

PENGARUH VIDEO EDUKASI TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA TENTANG *PERSONAL HYGIENE* PADA SAAT MENSTRUASI DI MTS BUSTANUL ULUM PEKANBARU

Ismah^{1*}, Destria Efliani², Tengku Isni Yuli Lestari Putri³, Suci Amin⁴

S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah^{1,2,3,4}

*Corresponding Author : ismah7930@gmail.com

ABSTRAK

Menstruasi merupakan proses fisiologis pada remaja putri yang memerlukan penerapan *personal hygiene* yang baik untuk mencegah gangguan kesehatan reproduksi, namun kenyataannya masih banyak remaja yang memiliki pengetahuan rendah akibat kurangnya edukasi kesehatan yang efektif dan menarik. Masalah utama yang ditemukan adalah rendahnya pemahaman remaja mengenai praktik *personal hygiene* saat menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian video edukasi terhadap pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi di MTS Bustanul Ulum Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif pre-eksperimen dengan pendekatan *One Group Pretest–Posttest*. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas VII yang berjumlah 70 orang, dengan jumlah sampel ditentukan menggunakan metode total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner berisi 15 pernyataan benar–salah. Data dikumpulkan melalui pengisian *pretest* sebelum intervensi dan *posttest* setelah pemberian video edukasi. Analisis data dilakukan secara univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah intervensi, serta secara bivariat menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian video edukasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja setelah diberikan video edukasi, dengan hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah video edukasi berpengaruh signifikan dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi dan dapat digunakan sebagai media edukasi kesehatan yang efektif serta mudah diterapkan di lingkungan sekolah.

Kata kunci : kuesioner, menstruasi, pengetahuan remaja, *personal hygiene*, pretest-posttest, video edukasi

ABSTRACT

Menstruation is a physiological process experienced by adolescent girls that requires proper personal hygiene practices to prevent reproductive health problems; however, in reality, many adolescents still have inadequate knowledge due to the lack of effective and engaging health education. This study aimed to examine the effect of educational video interventions on adolescents' knowledge of personal hygiene during menstruation at MTS Bustanul Ulum Pekanbaru. The study employed a quantitative pre-experimental design using a One Group Pretest–Posttest approach. The research population consisted of all seventh-grade female students, totaling 70 participants, who were selected using a total sampling technique. Data were collected using a questionnaire containing 15 true–false statements. Knowledge levels were measured through a pretest administered before the intervention and a posttest conducted after the educational video was presented. Data analysis included univariate analysis to describe the distribution of respondents' knowledge levels before and after the intervention, as well as bivariate analysis using the Wilcoxon Signed Rank Test to assess differences in knowledge scores. The results demonstrated a significant increase in adolescents' knowledge following the educational video intervention, with a statistical p -value of 0.000 ($p < 0.05$). In conclusion, educational videos have a significant positive effect on improving adolescents' knowledge of personal hygiene during menstruation and can be utilized as an effective and practical health education medium in school settings.

Keywords : educational video, adolescent knowledge, personal hygiene, menstruation, questionnaire, pretest-posttest

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan tahap peralihan yang krusial antara masa anak-anak dan kedewasaan. Pada fase ini, seseorang mulai mengalami berbagai perubahan besar, baik dalam aspek fisik, cara berpikir, maupun perkembangan sosial dan emosinya. Secara fisik, remaja mengalami pertumbuhan tubuh serta perubahan hormonal yang memengaruhi penampilan dan kondisi kesehatan. Di sisi kognitif, mereka mulai mengembangkan kemampuan berpikir yang lebih abstrak dan kritis, yang memungkinkan pemahaman yang lebih kompleks terhadap dunia. Sementara itu, dalam aspek sosioemosional, remaja berusaha membentuk identitas diri dan menjalin hubungan sosial yang lebih mendalam. Masa remaja umumnya dikelompokkan ke dalam tiga fase perkembangan: tahap awal, pertengahan, dan akhir. Setiap fase memiliki ciri khas serta tuntutan perkembangan yang berbeda-beda sesuai dengan perubahan yang dialami individu (Rahmawati et al., 2023).

