

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN SAAT MENSTRUASI  
TENTANG VULVA HYGIENE DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA  
SOSIAL INSTAGRAM TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN  
REMAJA PUTRI**

**Annisa Budi Pratiwi <sup>1)</sup>, Martina Ekacahyaningtyas <sup>2)</sup>, Agnes Sri Harti <sup>3)</sup>**

<sup>1)</sup> Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>2),3)</sup> Dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Kusuma Husada Surakarta  
*annisabudipratiwi06@gmail.com*

**ABSTRAK**

Pengetahuan Vulva hygiene merupakan serangkaian proses tindakan menjaga dan membersihkan organ reproduksi wanita bagian luar yang harus dilakukan dengan benar agar terhindar dari infeksi. Pengetahuan ini dapat diperoleh dari berbagai sumber, baik pendidikan formal, keluarga, lingkungan social atau social media salah satunya instagram.

Untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan saat menstruasi tentang vulva hygiene dengan menggunakan media sosial instagram terhadap tingkat pengetahuan Siswi Kelas VII SMPN 3 Baturetno. Penelitian ini menggunakan metode *Quasi Experimental One-Group Pretest-Posttest without control*. Pengambilan data menggunakan *purposive sampling*, dengan jumlah sampel 26 responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan Kesehatan vulva hygiene saat menstruasi yang terdiri dari 25 pertanyaan. Data kemudian dianalisa menggunakan *Uji Wilcoxon*.

Hasil penelitian dari *uji Wilcoxon* menunjukkan *p value* = 0,002 ( $p < 0,05$ ). yang berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan saat menstruasi tentang *vulva hygiene* menggunakan social media Instagram terhadap tingkat pengetahuan Siswi Kelas VII SMPN 3 Baturetno..

**Kata Kunci** : Menstruasi, Manajemen Kesehatan saat Menstruasi, *Vulva hygiene*, Instagram

**Daftar pustaka** : 23 (2011-2021)

**THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION ABOUT VULVA HYGIENE  
DURING MENSTRUATION USING INSTAGRAM SOCIAL MEDIA ON  
THE KNOWLEDGE LEVELS OF ADOLESCENT WOMEN**

**Annisa Budi Pratiwi <sup>1)</sup>, Martina Ekacahyaningtyas <sup>2)</sup>, Agnes Sri Harti <sup>3)</sup>**

<sup>1)</sup> *Student of Undergraduate Nursing Study Program Faculty Of Health Science Husada  
Surakarta*

<sup>2),3)</sup> *Lecture of Undergraduate Nursing Study Program Faculty Of Health Science  
Kusuma Husada Surakarta  
annisabudipratiwi06@gmail.com*

**ABSTRACT**

*The principles of Vulva hygiene is a series of action processes to maintain and clean the external female reproductive organs properly to prevent infection. The information could be obtained from various sources like formal education, family, social environment, or Instagram social media. The study intended to identify the effect of health education about Vulva hygiene during menstruation using Instagram social media on the knowledge level of Class VII women students at SMPN 3 Baturetno.*

*The study adopted Quasi-experimental research with a one-group Pretest-Posttest without control method. The sampling technique applied purposive sampling with 26 respondents. Twenty-five questions of knowledge questionnaire about vulvar hygiene during menstruation were used as instruments. Its data were analyzed using the Wilcoxon Test.*

*The Wilcoxon test result obtained p-value = 0.002 ( $p < 0.05$ ). It inferred an effect of health education about Vulva hygiene during menstruation using social media Instagram on the knowledge level of Class VII women students at SMPN 3 Baturetno.*

**Key words** : *Menstruation, Health Management during Menstruation, Vulva hygiene, Instagram.*

**Bibliography** : 23 (2011-2021)

## PENDAHULUAN

Menstruasi adalah proses biologis yang akan dialami oleh semua wanita ketika memasuki usia remaja. Peristiwa menstruasi yang merupakan darah kotor, jika kurang dijaga kebersihannya akan berpotensi untuk timbul infeksi pada organ reproduksi. Perilaku higienis tersebut apabila tidak dilakukan dan remaja putri kurang peduli akan kebersihan alat reproduksinya, tidak menjaga penampilan dan kesehatan sewaktu menstruasi, mereka dapat terkena kanker rahim, keputihan, mengurangi aktivitas saat menstruasi karena malas, kurang percaya diri, percaya akan mitos-mitos seputar menstruasi yang beredar di masyarakat, dijauhi teman-teman karena bau badan amis dan lainnya (Wiradinata dan Andriana, 2019).

