

SKRIPSI

**EFEKTIVITAS *E-BOOK* INTERAKTIF BERBASIS *QR-CODE*
TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN
PERILAKU KEBERSIHAN MENSTRUASI REMAJA
PUTRI DI SMP NEGERI 3 MLATI SLEMAN**



Disusun Oleh:
EVANA ARISMANDA CAHYANINGTYAS
NIM.P07124222014

**PROGAM STUDI KEBIDANAN PROGAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

SKRIPSI
EFEKTIVITAS *E-BOOK* INTERAKTIF BERBASIS *QR-CODE*
TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN
PERILAKU KEBERSIHAN MENSTRUASI REMAJA
PUTRI DI SMP NEGERI 3 MLATI SLEMAN

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan Kebidanan



Disusun Oleh:
EVANA ARISMANDA CAHYANINGTYAS
NIM.P07124222014

PROGAM STUDI KEBIDANAN PROGAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2026

**HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING
SKRIPSI**

“Efektivitas *E-Book* Interaktif Berbasis *Qr- Code* Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan
Perilaku Kebersihan Menstruasi Remaja Putri
Di SMP Negeri 3 Mlati Sleman”

*“Effectiveness of QR-Code-Based Interactive E-Book on Improving
Knowledge and Menstrual Hygiene Behavior of Teenage Girls
at SMP Negeri 3 Mlati Sleman”*

Disusun oleh:
EVANA ARISMANA CAHYANINGTYAS
NIM.P07124222014

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal: 5 Juli 2026



Pembimbing Utama,

Dr. Sujiyatini, S.SiT.,M.Keb
NIP. 197101292001122002

Menyetujui,
**Kemenkes
Poltekkes Yogyakarta**

Pembimbing Pendamping

Ana Kurniati, SST.,M.Keb
NIP. 198104012003122001

Yogyakarta, 7 Agustus 2026

Mengetahui
Ketua Jurusan Kebidanan

Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.SiT.,M.Keb
NIP. 197511232002122002

**HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI**

Efektivitas *E-Book* Interaktif Berbasis *Qr- Code* Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan
Perilaku Kebersihan Menstruasi Remaja Putri
Di SMP Negeri 3 Mlati Sleman

Disusun oleh:
EVANA ARISMANDA CAHYANINGTYAS
NIM.P07124222014

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal: 8 Juli 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.SiT., M.Keb (.....)
NIP. 197511232002122002

Anggota,

Dr. Sujivatini, S.SiT., M.Keb (.....)
NIP. 197101292001122002

Anggota,

Ana Kurniati, S.ST., M.Keb
NIP. 198104012003122001

Yogyakarta, 7 Agustus 2026

Mengetahui
Ketua Jurusan Kebidanan

Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.SiT., M.Keb
NIP. 197511232002122002

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Evana Arismanda Cahyaningtyas

NIM : P07124222014

Tanda Tangan :



Tanggal: 8 Juli 2026

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Evana Arismanda Cahyaningtyas

NIM : P07124222014

Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Kebidanan Jurusan : Kebidanan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas skripsi saya yang berjudul:

“Efektivitas *E-Book* Interaktif Berbasis *Qr-Code* terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Kebersihan Menstruasi Remaja Putri di SMP Negeri 3 Mlati Sleman”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta
Pada tanggal : 8 Juli 2026

Yang menyatakan



(Evana Arismanda Cahyaningtyas)

KATA PENGANTAR

Puji syukur Penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan berkat dan rahmat-Nya, sehingga Penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Efektivitas *E-Book* Interaktif Berbasis *QR-Code* terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Kebersihan Menstruasi Remaja Putri di SMP Negeri 3 Mlati Sleman”. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Dalam perjalanan skripsi ini tentunya tidak lepas dari doa, dukungan moral, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar – besarnya kepada:

1. Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta.
2. Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.SiT., M.Keb selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta sekaligus Ketua Dewan Penguji yang telah memberikan bimbingan dan arahan untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Dr. Sujiyantini, S.SiT., M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta dan pembimbing utama yang dengan penuh kesabaran dan perhatian membimbing penulis. Terimakasih untuk bimbingan dan arahan untuk mendorong penulis terus berkembang dalam penyusunan skripsi.
4. Ana Kurniati, SST., M.Keb selaku Pembimbing Pendamping yang dengan penuh kesabaran dan perhatian membimbing penulis. Terimakasih untuk

bimbingan dan arahan untuk mendorong penulis terus berkembang dalam penyusunan skripsi.

