

Penerapan Pendidikan Kesehatan dengan Video Animasi untuk Meningkatkan Pengetahuan Remaja tentang Menstruasi dalam Mencegah Kegawatdaruratan Anemia pada Remaja Putri

Yuniza^{1*}, Mar'atun Ulaa², Marwan Riki Ginanjar³, Putri Arsy Adelia⁴

^{1,2,3,4} Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Palembang

yuniza88@gmail.com

Abstrak

Tujuan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan remaja dalam menghadapi menstruasi sehingga remaja dapat mencegah terjadinya anemia saat menstruasi. Responden yang didapat sebanyak 29 siswi Kesehatan reproduksi merupakan hal yang sangat penting baik individu juga masyarakat karena berpengaruh pada siklus kehidupan serta keberlangsungan kehidupan manusia. Cairo, ICPD (*International Conference for Population and Development*) menjelaskan bahwa kesehatan reproduksi

DOI:

<https://doi.org/10.47134/comdev.v6i1.1568>

*Correspondensi: Yuniza

Email: yuniza88@gmail.com

Received: 04-06-2025

Accepted: 19-07-2025

Published: 28-08-2025



Copyright: © 2021 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

adalah keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial secara utuh, yang tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan, pada seluruh hal yang berkaitan menggunakan sistem reproduksi, dan fungsi serta prosesnya. Salah satu fase awal dalam kehidupan seorang remaja adalah masa pubertas. Pubertas remaja diartikan sebagai masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa dengan batasan usia 10-19 tahun yang ditandai dengan adanya perubahan fisik dan psikis. Pada fase remaja peran orang tua sangatlah penting. Awal masa pubertas seorang wanita adalah menstruasi pertama yang merupakan keluarnya darah dari dinding rahim pertama kali bagi seorang wanita dengan rentang usia 10-14 tahun yang menandakan bahwa dirinya telah memasuki masa dewasa secara religius dan sudah matang untuk mulai bereproduksi. Minimnya informasi dan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi khususnya menstruasi mempengaruhi persepsi remaja terhadap menstruasi. Salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan. Salah satu pendidikan kesehatan yang diberikan dapat menggunakan video animasi. Data diolah untuk mengetahui distribusi frekuensi sebelum dan sesudah dilakukan edukasi. Kesimpulan: didapatkan hasil bahwa peningkatan pengetahuan siswi setelah dilakukan edukasi tentang pencegahan kegawatdaruratan anemia

Kata Kunci: Anemia, Menstruasi, Pendidikan Kesehatan, Remaja,

Abstract

Health Reproductive is very important for both individuals and society because it affects the life cycle and the sustainability of human life. Cairo, ICPD (International Conference for Population and Development) explains that reproductive health is a state of physical well-being, mental and social well-being as a whole, which is not merely free from disease or disability, in all things related to using reproductive system, and its functions and process. One of the early phases in the life of an is puberty. Adolescent puberty is defined as the transition period from childhood to adulthood with an age limit of 10-19 years which is characterized

by physical and psychological changes characterized by physical and psychological changes. In the adolescent phase, the role of parents is very important. The beginning of puberty for a woman is the first menstruation which is the first discharge of blood from the uterine wall for the first time for a woman with an age range of 10-14 years. a woman with an age range of 10-14 years which indicates that she has entered religious adulthood and is ripe to start has entered adulthood religiously and is ripe to start reproducing. reproduce. Lack of information and knowledge about reproductive health especially menstruation affects adolescents' perception of menstruation. One of the way to improve knowledge is by providing health education. education. One of the health education provided can use animation video. The purpose of this education is to increase the knowledge of adolescents in dealing with menstruation so that adolescents can prevent the occurrence of anemia during menstruation. Respondents obtained were 29 female students. Data were processed to to determine the frequency distribution before and after education. Conclusion: It was found that the increase in knowledge of female students after education was carried out about the prevention of anemia emergencies

