

Pengaruh Edukasi Berbasis Internet (Online) terhadap Pengetahuan Menjaga Kebersihan Organ Kewanitaan Saat Menstruasi Pada Siswi di MTs Al-Hilaal Morella Tahun 2021

Khairani Alfiah Ulath¹, Suryanti Tukiman², Hamka^{3*}, Epi Dusra⁴, M. Dahlan Selly⁵

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKes Maluku Husada, Ambon, Indonesia

²Program Studi Farmasi, STIKes Maluku Husada, Ambon, Indonesia

*Koresponden: Suryanti Tukiman, santi.fkmuh@gmail.com; Jl. Lintas Seram Kairatu, Indonesia

Submitted: Maret 6, 2024 -Revised: April 7, 2024 -Accepted: Mei 6, 2024

ABSTRACT

The reproductive system is an important component of body systems, although it does not play a role in homeostasis and is essential for a person's life. In humans, reproduction takes place sexually. Human reproductive organs are different between men and women. Feminine hygiene is an act or method of individual care to maintain cleanliness and maintain the health of their reproductive organs in an effort to achieve physical and psychological well-being. Maintaining the health of reproductive organs begins with maintaining personal hygiene, including vaginal hygiene, which aims to keep the vagina clean, normal, healthy and avoid the possibility of disease. This study aims to determine the knowledge of internet-based education (online) in maintaining the cleanliness of the female organs during menstruation in female students before and after being given education at MTs Al-Hilaal Morella. This research is expected to be empirical evidence regarding the relationship between internet-based education and knowledge of maintaining the cleanliness of the female organs during menstruation in female students. In this study, the researcher conducted a quantitative research using the pre-experimental design method, type one group pretest- posttest (single group initial test and final test). The sample in this study used a saturated sample where all the population was used as a sample because the respondents were <100, so the sample and population were 62 people. The group was given a pretest and posttest. This study showed an increase in knowledge after giving education. $t = 12,495$ with a significant p value of 0.000 with a mean value before intervention of 5.85 and 8.06 after intervention.

Keywords: Interne, Knowledge; Menstruation

ABSTRAK

Sistem reproduksi merupakan salah satu komponen sistem tubuh yang penting meskipun tidak berperan dalam homeostasis dan esensial bagi kehidupan seseorang. Pada manusia, reproduksi berlangsung secara seksual. Organ reproduksi yang dimiliki manusia berbeda antara pria dan wanita. Kebersihan organ kewanitaan merupakan suatu tindakan atau cara perawatan individu untuk memelihara kebersihan dan menjaga kesehatan organ reproduksinya dalam upaya mencapai kesejahteraan fisik dan psikisnya. Menjaga kesehatan organ reproduksi berawal dari menjaga kebersihan diri, termasuk kebersihan vagina yang bertujuan agar vagina tetap bersih, normal, sehat dan terhindar dari kemungkinan muncul adanya penyakit. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan edukasi berbasis internet (online) dalam menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi pada siswi sebelum dan sesudah diberikan edukasi di MTs Al-Hilaal Morella. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bukti empiris mengenai hubungan antara edukasi berbasis internet dengan pengetahuan menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi pada siswi. Pada penelitian ini, peneliti melakukan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode pre- experimental design tipe one group pretest-posttest (tes awal tes akhir kelompok tunggal). Sampel dalam penelitian ini menggunakan sampel jenuh di mana semua populasi dijadikan sebagai sampel karena responden <100, jadi sampel dan populasi berjumlah 62 orang. Kelompok diberikan pretest dan posttest. Penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah pemberian edukasi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan nilai $t = 12,495$ dengan signifikan p value 0,000 dengan nilai mean sebelum intervensi 5,85 dan 8,06 sesudah intervensi.

