

**PERBEDAAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI  
DALAM HYGIENE GENITALIA SAAT MENSTRUASI  
DENGAN MENGGUNAKAN MEDIA PODCAST  
DI SMAN 1 BONJOL**

**SKRIPSI**

Diajukan Pada Program Studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan Politeknik  
Kementrian Kesehatan Padang Sebagai Persyaratan Dalam Menyelesaikan  
Pendidikan Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Padang



Oleh:  
**THALYA SALSABILLA**  
NIM. 206110675

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN PROMOSI KESEHATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PADANG  
TAHUN 2024**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Judul Skripsi : Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam *Hygiene Genitalia* Saat Menstruasi dengan Menggunakan Media Podcast di SMAN 1 Bonjol

Nama : Thalya Salsabilla

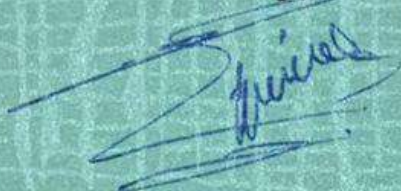
NIM : 206110675

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing skripsi untuk disidangkan di hadapan Tim Penguji Prodi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang.

Padang, 12 Juli 2024

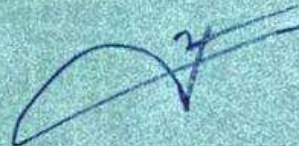
Komisi Pembimbing :

Pembimbing Utama



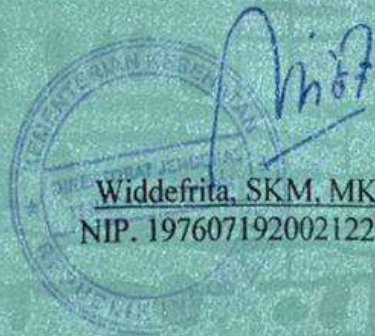
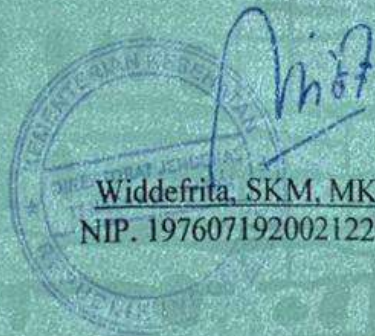
Erick Zicof, SKM, MKM  
NIP. 198305012006041003

Pembimbing Pendamping



Dr. Sumihardi, SKM, M.Kes  
NIP. 196406081987031002

Ketua Program Studi  
Sarjana Terapan Promosi Kesehatan



Widdefrita, SKM, MKM  
NIP. 197607192002122002

## PERNYATAAN PENGESAHAN

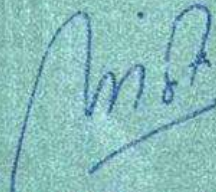
Judul Skripsi : Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam *Hygiene Genitalia* Saat Menstruasi dengan Menggunakan Media Podcast di SMAN 1 Bonjol  
Nama : Thalya Salsabilla  
NIM : 206110675

Skripsi ini telah diperiksa, disetujui dan disidangkan di hadapan Dewan Penguji Prodi Studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang pada tanggal 12 Juli 2024.

Padang, 26 Juli 2024

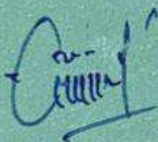
Dewan Penguji :

Ketua



Widdefrita, SKM, MKM  
NIP. 197607192002122002

Anggota



Evi Maria Lestari Silaban, SKM, MKM  
NIP. 198909102019022001

Anggota



Erick Zicof, SKM, MKM  
NIP. 198305012006041003

Anggota



Dr. Sumihardi, SKM, M.Kes  
NIP. 196406081987031002

## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini saya

Nama Lengkap : Thalya Salsabila  
NIM : 206110675  
Tanggal Lahir : 18 Juni 2002  
Nama PA : Novelasari, SKM, M.Kes  
Nama Pembimbing Utama : Erick Zicof, SKM, MKM  
Nama Pembimbing Pendamping : Dr. Sumihardi, SKM, M.Kes

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya, yang berjudul "Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam *Hygiene Genitalia* saat Menstruasi dengan Menggunakan Media Podcast di SMAN 1 Bonjol".

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, Juli 2024



(Thalya Salsabila)  
NIM. 206110675

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Thalya Salsabilla  
Tempat, tanggal lahir : Lubuk Sikaping, 18 Juni 2002  
Alamat : Jln.Siti Manggopoh II, Kecamatan Lubuk  
Sikaping, Kabupaten Pasaman  
Status Keluarga : Anak Kandung  
No Telp/Hp : 082284707267  
Email : [thalyasalsabilla@gmail.com](mailto:thalyasalsabilla@gmail.com)  
Nama Orang Tua :  
Ayah : Zulkifli  
Ibu : Eli Irfani

### RIWAYAT PENDIDIKAN

NO	PENDIDIKAN	TAHUN TAMAT
1	SDN 06 Pauh	2014
2	SMPN 1 Lubuk Sikaping	2017
3	SMAN 1 Lubuk Sikaping	2020
4	Program Studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Padang	2024

**Program Studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan, Skripsi, Juli 2024**  
**Thalya Salsabilla**

**Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam *Hygiene Genitalia* saat Menstruasi dengan Menggunakan Media Podcast di SMAN 1 Bonjol**

**xiii + 79 halaman, 11 tabel, 2 gambar, 20 lampiran**

**ABSTRAK**

Hyginitas mesntruasi menjadi permasalahan bagi banyak remaja termasuk di sekolah menengah atas salah satunya adalah di SMAN 1 Bonjol masih banyak remaja putri di sekolah tersebut yang belum mengetahui bagaimana cara menjaga *hygiene genitalia* saat menstruasi yang baik dan benar. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap perbedaan pengetahuan dan sikap remaja putri dalam *hygiene genitalia* saat menstruasi dengan menggunakan media podcast di SMAN 1 Bonjol.