Berdasarkan data dari badan kesehatan Dunia (WHO), kanker serviks merupakan kanker nomor dua terbanyak pada perempuan berusia 15–45 tahun setelah kanker payudara. Tidak kurang dari 500.000 kasus baru dengan kematian 280.000 penderita terjadi setiap tahun di seluruh dunia. Indonesia berada pada peringkat pertama untuk kasus wanita penderita kanker serviks sedunia, sedangkan data dari Yayasan Kanker Indonesia, bahwa kanker serviks mengakibatkan korban meninggal dunia sedikitnya 555 wanita perharinya dan 200.000 wanita pertahunnya. Menurut penelitian menyebutkan bahwa kanker ini disebabkan oleh virus Human Papilloma Virus (HPV) yang muncul antara lain karena perilaku sering berganti-ganti pasangan seks dan perilaku yang tidak higienis pada saat menstruasi (Wiradinata dan Andriana, 2019). Hal ini menunjukkan pentingnya pengetahuan mengenai MKM khususnya vulva hygiene bagi remaja putri. Pengetahuan mengenai

Manajemen Kesehatan Menstruasi (MKM) merupakan pengetahuan mengenai pengelolaan kebersihan dan kesehatan pada saat perempuan mengalami menstruasi.

Kurangnya pengetahuan seseorang dalam melakukan tindakan personal hygiene genitalia yang tidak benar beresiko terhadap tumbuhnya mikroba, sehingga dapat mengakibatkan vagina berbau atau terjadi keputihan, hal ini dapat menyebabkan timbulnya berbagai penyakit pada organ reproduksi. Hasil dari SDKI 2012 KRR menunjukkan bahwa pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi belum memadai (Kemenkes RI, 2018). Di Indonesia, prevalensi terjadinya infeksi saluran reproduksi akibat kurangnya hygiene pada organ genitalia masih cukup tinggi, jumlah penderita infeksi saluran reproduksi di Indonesia adalah 90-100 kasus per 100.000 penduduk pertahun (Depkes RI, 2017).

Sebagai upaya dalam menjaga kesehatan dan kebersihan organ reproduksi, personal hygiene sangatlah perlu dilakukan. Personal hygiene merupakan suatu pengetahuan, sikap, dan tindakan untuk memelihara dan mencegah resiko terjadinya penyakit, dan melindungi diri dari ancaman penyakit. Pengetahuan seseorang tentang personal hygiene juga memiliki pengaruh bagi perilaku seseorang dalam menjaga dan merawat kesehatan reproduksinya. Pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi penting untuk remaja agar mereka mempunyai informasi dan pengetahuan yang benar tentang kesehatan reproduksi.

Salah satu upaya dalam menjaga kesehatan reproduksi dapat dilakukan melalui menjaga dan memelihara kebersihan permukaan gerbang vagina (vulva). Namun, hal ini membutuhkan penanganan yang tepat agar tidak menimbulkan dampak buruk dalam kesehatan. Vulva hygiene merupakan

tindakan menjaga dan membersihkan organewanitaan bagian luar guna menjaga kebersihan dan kesehatan bagian luar organ reproduksi wanita agar terhindar dari infeksi. Vulva hygiene merupakan serangkaian proses tindakan menjaga dan membersihkan organ reproduksi wanita bagian luar yang harus dilakukan dengan benar agar terhindar dari infeksi (Humairoh, 2018). Tindakan vulva hygiene yang benar sangat berpengaruh terhadap kebersihan dan kesehatan organ wanita, ketika menstruasi maupun tidak mengalami menstruasi.

Manfaat dari praktik vulva hygiene adalah terhindar dari infeksi vagina, menjaga vulva sekitar agar tetap bersih, dan memberikan rasa nyaman di area genital. Seorang wanita diwajibkan untuk bisa melakukan penjangaan kesehatan berupa vulva hygiene. Kegiatan menjaga kebersihan organ reproduksi wanita diawali dengan membersihkan vagina, hal yang perlu dilakukan antara lain membasuhkan air bersih secara teratur ke bagian vulva atau bibir vagina secara hati-hati, dan yang harus diperhatikan lagi adalah ketika membersihkan bekas keringat yang ada di sekitar bibir vagina (Agiwahyuanto, 2018).