Berdasarkan definisi *World Health Organization* (WHO), remaja adalah individu berusia antara 10 hingga 24 tahun yang belum menikah. Menurut Sensus Penduduk 2022, sekitar 21,463 juta penduduk Indonesia berada pada rentang usia 10–19 tahun. Secara global, jumlah remaja diperkirakan mencapai 1,2 miliar orang, atau sekitar 18% dari total populasi dunia (WHO, 2022). Menstruasi adalah proses keluarnya darah melalui vagina sebagai bagian dari siklus biologis bulanan yang terjadi secara alami pada tubuh perempuan. Siklus ini merupakan mekanisme sistem reproduksi dalam mempersiapkan kemungkinan terjadinya kehamilan (Astuty, 2020). Kebersihan vulva adalah upaya menjaga kesehatan dan kebersihan area genital luar guna mencegah infeksi. Praktik ini meliputi pembersihan area genital dari arah vagina menuju anus menggunakan air bersih tanpa antiseptik, kemudian dikeringkan dengan handuk pribadi atau tisu kering. Selain itu, dianjurkan untuk mencuci tangan sebelum membersihkan area genital, mengganti pembalut secara teratur sekitar 4–5 kali sehari atau segera setelah pembalut penuh serta mengganti pembalut setiap kali setelah buang air besar (Susan et al., 2024).

Menurut Riskesdas (2019), usia rata-rata menarche pada remaja putri di Indonesia berkisar antara 10 hingga 19 tahun. Selain itu, data statistik tahun 2022 menunjukkan bahwa dari sekitar 43,3 juta remaja putri di Indonesia, kelompok usia 10–14 tahun masih banyak yang memiliki kebiasaan *personal hygiene* yang belum optimal (Riskesdas, 2018). Praktik kebersihan selama menstruasi dipengaruhi oleh sejumlah faktor, antara lain lingkungan tempat tinggal, kondisi sosial ekonomi, serta tingkat pengetahuan individu. Selain itu, pemilihan dan penggunaan pembalut juga merupakan aspek yang perlu mendapatkan perhatian khusus, mengingat pembuluh darah dalam rahim rentan terhadap infeksi selama periode ini. Demi menjaga kesehatan, sebaiknya pembalut diganti sekitar empat hingga lima kali sehari (Juliati, 2024). *Personal hygiene* mengacu pada praktik yang menjaga kebersihan dan kesehatan individu, berkontribusi pada kesejahteraan fisik dan mental. Salah satu masalah fisik umum yang timbul dari kebersihan pribadi yang buruk adalah peningkatan risiko infeksi saluran kemih (ISK). Selama menstruasi, darah dan keringat dapat menumpuk di vulva, yang menyebabkan area genital yang lembab. Jika wanita tidak mematuhi praktik kebersihan yang tepat selama waktu ini, itu dapat mengakibatkan kelembaban yang berlebihan. Lingkungan ini dapat mendorong pertumbuhan jamur dan bakteri di area genital, yang menyebabkan ketidaknyamanan, gatal, dan potensi infeksi (Rahayu, 2022).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) paling sering dialami oleh remaja, dengan angka kejadian sekitar 35%–42%. Sementara itu, pada kelompok dewasa muda, kasusnya berada di kisaran 27%–33%. Pada remaja sendiri, jenis ISR yang paling banyak ditemukan adalah kandidiasis, dengan prevalensi sekitar 25%–50% yang dipengaruhi oleh faktor seperti daya tahan tubuh yang rendah, kebersihan Menstruasi yang tidak dikelola dengan baik, serta penggunaan pembalut yang tidak sehat dapat

meningkatkan risiko terjadinya ISR. Selain itu, vaginosis bakterial memiliki angka kejadian sekitar 20%–40%, sementara trikomoniasis dilaporkan terjadi pada 5%–15% kasus (Rezeki et al., 2024). Prevalensi kanker serviks di kawasan Asia Tenggara mencapai 188.000 kasus baru, dengan jumlah kematian sekitar 102.000 kasus. Pada tahun 2020, jumlah perempuan yang menjalani skrining jumlah pemeriksaan IVA mencapai lebih dari 550 ribu orang (575.503 orang), dan hasil positif ditemukan pada lebih dari 25 ribu kasus (25.805 orang), atau sekitar 4,5%. Selain itu, terdapat 666 kasus suspek kanker leher rahim, atau setara dengan 1,2 per 1.000 perempuan, yang menunjukkan dari setiap 1.000 perempuan terdapat satu orang yang terindikasi sebagai suspek kanker serviks (Ninta, 2023).