Penelitian ini merupakan penelitian *mixed method* yaitu kualitatif dan kuantitatif. Penelitian kualitatif menggunakan studi eksploratif dengan informan siswi, guru UKS, pj program kesehatan reproduksi, ahli media dan ahli bahasa. Data dikumpulkan menggunakan pedoman wawancara dan dianalisis dengan reduksi, penyajian dan verifikasi data. Penelitian kuantitatif menggunakan *quasi eksperiment* dengan design *One-Group Pretest-Posttest* yang dilaksanakan di SMAN 1 Bonjol bulan Mei-Juni 2024. Populasi penelitian ini siswi kelas X dan XI dan sampel 62 responden yang ditentukan dengan teknik *proportional random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan diolah secara univariat dan bivariat dengan *uji Wilcoxon*.

Hasil penelitian diperoleh rancangan media podcast tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi. Hasil kuantitatif didadaptkan nilai median pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi yaitu 7,61 dan 14,45. Sedangkan nilai median sikap remaja putri sebelum dan sesudah intervensi yaitu 46,98 dan 70,84 dan terdapat peningkatan secara bermakna pada pengetahuan (p-value=0,0001) dan sikap (p-value=0,0001).

Kesimpulan penelitian terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi menggunakan podcast pada siswi kelas X dan XI di SMAN 1 Bonjol. Disarankan agar media podcast dapat dikembangkan dengan membahas masalah kesehatan lainnya.

**Daftar bacaan : 41 (2009-2023)**

**Kata kunci : *hygiene genitalia*, menstruasi, remaja putri, podcast**

*Health Promotion Applied Undergraduate Study Program, Undergraduate Thesis,  
July 2024*

**Thalva Salsabilla**

***Differences in Knowledge and Attitude of Adolescent Girls in Genital Hygiene during Menstruation by Using Podcast Media at SMAN 1 Bonjol***

*xiii + 79 pages, 11 tables, 2 figures, 20 attachments*

#### **ABSTRACT**

*Menstrual hygiene is a problem for many adolescents including in high schools, one of which is at SMAN 1 Bonjol there are still many adolescent girls at the school who do not know how to maintain genital hygiene during menstruation properly and correctly. The purpose of this study was to determine the differences in knowledge and attitudes of adolescent girls in genital hygiene during menstruation by using podcast media at SMAN 1 Bonjol.*

*This research is a mixed method research that is qualitative and quantitative. Qualitative research used an exploratory study with informants of female students, UKS teachers, pj reproductive health program, media experts and linguists. Data were collected using interview guidelines and analyzed by data reduction, presentation and verification. Quantitative research using quasi-experiment with One-Group Pretest-Posttest design conducted at SMAN 1 Bonjol in May-June 2024. The population of this study were X and XI grade students and a sample of 62 respondents determined by proportional random sampling technique. Data were collected using a questionnaire and processed univariately and bivariately with the Wilcoxon test.*

*The results of the study obtained a podcast media design on genitalia hygiene during menstruation. Quantitative results obtained the median value of knowledge before and after intervention were 7.61 and 14.45. While the median value of attitude of adolescent girls before and after the intervention was 46.98 and 70.84 and there was a significant increase in knowledge ( $p\text{-value}=0.0001$ ) and attitude ( $p\text{-value}=0.0001$ ).*

*The conclusion of the study is that there are differences in knowledge and attitudes about genital hygiene during menstruation using podcasts for X and XI grade students at SMAN 1 Bonjol. It is suggested that podcast media can be developed by discussing other health issues.*

***Reading list: 41 (2009-2023)***

***Keywords: genitalia hygiene, menstruation, adolescent girls, podcasts***

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah Subhanahu Wa ta'ala karena atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi dengan judul “Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam *Hygiene Genitalia* saat Menstruasi dengan Menggunakan Media Podcast di SMAN 1 Bonjol” dapat selesai tepat pada waktunya.

Penulisan skripsi ini merupakan suatu rangkaian materi dari proses pendidikan secara menyeluruh di Program Studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan di Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Padang dan juga sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan Program Studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan di Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Padang.

Peneliti menyadari adanya banyak bantuan, bimbingan, arahan dan petunjuk dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan terimakasih kepada Bapak Erick Zicof, SKM, MKM sebagai pembimbing utama dan Bapak Dr. Sumihardi, SKM, M.Kes sebagai pembimbing pendamping sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Peneliti juga ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Renidayati, S.Kp, M.Kep, Sp.Jiwa selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Padang yang telah memberikan izin untuk penelitian.
2. Ibu Widdefrita, S.KM, M.KM selaku Ketua Jurusan Promosi Kesehatan Politeknik Kesehatan Padang juga selaku ketua dewan penguji.
3. Ibu Evi Maria Lestari Silaban, S.KM M.KM selaku anggota dewan penguji.
4. Bapak dan Ibu dosen serta staff Jurusan Promosi Kesehatan di Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Padang.
5. Teristimewa kepada kedua orang tua dan adik yang selalu memberikan dukungan, doa dan restu yang tak pernah henti untuk kelancaran dan kesuksesan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Teman seperjuangan yang telah memberikan dukungan serta motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.



7. Semua pihak yang telah ikut membantu dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Semoga apa yang telah diberikan kepada peneliti dibalas oleh Allah SWT dengan hal yang jauh lebih baik. Sebagai manusia biasa yang tidak luput dari khilaf, peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh sebab itu, dengan segala kerendahan hati peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak terutama dibidang pendidikan dan kesehatan.