Penelitian ini memilih remaja putri sebagai responden utama karena pada masa ini seorang wanita baru saja mengalami menstruasi sehingga pengetahuan mengenai MKM sangatlah diperlukan untuk tetap menjaga kesehatan organ reproduksi. Hal ini didukung Sinaga dkk (2017) yang menyatakan bahwa banyak anak perempuan tidak memiliki pemahaman yang tepat bahwa menstruasi adalah proses biologis yang normal. Mereka justru baru mengenalnya pada saat menarke alias saat pertama kali mengalami menstruasi. Sehingga perlu dilakukan penelitian ini untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan remaja putri tentang MKM saat

menstruasi dan bagaimana pengaruh pengetahuan tentang MKM saat menstruasi pada tingkat pengetahuan remaja putri. Penelitian Unicef pada tahun 2015 yang dilaksanakan pada 1402 peserta pada 16 sekolah di 4 provinsi di Indonesia, menyebutkan bahwa ketidakcukupan pengetahuan tentang menstruasi, siklus menstruasi dan MKM berakibat pada kurangnya persiapan pada saat menstruasi pertama, miskonsepsi tentang pembuangan sampah pembalut, dan kurangnya pengetahuan tentang bagaimana mengelola menstruasi dengan aman di sekolah. Sementara itu, ibu, teman, dan guru merupakan sumber informasi utama tentang menstruasi tetapi mereka tidak dapat memberikan informasi yang akurat dan menyeluruh tentang menstruasi (Sinaga dkk, 2017).

Media yang digunakan dalam penelitian ini adalah media sosial instagram. Instagram adalah sebuah aplikasi berbagi foto dan video yang memungkinkan pengguna mengambil foto, mengambil video, menerapkan filter digital, dan membagikannya ke berbagai layanan jejaring sosial, termasuk milik Instagram sendiri. Seiring berkembangnya aplikasi ini dilengkapi dengan fitur kuis yang dapat digunakan untuk menyebar kuisioner kepada seluruh pengguna instagram. Aplikasi ini mulai rilis Oktober 2010 dan populer di Indonesia sejak awal 2013. Pengguna Instagram didominasi remaja yang juga menjadi obyek penelitian ini. Berdasarkan fitur yang dimiliki dan pengguna instagram yang didominasi oleh remaja ini, penelitian ini memilih media sosial instagram sebagai media penelitian ini.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti merasa perlu dan tertarik untuk meneliti “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Saat Menstruasi Tentang Vulva Hygiene dengan Menggunakan Media Sosial Instagram Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri”,

untuk mengetahui sejauh mana mengenai MKM pada remaja saat menstruasi dan pengetahuan MKM setelah diberikan pengetahuan mengenai MKM saat menstruasi..

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini bertempat di Surakarta, melalui media sosial Instagram dan dilaksanakan pada bulan Agustus sampai dengan September 2021 dalam penelitian ini berjumlah 26 responden. Desain penelitian menggunakan penelitian kuantitatif desain *quasi experiment* yaitu penelitian yang menguji coba suatu intervensi pada sekelompok subjek atau tanpa kelompok pembandingan namun tidak dilakukan randomisasi untuk memasukkan subyek ke dalam kelompok perlakuan atau kontrol (Dharma, 2011). Rancangan penelitian yang digunakan adalah *one-group pretest-posttest design without control*. Desain pada penelitian ini dilakukan observasi sebanyak 2 (dua) kali yaitu sebelum dan sesudah intervensi pada satu kelompok perlakuan. Hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberikan perlakuan (Sugiyono, 2017).

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun social yang diamati. Secara spesifik semua fenomena ini disebut variabel penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket atau kuesioner. Angket atau kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2017). Penelitian ini menggunakan kuesioner online dengan memanfaatkan fitur pada instagram.

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner tingkat pengetahuan mengenai vulva hygiene yang digunakan dalam penelitian Hidayah (2015). Kuesioner terdiri dari 25 pertanyaan dengan tipe multiple choice. Penilaian tentang pengetahuan santriwati mengenai vulva hygiene dalam lembar kuesioner dibagi menjadi 2 yaitu apabila jawaban benar diberikan nilai 1 dan apabila salah diberikan nilai 0.