Berdasarkan laporan *Global Cancer Observatory* tahun 2020, di Indonesia tercatat sedikitnya 36.633 kasus baru kanker serviks (Kemenkes RI, 2020). Selain itu, data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa sekitar 5,2 juta remaja putri mengalami keluhan pascamenstruasi disebabkan oleh kurangnya kebersihan, yang dikenal sebagai pruritus vulvae, ditandai dengan rasa gatal pada area genital. Di samping itu, data statistik nasional mencatat bahwa dari total 69,4 juta remaja, sekitar 63 juta di antaranya menunjukkan perilaku higiene yang sangat kurang, termasuk minimnya perhatian terhadap perawatan (Lestari, 2024). Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Provinsi Riau Tahun 2019, tercatat sebanyak 471 kasus positif kanker leher rahim (1,1%) dari total 44.248 Perempuan usia 30–50 tahun yang mengikuti pemeriksaan deteksi dini menunjukkan bahwa hasil IVA positif paling tinggi terdapat di tiga daerah di Provinsi Riau, yaitu Kota Dumai sebesar 10,7%, kemudian Kota Pekanbaru 4,9%, dan Kabupaten Kuantan Singingi 4,3% (Dinkes Riau, 2019). Selain itu, Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru tahun 2022, sebanyak 928 remaja mengalami gangguan kesehatan reproduksi, dengan 195 remaja putri di antaranya mengalami masalah yang berkaitan dengan menstruasi (Yanti et al., 2024).

Untuk meningkatkan pengetahuan serta kesadaran remaja mengenai permasalahan kesehatan reproduksi, diperlukan pelaksanaan sosialisasi, pelatihan, dan demonstrasi mengenai cara membersihkan serta menjaga area genital secara terus-menerus dan berkesinambungan (Aristyasari et al., 2021). Video adalah media pembelajaran berbasis digital yang sesuai dengan kebutuhan abad ke-21. Video menyampaikan pesan atau informasi melalui gambar-gambar bergerak yang dapat dilihat dan didengar, dan merupakan salah satu cara guru dapat mengembangkan media pembelajaran yang menunjang pembelajaran. Diharapkan bahwa media video dapat berdampak dan memiliki nilai pendidikan, seperti mengajarkan siswa untuk berpikir kritis dan memberikan pengalaman yang menarik, serta memperluas dan mengembangkan pemikiran siswa (Tama, 2022). Penyuluhan kesehatan melalui media video terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap peserta secara signifikan, yang ditunjukkan dengan peningkatan rata-rata pengetahuan dari 68,75 menjadi 88,59 serta sikap dari 51,19 menjadi 66,97, dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ pada kedua variabel, sehingga menunjukkan adanya peningkatan yang bermakna (Herlinadiyaningsih, 2022).

Penyuluhan kesehatan melalui media video mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap peserta secara signifikan, yang ditunjukkan oleh peningkatan rata-rata pengetahuan dari 68,75 menjadi 88,59 serta sikap dari 51,19 menjadi 66,97, dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ pada kedua variabel (Herlinadiyaningsih, 2022). Penggunaan media video dalam penyuluhan kesehatan juga terbukti efektif dalam memperbaiki perilaku *personal hygiene* selama menstruasi, yang ditandai dengan peningkatan tingkat pengetahuan dari 35,3% menjadi 73,5%, sikap positif dari 38,2% menjadi 64,7%, serta praktik *personal hygiene* yang baik dari 26,5% menjadi 58,8%, dengan seluruh variabel menunjukkan nilai $p < 0,05$ (Handayani et al., 2020). Hasil studi pendahuluan di MTS Bustanul Ulum Pekanbaru pada 23 Januari 2024 menunjukkan bahwa tingkat pemahaman remaja putri mengenai *personal hygiene* selama menstruasi masih tergolong rendah. Peneliti melakukan wawancara menggunakan kuesioner berisi 15 pertanyaan pada 21 remaja putri, dan hanya 7 di antaranya yang memiliki pengetahuan tentang *personal*