Keywords: Anemia, Menstruation, Health Education, Adolescents,

I. PENDAHULUAN

Pada fase remaja peran orangtua sangatlah penting, karena terjadi berbagai perubahan baik fisik maupun psikologi pada remaja sehingga mereka sendiri menjadi bingung dengan perubahan yang terjadi pada dirinya. Perubahan fisik yang muncul pada remaja adalah organ-organ tubuh tertentu, seperti organ reproduksi atau organ seksual dan jaringan syaraf mulai berfungsi. Sedangkan secara psikis, mulai mengalami perkembangan emosional dengan ditandai dengan adanya kecenderungan tertarik terhadap lawan jenis, adanya keinginan untuk memiliki teman khusus yang disukai, dan mulai melepaskan diri dari kendali orang tua dan salah satu perubahan yang terjadi yaitu mengalami Menstruasi (Deade et al., 2022)

Awal dari masa pubertas seorang perempuan adalah menstruasi pertama yang mengacu pada keluarnya darah dari dinding rahim untuk pertama kali bagi seorang perempuan dengan rentang usia 10-14 tahun yang menandakan bahwa ia telah masuk pada periode aqil balikh secara agama dan matang untuk memulai bereproduksi (Ayu & Prodalima Sinulingga, 2020). Menstruasi biasanya diawali pada umur minimal 10 tahun. Akan tetapi, pada masa milenial sekarang ini tidak menutup kemungkinan menstruasi terjadi sejak dini yaitu di bawah umur 10 tahun. Pubertas merupakan proses kompleks yang melibatkan perubahan biologis, morfologis, dan psikologis. Masa pubertas pada remaja putri ditandai dengan mulainya menstruasi yang disertai dengan perubahan fisik, mental, dan sosial. Menstruasi adalah keluarnya darah, lendir, dan sisa-sisa sel dari endometrium dan melibatkan pelepasan periodik dan siklus (deskuamasi) dari endometrium yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi (Ilham et al., 2023).

Usia menstruasi pada remaja putri di negara berkembang terjadi antara usia 12-13 tahun. Indonesia sendiri berada di urutan ke-15 dari 67 negara dengan penurunan usia menstruasi mencapai 0,145 tahun perdekade. Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2010 menunjukkan bahwa 37,5% remaja putri mengalami menstruasi pada usia 13-14 tahun. Untuk Sumatera Barat, 41,4% remaja putri mengalami menstruasi saat usia 13-14 tahun (Adam et al., 2022).

Kurangnya informasi dan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi khususnya menstruasi mempengaruhi persepsi remaja tentang menstruasi. Penelitian UNICEF di Indonesia pada 2015 menemukan fakta 1 dari 6 anak perempuan terpaksa tidak masuk sekolah selama satu hari atau lebih, pada saat menstruasi. Jika persepsi yang dibentuk remaja tentang menstruasi positif, maka hal ini akan berpengaruh pada kesiapan remaja dalam menghadapi menstruasi. Jika persepsi yang dibentuk remaja negatif, maka akan berpengaruh pada penolakan psikologis dan ketidak siapan remaja dalam menghadapi menstruasi (Hanifah et al., 2021). Menstruasi yang datang terlalu cepat pada remaja putri akan menjadi peristiwa yang menakutkan, traumatik, bahkan menjijikan bagi anak, remaja putri yang tidak mengenal tubuhnya dan bagaimana proses reproduksi berlangsung dapat mengira bahwa menstruasi merupakan bukti adanya penyakit atau bahkan hukuman akan tingkah laku yang buruk hingga sering kali menyebabkan anak takut dan gelisah, selain itu anak sering mengalami rasa malu yang amat dalam dan perasaan kotor saat menstruasi pertama mereka, perasaan cemas, bingung, gelisah, tidak nyaman adalah perasaan seorang remaja putri yang mengalam menstruasi usia yang sangat muda membuat remaja putri susah untuk menerima perubahan yang akan terjadi pada dirinya (Putri et al., 2021).

