuan Ingrid dan Rumerung (2022).

Kurangnya kesadaran akan pentingnya perilaku hidup sehat di kalangan remaja hingga orang dewasa menunjukkan perlunya penyediaan pendidikan,

informasi, serta promosi kesehatan yang akurat dan mudah dipahami. Dalam hal ini, media promosi memiliki peran penting dalam meningkatkan efektivitas penyampaian pesan kesehatan. Salah satu media yang dinilai efektif adalah buku saku. Buku saku termasuk media cetak berukuran kecil dan tipis, mampu memuat banyak informasi serta gambar, dan praktis karena mudah dibawa, disimpan di saku, serta dapat dibaca kapan saja dan di mana saja. Hal-hal inilah yang menjadi kelebihan dan daya tarik utama dari buku saku sebagai sarana promosi Kesehatan (Tati Ruhmawati, 2022).

Penelitian ini sejalan yang dilakukan Rimbawati et al., (2022) pengaruh buku saku kesehatan reproduksi prakonsepsi terhadap perilaku hidup sehat. Yang mendapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh buku saku kesehatan reproduksi terhadap perilaku hidup sehat pasien sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan pada kelompok kontrol yang signifikan. Pembahasan dalam kesehatan reproduksi tidak hanya mengenai penyakit yang mengganggu kesehatan produksi, namun juga mengenai cara mencegah dan menjaga diri agar terhindar dari gangguan reproduksi. Dalam penelitian ini akan membahas mengenai beberapa edukasi Kesehatan Reproduksi yaitu Masa Pubertas, Menstruasi, IMS (Infeksi Menular Seksual), Kehamilan Tidak Diinginkan dan Tumor Pada Payudara.

Hasil wawancara dengan 12 remaja di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong menunjukkan bahwa 5 di antaranya menganggap kesehatan reproduksi sangat penting karena berkaitan dengan masa depan mereka. Namun, mereka mengaku hanya memperoleh informasi dari internet, yang terkadang

mengandung unsur pornografi. Sementara itu, 7 remaja lainnya berpendapat bahwa topik tersebut tidak penting, karena dianggap tabu dan tidak layak untuk dipelajari oleh remaja. Berdasarkan data tersebut maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang perbedaan penggunaan media lembar balik dan buku saku dalam meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada remaja putri di sekolah SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat perbedaan penggunaan media lembar balik dan buku saku dalam meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada remaja putri di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis perbedaan antara penggunaan lembar balik dan buku saku dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman remaja putri mengenai kesehatan reproduksi.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk menganalisis tingkat pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi sebelum diberikan edukasi menggunakan lembar balik dan buku saku.
- b. Untuk menganalisis tingkat pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi setelah diberikan edukasi menggunakan lembar balik dan buku saku.
- c. Untuk menganalisis perbandingan lembar balik dan buku saku dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja putri.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam bidang pendidikan kesehatan, khususnya dalam pemilihan media yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Tenaga Kesehatan

Memberikan informasi terkait media edukasi yang lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi.

b. Bagi Sekolah

Memberikan rekomendasi mengenai media edukasi yang dapat digunakan dalam program kesehatan sekolah.

c. Bagi Remaja Putri

Membantu meningkatkan pemahaman dan kesadaran akan pentingnya kesehatan reproduksi.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Uraian Teori

1. Konsep Kesehatan Reproduksi Remaja Putri

a. Pengertian Kesehatan Reproduksi

Kesehatan reproduksi remaja putri adalah kondisi sehat secara fisik, mental, dan sosial yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi yang dimiliki oleh remaja perempuan. Kesehatan ini tidak hanya mencakup ketiadaan penyakit atau kecacatan, tetapi juga mencakup kesejahteraan secara menyeluruh dalam aspek reproduksi. Remaja putri perlu memahami perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang terjadi selama masa pubertas untuk menjaga kesehatan reproduksi mereka (Syamsuddin, 2023).

b. Tujuan Kesehatan Reproduksi, menurut (Ristia Dwi Syafitri, 2024) :

1) Meningkatkan Pengetahuan dan Pemahaman

Memberikan informasi yang akurat tentang sistem reproduksi, pubertas, dan kesehatan seksual agar remaja putri dapat memahami perubahan tubuhnya dan menjaga kesehatannya dengan baik.

2) Mencegah Perilaku Berisiko

Mengurangi risiko kehamilan yang tidak diinginkan, infeksi menular seksual (IMS), dan perilaku seksual yang tidak sehat melalui edukasi dan pemberdayaan diri.

3) Menanamkan Perilaku Hidup Sehat

Mendorong kebiasaan menjaga kebersihan diri (personal hygiene) dan perilaku sehat lainnya yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi.

4) Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan

Membantu remaja putri dalam membuat keputusan yang bertanggung jawab terkait kesehatan reproduksinya, termasuk dalam hal penggunaan kontrasepsi dan hubungan seksual yang aman.

5) Mengurangi Stigma dan Misinformasi

Melalui Pendidikan Kesehatan reproduksi yang komprehensif, diharapkan dapat menurunkan angka kehamilan pada usia remaja dan penyebaran IMS.

c. Manfaat Kesehatan Reproduksi, menurut (Dyah Woro Kartiko Kusumo Wardani, 2022) :

1) Meningkatkan Pengetahuan dan Kesadaran

Edukasi kesehatan reproduksi membantu remaja putri memahami perubahan biologis, psikologis, dan sosial selama masa pubertas, serta pentingnya menjaga kesehatan organ reproduksi

2) Mencegah Kehamilan Dini dan Infeksi Menular Seksual (IMS)

Program edukasi yang komprehensif dapat mengurangi perilaku seksual berisiko, meningkatkan penggunaan kontrasepsi, dan menurunkan angka kehamilan remaja serta penyebaran IMS.

3) Menumbuhkan Perilaku Hidup Sehat

Dengan pemahaman yang baik, remaja putri cenderung mengadopsi perilaku hidup sehat, seperti menjaga kebersihan organ reproduksi dan menghindari kebiasaan yang dapat membahayakan kesehatan reproduksi.

4) Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan

Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi memberdayakan remaja putri untuk membuat keputusan yang tepat dan bertanggung jawab terkait kesehatan dan kehidupan seksual mereka.

Kesehatan reproduksi pada remaja putri mencakup berbagai aspek penting yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi, serta faktor fisik, mental, dan sosial yang mempengaruhinya. Berikut

adalah komponen utama kesehatan reproduksi remaja putri, menurut (Galbinur & Defitra, 2021) :

1) Pemahaman tentang Perubahan Fisik dan Psikologis

Masa remaja ditandai dengan perubahan fisik seperti pertumbuhan payudara, menstruasi, dan perubahan hormonal, serta perubahan psikologis yang mempengaruhi emosi dan perilaku. Pemahaman yang baik tentang perubahan ini membantu remaja putri beradaptasi dan menjaga kesehatannya.

2) Menstruasi dan Kebersihan Reproduksi

Menstruasi adalah bagian alami dari siklus reproduksi wanita. Penting bagi remaja putri untuk memahami siklus menstruasi dan menjaga kebersihan organ reproduksi untuk mencegah infeksi dan masalah kesehatan lainnya.

3) Pendidikan Seksual dan Pencegahan Perilaku Berisiko

Edukasi tentang kesehatan reproduksi membantu remaja putri memahami risiko perilaku seksual yang tidak aman, seperti kehamilan dini dan infeksi menular seksual (IMS), serta pentingnya membuat keputusan yang bertanggung jawab.

d. Perawatan Organ Kesehatan Reproduksi Remaja

Perawatan organ reproduksi sangat penting bagi remaja untuk menjaga kesehatan, mencegah infeksi, dan mendukung perkembangan seksual yang sehat. Beberapa hal yang perlu dilakukan remaja, antara lain menurut (Suryaningsih, 2020) :

1) Menjaga Kebersihan

- a) Mencuci organ intim dengan air bersih setiap hari.
- b) Menggunakan sabun khusus yang tidak mengganggu pH alami vagina atau penis.
- c) Mengeringkan area intim dengan handuk bersih setelah mandi.

2) Memakai Pakaian Dalam yang Bersih dan Kering

- a) Mengganti pakaian dalam minimal dua kali sehari.
- b) Menggunakan bahan katun yang menyerap keringat.

- 3) Menjaga Kesehatan Secara Umum
 - a) Makan makanan bergizi untuk mendukung perkembangan hormonal.
 - b) Cukup istirahat dan olahraga teratur.
- 4) Menghindari Kebiasaan Berisiko
 - a) Tidak bergonta-ganti pasangan seksual.
 - b) Menghindari penggunaan produk pembersih yang berlebihan di area genital (seperti douching).
- e. Perubahan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja
 - 1) Masa Pubertas

Masa pubertas adalah salah satu dari dua periode dalam rentang kehidupan yang ditandai oleh pertumbuhan yang pesat dan perubahan yang mencolok. Permasalahan utama yang dialami oleh remaja yaitu ketidak tahuan terhadap tindakan yang harus dilakukan sehubungan dengan perkembangan yang sedang dialami, khususnya masalah pengetahuan remaja mengenai pubertas dan bagaimana sikap remaja dalam menghadapi perubahan tersebut (Kas & Istiqamah, 2023). Ada beberapa perubahan fisik, perubahan emosional, perubahan seksualitas dan ciri -ciri umum pada masa pubertas, menurut (Gultom & Sari, 2020) :

- a) Perubahan fisik pada remaja Perempuan

Beberapa perubahan fisik yang terjadi pada anak perempuan saat pubertas, diantaranya:

- (1) Tubuh tumbuh semakin tinggi, berat dan kuat
- (2) Payudara semakin besar
- (3) Alat reproduksi seperti vagina, Rahim, tuba fallopi mulai berkembang
- (4) Pinggang, panggul dan bokong mulai membesar
- (5) Mulai tumbuh rambut di sekitar kemaluan, ketiak, kaki dan lengan
- (6) Mulai mengalami keputihan

- (8) Mulai mengalami menstruasi
- (9) Bertambahnya produksi keringat
- (10) Kulit menjadi lebih berminyak

Beberapa hal yang perlu diperhatikan ketika mengalami perubahan fisik pada masa pubertas, yaitu:

- (1) Menjaga kebersihan tubuh agar tidak bau badan
- (2) Merawat wajah agar tidak berjerawat
- (3) Gigi geraham kedua biasanya tumbuh pada usia 13 tahun
- (4) Menjaga kebersihan organ intim saat anak perempuan menstruasi.

b) Perubahan emosional pada remaja

Selain perubahan fisik, pubertas juga menyebabkan perubahan emosi. Misalnya anak perempuan dapat mengalami perubahan suasana hati saat menstruasi. Perubahan emosi bisa naik dan turun dalam waktu yang relative cepat. Sebentar sedih, tak lama kemudian kembali ceria, juga tampak lebih mudah tersinggung. Anak perempuan cenderung lebih ekspresif, misalnya dengan menangis, curhat, atau merajuk.

c) Perubahan seksualitas

Kematangan seksual merupakan suatu rangkaian dari perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja, yang ditandai dengan perubahan pada seks primer (primary sex characteristics) dan perubahan pada seks sekunder (secondary sex characteristics). Perubahan ini biasanya meliputi perasaan timbulnya hawa nafsu. Yang mana tidak semua anak yang dapat mengontrol nafsu nya atas keinginannya kepada sesuatu. Misalnya keinginan anak untuk memiliki suatu barang yang tidak di milikinya, ataupun keinginan terhadap lawan jenisnya.

Nafsu yang tumbuh itu adalah hal yang wajar untuk seorang yang normal. Karena mulai seseorang dilahirkan pun, kita sudah memiliki nafsu seks. Seperti misalnya keinginan menyusui

seorang bayi terhadap ibunya. Namun, ketika sudah pubertas banyak anak yang mengalami peningkatan nafsu seks yang tinggi, sehingga tidak sedikit anak yang menyimpang karena tidak mampu menahan keinginan nafsunya.

(1) Tanda – tanda Seks Primer

Organ-organ reproduksi wanita tumbuh selama masa puber dengan kecepatan yang bervariasi. Haid dianggap sebagai petunjuk pertama bahwa mekanisme reproduksi anak perempuan menjadi matang, gejala ini merupakan awal dari serangkaian pengeluaran darah, lendir dan jaringan sel yang hancur dari uterus secara berkala, dan akan berhenti saat wanita mencapai menopause.

(2) Tanda – tanda Seks Sekunder

Pada masa pubertas ditandai dengan kematangan organ-organ reproduksi, termasuk pertumbuhan seks sekunder. Pada masa ini juga remaja mengalami pertumbuhan fisik yang sangat cepat.

2) Menstruasi

Menstruasi adalah keluarnya darah, lendir, dan puing-puing sel dari lapisan rahim, disertai dengan pelepasan periodik dan siklik (deskuamasi) dari lapisan rahim, yang dimulai kira-kira 14 hari setelah ovulasi. Pada remaja putri, pubertas ditandai dengan datangnya menstruasi (menarche) yang disertai dengan perubahan fisik, mental, dan sosial (Muhammad Arifin Ilham, Nurul islamy, 2023).

Panjang normal dari siklus menstruasi, atau yang dianggap sebagai siklus menstruasi klasik, adalah 28 hari, tetapi variabilitasnya sangat besar tidak hanya antara wanita yang berbeda, tetapi juga pada wanita yang sama. Kesehatan reproduksi pada remaja khususnya remaja putri sangat erat kaitannya dengan

menstruasi. Tidak semua wanita memiliki siklus menstruasi yang teratur (Saliano et al., 2022).

a) Tanda dan Gejala

Menjelang menstruasi, banyak wanita mengalami berbagai gejala fisik dan psikologis yang dikenal sebagai *Premenstrual Syndrome* (PMS). Gejala-gejala ini biasanya muncul 7–10 hari sebelum menstruasi dan mereda saat menstruasi dimulai menurut (Astrika et al., 2021).

(1) Gejala Fisik

- (a) Nyeri payudara : Payudara terasa nyeri atau bengkak.
- (b) Perut kembung : Akibat retensi cairan.
- (c) Kram perut : Terutama pada hari-hari menjelang menstruasi.
- (d) Sakit kepala : Sering dilaporkan oleh wanita menjelang menstruasi.
- (e) Kelelahan : Merasa lelah meskipun tidak melakukan aktivitas berat.
- (f) Muncul jerawat : Perubahan hormon dapat memicu jerawat.
- (g) Peningkatan berat badan : Akibat retensi cairan dan perubahan nafsu makan.

(2) Gejala Psikologi dan Emosional

- (a) Mood swing : Perubahan suasana hati yang cepat.
- (b) Iritabilitas : Mudah marah atau tersinggung.
- (c) Depresi ringan : Perasaan sedih atau putus asa.
- (d) Kecemasan : Merasa gelisah atau khawatir berlebihan.
- (e) Sulit berkonsentrasi : Kesulitan fokus pada tugas-tugas sehari-hari.
- (f) Gangguan tidur : Insomnia atau tidur berlebihan

b) Personal Hygiene

Personal hygiene saat menstruasi memiliki berbagai indicator, termasuk menjaga kebersihan alat kelamin menurut (Alfi et al., 2022) yang meliputi :

- (1) Mencuci tangan dengan air yang bersih
- (2) Mengenakan pakaian yang mudah menyerap keringat
- (3) Mengganti pakaian dalam setidaknya dua kali sehari untuk mengontrol kelembaban vagina yang berlebihan
- (4) Sering mengganti pembalut jika ada gumpalan darah dan setelah buang air kecil dan besar
- (5) Tidak menggunakan pembalut lebih dari 6 jam.

Seseorang yang tidak menjaga hygiene yang baik saat menstruasi akan mudah mengalami infeksi alat reproduksi. Hal ini disebabkan oleh peristiwa menstruasi yang mengeluarkan darah kotor, darah dan keringat yang keluar serta menempel pada vulva dapat menyebabkan daerah genetalia menjadi lembab. Daerah genetalia yang lembab akan mengakibatkan tumbuhnya jamur kandida dan bakteri yang dapat menyebabkan pruritis vulvae yang ditandai dengan adanya sensasi gatal, infeksi serta keputihan pada daerah vagina (Hesty, 2023).

f. Gangguan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja

1) Gangguan Saat Menstruasi

Masalah yang umum dialami oleh perempuan dan dapat disebabkan oleh berbagai faktor menurut (Abramson, 2020). Berikut beberapa gangguan menstruasi yang sering terjadi:

- a) Dismenore: Nyeri saat menstruasi yang dirasakan di perut bagian bawah.
- b) Siklus menstruasi tidak teratur: Periode menstruasi yang datang lebih cepat atau lebih lambat dari siklus normal (21-35 hari).
- c) Menoragia: Perdarahan menstruasi yang berlangsung lebih lama atau lebih banyak dari biasanya.

- d) Amenorea: Tidak adanya menstruasi selama tiga bulan berturut-turut atau lebih pada wanita yang sebelumnya memiliki siklus menstruasi teratur.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi gangguan menstruasi antara lain:

- a) Stres: Stres dapat mempengaruhi keseimbangan hormon yang mengatur siklus menstruasi, sehingga menyebabkan ketidakteraturan.
 - b) Aktivitas fisik: Tingkat aktivitas fisik yang terlalu tinggi atau terlalu rendah dapat mempengaruhi siklus menstruasi.
 - c) Status gizi: Kekurangan atau kelebihan nutrisi dapat berdampak pada keteraturan siklus menstruasi.
 - d) Kualitas tidur: Kurangnya kualitas dan kuantitas tidur dapat berkontribusi pada gangguan menstruasi.
- 2) Infeksi Menular Seksual (IMS)

Infeksi menular seksual (IMS) adalah infeksi yang disebabkan oleh bakteri, virus, parasit atau jamur, yang penularannya terutama melalui hubungan seksual dari seseorang yang terinfeksi kepada mitra seksualnya. Infeksi menular seksual (IMS) merupakan salah satu dari sepuluh penyebab pertama penyakit yang tidak menyenangkan pada dewasa muda pada laki-laki dan penyebab kedua terbesar pada dewasa muda perempuan (Esi Siregar, 2024).

Patogen-patogen penyebab IMS terdiri dari bakteri, virus, protozoa, jamur dan parasit. Bakteri penyebab IMS yang paling sering antara lain *Neisseria gonorrhoeae* yang menyebabkan gonore atau kencing nanah, *Chlamydia trachomatis* yang menyebabkan klamidioisis, *Treponema pallidum* yang menyebabkan sifilis atau penyakit raja singa, *Haemophilus ducreyi* yang menyebabkan chancroid. Virus penyebab PMS antara lain Herpes simplex tipe 1 dan 2 yang menyebabkan herpes genital, Human papillomavirus yang menyebabkan kutil kelamin, virus hepatitis B, dan Human

Immunodeficiency Virus (HIV). Protozoa penyebab PMS adalah *Trichomonas vaginalis*, jamur penyebab PMS adalah *Candida albicans*, dan parasit penyebab PMS antara lain *Sarcoptes scabiei* (Simorangkir, 2022).

a) Tanda dan Gejala IMS menurut (Sabirin B. Syukur, 2023) yaitu :

(1) Keputihan abnormal : Keputihan yang berbau, berwarna, dan disertai gatal atau rasa terbakar di sekitar vagina atau anus.

(2) Benjolan atau bintil di area genital : Munculnya benjolan atau bintil di sekitar vagina atau anus.

(3) Nyeri perut bagian bawah : Rasa nyeri di bagian bawah perut atau selama berhubungan seksual.

b) Upaya pencegahan IMS diantaranya dilakukan melalui perubahan perilaku, yaitu (Alfiatus Zahro, Nia Risa Dewi, 2024) :

(1) Menyebarkan informasi

(2) Pemberian pendidikan kesehatan

(3) Konseling.

Upaya ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan orang untuk mengenali penyebab dan gejala IMS serta meningkatkan pengetahuan.

3) Kehamilan Tidak Diinginkan

Kehamilan yang tidak diinginkan terdapat beberapa dampak dari perilaku seks pranikah pada remaja, salah satunya adalah terjadi fenomena kehamilan yang tidak diinginkan. (Nurhandayani, 2022) menjelaskan bahwa ada beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan pada remaja, antara lain remaja kurang memahami mengenai kesehatan reproduksi, kemudian ada juga faktor yang berasal dari dalam diri remaja itu sendiri seperti kurang memahami kewajibannya sebagai pelajar. Perkembangan teknologi yang semakin canggih juga dapat memperbesar kemungkinan remaja mengakses apa saja, termasuk

hal-hal negatif. Tanpa adanya pengawasan dan kendali dari orang tua, menyebabkan remaja merasa bebas untuk melakukan apa saja yang diinginkannya.

Kehamilan tidak diinginkan (KTD) memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan fisik, mental, dan sosial, baik bagi ibu maupun anak. Berikut adalah beberapa dampak utama yang telah diidentifikasi dalam berbagai studi:

a) Dampak Kesehatan Fisik dan Perinatal

- (1) Risiko Komplikasi Kehamilan : KTD meningkatkan risiko komplikasi kehamilan dan persalinan, termasuk kelahiran prematur, bayi berat lahir rendah, dan kematian ibu (Arnita & Aryatuti, 2021).
- (2) Kurangnya Perawatan Kehamilan : Ibu dengan KTD cenderung tidak melakukan perawatan kehamilan secara optimal, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan ibu dan janin (Arnita & Aryatuti, 2021).

b) Dampak Psikologis

- (1) Stres dan Gangguan Mental : KTD dapat menyebabkan stres, depresi, dan kecemasan pada ibu, terutama jika terjadi pada usia remaja atau di luar pernikahan (Fauziah & Subiyatin, 2022).
- (2) Trauma dan Stigma Sosial : Remaja yang mengalami KTD sering menghadapi trauma psikologis dan stigma dari masyarakat, yang dapat mempengaruhi kesehatan mental jangka panjang.

(3) Dampak Sosial dan Ekonomi

- (1) Putus Sekolah dan Keterbatasan Karier : Remaja yang mengalami KTD berisiko tinggi putus sekolah, yang berdampak pada peluang kerja dan kemandirian ekonomi di masa depan (Fauziah & Subiyatin, 2022).