Padang, Juli 2024

Thalya Salsabilla

## DAFTAR ISI

<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT .....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan masalah.....	4
C. Tujuan penelitian.....	4
D. Manfaat penelitian.....	5
E. Ruang lingkup penelitian .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
A. <i>Hygiene genitalia</i> saat menstruasi.....	7
B. Konsep Remaja .....	11
C. Konsep Perilaku .....	14
D. Domain Perilaku.....	15
E. Perancangan Media P-Proses .....	22
F. Podcast .....	29
G. Kerangka Teori.....	35
H. Kerangka Konsep.....	36
I. Defenisi Operasional.....	37
J. Defenisi Istilah .....	38
K. Hipotesis Penelitian.....	38
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>39</b>
A. Jenis dan Desain Penelitian .....	39
B. Waktu dan tempat penelitian .....	39
C. Informan, Populasi dan Sampel.....	40
D. Jenis pengumpulan data .....	42
E. Teknik pengumpulan data .....	42
F. Instrument penelitian .....	43
G. Uji keabsahan data .....	43
H. Prosedur penelitian.....	45

I. Pengolahan dan analisis data .....	47
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>51</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	51
B. Hasil Penelitian.....	51
C. Pembahasan .....	64
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>78</b>
A. Kesimpulan .....	78
B. Saran.....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>80</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Defenisi Operasional.....	37
Tabel 2.	Defenisi Istilah.....	38
Tabel 3.	Hasil Proposional Random Sampling.....	41
Tabel 4.	Karakteristik Informan.....	51
Tabel 5.	Karakteristik Responden.....	58
Tabel 6.	Rata-rata Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Menggunakan Media Podcast.....	58
Tabel 7.	Distribusi Jawaban Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Menggunakan Media Podcast.....	59
Tabel 8.	Rata-rata Sikap Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Menggunakan Media Podcast.....	61
Tabel 9.	Distribusi Jawaban Sikap Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Menggunakan Media Podcast.....	61
Tabel 10.	Perbedaan Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Menggunakan Podcast.....	63
Tabel 11.	Perbedaan Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Menggunakan Podcast.....	63

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1 Kerangka Teori.....	35
Gambar 2. Kerangka Konsep.....	36

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Alur Penelitian
- Lampiran 2. Surat Izin Penelitian SMAN 1 Bonjol
- Lampiran 3. Surat Izin Penelitian DPMPTSP Kab. Pasaman
- Lampiran 4. Surat Rekomendasi Penelitian DPMPTSP Kab. Pasaman
- Lampiran 5. Informed Consent Siswi SMA N 1 Bonjol
- Lampiran 6. Informed Consent Pj Program Kespro Puskesmas Kumpulan
- Lampiran 7. Informed Consent Guru UKS
- Lampiran 8. Informed Consent Ahli Media
- Lampiran 9. Informed Consent Ahli Bahasa
- Lampiran 10. Pedoman Wawancara Mendalam Siswa
- Lampiran 11. Pedoman Wawancara Mendalam Guru UKS
- Lampiran 12. Pedoman Wawancara Mendalam PJ Program
- Lampiran 13. Pedoman Wawancara Ahli Media
- Lampiran 14. Pedoman wawancara Ahli Bahasa
- Lampiran 15. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 16. Transkrip Wawancara
- Lampiran 17. Master Tabel Uji Kuesioner
- Lampiran 18. Master Tabel
- Lampiran 19. Hasil Analisis Data Kuantitatif
- Lampiran 20. Dokumentasi Kegiatan

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Kesehatan reproduksi merupakan permasalahan penting yang perlu mendapat perhatian terutama di kalangan remaja<sup>(1)</sup>. Masa remaja merupakan masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi dan psikis. Pada masa ini dimulai suatu periode pematangan organ reproduksi manusia, dan sering disebut masa pubertas. Masa pubertas pada remaja putri ditandai dengan datangnya menstruasi<sup>(2)</sup>. Menstruasi merupakan keluarnya darah akibat meluruhnya dinding rahim dimana infeksi sangat beresiko terjadi pada pembuluh darah rahim<sup>(3)</sup>.

Beberapa kesalahan dalam praktek kebersihan diri selama masa menstruasi dapat menimbulkan resiko masalah kesehatan reproduksi<sup>(4)</sup>. Resiko gangguan kesehatan seperti keputihan, infeksi saluran kemih (ISK), penyakit radang panggul (PRP), dan kemungkinan terjadi kanker leher rahim<sup>(5)</sup>. Salah satu upaya untuk mencegah terjadinya masalah kesehatan akibat menstruasi adalah dengan menjaga *hygiene genitalia* saat menstruasi. *Hygiene Genetelia* merupakan suatu tindakan atau cara perawatan individu untuk memelihara kebersihan dan menjaga kesehatan organ reproduksinya. *Hygiene* pada saat menstruasi diantaranya mengganti pembalut 4-5 kali sehari, membersihkan alat genetelia sebelum mengganti pembalut, menjaga kebersihan rambut genetelia, mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut serta menggunakan celana dalam yang tidak ketat<sup>(6)</sup>.

Menurut data *World Health Organization* menunjukkan bahwa 33% masalah kesehatan reproduksi yang dialami wanita dikarenakan personal hygiene yang kurang baik. Usia remaja merupakan kelompok dengan kejadian infeksi saluran reproduksi (ISR) tertinggi dunia yaitu 35%-42%<sup>(7)</sup>. Berdasarkan Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKRRI) tahun 2016 bahwa secara nasional remaja yang berperilaku *hygiene* dengan benar sebesar 21,3%<sup>(8)</sup>. Sedangkan menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 menunjukkan 69,3% remaja putri masih memiliki perilaku yang kurang baik dalam menjaga hyginitas menstruasi<sup>(9)</sup>.

