

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja atau *adolescence* dalam bahasa Latin, merujuk pada proses perkembangan menuju kedewasaan. Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), remaja didefinisikan sebagai individu berusia antara 10 hingga 19 tahun.¹ Periode remaja merupakan fase transisi kearah kedewasaan, ditandai dengan berbagai perkembangan baik secara biologis, fisik, dan psikologis. Selama periode ini, terjadi pematangan organ-organ reproduksi khususnya bagi remaja putri, proses ini ditandai dengan datangnya menstruasi pertama (*menarche*). Oleh karena itu, praktik kebersihan diri yang baik sangat penting bagi remaja putri, termasuk selama menstruasi, untuk mencegah penyakit pada organ reproduksi.²

Menurut laporan terbaru dari *World Health Organization* (WHO) dan *United Nations Children's Fund* (UNICEF) tahun (2024) fasilitas kebersihan menstruasi di sekolah masih belum memadai di sebagian besar negara. Secara global, hanya sekitar 39% sekolah yang menyediakan pendidikan tentang kesehatan menstruasi, dan hanya 31% sekolah yang dilengkapi dengan tempat pembuangan tertutup di toilet perempuan untuk pembalut. Situasi di negara berpendapatan rendah bahkan lebih mengkhawatirkan, karena hanya 17% sekolah yang dilengkapi dengan fasilitas pembuangan limbah menstruasi yang memenuhi standar, dan hanya 12% sekolah yang menyediakan produk menstruasi seperti pembalut secara gratis atau dengan biaya. Kondisi ini menyebabkan banyak siswi merasa

malu, tidak nyaman, bahkan absen sekolah saat menstruasi karena fasilitas yang tidak memadai.³

World Health Organization (WHO) tahun (2024) mendefinisikan kesehatan menstruasi sebagai keadaan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang komprehensif terkait siklus menstruasi yang meliputi; kemampuan untuk mendapatkan informasi yang akurat, menggunakan produk menstruasi yang memadai, dan memiliki akses ke fasilitas aman yang bebas dari stigma.³ Setiap remaja berhak memperoleh informasi dan pendidikan yang komprehensif tentang kesehatan reproduksi sebagai bagian dari upaya peningkatan kualitas hidup di masa depan.⁴ Salah satu hak reproduksi tersebut adalah kemudahan dalam memperoleh edukasi dan informasi mengenai kesehatan reproduksi. Edukasi terkait dengan kesehatan reproduksi pada anak perempuan meliputi edukasi tentang kebersihan menstruasi.⁵

Di Indonesia, Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI, 2020) menunjukkan bahwa perilaku remaja putri dalam menjaga kebersihan menstruasi masih buruk, yaitu 69,3%. Penyebabnya karena kurangnya pengetahuan dan informasi tentang kebersihan menstruasi.⁶ Perilaku kebersihan menstruasi pada remaja putri mencakup; membasuh genetalia dari arah depan ke belakang, membersihkan genetalia dengan air bersih, mengganti pakaian setidaknya dua kali sehari, menggunakan bahan celana dalam yang baik dan menyerap keringat, serta mengganti pembalut dengan benar. Kurangnya pemahaman dalam menjaga kebersihan menstruasi dapat

menyebabkan terjadinya infeksi alat reproduksi, yang berdampak pada kesejahteraan fisik dan psikologis.⁷

Hasil survei Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) tahun (2017) tentang kebersihan menstruasi yang buruk menunjukkan angka untuk Kota Yogyakarta sebesar 7%, Bantul 31 %, Kulon Progo 27 %, Gunung kidul 34 %, dan Sleman 52 %. Di wilayah Sleman menunjukan bahwa 83% remaja tidak memahami konsep kebersihan menstruasi yang benar, 61,8% tidak mengetahui terkait masa subur dan masalah menstruasi, 40,6% tidak mengetahui risiko kehamilan remaja, dan 42,4% tidak mengetahui risiko pra-menstruasi (PMS).⁸

Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman tahun 2023, Kecamatan Mlati menempati peringkat keempat sebagai kecamatan dengan populasi perempuan terbanyak di Kabupaten Sleman, dengan persentase 8,86%. Jumlah remaja perempuan di kecamatan tersebut terdiri dari 48,7% untuk kelompok usia 10-14 tahun dan 48,8% untuk kelompok usia 15-19 tahun. Kabupaten Sleman memiliki 25 puskesmas yang tersebar di 17 kecamatan, Puskesmas Mlati 2 melaporkan masalah kesehatan reproduksi remaja termasuk vaginitis akut sebesar 5,8%, vaginitis subakut dan kronis sebesar 1,1%, vaginitis dan vulvitis sebesar 4,7%, serta peradangan lain pada vagina dan vulva sebesar 7,1%. Kondisi-kondisi ini berpotensi menyebabkan dampak dan komplikasi jika tidak ditangani dengan tepat dan segera. Salah satu penyebab utama infeksi pada organ reproduksi adalah

kurangnya perhatian terhadap perawatan diri yang bertujuan untuk menjaga kebersihan organ reproduksi.⁸

Berdasarkan kondisi tersebut, upaya peningkatan pengetahuan dan perilaku kebersihan menstruasi pada remaja putri telah dilakukan melalui berbagai kegiatan pelayanan kesehatan remaja di wilayah kerja Puskesmas Mlati II. Kegiatan tersebut meliputi edukasi kesehatan reproduksi yang diberikan secara langsung oleh tenaga kesehatan, pelaksanaan screening kesehatan remaja, serta didukung dengan pembagian media cetak berupa *leaflet* dan pengisian kuesioner sebagai bagian dari evaluasi kegiatan.

Strategi untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku remaja tentang kebersihan menstruasi adalah melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan dapat dilakukan secara individu atau berkelompok menggunakan media *audiovisual*, *E-book*, media cetak seperti *leaflet*, poster, spanduk dan booklet, serta media elektronik seperti radio dan televisi.⁹ Dalam menyampaikan pendidikan kesehatan, terutama kepada remaja, diperlukan pemilihan metode dan media yang tepat agar remaja dapat menyerap materi yang diberikan dengan maksimal.¹⁰

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dan media edukasi berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku kebersihan menstruasi pada remaja putri. Penelitian yang dilakukan oleh Nadia dan Mahmudah (2023) di SMP Negeri 1 Mlati Sleman menunjukkan bahwa pengetahuan siswi tentang kebersihan menstruasi mengalami peningkatan secara signifikan setelah diberikan

pendidikan kebersihan menstruasi, dari 22,6% menjadi 35,9% dalam kategori baik.¹¹ Hasil serupa juga ditunjukkan oleh penelitian Rosanti dan Hanim (2025) yang melaporkan bahwa sebelum pemberian media e-booklet tentang Kebersihan menstruasi, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang relatif rendah (71,6%), setelah intervensi terjadi peningkatan pengetahuan secara signifikan hingga mencapai kategori baik pada 95,5% responden ($p\text{-value} = 0,000$; $p < 0,05$).¹²

Selain pengaruh media edukasi, penelitian lain menunjukkan bahwa paparan informasi kesehatan reproduksi sebelumnya juga berperan dalam membentuk perilaku kebersihan menstruasi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Humairoh dan Agustin (2022) yang menyatakan bahwa tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi berpengaruh terhadap perilaku kebersihan menstruasi, di mana semakin baik paparan informasi yang diterima oleh remaja putri, semakin baik pula perilaku kebersihan menstruasi yang ditunjukkan.⁶

Meskipun penelitian sebelumnya menunjukkan efektivitas media pendidikan, sebagian besar dari mereka masih berfokus pada media konvensional atau digital noninteraktif, seperti video tunggal, *leaflet*, dan booklet. Sementara itu, generasi remaja saat ini hidup di era digital yang menuntut media pembelajaran yang lebih dinamis, interaktif, dan mudah diakses. Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan akan media edukasi yang mampu menarik minat belajar remaja, mudah diakses, dan dapat meningkatkan pemahaman mereka secara mandiri.¹³

Salah satu inovasi media yang relevan adalah *E-Book* interaktif berbasis *QR-Code*. *E-Book* interaktif adalah teknologi yang semakin banyak diadopsi, yang menyampaikan materi lebih menarik, interaktif, dan mudah diakses. Saat ini, pendidikan tidak lagi bergantung sepenuhnya pada pendekatan konvensional dalam mengajar, tetapi juga memanfaatkan teknologi untuk meningkatkan proses pembelajaran. Media pembelajaran berbasis *E-Book* interaktif merupakan inovasi yang semakin populer di berbagai tingkatan pendidikan, termasuk sekolah menengah pertama (SMP).¹⁴