(2) Kekerasan dalam Hubungan : Sebanyak 25% wanita di Indonesia yang mengalami KTD juga mengalami kekerasan fisik dari pasangan (Sari, 2017).

(4) Dampak terhadap Anak

Perkembangan Anak Terhambat : Anak yang lahir dari KTD berisiko mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan akibat kurangnya perhatian dan perawatan dari orang tua (Ernawati & Lestari, 2024).

4) Tumor Pada Payudara

Tumor payudara pada wanita dapat bersifat jinak maupun ganas (kanker), dan merupakan salah satu masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia dan dunia (Jamil et al., 2024).

a) Jenis dan Karakteristik Tumor Payudara, menurut (Parida, 2023)

(1) Tumor Jinak (Fibroadenoma Mammae) : Sering terjadi pada wanita usia subur. Tumor ini biasanya tidak nyeri, terbatas tegas, dan dapat digerakkan. Deteksi dini sangat penting untuk pencegahan dan penanganan yang tepat.

(2) Tumor Ganas (Karsinoma Mammae): Merupakan jenis kanker yang paling sering didiagnosis pada wanita. Karsinoma mammae paling banyak ditemukan pada wanita usia 40–59 tahun, sedangkan fibroadenoma lebih umum pada usia 20–39 tahun.

b) Faktor Risiko dan Deteksi Dini, menurut (Suindri, 2020) :

(1) Faktor Risiko: Termasuk usia, status menyusui, indeks massa tubuh (IMT), penggunaan kontrasepsi hormonal, dan konsumsi sayur. Studi di Kabupaten Badung menunjukkan bahwa faktor-faktor ini memiliki hubungan signifikan dengan kejadian tumor payudara .

(2) Deteksi Dini: Pengetahuan wanita usia subur tentang deteksi dini tumor payudara masih rendah. Sebuah penelitian di Puskesmas Ganting Gedangan menunjukkan bahwa sebagian

besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang deteksi dini tumor payudara .

2. Remaja

a. Definisi remaja

Masa remaja adalah era dimana seseorang bertransisi dari masa kanak-kanak ke kedewasaan. Masa remaja kadang-kadang dianggap sebagai perpanjangan masa kanak-kanak sebelum dewasa. Menurut (WHO, 2024) remaja merupakan fase antara masa kanak-kanak dan dewasa dalam rentang usia antara 10 hingga 19 tahun. Selanjutnya Ermis Suryana (2022) menjelaskan bahwa masa remaja adalah masa gejolak jiwa, masa transisi atau berada di jembatan goyang yang menghubungkan masa kanak-kanak yang bergantung pada masa dewasa.

b. Pembagian masa remaja

Menurut (WHO, 2024) menyatakan jumlah kelompok usia remaja di dunia berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk di dunia. Selanjutnya pembagian masa remaja berdasarkan WHO:

- 1) Masa Remaja Awal (Early Adolescence): Usia 10-13 tahun.
- 2) Masa Remaja Pertengahan (Middle Adolescence): Usia 14-17 tahun.
- 3) Masa Remaja Akhir (Late Adolescence): Usia 18-19 tahun.

3. Pengetahuan

a. Definisi pengetahuan

Pengetahuan yang dimiliki oleh manusia merupakan hasil upaya yang dilakukan oleh manusia dalam mencari suatu kebenaran atau masalah yang dihadapi. (Darsini et al., 2019) menjelaskan bahwa pengetahuan adalah hasil kegiatan ingin tahu manusia tentang apa saja melalui cara-cara dan dengan alat - alat tertentu. Pengetahuan ini bermacam - macam jenis dan sifatnya, ada yang langsung dan ada yang tak langsung, ada yang bersifat tidak tetap (berubah - ubah), subyektif, dan khusus, dan ada pula yang bersifat tetap, obyektif dan umum. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana

diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi perlu ditekankan, bukan berarti seseorang yang berpendidikan rendah mutlak berpengetahuan rendah pula. Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini akan menentukan sikap seseorang, semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap positif terhadap objek tertentu.

Salah satu bentuk objek kesehatan dapat dijabarkan melalui pengetahuan yang didapat dari pengalaman sendiri. Tingkat pengetahuan seseorang terhadap suatu objek mempunyai intensitas atau tingkatan yang berbeda. Ada beberapa jenis pengetahuan menurut (Dila Rukmi Octaviana, 2021) :

- 1) Pengetahuan biasa disebut sebagai common sense, yaitu pengetahuan atas dasar aktivitas kesadaran (akal sehat) baik dalam menyerap dan memahami suatu objek, serta menyimpulkan atau memutuskan secara langsung atau suatu objek yang diketahui. Common sense merupakan pengetahuan yang diperoleh tanpa harus memerlukan pemikiran yang mendalam sebab dapat diterima keberadaan dan kebenarannya hanya menggunakan akal sehat secara langsung, dan sekaligus dapat diterima semua orang.
- 2) Pengetahuan agama merupakan pengetahuan yang bermuatan dengan hal-hal keyakinan, kepercayaan yang diperoleh melalui wahyu Tuhan. Pengetahuan agama adalah bersifat mutlak dan wajib diikuti oleh para pengikutnya. Sebagian besar nilai kandungan di dalam pengetahuan agama adalah bersifat mistis atau ghaib yang tidak dapat dinalar sederhana melalui akal dan indrawi.
- 3) Pengetahuan filsafat, merupakan pengetahuan yang bersifat spekulatif, diperoleh melalui hasil perenungan yang mendalam. Pengetahuan filsafat menekankan keuniversalitasan dan kedalaman kajian atas sesuatu yang menjadi objek kajiannya. Pengetahuan filsafat dapat

ditandai dengan unsur rasionalistis, kritis dan radikal atas refleksi maupun perenungan mendasar segala kenyataan dalam dunia ini. Pengetahuan filsafat merupakan landasan pengetahuan ilmiah, yang menjadi tumpuan dasar untuk berbagai persoalan yang tidak bisa dijawab oleh disiplin ilmu. Filsafat menjadi penjelas yang bersifat substansial dan serta radikal atas berbagai masalah yang dihadapi.

- 4) Pengetahuan ilmiah, merupakan pengetahuan yang menekankan evidensi, disusun dan secara sistematis, mempunyai metode dan memiliki prosedur. Pengetahuan ilmiah diperoleh dari serangkaian observasi, eksperimen, dan klasifikasi. Pengetahuan ilmiah disebut juga ilmu atau ilmu pengetahuan (science). Disebut ilmu pengetahuan karena ia memiliki metode. Pengetahuan ilmiah didasarkan pada prinsip empiris dalam arti menekankan pada fakta atau kenyataan yang dapat diverifikasi melalui indrawi.

Tingkat pengetahuan menurut (Pariati, 2020) Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Perilaku kognitif diklasifikasikan dalam urutan hirarki, yaitu:

- 1) Tahu (know)

Merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah, karena pada tingkat ini seseorang hanya mampu melakukan recall (mengulang) memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu.

- 2) Memahami (comprehension)

Dapat diartikan suatu kemampuan untuk menjelaskan suatu objek dan dapat menginterpretasikannya secara benar. Orang yang sudah memahami harus dapat menjelaskan, menguraikan, menyebutkan contoh, dan menyimpulkan.

- 3) Aplikasi (application)

Merupakan kemampuan dimana seseorang telah memahami suatu objek, dapat menjelaskan dan dapat mengaplikasikan prinsip yang diketahui meskipun pada situasi yang berbeda.

4) Analisis (analysis)

Merupakan kemampuan seseorang untuk menggunakan ide-ide abstrak yang baru dipelajari untuk diterapkan dalam situasi nyata. Sehingga dapat menggambarkan atau memecahkan suatu masalah.

5) Sintesis (synthesis) merupakan kemampuan untuk merangkum komponen-komponen dari suatu formulasi yang ada dan meletakkannya dalam suatu hubungan yang logis, sehingga tersusun suatu formula baru.

6) Evaluasi (evaluation)

Berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek, yang didasarkan pada suatu kriteria yang telah dibuat sendiri atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

b. Pengukuran Pengetahuan

Pengetahuan dapat diukur dengan cara melakukan tes wawancara serta angket kuesioner, di mana tes tersebut berisikan pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan materi yang ingin diukur dari subyek penelitian (Yunita Arianti, 2022).

Adapun jenis pertanyaan yang dapat digunakan untuk pengukuran pengetahuan secara umum dibagi menjadi 2 jenis yaitu:

- 1) Pertanyaan subjektif Penggunaan pertanyaan subjektif dengan jenis pertanyaan essay digunakan dengan penilaian yang melibatkan faktor subjektif dari penilai, sehingga hasil nilai akan berbeda dari setiap penilai dari waktu ke waktu.
- 2) Pertanyaan objektif Jenis pertanyaan objektif seperti pilihan ganda, betul salah dan pertanyaan menjodohkan dapat dinilai secara pasti oleh penilai.

Pengukuran tingkat pengetahuan seseorang dapat dikategorikan menurut (Wawan dan Dewi, 2021) sebagai berikut:

- 1) Tingkat pengetahuan dikatakan baik jika responden mampu menjawab pernyataan pada kuesioner dengan benar sebesar $\geq 75\%$ dari seluruh pernyataan dalam kuesioner.

- 2) Tingkat pengetahuan dikatakan cukup jika responden mampu menjawab pernyataan pada kuesioner dengan benar sebesar 56 - 74% dari seluruh pernyataan dalam kuesioner.
- 3) Tingkat pengetahuan dikatakan kurang jika responden mampu menjawab pernyataan pada kuesioner dengan benar sebesar < 55% dari seluruh pernyataan dalam kuesioner.

4. Media Edukasi Dalam Promosi Kesehatan

a. Lembar Balik



MASA PUBERTAS

Pengertian Masa Pubertas

Masa pubertas adalah salah satu dari dua periode dalam rentang kehidupan yang ditandai oleh pertumbuhan yang pesat dan perubahan yang mencolok (Kas & Istiqamah, 2023)



Apakah ada perubahan pada Masa Pubertas?



Perubahan yang terjadi saat Pubertas



- Perubahan fisik pada remaja perempuan
- Perubahan emosional pada remaja
- Perubahan seksualitas (Gultom & Sari, 2020)



Apa saja yang termasuk dalam ciri-ciri Masa Pubertas?



Ciri - ciri Masa Pubertas :



- Tubuh tumbuh semakin tinggi, berat dan kuat
- Payudara semakin besar
- Alat reproduksi seperti vagina, Rahim, tuba fallopi mulai berkembang
- Pinggang, panggul dan bokong mulai membesar
- Mulai tumbuh rambut di sekitar kemaluan, ketiak, kaki dan lengan
- Mulai mengalami menstruasi
- Bertambahnya jerawat keringat
- Kulit menjadi lebih berminyak (Gultom & Sari, 2020)

Apa yang dimaksud dengan Menstruasi?



MENSTRUASI

Pengertian Menstruasi

Menstruasi adalah keluarnya darah, lendir, dan puing-puing sel dari lapisan rahim, disertai dengan pelepasan periodik selik (deskuamsi) dari lapisan rahim, yang dimulai kira-kira 14 hari setelah ovulasi (Muhammad Arifin Iham, Nurul Islami, 2023). Tidak semua wanita memiliki siklus menstruasi yang teratur (Salawati et al., 2022).



Apakah ada gangguan dan faktor yang mempengaruhi pada saat Menstruasi?



Gangguan saat Menstruasi :



- **Dismenore:** Nyeri saat menstruasi yang dirasakan di perut bagian bawah.
- **Siklus menstruasi tidak teratur:** Periode menstruasi yang datang lebih cepat atau lebih lambat dari siklus normal (21-35 hari).
- **Menoragia:** Perdarahan menstruasi yang berlangsung lebih lama atau lebih banyak dari biasanya (Abramsen, 2020).
- **Amenorea:** Tidak adanya menstruasi selama tiga bulan berturut-turut atau lebih pada wanita yang sebelumnya memiliki siklus menstruasi teratur.

Faktor yang mempengaruhi menstruasi :

- Stres
- Aktivitas fisik
- Status gizi
- Kualitas tidur (Abramsen, 2020)

Apa saja yang termasuk dalam Gejala Fisik, Psikologis dan Emosional?



Gejala Fisik (Astrika et al., 2021):

- Nyeri payudara
- Perut kembung
- Kram perut
- Sakit kepala
- Kelelahan
- Muncul jerawat
- Peningkatan berat badan

Gejala Psikologis dan Emosional (Astrika et al., 2021):

- Mood swing
- Iritabilitas
- Depresi ringan
- Kecemasan
- Sulit berkonsentrasi
- Gangguan tidur




Bagaimana cara melakukan Personal Hygiene ?



Personal Hygiene

- Mencuci tangan dengan air yang bersih
- Mengenakan pakaian yang mudah menyerap keringat
- Mengganti pakaian dalam setidaknya dua kali sehari untuk mengontrol kelembaban vagina yang berlebihan
- Sering mengganti pembalut jika ada gumpalan darah dan setelah buang air kecil dan besar
- Tidak menggunakan pembalut lebih dari 6 jam (Aini et al., 2022).



Apa yang dimaksud dengan Infeksi Menular Seksual (IMS) ?



INFEKSI MENULAR SEKSUAL (IMS)

Pengertian Infeksi Menular Seksual:

Infeksi menular seksual (IMS) adalah infeksi yang disebabkan oleh bakteri, virus, parasit atau jamur, yang penularannya terutama melalui hubungan seksual dari seseorang yang terinfeksi kepada mitra seksualnya (Esi Siregar, 2024).



Apa saja Patogen penyebab IMS ?

Apakah ada Tanda dan Gejala IMS ?

Bagaimana cara pencegahannya IMS ?



Apa itu Kehamilan Tidak Diinginkan (KTD) ?



KEHAMILAN TIDAK DIINGINKAN

Pengertian Kehamilan Tidak Diinginkan:

Kehamilan yang tidak diinginkan terdapat beberapa dampak dari perilaku seks pranikah pada remaja, salah satunya adalah terjadi fenomena kehamilan yang tidak diinginkan (Nurhandayani, 2022).



Apakah ada dampak dari Kehamilan Tidak Diinginkan ?



Dampak kesehatan fisik dan Perilaku:

- Risiko komplikasi kehamilan
- Kurangnya perawatan kehamilan (Aminah&Aryatuti, 2021).

Dampak psikologis:

- Stress dan gangguan mental
- Trauma dan stigma sosial (Fauziah&Subiyatin, 2022)

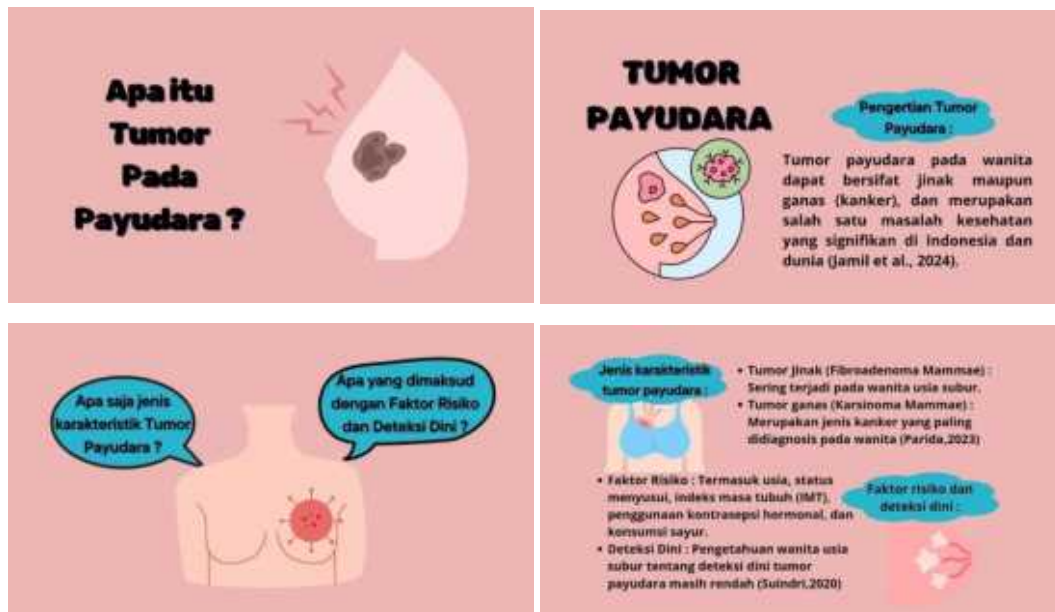
Dampak sosial dan ekonomi:

- Putus sekolah dan Keterbatasan karir
- Kekerasan dalam hubungan (Fauziah&Sybiyatin, 2022)

Dampak terhadap anak:

- Perkembangan anak terhambat (Ernaewati&Lestari, 2024)





Pendidikan kesehatan sendiri dapat dilakukan dengan berbagai macam metode menyesuaikan sasaran yang akan diberikan pendidikan. Salah satu metode dalam pendidikan kesehatan adalah media lembar balik. Flip chart (lembar balik) merupakan media yang digunakan untuk menyampaikan pesan maupun informasi dalam bentuk lembar balik. Biasanya media ini berbentuk seperti buku yang setiap lembarnya berisi gambar peraga kemudian dibaliknya berisi informasi yang berkaitan dengan gambar tersebut. Prinsip media promosi ini adalah kesederhanaan, keterpaduan, penekanan, keseimbangan bentuk, ruang serta warna (Anggraini, 2023).

Media lembar balik tergolong mudah dibuat, tidak membutuhkan waktu lama, persiapannya sederhana, dan biayanya relatif rendah. Media ini menyajikan rangkaian gambar secara berurutan yang ditampilkan dengan cara membalik setiap lembar gambarnya. Dengan menggunakan media lembar balik, siswa dapat belajar melalui kombinasi teks dan gambar, yang membantu meningkatkan kemampuan kognitif mereka melalui simbol visual, sehingga mempermudah dalam memahami serta mengingat informasi yang disampaikan. Selain itu, media visual ini juga bermanfaat bagi siswa yang memiliki kesulitan membaca, karena dapat

membantu mereka mengorganisasi dan mengingat kembali informasi yang terdapat dalam teks.

b. Buku Saku



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya buku kecil ini yang berjudul "Kamul Tubatmu, Sayang! Delusi – Kesehatan Reproduksi Remaja Putri" dapat disusun dengan baik.

Buku kecil ini dibuat sebagai bentuk kepedulian terhadap pentingnya edukasi kesehatan reproduksi anak dan remaja khususnya bagi remaja putri. Di dalamnya berisi informasi singkat, padat, dan mudah dipahami mengenai masa pubertas, menstruasi, infeksi menular seksual (IMS), serta kehamilan yang tidak diinginkan. Semoga buku ini dapat menjadi buku pengetahuan dasar untuk membantu remaja putri lebih mengenal tubuhnya dan menjaga kesehatannya secara mandiri dan bertanggung jawab.

Sebagai mahasiswa Program Studi O/N Kelodanari di Politeknik Kesehatan Sprong, saya menyadari bahwa remaja kesehatan memiliki peran penting dalam memberikan edukasi yang tepat guna mendukung generasi muda yang sehat, cerdas, dan berdaya.

Saya mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing, teman-teman, serta semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan buku kecil ini. Semoga buku kecil ini dapat memberikan manfaat dan menjadi langkah awal dalam memberikan kesadaran pentingnya kesehatan reproduksi di kalangan remaja putri.

Sprong, 2026
Putri Faradiba Engalia

Daftar Isi

Sampul	1
Tata Penulisan	2
Kata Pengantar	3
Daftar Isi	4

Bab 1. Kesehatan Reproduksi Remaja	5
Bab 2. Penubatan Kesehatan Reproduksi Remaja	10
Bab 3. Gangguan Kesehatan Reproduksi Remaja	15

Daftar Pustaka	20
----------------------	----



**BAB 1
KESEHATAN
REPRODUKSI REMAJA**

Kesehatan reproduksi remaja putri adalah kondisi sehat secara fisik, mental, dan sosial yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi yang dimiliki oleh remaja perempuan (Syamsuddin, 2023).

Tujuan Kesehatan Reproduksi, menurut (Riatia Dwi Syafitri, 2024) :

- **Meningkatkan Pengetahuan dan Pemahaman**
Memberikan informasi yang akurat tentang sistem reproduksi, pubertas, dan kesehatan seksual agar remaja putri dapat memahami perubahan tubuhnya dan menjaga kesehatannya dengan baik.
- **Mencegah Perilaku Berisiko**
Mengurangi risiko kehamilan yang tidak diinginkan, infeksi menular seksual (IMS), dan perilaku seksual yang tidak sehat melalui edukasi dan pemberdayaan diri.
- **Menanamkan Perilaku Hidup Sehat**
Mendorong kebiasaan menjaga kebersihan diri (personal hygiene) dan perilaku sehat lainnya yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi.
- **Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan**
Membantu remaja putri dalam membuat keputusan yang bertanggung jawab terkait kesehatan reproduksinya, termasuk dalam hal penggunaan kontrasepsi dan hubungan seksual yang aman.
- **Mengurangi Stigma dan Diskriminasi**
Melalui Pendidikan Kesehatan reproduksi yang komprehensif, diharapkan dapat menurunkan angka kehamilan pada usia remaja dan penyebaran IMS.

Manfaat Kesehatan Reproduksi, menurut (Dyah Woro Kartika Kusuma Wardani, 2022) :

- **Meningkatkan Pengetahuan dan Kesadaran**
Edukasi kesehatan reproduksi membantu remaja putri memahami perubahan biologis, psikologis, dan sosial selama masa pubertas, serta pentingnya menjaga kesehatan organ reproduksi.
- **Mencegah Kehamilan Dini dan Infeksi Menular Seksual (IMS)**
Program edukasi yang komprehensif dapat mengurangi perilaku seksual berisiko, meningkatkan penggunaan kontrasepsi, dan menurunkan angka kehamilan remaja serta penyebaran IMS.
- **Menumbuhkan Perilaku Hidup Sehat**
Dengan pemahaman yang baik, remaja putri cenderung mengadopsi perilaku hidup sehat, seperti menjaga kebersihan organ reproduksi, dan menghindari kebiasaan yang dapat membahayakan kesehatan reproduksi.
- **Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan**
Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi memberdayakan remaja putri untuk membuat keputusan yang tepat dan bertanggung jawab terkait kesehatan dan kehidupan seksual mereka.