Pendidikan kesehatan adalah upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat agar masyarakat mau melakukan tindakan-tindakan untuk memelihara, dan meningkatkan taraf kesehatannya. Jadi pengabdian kesehatan yang akan dilakukan untuk menyampaikan materi tentang kesehatan yang bertujuan untuk mengubah perilaku sasaran (M. Putri & Nora, 2022). Pendidikan kesehatan merupakan salah satu cara untuk mengubah perilaku masyarakat dari perilaku tidak sehat menjadi perilaku sehat. Perilaku manusia yang tidak sesuai dengan prinsip kesehatan dapat menimbulkan gangguan kesehatan. Untuk mencapai hasil yang lebih efektif, pendidikan kesehatan memerlukan media pendidikan kesehatan. Media untuk memberikan edukasi kesehatan yang dapat digunakan salah satunya, Media video animasi (Heri, 2023).

Media pembelajaran yang banyak diminati peserta didik adalah video animasi. Video animasi merupakan gabungan antara audio dan visual yang menampilkan suatu objek yang dapat menarik perhatian peserta didik. Sehingga materi yang diperoleh dari media tersebut dapat membantu dan mempermudah dalam memahami materi pelajaran. Video animasi tergolong media pembelajaran yang bervariasi, efektif dan inovatif sehingga dapat digunakan sebagai alat bantu dalam pembelajaran. Video pembelajaran berbasis animasi dapat menjadi alat transfer ilmu yang tepat bagi pembelajaran dan dapat juga meningkatkan keterampilan guru dalam mentransfer ilmu pengetahuan sehingga pembelajaran menjadi lebih menarik dan siswa menjadi tidak merasa bosan akan kegiatan belajar mengajar serta durasi yang cocok menggunakan media video animasi yaitu 4 sampai 5 menit. (Melisa & Fadlan, 2023) .

Kesehatan reproduksi merupakan hal yang sangat penting baik individu juga masyarakat karena berpengaruh pada siklus kehidupan serta keberlangsungan kehidupan manusia. Cairo, *ICPD (International Conference for Population and Development)* menjelaskan bahwa kesehatan reproduksi adalah keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial secara utuh, yang tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan, pada seluruh hal yang berkaitan menggunakan sistem reproduksi, dan fungsi serta prosesnya (Sri Emilda, 2021).

Kebijakan Nasional Kesehatan Reproduksi di Indonesia menetapkan kesehatan reproduksi mencakup lima komponen atau program yaitu Program Kesehatan Ibu dan Anak, Program Kesehatan Reproduksi Remaja, Program Keluarga Bencana, Program Kesehatan Reproduksi Usia Lanjut, Program Penyakit Menular Seksual (PMS) termasuk HIV/AIDS (Rahayu et al., 2017)

Organ reproduksi adalah salah satu organ tubuh yang sensitif serta memerlukan perawatan spesifik, pengetahuan dan perawatan yang baik artinya faktor penentu pada memelihara kesehatan reproduksi (Puspitaningrum, 2012). Salah satu tanda-tanda terjadinya kelainan pada organ reproduksi ialah keputihan, keputihan adalah gejala yang seringkali dialami oleh sebagian besar perempuan (Ilmiawati & Kuntoro, 2017). Salah satu fase pertama dalam kehidupan remaja adalah masa pubertas. Remaja pubertas didefinisikan sebagai masa peralihan atau transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dengan batasan usia 10-19 tahun, yang ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis. Sebelum memasuki usia pubertas, anak terlebih dulu akan memasuki usia prapubertas yaitu batasan usia remaja awal atau disebut juga masa pueral, yaitu masa peralihan dari anak-anak ke remaja awal (Susanti & Lutfiyati, 2020). Menurut (World Health Organization (WHO), UNFPA, World Bank Group, 2024) remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10- 19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) tentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Kemenkes RI: Putri et al., 2021).