Kata kunci: Menstruasi; Pengetahuan; Internet

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa dimana remaja mengalami masa pubertas dan pematangan seksual dengan cepat karena perubahan hormon yang mempercepat pertumbuhan dan perkembangan baik fisik maupun sekunder⁽¹⁾. Menstruasi merupakan suatu proses berkala yang datang setiap 28 – 30 hari dengan siklus yang berbeda – beda (22 – 35 hari) dan terjadi sampai masa menopause,

kecuali terjadi kehamilan. Perempuan yang normal akan mengalami menstruasi pertama kali pada usia 12 atau 13 tahun ⁽²⁾

Pentingnya remaja putri belajar tentang kebersihan selama menstruasi akan memberikan dampak yang positif bagi kesehatan reproduksinya, karena kebiasaan baik yang dilakukan saat remaja akan bertahan sampai dewasa. Hal ini perlunya kesadaran pada remaja putri tentang kebersihan daerah kewanitaan saat menstruasi agar terhindar dari berbagai penyakit yang mengancam serta merugikan diri sendiri dan orang lain seperti infeksi saluran reproduksi ⁽³⁾

Organ kewanitaan sangat penting dipelihara kebersihannya termasuk memilih air cebok, pembalut dan cara memakainya, serta kekerapan menggantinya, kebersihan selama haid serta pakaian dalam yang digunakan harus bersih. Kebersihan organ genitalia sangat penting untuk dipelihara, bahkan sebaiknya sudah disadari sejak dini akan pentingnya menjaga kebersihan organ genitalia ⁽⁴⁾. Masalah yang timbul akibat organ genitalia yang kurang baik yaitu timbul beberapa penyakit kelamin seperti kanker serviks, keputihan, iritasi kulit genital, alergi, peradangan, saluran kemih, hal tersebut berkaitan dengan saluran kemih bawah wanita lebih pendek, sehingga kedudukannya lebih dekat dengan dunia luar serta dapat dengan mudah terpapar kuman dan bibit penyakit ⁽⁵⁾. Kuman tertentu dan dalam jumlah tertentu dapat menimbulkan peradangan yang mengakibatkan rasa sakit. Oleh karena itu, sangat penting untuk menjaga kebersihan vagina agar mencegah kuman-kuman tersebut masuk dalam alat kelamin dan saluran kencing wanita ⁽⁶⁾

Data survei yang dilakukan *World Health Organization (WHO)* di beberapa negara, remaja putri berusia 10-14 tahun mempunyai permasalahan terhadap reproduksinya ⁽⁷⁾. Data WHO tahun 2010, Angka Kejadian Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) tertinggi di dunia adalah pada usia remaja (35%-42%) dan dewasa muda (27%-33%), angka prevalensi candidiasis (25-50%), bacterial vaginosis (20-40%) dan trichomoniasis (5-15%) ⁽⁸⁾.

Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) dan Bappenas dikutip (Faridah et al, 2020) sebagian besar dari 63 juta jiwa remaja di Indonesia rentan berperilaku tidak sehat. Perilaku buruk dalam menjaga hygiene pada saat menstruasi dapat menjadi pencetus timbulnya Infeksi Saluran Reproduksi (ISR). Penyebab lainnya adalah lumut sclerosus (13%), alergi (10%), *Staphylococcus aureus* (9%), dan *Streptokokus grup A* (5%). Penyebab tertinggi dari kasus tersebut adalah jamur *candida albican* sebanyak 77% yang senang berkembangbiak dengan kelembapan tinggi seperti pada saat menstruasi ⁽⁹⁾

Pengambilan data awal diperoleh 180 siswa diantaranya laki-laki sebanyak 94 siswa dan perempuan 86 siswa. Dalam penelitian ini peneliti hanya menggunakan remaja putri sebagai populasi dan sampel. Populasi 86 siswi dan sampel 62 sampel. Di zaman yang serba digital hari ini, media sosial sudah sangat lazim digunakan sebagai media edukasi dan pencarian informasi. WhatsApp pada saat ini menjadi media sosial yang sangat digemari dan lebih banyak diunduh oleh masyarakat Indonesia dibandingkan dengan media sosial lainnya ⁽¹⁰⁾. Berdasarkan data laporan terbaru yang dikeluarkan oleh situs website resmi We Are Social (perusahaan media sosial asal Inggris) yang bekerjasama dengan Hootsuite (perusahaan platform media sosial asal Kanada), per Januari 2019 WhatsApp merupakan media sosial yang kedua paling banyak diunduh oleh masyarakat Indonesia (83%) setelah Youtube (88%) ⁽¹¹⁾. Persentase pengguna media sosial WhatsApp di Indonesia mengalahkan posisi media sosial lainnya seperti Facebook (81%), Instagram (80%), Line (59%), Twitter (52%), Facebook Messenger (47%), dan Black Berry Messenger (38%). WhatsApp juga seringkali dimanfaatkan sebagai media pembelajaran dikarenakan tampilan aplikasinya yang sederhana, mudah digunakan, murah, dan efisien ⁽¹²⁾.