Berikut adalah komponen utama kesehatan reproduksi remaja putri, menurut (Idallinnur & Delfira, 2021) :

- **Pemahaman tentang Perubahan Fisik dan Psikologis**
Masa remaja ditandai dengan perubahan fisik seperti pertumbuhan payudara, menstruasi, dan perubahan hormonal, serta perubahan psikologis yang mempengaruhi emosi dan perilaku. Pemahaman yang baik tentang perubahan ini membantu remaja putri beradaptasi dan menjaga kesehatannya.
- **Menstruasi dan Kebersihan Reproduksi**
Menstruasi adalah bagian alami dari siklus reproduksi wanita. Penting bagi remaja putri untuk memahami siklus menstruasi dan menjaga kebersihan organ reproduksi untuk mencegah infeksi dan masalah kesehatan lainnya.
- **Pendidikan Seksual dan Pencegahan Perilaku Berisiko**
Edukasi tentang kesehatan reproduksi membantu remaja putri memahami risiko perilaku seksual yang tidak aman, seperti kehamilan dini dan infeksi menular seksual (IMS), serta pentingnya membuat keputusan yang bertanggung jawab.

Perawatan organ reproduksi sangat penting bagi remaja untuk menjaga kesehatan, mencegah infeksi, dan mendukung perkembangan seksual yang sehat. Berikut hal yang perlu dilakukan remaja, antara lain menurut (Suryaningih, 2020):

- Menjaga Kebersihan
 - a) Mencuci organ intim dengan air bersih setiap hari.
 - b) Menggunakan sabun khusus yang tidak mengganggu pH alami vagina.
 - c) Mengeringkan area intim dengan handuk bersih setelah mandi.
- Memakai Pakelan Dalam yang Bersih dan Kering
 - a) Mengganti pakaian dalam minimal dua kali sehari.
 - b) Menggunakan bahan katun yang menyerap keringat.
- Menjaga Kesehatan Secara Umum
 - a) Makan makanan bergizi untuk mendukung perkembangan hormonal.
 - b) Cukup istirahat dan olahraga teratur.
- Menghindari Kebiasaan Buruk
 - a) Tidak berganti-ganti pasangan seksual.
 - b) Menghindari penggunaan produk pembersih yang berlebihan di area genital (seperti douching).

BAB 2 PERUBAHAN KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA



Masa pubertas adalah salah satu dari dua periode dalam rentang kehidupan yang ditandai oleh pertumbuhan yang pesat dan perubahan yang menantang (Kas & Istiqamah, 2023).

Ada beberapa perubahan fisik, perubahan emosional, perubahan seksualitas dan ciri-ciri umum pada masa pubertas, menurut (Gultom & Sari, 2020):

Perubahan fisik pada remaja perempuan

- (1) Tubuh tumbuh semakin tinggi, berat dan kuat
- (2) Payudara semakin besar
- (3) Alat reproduksi seperti vagina, rahim, tuba falopi mulai berkembang
- (5) Pinggang, panggul dan bokong mulai membesar
- (6) Mulai tumbuh rambut di sekitar kemaluan, ketiak, kaki dan lengan
- (7) Mulai mengalami keputihan
- (8) Mulai mengalami menstruasi
- (9) Bertambahnya produksi keringat
- (10) Kulit menjadi lebih berminyak



Perubahan emosional pada remaja

Selain perubahan fisik, pubertas juga menyebabkan perubahan emosi. Perubahan emosi bisa naik dan turun dalam waktu yang relative cepat. Sebentar sedih, tak lama kemudian kembali ceria, juga tangak lebih mudah tersinggung.



Perubahan seksualitas

• Tanda - tanda Seks Primer
Organ-organ reproduksi wanita tumbuh selama masa puber dengan kecepatan yang bervariasi. Hal di dianggap sebagai petunjuk pertama bahwa mekanisme reproduksi anak perempuan menjadi matang. Gejala ini merupakan awal dari serangkaian pengeluaran darah, lendir dan jaringan sel yang halus dari uterus secara berkala, dan akan berhenti saat wanita mencapai menopause.



• Tanda - tanda Seks Sekunder
Pada masa pubertas ditandai dengan kematangan organ-organ reproduksi termasuk pertumbuhan seks sekunder. Pada masa ini juga remaja mengalami pertumbuhan fisik yang sangat cepat.

Menstruasi adalah keluarnya darah, lendir, dan puing-puing sel dari lapisan rahim, disertai dengan pelepasan periodik dan siklik (deskuamasi) dari lapisan rahim, yang dimulai kira-kira 14 hari setelah ovulasi (Muhammad Arifin Iham, Nurul Islami, 2023). Tidak semua wanita memiliki siklus menstruasi yang teratur (Sallanta et al., 2022).



Tanda dan Gejala Menstruasi

Menjelang menstruasi, banyak wanita mengalami berbagai gejala fisik dan psikologis yang dikenal sebagai Premenstrual Syndrome (PMS). Gejala-gejala ini biasanya muncul 7-10 hari sebelum menstruasi dan mereda saat menstruasi dimulai menurut (Astika et al., 2021).

(1) Gejala Fisik

Nyeri payudara : Payudara terasa nyeri atau bengkak.
Perut kembung : Akibat retensi cairan.
Kram perut : Terutama pada hari-hari menjelang menstruasi.
Sakit kepala : Sering dilaporkan oleh wanita menjelang menstruasi.
Kelelahan : Merasa lelah meskipun tidak melakukan aktivitas berat.
Muncul jerawat : Perubahan hormon dapat memicu jerawat.
Penurunan berat badan : Akibat retensi cairan dan perubahan nafsu makan.

33

Tanda dan Gejala Menstruasi



(2) Gejala Psikologi dan Emosional

Mood swing : Perubahan suasana hati yang cepat.
Iritabilitas : Mudah marah atau tersinggung.
Depresi ringan : Perasaan sedih atau putus asa.
Kecemasan : Merasa gelisah atau khawatir berlebihan.
Sulit berkonsentrasi : Kesulitan fokus pada tugas-tugas sehari-hari.
Gangguan tidur : Insomnia atau tidur berlebihan.

Personal Hygiene

Personal hygiene saat menstruasi memiliki berbagai indikator, termasuk menjaga kebersihan alat kelamin menurut (Ali et al., 2022) yang meliputi :

- Mencuci tangan dengan air yang bersih
- Mengenakan pakaian yang mudah menyerap keringat
- Mengganti pakaian dalam setidaknya dua kali sehari untuk mengontrol kelembaban vagina yang berlebihan
- Sering mengganti pembalut jika ada gumpalan darah dan setelah buang air kecil dan besar
- Tidak menggunakan pembalut lebih dari 8 jam.

Seseorang yang tidak menjaga hygiene yang baik saat menstruasi akan mudah mengalami infeksi alat reproduksi.



34



BAB 3 GANGGUAN KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA

35

Gangguan Saat Menstruasi

Masalah yang umum dialami oleh perempuan dan dapat disebabkan oleh berbagai faktor menurut (Abramsen, 2020) . Berikut beberapa gangguan menstruasi yang sering terjadi :

- Dismenore: Nyeri saat menstruasi yang dirasakan di perut bagian bawah.
- Siklus menstruasi tidak teratur: Periode menstruasi yang datang lebih cepat atau lebih lambat dari siklus normal (21-35 hari).
- Menoragia: Perdarahan menstruasi yang berlangsung lebih lama atau lebih banyak dari biasanya.
- Amenore: Tidak adanya menstruasi selama tiga bulan berturut-turut atau lebih pada wanita yang sebelumnya memiliki siklus menstruasi teratur.

Faktor - faktor yang dapat mempengaruhi gangguan menstruasi antara lain:



- Stres: Stres dapat mempengaruhi keseimbangan hormon yang mengatur siklus menstruasi, sehingga menyebabkan ketidakteraturan.
- Aktivitas fisik: Tingkat aktivitas fisik yang terlalu tinggi atau terlalu rendah dapat mempengaruhi siklus menstruasi.
- Status gizi: Kekurangan atau kelebihan nutrisi dapat berdampak pada keteraturan siklus menstruasi.
- Kualitas tidur: Kurangnya kualitas dan kuantitas tidur dapat berkontribusi pada gangguan menstruasi.

36

Infeksi menular seksual (IMS) adalah infeksi yang disebabkan oleh bakteri, virus, parasit atau jamur, yang penularannya terutama melalui hubungan seksual dari seseorang yang terinfeksi kepada mitra seksualnya (Esi Siregar, 2024).

Penyebab terjadinya IMS :

• Bakteri

Penyebab IMS yang paling sering antara lain *Neisseria gonorrhoeae* yang menyebabkan gonore atau kencing nanah, *Chlamydia trachomatis* yang menyebabkan klamidia, *Treponema pallidum* yang menyebabkan sifilis atau penyakit raja singa, *Haemophilus ducreyi* yang menyebabkan chancroid.

• Virus

Penyebab IMS antara lain Herpes simplex tipe 1 dan 2 yang menyebabkan herpes genital, Human papillomavirus yang menyebabkan kutil kelamin, virus hepatitis B, dan Human immunodeficiency Virus (HIV).

• Protosoa

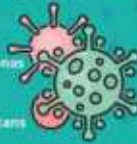
Penyebab IMS adalah *Trichomonas vaginalis*.

• Jamur

Penyebab IMS adalah *Candida albicans*.

• Parasit

Penyebab IMS antara lain *Sarcoptes scabiei* (Simorangkir, 2022).



Tanda dan Gejala IMS menurut (Sabirin B. Syukur, 2023) yaitu

- **Keputihan abnormal** : Keputihan yang berbau, berwarna, dan disertai gatal atau rasa terbakar di sekitar vagina atau anus.
- **Benjolan atau bintil di area genital** : Munculnya benjolan atau bintil di sekitar vagina atau anus.
- **Nyeri perut bagian bawah** : Rasa nyeri di bagian bawah perut atau selama berhubungan seksual.



Upaya pencegahan IMS menurut (Alfarus Zahro, Nia Risa Dowi, 2024), yaitu :

- Menyebarkan informasi
- Pemberian pendidikan kesehatan
- Konseling

Upaya ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan orang untuk mengenali penyebab dan gejala IMS serta meningkatkan pengetahuan.

37

38

Kehamilan yang tidak diinginkan terdapat beberapa dampak dari perilaku seks pranikah pada remaja, salah satunya adalah terjadi fenomena kehamilan yang tidak diinginkan (Nurhandayani, 2022).

Berikut adalah beberapa dampak utama yang telah diidentifikasi dalam berbagai studi:

Dampak Kesehatan Fisik dan Perinatal

- **Risiko Komplikasi Kehamilan** : KTD meningkatkan risiko komplikasi kehamilan dan persalinan, termasuk kelahiran prematur, bayi berat lahir rendah, dan kematian ibu (Arnita & Aryatuti, 2021).
- **Kurangnya Perawatan Kehamilan** : Ibu dengan KTD cenderung tidak melakukan perawatan kehamilan secara optimal, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan ibu dan janin (Arnita & Aryatuti, 2021).



Dampak Psikologis

- **Stres dan Gangguan Mental** : KTD dapat menyebabkan stres, depresi, dan kecemasan pada ibu, terutama jika terjadi pada usia remaja atau di luar pernikahan (Fauziah & Subiyatin, 2022).
- **Trauma dan Stigma Sosial** : Remaja yang mengalami KTD sering menghadapi trauma, psikologi, dan stigma dari masyarakat, yang dapat mempengaruhi kesehatan mental jangka panjang.

Dampak Sosial dan Ekonomi

- **Putus Sekolah dan Keterbatasan Karier** : Remaja yang mengalami KTD berisiko tinggi putus sekolah, yang berdampak pada peluang kerja dan kemandirian ekonomi di masa depan (Fauziah & Subiyatin, 2022).
- **Kekerasan dalam Hubungan** : Sebanyak 25% wanita di Indonesia yang mengalami KTD juga mengalami kekerasan fisik dari pasangan (Sari, 2017).



Dampak Terhadap Anak

Perkembangan Anak Terhambat : Anak yang lahir dari KTD berisiko mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan akibat kurangnya perhatian dan perawatan dari orang tua (Ernawati & Lestari, 2024).

39

40

Tumor payudara pada wanita dapat bersifat jinak maupun ganas (kanker), dan merupakan salah satu masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia dan dunia (Jamil et al., 2024).

Jenis dan Karakteristik Tumor Payudara menurut (Purwati, 2023)



- Tumor Jinak (Fibroadenoma Mammar): Sering terjadi pada wanita usia subur. Tumor ini biasanya tidak nyeri, terbatas tegas, dan dapat digerakkan. Deteksi dini sangat penting untuk pencegahan dan penanganan yang tepat.
- Tumor Ganas (Karsinoma Mammar): Merupakan jenis kanker yang paling sering didiagnosa pada wanita. Karsinoma mammar paling banyak ditemukan pada wanita usia 40-59 tahun, sedangkan fibroadenoma lebih umum pada usia 20-39 tahun.

Faktor Risiko dan Deteksi Dini menurut (Sumedus, 2022)

- Faktor Risiko: Termasuk usia, status menyusui, indeks massa tubuh (BMI), penggunaan kontrasepsi hormonal, dan konsumsi sayur. Studi di Kabupaten Bandung menunjukkan bahwa faktor-faktor ini memiliki hubungan signifikan dengan kejadian tumor payudara.
- Deteksi Dini: Pengetahuan wanita usia subur tentang deteksi dini tumor payudara masih rendah. Sebuah penelitian di Puskesmas Gasing Gedangan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang deteksi dini tumor payudara.

21

Daftar Pustaka

Abroraman, A. (2020). *How Stress Could Be Affecting Your Period*. <https://www.elfaria.com/story/how-stress-affects-period/>.
utmi, source:changgot.com

Ajimat Zahra, Nur Risa Dewi, T. A. D. (2024). *Terlambat Penyakit Menular Seksual Di Wilayah Kerja SPTD Puskesmas Inggipwajo Kec. Manti Timur*. 4, 171-173.

Aji, N. A., Housni, G., & Mohamed. (2022). *Gambaran Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Smp Menstruasi Di Masa New Normal Di Kota Pekanbaru*. 7(2), 61-72.

Amila, B., & Arsyah, N. (2021). *Perilaku Wanita yang Mengalami Kehamilan Tidak Diinginkan Di Usia Remaja Dalam Lingkup Kecamatan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Uluwu Kabupaten Way Kanan Tahun 2020 Behavior of Women Who Are Not Pregnant Desired in Adolescence in A Scope of Mubudry in The Working Area of Puskesmas Kecamatan Uluwu Way Kanan District in 2020*. 10(2), 329-333.

Alibika, F., Eko, A., & Yunieta, R. (2021). *Penyakit Perimenstrual Syndrome (PMS) Pada Remaja Diambilkan on Pre-Menstrual Syndrome (PMS) in Adolescents*. 3(2), 55-61.

Oyeh Wiro Kartika Kusuma Wardani. (2022). *1) Meningkatkan Pengetahuan dan Perilaku. Memberikan informasi yang akurat tentang sistem reproduksi, pubertas, dan kesehatan seksual agar remaja putri dapat memahami perubahan tubuhnya dan menjaga kesehatannya dengan baik*. 5, 2160-2169.

22

Priyanti, D., & Lestari, R. A. (2024). *Social Support pada Ibu Tentang Kehamilan Tidak Diinginkan Social Support for Mothers with Unwanted Pregnancy*. 7(12), 4336-4338.
<https://doi.org/10.54333/ks.v7i12.4339>

Zai Saigoo, M. L. H. (2024). *Pengetahuan Remaja Tentang Penyakit Menular Seksual Dalam Menakutkan Seks Bebas*. 2(1), 21-25.

Pasuruan, P. S., & Subiyanto, A. (2022). *Kehamilan Tidak Diinginkan di Usia Remaja*. 3(2), 53-67.
<https://doi.org/10.24851/mjgm.3.2.53-67>

Gallbraith, L., & Deffen, M. A. (2021). *Pentingnya Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Bagi Remaja di Era Modern*. 221-229.

Gultom, D. M., & Sari, E. (2020). *Penyuluhan Kesehatan Tentang Perilaku Hormonal Masa Pubertas Pada Usia Remaja*. 3(July 2018), 82-92.

Jyoti, A. R., Nadi, J., & Mummidi, I. (2024). *Tumor Mammar*. 3, 258-409.

Kes, S. R., & Istikomah, N. F. (2023). *Tingkat Pengetahuan Terhadap Pubertas Pada Perubahan Risk Remaja Putri*. 2020(2), 17-23.

Muhammad Aqil Ibrahim, Nurul Alimty, S. ImanulRizka D. P. I. (2023). *Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja*. 5, 185-192.

Nurhidayahani, F. (2022). *Optimalisasi Fungsi Keluarga Dalam Pencegahan Fenomena Kehamilan yang Tidak Diinginkan Pada Remaja*. 34(1), 9-16.

23

Panda, N. (2023). *Perbandingan Tingkat Pengetahuan tentang Tumor Payudara Jinak dan Perilaku Sadar pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Bisnis dan Fakultas Keguruan dan Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara*. 4 No.2.
<https://ejournal.unma.ac.id/index.php/ikhs/article/view/13788>
utmi, source:changgot.com

Rinda Dwi Syafic. (2024). *Hubung Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Sebagai Upaya Dalam Menegah Perilaku Penyimpangan Seksual di SMA PGRI Aporejan*. 2 No.8.
<https://ejournalpengabdianmasyarakatungu.com/index.php/ajmb/article/view/1426>

Saharji, B., Syukur. (2013). *Edukasi Manajemen Pencegahan Dan Penyakit Menular Seksual*. 4, 319-326.

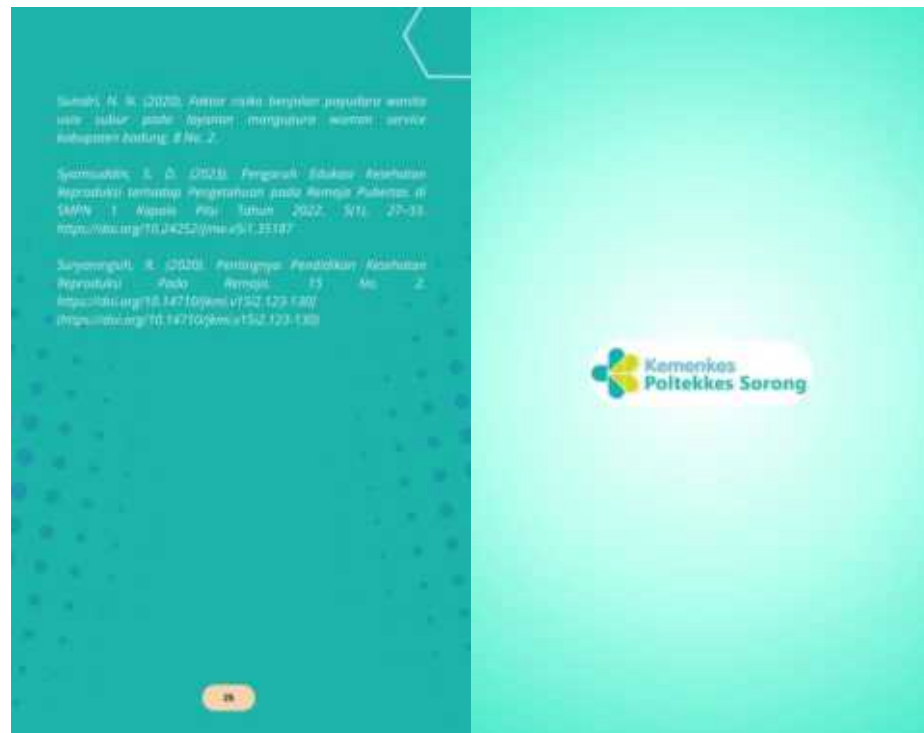
Solaimi, C. F. P. Z., Suherry, K., & Halijah, S. (2022). *Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja: Studi Literaturne Relationship of Stress Level with Menstrual Cycle in Adolescents: Literature Study*.

Sari, I. K. (2017). *Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Kehamilan*. 2017, 1041-1051.

Siweningrum, S. J. V. (2022). *Penyuluhan Cara Mengenal Tanda Dan Gejala Penyakit Menular Seksual Serta Pencegahannya Kepada Para Peserta Di Sma1 Siliwangi Punggi*. 03(01), 62-72.

Sumedi, R. A. (2020). *Faktor risiko terpapar payudara wanita usia subur pada layanan kunjungan woman service kabupaten banyuwangi*. 8 No. 2.

24



Buku saku merupakan sumber belajar yang termasuk dalam media cetak. Buku saku berisikan materi-materi yang praktis, tampilannya menarik, mudah dibawa kemanapun, dan mampu membuat remaja terfokus dalam pembelajaran, sehingga menumbuhkan motivasi remaja untuk mempelajari materi yang ada pada buku saku (Dea Ayu Wulansari, Sri Winarni, 2021). Buku saku mampu menyebarluaskan informasi lebih cepat dan jangkauan yang lebih luas. Selain itu buku saku mengandung teks, gambar dan foto yang apabila disajikan dengan baik akan mampu memberikan daya tarik yang dapat meningkatkan minat baca seseorang sehingga memudahkan penerima pesan untuk memahami pesan yang disampaikan.