5. Kepala sekolah dan guru SMPN 3 Mlati Sleman, yang telah memberikan izin penelitian dalam penelitian proposal ini.
6. Kepada orang tua penulis. Terima kasih yang tak terhingga atas cinta tanpa syarat, doa yang tak pernah terputus, serta memberikan dukungan dari segala arah, hingga penulis bisa bertahan sampai saat ini.
7. Kepada nenek dan kakek penulis yang telah merawat dan membesarkan saya, memberikan kasih sayang dan doa yang tidak pernah terputus sehingga penulis dapat terus berjuang dalam meraih mimpi dan cita – cita.
8. Kepada saudara kandung penulis atas kehadirannya menjadi pengingat sederhana untuk terus berjuang menyelesaikan pendidikan ini.
9. Kepada sahabat penulis, terimakasih telah saling menguatkan, memberikan dukungan dan motivasi untuk kita menyelesaikan pendidikan ini.

Akhir kata, penulis berharap kepada Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
<i>ABSTRACT</i>	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Ruang Lingkup	9
E. Manfaat	9
F. Keaslian Penelitian.....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Telaah Pustaka	12
B. Kerangka Teori	45
C. Kerangka Konsep.....	46
D. Hipotesis Penelitian	46
BAB III METODE PENELITIAN	48
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	48
B. Rancangan Penelitian.....	48
C. Populasi dan Sampel.....	50
E. Variabel Penelitian.....	53
F. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	55
G. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	56
H. Instrumen dan Bahan Penelitian	58
I. Uji Kelayakan Materi	60
J. Uji Kelayakan Media.....	61
K. Prosedur Penelitian	61
L. Manajemen Data.....	64
M. Etika Penelitian.....	69
N. Kelemahan Penelitian	71

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	73
A. Hasil Penelitian	73
B. Pembahasan.....	81
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	97
A. Kesimpulan	97
B. Saran.....	98
DAFTAR PUSTAKA.....	100
LAMPIRAN.....	103

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	11
Tabel 2. Definisi Operasional Variabel	55
Tabel 3. Coding Data	66
Tabel 4. Distribusi Karakteristik Responden	75
Tabel 5. Hasil Uji Normalitas	75
Tabel 6. Rerata Skor Pengetahuan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> pada Kelompok Intervensi.....	76
Tabel 7. Rerata Skor Pengetahuan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> pada Kelompok Kontrol	77
Tabel 8. Rerata Skor Perilaku <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> pada Kelompok Intervensi.....	77
Tabel 9. Rerata Skor Perilaku <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> pada Kelompok Kontrol	78
Tabel 10. Perbedaan Rerata Skor Pengetahuan Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol	78
Tabel 11. Perbedaan Rerata Skor Perilaku Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.....	79
Tabel 12. Perbedaan Skor Pengetahuan Antara Kedua Kelompok	79
Tabel 13. Perbedaan Skor Perilaku Antara Kedua Kelompok	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori <i>Precede Proceed</i> (Green, Lawrence, and Marshall W.Kreuter, 1991. Pakpahan et al, 2021)	45
Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian	46
Gambar 3. Rancangan Penelitian	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan Penelitian.....	104
Lampiran 2. Realisasi Biaya Penelitian	105
Lampiran 3. Surat Permohonan Responden.....	106
Lampiran 4. Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)	107
Lampiran 5. <i>Informed Consent</i>	109
Lampiran 6. Kuesioner.....	110
Lampiran 7. Kisi- Kisi Kuesioner	116
Lampiran 8. Tampilan E-Book interaktif berbasis QR-Code.....	117
Lampiran 9. Hasil Uji Ahli Materi dan Ahli Media	120
Lampiran 10. Master Tabel	124
Lampiran 11. Output Analisis Data Software	126
Lampiran 12. Surat Studi Pendahuluan.....	132
Lampiran 13. Surat Ethical Clearance	134
Lampiran 14. Surat Izin Penelitian	135
Lampiran 15. Surat Bukti Telah Melaksanakan Penelitian	136
Lampiran 16. Dokumentasi Kegiatan Penelitian	137

**EFFECTIVENESS OF QR-CODE BASED INTERACTIVE E-BOOK ON
IMPROVING KNOWLEDGE AND MENSTRUAL
HYGIENE BEHAVIOR OF TEENAGE GIRLS
AT SMP NEGERI 3 MLATI SLEMAN**

Evana Arismanda Cahyaningtyas¹, Sujiyatini², Ana Kurniati³

^{1,2,3}Department of Midwifery, Polytechnic of the Ministry of Health, Yogyakarta, Jl
Mangkuyudan MJ III/304, Yogyakarta, 55143

¹Email: evanaaarismanda@gmail.com

ABSTRACT

Background: Menstrual hygiene is an essential aspect of maintaining adolescent girls' reproductive health. Inadequate knowledge and inappropriate menstrual hygiene practices may increase the risk of reproductive health problems. One strategy to improve adolescents' knowledge and behavior is through health education using innovative and interactive educational media, such as a QR Code-based interactive E-Book.