Media Audio-Visual merupakan serangkaian dari gambar elektronik yang disertai dengan suara melalui pita video. Sesuai dengan namanya, media Audio-Visual adalah perpaduan dari media yang dapat dilihat dan dapat didengar, yakni misalnya video pendidikan, video intruksional, dan program slide suara. Sebagai media elektronik yang mempunyai unsur audio dan visual maka media ini memiliki tujuan agar memberi pengaruh pada pengetahuan serta sikap pengetahuan (Thifalia & Susanti, 2021).

Pengabdian Masyarakat dengan pendekatan pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan menggunakan media audiovisual menjadi salah satu alternatif media yang dapat dilihat dan diengarkan dengan tujuan memberikan pengaruh pada pengetahuan serta sikap remaja dalam menghadapi menstruasi.

II. METODE

Penyuluhan dengan menggunakan video animasi untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang pencegahan kegawatdaruratan anemia pada remaja. Penyuluhan diberikan secara menyeluruh dan terencana sesuai dengan pedoman, yaitu memuat

1. Jenis kegawat daruratan pada system reproduksi
2. Menstruasi dan anemia
3. Penanganan anemia
4. Pemeriksaan fisik anemia pada remaja

Upaya ini diberikan selama satu kali oleh tim, dan dilanjutkan mandiri oleh remaja.

Kegiatan ini berupa penyuluhan tentang adalah “Penerapan Pendidikan Kesehatan Dengan Video Animasi Untuk Meningkatkan Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi Dalam Mencegah Kegawatdaruratan Anemia Pada Remaja Putri”

Pengabdian masyarakat dilaksanakan di SMP N 87 Palembang Waktu sesuai dengan kontrak dengan pihak sekolah. Peserta kegiatan adalah remaja yang telah mengalami menstruasi. Proses pelaksanaan Pendidikan Kesehatan adalah:

1. Persiapan kegiatan
 - a. Tahap persiapan adalah melakukan koordinasi dan penyampaian proposal kegiatan pada bulan Desember 2024
 - b. Sebelum kegiatan dimulai, pelaksana mempersiapkan materi, video, konsumsi, dan fasilitator
 - c. Pemateri menyiapkan ruangan/media, SAP, alat pemeriksaan
 - d. Menyiapkan alat-alat terkait dengan pemberian materi
2. Pelaksanaan Kegiatan

Pendidikan kesehatan tentang keputihan dan pelaksanaan vulva hygiene menggunakan phantom akan dilaksanakan pada bulan Januari 2024 dan metode pelaksanaan secara langsung. Pelaksanaan kegiatan sebagai berikut:

- a. Menyiapkan remaja putri dengan berkoordinasi dengan pihak sekolah
- b. Jalannya kegiatan dimulai ketika moderator memulai acara dengan memperkenalkan diri dan kontrak waktu
- c. Fasilitator membagikan kuisisioner pretest untuk mengetahui kemampuan awal remaja tentang pencegahan kegawatdaruratan anemia
- d. Penyampaian materi dilaksanakan selama 20 menit, dilanjutkan dengan tanya jawab selama 10 menit.

- e. Setelah dilakukan penyuluhan, fasilitator membagikan kembali kuisioner untuk mengevaluasi pemahaman remaja setelah penyuluhan

Monitoring dan Evaluasi

- 1) Evaluasi Struktur

Evaluasi struktur dapat berupa penggunaan media yang lengkap dan kondisi tempat yang kondusif dapat mendukung tercapainya tujuan penyuluhan. Penyuluh menguasai materi dan mampu menyampaikan informasi kesehatan kepada peserta. Peserta berperan aktif selama proses penyuluhan.

- 2) Evaluasi proses

Proses penyuluhan dapat terlaksana sesuai dengan perencanaan, peserta penyuluhan kooperatif dan aktif berpartisipasi selama proses penyuluhan suasana kegiatan penyuluhan kondusif.