Perilaku cuci tangan yang tidak benar dapat menjadi faktor pencetus terjadinya keputihan pada remaja sebanyak 63%<sup>(10)</sup>. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan proporsi perilaku benar dalam cuci tangan di Provinsi Sumatera Barat pada penduduk umur diatas 10 tahun adalah sebesar 37,9%<sup>(11)</sup>. Dimana Sumatera Barat termasuk kedalam 10 provinsi dengan prevalensi perilaku cuci tangan terendah. Sedangkan proporsi perilaku benar dalam cuci tangan di Kabupaten Pasaman adalah sebesar 39,7%<sup>(12)</sup>.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru di SMAN 1 Bonjol didapatkan bahwa belum ada penyuluhan dari sekolah maupun puskesmas mengenai *hygiene genitalia* saat menstruasi yang diberikan kepada siswi. Selain itu hasil wawancara dengan siswi didapatkan hasil bahwa mereka belum mengetahui tentang cara menjaga *hygiene genitalia* yang baik saat



menstruasi seperti menggunakan pembalut lebih dari 6 jam, tidak mengeringkan vagina yang lembab dan tidak mencuci tangan sesudah mengganti pembalut.

Kurangnya pengetahuan remaja tentang menstruasi sering dikira bahwa kesehatan pada reproduksi merupakan suatu perbincangan paling tabu untuk diulas dengan detail dan mendalam<sup>(13)</sup>. Pemberian pendidikan kesehatan tentang *hygiene genitalia* merupakan cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan kepada individu remaja putri<sup>(14)</sup>. Tetapi belum ada program dari pihak puskesmas terkait *hygiene genitalia* saat menstruasi. Proses pembelajaran yang baik sangat didukung dengan penggunaan media yang tepat. Salah satu media yang bisa dijadikan sebagai media untuk memberikan informasi atau pengetahuan dengan tujuan pendidikan serta pemberdayaan masyarakat adalah podcast<sup>(15)</sup>.

Secara sederhana podcast diartikan sebagai materi yang disampaikan melalui media audio atau video<sup>(15)</sup>. Menurut survey, remaja sangat tertarik mendengarkan podcast. yang menghasilkan persentase sebanyak 22.2% dibandingkan dengan orang dewasa yang rentan berusia 30-35 tahun, yang hanya menghasilkan persentase sekitar 15,7%<sup>(16)</sup>. Penelitian Dave Tapp tentang efektivitas penggunaan podcast terhadap sekelompok siswa menunjukkan bahwa media podcast dapat diterima dengan baik oleh siswa melalui kegiatan mendengarkan umpan balik mereka<sup>(17)</sup>.

Penggunaan podcast yang mudah diakses melalui smartphone dapat menjadi alat yang efektif untuk membantu siswa belajar dan meningkatkan

minat mereka dalam topik tertentu. Rata-rata siswi di SMAN 1 Bonjol membawa smartphone ke sekolah karena sekolah memperbolehkan siswanya membawa smartphone untuk membantu pembelajaran di kelas. Penggunaan smartphone tersebut merupakan salah satu sarana yang dapat mendukung penelitian ini.

Berdasarkan uraian diatas, maka dilakukan penelitian dengan judul “Perbedaan pengetahuan dan sikap remaja putri dalam *hygiene genitalia* saat menstruasi dengan menggunakan media podcast di SMAN 1 Bonjol”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana perbedaan pengetahuan dan sikap remaja putri dalam *hygiene genitalia* saat menstruasi dengan menggunakan media podcast di SMAN 1 Bonjol?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap remaja putri dalam *hygiene genitalia* saat menstruasi dengan menggunakan media podcast di SMAN 1 Bonjol.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk merancang media podcast terkait *hygiene genitalia* saat menstruasi.
- b. Untuk mengetahui nilai rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah

- edukasi dalam *hygiene genitalia* saat menstruasi di SMAN 1 Bonjol.
- c. Untuk mengetahui nilai rata-rata sikap sebelum dan sesudah edukasi dalam *hygiene genitalia* saat menstruasi di SMAN 1 Bonjol.
  - d. Untuk mengetahui perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi pada siswi dalam *hygiene genitalia* saat menstruasi di SMAN 1 Bonjol.
  - e. Untuk mengetahui perbedaan sikap sebelum dan sesudah pemberian edukasi pada siswi dalam *hygiene genitalia* saat menstruasi di SMAN 1 Bonjol.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Sebagai bahan dalam menambah ilmu pengetahuan dalam bidang promosi kesehatan terutama tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi.

##### **2. Manfaat Empiris**

###### **a. Bagi Peneliti**

Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam proses penelitian tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi melalui media podcast.

###### **b. Bagi Siswa**

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan perubahan sikap remaja putri tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi.

c. Bagi SMAN 1 Bonjol

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan mengenai edukasi dalam menangani masalah hygiene genitalia saat menstruasi sehingga siswa dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga *hygiene genitalia* saat menstruasi.

d. Bagi Puskesmas

Dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi puskesmas tentang media podcast.