Uji validitas pada penelitian ini tidak dilakukan karena sudah dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Uji validitas pada kuesioner pengetahuan tentang vulva hygiene dilakukan oleh Hidayah (2015). Uji validitas dilakukan di SMP Negeri 1 Mayang dengan jumlah siswa sebanyak 20 orang. Hasil uji validitas diperoleh 25 pertanyaan valid dengan  $r$  tabel  $> 0,444$  dan 5 pertanyaan tidak valid dikarenakan nilai  $r$  tabel  $< 0,444$ . Penelitian ini tidak dilakukan uji reliabilitas karena sudah dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Hasil uji reliabilitas pada kuesioner pengetahuan vulva hygiene yang dilakukan oleh Hidayah (2015) yaitu sebesar 0.974 yang artinya kuesioner tersebut reliable.

Analisa Bivariat dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Saat Menstruasi Tentang Vulva Hygiene dengan Menggunakan Media Sosial Instagram Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri. Hasil yang diperoleh terlebih dahulu diuji pendahuluan normalitas menggunakan Test of Normality (Kolmogorov-Smirnov) dan homogenitas dengan Test of Homogeneity of Variances (Levene Statistic). Apabila data terdistribusi normal dan homogen maka dianalisis dengan Analysis of Variance (ANOVA) pada taraf kepercayaan 95% dan dilanjutkan dengan uji Duncan, sedangkan data yang tidak terdistribusi normal dan homogen dianalisis menggunakan Uji Kruskal-Wallis

(Harsojuwono dkk., 2011). Uji ini untuk mengetahui adanya Pengaruh Pendidikan Kesehatan Saat Menstruasi Tentang Vulva Hygiene dengan Menggunakan Media Sosial Instagram Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Analisa Univariat

#### 1. Distribusi Frekuensi Umur

Tabel 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Umur (n=26)

Karakteristik	Mi	Ma	Mea	SD
k	n	x	n	
Usia	12	14	12,69	0,678

Hasil analisis distribusi responden berdasarkan usia pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa rata-rata umur responden adalah 12 tahun, responden memiliki umur paling rendah 12 tahun dan umur paling tinggi 14 tahun. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rozi (2018) yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 11-13 tahun sebanyak 25 responden (51%).

Umur seseorang juga dapat menggambarkan kematangan seseorang dalam menentukan tindakan dari kehidupannya (Nursalam, 2015). Semakin usia responden bertambah maka semakin matang pula dalam menentukan suatu pilihan termasuk dalam menambah pengetahuan tentang penanganan menstruasi pada remaja putri melalui pendidikan kesehatan dan berubah sikapnya tentang penanganan dismenore pada remaja putri tersebut. Selain itu menurut Riyanto, dkk (2013) bahwa semakin bertambah usia matang maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola kimia sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Adanya pendidikan kesehatan tentang penanganan

menstruasi ini menjadikan sarana yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan tentang penanganan menstruasi. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Pangesti (2012), bahwa pada usia produktif seperti usia remaja merupakan usia yang paling berperan dan memiliki aktivitas yang padat serta memiliki kemampuan kognitif yang baik. Sehingga, pada usia ini memiliki pengaruh terhadap tingkat pengetahuan.

Menurut peneliti umur mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir pada individu, idealnya semakin banyak umur maka semakin banyak berinteraksi sehingga pengetahuan yang didapatkan juga semakin bertambah sehingga cara mensikapi permasalahan yang dihadapi pun akan berbeda dari setiap tingkatan usia.

#### 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Pertama Menstruasi

Tabel 2 Distribusi Frekuensi berdasarkan usia pertama menruasi (n=26)

Karakteristik	Mi	Ma	Mea	SD
k	n	x	n	
Usia	-	12	10,23	3,128

Hasil analisis distribusi responden berdasarkan usia pertama menruasi menunjukkan bahwa rata-rata umur responden pertama kali menruasi adalah 10 tahun dengan usia paling tinggi yang sudah menruasi adalah 12 tahun dan ada yang belum menruasi. Hal ini sejalan dgnn penelitian yang dilakukan oleh Sari menunjukkan bahwa sebagian besar Karakteristik usia menarche responden menunjukkan sebagian besar berusia 10 tahun saat mengalami menstruasi pertama berjumlah 35 responden (46,7%).