hygiene saat menstruasi, dengan 3 orang dikategorikan memiliki pengetahuan baik, 4 orang di kategorikan cukup, sementara 14 orang lainnya responden menyatakan bahwa mereka belum memahami konsep *personal hygiene* dan belum pernah menerima edukasi terkait, sehingga termasuk dalam kategori kurang.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian video edukasi terhadap tingkat pengetahuan remaja putri mengenai *personal hygiene* selama menstruasi di MTS Bustanul Ulum Pekanbaru pada Tahun 2024.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *pre-eksperimen* menggunakan pendekatan *One Group Pretest–Posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII di MTS Bustanul Ulum Pekanbaru yang berjumlah 70 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode total sampling, sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Penelitian dilaksanakan di MTS Bustanul Ulum Pekanbaru pada bulan Juni 2025. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner yang terdiri dari 15 pernyataan benar–salah untuk mengukur tingkat pengetahuan remaja mengenai *personal hygiene* saat menstruasi. Pengumpulan data dilakukan melalui pretest sebelum pemberian video edukasi dan posttest setelah intervensi video edukasi diberikan. Analisis data dilakukan secara univariat untuk mengetahui distribusi tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah intervensi, serta secara bivariat untuk menganalisis perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan *uji Wilcoxon Signed Rank Test*.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pengetahuan Tentang *Personal Higyene* Sebelum Dilakukan Intervensi Video Edukasi (Pretest)

No	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase%
1	Baik	29	41,4
2	Cukup	37	52,9
3	Kurang	4	5,7
	Total	70	100,0

Berdasarkan tabel 1 distribusi tingkat pengetahuan remaja putri sebelum menerima video edukasi (pretest) dari 70 responden menunjukkan bahwa sebagian besar berada pada kategori pengetahuan cukup, yaitu 37 orang (52,9%).

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pengetahuan Tentang *Personal Higyene* Sesudah Dilakukan Intervensi Video Edukasi (Postest)

No	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase%
1	Baik	69	98,6
2	Cukup	1	1,4
3	Kurang	0	
	Total	70	100,0

Berdasarkan tabel 2, setelah diberikan intervensi berupa video edukasi, distribusi tingkat pengetahuan remaja putri menunjukkan bahwa sebagian besar responden termasuk dalam kategori pengetahuan baik, yakni 69 dari 70 responden (98,6%).

Analisis Bivariat

Tabel 3. Analisis Bivariat

Ranks	N	Mean Rank	Sum of Ranks	Z	p-value
Negative Ranks (Posttest < Pretest)	0	0,00	0,00		
Positive Ranks (Posttest > Pretest)	65	33,00	2145,00	-7,056	0,000
Ties (Posttest = Pretest)	5	-	-		
Total	70	-	-		

Dari hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* pada tabel 3, sebanyak 65 responden menunjukkan peningkatan skor, sementara 5 responden mempertahankan skor yang sama antara *pretest* dan *posttest*. Nilai $Z = -7,056$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) memperlihatkan adanya pengaruh yang tinggi antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan. Dengan demikian, di rangkum bahwa ketika di berikan video edukasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* selama menstruasi di MTs Bustanul Ulum Pekanbaru.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian ini sebelum di beri intervensi berupa video edukasi, sebagian besar remaja termasuk dalam kategori pengetahuan cukup, yakni 37 responden (52,9%), kategori baik sebanyak 29 responden (41,4%), dan kategori kurang 4 responden (5,7%). Meskipun remaja sudah mempunyai pengetahuan dasar tentang *personal hygiene* saat menstruasi, banyak antaranya yang belum memahami secara menyeluruh cara menjaga kebersihan diri selama menstruasi. Kemudian sesudah diberikan intervensi berupa video edukasi, hampir seluruh responden memiliki tingkat pengetahuan baik (98,6%), dan hanya 1,4% berada pada kategori cukup, sementara tidak ada yang masuk kategori pengetahuan kurang. Temuan ini menegaskan bahwa media video edukasi terbukti efektif dan memberikan pengaruh signifikan dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang *personal hygiene* selama menstruasi. Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai $Z = -7,056$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$), memperlihatkan pemberian video berdampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Dari total responden, 65 orang menunjukkan peningkatan skor, 5 orang tidak mengalami perubahan.