## **E. Ruang Lingkup**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap siswa perempuan dalam *hygiene genitalia* saat menstruasi dengan menggunakan media podcast. Penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Bonjol. Subjek penelitian ini adalah seluruh siswi kelas X dan XI di SMAN 1 Bonjol. Penelitian ini menggunakan metode penelitian *mix methode*. Pada penelitian kualitatif menggunakan studi kasus eksploratif serta untuk kuantitatif digunakan jenis *quasi experiment design* dengan *one group pretest – posttest design*. Teknik pengambilan sampel kuantitatif dilakukan dengan *proporsional random sampling* dan *simple random sampling*. Data di penelitian ini dikumpulkan dengan wawancara mendalam, kuesioner, kemudian dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. *Hygiene Genitalia***

##### **1. Defenisi *Hygiene Genitalia* saat Menstruasi**

*Hygiene genitalia* saat menstruasi merupakan pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan selama menstruasi, agar terhindar dari gangguan alat reproduksi sehingga mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta meningkatkan derajat kesehatan seseorang<sup>(18)</sup>. *Hygiene* pada saat menstruasi merupakan hal penting dalam menentukan kesehatan organ reproduksi remaja putri, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi<sup>(13)</sup>.

Alat kelamin terutama vagina memiliki kelembaban yang cukup tinggi menjadikannya tempat berkembang biak yang sempurna bagi berbagai kuman dan bakteri, termasuk jamur. Sehingga dengan demikian perempuan diwajibkan menjaga kebersihan alat reproduksi dengan berkala dan dengan cara yang benar<sup>(19)</sup>.

##### **2. Cara Menjaga *Hygiene Genitalia* Saat Menstruasi<sup>(20)</sup>**

###### **a. Menambah Frekuensi Mandi**

Saat menstruasi wanita lebih berkeringat dibanding dengan hari-hari biasanya. Oleh karena itu, agar tubuh tetap segar dan bebas dari bau badan harus rajin merawat tubuh dengan mandi yang bersih dan mencuci rambut minimal dua hari sekali. Sebagaimana Yusuf pada tahun 2012, menyatakan bahwa remaja

putri sebagai respondennya menyatakan bahwa mereka menambah frekuensi mandinya saat menstruasi sebanyak 2-3 kali per hari.

- b. Membersihkan bekas keringat yang ada disekitar alat kelamin secara teratur

Membersihkan bekas keringat yang ada disekitar alat kelamin secara teratur dengan air bersih, lebih baik menggunakan air hangat, dan sabun lembut dengan kadar soda rendah terutama setelah buang air besar (BAB) dan buang air kecil (BAK). Cara membasuh alat kelamin perempuan yang benar adalah dari arah depan (vagina) ke belakang (anus), tidak terbalik karena bakteri yang ada disekitar anus bisa terbawa ke dalam vagina dan berisiko menimbulkan infeksi. Setelah dibersihkan, vagina dikeringkan menggunakan handuk bersih atau tisu kering supaya vagina tidak lembab.

- c. Mencuci vagina menggunakan air bersih

Menggunakan air bersih saat mencuci vagina. Tidak perlu sering menggunakan sabun khusus pembersih vagina ataupun obat semprot pewangi vagina (*douching*). Vagina sendiri sudah mempunyai mekanisme alami untuk mempertahankan keasamannya yaitu adanya kuman *doderlin* yang hidup di vagina dan berfungsi memproduksi asam sehingga terbentuk suasana masam yang mampu mencegah bakteri masuk kedalam vagina.

d. Mengganti celana minimal 2 kali sehari

Kebersihan daerah kewanitaan juga bisa dijaga dengan sering mengganti celana dalam minimal dua kali sehari untuk menjaga vagina dari kelembaban yang berlebihan. Bahan celana dalam yang baik harus menyerap keringat seperti katun. Hindari memakai celana dalam atau celana jeans yang ketat karena kulit susah bernafas dan akhirnya menyebabkan daerah kewanitaan menjadi lembab, berkeringat dan mudah menjadi tempat berkembang biak jamur yang dapat menimbulkan iritasi.

e. Pemakaian pembalut tidak boleh dari 6 jam

Menstruasi merupakan mekanisme tubuh untuk membuang darah kotor, pemakaian pembalut tidak boleh lebih dari 6 jam dan diganti sesering mungkin bila sudah penuh oleh darah. Hal ini dikarenakan pembalut juga menyimpan bakteri jika lama tidak diganti menggunakan pembalut sekali pakai bukan pembalut kain, karena dikhawatirkan pembalut kain kurang *hygiene* akibat perawatan yang kurang baik, seperti mengeringkan di tempat tersembunyi atau tidak terkena cahaya matahari yang menyebabkan timbulnya mikroba atau larva yang menyebabkan vagina berbau tidak sedap. Gunakan pembalut yang berbahan lembut dan berdaya serap tinggi. Biasakan diri untuk selalu mencuci tangan sebelum

dan sesudah mengganti pembalut. Selain itu, membuang pembalut bekas dengan bungkus kertas kemudian dibuang ketempat sampah.

### 3. Penyakit dan Gangguan Jika Tidak Menjaga Kebersihan Saat Menstruasi

#### a. Infeksi Saluran Reproduksi

*Kandidosis vulvovaginitis* adalah infeksi saluran reproduksi wanita yang disebabkan oleh jamur *Candida albicans*. Penyakit ini dapat menyebabkan rasa gatal ekstrem dan pembengkakan pada vagina dan vulva serta keputihan yang menggumpal. Salah satu faktor risiko dari penyakit ini adalah higienitas wanita yang buruk, terutama saat menstruasi. Kondisi organ reproduksi yang terlalu lembab serta iritasi pada penggunaan pembalut yang tidak tepat dapat menimbulkan infeksi ini. Penyakit ini dapat berhubungan dengan risiko HIV dan HPV (penyebab kanker serviks).