Penyampaian edukasi dalam bentuk media video dapat menjadi pilihan dalam melakukan promosi kesehatan di dalam grup WhatsApp karena media video dinilai efektif untuk menjadi media edukasi ⁽¹³⁾. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap pengaruh edukasi berbasis internet (online) terhadap pengetahuan menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi pada siswi di Mts Al-Hilaal Morella. Dari latar belakang diatas maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah "Apakah ada pengaruh edukasi berbasis internet (online) dengan pengetahuan menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi pada siswi di MTs Al-Hilaal Morella Tahun 2021 dengan hipotesis ada pengaruh edukasi berbasis internet terhadap pengetahuan menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi dan tidak ada pengaruh edukasi berbasis internet terhadap pengetahuan menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi.

METODE

Pada penelitian ini, peneliti melakukan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode pre-experimental design tipe one group pretest-posttest (tes awalt es akhir kelompok tunggal). Variabel independen yang digunakan dalam penelitian ini adalah edukasi berbasis internet., sedangkan

variabel dependen yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengetahuan menjaga kebersihan organewanitaan saat menstruasi.

Penelitian ini dilaksanakan selama 1 bulan dimulai pada tanggal 30 Agustus – 30 September di MTs Al-Hilaal Morella Tahun 2021. Data yang terkumpul di analisis untuk mengetahui pengaruh edukasi berbasis internet (Online) terhadap menjaga kebersihan organ kewanitaab saat menstruasi. Analisis data ini dilakukan dengan uji statistik T-test.

HASIL

1. Analisis Univariat

Tabel 1.1 Analisis Frekuensi Responden Menurut Usia Remaja Di MTs Al-Hilaal Morella Tahun 2021.

Usia Remaja	n	%
12 tahun	25	40.3
13 tahun	23	37.1
14 tahun	14	22.6
Total	62	100.0

Sumber : Data Primer

Berdasarkan table 1.1 dapat dilihat bahwa banyak responden memiliki usia adalah 12 tahun sebanyak 25 responden (40%) dan paling sedikit adalah usia 14 tahun sebanyak 14 responden (22,5%).

Tabel 1.2 Analisis Frekuensi Responden Menurut Usia Pertama Menstruasi Di MTs Al-Hilaal Morella Tahun 2021

Usia Pertama Menstruasi	n	%
12 Tahun	24	38.7
13 Tahun	30	48.4
14 Tahun	8	12.9
Total	62	100.0

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 1.2 dapat dilihat bahwa banyak responden yang pertama menstruasi pada usia 13 tahun sebanyak 30 responden (48,4%) dan paling sedikit pada usia 14 tahun sebanyak 8 responden (12,9%).

Tabel 1.3 Analisis Frekuensi Responden Menurut Kelas Di MTs Al-Hilaal Morella Tahun 2021.

Kelas	n	%
Kelas VII	28	45.2
Kelas IX	34	54.8
Total	62	100.0

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 1.3 Berdasarkan tabel 5.2 dapat dilihat bahwa banyak responden yang dikelas IX sebanyak 34 responden (54,8 %) dan yang paling sedikit adalah kelas VIII sebanyak 28 responden (45,2%).

Tabel 1.4 Distribusi Skor Pengetahuan Pada Siswi Di MTs Al-Hilaal Morella Pre Test dan Post Test Melalui Media Video Tahun 2021.