Peningkatan pengetahuan tersebut dapat dijelaskan melalui keunggulan media video sebagai sarana penyampaian informasi. Video memungkinkan materi disajikan secara visual dan audio secara bersamaan, sehingga informasi lebih mudah dipahami dan diingat. Penggunaan gambar, animasi, narasi, serta contoh kasus dalam video membantu memperjelas konsep *personal hygiene* selama menstruasi dan meningkatkan daya tarik pembelajaran (Daffa, 2023). Selain itu, video edukasi juga memungkinkan siswa untuk belajar secara mandiri dan fleksibel. Dengan akses mudah ke video melalui perangkat elektronik, siswa dapat belajar kapan saja dan di mana saja sesuai dengan kebutuhan mereka. Mereka dapat mengulang bagian yang sulit dipahami, memutar ulang video, atau menghentikan video untuk mengikuti ritme belajar mereka sendiri. Fleksibilitas ini memungkinkan siswa mengatur pembelajaran sesuai dengan preferensi dan kecepatan belajar mereka (Arikhman, 2022).

Hasil penelitian ini searah dengan penelitian (Musthofa, 2023) yang juga menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah pemberian video edukasi. Penelitian tersebut mencatat nilai $p = 0,003$ ($p < 0,05$), edukasi menggunakan video berhasil memberikan peningkatan pengetahuan yang signifikan pada responden. Kesamaan temuan ini menegaskan bahwa intervensi berbasis video secara konsisten efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja di berbagai studi. Hasil penelitian ini juga searah dengan penelitian (Tareza, 2024) yang juga menunjukkan pertumbuhan sains secara signifikan remaja diberikan edukasi melalui

media video. Penelitian tersebut mencatat nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$), yang menegaskan intervensi dengan video edukasi efektif dalam meningkatkan pemahaman responden. Kesesuaian hasil ini menegaskan bahwa media video merupakan sarana edukasi yang ampuh karena mampu menyampaikan informasi secara akurat.

Peneliti berasumsi bahwa pemberian video edukasi memiliki pengaruh signifikan dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Hal ini karena video mampu menyajikan informasi secara jelas, menarik, dan visual, termasuk melalui gambar, animasi, narasi, dan contoh kasus yang mempermudah pemahaman materi. Video juga memungkinkan siswa belajar secara mandiri dan fleksibel, sehingga mereka dapat mengulang bagian yang sulit dipahami sesuai kecepatan belajar masing-masing. Dengan kombinasi keunggulan visual, audio, dan fleksibilitas belajar, peneliti mengasumsikan bahwa media video lebih efektif dibandingkan metode pembelajaran konvensional dalam meningkatkan pemahaman remaja, sebagaimana ditunjukkan oleh peningkatan skor pengetahuan sebagian besar responden setelah intervensi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian Pengaruh Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang *Personal hygiene* Selama Menstruasi di MTS Bustanul Ulum Pekanbaru dapat disimpulkan bahwa penelitian ini berhasil menjawab tujuan utama dengan membuktikan adanya peningkatan pengetahuan remaja putri dari 41,4% kategori baik sebelum intervensi menjadi 98,6% setelah pemberian video edukasi, serta melalui hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* ($Z = -7,056$; $p = 0,000 < 0,05$) menunjukkan bahwa video edukasi memberikan pengaruh yang signifikan dan efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja mengenai *personal hygiene* selama menstruasi, sehingga media video dapat dijadikan sebagai alternatif pembelajaran kesehatan reproduksi yang aplikatif dan relevan untuk diterapkan secara berkelanjutan di lingkungan sekolah.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada dosen pembimbing atas bimbingan dan arahnya selama proses penelitian. Ucapan terimakasih juga disampaikan kepada pihak institusi yang telah memberikan izin dan dukungan sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Herlinadiyaningsih, H., & Arisani, G. (2022). Efektivitas media video dan leaflet terhadap tingkat pengetahuan dan sikap tentang menstrual hygiene di MA Darul Ulum Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 8(2), 193–207.
- Hako, S., Kadir, L., & Ahmad, Z. F. (2022). Perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi di SMKN 1 Bulango Selatan Kabupaten Bone Bolango tahun 2022. *Madu: Jurnal Kesehatan*, 11(1), 34–45.
- Juliati, J., Pramana, C., & Isabella, C. M. (2024). Edukasi *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi di STIKes Darussalam Lhokseumawe. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 2(4), 96–100.
- Kamaruddin, M., Sunarti, S., Basniati, A., & Sulastri, A. (2024). Pengaruh pendidikan kesehatan melalui media video dan alat peraga terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 15 Makassar. *Jurnal JKFT*, 9(1), 62–66.