Menarche atau menstruasi pertama terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun. Usia menarche dipengaruhi oleh keadaan gizi, keturunan, dan faktor lain, umumnya usia menarche rata-rata

berkisar 12 tahun, namun dapat juga terjadi lebih awal di usia 9-10 tahu, atau bahkan lebih lambat pada usia 17-20 tahun (Delaune and Ladner, 2011). Usia menarche mempengaruhi dari segi pengalaman, semakin muda remaja mengami menstruasi pertama idealnya pengalaman yang didapatkan juga akan semakin beragam. Pengalaman sendiri merupakan manefestasi keterpaduan penalaran secara ilmiah dan etik yang dialami seseorang. Sikap juga akan lebih mudah terbentuk apabila mengalami situasi yang melibatkan faktor emosional. Situasi melibatkan emosi akan menghasilkan pengalaman yang tak terlupakan (Riyanto, dkk 2013).

Menurut peneliti pada usia manarche Pengetahuan diperlukan sebagai dorongan psikis dalam menumbuhkan diri maupun dorongan sikap dan perilaku setiap hari, sehingga dapat dikatakan bahwa pengetahuan merupakan stimulus terhadap tindakan seseorang.

### 3. Gambaran pengetahuan vulva hygiene sebelum intervensi

Tabel 3 Gambaran pengetahuan sebelum diberikan intervensi (n=26)

Pekerjaan	n	Persentase (%)
Baik	16	61,5
Sedang	9	34,6
Kurang	1	3,8
Jumlah	26	100

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi didapatkan seluruh responden memiliki pengetahuan baik 26 orang (100%). Penelitian Yumaeroh dan Susanti (2019) menunjukan bahwa pengetahuan yang dimiliki sesudah diberikan pendidikan kesehatan sebanyak 39 responden (62,9%) kategori baik).

Hasil penelitian Rakhmawati (2019) menunjukkan bahwa

pengetahuan remaja putri tentang vulva hygiene sebagian besar dalam kategori baik sebanyak 82 responden (68,3%). Menurut Budiman (2013) faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu pendidikan, pekerjaan, informasi media massa, usia, pengalaman, kebudayaan dan sosial ekonomi menurut, selain itu menurut Rofika (2013) ada beberapa faktor yang mempengaruhi vulva hygiene diantaranya body image (citra tubuh), praktik sosial, tingkat perekonomian, pengetahuan, budaya serta kondisi fisik. Dalam hasil penelitian ada kesesuaian dengan teori yang dikemukakan Wawan dan Dewi (2011) bahwa dalam umur seseorang mampu menerima atau mengingat suatu pengetahuan. Umur juga mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah umur akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Selain faktor usia yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, sumber informasi juga dapat mempengaruhi pengetahuan responden (Nopikasari & Rani, 2018).

Menurut peneliti pengetahuan remaja tentang vulva hygiene yang baik dapat dipengaruhi oleh banyak faktor seperti usia, paparan informasi, citra tubuh, dan budaya yang nantinya juga dapat berpengaruh terhadap perilaku.

### 4. Gambaran pengetahuan vulva hygiene setelah intervensi

Tabel 4 Gambaran pengetahuan setelah diberikan intervensi (n=32)

Karakteristik	n	Persentase (%)
Ringan	26	100
Sedang	0	0
Berat	0	0
Total	26	100

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan

intervensi didapatkan seluruh responden memiliki pengetahuan baik 26 orang (100%). Penelitian Yumaeroh dan Susanti (2019) menunjukkan bahwa pengetahuan yang dimiliki sesudah diberikan pendidikan kesehatan sebanyak 39 responden (62,9%) kategori baik

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil yang dilakukan oleh Ngestiningrum (2017) yang mengatakan bahwa dengan memberikan ceramah atau penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang perilaku hygiene saat menstruasi. Pendidikan kesehatan dengan metode ceramah merupakan metode yang sering digunakan, terlebih untuk massa dengan jumlah yang banyak.. Selain itu hasil penelitian yang dilakukan Miswanto (2014) mengungkapkan bahwa para remaja perlu diberikan pendidikan kesehatan reproduksi dan seksual agar remaja memiliki pemahaman dan pengetahuan sehingga dapat mengurangi terjadinya masalah-masalah terkait kesehatan reproduksi dan seksual. Sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (2012) bahwa pendidikan kesehatan dapat mengubah pengetahuan seseorang, masyarakat dalam pengambilan tindakan yang berhubungan dengan kesehatan.