#### b. Infeksi Saluran Kemih (ISK)

Ini merupakan kondisi organ sistem atau saluran kemih, seperti ginjal, ureter, kandung kemih, uretra, dan mengalami infeksi. Gejala ISK beragam, mulai dari demam, sakit di perut dan panggul, nyeri saat buang air kecil, muncul darah dari urine, dan lain sebagainya. Apabila tidak ditangani dengan baik, ISK dapat menimbulkan komplikasi serius hingga bisa menyebabkan kematian. Salah satu faktor penyebab munculnya risiko dari penyakit ini adalah jika perempuan memiliki kebersihan yang buruk, seperti pembersihan



organ kelamin luar yang tidak tepat dan menggunakan produk yang tidak higienis.

c. Infeksi Jamur

*Vaginosis bakterialis* adalah infeksi vagina yang disebabkan oleh terganggunya keseimbangan jumlah bakteri alami atau flora normal di dalam vagina. Ini bukan kondisi berbahaya, tetapi dapat menimbulkan gejala yang mengganggu, seperti keputihan dan gatal. Salah satu faktor risiko timbulnya penyakit ini adalah penggunaan berulang atau jarang digantinya pembalut, serta higienitas yang buruk. Infeksi *vaginosis bakterialis* berhubungan dengan peningkatan risiko infeksi HIV, HPV (penyebab Kanker Serviks), dan komplikasi persalinan.

d. Peningkatan risiko kanker serviks

Bila semua gejala itu tidak ditangani maka akan memicu potensi untuk kanker serviks yang berbahaya bagi kehidupan perempuan.

## **B. Konsep Remaja**

### 1. Pengertian Remaja

Remaja menurut *World Health Organization* (WHO) adalah masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual. Masa remaja adalah mereka yang berada pada tahap transisi antara masa anak-anak dan dewasa.

Batasan usia remaja menurut WHO adalah 12 sampai 24 tahun. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 sampai 18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 sampai 24 tahun dan belum menikah<sup>(21)</sup>.

## 2. Perkembangan Remaja

Menurut Widyastuti, dkk (2009) berdasarkan sifat atau ciri perkembangannya, masa (rentang waktu) remaja ada tiga tahap yaitu<sup>(22)</sup>:

### 1) Masa remaja awal (10-12 tahun)

Pada masa remaja awal ini remaja tampak dan memang merasa lebih dekat dengan teman sebaya, merasa ingin bebas, tampak dan lebih banyak memperhatikan keadaan tubuhnya dan mulai berpikir yang khayal (abstrak).

### 2) Masa remaja tengah (13-15 tahun)

Ciri-ciri antara lain tampak dan ingin mencari identitas diri, ada keinginan untuk berkencan atau ketertarikan pada lawan jenis, dan timbul perasaan cinta yang mendalam, kemampuan berpikir abstrak (berkhayal) makin berkembang dan biasanya berkhayal mengenai hal-hal yang berkaitan dengan seksual.

### 3) Masa remaja akhir (16-19 tahun)

Masa remaja akhir mulai menampilkan pengungkapan kebebasan diri, dalam mencari teman sebaya lebih selektif, memiliki

citra (gambaran, keadaan, peranan) terhadap dirinya, dapat mewujudkan perasaan cinta, memiliki kemampuan berpikir khayal atau abstrak.

### 3. Perubahan Fisik pada Masa Remaja

Menurut Kumalasari (2012), pada masa remaja itu terjadilah pertumbuhan fisik yang cepat di sertai banyak perubahan, termasuk di dalamnya pertumbuhan organ-organ reproduksi (organ seksual) sehingga tercapai kematangan yang di tunjukkan dengan kemampuan melaksanakan fungsi reproduksi. Menurut Marmi (2014), perubahan yang terjadi pada pertumbuhan tersebut di ikuti oleh munculnya tanda-tanda sebagai berikut:

#### a) Tanda-tanda seks primer perempuan

Pada remaja putri sebagai tanda kematangan organ reproduksi adalah ditandai dengan datangnya menstruasi (menarche). Tanda-tanda seks primer adalah organ seks. Semua organ reproduksi perempuan tumbuh selama masa pubertas.

#### b) Tanda-tanda seks sekunder perempuan

##### 1) Tumbuh rambut disekitar kemaluan.

Tumbuhnya rambut kemaluan ini terjadi setelah pinggul dan payudara mulai berkembang. Bulu ketiak dan bulu pada kulit wajah mulai tampak setelah haid.

##### 2) Pinggul menjadi berkembang, membesar dan membulat.

Hal ini sebagai akibat membesarnya tulang pinggul dan berkembangnya lemak di bawah kulit.

- 3) Seiring pinggul membesar, maka payudara juga membesar dan puting susu menonjol.

Hal ini terjadi secara harmonis sesuai pula dengan berkembang dan makin besarnya kelenjar susu sehingga payudara menjadi lebih besar dan lebih bulat<sup>(23)</sup>.

### **C. Konsep Perilaku**

#### **a. Pengertian Perilaku**

Perilaku merupakan bagian dari aktivitas suatu organisme. Perilaku adalah apa yang dilakukan organisme atau apa yang diamati oleh organisme lain. Perilaku juga merupakan bagian dari fungsi organisme yang terlibat dalam suatu tindakan. Perilaku merupakan respon atau reaksi terhadap stimulus (rangsang dari luar). Perilaku terjadi melalui proses respon, sehingga teori ini sering disebut dengan teori "S-O-R" atau Teori Organisme Stimulus. Perilaku organisme merupakan segala sesuatu yang dilakukan termasuk perilaku tertutup dan terbuka seperti berpikir dan merasakan.