- Lestari, R., Realita, F., & Rosyidah, H. (2024). Hubungan tingkat pengetahuan *personal hygiene* terhadap perilaku *personal hygiene* remaja saat menstruasi: Literature review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(4), 831–840.
- Lisa, L. H., & Kurnaesih, E. (2020). Pengaruh edukasi melalui media video dan leaflet terhadap perilaku *personal hygiene* pada masa menstruasi remaja di SMPN 2 Toili Kecamatan Mailong Kabupaten Banggai. *Journal of Aafiyah Health Research (JAHR)*, 1(1), 19–27.
- Musthofa, D. D., & Yati, D. (2023). Pengaruh video edukasi terhadap pengetahuan remaja tentang dampak pernikahan dini di SMAN 1 Panggang. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 7–13.
- Ninta, S., Rezeki, S., & Siregar, A. E. (2023). Hubungan pengetahuan remaja putri dengan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 1 Pematangsiantar tahun 2023. *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Gizi*, 1(4), 52–62.
- Nurjanah, R. A. W. (2023). Edukasi menstrual hygiene sebagai upaya preventif gangguan kesehatan reproduksi pada remaja putri. *Journal of Midwifery in Community (JMC)*, 1(1), 5–10.
- Rahayu, A. W. D., & Lutfiyati, A. (2022). Pengetahuan berhubungan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 3 Tempel Sleman. *Jurnal Indonesia Sehat*, 1(1), 15–20.
- Rahmawati, S., & Yusuf, A. (2023). Peranan teori belajar psikoanalisa dalam pembentukan karakter remaja. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(19), 769–778.
- Rezeki, S., Siregar, E. P., Ginting, A. B., Siregar, A. E., & Purnamasari, E. (2024). Edukasi *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja di Desa Bangun Rejo Kecamatan Tanjung Morawa tahun 2024. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia Sejahtera*, 3(4), 121–128.
- Safitri, U. N., Roza, N., & Philip, R. L. (2024). Hubungan perilaku *personal hygiene* dengan kejadian keputihan pada remaja putri di SMA 12 Kelurahan Tanjung Uma wilayah kerja Puskesmas Lubuk Baja Kota Batam tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Unggul Gemilang*, 8(9).
- Salihah, K. A., Palupi, R., & Putri, R. H. (2024). Pengaruh edukasi audiovisual tentang menarche terhadap pengetahuan dan kesiapan menghadapi menarche di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan. *Health Research Journal of Indonesia*, 2(6), 337–346.
- Susan, Y., & Oktiany, T. (2024). Pelaksanaan vulva hygiene saat menstruasi pada remaja. *MEJORA Medical Journal Awatara*, 2(1), 32–36.
- Tama, N. S. (2022). Analisis kebutuhan siswa terhadap media video animasi dalam pembelajaran matematika. *Aksioma: Jurnal Matematika dan Pendidikan Matematika*, 13(2), 315–324.
- Yanti, S. O., & Safitri, Y. (2024). Hubungan pendidikan kesehatan menggunakan e-leaflet tentang menstruasi terhadap pengetahuan dan sikap menstrual hygiene pada remaja putri di SMPN 8 Pekanbaru. *Zona Kebidanan*, 15(1).