Menurut peneliti pendidikan kesehatan secara umum merupakan segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok atau masyarakat serta pengetahuan mempunyai kontribusi yang besar dalam mengubah perilaku seseorang untuk melakukan sesuatu.

## B. Analisa Bivariat

### **Pengaruh Pendidikan Kesehatan Saat Menstruasi Tentang Vulva Hygiene dengan Menggunakan Media Sosial Instagram Terhadap Tingkat Pengetahuan**

Tabel 5 Analisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan Saat Menstruasi Tentang Vulva Hygiene dengan Menggunakan Media Sosial Instagram Terhadap Tingkat Pengetahuan (n=26)

Variabel	<i>p value</i>
Pre Test – Post Test	0,002

Berdasarkan hasil penelitian, setelah dilakukan uji Wilcoxon didapatkan bahwa pengetahuan tentang vulva hygiene dengan menggunakan media sosial instagram didapatkan  $p$  value = 0,002 ( $p$  value < 0,05), hasil tersebut menunjukkan bahwa,  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan saat menstruasi tentang vulva hygiene dengan menggunakan media sosial instagram terhadap tingkat pengetahuan. Penelitian herbawani, dkk (2021) menunjukkan bahwa, dalam penelitian yang bertema pemanfaatan instagram live sebagai sarana edukasi covid didapatkan 37 orang (50%) menyatakan bahwa tingkat keefektifan intervensi dan edukasi dalam kegiatan terbilang cukup efektif.

Penelitian ini sejalan dengan Rusdi dkk (2021) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan skor pengetahuan penggunaan instagram ditandai dengan hasil uji statistik diperoleh  $p$ -value=0,004. Hal ini dikarenakan Instagram adalah media sosial kedua yang paling sering dikunjungi oleh penduduk Indonesia dengan persentase sebesar 17,8% (APJII, 2018). Dalam studi sistematis review oleh Taggart dkk. (2015) bahwa penggunaan media sosial memungkinkan pengguna aktif media sosial untuk mengakses informasi secara anonim, berkomunikasi mengenai kesehatan reproduksi, membangun komunitas virtual, serta memperoleh dukungan sosial dan emosional meskipun terbatas oleh jarak fisik, metode ini juga



mendukung metode perolehan data yang lebih mudah. Media digunakan dalam kegiatan pembelajaran karena memiliki kemampuan untuk menyajikan peristiwa yang kompleks dan rumit menjadi lebih sistematis dan sederhana, meningkatkan daya tarik dan perhatian pembelajar dan meningkatkan sistematika pembelajaran (Eliana dan Solikhah, 2012).

Penggunaan instagram dapat dijadikan sebagai sarana edukasi yang efektif karena remaja saat ini sering mengakses intagram, sehingga seringkali diakses mampu menerima informasi yang lebih efektif dan meningkatkan pengetahuan. semakin sering mengakses informasi, maka semakin baik pula penerimaan informasi untuk bisa diingat dan kemudian diterapkan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur diperoleh rata-rata umur responden adalah 12 tahun, responden memiliki umur paling rendah 12 tahun dan umur paling tinggi 14 tahun.

Karakteristik responden berdasarkan usia pertama menstruasi diketahui rata-rata umur responden pertama kali menstruasi adalah 10 tahun. dengan usia paling tinggi yang sudah menstruasi adalah 12 tahun.

Diketahui distribusi pengetahuan sebelum diberikan intervensi paling banyak kategori baik 16 responden (61,5%), kategori sedang 9 responden (34,6%) dan kategori kurang ada 1 responden (3,5).

Diketahui distribusi pengetahuan setelah diberikan intervensi seluruhnya berada dalam kategori baik yaitu 26 responden (100%) dengan Menggunakan Media Sosial Instagram Terhadap Tingkat Pengetahuan Hasil Uji Wilcoxon menunjukkan derajat

morning sicknes nilai p value = 0,002 (p value < 0,05), maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan saat menstruasi tentang vulva hygiene dengan menggunakan media sosial instagram terhadap tingkat pengetahuan.