#### **b. Determinan Perilaku**

Determinan perilaku dapat dibedakan menjadi dua, yaitu:

- a. Determinan atau faktor internal, yaitu karakteristik individu yang bersangkutan, yang bersifat bawaan, misalnya: tingkat kecerdasan, tingkat emosional, jenis kelamin, dan sebagainya.

b. Determinan atau faktor eksternal, yaitu pengaruh dari lingkungan atau luar individu yang bersangkutan, baik lingkungan fisik, sosial, budaya, ekonomi, politik, dan sebagainya. Faktor lingkungan ini sering merupakan faktor yang dominan yang mewarnai perilaku seseorang.

c. Tahapan Perubahan Perilaku

Teori perubahan perilaku yang sering dipakai adalah teori adopsi inovasi dari Roger dan Shoemaker yang mengatakan bahwa proses adopsi melalui lima tahap yaitu *awareness*, *interest*, *evaluation*, *trial* dan *adoption*. Tahap *awareness* merupakan tahapan seseorang mengetahui/menyadari tentang adanya ide baru, tahap *interest* adalah tahap menaruh perhatian terhadap ide baru tersebut. Tahap *trial* yaitu tahap saat seseorang mulai mencoba memakainya. Tahap terakhir adalah tahap *adoption*, bila orang tersebut tertarik maka ia akan menerima ide baru tersebut. Tahap adopsi ini tidak akan berarti setelah suatu inovasi diterima atau ditolak, situasi ini akan dapat berubah akibat pengaruh lingkungan.

#### **D. Domain Perilaku**

1. Pengetahuan

a. Pengertian Pengetahuan

Bila ditinjau dari jenis katanya 'pengetahuan' termasuk dalam kata benda, yaitu kata benda jadian yang tersusun dari kata dasar 'tahu' dan memperoleh imbuhan 'pe- an', yang secara singkat

memiliki arti 'segala hal yang berkenaan dengan kegiatan tahu atau mengetahui. Pengertian pengetahuan mencakup segala kegiatan dengan cara dan sarana yang digunakan maupun segala hasil yang diperolehnya. Pengetahuan merupakan segenap hasil dari kegiatan mengetahui berkenaan dengan sesuatu obyek (dapat berupa suatu hal atau peristiwa yang dialami subyek). Pengetahuan yang telah dimiliki oleh setiap orang tersebut kemudian diungkapkan dan dikomunikasikan satu sama lain dalam kehidupan bersama, baik melalui bahasa maupun kegiatan; dan dengan cara demikian orang akan semakin diperkaya pengetahuannya satu sama lain<sup>(24)</sup>.

#### b. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah ingatan, kesaksian, minat, rasa ingin tahu, pikiran dan penalaran, logika, bahasa dan kebutuhan manusia (Sudarminta J, 2002). Sedangkan Notoatmodjo tahun 2002 memaparkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah tingkat pendidikan, informasi, budaya, dan pengalaman.

#### c. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan atau ranah kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (overt behavior). Pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan :

1) Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dan seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah.

2) Memahami (*comprehension*)

Diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan dan menyebutkan.

3) Aplikasi (*application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real (sebenarnya).

4) Analisis (*analysis*)

Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

5) Sintesis (*synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian – bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

6) Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaianpenilaian ini berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada<sup>(25)</sup>.

d. Pengukuran Pengetahuan

Tolak ukur pengukuran pengetahuan, Pengukuran pengetahuan menggunakan kuesioner sebagai tolak ukur pengukuran pengetahuan, dengan menyusun kuesioner dengan menggunakan skala Guttman. Skala Guttman merupakan skala pengukuran dengan tipe jawaban tegas yaitu “ya-tidak”, “benar-salah”, “positif-negatif”, “pernah-tidak pernah”, dan lain-lain. Skala Guttman dapat dibuat dalam bentuk pilihan ganda dan checklist. Jawaban benar dapat diberikan skor 1 serta jawaban salah diberikan skor 0.



## 2. Sikap

### a. Pengertian Sikap

Kecenderungan untuk bertindak secara suka atau tidak suka terhadap suatu objek. Dalam hal ini, merupakan kesediaan seseorang untuk menolak atau menerima suatu objek berdasarkan penilaian terhadap objek itu apakah berarti atau tidak bagi dirinya. Itulah sebabnya sikap berhubungan dengan pengetahuan dan perasaan terhadap objek.

Objek sikap adalah segala sesuatu (benda, orang, hal, itu) yang bisa dinilai oleh manusia. Dimensi pertimbangan dalam sikap berupa skala positif-negatif, seperti dari baik ke buruk, dari bagus ke jelek, dari haram ke halal, dari syah ke tidak syah, dari enak ke tidak enak. Dengan demikian, sikap adalah menempatkan suatu objek ke dalam salah satu skala pertimbangan.

Sikap merupakan suatu keadaan yang memungkinkan timbulnya suatu Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap, perbuatan atau tingkah laku. Sikap seseorang pada suatu objek, merupakan manifestasi komponen sikap yang meliputi 3 komponen yaitu kognitif, afektif dan konatif. Ketiga komponen ini saling berinteraksi untuk memahami, merasakan dan berperilaku terhadap objek sikap.

a) Menerima (*receiving*), objek mau memperhatikan stimulus yang diberikan oleh subjek.

- b) Merespon (*responding*), objek mengerjakan dan menyelesaikan stimulus atau perintah yang diberikan oleh subjek.
  - c) Menghargai (*valving*), objek mampu mengajak individu lain untuk ikut bertindak.
  - d) Bertanggung jawab (*responsible*), objek mampu menerima resiko terhadap keputusan yang diambil.
- b. Faktor yang Mempengaruhi Sikap

Faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap antara lain (Kristina, 2007):

1) Pengalaman pribadi

Sikap yang diperoleh lewat pengalaman akan menimbulkan pengaruh langsung terhadap perilaku berikutnya.