Pernyataan	Pre test				Post Test			
	benar	%	salah	%	benar	%	Salah	%
Menggunakan celana dalam yang ketat adalah salah satu cara pemeliharaan organ reproduksi bagian luar perempuan	49	21,0	13	79,0	57	91,1	5	8,1
Salah satu cara untuk menjaga kebersihan organewanitaan saat menstruasi adalah dengan membilas area kewanitaan dengan menggunakan sabun	34	54,0	28	45,2	49	79,0	13	21,0

Tidak menunggu penuh, segera ganti pembalut setelah merasa tidak nyaman merupakan cara menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi	52	83,9	10	16,0	57	91,1	5	8,1
Melakukan olahraga saat menstruasi dapat menambah nyeri haid	44	71,0	18	29,0	53	85,5	9	14,5
Rasa nyeri di perut saat menstruasi dapat diatasi dengan cara mengompres perut dengan air dingin	39	62,9	23	37,1	47	75,8	15	24,2
Ketika haid pembalut akan diganti 6-8 kali	21	66,1	41	33,9	45	72,6	17	27,4
Lamanya pengeluaran darah selama menstruasi normalnya berlangsung 10-21 hari	26	41,9	36	58,1	42	67,7	17	27,4
Menstruasi pada wanita terjadi pada usia 10-14 tahun	39	62,9	23	37,1	42	67,7	20	32,2
Pada saat menstruasi di larang berenang karena dapat menyebabkan infeksi	25	40,3	37	59,7	42	67,7	20	32,3
Pada saat menstruasi dianjurkan untuk memakan makanan yang banyak mengandung zat besi seperti hati ayam / hati sapi	33	53,2	29	46,8	61	98,4	1	1,6

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 1.4 pada pre test terdapat 10 pernyataan yang disetujui oleh 62 responden adalah pernyataan mengenai pengetahuan menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi. Pernyataan yang paling banyak benar ada di pernyataan no 3 dengan presentase (83,9%) dan pada post test yang paling banyak benar ada di pernyataan no 10 dengan presentase (98,4%). Bisa dilihat dari pernyataan diatas terdapat perbedaan antara sebelum diberikannya edukasi melalui video dan setelah dilakukannya edukasi.

2. Analisis Bivariat

Tabel 1.5 Perbedaan Pengetahuan Sebelum Diberikan Edukasi Video Pada Siswi Di MTs Al- Hilaal Morella Tahun 2021

Kategori	n	%
Baik	6	9,7
Cukup	26	41,9
Kurang	30	48,4
Total	62	100.0

Sumber: Data Primer

Berdasarkan Tabel 1.5 dapat dilihat bahwa tingkat pengetahuan sebelum dberikannya video edukasi yang paling besar dikategori kurang dengan 30 responden (48,4%) dan yang paling sedikit kategori baik dengan 6 responden (9,7%).

Tabel 1.6 Perbedaan Pengetahuan Sesudah Diberikan Edukasi Video Pada Siswi Di MTs Al-Hilaal Morella Tahun 2021.

Kategori	n	%
Baik	48	77,4
Cukup	14	22,6
Total	62	100.0

Sumber: Data Primer

Berdasarkan Tabel 1.6 dapat dilihat bahwa tingkat pengetahuan sesudah diberikannya video edukasi yang paling besar dikategori baik dengan 48 responden (77,4%) dan yang paling kecil dikategori cukup dengan 14 responden (22,6%).

Tabel 1.7 Analisis Frekuensi Responden Menurut Pengetahuan Sebelum Pemberian Edukasi Dan Sesudah Pemberian Edukasi Di MTs Al-Hilaal Morella Tahun 2021

Pengetahuan	Mean	p value
Sebelum	5.85	0,000
Sesudah	8.06	

Sumber: Data Primer

Berdasarkan Tabel 1.7 menunjukkan hasil analisis perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Dari table tersebut dapat kita lihat bahwa angka signifikan setelah pemberian edukasi adalah $p\ 0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan pada tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pada tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah dimana nilai rata-rata sebelum pemberian edukasi yaitu 5,85 yang jauh lebih rendah jika dibandingkan nilai rata-rata sesudah pemberian edukasi yaitu 8,06. Tingkat pengetahuan setelah diberikan edukasi meningkat lebih banyak dibandingkan sebelum diberikan edukasi yaitu 62 siswi memiliki tingkat pengetahuan yang baik.