- 3) Evaluasi Hasil

Peserta penyuluhan dapat menjawab pertanyaan yang diberikan penyuluh dengan benar

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Setiap penggunaan tabel dan gambar harus dijelaskan maksudnya. Adapun penamaan tabel dan gambar seperti berikut:

Peserta kegiatan adalah remaja di SD Negeri 87 Palembang dengan jumlah siswi 24. Proses pelaksanaan kegiatan meliputi berbagai tahapan, seperti berikut:

1. Proses Kegiatan (Perizinan, Persiapan Kegiatan, Pelaksanaan Kegiatan, Evaluasi Kegiatan)

- a. Persiapan

- 1) Menyiapkan materi yang berisi materi penyuluhan tentang kesiapan menghadapi menarche
 - 2) Menyiapkan formulir kesediaan sebagai peserta.
 - 3) Berkoordinasi dengan pihak sekolah terkait izin dan waktu pelaksanaan pengabdian masyarakat.

- b. Pelaksanaan (Pre Test, Implementasi, Post Test)

- 1) Pre Test

- a. Pengambilan data dilakukan secara langsung pada siswi SDN 87 Palembang
 - b. Penyuluh memberikan salam dan melakukan BHSP (Bina Hubungan Saling Percaya kepada para responden dengan menjelaskan maksud dan tujuan dari kegiatan ini.
 - c. Penyuluh membagikan kuisioner kepada para siswi dan menjelaskan tata cara

pengisian kuisioner kepada para siswi untuk mengetahui pengetahuan remaja puteri tentang pencegahan anemia

- d. Penyuluh membagikan kuisioner dilakukan selama 30 menit merujuk penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Darmala, 2018) yang bertujuan untuk menjelaskan pertanyaan yang kurang jelas

2) Implementasi

- a. Kegiatan penyuluhan dilakukan pada tanggal 12 Februari 2025 pukul 10.00 s.d 11.30 di SD Negeri 87 Palembang. Sebelum melakukan penyuluhan, pemateri memperkenalkan diri terlebih dahulu,
- b. Setelah dilakukan *pretest* penyuluh baru melakukan intervensi berupa pendidikan kesehatan melalui media video yang telah disiapkan oleh penyuluh (Handayani, 2018).
- e. Memberikan kesempatan kepada responden untuk bertanya tentang kesiapan menghadapi menstruasi pada remaja putri.
- f. Setelah diberikan penyuluhan, penyuluh mengukur dengan cara memberikan lembar kuesioner (*posttest*)
- g. Penutup, dengan menjelaskan kegiatan *posttest* yang akan dilakukan dalam 1 minggu kemudian mengucapkan salam dan terima kasih

3) Post Test

Pada evaluasi pemateri membuka sesi tanya jawab kepada peserta terkait materi yang telah dijelaskan sebelumnya.

Hasil Penilaian Terkait Pengabdian Masyarakat (Hasil berupa narasi dr kegiatan pengabdian, ketercapaian hasil dari pengabdian serta memasukkan dokumentasi kegiatan pengabmas)

Dari 24 responden di dapatkan remaja belum mengetahui pencegahan anemia pada remaja dengan rerata 31,3, setelah diberikan penyuluhan siswi diberikan evaluasi berupa pertanyaan, dan 32,5 pengetahuan siswi meningkat. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi setelah melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu, penginderaan ini terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman rasa dan raba (Notoadmojo, 2015). Faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah pendidikan kesehatan karena makin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah untuk menerima dan mencerna informasi. Faktor lain yang mempengaruhi juga seperti pengalaman, sumber informasi dan sosial budaya. Faktor sosial budaya berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan pada

individu. Hal tersebut terjadi karena adanya interaksi sosial timbal balik ataupun tidak yang akan direspon saat mendapatkan informasi sebagai pengetahuan oleh setiap individu. Semakin banyak informasi yang diterima semakin banyak pula pengetahuan yang didapat (Rumiyandini et al., 2021)

Pengetahuan didefinisikan sebagai keahlian dan keterampilan yang diperoleh seseorang melalui pengalaman dan pendidikan, dengan memahami suatu subjek. Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang mempersepsikan terhadap suatu objek tertentu. Persepsi ini terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Pengertian pengetahuan mencakup segala kegiatan dengan cara dan sarana yang digunakan maupun segala hasil yang diperolehnya. Pada hakikatnya pengetahuan merupakan segenap hasil dari kegiatan mengetahui berkenaan dengan sesuatu obyek (Octaviana & Reza, 2021).