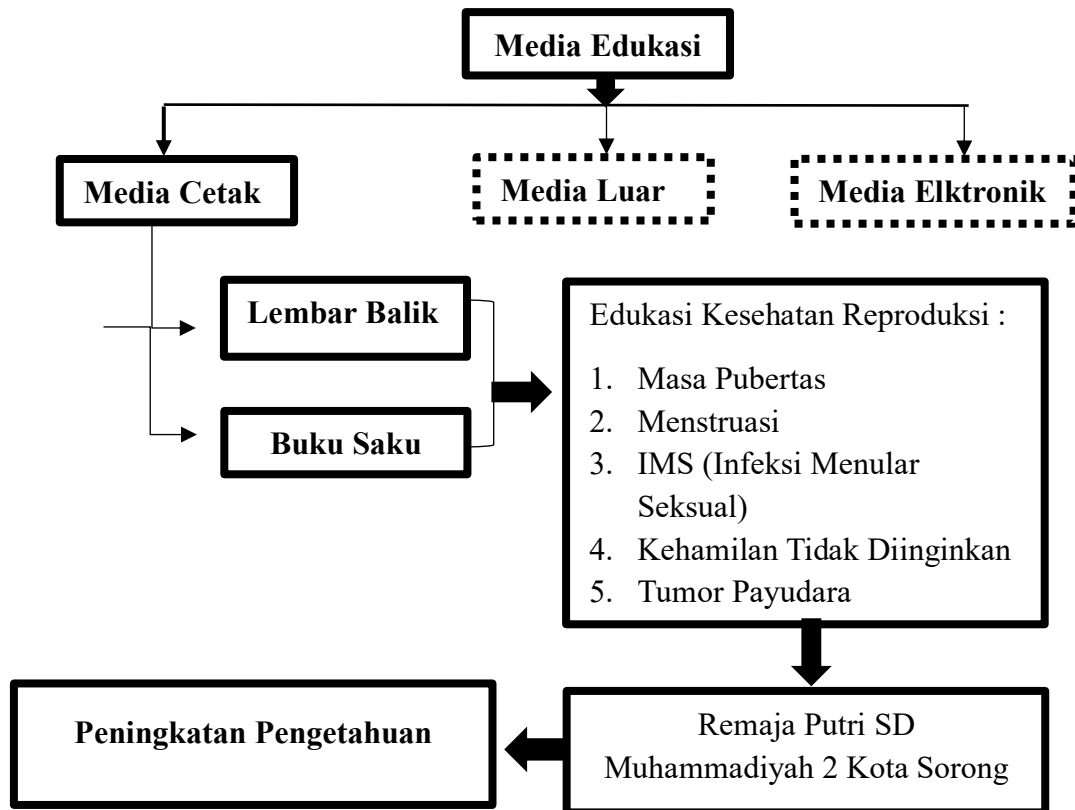
Pocket book (buku saku) dicetak dengan ukuran yang kecil agar lebih efisien, praktis dan mudah dalam menggunakan. Pocket book juga mendorong untuk belajar secara mandiri. Buku saku termasuk dalam golongan bahan ajar cetak. Cakupan dalam menggunakan buku saku lumayan luas. Media ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja

karena memungkinkan mereka untuk mengakses informasi secara mandiri. Studi menunjukkan bahwa penggunaan buku saku dapat meningkatkan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi (Andayani, 2022).

Pendapat dari (Nova Trisna Wati, Erviyenni, 2019) menyatakan bahwa terdapat empat aspek yang wajib dipenuhi oleh buku saku yaitu:

- a. Dari aspek materi, isi yang disajikan telah sesuai dengan pedoman atau kurikulum yang berlaku, dilengkapi dengan bahan bacaan yang relevan guna mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Materi yang disampaikan benar-benar berasal dari kajian keilmuan, memiliki manfaat dalam kehidupan sehari-hari, serta disusun secara seimbang antara materi inti dan materi pendukung.
- b. Dari aspek penyajian, sebuah buku saku dikatakan baik apabila menyampaikan materi secara lengkap dan sesuai dengan minat belajar yang didasarkan pada kebutuhan pembacanya. Selain itu, materi harus disajikan dengan cara yang mudah dipahami dan menarik, sehingga tidak menimbulkan kebosanan saat dibaca.
- c. Dalam aspek bahasa dan keterbacaan, penyampaian materi dalam buku saku harus memperhatikan tingkat kesederhanaan bahasa yang digunakan.
- d. Aspek grafika berkaitan dengan tampilan fisik buku, seperti penggunaan warna, jenis huruf, ilustrasi, dan kualitas cetakan. Desain yang menarik dan pengemasan yang baik membuat buku saku lebih disukai oleh siswa dan menarik minat pembaca.

B. Kerangka Teori



Keterangan :



: Di teliti



: Tidak Di teliti

C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian menurut (Dr. Sri Rochani Mulyani, SE., 2021) adalah satu kesimpulan sementara yang belum final, jawaban sementara, dan dugaan sementara yang merupakan konstruk peneliti terhadap masalah penelitian, yang menyatakan hubungan antara dua atau lebih variabel.

Ha : Terdapat perbedaan yang signifikan antara penggunaan media lembar balik dan buku saku dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja putri di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *Quasy Eksperimen*, yaitu suatu metode penelitian yang bertujuan untuk menguji hubungan sebab-akibat antara variabel tanpa melakukan pengacakan secara penuh terhadap subjek penelitian (Anantasia, 2025). Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *two group design* dengan rancangan *pretest-posttest*, yaitu dimana Peneliti melakukan perbedaan kepada kedua kelompok, satu kelompok diberikan intervensi pemberian media lembar balik dan satu kelompok yang diberikan media buku saku pada remaja putri di sekolah SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong.

Subjek	Pre- test	Perlakuan	Post- test
Kel A	O1	X1	O2
Kel B	O3	X2	O4

Gambar 3 1. Desain Penelitian

Keterangan:

Kel A = Media lembar balik

Kel B = Media buku saku

O1 = Pretest pengetahuan sebelum diberikan lembar balik

O2 = Posttest pengetahuan sesudah diberikan lembar balik

O3 = Pretest pengetahuan sebelum diberikan buku saku

O4 = Posttest pengetahuan sesudah diberikan buku saku

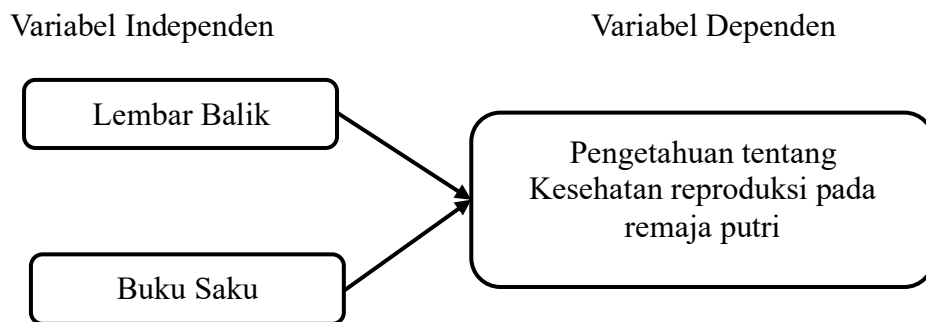
X1 = Intervensi pelaksanaan pemberian Media Lembar Balik

X2 = Intervensi pelaksanaan pemberian Media Buku Saku

B. Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah susunan pemikiran logis yang disusun secara sistematis untuk menjelaskan variabel-variabel yang akan diteliti (Iriani, 2022). Tujuan dari kerangka konseptual adalah untuk membantu

peneliti agar proses penelitian berjalan lebih terarah dan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Berdasarkan kerangka konsep yang telah disusun, penelitian ini akan mengkaji perbedaan antara penggunaan media lembar balik dan buku saku dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja putri di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong.



Gambar 3 2. Kerangka Konsep

C. Subjek Penelitian

1. Populasi

Menurut (Sugiyono, 2021), mengemukakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya sedangkan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut. Populasi dari penelitian ini yaitu seluruh siswi putri kelas 5 berjumlah 30 orang di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong.

2. Sampel

Menurut (Sugiyono, 2021), mengemukakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki populasi tersebut. Sampel pada penelitian ini sebanyak 30 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu satu kelompok diberikan media lembar balik dan satu kelompok media buku saku.

3. Kriteria Sampel

Dalam penelitian ada dikenal dengan dua kriteri yaitu sebagai berikut:

a. Kriteria Inklusi

Pada penelitian ini, yang termasuk dalam kriteria inklusi adalah:

- 1) Remaja Putri di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong
- 2) Remaja putri kelas 5
- 3) Remaja putri yang bersedia menjadi responden penelitian

b. Kriteria Ekslusi

Pada penelitian ini, kriteria ekslusi yaitu:

- 1) Remaja yang tidak hadir atau sakit
- 2) Remaja yang sudah mengikuti pendidikan atau pelatihan tentang Kesehatan reproduksi

4. Teknik Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan Teknik *Probability Sampling* dengan Teknik *Simple Random Sampling* yaitu teknik Simple random sampling adalah Teknik pengambilan sampel dari anggota populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut (Hilyati, 2023). Sampel yang diperoleh berjumlah 30 siswi yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 15 siswi diberikan media lembar balik dan 15 siswi yang diberikan media buku saku. Cara pembagian kelompok dengan lotre.

D. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel ini dimaksudkan untuk memberikan gambaran yang jelas tentang objek yang diteliti, maka secara operasional diuraikan sebagai berikut:

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Alat dan Cara Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
Lembar balik (X_1)	Media edukasi yang menyajikan visualisasi mengenai masa pubertas, menstruasi, Infeksi menular seksual (IMS), kehamilan tidak di inginkan dan tumor pada payudara pada remaja putri, dimana media edukasi ini akan diberikan selama 30 menit dengan tujuan menambah pengetahuan remaja putri tentang Kesehatan reproduksi. Ukuran kertas A5.	-	SOP	-
Buku saku (X_2)	Media edukasi yang berukuran kecil yang di desain dengan memuat materi secara ringkas mengenai masa pubertas, menstruasi, Infeksi menular seksual (IMS), kehamilan tidak di inginkan dan tumor pada payudara pada remaja putri selama 30 menit dengan tujuan menambah pengetahuan remaja putri tentang Kesehatan reproduksi. Ukuran kertas A6.	-	SOP	-
Pengetahuan (Y)	Tingkat pengetahuan remaja putri dalam menjawab pertanyaan yang berhubungan dengan Kesehatan reproduksi.	Lembar kuesioner	Skala Ordinal	Baik = 76-100%, Cukup = 56-75% Kurang = $\leq 55\%$ (Wawan dan Dewi, 2021)

E. Tempat Dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian, peneliti memilih tempat di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong. Dikarenakan pihak sekolah memberikan izin dan dukungan yang baik terhadap kegiatan penelitian sehingga bisa mendapatkan data secara relevan, selain itu Lokasi sekolah yang strategis dan mudah di akses.
2. Adapaun penelitian ini akan di laksanakan pada bulan Juni Tahun 2025 yang terbagi menjadi beberapa teknis dari proses pengumpulan data hingga proses penulisan laporan.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen pengumpulan data penelitian adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data,

agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya. Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian berupa butir-butir pertanyaan pada angket. Sesuai dengan obyek penelitian ini, maka instrumen yang digunakan untuk mengetahui penggunaan media lembar balik dan buku saku dalam meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi pada remaja putri di sekolah SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong menggunakan kousioner atau angket.

Instrument yang digunakan oleh peneliti adalah kuesioner dari (Ardela et al., 2020) Instrumen kuesioner ini telah melalui uji validitas dan reliabilitas titik uji validitas mengacu pada perbandingan nilai r hitung dari uji statistik pearson product moment dengan r tabel, nilai r table 0,396 Kuesioner pengetahuan memiliki nilai *Cronbach's Alpha* 0.815 dan memiliki 25 pertanyaan. Kuesioner yang digunakan terdiri dari identitas responden meliputi nama, usia, alamat, persetujuan menjadi responden dan kuesioner pengetahuan tentang masa pubertas, menstruasi, infeksi Menular Seksual (IMS), dan Kehamilan Tidak Diinginkan. Jumlah pertanyaan pada kuesioner berjumlah 25 pertanyaan. Dari butir pertanyaan, skor untuk jawaban benar adalah 1 dan skor untuk jawaban salah adalah 0. Berdasarkan kategori yang dapat digunakan dalam mengetahui tingkat pengetahuan adalah:

1. Baik jika jawaban benar 76-100%
2. Cukup jika jawaban benar 56-75%
3. Kurang jika jawaban benar $\leq 55\%$

Tabel 3. 2 Kisi-Kisi Kuesioner Pengetahuan Buku Saku dan Lembar Balik

No.	Aspek Pengetahuan	Indikator	Nomor Item	Jumlah
1.	Masa Pubertas	1. Pengertian pubertas	1	1
		2. Ciri -ciri umum pada masa pubertas	2,3	2
		3. Cara menghadapi masa pubertas	4,5	2
2.	Menstruasi	1. Pengertian Menstruasi	6	1
		2. Penyebab Menstruasi	8	1
		3. Ciri-ciri menstruasi	7,9	2
		4. Cara mengatasi menstruasi	10,11,12	3
3.	Infeksi Menular Seksual (IMS)	1. Pengertian Infeksi Menular Seksual (IMS)	13	1
		2. Penyebab Infeksi Menular Seksual (IMS)	14	1
		3. Gejala Umum Infeksi Menular Seksual (IMS)	15,16	2
		4. Cara mencegah Infeksi Menular Seksual (IMS)	17,18,19	3
5.	Kehamilan Tidak Diinginkan	1. Pengertian Kehamilan Tidak Diinginkan	20,21,22	3
		2. Gejala Umum Kehamilan Tidak Diinginkan	23,24,25	3
Sumber : (Ardela et al., 2020)				

G. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data merupakan tahapan pendekatan terhadap subjek penelitian serta pengumpulan informasi mengenai karakteristik subjek yang dibutuhkan. Metode dan langkah-langkah dalam proses ini disesuaikan

dengan rancangan penelitian serta alat ukur yang digunakan. Selama berlangsungnya pengumpulan data, peneliti perlu memusatkan perhatian pada penyediaan subjek, memastikan prinsip validitas dan reliabilitas terpenuhi, serta menangani berbagai kendala yang muncul agar data dapat terkumpul sesuai dengan rencana yang telah ditentukan.

1. Jenis Data

a. Data Primer

Data yang didapatkan langsung dari remaja putri melalui pengisian kuesioner pengetahuan.

b. Data Sekunder

Data yang didapatkan dari data pihak sekolah.

2. Teknik Pengumpulan Data

a. Tahap Persiapan

- 1) Persiapan materi dan konsep yang mendukung jalannya penelitian
- 2) Studi pendahuluan untuk mendapatkan data yang diperlukan dalam penelitian.
- 3) Menyusun proposal penelitian dan konsultasi dengan dosen pembimbing.
- 4) Melaksanakan ujian proposal penelitian.
- 5) Melakukan revisi proposal penelitian yang dikonsultasikan kepada pembimbing sebelum melakukan penelitian.
- 6) Mengurus perijinan dengan instansi terkait supaya mendapatkan ijin pelaksanaan penelitian

b. Tahap Pelaksanaan

- 1) Mengumpulkan data primer dari sampel penelitian
- 2) Melakukan informed consent kepada siswa untuk memberikan informasi dan memberikan persetujuan menjadi responden.

- 3) Setelah mendapatkan responden sesuai kriteria yang diinginkan kemudian

Responden dibagi menjadi 2 kelompok yaitu:

- a) Pada Kelompok Buku Saku

Responden diminta mengisi kuisioner pretest yang telah disediakan, setelah mengisi kuisioner pada kelompok intervensi akan diberikan penjelasan atau Pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan akan dilakukan dengan media buku saku tentang masa pubertas, menstruasi, infeksi Menular Seksual (IMS), Kehamilan Tidak Diinginkan dan tumor payudara kepada responden di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong.

- b) Pada kelompok Lembar balik

Responden diminta mengisi kuisioner pretest yang telah disediakan, setelah mengisi kuisioner pada kelompok lembar balik akan diberikan penjelasan atau Pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan akan dilakukan dengan lembar balik Pendidikan kesehatan akan dilakukan dengan media buku saku tentang masa pubertas, menstruasi, infeksi Menular Seksual (IMS), Kehamilan Tidak Diinginkan dan tumor payudara kepada responden di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong.

- 4) Memberikan bingkisan kepada masing-masing responden
- 5) Melakukan pengecekan data
- 6) Mengolah dan menganalisis data.
- 7) Membuat laporan hasil penelitian.
- 8) Seminar hasil penelitian.

H. Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data

Teknik analisis data adalah cara yang dilakukan untuk mengolah data agar dapat ditarik kesimpulan yang tepat.

1. Edit data (editing)

Data yang sudah ada diamati dengan mengoreksi kelengkapan dan, kejelasan kuesioner. Apabila ditemukan kesalahan maka dilakukan konfirmasi untuk memperoleh data yang sebenarnya.

2. Pemberian kode (coding)

Data diklasifikasikan menurut kategori masing – masing. Setiap kategori jawaban yang berbeda diberi kode yang berbeda untuk mempermudah pengolahan data atau memberi kode pada data dengan merubah kata-kata menjadi angka.

3. Memasukkan data (entry)

Data dimasukkan dengan menggunakan program yang telah ada.

4. Pengecekan data (cleaning)

Pengecekan data yang sudah dimasukkan untuk memastikan bahwa data telah bebas dari kesalahan- kesalahan.

Analisis data pada penelitian ini akan dilakukan melalui 2 tahap antara lain:

- a) Analisis Univariat

Analisa univariat terdiri dari data umum meliputi data demografi responden yaitu umur.

- b) Analisis Bivariat

Analisa bivariat adalah analisa data untuk menganalisis dua variabel. Analisis dalam penelitian ini menggunakan uji Homogenitas apabila data berdistribusi normalitas, jika data tidak berdistribusi normal maka menggunakan uji *Wilcoxon*.

I. Etika Penelitian

Setelah mendapatkan persetujuan penelitian, peneliti mulai melakukan penelitian dengan memperhatikan masalah etika menurut Notoadmodjo (2018), meliputi:

1. Informed Consent

Peneliti harus memperhatikan hak-hak pribadi partisipan untuk memperoleh penjelasan mengenai tujuan dilaksanakannya penelitian. Selain itu, peneliti juga wajib memberikan kebebasan kepada partisipan untuk memutuskan apakah ingin memberikan informasi atau tidak (ikut serta dalam penelitian). Sebagai bentuk penghormatan terhadap nilai dan martabat partisipan, peneliti sebaiknya menyiapkan dokumen persetujuan partisipasi atau informed consent, yang mencakup hal-hal berikut:

- a) Penjelasan manfaat penelitian.
- b) Penjelasan kemungkinan risiko dan ketidaknyamanan yang ditimbulkan.
- c) Persetujuan peneliti dapat menjawab setiap pertanyaan yang diajukan subjek berkaitan dengan prosedur penelitian.
- d) Persetujuan subjek dapat mengundurkan diri sebagai objek penelitian kapan saja.
- e) Jaminan anonimitas dan kerahasiaan terhadap identitas dan informasi yang diberikan kepada responden.

2. Privasi dan Kerahasiaan Partisipan Penelitian

Setiap individu memiliki hak asasi yang meliputi privasi dan kebebasan dalam menyampaikan informasi. Seseorang berhak untuk tidak membagikan pengetahuan atau informasi pribadi kepada pihak lain. Oleh karena itu, peneliti tidak diperkenankan mengungkapkan data pribadi atau identitas partisipan. Sebagai gantinya, identitas responden sebaiknya disamarkan dengan menggunakan kode tertentu (coding).

3. Prinsip Keadilan dan Keterbukaan (Inklusivitas)

Peneliti perlu menjaga prinsip kejujuran, keterbukaan, dan kehati-hatian dalam pelaksanaan penelitian. Lingkungan penelitian harus disusun agar mencerminkan keterbukaan, seperti dengan memberikan penjelasan yang jelas mengenai tahapan dan prosedur

penelitian. Prinsip keadilan memastikan bahwa semua partisipan diperlakukan secara setara dan mendapatkan manfaat yang sama, tanpa adanya diskriminasi berdasarkan gender, agama, suku, atau latar belakang lainnya. Lama waktu responden pengisian kuesioner 10-15 menit.

4. Manfaat dan Potensi Risiko Penelitian

Sebuah penelitian idealnya memberikan manfaat yang optimal bagi siswi dan instansi sekolah. Peneliti juga perlu berupaya untuk mengurangi potensi dampak negatif yang mungkin dialami oleh subjek penelitian. Oleh karena itu, proses penelitian harus dirancang agar mampu mencegah atau setidaknya meminimalkan rasa sakit, cedera, stres, atau bahkan risiko kematian pada partisipan.

J. Jadwal Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini akan dilakukan dalam waktu tiga bulan, mulai bulan Juni 2025 sampai Juli 2025.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Keadaan Geografis



Berdasarkan profil data sekolah SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong adalah sebuah Lembaga sekolah SD Swasta dibangun dengan lahan seluas 2.376 m² dan berlokasi di Jalan Basuki Rahmat KM 10, RT. 001 RW. 001, Kelurahan Sawagumu, Kecamatan Sorong Utara, Kota Sorong, Provinsi Papua Barat Daya. Posisi Geografis lintang -8899 bujur 131. Kode pos . SD Muhammadiyah 2 ini didirikan pertama kali pada 21-9-2004, status kepemilikan oleh Pemerintah Daerah, dan terakreditasi A dengan No. SK. 348/648.

2. Keadaan Demografi

SD Muhammadiyah 2 saat ini menggunakan panduan Kurikulum Merdeka yang dipimpin oleh kepala sekolah atas nama Winarno,S.Sos.,S.Pd. Jumlah siswa di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong berjumlah 349 siswa terdiri dari 184 siswa laki-laki dan 165 siswi perempuan. Jumlah guru sebanyak 20 orang terdiri dari 3 laki-laki

dan 17 perempuan. Ruang kelas berjumlah 18, Ruang perpustakaan berjumlah 1, Ruang pimpinan berjumlah 1, Ruang guru berjumlah 1, Ruang ibadah berjumlah 2, Ruang UKS berjumlah 1, Ruang toilet berjumlah 6, Ruang gudang berjumlah 1, Tempat bermain/Olahraga berjumlah 1 dan Ruang bangunan berjumlah 16.

B. Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

a. Umur

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Umur Siswi Kelas V di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong Tahun 2025

No	Umur	f	%
1	10 Tahun	8	26.7
2	11 Tahun	11	36.7
3	12 Tahun	9	30.0
4	13 Tahun	2	6.7
Total		30	100.0

Uji Univariat sumber : Data Primer Bulan Juni Tahun 2025

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa umur siswi kelas V SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong adalah 10-13 tahun yaitu remaja awal sebanyak 30 orang (100%).

b. Kategori Pengetahuan

1) Metode Lembar Balik

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Sebelum diberikan Intervensi menggunakan metode lembar balik

No	Kategori Pengetahuan	F	%
1	Baik	5	33,3
2	Cukup	8	53,3
3	Kurang	2	13,3
Total		15	100

Uji Univariat sumber : Data Primer Bulan Juni Tahun 2025

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa mayoritas kategori pengetahuan sebelum dilakukan intervensi menggunakan media lembar balik siswi kelas V di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong adalah kategori cukup baik sebanyak 8 orang (53,3%).

Tabel 4. 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Setelah Diberikan Intervensi menggunakan metode lembar balik

No	Kategori Pengetahuan	F	%
1	Baik	12	80
2	Cukup	3	20
3	Kurang	0	0
Total		15	100

Uji Univariat sumber : Data Primer Bulan Juni Tahun 2025

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa mayoritas kategori pengetahuan sesudah dilakukan intervensi menggunakan media lembar balik siswi kelas V di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong adalah kategori baik sebanyak 12 orang (80%).

2) Media Buku Saku

Tabel 4. 4. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Sebelum Diberikan Intervensi menggunakan metode buku saku

No	Kategori Pengetahuan	F	%
1	Baik	3	20
2	Cukup	11	73,3
3	Kurang	1	6,7
Total		15	100

Uji Univariat sumber : Data Primer Bulan Juni Tahun 2025

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa mayoritas kategori pengetahuan sebelum dilakukan intervensi menggunakan media buku saku siswi kelas V di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong adalah kategori cukup baik sebanyak 11 orang (73,3%).

Tabel 4. 5. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Sesudah Diberikan Intervensi menggunakan metode buku saku

No	Kategori Pengetahuan	F	%
1	Baik	15	100

Uji Univariat sumber : Data Primer Bulan Juni Tahun 2025

Tabel 4.5 menunjukkan bahwa mayoritas kategori pengetahuan sesudah dilakukan intervensi menggunakan media buku saku siswi kelas V di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong adalah kategori cukup baik sebanyak 15 orang (100%).

2. Analisis Bivariat

- a. Distribusi rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi lembar balik terhadap pengetahuan siswi tentang kesehatan reproduksi di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong.

Tabel 4. 6. Pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi lembar balik terhadap pengetahuan siswi tentang kesehatan reproduksi di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong

Pengetahuan	Mean	SD	p value
Sebelum	1.80	.676	.007
Setelah	1.20	.414	.007

Uji Wilcoxon Sumber : (SPSS, 2019)

Tabel 4.6, menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan sebelum dilakukan promosi Kesehatan dengan media lembar balik adalah 1.80 dengan standar deviasi 676. Sedangkan rata-rata pengetahuan setelah diberikan promosi Kesehatan dengan media lembar balik adalah 1.20 dengan standar deviasi 1.20. Hasil uji statistic didapatkan nilai p value 0.07, terdapat perbedaan antara pengetahuan sebelum dan pengetahuan sesudah dilakukan pemberian media lembar balik.

- b. Distribusi rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi buku saku terhadap pengetahuan siswi tentang kesehatan reproduksi di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong.

Tabel 4. 7. Pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi buku saku terhadap pengetahuan siswi tentang kesehatan reproduksi di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong

Pengetahuan	Mean	SD	p value
Sebelum	1.87	.516	0.01
Setelah	1.00	.000	0.01

Uji Wilcoxon Sumber : (SPSS, 2019)

Tabel 4.7, menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan sebelum dilakukan promosi Kesehatan dengan media buku saku adalah 1.87 dengan standar deviasi 516. Sedangkan rata-rata pengetahuan setelah diberikan promosi Kesehatan dengan media lembar balik adalah 1.00 dengan standar deviasi 000. Hasil uji statistic didapatkan nilai p value 0.01, terdapat perbedaan antara pengetahuan sebelum dan pengetahuan sesudah dilakukan pemberian media buku saku.

- c. Distribusi rata-rata pengetahuan responden sesudah dilakukan intervensi menggunakan media lembar balik dan buku saku terhadap pengetahuan siswi tentang Kesehatan reproduksi.

Tabel 4. 8. Perbedaan pengetahuan responden sesudah dilakukan intervensi menggunakan media lembar balik dan buku saku terhadap pengetahuan siswi tentang Kesehatan reproduksi di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong

Pengetahuan Sesudah	Mean	SD	p value
Lembar Balik	1.20	.414	0.07
Buku Saku	1.00	.000	0.01

Uji Wilcoxon Sumber : (SPSS, 2019)

Tabel 4.8, menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan sesudah dilakukan promosi Kesehatan dengan media lembar balik adalah 1.20 dengan standar deviasi 414 nilai p value 0.07. Sedangkan rata-rata pengetahuan sesudah diberikan promosi Kesehatan dengan media buku saku 1.00 dengan standar deviasi 000 nilai p value 0.01. Maka perbedaan antara pengetahuan sesudah dilakukan pemberian media lembar balik terdapat tidak signifikan sedangkan buku saku terdapat signifikan.

C. Pembahasan

1. Distribusi Umur Responden

Berdasarkan hasil penelitian seluruh siswi kelas V SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong yang menjadi responden berusia 10–13 tahun (100%), yang tergolong dalam kelompok remaja awal menurut

WHO (World Health Organization, 2022) menyatakan bahwa remaja awal (10-13 tahun) berada fase perkembangan pesat secara fisik dan psikologis, sehingga intervensi edukatif sangat diperlukan untuk membekali remaja dengan pengetahuan yang benar tentang Kesehatan reproduksi. Usia ini merupakan masa transisi penting menuju pubertas, di mana pemahaman mengenai kesehatan reproduksi menjadi sangat relevan.

Peneliti berasumsi bahwa perbedaan usia dalam rentang 10–13 tahun berpengaruh terhadap tingkat pemahaman materi. Responden yang berusia lebih tua cenderung lebih mudah memahami konsep kesehatan reproduksi karena telah memiliki tingkat kematangan kognitif dan emosional yang lebih baik dibandingkan responden yang lebih muda.

2. Efektivitas Intervensi Media Lembar Balik

Media lembar balik adalah salah satu media visual yang sederhana namun menarik, yang memadukan unsur gambar dan teks untuk membantu proses pemahaman audiens secara lebih interaktif. Keunggulan media ini terletak pada kemampuannya menyampaikan pesan kesehatan dengan cara yang mudah dipahami dan memungkinkan terjadinya komunikasi dua arah antara edukator dan peserta (Mustofani, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan sebelum intervensi, kategori pengetahuan “Baik” hanya terdapat pada 33,3 % (5 dari 15 orang); selebihnya “Cukup” 53,3 % dan “Kurang” 13,3 %. Setelah intervensi, yang masuk kategori “Baik” meningkat menjadi 80 % (12/15), sedangkan “Cukup” 20 %, dan tidak ada yang “Kurang”. Rata-rata skor naik dari 1,80 (SD 0,676) menjadi 1,20 (SD 0,414) dengan $p = 0,07$. Meskipun tidak signifikan ($\alpha=0,05$), ada kecenderungan peningkatan yang relevan secara praktis.

Peneliti berasumsi bahwa efektivitas media lembar balik dalam meningkatkan pengetahuan siswi disebabkan oleh penyajian materi yang bersifat visual dan interaktif. Media ini dinilai mampu menarik perhatian, mudah dipahami, dan cocok dengan gaya belajar anak usia sekolah dasar yang cenderung visual dan konkret.

Hal ini didukung oleh penelitian (Mendrofa, 2024) yang menemukan bahwa media lembar balik secara signifikan menaikkan pengetahuan dan sikap siswa tentang bahaya merokok ($p=0,032$) terdapat pengaruh penggunaan media lembar balik terhadap pengetahuan dan sikap siswa SMP Negeri 2 Lahomi terhadap bahaya merokok dan ada pengaruh penggunaan media video terhadap pengetahuan dan sikap siswa SMP Negeri 2 Lahomi dan ada perbedaan pengaruh penggunaan media lembar balik dengan penggunaan media video terhadap perubahan pengetahuan dan sikap siswa SMP Negeri 2 Lahomi terhadap bahaya merokok. .

Menurut (Aisyah et al., 2023) Penggunaan lembar balik menurut pandangan peneliti sejalan dengan strategi global promosi kesehatan, yakni advokasi kesehatan, bina suasana, gerakan masyarakat. Pertimbangan pertimbangan tersebut yang menjadikan lembar balik banyak dipilih oleh tenaga kesehatan sebagai media promosi kesehatan. Lembar balik banyak digunakan sebagai media promosi kesehatan dalam permasalahan kesehatan seperti permasalahan gizi (penanganan stunting, penanganan anemia pada remaja putrid serta pemberian makanan pada bayi dan anak dan edukasi ASI eksklusif.

3. Efektivitas Intervensi Media Buku Saku

Media buku saku merupakan media cetak sederhana namun informatif yang dapat dibaca kapan saja dan di mana saja. Keunggulannya terletak pada bentuknya yang ringkas, penggunaan bahasa yang mudah dipahami, serta kemampuannya untuk memberikan informasi secara berulang sesuai kebutuhan pembaca. Buku saku juga

memungkinkan siswa belajar secara mandiri tanpa bergantung penuh pada Pendidikan. Buku saku dicetak dengan bentuk yang kecil supaya lebih efisien, praktis dalam penggunaannya serta dapat memotivasi siswi untuk belajar mandiri sehingga buku saku menjadi sumber pembelajaran bagi pelajar yang tergolong dalam media cetak. (Bakkara, 2025).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum: “Baik” 20 %, “Cukup” 73,3 %, “Kurang” 6,7 %. Sesudah: 100 % responden masuk kategori “Baik” (15 siswa). Rata-rata skor turun dari 1,87 (SD 0,516) menjadi 1,00 (SD 0,000) dengan $p = 0,01$, menunjukkan perubahan signifikan ($p < 0,05$). Konsisten dengan penelitian Tumbuhan (2025) yang melaporkan peningkatan pengetahuan secara signifikan pada remaja setelah intervensi buku saku (pre 47,12 $\rightarrow$ post 81,23, $p < 0,001$).

Peneliti berasumsi bahwa efektivitas media buku saku dipengaruhi oleh kemampuan literasi siswi. Responden dengan minat baca dan kemampuan membaca yang baik cenderung memperoleh peningkatan pengetahuan yang signifikan. Namun, bagi siswi yang kurang tertarik membaca, buku saku menjadi kurang efektif tanpa adanya bimbingan atau penjelasan tambahan.

Hal ini didukung oleh penelitian (Srimulati et al., 2023) program promosi Kesehatan yang menunjukkan peningkatan pengetahuan signifikan ($p = 0,000$) melalui media buku saku menggunakan buku saku Kesehatan reproduksi ini adalah terjadi peningkatan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi di Posyandu Remaja. Peningkatan ini menunjukkan bahwa buku saku efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja di Posyandu remaja.

Menurut (Hutabarat et al., 2024) Media cetak memainkan peran penting didalam pendidikan kesehatan karena menyampaikan pesan yang jelas yang bisa dibawa pulang. Materinya efektif untuk

memperkuat informasi yang diberikan secara verbal maupun jika dipakai sebagai media untuk menyampaikan informasi itu sendiri. Media dimanfaatkan didalam aktivitas belajar mengajar karena berpotensi dalam menyampaikan peristiwa yang rumit secara sistematis dan lugas, sehingga meningkatkan daya tarik perhatian peserta didik.

4. Perbedaan Efektivitas Media Lembar Balik dan Buku Saku

Media pendidikan kesehatan memainkan peran penting dalam mendukung peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku individu terhadap suatu topik kesehatan. Dua jenis media yang sering digunakan adalah media lembar balik (flipchart) dan buku saku (booklet/pocket book). Keduanya memiliki karakteristik yang berbeda, yang mempengaruhi efektivitasnya dalam proses edukasi (Priyanti & Syalfina, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa setelah intervensi, Media lembar balik menghasilkan rata-rata pengetahuan 1,20 (SD = 0,414; p-value = 0,07). Media buku saku menghasilkan rata-rata pengetahuan 1,00 (SD = 0,000; p-value = 0,01). Meskipun keduanya menunjukkan peningkatan pengetahuan, hanya intervensi dengan buku saku yang menunjukkan hasil yang signifikan secara statistik ($p < 0,05$). Intervensi lembar balik memiliki peningkatan namun tidak signifikan.

Peneliti berasumsi bahwa peningkatan pengetahuan pada kelompok intervensi tidak hanya dipengaruhi oleh media yang digunakan (lembar balik atau buku saku), tetapi juga oleh keterlibatan aktif siswi dalam proses pembelajaran, motivasi internal mereka untuk mengetahui tentang kesehatan reproduksi, serta adanya kemungkinan dorongan eksternal seperti dukungan guru atau diskusi dengan teman sebaya. Selain itu, peneliti juga mengasumsikan bahwa media yang bersifat visual dan mudah diakses seperti lembar balik lebih mampu menarik perhatian dan mempertahankan minat belajar siswi dibanding media buku saku yang memerlukan minat baca yang lebih tinggi

Hasil ini didukung oleh penelitian (Sutrisno, 2022) menunjukkan bahwa buku saku lebih efektif daripada lembar balik dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi siswa. Studi komparatif sebelumnya juga mendukung temuan ini media buku saku lebih unggul dibanding media lain seperti lembar balik, grafis menarik dan mudah dibawa , media buku saku mempunyai kelebihan karena berupa buku kecil dapat dibawa kemana-mana sehingga dapat dibaca dimana saja.

Menurut (Ade & Ningtyas, 2025) didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh pemberian buku saku terhadap pengetahuan remaja tentang HIV/AIDS dengan nilai $p \text{ value } 0,000 < 0,005$. Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan adanya perbedaan nilai mean pada pretest dan posttest kelompok yang diberikan buku saku yaitu 60,88 menjadi 86,22. Menurut penelitian ini dapat disimpulkan bahwa buku saku efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja. Berdasarkan penelitian ini dapat dibuktikan bahwa pemberian media buku saku sebagai intervensi dalam upaya meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi sangat efektif dilakukan karena buku saku yang menarik dapat menjadi sarana dalam menyampaikan informasi kepada remaja dalam bentuk yang praktis sehingga memudahkan remaja memahami lebih dalam mengenai kesehatan reproduksi

5. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini tentunya penulis memiliki keterbatasan. Keterbatasan – keterbatasan yang penulis temukan adalah :

- a. Peneliti tidak melakukan pendokumentasian saat siswi membaca media lembar balik dan buku saku dikarenakan responden membawa pulang media lembar balik dan buku saku.
- b. Dikarakteristik peneliti tidak mencantumkan pekerjaan orang tua dikarenakan beberapa responden tidak mengetahui secara pasti

pekerjaan orang tuanya sehingga dikhawatirkan dapat menghasilkan data yang kurang akurat.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian mengenai perbedaan penggunaan media lembar balik dan buku saku dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja putri di SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong, dapat disimpulkan :

1. Sebelum diberikan edukasi tingkat pengetahuan remaja putri mengenai kesehatan reproduksi pada kategori cukup hingga kurang, yang menunjukkan bahwa Sebagian besar peserta belum memiliki pemahaman yang optimal mengenai topik tersebut.
2. Setelah diberikan edukasi menggunakan media lembar balik dan buku saku, terjadi peningkatan yang signifikan pada Tingkat pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi. Mayoritas responden menunjukkan pemahaman yang lebih baik dan berada pada kategori pengetahuan baik.
3. Hasil analisis menunjukkan bahwa baik lembar balik maupun buku saku sama – sama efektif, namun salah satu media (buku saku) terbukti lebih unggul secara statistik dalam peningkatan pengetahuan remaja putri tentang Kesehatan reproduksi di bandingkan media lainnya.

B. Saran

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Disarankan untuk menggunakan buku saku sebagai media edukasi kesehatan reproduksi karena dinilai lebih praktis, menarik, dan mudah dipahami oleh siswa sekolah dasar. Mengembangkan materi buku saku dengan visual dan bahasa yang lebih sesuai dengan tingkat pemahaman anak-anak.

2. Bagi Sekolah

Sekolah dapat bekerja sama dengan puskesmas atau tenaga kesehatan untuk mengadakan edukasi rutin tentang kesehatan reproduksi menggunakan media buku saku. Perlu diupayakan integrasi materi kesehatan reproduksi ke dalam pelajaran yang relevan, seperti IPA atau pendidikan karakter.

3. Bagi Remaja Putri

Diharapkan lebih terbuka dalam mempelajari dan memahami informasi kesehatan reproduksi dari sumber yang benar. Menggunakan media seperti buku saku sebagai sarana pembelajaran mandiri dan diskusi dengan teman atau orang dewasa yang dipercaya.

4. Peneliti Selanjutnya

Mengembangkan atau memodifikasi media pembelajaran agar lebih interaktif, misalnya dengan menambahkan elemen digital atau audio-visual guna menyesuaikan dengan karakteristik siswa generasi saat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abramson, A. (2020). *How Stress Could Be Affecting Your Period*.
https://www.allure.com/story/how-stress-affects-periods?utm_source=chatgpt.com
- Ade, L., & Ningtyas, W. (2025). *Perbedaan Skor Pengetahuan Dan Sikap Wanita Usia Subur (Wus) Tentang Deteksi Dini Kanker Serviks Antara Pemanfaatan E-Booklet Dengan Lembar Balik*. 9, 738–748.
- Aisyah, S., Studi, P., Terapan, S., Politeknik, J. K., Aceh, K. K., & E-mail, I. (2023). *Efektifitas Penyuluhan Dengan Menggunakan Media Lembar Balik Dan Powerpoint Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di SMAN 11 Banda Aceh*. 3(2), 48–55.
- Alfi, N. R., Hasanah, O., & Misrawati. (2022). *Gambaran Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Saat Menstruasi Di Masa New Normal Di Kota Pekabaru*. 7(2), 61–72.
- Alfiatus Zahro, Nia Risa Dewi, T. K. D. (2024). *Tentang Penyakit Menular Seksual Di Wilayah Kerj UPTD Puskesmas Iringmulyo Kec . Metro Timur*. 4, 171–177.
- Anantasia, G. (2025). *Metodologi Penelitian Quasi Eksperimen*. 5(2), 183–192.
- Andayani, S. A. (2022). *Program Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Dalam Kesehatan Reproduksi Remaja*. 3(3), 141–145.
<https://doi.org/10.33650/trilogi.v3i3.4626>
- Anggraini, L. W. (2023). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Bom Masege Melalui Media Lembar Balik Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Metode Bom Masege Di Puskesmas Pracimantoro 1*.
- Ardela, M. P., Prabawati, N. G., & Wati, L. R. (2020). *Perbedaan Efektivitas Diskusi Kelompok dan Penyuluhan Pendidikan Seksual terhadap Perubahan Persepsi tentang Perilaku Seksual Siswi SMAN 1 Kandat Kabupaten Kediri*. *Journal for Quality in Women's Health*, 3(1), 92–100.
<https://doi.org/10.30994/jqwh.v3i1.57>
- Arnita, B., & Aryatuti, N. (2021). *Perilaku Wanita yang Mengalami Kehamilan*

- Tidak Diinginkan Di Usia Remaja Dalam Lingkup Kebidanan Di Wilayah Kerja Puskesmas Blambangan Umpu Kabupaten Way Kanan Tahun 2020*
Behavior of Women Who Are Not Pregnant Desired In Adolescent In A Scope of Midwifery In The Working Area of Puskesmas Blambangan Umpu Way Kanan District In 2020. 10(3), 309–320.
- Astrika, F., Eka, A., & Yuneta, N. (2021). *Penyuluhan Tentang Pre-menstrual Syndrome (PMS) Pada Remaja Counseling on Pre-Menstrual Syndrome (PMS) In Adolescents.* 9(2), 55–61.
- Bakkara, Q. W. (2025). *Pengaruh Media Buku Saku Terhadap Pengetahuan.* 6, 5728–5734.
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). *Pengetahuan; Artikel Review. Jurnal Keperawatan, 12(1), 97.*
- Dea Ayu Wulansari, Sri Winarni, H. L. (2021). *Pengaruh Media Promosi Kesehatan Buku Saku Terhadap Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja.* 10(2), 227–234.
- Dila Rukmi Octaviana, R. A. R. (2021). *Hakikat Manusia Pengetahuan (Knowledge), Ilmu Pengetahuan (Sains), Filsafat Dan Agama.* 5(2), 143–159.
- Dr. Sri Rochani Mulyani, SE., M. S. (2021). *Metodologi Penelitian.*
- Dyah Woro Kartiko Kusumo Wardani. (2022). *1) Meningkatkan Pengetahuan dan Pemahaman Memberikan informasi yang akurat tentang sistem reproduksi, pubertas, dan kesehatan seksual agar remaja putri dapat memahami perubahan tubuhnya dan menjaga kesehatannya dengan baik.* 5, 2160–2169.
- Ermis Suryana, A. I. H. (2022). *Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan.* 8(3), 1917–1928.
- Ernawati, D., & Lestari, R. A. (2024). *Social Support pada Ibu Tentang Kehamilan Tidak Diinginkan Social Support for Mothers with Unwanted Pregnancy.* 7(12), 4586–4598. <https://doi.org/10.56338/jks.v7i12.6369>
- Esi Siregar, M. L. H. (2024). *Pengetahuan Remaja Tentang Penyakit Menular Seksual Dalam Melakukan Seks Bebas.* 2(1), 21–25.
- Fauziah, P. S., & Subiyatin, A. (2022). *Kehamilan Tidak Diinginkan di Usia Remaja.* 3(2), 53–67. <https://doi.org/10.24853/myjm.3.2.53-67>

- Galbinur, E., & Defitra, M. A. (2021). *Pentingnya Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Bagi Remaja di Era Modern*. 221–228.
- Gultom, D. M., & Sari, E. (2020). *Penyuluhan Kesehatan Tentang Perubahan Hormon Masa Pubertas Pada Usia Remaja*. 8(July 2018), 82–92.
- Hesty, N. (2023). *Edukasi Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Siswi SMP Negeri 25 Kota Jambi*. 5(1), 24–30. <https://doi.org/10.36565/jak.v5i1.398>
- Hilyati, I. (2023). *Pengaruh Metode Pembelajaran Outdoor Study Terhadap Hasil Belajar IPA Di SD Negeri 232 Palembang*. 4 No. 1, 62–72.
- Hutabarat, E., Susilawati, E., Kebidanan, J., Riau, P. K., Kebidanan, J., Riau, P. K., Kebidanan, J., Riau, P. K., Kebidanan, J., & Riau, P. K. (2024). *Pengaruh Penggunaan Media " Buku Saku " terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Menarche The Effect of Using " Pocket Book " Media on Adolescent Girls ' Knowledge about Menarche*. 12(2), 152–157.
- Ingrit, B. L., & Rumerung. (2022). *Pendidikan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Di Indonesia*. 5, 1–7.
- Iriani, D. N. (2022). *Metodologi Penelitian*. https://books.google.co.id/books?id=wK-kEAAQBAJ&printsec=frontcover&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Jamil, A. R., Hadi, J., & Munandar, I. (2024). *Tumor Mammae*. 3, 398–409.
- Kas, S. R., & Istiqamah, N. F. (2023). *Tingkat Pengetahuan Terhadap Pubertas Pada Perubahan Fisik Remaja Putri*. 2(2022), 17–23.
- Mendrofa, R. (2024). *Pengaruh Media Lembar Balik Dan Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa Tentang Bahaya*. 9 No.2, 50–63.
- Muhammad Arifin Ilham, Nurul islamy, S. hamidiRatna D. P. S. (2023). *Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja*. 5, 185–192.
- Mustofani, R. (2023). *Efektivitas Lembar Balik Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Tentang Sunat Perempuan Tahun 2022*. 3(2), 63–71. <https://doi.org/10.24853/myjm.3.2.63-71>
- Nova Trisna Wati, Erviyenni, B. H. (2019). *Pengembangan Bahan Ajar Dalam Bentuk Buku Saku Pada Pokok Bahasan Asam Basa*. 4(2), 36–46.