Objective: To determine the effectiveness of a QR Code-based interactive E-Book in improving adolescent girls' knowledge and menstrual hygiene behavior and to compare its effectiveness with leaflet media at SMP Negeri 3 Mlati.

Methods: This study employed a quasi-experimental design using a pretest-posttest with control group design. A total of 72 respondents were selected using purposive sampling and randomly allocated into intervention and control groups, with 36 respondents in each group. The intervention group received health education using an interactive E-Book based on QR-Code, while the control group received education using a leaflet. The research instruments consisted of knowledge and behavior questionnaires related to menstrual hygiene. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed-Rank Test and the Mann-Whitney U Test.

Results: There were significant improvements in knowledge and behavior scores in both the intervention and control groups after the educational intervention ($p < 0.05$). Significant differences were also found in the improvement of knowledge ($p = 0.000$) and behavior ($p = 0.011$) between the intervention and control groups. Education using the QR Code-based interactive E-Book resulted in greater improvements in knowledge and behavior compared with the leaflet.

Conclusion: Menstrual hygiene education using a QR Code-based interactive E-Book was more effective than leaflet media in improving adolescent girls' knowledge and menstrual hygiene behavior. Therefore, this educational medium can be used as an alternative tool for reproductive health education in schools.

Keywords: QR Code-based interactive E-Book, menstrual hygiene, adolescent girls.

**EFEKTIVITAS *E-BOOK* INTERAKTIF BERBASIS *QR-CODE* TERHADAP
PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN PERILAKU
KEBERSIHAN MENSTRUASI REMAJA PUTRI
DI SMP NEGERI 3 MLATI SLEMAN**

Evana Arismanda Cahyaningtyas¹, Sujiyatini², Ana Kurniati³

^{1,2,3}Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,
Jl Mangkuyudan MJ III/304, Yogyakarta, 55143

¹Email: evanaaarismanda@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Kebersihan menstruasi merupakan salah satu aspek penting dalam menjaga kesehatan reproduksi remaja putri. Pengetahuan dan perilaku yang kurang tepat mengenai kebersihan menstruasi dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi. Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku tersebut adalah melalui pendidikan kesehatan menggunakan media edukasi yang inovatif dan interaktif, seperti *E-Book* interaktif berbasis *QR-Code*.

Tujuan: Mengetahui efektivitas *E-Book* interaktif berbasis *QR-Code* terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku kebersihan menstruasi remaja putri serta membandingkan efektivitasnya dengan media *leaflet* di SMP Negeri 3 Mlati.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain *quasi experiment* dengan rancangan *pretest-posttest with control group design*. Sampel berjumlah 72 responden dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dan dibagi secara *random allocation* menjadi kelompok intervensi dan kontrol, masing-masing 36 responden. Kelompok intervensi diberikan edukasi menggunakan *E-Book* Interaktif berbasis *QR-Code* dan kelompok kontrol menggunakan *leaflet*. Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan dan perilaku mengenai kebersihan menstruasi. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dan *Mann-Whitney U Test*.

Hasil: Terdapat peningkatan skor pengetahuan dan perilaku yang signifikan pada kelompok intervensi maupun kelompok kontrol setelah pemberian edukasi ($p < 0,05$). Terdapat perbedaan peningkatan skor pengetahuan ($p = 0,000$) dan perilaku ($p = 0,011$) yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Edukasi menggunakan *E-Book* interaktif berbasis *QR-Code* memberikan peningkatan pengetahuan dan perilaku yang lebih tinggi dibandingkan media *leaflet*.

Kesimpulan: Edukasi kebersihan menstruasi menggunakan *E-Book* interaktif berbasis *QR-Code* lebih efektif dibandingkan media *leaflet* dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku remaja dalam menjaga kebersihan menstruasi. Media ini dapat digunakan sebagai alternatif media pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah.

Kata kunci: *E-Book* interaktif berbasis *QR-Code*, kebersihan menstruasi, remaja putri