Menstruasi pertama yang dialami saat masa pubertas pada usia 10 tahun, namun bisa juga lebih cepat atau lebih lambat. Menstruasi adalah luruhnya dinding rahim yang terjadi secara periodik (Ilham et al., 2022). Menurut Indarsita et al., (2021) kesiapan dalam menghadapi menstruasi pertama adalah keadaan dimana yang menunjukkan seorang bersikap atau berperilaku cenderung positif dan siap untuk mencapai kematangan fisik yang dimulai dengan datangnya menstruasi pertama, dengan pemahaman tentang menstruasi sehingga seorang bisa menerima menstruasi pertama sebagai suatu proses yang normal.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Hanifa & Dewi (2023) yang berjudul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche" dengan jumlah 56 responden didapatkan nilai mean 10.34. Salah satu faktor yang mempengaruhi yaitu pendidikan. Kurangnya pendidikan kesehatan tentang menstruasi mengakibatkan kurangnya pengetahuan, sehingga informasi-informasi tentang menstruasi belum maksimal.

Pengetahuan remaja tentang menstruasi mengalami perubahan yang signifikan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media *video animasi*. Menurut asumsi peneliti, peningkatan pengetahuan remaja salah satunya didukung oleh penggunaan media *video animasi* sesuai dengan materi yang disampaikan serta penyajian poin-poin materi di dalam kuesioner dan responden memahami apa yang disampaikan oleh peneliti. Media *video animasi* dapat berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang menstruasi. Kegiatan penyuluhan selesai, di akhiri berfoto bersama sebagai dokumentasi telah mengikuti kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan



Gambar 1. Proses Pengisian lembar kuisisioner sebelum dan sesudah dilakukan edukasi pengetahuan remaja tentang pencegahan kegawatdaruratan anemia pada remaja