- Nurhandayani, F. (2022). *Optimalisasi Fungsi Keluarga Dalam Pencegahan Fenomena Kehamilan Yang Tidak Diinginkan Pada Remaja*. 5492, 9–16.
- Pariati, J. (2020). *Gambaran Pengetahuan Kesehatan Gigi Dengan Penyuluhan Metode Storytelling Pada Siswa Kelas III Dan IV SD Inpres Mangasa Gowa*. 19(1), 7–13.
- Parida, N. (2023). *Perbandingan Tingkat Pengetahuan tentang Tumor Payudara Jinak dan Perilaku Sadari pada Mahasiswi Fakultas Ekonomi Bisnis dan Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara*. 4 No.2.
https://jurnal.umsu.ac.id/index.php/JIH/article/view/13789?utm_source=chatgpt.com
- Priyanti, S., & Syalfina, A. D. (2022). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Dan Keluarga Berencana*.
- Rimbawati, N., Maretta, M. Y., & Wulandari, R. (2022). Pengaruh Buku Saku Kesehatan Reproduksi Prakonsepsi Terhadap Perilaku Hidup Sehat Pasien Promil Di Poli Rawat Jalan Rsia *Universitas Kusuma Husada Surakarta*, 8(2).
- Ristia Dwi Syafitri. (2024). *Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Sebagai Upaya Dalam Mencegah Perilaku Penyimpangan Seksual di SMA PGRI Kepanjen*. 2 No.8.
<https://jurnalpengabdianmasyarakatbangsa.com/index.php/jpmmba/article/view/1426>
- Sabirin B. Syukur. (2023). *Edukasi Manajemen Pencegahan Dini Penyakit Menular Seksual*. 6, 319–326.
- Salianto, C. F. P. Z., Suherry, K., & Halijah, S. (2022). *Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja : Studi Literature Relationship of Stress Level with Menstrual Cycle in Adolescents: Literature Study*.
- Sari, L. K. (2017). *Faktor - Faktor Yang Memengaruhi Kehamilan*. 2017, 1041–1051.
- Simorangkir, S. J. V. (2022). *Penyuluhan Cara Mengenali Tanda Dan Gejala Penyakit Menular Seksual Serta Pencegahannya Kepada Para Pelajar Di*

- Sman I Silima Pungga Pungga*. 03(01), 62–73.
- SPSS. (2019). *Modul Praktikum Statistika Induktif (Uji Wilcoxon , Independent Test , dan Dependent / Paired Test)*. June.
- Srimulati, T., Astuti, E. W., & Rini, S. (2023). *Pemanfaatan Buku Saku Posyandu Remaja Dalam Meningkatkan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja*. 01(04), 60–65.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Pendidikan*. 146.
<https://www.scribd.com/document/709919745/metode-penelitian-pendidikan-sugiyono-2021>
- Suindri, N. N. (2020). *Faktor risiko benjolan payudara wanita usia subur pada layanan mangupura woman service kabupaten badung*. 8 No. 2.
- Suryaningsih, R. (2020). *Pentingnya Pendidikan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja*. 15 No. 2. <https://doi.org/10.14710/jkmi.v15i2.123-130>]<https://doi.org/10.14710/jkmi.v15i2.123-130>
- Sutrisno. (2022). *Efektivitas Penggunaan Lembar Balik sebagai Media Promosi Kesehatan : Tinjauan Sistematis*. 13(1), 1–11.
- Syamsuddin, S. D. (2023). *Pengaruh Edukasi Kesehatan Reproduksi terhadap Pengetahuan pada Remaja Pubertas di SMPN 1 Kapala Pitu Tahun 2022*. 5(1), 27–33. <https://doi.org/10.24252/jmw.v5i1.35187>
- Tati Ruhmawati. (2022). *Pengembangan Media Promosi Kesehatan Buku Saku Germas Bagi Kader Kesehatan Polttekes Depkes Bandung*. 14(1), 43–49.
- Wawan dan Dewi. (2021). *Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Manusia*. <https://bintangpusnas.perpusnas.go.id/konten/BK59250/teori-dan-pengukuran-pengetahuan-sikap-dan-perilaku-manusia>
- WHO. (2024). *Mentranformasi Kesehatan Remaja Laporan Komprehensif WHO Tentang Kemajuan Dan Kesenjangan Global*. <https://www.who.int/indonesia/id/news/detail/01-11-2024-transforming-adolescent-health--who-s-comprehensive-report-on-global-progress-and-gaps>
- Yunita Arianti. (2022). *Pengembangan Buku Saku Berdasarkan Keragaman Kura-Kura Sumatera di Universitas Bengkulu*. 6(2), 107–116.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Penelitian

No	Kegiatan Penelitian	April	Mei	Juni	Juli
1	Pengajuan Judul				
2	Penyusunan Proposal				
3	Observasi Lapangan				
4	Penyebaran Kuesioner				
5	Analisis dan Pengolahan Data				
6	Penyusunan Laporan				

Lampiran 2 Lembar Uji validitas dan Reabilitas Penelitian Terdahulu

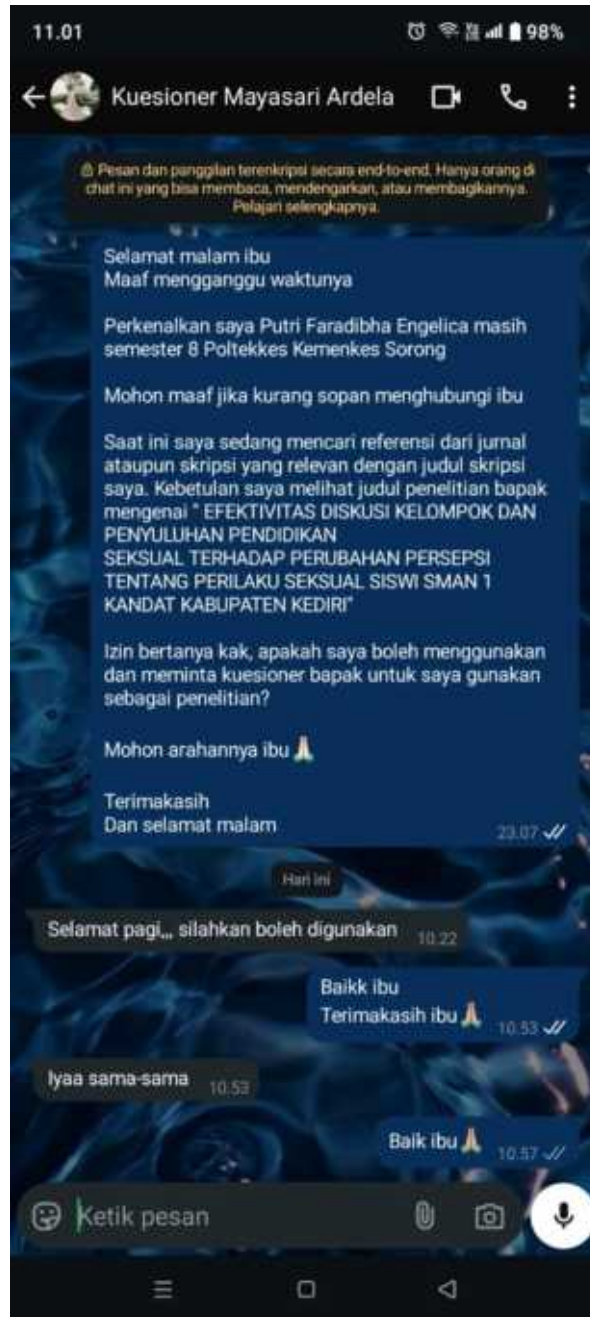
Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha Based on		
Cronbach's Standardized		
Alpha	Items	N of Items
.815	.816	25

Item-Total Statistics					
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	67.35	104.267	.258	.587	.814
VAR00002	67.13	99.743	.478	.586	.802
VAR00003	67.07	101.772	.479	.610	.803
VAR00004	67.11	103.025	.409	.551	.806
VAR00005	66.67	108.446	.138	.501	.818
VAR00006	66.75	106.119	.306	.570	.811
VAR00007	67.22	98.433	.613	.725	.796
VAR00008	67.45	101.141	.522	.596	.801
VAR00009	66.36	105.643	.383	.562	.808
VAR00010	66.71	107.284	.268	.418	.812
VAR00011	67.44	104.325	.301	.562	.811
VAR00012	67.38	103.129	.422	.552	.806
VAR00013	66.64	108.051	.208	.375	.814
VAR00014	66.75	103.934	.337	.445	.809
VAR00015	67.36	107.421	.147	.606	.819
VAR00016	67.93	105.180	.222	.664	.816

VAR00017	66.38	106.500	.328	.482	.810
VAR00018	67.67	102.039	.433	.643	.805
VAR00019	66.53	103.143	.445	.629	.805
VAR00020	66.85	104.682	.401	.574	.807
VAR00021	67.16	99.880	.461	.656	.803
VAR00022	66.44	107.806	.270	.665	.812
VAR00023	67.58	104.211	.346	.568	.809
VAR00024	66.33	110.113	.115	.534	.817
VAR00025	67.38	100.166	.476	.671	.803

HASIL UJI VALIDITAS KUESIONER TINGKAT PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI	
Item	Validity
1	Valid
2	Valid
3	Valid
4	Valid
5	Valid
6	Valid
7	Valid
8	Valid
9	Valid
10	Valid
11	Valid
12	Valid
13	Valid
14	Valid
15	Valid
16	Valid
17	Valid
18	Valid
19	Valid
20	Valid
21	Valid
22	Valid
23	Valid
24	Valid
25	Valid

Lampiran 3 Bukti Persetujuan Peneliti Terdahulu Dalam Penggunaan Kuesioner



Lampiran 4 Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden Penelitian

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : HA

Usia : 13 Tahun

Alamat : Km.10 Kampung Bugis Masuk

Memberikan persetujuan untuk menjadi responden dalam penelitian yang berjudul dengan judul: “Perbedaan Penggunaan Media Lembar Balik Dan Buku Saku Dalam Meningkatkan Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri Di Sekolah SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong” yang akan dilakukan oleh Putri Faradibha Engelica Mahasiswi Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Sorong.

Saya telah dijelaskan bahwa jawaban kuisisioner ini hanya digunakan untuk keperluan penelitian dan dijamin kerahasiaannya, maka saya secara suka rela bersedia menjadi responden penelitian ini.

Sorong, 11 Juni 2025

Responden



Lampiran 5 Kuesioner Dari Penelitian Terdahulu

Petunjuk Pengisian

Pre-Post

1. Silahkan mengisikan Nama, Umur dan Alamat.
2. Pilihlah satu jawaban yang sesuai dengan kenyataan yang Anda rasakan dengan memberi tanda centang (✓) pada kolom pilihan jawaban yang telah disediakan.

Nama : HA

Umur : 13 Tahun

Alamat : Km.10 Kampung Bugis Masuk

Alternatif Jawaban:

B = Benar : 20

S = Salah : 5

Penilaian

No	Aspek Pengetahuan	Alternatif Jawaban	
		B	S
A. Masa Pubertas			
1	Pubertas adalah masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik dan emosi	✓	
2	Semua anak mengalami pubertas pada usia yang sama		✓
3	Tumbuhnya payudara adalah salah satu ciri pubertas pada Perempuan	✓	
4	Saat pubertas, kulit menjadi lebih halus dan tidak berjerawat		✓
5	Rambut mulai tumbuh di ketiak dan area kemaluan saat pubertas	✓	
B. Menstruasi			
6	Menstruasi adalah proses keluarnya darah dari vagina sebagai tanda bahwa sel telur tidak dibuahi	✓	
7	Nyeri perut atau kram perut adalah keluhan umum saat menstruasi	✓	
8	Gangguan menstruasi seperti haid tidak teratur adalah hal yang tidak perlu diperhatikan		✓

9	Pusing dan lemas bisa menjadi salah satu gejala yang dirasakan saat menstruasi	✓	
10	Mengganti pembalut minimal setiap 4–6 jam adalah salah satu cara menjaga kebersihan saat menstruasi	✓	
11	Tidak perlu mandi selama menstruasi agar darah tidak semakin banyak		✓
12	Mengelola stres dan istirahat cukup dapat membantu mengurangi keluhan saat menstruasi	✓	
C. Infeksi Menular Seksual (IMS)			
13	Infeksi Menular Seksual (IMS) adalah penyakit yang ditularkan melalui hubungan seksual	✓	
14	IMS dapat disebabkan oleh bakteri, virus, atau parasite	✓	
15	Keputihan yang berbau tidak sedap bisa menjadi salah satu gejala IMS		✓
16	Gatal-gatal di area kelamin bisa menjadi tanda dari infeksi menular seksual	✓	
17	Menjaga kebersihan organ reproduksi adalah salah satu cara mencegah IMS	✓	
18	Menghindari hubungan seksual di luar pernikahan dapat membantu mencegah IMS	✓	
19	Melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin adalah langkah pencegahan yang baik terhadap IMS	✓	
D. Kehamilan Tidak Diinginkan			
20	Kehamilan tidak diinginkan adalah kehamilan yang terjadi tanpa direncanakan atau tanpa kesiapan dari pihak perempuan	✓	
21	Kehamilan tidak diinginkan hanya terjadi pada orang dewasa		✓
22	Kehamilan tidak diinginkan dapat berdampak pada kehidupan sosial dan mental Perempuan	✓	
23	Terlambat datang bulan adalah salah satu gejala awal kehamilan	✓	
24	Nyeri pada payudara dan perubahan bentuknya bisa menjadi tanda awal kehamilan		✓
25	Kehamilan tidak memiliki gejala yang bisa dikenali	✓	

D. Komentar dan Saran

.....

.....

.....

Post-test

3. Silahkan mengisikan Nama, Umur dan Alamat.
4. Pilihlah satu jawaban yang sesuai dengan kenyataan yang Anda rasakan dengan memberi tanda centang (✓) pada kolom pilihan jawaban yang telah disediakan.

Nama : HA

Umur : 13 Tahun

Alamat : Km.10 Kampung Bugis Masuk

Alternatif Jawaban:

B = Benar : 22

S = Salah : 3

Penilaian

No	Aspek Pengetahuan	Alternatif Jawaban	
		B	S
E. Masa Pubertas			
1	Pubertas adalah masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik dan emosi	✓	
2	Semua anak mengalami pubertas pada usia yang sama		✓
3	Tumbuhnya payudara adalah salah satu ciri pubertas pada Perempuan	✓	
4	Saat pubertas, kulit menjadi lebih halus dan tidak berjerawat		✓
5	Rambut mulai tumbuh di ketiak dan area kemaluan saat pubertas	✓	
F. Menstruasi			
6	Menstruasi adalah proses keluarnya darah dari vagina sebagai tanda bahwa sel telur tidak dibuahi	✓	
7	Nyeri perut atau kram perut adalah keluhan umum saat menstruasi	✓	
8	Gangguan menstruasi seperti haid tidak teratur adalah hal yang tidak perlu diperhatikan		✓
9	Pusing dan lemas bisa menjadi salah satu gejala yang dirasakan saat menstruasi		✓

10	Mengganti pembalut minimal setiap 4–6 jam adalah salah satu cara menjaga kebersihan saat menstruasi	✓	
11	Tidak perlu mandi selama menstruasi agar darah tidak semakin banyak		✓
12	Mengelola stres dan istirahat cukup dapat membantu mengurangi keluhan saat menstruasi	✓	
G. Infeksi Menular Seksual (IMS)			
13	Infeksi Menular Seksual (IMS) adalah penyakit yang ditularkan melalui hubungan seksual	✓	
14	IMS dapat disebabkan oleh bakteri, virus, atau parasite	✓	
15	Keputihan yang berbau tidak sedap bisa menjadi salah satu gejala IMS		✓
16	Gatal-gatal di area kelamin bisa menjadi tanda dari infeksi menular seksual	✓	
17	Menjaga kebersihan organ reproduksi adalah salah satu cara mencegah IMS	✓	
18	Menghindari hubungan seksual di luar pernikahan dapat membantu mencegah IMS	✓	
19	Melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin adalah langkah pencegahan yang baik terhadap IMS	✓	
H. Kehamilan Tidak Diinginkan			
20	Kehamilan tidak diinginkan adalah kehamilan yang terjadi tanpa direncanakan atau tanpa kesiapan dari pihak perempuan	✓	
21	Kehamilan tidak diinginkan hanya terjadi pada orang dewasa		✓
22	Kehamilan tidak diinginkan dapat berdampak pada kehidupan sosial dan mental Perempuan	✓	
23	Terlambat datang bulan adalah salah satu gejala awal kehamilan	✓	
24	Nyeri pada payudara dan perubahan bentuknya bisa menjadi tanda awal kehamilan		✓
25	Kehamilan tidak memiliki gejala yang bisa dikenali		✓

D. Komentar dan Saran

.....

.....

.....

Lampiran 6 Kunci Jawaban Kuesioner

1. B	11. S	21. S
2. B	12. B	22. B
3. B	13. B	23. S
4. S	14. B	24. S
5. B	15. B	25. S
6. B	16. B	
7. B	17. B	
8. S	18. B	
9. S	19. B	
10. B	20. B	

Keterangan :

- | | |
|-----------|------------|
| 1. Baik | : 76 - 100 |
| 2. Cukup | : 56 - 75 |
| 3. Kurang | : 55 |

Lampiran 7 Master Tabel

NO.	NAMA RESPONDEN		KELOMPOK	PENGETAHUAN			
				pre		post	
1.	Nn. AA		A	52	3	56	2
2.	Nn. NF		A	60	1	76	1
3.	Nn. KW		A	64	1	80	1
4.	Nn. AA		A	64	2	76	1
5.	Nn. AS		A	64	2	82	1
6.	Nn. N		A	68	2	76	1
7.	Nn. NU		A	68	2	76	1
8.	Nn. ZP		A	48	3	64	2
9.	Nn. EM		A	56	2	82	1
10.	Nn. MA		A	52	1	68	2
11.	Nn. MA		A	56	2	76	1
12.	Nn. JP		A	80	1	76	1
13.	Nn. FI		A	76	1	84	1
14.	Nn. WH		A	68	2	76	1
15.	Nn. NA		A	68	2	80	1
16.	Nn. HE		B	72	2	80	1
17.	Nn. TS		B	60	2	82	1
18.	Nn. HR		B	60	2	82	1
19.	Nn. CN		B	64	2	76	1
20.	Nn. NM		B	52	3	80	1
21.	Nn. NA		B	72	2	84	1
22.	Nn. CS		B	64	2	76	1
23.	Nn. RF		B	68	2	88	1
24.	Nn. KA		B	76	1	84	1
25.	Nn. AS		B	68	2	76	1
26.	Nn. NH		B	76	1	80	1
27.	Nn. HA		B	80	1	88	1
28.	Nn. AS		B	72	2	80	1
29.	Nn. WR		B	58	2	80	1
30.	Nn. SA		B	56	2	76	1

Lampiran 8 Hasil Uji Statistik

1. Analisis Univariat

a. Umur Responden

Statistics

Umur		
N	Valid	30
	Missing	0

Umur				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
10	8	26.7	26.7	26.7
11	11	36.7	36.7	63.3
12	9	30.0	30.0	93.3
13	2	6.7	6.7	100.0
Total	30	100.0	100.0	

b. Kategori Pengetahuan

1) Lembar balik

Statistics

		Nilai Pretest	Nilai Posttest
N	Valid	15	15
	Missing	0	0
Mean		1.80	1.20
Std. Error of Mean		.175	.107
Median		2.00	1.00
Mode		2	1
Std. Deviation		.676	.414
Variance		.457	.171
Range		2	1
Minimum		1	1
Maximum		3	2
Sum		27	18

Nilai Pretest

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Baik 76-100	5	33.3	33.3	33.3
Cukup 56-75	8	53.3	53.3	86.7
Kurang 55	2	13.3	13.3	100.0
Total	15	100.0	100.0	

Nilai Posttest				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Baik 76-100	12	80.0	80.0	80.0
Cukup 56-75	3	20.0	20.0	100.0
Total	15	100.0	100.0	

2) Buku Saku

Statistics			
		Nilai Pretest	Nilai Posttest
N	Valid	15	15
	Missing	0	0
Mean		1.87	1.00
Std. Error of Mean		.133	.000
Median		2.00	1.00
Mode		2	1
Std. Deviation		.516	.000
Variance		.267	.000
Range		2	0
Minimum		1	1
Maximum		3	1
Sum		28	15

Nilai Pretest				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Baik 76-100	3	20.0	20.0	20.0
Cukup 56-75	11	73.3	73.3	93.3
Kurang 55	1	6.7	6.7	100.0
Total	15	100.0	100.0	

Nilai Posttest

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Baik 76-100	15		100.0	100.0

2. Analisis Bivariat

a. Lembar Balik Sebelum dan Sesudah

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Nilai Pretest	15	1.80	.676	1	3
Nilai Posttest	15	1.20	.414	1	2

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Nilai Posttest - Nilai Pretest	Negative Ranks	10 ^a	6.00	60.00
	Positive Ranks	1 ^b	6.00	6.00
	Ties	4 ^c		
	Total	15		

a. Nilai Posttest < Nilai Pretest

b. Nilai Posttest > Nilai Pretest

c. Nilai Posttest = Nilai Pretest

b. Buku Saku Sebelum dan Sesudah

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Nilai Pretest	15	1.87	.516	1	3
Nilai Posttest	15	1.00	.000	1	1

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Nilai Posttest - Nilai Pretest	Negative Ranks	2 ^a	6.50	78.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	3 ^c		
	Total	15		

a. Nilai Posttest < Nilai Pretest

b. Nilai Posttest > Nilai Pretest

c. Nilai Posttest = Nilai Pretest

Lampiran 9 Media Lembar Balik



Manfaat kesehatan reproduksi

- Meningkatkan pengetahuan dan kesadaran
- Mencegah kehamilan dini dan infeksi menular seksual (IMS)
- Menumbuhkan perilaku hidup sehat
- Meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan (Dyah Woro Kartiko Kusumo Wardani, 2022)

Pengertian Kesehatan Reproduksi

Kesehatan reproduksi remaja putri adalah kondisi sehat secara fisik, mental, dan sosial yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi yang dimiliki oleh remaja perempuan (syamsuddin, 2023).