Media ini menawarkan berbagai keunggulan dibandingkan buku teks tradisional, terutama dalam hal interaktivitas, aksesibilitas, dan kemampuan menyajikan materi secara lebih menarik dan mudah dipahami. *E-book* interaktif dilengkapi dengan fitur-fitur seperti animasi, video, kuis interaktif, dan elemen multimedia lainnya, yang dapat diakses dengan memindai *QR-Code* menggunakan perangkat ponsel pintar, penggunaan *E-Book* interaktif mampu meningkatkan motivasi dan pemahaman peserta didik.¹⁵ Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Ratnasari et al. (2024) yang menunjukkan bahwa hasil evaluasi minat belajar siswa menunjukkan bahwa penggunaan *E-Book* berbasis multimedia interaktif dengan *QR-Code* dapat meningkatkan minat belajar dan kemampuan berpikir kritis peserta didik secara signifikan.¹⁶

Sebagian besar remaja putri khususnya di wilayah Sleman masih memiliki pengetahuan dan perilaku yang rendah tentang kebersihan menstruasi. Diperlukan pengembangan media pendidikan yang lebih inovatif yang disesuaikan dengan karakteristik remaja di era digital. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian berjudul “Efektivitas *E-Book* Interaktif Berbasis *QR-Code* Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Remaja Putri di SMP Negeri 3 Mlati Sleman.”

B. Rumusan Masalah

Data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2020 menunjukkan bahwa 69,3% remaja putri di Indonesia masih memiliki perilaku Kebersihan menstruasi yang buruk. Di Daerah Istimewa Yogyakarta, Kabupaten Sleman menempati persentase tertinggi dengan 52% remaja putri memiliki praktik Kebersihan menstruasi yang kurang baik (BKKBN, 2017).

Data Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman tahun 2023 menunjukkan bahwa di wilayah kerja Puskesmas Mlati 2 masih ditemukan masalah kesehatan reproduksi remaja, antara lain vaginitis akut (5,8%), vaginitis subakut dan kronis (1,1%), serta peradangan vagina dan vulva (7,1%), yang berpotensi berkaitan dengan perilaku kebersihan menstruasi yang tidak optimal.

Hasil studi pendahuluan di SMP Negeri 3 Mlati Sleman menunjukkan bahwa sebagian besar siswi belum memperoleh edukasi

kebersihan menstruasi. Siswi masih memiliki pengetahuan dan perilaku kebersihan menstruasi yang kurang baik.

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah *E-Book* interaktif berbasis *QR-Code* lebih efektif dibandingkan media *leaflet* dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku kebersihan menstruasi remaja putri di SMP Negeri 3 Mlati Sleman?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas *E-Book* interaktif berbasis *QR-Code* dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku kebersihan menstruasi remaja putri di SMP Negeri 3 Mlati Sleman.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik remaja putri meliputi paparan informasi dan sumber informasi mengenai kebersihan menstruasi.
- b. Mengetahui rerata skor pengetahuan remaja putri tentang kebersihan menstruasi sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok intervensi (*E-Book* interaktif berbasis *QR-Code*).
- c. Mengetahui rerata skor pengetahuan remaja putri tentang kebersihan menstruasi sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok kontrol (*leaflet*).

- d. Mengetahui rerata skor perilaku remaja putri tentang kebersihan menstruasi sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok intervensi (*E-Book* interaktif berbasis *QR-Code*).
- e. Mengetahui rerata skor perilaku remaja putri tentang kebersihan menstruasi sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok kontrol (*leaflet*).
- f. Mengetahui perbedaan skor pengetahuan remaja putri tentang kebersihan menstruasi sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- g. Mengetahui perbedaan skor perilaku remaja putri tentang kebersihan menstruasi sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- h. Mengetahui perbedaan skor pengetahuan dan perilaku kebersihan menstruasi remaja putri antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah diberikan edukasi.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup keilmuan dalam penelitian ini adalah ilmu kesehatan reproduksi remaja putri, khususnya mengenai kebersihan menstruasi, yang ditujukan bagi remaja putri di SMPN 3 Mlati, Sleman.

E. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan referensi dalam bidang pendidikan kesehatan reproduksi remaja dan

berkontribusi dalam pengembangan teori pembelajaran kognitif melalui penerapan media *E-Book* interaktif berbasis *QR-Code* sebagai sarana edukasi kebersihan menstruasi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja Putri

Hasil penelitian dengan media *E-Book* interaktif berbasis *QR-Code* ini diharapkan dapat menambah wawasan untuk menjaga kebersihan diri selama menstruasi.

b. Bagi Guru SMP

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dan bahan pertimbangan dalam memilih media edukasi yang sesuai dengan karakteristik remaja di era digital untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran kesehatan reproduksi.

c. Bagi Bidan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam pelaksanaan promosi kesehatan reproduksi remaja yang inovatif dan berbasis teknologi, yang dapat diterapkan dalam kegiatan promosi kesehatan di sekolah atau masyarakat.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini sebagai referensi untuk pengembangan penelitian selanjutnya terkait media digital interaktif dalam bidang pendidikan kesehatan remaja.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No.	Peneliti / Judul Penelitian / Tahun	Metode	Hasil Penelitian	Persamaan/ Perbedaan
1.	Rosanti & Hanim (2025) Pengaruh Media E-Booklet tentang Kebersihan menstruasi terhadap Pengetahuan Remaja Putri	Desain penelitian Pre-eksperimental (One Group <i>Pretest–Posttest</i>) menggunakan media e-booklet.	Terdapat peningkatan signifikan pengetahuan remaja setelah diberikan media e-booklet.	Persamaan: Meneliti edukasi kebersihan menstruasi pada remaja putri dan mengukur pengetahuan sebelum-sesudah intervensi, instrument penelitian, media edukasi Perbedaan: Desain penelitian, variabel berbeda.
2.	Fatimatuazzahra (2025) Digital Menstrual Health Education for Adolescent Girls with Intellectual Disabilities: Evidence from the KESMENS Digital Media Intervention	Desain Single Subject A–B Design dengan subjek remaja disabilitas intelektual menggunakan media digital <i>KESMENS</i> .	Media <i>KESMENS</i> meningkatkan keterampilan kebersihan menstruasi dari 47% menjadi 100%.	Persamaan: media edukasi digital untuk meningkatkan kebersihan menstruasi. Perbedaan: Subjek penelitian, desain penelitian, variabel yang diukur, dan metode analisis.
3.	Ratnasari, Sucipto, Kusmiyati. (2024). Pengembangan Media E-Book Berbasis Multimedia Interaktif dengan QR-Code untuk Meningkatkan Minat Belajar dan Kemampuan Berpikir Kritis	Metode R&D model 4D (Define–Design–Develop–Disseminate), validasi ahli, dan uji independent sample t-test.	Media <i>E-Book</i> multimedia interaktif dengan <i>QR-Code</i> layak digunakan dan meningkatkan minat belajar serta kemampuan berpikir kritis secara signifikan.	Persamaan: Menggunakan <i>E-Book</i> multimedia interaktif dan <i>QR-Code</i> sebagai media pembelajaran berbasis digital. Perbedaan: Fokus kajian penelitian ini tidak meneliti edukasi kesehatan, serta media ditujukan untuk minat & berpikir kritis siswa SD, subjek penelitian, desain metode, variabel dan instrument berbeda.
4.	Rahmawati et al. (2019) Pengaruh Media Aplikasi MKM terhadap Peningkatan Pengetahuan Manajemen Kebersihan Menstruasi Siswi SMP	Desaian Quasi eksperimen <i>One Group Pretest–Posttest</i> menggunakan aplikasi digital.	Terdapat peningkatan signifikan pengetahuan manajemen kebersihan menstruasi	Persamaan: Subjeknya siswi SMP dan sama menilai pengetahuan kebersihan menstruasi, Instrument penelitian kuesioner pengetahuan. Perbedaan: Desain berbeda tanpa kelompok kontrol, media edukasi berbeda, variabel berbeda hanya pengetahuan.