Gambar 2. Pelaksanaan implementasi penyuluhan pencegahan anemia

IV. KESIMPULAN

Dari hasil pendidikan kesehatan yang telah dilakukan remaja didapatkan bahwa nilai rata-rata pengetahuan siswi sebelum diberikan pendidikan kesehatan belum mengetahui tentang kesiapan menghadapi menstruasi dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan remaja mengetahui menstruasi dalam mencegah kegawatdaruratan anemia pada remaja putri. Ada peningkatan pengetahuan remaja setelah diberikan penyuluhan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Ahmad Dahlan Palembang yang telah memberikan dukungan secara materi maupun moril kepada pengabdian sehingga pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, F. I., Kadir, S., & Abudi, R. (2022). Relationship between body mass index (BMI) and age of menarche in adolescent girls at mts negeri 3 gorontalo regency. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 6(3), 272–283. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v6i3.16117>
- Ayu A, D., & Prodalima Sinulingga. (2020). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 6(2), 123–127. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v6i2.405>
- Deade, F. M., Ernita, L., & Nugrahmi, M. A. (2022). Gambaran Tingkat Pengetahuan terhadap Kesiapan Remaja Putri Pra-Pubertas dalam Menghadapi Menarche Di Panti Asuhan Aisyiyah Bukittinggi Tahun 2021. *Jurnal Ners*, 6(1), 67–74.
- Darmala, E. (2018). HUBUGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI DENGAN KEJADIAN FLOUR ALBUS PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 4 KURANJI KECAMATAN GUGUAK, KABUPATEN 50 KOTA TAHUN 2018. *Bitkom Research*, 63(2), 1–3.
- Ernika Wenda, & Srinalesti Mahanani. (2019). Gambaran Gejala Menstruasi Pada Remaja Putri. *Jurnal STIKES RS.Baptis Kediri*, 11, 1–12.
- Handayani, S. (2018). Penerapan Media Video Pembelajaran Pada Kompetensi Dasar Membuat Pola Rok Secara Konstruksi Di Kelas X Tata Busana 3 SMK Negeri 6 Surabaya. *E-Journal Universitas Negeri Surabaya*, 07, 18–21.
- Hanifa, F., & Dewi, S. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche. *Proceedings Series on Health & Medical Sciences*, 4(2018), 91–94. <https://doi.org/10.30595/pshms.v4i.563>
- Hanifah, R., Oktavia, N. S., & Nelwatri, H. (2021). Perbedaan Efektifitas Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Animasi Dan Power Point Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(2), 74–81. <https://doi.org/10.36984/jkm.v4i2.232>
- Heri, I. (2023). ANALISIS PENDIDIKAN KESEHATAN SEKOLAH. *Jurnal Kependidikan*, 4(1), 88–100.
- Ilham, M. A., Islamy, N., Hamidi, S., & Sari, R. D. P. (2022). Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja : Literature Review. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), 185–192.
- Ilmiawati, H., & Kuntoro, K. (2017). Pengetahuan Personal Hygiene Remaja Putri pada Kasus Keputihan. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 5(1), 43. <https://doi.org/10.20473/jbk.v5i1.2016.43-51>
- Indarsita, D., Purba, Y., Keperawatan, J., & Medan`abstrak, P. K. (2021). Pengetahuan Dan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Ilmiah PANMED*, 12(064023), 183–188.
- Melisa, A. D., & Fadlan, M. N. (2023). Pengembangan Video Animasi Berbantuan Doratoon pada Tema Makanan Sehat di Kelas V Sekolah Dasar. *EDUKASIA: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(2), 901–908.
- Notoadmojo, S. (2015). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Octaviana, D. R., & Ramadhani, R. A. (2021). Hakikat manusia: Pengetahuan (Knowledge), Ilmu Pengetahuan (Sains), Filsafat Dan Agama. *Jurnal Tawadhu*, 5(1(22)), 1–17. <https://doi.org/10.25587/svf.2021.22.1.007>
- Puspitaningrum, D. (2012). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Praktik Perawatan Organ Genitalia Eksternal Pada Anak Usia 10-11 Tahun Yang Mengalami Menarche Dini Di Sekolah Dasar Kota Semarang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Putri, I. I. A., Romantika, I. W., & Tahiruddin. (2021). Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri yang Mengalami Menarche di SMPN 1 Sawa. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 01(July), 61–70.
- Putri, M., & Nora, R. (2022). Pendidikan Kesehatan Tentang Pencegahan Kekerasan Seksual Pada Remaja. *Jurnal Salingka Abdimas*, 2(2), 158–162. <https://doi.org/10.31869/jsam.v2i2.3888>
- Rahayu, A., Syahadatinna, D., Yulidasari, F., Rahman, F., & Putri, A. O. (2017). Kesehatan Reproduksi Remaja & Lansia. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).

- Rumiyandini, A. D., Faizah, Z., & Irwanto, I. (2021). Knowledge Related To Students Readiness To Face Menarche At Sdn Kaliurip Purworejo. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 5(2), 116–126. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v5i2.2021.116-126>
- Sri Emilda. (2021). ANALISIS KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 11(21), 93–101. <https://doi.org/10.52047/jkp.v11i21.104>
- Susanti, D., & Lutfiyati, A. (2020). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 11(2), 166–172. <https://doi.org/10.55426/jksi.v11i2.119>
- Thifalia, N., & Susanti, S. (2021). Produksi Konten Visual Dan Audiovisual Media Sosial Lembaga Sensor Film. *Jurnal Common*, 5(1), 39–55. <https://doi.org/10.34010/common.v5i1.4799>
- World Health Organization (WHO), UNFPA, World Bank Group, U. N. P. D. (2024). *Adolescent health*.
- Yuningsih, Y., & Perbawati, D. (2022). Hubungan Jenis Kelamin terhadap Kejadian Stunting. *Jurnal MID-Z (Midwifery Zigot) Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(1), 48–53. <https://doi.org/10.56013/jurnalmidz.v5i1.1365>