Bagaimana perawatan organ reproduksi ?

Apa yang dimaksud dengan komponen kesehatan reproduksi?



Komponen utama kesehatan reproduksi

- Pemahaman tentang perubahan fisik dan psikologis
- Menstruasi dan Kebersihan Reproduksi
- Pendidikan seksual dan pencegahan perilaku berisiko (Galbinur & Defitra, 2021)

Perawatan organ reproduksi

- Menjaga kebersihan
- Memakai pakaian dalam yang bersih dan kering
- Menjaga kesehatan secara umum
- Menghindari kebiasaan berisiko (Suryaningsih, 2020)



Apa itu Masa Pubertas ?

MASA PUBERTAS

Pengertian Masa Pubertas

Masa pubertas adalah salah satu dari dua periode dalam rentang kehidupan yang ditandai oleh pertumbuhan yang pesat dan perubahan yang mencolok (Kas & Istiqamah, 2023)



**Apakah ada
perubahan
pada Masa
Pubertas?**



Perubahan yang
terjadi saat Pubertas:



- Perubahan fisik pada remaja perempuan
- Perubahan emosional pada remaja
- Perubahan seksualitas (Gultom & Sari, 2020)



**Apa saja
yang
termasuk
dalam ciri-
ciri Masa
Pubertas ?**

Ciri - ciri Masa Pubertas :



- Tubuh tumbuh semakin tinggi, berat dan kuat
- Payudara semakin besar
- Alat reproduksi seperti vagina, Rahim, tuba fallopi mulai berkembang
- Pinggang, panggul dan bokong mulai membesar
- Mulai tumbuh rambut di sekitar kemaluan, ketiak, kaki dan lengan
- Mulai mengalami menstruasi
- Bertambahnya produksi keringat
- Kulit menjadi lebih berminyak (Gultom & Sari, 2020)

Apa yang dimaksud dengan Menstruasi ?



MENSTRUASI



Pengertian Menstruasi

Menstruasi adalah keluarnya darah, lendir, dan puing puing sel dari lapisan rahim, disertai dengan pelepasan periodik siklik (deskuamasi) Dari lapisan rahim, yang dimulai kira-kira 14 hari setelah ovulasi (Muhammad Arifin Ilham, Nurul islami, 2023). Tidak semua wanita memiliki siklus menstruasi yang teratur (Sallanto et al., 2022).



Apakah ada gangguan dan faktor yang mempengaruhi pada saat Menstruasi?

Gangguan saat Menstruasi :



- Dismenore: Nyeri saat menstruasi yang dirasakan di perut bagian bawah.
- Siklus menstruasi tidak teratur: Periode menstruasi yang datang lebih cepat atau lebih lambat dari siklus normal (21-35 hari).
- Menoragia: Perdarahan menstruasi yang berlangsung lebih lama atau lebih banyak dari biasanya (Abramson, 2020).
- Amenorea: Tidak adanya menstruasi selama tiga bulan berturut-turut atau lebih pada wanita yang sebelumnya memiliki siklus menstruasi teratur.

Faktor yang mempengaruhi menstruasi :

- Stress
- Aktivitas fisik
- Status gizi
- Kualitas tidur (Abramson, 2020)

Apa saja yang termasuk dalam Gejala Fisik, Psikologis dan Emosional ?



**Gejala Fisik (Astrika
et al., 2021) :**

- Nyeri payudara
- Perut kembung
- Kram perut
- Sakit kepala
- Kelelahan
- Muncul jerawat
- Peningkatan berat badan



**Gejala Psikologis
dan Emosional (Astrika
et al., 2021)**

- Mood swing
- Iritabilitas
- Depresi ringan
- Kecemasan
- Sulit berkonsentrasi
- Gangguan tidur



**Bagaimana
cara
melakukan
Personal
Hygiene ?**

Personal Hygiene :



- Mencuci tangan dengan air yang bersih
- Mengenakan pakaian yang mudah menyerap keringat
- Mengganti pakaian dalam setidaknya dua kali sehari untuk mengontrol kelembaban vagina yang berlebihan
- Sering mengganti pembalut jika ada gumpalan darah dan setelah buang air kecil dan besar
- Tidak menggunakan pembalut lebih dari 6 jam (Alfi et al., 2022).

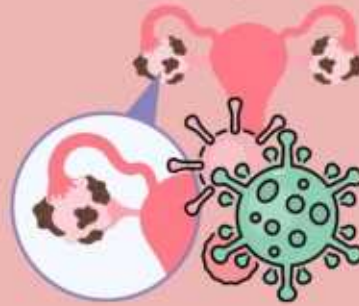
Apa yang dimaksud dengan Infeksi Menular Seksual (IMS) ?



INFEKSI MENULAR SEKSUAL (IMS)

Pengertian Infeksi Menular Seksual :

Infeksi menular seksual (IMS) adalah infeksi yang disebabkan oleh bakteri, virus, parasit atau jamur, yang penularannya terutama melalui hubungan seksual dari seseorang yang terinfeksi kepada mitra seksualnya (Esi Siregar, 2024).



Apa saja Patogen penyebab IMS ?



Apakah ada Tanda dan Gejala IMS ?

Bagaimana cara pencegahannya IMS ?





Patogen penyebab IMS :

- Bakteri
- Virus
- Protozoa
- Jamur
- Parasit(Simorangkir,2022)

Tanda dan Gejala IMS :

- Keputihan tidak normal
- Benjolan atau bintil di area genitalia
- Nyeri perut bagian bawah (Sabirin B. Syukur,2023)

Upaya pencegahan IMS :

- Menyebarkan informasi
- Pemberian pendidikan kesehatan
- Konseling (Alfiatus Zahro,Nia Risa Dewi,2024).




Apa itu Kehamilan Tidak Diinginkan (KTD) ?



KEHAMILAN TIDAK DIINGINKAN



Pengertian Kehamilan Tidak Diinginkan :

Kehamilan yang tidak diinginkan terdapat beberapa dampak dari perilaku seks pranikah pada remaja, salah satunya adalah terjadi fenomena kehamilan yang tidak diinginkan (Nurhandayani, 2022).



**Apakah ada
dampak dari
Kehamilan
Tidak
Diinginkan ?**

Dampak kesehatan fisik dan Perinatal:

- Risiko komplikasi kehamilan
- Kurangnya perawatan kehamilan (Arnita&Aryatuti,2021).



- Stress dan gangguan mental
- Trauma dan stigma sosial (Fauziah&Subiyatin,2022)

Dampak sosial dan ekonomi:

- Putus sekolah dan Keterbatasan karir
- Kekerasan dalam hubungan (Fauziah&Sybiyatin,2022)



Perkembangan anak terhambat (Ernawati&Lestari ,2024)

Dampak psikologis:



Dampak terhadap anak :

Apa itu Tumor Pada Payudara ?



TUMOR PAYUDARA

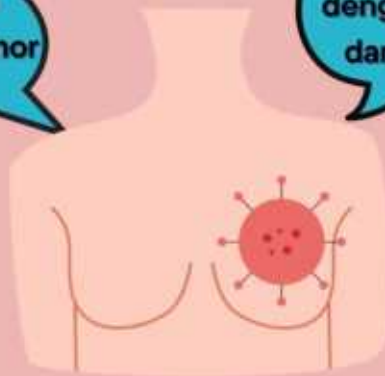


Pengertian Tumor Payudara :

Tumor payudara pada wanita dapat bersifat jinak maupun ganas (kanker), dan merupakan salah satu masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia dan dunia (Jamil et al., 2024).

Apa saja jenis
karakteristik Tumor
Payudara ?

Apa yang dimaksud
dengan Faktor Risiko
dan Deteksi Dini ?



Jenis karakteristik tumor payudara :



- Tumor Jinak (Fibroadenoma Mammarum) : Sering terjadi pada wanita usia subur.
- Tumor ganas (Karsinoma Mammarum) : Merupakan jenis kanker yang paling didiagnosis pada wanita (Parida,2023)

- Faktor Risiko : Termasuk usia, status menyusui, indeks masa tubuh (IMT), penggunaan kontrasepsi hormonal, dan konsumsi sayur.
- Deteksi Dini : Pengetahuan wanita usia subur tentang deteksi dini tumor payudara masih rendah (Suindri,2020)

Faktor risiko dan deteksi dini :



Lampiran 10 Media Buku Saku





Kesehatan reproduksi remaja putri adalah kondisi sehat secara fisik, mental, dan sosial yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi yang dimiliki oleh remaja perempuan (Syamsuddin, 2023).

Tujuan Kesehatan Reproduksi, menurut (Ristia Dwi Syafitri, 2024) :

- Meningkatkan Pengetahuan dan Pemahaman: Menyediakan informasi yang akurat tentang sistem reproduksi, pubertas, dan kesehatan seksual agar remaja putri dapat memahami perubahan tubuhnya dan menjaga kesehatannya dengan baik.
- Mengurangi Risiko Berisiko: Mengurangi risiko kehamilan yang tidak diinginkan, infeksi menular seksual (IMS), dan perilaku seksual yang tidak sehat melalui edukasi dan pemberdayaan diri.
- Menanamkan Perilaku Hidup Sehat: Mendorong kebiasaan menjaga kebersihan diri, personal hygiene, dan perilaku sehat lainnya yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi.
- Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan: Membantu remaja putri dalam membuat keputusan yang bertanggung jawab terkait kesehatan reproduksinya, termasuk dalam hal penggunaan kontrasepsi dan hubungan seksual yang aman.
- Mengurangi Stigma dan Diskriminasi: Melalui Pendidikan Kesehatan reproduksi yang komprehensif diharapkan dapat menurunkan angka ketidaktahuan pada usia remaja dan penyebaran IMS.

Manfaat Kesehatan Reproduksi, menurut (Dyah Woro Kartika Kusuma Wardani, 2022) :

- Meningkatkan Pengetahuan dan Kesadaran: Edukasi kesehatan reproduksi membantu remaja putri memahami perubahan biologis, psikologis, dan sosial selama masa pubertas, serta pentingnya menjaga kesehatan organ reproduksi.
- Mengurangi Bahaya Diri dan Infeksi Menular Seksual (IMS): Program edukasi yang komprehensif dapat meningkatkan perilaku seksual berisiko, meningkatkan pengetahuan kontrasepsi, dan menurunkan angka kehamilan remaja serta penyebaran IMS.
- Menumbuhkan Perilaku Hidup Sehat: Dengan pemahaman yang baik, remaja putri cenderung mengadopsi perilaku hidup sehat, seperti menjaga kebersihan organ reproduksi dan menghindari kebiasaan yang dapat membahayakan kesehatan reproduksi.
- Meningkatkan Kemampuan Pengambilan Keputusan: Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi memberdayakan remaja putri untuk membuat keputusan yang tepat dan bertanggung jawab terkait kesehatan dan kehidupan seksual mereka.

Berikut adalah komponen utama kesehatan reproduksi remaja putri, menurut (Salbur & Delfira, 2021) :

- Pemahaman tentang Perubahan Fisik dan Psikologis: Masa remaja ditandai dengan perubahan fisik seperti pertumbuhan payudara, menstruasi, dan perubahan hormonal, serta perubahan psikologis yang mempengaruhi emosi dan perilaku. Pemahaman yang baik tentang perubahan ini membantu remaja putri beradaptasi dan menjaga kesehatannya.
- Menstruasi dan Kebersihan Reproduksi: Menstruasi adalah bagian alami dari siklus reproduksi wanita. Penting bagi remaja putri untuk memahami siklus menstruasi dan menjaga kebersihan organ reproduksi untuk mencegah infeksi dan masalah kesehatan lainnya.
- Pendidikan Seksual dan Penguatan Perilaku Berisiko: Edukasi tentang kesehatan reproduksi membantu remaja putri memahami risiko perilaku seksual yang tidak aman, seperti kehamilan dini dan infeksi menular seksual (IMS), serta pentingnya membuat keputusan yang bertanggung jawab.

Perawatan organ reproduksi sangat penting bagi remaja untuk menjaga kesehatan, mencegah infeksi, dan mendukung perkembangan seksual yang sehat. Beberapa hal yang perlu dilakukan remaja, antara lain menurut (Suryaningtyah, 2020) :

- Menjaga Kebersihan
 - a) Mencuci organ intim dengan air bersih setiap hari.
 - b) Menggunakan sabun khusus yang tidak mengganggu pH alami vagina.
 - c) Mengeringkan area intim dengan handuk bersih setelah mandi.
- Memakai Pakelan Dalam yang Bersih dan Kering
 - a) Mengganti pakaian dalam minimal dua kali sehari.
 - b) Menggunakan bahan katun yang menyerap keringat.
- Menjaga Kesehatan Secara Umum
 - a) Makan makanan bergizi untuk mendukung perkembangan hormonal.
 - b) Cukup istirahat dan olahraga teratur.
- Menghindari Kebiasaan Buruk
 - a) Tidak bergonta-ganti pasangan seksual.
 - b) Menghindari penggunaan produk pembersih yang berlebihan di area genital (seperti douching).

9



10

Masa pubertas adalah salah satu dari dua periode dalam rentang kehidupan yang ditandai oleh pertumbuhan yang pesat dan perubahan yang mendalam (Kas & Irtiqamah, 2023).

Ada beberapa perubahan fisik, perubahan emosional, perubahan seksualitas dan ciri-ciri umum pada masa pubertas, menurut (Gultam & Sari, 2020) :

Perubahan fisik pada remaja perempuan

- (1). Tubuh tumbuh semakin tinggi, berat dan kuat
- (2). Payudara semakin besar
- (3). Alat reproduksi seperti vagina, rahim, tuba fallopi mulai berkembang
- (5). Pinggang, panggul dan boks mulai membesar
- (6). Mulai tumbuh rambut di sekitar kemaluan, ketiak, kaki dan lengan
- (7). Mulai mengalami keputihan
- (8). Mulai mengalami menstruasi
- (9). Bertambahnya jerawat keringat
- (10). Kulit menjadi lebih berminyak



11

Perubahan emosional pada remaja

Selain perubahan fisik, pubertas juga menyebabkan perubahan emosi. Perubahan emosi bisa naik dan turun dalam waktu yang relative cepat. Sebentar sedih, tak lama kemudian kembali ceria, juga tampak lebih mudah tersinggung.

Perubahan seksualitas

• Tanda - tanda Seks Primer

Organ-organ reproduksi wanita tumbuh selama masa puber dengan kecepatan yang bervariasi. Haid dianggap sebagai petunjuk pertama bahwa mekanisme reproduksi anak perempuan menjadi matang. Gejala ini merupakan awal dari serangkaian pengeluaran darah, lendir dan jaringan sel yang hancur dari uterus secara berkala dan akan berhenti saat wanita mencapai menopause.



• Tanda - tanda Seks Sekunder

Pada masa pubertas ditandai dengan kematangan organ-organ reproduksi termasuk pertumbuhan seks sekunder. Pada masa ini juga remaja mengalami pertumbuhan fisik yang sangat cepat.



12

Menstruasi adalah keluarnya darah, lendir, dan puing-puing sel dari lapisan rahim, disertai dengan pelepasan periodik dan siklus (deskuamasi) dari lapisan rahim, yang dimulai kira-kira 14 hari setelah ovulasi (Muhammad Arifin Iham, Nurul Islami, 2023). Tidak semua wanita memiliki siklus menstruasi yang teratur (Sallanta et al., 2022).



Tanda dan Gejala Menstruasi

Menjelang menstruasi, banyak wanita mengalami berbagai gejala fisik dan psikologis yang dikenal sebagai Premenstrual Syndrome (PMS). Gejala-gejala ini biasanya muncul 7-10 hari sebelum menstruasi dan mereda saat menstruasi dimulai menurut (Astriks et al., 2021).

(1) Gejala Fisik

Nyeri payudara : Payudara terasa nyeri atau bengkak.
Perut kembung : Akibat retensi cairan.
Kram perut : Terutama pada hari-hari menjelang menstruasi.
Sakit kepala : Sering dilaporkan oleh wanita menjelang menstruasi.
Kelelahan : Merasa lelah meskipun tidak melakukan aktivitas berat.
Muncul jerawat : Perubahan hormon dapat memicu jerawat.
Peningkatan berat badan : Akibat retensi cairan dan perubahan nafsu makan.

13

Tanda dan Gejala Menstruasi



(2) Gejala Psikologi dan Emosional
Mood swing : Perubahan suasana hati yang cepat.
Iritabilitas : Mudah marah atau teringgung.
Depresi ringan : Perasaan sedih atau putus asa.
Kecemasan : Merasa gelisah atau khawatir berlebihan.
Sulit berkonsentrasi : Kesulitan fokus pada tugas-tugas sehari-hari.
Gangguan tidur : Insomnia atau tidur berlebihan.

Personal Hygiene

Personal hygiene saat menstruasi memiliki berbagai indikator, termasuk menjaga kebersihan alat kelamin menurut (Aifi et al., 2022) yang meliputi:

- Mencuci tangan dengan air yang bersih
- Mengenakan pakaian yang mudah menyerap keringat
- Mengganti pakaian dalam setidaknya dua kali sehari untuk mengontrol kelembaban vagina yang berlebihan
- Sering mengganti pembalut jika ada gumpalan darah dan setelah buang air kecil dan besar
- Tidak menggunakan pembalut lebih dari 8 jam.

Seseorang yang tidak menjaga hygiene yang baik saat menstruasi akan mudah mengalami infeksi alat reproduksi.



14



15

Gangguan Saat Menstruasi

Masalah yang umum dialami oleh perempuan dan dapat disebabkan oleh berbagai faktor menurut (Abramson, 2020). Berikut beberapa gangguan menstruasi yang sering terjadi:

- Dismenore: Nyeri saat menstruasi yang dirasakan di perut bagian bawah.
- Siklus menstruasi tidak teratur: Periode menstruasi yang datang lebih cepat atau lebih lambat dari siklus normal (21-35 hari).
- Menoragia: Perdarahan menstruasi yang berlangsung lebih lama atau lebih banyak dari biasanya.
- Amenorea: Tidak adanya menstruasi selama tiga bulan berturut-turut atau lebih pada wanita yang sebelumnya memiliki siklus menstruasi teratur.

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi gangguan menstruasi antara lain:

- Stres: Stres dapat mempengaruhi keseimbangan hormon yang mengatur siklus menstruasi, sehingga menyebabkan ketidakaturan.
- Aktivitas fisik: Tingkat aktivitas fisik yang terlalu tinggi atau terlalu rendah dapat mempengaruhi siklus menstruasi.
- Status gizi: Kekurangan atau kelebihan nutrisi dapat berdampak pada keteraturan siklus menstruasi.
- Kualitas tidur: Kurangnya kualitas dan kuantitas tidur dapat berkontribusi pada gangguan menstruasi.



16

infeksi menular seksual (IMS) adalah infeksi yang disebabkan oleh bakteri, virus, parasit atau jamur, yang penularannya terutama melalui hubungan seksual dari seseorang yang terinfeksi kepada mitra seksualnya (Esi Sirigar, 2024).

Penyebab terjadinya IMS :

• Bakteri

Penyebab IMS yang paling sering antara lain *Neisseria gonorrhoeae* yang menyebabkan gonore atau kencing nanah, *Chlamydia trachomatis* yang menyebabkan klamidiosis, *Treponema pallidum* yang menyebabkan sifilis atau penyakit raja singa, *Haemophilus ducreyi* yang menyebabkan chancroid.

• Virus

Penyebab IMS antara lain Herpes simplex tipe 1 dan 2 yang menyebabkan herpes genital, Human papillomavirus yang menyebabkan kutil kelamin, virus hepatitis B, dan Human Immunodeficiency Virus (HIV).

• Protozoa

Penyebab IMS adalah *Trichomonas vaginalis*.

• Jamur

Penyebab IMS adalah *Candida albicans*.