PEMBAHASAN

1. Pengetahuan Edukasi Berbasis Internet (online) Dalam Menjaga Kebersihan Organ Kewanitaan Saat Menstruasi Pada Siswi

Pembahasan dalam penelitian ini meliputi pengaruh edukasi berbasis internet dengan pengetahuan menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi melalui media video di Mts Al-Hilaal Morella sebelum dan setelah dilakukannya edukasi melalui video pada siswi Mts Al-Hilaal Morella Mochammad et al (2012) menerangkan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka orang tersebut akan semakin mudah untuk menerima informasi yang secara tidak langsung mempengaruhi tingkat pengetahuannya⁽¹⁴⁾.

Usia dapat mempengaruhi pengetahuan karena mencerminkan kematangan seseorang dalam menerima materi. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya akan semakin baik⁽¹⁵⁾. Pada periode ini, remaja membutuhkan pendidikan kesehatan untuk diserap, dalam hal ini peneliti memberikan kepada siswi tentang edukasi kesehatan menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi menggunakan video.

Menstruasi pertama kali yang dialami perempuan yang merupakan tanda awal dimulainya kehidupan baru sebagai remaja, menstruasi yang normal berkisar usia 12-13 tahun⁽¹⁶⁾. Menurut table 5.1 diatas sebagian besar memiliki usia menstruasi ≤ 12 tahun⁽¹⁷⁾. Hal ini sesuai dengan Riskesdas tahun 2010 bahwa rata-rata remaja di Indonesia mengalami menstruasi terbanyak pada usia 12-13 tahun⁽¹⁸⁾. Sehingga pada usia menstruasi ini waktu yang tepat untuk mendapatkan pengetahuan tentang menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi.

Berdasarkan tabel 1.5 dapat dilihat pengetahuan responden sebelum diberikannya edukasi berupa video yang berpengetahuan baik masih kurang dan sesudah diberikan edukasi berupa video pengetahuan responden meningkat menjadi lebih baik. Lama menstruasi apabila tidak ditunjang dengan pengetahuan menjaga kebersihan organ saat menstruasi yang memadai maka dalam jangka waktu yang lama akan mempengaruhi kesehatan reproduksi wanita. Semakin lama menstruasi berlangsung maka semakin besar pula potensi organ reproduksi mudah terinfeksi karena saat tidak higiene bakteri akan mudah masuk⁽¹⁹⁾.

Sebagian besar dari responden, tidak pernah terpapar informasi tentang pengetahuan menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi. Padahal sumber informasi merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, seseorang yang terpapar informasi lebih banyak akan meningkatkan pengetahuannya.

Berdasarkan data penelitian pada tabel 1.7 menunjukkan hasil peningkatan yaitu rata-rata nilai pengetahuan sebelum diberikan edukasi dan sesudah diberikan edukasi sangatlah jauh berbeda. Hal ini sesuai dengan teori J. Guilbert bahwa faktor instrumental berupa media pendidikan kesehatan akan mempengaruhi pengetahuan dalam proses belajar mengajar⁽²⁰⁾.

Edukasi tentang pengetahuan menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi menggunakan media video tergolong dalam pendidikan kesehatan berdasarkan teknik komunikasi

secara langsung karena penyuluh berhadapan langsung dengan responden, tetapi dengan perantara media video dan tergolong pendidikan kesehatan berdasarkan indera penglihatan⁽²¹⁾. Kejadian peningkatan ini juga sesuai Notoatmodjo (2012) yang menyebutkan bahwa pengetahuan adalah hasil dari tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu⁽²²⁾.

Hasil Uji T-Test pada tabel 1.7 menunjukkan bahwa pengetahuan tentang menjaga kebersihan organewanitaan saat menstruasi mengalami peningkatan dengan nilai p-value $0,000 < 0,05$ pada responden, sehingga terdapat peningkatan rata pengetahuan yang bermakna pada responden.

Edukasi tentang pengetahuan menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi menggunakan media video meningkatkan pengetahuan. Sehingga media video mampu dijadikan sebagai media untuk dilakukannya edukasi tentang pengetahuan menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja yang lebih baik.