Saran dari penelitian ini diharapkan dapat sebagai acuan untuk melakukan penelitian selanjutnya tentang pengurangan resiko terjadinya penyakit organ reproduksi pada remaja yang dipicu kurangnya pengetahuan MKM saat menstruasi pada remaja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agiwahyunto, Patil, M. S., & Angadi, M.M (2018) Menstrual Pattern Among Adolescent Girls In Rural Area Of Bijapur. *Al Ameen J Med Sci* 6(1):17-20.
- Budiman, (2018) "Kapita Selekta Kuesioner:Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan" .Jakarta : Salemba Medika.
- Depkes RI. (2017). Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. [www.dinkesjatengprov.go.id](http://www.dinkesjatengprov.go.id). Diakses pada 3 Maret 2021.
- Deshpande, N., Karva, D., Agarkhedkar, S., & Deshpande, S. (2020) Prevalence of anemia in adolescent girls and its co-relation with demographic factors. *International Journal of Medicine and Public Health*. 3 (4): 235-239.
- Dharma. (2011) *Metodologi Penelitian keperawatan*. Jakarta :CV. Trans Info Media.
- Herbawani, C. K., Rudi, Z. G., Ramadhania, L., Situmeang, A. M. N., & Karima, U. Q. (2021). Pemanfaatan Instagram Live Sebagai Sarana Edukasi Kesehatan Masyarakat Di Masa

- Pandemi Covid-19. *Warta Lpm*, 24(2), 196-206.
- Hidayah, Prihatini, S., & Hermina (2015). Pengembangan media poster dan strategi edukasi gizi untuk pengguna posyandu dan calon pengantin. *Indonesian Bulletin of Health Research*. Vol 43 No 3
- Humairoh, Rozi, L. S., Suprayitno, E., & Anisa, D. N. (2018) Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audio Visual terhadap Pengetahuan Vulva Hygine Saat Menstruasi pada Siswi Tuna Grhahita Di SLB Muhammadiyah Gamping Yogyakarta.
- Jose, R. L. B. (2020) Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*. 12 (1) : 21-9.
- Nopikasari, J., & Rani, Y. (2018). *Journal*. Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene Saat Menstruasi Di Smpn 11 Kota Bogor.
- Notoatmodjo, S. (2012) *Kesehatan Masyarakat: Ilmu dan Seni*. Jakarta : PT. Rineka Cipta
- Nursalam & Efendi, Ferry. (2015). *Pendidikan Dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pangertu (2012). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Puteri Di Smp N 01 Pulau Beringin Sumatera Selatan Tahun 2019 (*Doctoral Dissertation, Universitas Nasional*).
- Rakhmawati, D. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene Dengan Kejadian Keputihan Pada Kelas Xi Di Man Lumajang Kabupaten Lumajang. *Jurnal Mid-Z (Midwivery Zigot) Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 2(1), 37-43.
- Riyanto, dkk. (2013) "Pengaruh Sikap, Pengetahuan, Dan Praktik Vulva Hygiene Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri Di Smpn 01 Jepara". *Skripsi, Jepara: Stikes Muhammadiyah Kudus*.
- Rusdi, F. Y., Helmizar, H., & Rahmy, H. A. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Instagram Terhadap Perubahan Perilaku Gizi Seimbang Untuk Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Sman 2 Padang. *Journal Of Nutrition College*, 10(1), 31-38.
- Sinaga, dkk. (2017) Perilaku Kesehatan Remaja saat Menstruasi. *Jurnal Health Quality*. 3(1)
- Sugiyono. (2017) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bantung : Alfabeta.
- Susanti & Adella, C. A. (2019) Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SMP Dharma Pancasila Tentang Manajemen Kesehatan Menstruasi. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*. 4 : (2).
- Wawan Dan Dewi.(2019). Teori Dan Pengukuran Penegetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia. Yogyakarta: Nuha Medika.
- WHO, (2017) *Complementary Feeding*. Who.Inf/nutrition topic/Complementary Feeding.
- Wiradinata dan Andriana (2019) Pentingnya Pendidikan Kesetahan Reproduksi dan Seksualitas pada Remaja. *Jurnal Studi Pemuda Vo*. 3 No. 2 Hal. 111-121
- Yumaeroh, F., & Susanti, D. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smp N 1 Gamping (*Doctoral Dissertation, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta*).