• Parasit

Penyebab IMS antara lain *Sarcoptes scabiei* (Simorangkir, 2022).



27

Tanda dan Gejala IMS menurut (Sabirin B. Syukur, 2023) yaitu :

- Keputihan abnormal : Keputihan yang berbau, berwarna, dan disertai gatal atau rasa terbakar di sekitar vagina atau anus.
- Benjolan atau bintil di area genital : Munculnya benjolan atau bintil di sekitar vagina atau anus.
- Nyeri perut bagian bawah : Rasa nyeri di bagian bawah perut atau selama berhubungan seksual.



Upaya pencegahan IMS menurut (Alfatus Zahro, Nia Risa Dewi, 2024), yaitu :

- Menyebarkan informasi
- Pemberian pendidikan kesehatan
- Konseling

Upaya ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan orang untuk mengenali penyebab dan gejala IMS serta meningkatkan pengetahuan.

28

Kehamilan yang tidak diinginkan terdapat beberapa dampak dari perilaku seks pranikah pada remaja, salah satunya adalah terjadi fenomena kehamilan yang tidak diinginkan (Nurhandayani, 2022).

Berikut adalah beberapa dampak utama yang telah diidentifikasi dalam berbagai studi:

Dampak Kesehatan Fisik dari Perinatal

- Risiko Komplikasi Kehamilan : KTD meningkatkan risiko komplikasi kehamilan dan persalinan, termasuk kelahiran prematur, bayi berat lahir rendah, dan kematian ibu (Armita & Aryatuti, 2021).
- Kurangnya Perawatan Kehamilan : Ibu dengan KTD cenderung tidak melakukan perawatan kehamilan secara optimal, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan ibu dan janin (Armita & Aryatuti, 2021).



Dampak Psikologis

- Stres dan Gangguan Mental : KTD dapat menyebabkan stres, depresi, dan kecemasan pada ibu, terutama jika terjadi pada usia remaja atau di luar pernikahan (Fauziah & Subiyatin, 2022).
- Trauma dan Stigma Sosial : Remaja yang mengalami KTD sering menghadapi trauma psikologis dan stigma dari masyarakat, yang dapat mempengaruhi kesehatan mental jangka panjang.

29

Dampak Sosial dan Ekonomi

- Putus Sekolah dan Keterbatasan Karier : Remaja yang mengalami KTD berisiko tinggi putus sekolah, yang berdampak pada peluang kerja dan kemandirian ekonomi di masa depan (Fauziah & Subiyatin, 2022).
- Kekerasan dalam Hubungan : Sebanyak 25% wanita di Indonesia yang mengalami KTD juga mengalami kekerasan fisik dari pasangan (Sari, 2017).



Dampak terhadap Anak

Perkembangan Anak Terhambat : Anak yang lahir dari KTD berisiko mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan akibat kurangnya perhatian dan perawatan dari orang tua (Ernawati & Lestari, 2024).

30

Tumor payudara pada wanita dapat bersifat jinak maupun ganas (kanker), dan merupakan salah satu masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia dan dunia (Jamil et al., 2023).

jenis dan karakteristik tumor payudara menurut (Purwati, 2023)



- Tumor Jinak (Fibroadenoma Mammar): Sering terjadi pada wanita usia subur. Tumor ini biasanya tidak nyeri, terbatas tegas, dan dapat digerakkan. Deteksi dini sangat penting untuk pencegahan dan penanganan yang tepat.
- Tumor Ganas (Karsinoma Mammar): Merupakan jenis kanker yang paling sering didiagnosa pada wanita. Karsinoma mammar paling banyak ditemukan pada wanita usia 40-59 tahun, sedangkan fibroadenoma lebih umum pada usia 20-39 tahun.

Faktor Risiko dan Deteksi dini menurut (Sumedi, 2020)

- Faktor Risiko: Termasuk usia, status menyusui, indeks massa tubuh (IMT), penggunaan kontrasepsi hormonal, dan konsumsi sayur. Studi di Kabupaten Way Kanan Tahun 2020 Behavior of Women Who Are Not Pregnant Desired in Adolescent in A Scope of Midwifery in The Working Area of Puskesmas Bimbangun Umpu Way Kanan District in 2020, 1032, 1029-1030.
- Deteksi Dini: Pengetahuan wanita usia subur tentang deteksi dini tumor payudara masih rendah. Sebuah penelitian di Puskesmas Gendingan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang deteksi dini tumor payudara.

21

Daftar Pustaka

Abroman, A. (2020). *How Stress Could Be Affecting Your Period*. <https://www.illur.com/nyoffice-stress-affects-period/>.
URL: sourcechaggo.com

Ajijah Zahra, Risa Risa Dewi, T. A. D. (2024). *Tentang Penyakit Menstruasi Sekund Di Wilayah Kay IPTD Puskesmas Kumpangye Kec. Merau Timur*. 4, 171-177.

Aji, N. A., Hasanah, D., & Marwan. (2022). *Gambaran Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Saat Menstruasi Di Masa New Normal Di Kota Pekanbaru*. 3(2), 61-72.

Amila, B., & Arsyah, N. (2021). *Perilaku Wanita yang Mengalami Kehamilan Tidak Diinginkan Di Usia Remaja Dalam Lingkup Kabupaten Di Wilayah Kerja Puskesmas Bimbangun Umpu Kabupaten Way Kanan Tahun 2020 Behavior of Women Who Are Not Pregnant Desired in Adolescent in A Scope of Midwifery in The Working Area of Puskesmas Bimbangun Umpu Way Kanan District in 2020*. 1032, 1029-1030.

Alibek, J., Eka, A., & Yurnita, N. (2021). *Penyulutan Tentang Pre-menstrual Syndrome (PMS) Pada Remaja Dewasa dan Pre-Menstrual Syndrome (PMS) in Adolescents*. 9(2), 55-61.

Dyah Wira Kartika Kusuma Wardani. (2022). *Ti Meningkatkan Pengetahuan dan Pemahaman Mendenkan informasi yang akurat tentang sistem reproduksi, pubertas, dan kesehatan seksual agar remaja putri dapat memahami perubahan tubuhnya dan menjaga kesehatannya dengan baik*. 5, 2160-2168.

22

Erment, D., & Lestari, R. A. (2024). *Social Support pada Ibu Tentang Kehamilan Tidak Diinginkan Social Support for Mothers with Unwanted Pregnancy*. 7(12), 4386-4398.
<https://doi.org/10.56338/jks.v7i12.4389>

Fai Sigitri, M. L. N. (2024). *Pengetahuan Remaja Tentang Penyakit Menstru Sekund Dalam Masyarakat Seka Betas*. 2(7), 21-26.

Fitriani, P. S., & Subiyanto, A. (2023). *Kehamilan Tidak Diinginkan di UNG Remaja*. 3(2), 53-67.
<https://doi.org/10.24853/mjpn.3.2.53-67>

Gabrilus, L., & Delfira, M. A. (2021). *Pentingnya Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Bagi Remaja di Era Modern*. 221-228.

Gilman, D. M., & Sari, E. (2020). *Penyulutan Kesehatan Tentang Perilaku Hormonal Masa Pubertas Pada Usia Remaja*. 8(July 2018), 82-92.

Jamil, A. R., Nadi, J., & Murnidin, I. (2024). *Tumor Mammar*. 3, 288-409.

Kes, S. R., & Istikomah, N. F. (2023). *Tingkat Pengetahuan Terhadap Pubertas Pada Perubatan Fak Remaja Putri*. 201020, 17-23.

Muhammad Aqib Iham, Nurul Islami, S. Hamidah D. P. S. (2023). *Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja*. 5, 185-192.

Nurhidayah, R. (2022). *Optimalisasi Fungsi Keluarga Dalam Pencegahan Fenomena Kehamilan Yang Tidak Diinginkan Pada Remaja*. 3492, 9-16.

23

Panda, M. (2023). *Perbandingan Tingkat Pengetahuan tentang Tumor Payudara Jinak dan Perilaku Sadan pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi, Bisnis, dan Fakultas Keguruan dan Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara*. 4 No.2.
<https://ejournal.unma.ac.id/index.php/01/article/view/13785>
URL: sourcechaggo.com

Risa Dwi Syafira. (2024). *Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Sebagai Upaya Dalam Mencegah Penyakit Penyimpangan Seksual di SMA PGRI Keparang*. 2, No.8.
<https://jurnalpengabdianmasarakatbangsa.com/index.php/journal/article/view/1426>

Sakini B. Syukur. (2023). *Edukasi Manajemen Pencegahan Dan Penyakit Menstru Sekund*. 6, 319-326.

Soliman, C. F. P. Z., Soliherry, K., & Haljah, S. (2020). *Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja: Studi Literature Relationship of Stress Level with Menstrual Cycle in Adolescents Literature Study*.

Sari, L. K. (2017). *Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Kehamilan*. 2017, 1041-1051.

Sinawangk, S. J. V. (2022). *Penyulutan Cara Mengenal Tubuh Dan Gejala Penyakit Menstru Sekund Serta Pencegahannya Kepada Para Pelajar Di Sman 2 Sianta Pangasinan*. 03(01), 62-73.

Sumedi, N. N. (2020). *Faktor risiko terjadinya payudara wanita usia subur pada layanan kunjungan woman service kabupaten bengkang*. 8 No. 2.

24

Ismail, N. A. (2020). Aspek risiko perilaku seksual remaja laki-laki : kultur, pada layanan kesehatan remaja : service kesehatan Zoding. # No. 2.

Syamsudin, I. D. (2021). Penguatan Edukasi Kesehatan Reproduksi terhadap Pengetahuan pada Remaja Pubertas di SMPN 1 Nagala Piai Tahun 2022. 5(1), 27-33. <https://doi.org/10.24252/jme.v5i1.33187>

Suryaningrum, R. (2020). Pentingnya Pendidikan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja. 15. No. 2. <https://doi.org/10.14710/jkms.v15i2.123130> <https://doi.org/10.14710/jkms.v15i2.123130>



Lampiran 11 Lembar Konsultasi

**PERBEDAAN PENGGUNAAN MEDIA LEMBAR BALIK DAN BUKU
SAKU DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN TENTANG
KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA PUTRI
DI SEKOLAH SD MUHAMMADIYAH 2
KOTA SORONG**

Nama : Putri Faradibha Engelica

Nim : 21530121034

Pembimbing I : Rany Anggina Putri Sinaga, M.Keb

PROPOSAL

No	Tanggal	BAB	Catatan Pembimbing	Paraf
1.	16/10/2024	Judul	a. Efektivitas media booklet terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri pada pencegahan IMS di Sekolah b. Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang seks bebas disekolah c. Pengaruh edukasi berbasis leaflet terhadap Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang pemeriksaan pap smear	
2.	26/10/2024	Judul	Efektivitas media lembar balik terhadap peningkatan pengetahuan Kesehatan reproduksi pada remaja putri	
3.	6/11/2024	Judul	ACC Judul Perbedaan penggunaan media lembar balik dan buku saku dalam meningkatkan pengetahuan tentang Kesehatan reproduksi pada remaja putri di sekolah SMA Negeri 3 Kota sorong	
4.	22/11/2024	1	Menambahkan rentang usia 10-19 tahun remaja masa peralihan yang terjadi Ketika anak-anak telah mengalami perubahan	
5.	13/2/2025	1	a. Menambahkan urgent pada Kesehatan reproduksi Wanita b. Menambahkan dampak Kesehatan reproduksi remaja	

			c. Menambahkan fungsi Kesehatan reproduksi	
6.	3/3/2025	1	a. Menambahkan definisi remaja menurut WHO b. Menambahkan hasil wawancara pada siswi di sekolah	RF
7.	4/3/2025	1	a. Menambahkan media edukasi yang diberikan efektivitas dari penelitian sebelumnya b. Media sosial dan kuesioner	RF
8.	7/3/2025	2	a. Menambahkan kerangka teori b. Masalah yang ditemukan (hipotesis)	RF
9.	10/3/2025	2	Menambahkan : a. Konsep Kespro remaja b. Definisi remaja (WHO) c. Media Edukasi	RF
10.	17/4/2025	3	Menambahkan : a. Populasi seluruh siswi kelas 11 b. Kriteria sampel c. Media buku warna jangan terlalu terang d. Media lembar balik berikan gambar animasi	RF
11.	22/4/2025	3	Menambahkan : a. Teknik sampel b. Definisi operasional c. Instrumen penelitian (Dalam Kuesioner ada berapa pertanyaan) d. Etika penelitian	RF
12.	7/5/2025	3	ACC Media	RF
13.	8/5/2025	3	a. Jumlah sampel diambil 2 kelas (kelas 10 dan kelas 11) b. ACC Proposal	RF

SKRIPSI

No	Tanggal	BAB	Catatan Pembimbing	Paraf
14.	16/7/2025	4	a. Data menurut umur peneliti sebelumnya b. Tambahkan asumsi peneliti c. Keterbatasan penelitian	RF
15.	21/7/2025	5	Kesimpulan dari peneliti	RF
16.	28/7/2025		ACC Skripsi	RF

**PERBEDAAN PENGGUNAAN MEDIA LEMBAR BALIK DAN BUKU
SAKU DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN TENTANG
KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA PUTRI
DI SEKOLAH SD MUHAMMADIYAH 2
KOTA SORONG**

Nama : Putri Faradibha Engelica

Nim : 21530121034

Pembimbing II: Harlinah,S.ST.,M.Kes.,M.Keb

PROPOSAL

No	Tanggal	BAB	Catatan Pembimbing	Paraf
1.	26/10/2024	Judul	Efektivitas media lembar balik terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja putri	
2.	6/11/2025	Judul	ACC Judul Perbedaan penggunaan media lembar balik dan buku saku dalam meningkatkan pengetahuan tentang Kesehatan reproduksi pada remaja putri di sekolah SMA Negeri 3 kota sorong	
3.	2/5/2025	1-2	Bab 1: Menambahkan penjelasan dari Kesehatan reproduksi Bab 2 menambahkan: a. Pengertian kespro b. Tujuan kespro c. Manfaat kespro d. Apa saja yang termasuk kespro remaja putri e. Perawatan organ reproduksi f. Perubahan kespro pada remaja putri g. Gangguan kespro pada remaja h. Media buku saku (bab 1 kespro remaja, bab 2 perubahan kespro, dan gangguan kespro	
4.	6/5/2025	3	Menambahkan :	

			a. Jenis penelitian 03 pretest buku saku dan lembar balik 04 b. Sampel	
5.	8/5/2025	3	Menambahkn : a. Jumlah sampel diambil 2 kelas (kelas 10 dan kelas 11) b. Kriteria Inklusi kelas 10 dan kelas 1, remaja yang mengalami komplikasi, dan remaja yang sudah mengikuti Pendidikan atau pelatihan tentang Kesehatan reproduksi ACC Proposal ACC Media	

SKRIPSI

No	Tanggal	BAB	Catatan Pembimbing	Paraf
6.	23/7/2025	4	Perbaiki distribusi frekuensi bagian a dan b	
7.	24/7/2025	4	a. Klasifikasikan 1 per 1 umur dan masukkan dalam table b. Masukkan sumber jurnal uji Wilcoxon	
8.	25/7/2025	4-5	a. Menambahkan diketerbatasan penelitian di informend consent tidak dicantumkan orang tua b. Menambahkan pembahasan berdasarkan hasil penelitian c. Kesimpulan diambil dari tujuan khusus	
9.	28/7/2025		ACC Skripsi	

Lampiran 12 Berita Acara Perbaikan Proposal dan Skripsi

BERITA ACARA PERBAIKAN PROPOSAL

**PERBEDAAN PENGGUNAAN MEDIA LEMBAR BALIK DAN BUKU SAKU
DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN TENTANG KESEHATAN
REPRODUKSI PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH SD
MUHAMMADIYAH 2 KOTA SORONG**

Nama : Putri Faradibha Engelica

NIM : 21530121034

Proposal telah diujikan pada tanggal : Senin, 19 Mei 2025

No	Nama Penguji	Saran dan Masukan	Paraf
1.	Vera Iriani Abdullah, M.Keb	a. Tulisan dalam buku saku b. Buat lotre untuk pembagian kelompok media c. Menambahkan ukuran lembar balik dan buku saku di definisi operasional d. Mengganti tempat penelitian	
2.	Rany Anggina P.Sinaga, M.Keb	Tempat penelitian di Ganti ke SD	
3.	Harlinah,S.ST.,M.Kes.,M.Keb	a. Tempat penelitian diganti ke SD b. Ambil 1 kelas (1 tingkat)	

Mengetahui,

Dosen Penguji I



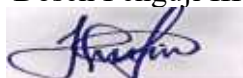
Vera Iriani Abdullah, M.Keb
NIP. 197708222005022005

Dosen Penguji II



Rany Anggina P.Sinaga, M.Keb
NIP. 199511252024042001

Dosen Penguji III



Harlinah,S.ST.,M.Kes.,M.Keb
NIP. 919850114201901201

BERITA ACARA PERBAIKAN SKRIPSI

PERBEDAAN PENGGUNAAN MEDIA LEMBAR BALIK DAN BUKU SAKU DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN TENTANG KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH SD MUHAMMADIYAH 2 KOTA SORONG

Nama : Putri Faradibha Engelica

NIM : 21530121034

Proposal telah diujikan pada tanggal : Jum'at, 1 Agustus 2025

No	Nama Penguji	Saran dan Masukan	Paraf
1.	Adriana Egam,S.ST.,M.Kes	Memperbaiki media lembar balik	
2.	Rany Anggina P.Sinaga, M.Keb	a. Kata pengantar 1 spasi dan tidak melebihi 1 lembar b. Daftar isi sub bab 1 baris c. Warna media lembar balik di ganti	
3.	Harlinah,S.ST.,M.Kes.,M.Keb	Menambahkan sumber jurnal di tabel hasil penelitian	

Mengetahui,

Dosen Penguji I



Adriana Egam,S.ST.,M.Kes
NIP. 196707241988012004

Dosen Penguji II



Rany Anggina P.Sinaga, M.Keb
NIP. 199511252024042001

Dosen Penguji III



Harlinah,S.ST.,M.Kes.,M.Keb
NIP. 919850114201901201

Lampiran 13 Surat Pra Survey

	Kementerian Kesehatan Poltekkes Sorong Jl. Basuki Rahmat Km. 11, Kota Sorong (0951) 324309 https://poltekkesorong.ac.id/
Nomor : PP.06.02/F.XLV/2767/2025	21 Mei 2025
Lampiran : Satu Berkas	
Hal : Permohonan Pengambilan Data Awal dan Ijin Penelitian	

Yth. Kepala Sekolah SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong
Jl. Basuki Rahmat KM.10 Kelurahan Sawagumu Kecamatan Sorong Utara Kota Sorong

Sehubungan dengan proses penyusunan Skripsi bagi mahasiswa Program Studi DIV Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Sorong, kami mengajukan permohonan kepada Ibu untuk mengijinkan mahasiswa kami melakukan pengambilan data awal dan penelitian yang dibutuhkan guna penyelesaian skripsi yang telah disetujui. Adapun data mahasiswa sebagai berikut :

Nama	: Putri Faradiba Engolica
NIM	: 21530121034
Judul Penelitian	: Perbedaan Penggunaan Media Lembar Balik dan Buku Saku Dalam Meningkatkan Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri di Sekolah SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Direktur Politeknik Kesehatan Sorong



Bulet Agustarika, M.Kep

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500557 dan <https://halo.kemkes.go.id/>. Untuk Verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tba.kemkes.go.id/verifyPDF>



Dokumen ini telah diandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN

Lampiran 14 Surat Izin Penelitian

 Kemenkes Poltekkes Sorong	Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Sumber Daya Manusia Kesehatan Politeknik Kesehatan Sorong Jl. Basuki Rahmat KM 11, Sorong, Papua Barat 98418 ☎ (0951) 324309 🌐 http://poltekkes.sorong.ac.id
Nomor : PP.06.02/F.XLV/1008/2025 4 Juni 2025 Lampiran : 1 (satu) Berkas Hal : Permohonan Pengambilan Data Awal dan Izin Penelitian	
Yth. Kepala Sekolah SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong Jl. Basuki Rahmat Kelurahan Sawagumu Kec.Sorong Utara Kota Sorong Sehubungan dengan proses penyusunan Skripsi bagi mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Sorong, kami mengajukan permohonan kepada Bapak untuk mengizinkan mahasiswa kami melakukan pengambilan data awal dan penelitian yang dibutuhkan guna penyelesaian Skripsi sesuai dengan judul yang telah disetujui. Adapun nama mahasiswa atas nama : Nama : Putri Faradibha Engelica Nim : 21530121034 Semester : VIII (Delapan) Judul : Perbedaan Penggunaan Media Lembar Balik dan Buku Saku dalam Meningkatkan Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri di Sekolah SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong Demikian surat permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih. Direktur Politeknik Kesehatan Sorong,  Butet Agustarika, M,Kep	
Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi akan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan https://info.kemkes.go.id. Untuk verifikasi kembali tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman https://ke.kemkes.go.id/verifikasi.  Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara	

Lampiran 15 Dokumentasi Pra Survey



Lampiran 16 Dokumentasi Penelitian

1. Membagi Lembar Persetujuan Responden



2. Kuesioner Pre-test



3. Intervensi Lembar Balik dan Buku Saku



4. Kuesioner Post-test



5. Cendramata dan Foto Bersama



Lampiran 17 Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Putri Faradibha Engelica
NIM : 21530121034
Tempat, Tanggal Lahir : Sorong, 18 Februari 2024
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Suku / Bangsa : Toraja / Indonesia
Alamat : KPR BPD Trikarya Permai
No. Telpon : 081248311874
Email : faradibhap@gmail.com
Pekerjaan : Mahasiswi (Regular)

LEMBAGA INSTANSI	PERIODE (TAHUN)
RA Fastabiqul Khoirot	2008 – 2009
SD Muhammadiyah 2 Kota Sorong	2009 – 2015
SMP Negeri 5 Kota Sorong	2015 – 2018
SMA Negeri 2 Kota Sorong	2018 – 2021
Poltekkes Kemenkes Sorong	2021 – sekarang