2. Pengaruh Edukasi Berupa Video Pada Siswi Dalam Menjaga Kebersihan Organ Kewanitaan.

Hasil analisis pada media video menggunakan paired t-test menunjukkan ternyata terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian edukasi menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi melalui media video terhadap tingkat pengetahuan responden dimana nilai rata-rata sebelum adalah 5,85 dan nilai rata-rata sesudah adalah 8,06. Hasil ini menunjukkan ada perbedaan yang nyata terhadap pengetahuan responden setelah diberikan edukasi menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi menggunakan media video seperti yang dapat dilihat pada tabel 1.7.

Sebelum diberikan edukasi menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi melalui media video secara keseluruhan pengetahuan responden masih berada pada kategori cukup dan kurang. Setelah diberikan edukasi menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi melalui media video sebagian besar responden, yaitu 48 orang (77,4%) sudah berada pada kategori pengetahuan baik, 14 responden (22,6%) berada pada kategori pengetahuan cukup, dan sudah tidak ada lagi responden yang berada pada kategori pengetahuan kurang.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut adanya pengaruh edukasi berbasis internet (Online) terhadap pengetahuan menjaga kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi melalui aplikasi video pada siswi di Mts Al-Hilaal Morella..

REFERENSI

1. Susanty D. Masa remaja dan perubahan pubertas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2019;15(2):123–30.
2. Febrianty Erna, Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Perineal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Awal 2017
3. Ali Chairiyya, Bukit R.B. Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat Kelamin Pada Saat Menstruasi di SMPN 25 Pekanbaru, *Scientia Journal* Vol.8 No.2019
4. Sari NP, Wijayanti Y. Pentingnya kebersihan organ reproduksi pada remaja. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*. 2020;8(1):22–7.
5. Maria A. Y, & Maria S. T. S, Perilaku personal Hygiene. Volume 9, Nomor 1.2016
6. Ali S, Bukit Y. Kesehatan reproduksi wanita. Medan: CV Widya Pustaka; 2018.
7. World Health Organization. Adolescent pregnancy: issues in adolescent health and development. Geneva: WHO; 2004.
8. World Health Organization. Global strategy to stop health-care providers from performing female genital mutilation. Geneva: WHO; 2010.
9. Faridah Umi, Sukarmin, Noviyanto H.K.E, Hubungan Antara Edukasi Berbasis Internet Dengan Tindakan Menjaga Kebersihan Organ Kewanitaan Pada Remaja Putri Di Sma Negeri Kembang Kabupaten Jepara, *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan* Vol.11 No.2.2020
10. Putri LA, Nugroho Y. Penggunaan media sosial WhatsApp dalam komunikasi masyarakat Indonesia. *Jurnal Ilmu Komunikasi*. 2022;14(1):45–52.
11. Putri AS, Rahmawati D. Analisis tren penggunaan media sosial di Indonesia tahun 2019. *Jurnal Penelitian Komunikasi dan Media*. 2020;22(1):15–23.

12. Church, K., & Oliveira, R. What's up with Whatsapp? Comparing Mobile Instant Messaging Behaviors with Traditional SMS. 15th International Conference on Human-Computer Interaction with Mobile Devices and Services, 352-361.2013
13. Lestari W, Nugroho H. Efektivitas media video dalam promosi kesehatan melalui grup WhatsApp. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*. 2021;16(2):89–96.
14. Morella M, Sutrisno H, Lestari D. Hubungan tingkat pendidikan dengan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2012;8(1):55–60.
15. Suryani T, Anwar F. Pengaruh usia terhadap tingkat pengetahuan kesehatan individu. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 2020;12(2):101–7.
16. Wulandari R, Setyowati D. Usia menarche dan faktor yang memengaruhinya pada remaja perempuan. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*. 2019;10(1):34–40.
17. Indrastuti, Putri. Hubungan antara Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Hygienis Remaja pada Saat Menstruasi. Thesis. Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2009
18. Satanuka R. Usia menarche pada remaja perempuan di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*. 2018;6(2):45–50.
19. Irianto, Koes. Human Reproductive Biology. Bandung. Alfabeta ; 2014
20. Guilbert JJ. Educational handbook for health personnel. Geneva: World Health Organization; 1987.
21. Hidayati N, Ramadhan A. Media video sebagai teknik komunikasi dalam pendidikan kesehatan tentang kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*. 2021;16(1):30–6.
22. Notoatmodjo, S. (2012). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan (Edisike-1). Jakarta: Rineka Cipta.