2) Orang lain

Seseorang cenderung akan memiliki sikap yang disesuaikan atau sejalan dengan sikap yang dimiliki orang yang dianggap berpengaruh antara lain adalah orang tua, teman dekat, teman sebaya.

3) Kebudayaan

Kebudayaan dimana kita hidup akan mempengaruhi pembentukan sikap seseorang.

4) Media massa

Sebagai sarana komunikasi, berbagai media massa seperti televisi, radio, surat kabar dan internet mempunyai pengaruh dalam

membawa pesan-pesan yang berisi sugesti yang dapat mengarah pada opini yang kemudian dapat mengakibatkan adanya landasan kognisi sehingga mampu membentuk sikap.

#### 5) Lembaga pendidikan dan lembaga agama

Lembaga pendidikan serta lembaga agama suatu sistem mempunyai pengaruh dalam pembentukan sikap, dikarenakan keduanya meletakkan dasar, pengertian dan konsep moral dalam diri individu. Pemahaman akan baik dan buruk antara sesuatu yang boleh dan tidak boleh dilakukan diperoleh dari pendidikan dan pusat keagamaan serta ajarannya.

#### 6) Faktor emosional

Tidak semua bentuk sikap ditentukan oleh situasi lingkungan dan pengalaman pribadi seseorang. Kadang- kadang suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari oleh emosi, yang berfungsi sebagai semacam penyaluran frustrasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego.

#### c. Tingkatan Sikap

Berbagai tingkatan sikap Seperti halnya dengan pengetahuan, sikap ini terdiri dari berbagai tingkatan:

##### 1) Menerima (*receiving*)

Menerima diartikan bahwa orang (subjek) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (objek).

2) Merespons (*responding*)

Memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan, dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi dari sikap.

3) Menghargai (*valuing*)

Mengajak orang lain untuk mendiskusikan suatu masalah adalah suatu indikasi sikap tingkat tiga.

4) Bertanggung jawab (*responsible*)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala risiko merupakan sikap yang paling tinggi

d. Pengukuran Sikap

Pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung dan secara tidak langsung. Secara langsung dapat ditanyakan dengan bagaimana pendapat atau pertanyaan kepada responden terhadap suatu objek<sup>(26)</sup>.

**E. Perancangan Media “P Proses”**

P-Proses merupakan proses penyusunan perencanaan media promosi kesehatan yang praktis dan strategis, terdiri dari beberapa tahap, yaitu:

1. Analisis Masalah Kesehatan dan Sasaran

Analisis masalah kesehatan yang dikaitkan dengan perilaku

a. Perilaku Ideal

a) Paham informasi kesehatan tentang *hygiene genitalia* pada saat menstruasi

- b) Bersedia melakukan pemeliharaan diri dengan baik dan benar saat menstruasi
- b. Perilaku yang sekarang
  - a) Tidak paham informasi kesehatan tentang *hygiene genitalia* pada saat menstruasi
  - b) Tidak bersedia melakukan pemeliharaan diri dengan baik dan benar pada saat menstruasi
- c. Perilaku yang diharapkan
  - a) Individu mau mencari informasi terkait akibat jika tidak menjaga *hygiene genitalia* dengan baik dan benar
  - b) Individu mau melakukan pemeliharaan diri dengan baik dan benar pada saat menstruasi
- d. Hambatan dalam melakukan perilaku ideal berkaitan dengan *hygiene genitalia* saat menstruasi
  - a) Kurangnya keinginan dari sasaran untuk mencari tau informasi tentang *hygiene genitalia* pada saat menstruasi
  - b) Sasaran menganggap sepele kebersihan diri pada saat menstruasi
- e. Analisis masalah kesehatan yang berkaitan dengan faktor-faktor yang melatarbelakangi perilaku sekarang

Masyarakat sekitar menganggap *hygiene genitalia* saat menstruasi ini hanya masalah sepele.
- f. Analisis masalah kesehatan berdasarkan dengan tahap adopsi perilaku berkaitan dengan *hygiene genitalia* saat menstruasi

A (*Awareness*) : Kesadaran remaja untuk lebih memperhatikan kebersihan diri mereka pada saat menstruasi.

I (*Interest*) : Ketertarikan remaja terhadap apa saja penyakit yang timbul apabila tidak menjaga kebersihan pada saat menstruasi.

E (*Evaluation*) : Evaluasi dilakukan oleh remaja untuk menilai apakah cara mereka menjaga *hygiene genitalia* saat menstruasi selama ini sudah benar.

T (*Trial*) : Remaja mulai mencoba untuk menerapkan perilaku menjaga *hygiene genitalia* dengan baik dan benar.

A (*Adoption*) : Remaja memutuskan untuk mengambil atau meninggalkan perilaku tersebut, ada yang ingin menjaga *hygiene genitalia* saat menstruasi dengan baik dan benar dan ada yang tidak ingin menjaga *hygiene genitalia* pada saat menstruasi dengan baik dan benar.

- g. Analisis perilaku kesehatan yang berkaitan dengan kebijakan & sumber dana berhubungan dengan *hygiene genitalia* pada saat menstruasi.

Kebijakan public berwawasan kesehatan berkaitan dengan *hygiene genitalia* saat menstruasi pada remaja, kebijakan/peraturanya sudah ada tetapi kurangnya promosi yang dilakukan sehingga sasaran masih banyak yang tidak tau mengenai fakta dan bahaya jika tidak menjaga *hygiene genitalia* dengan benar.

#### h. Analisis target sasaran

- a. Sasaran primer : remaja putri di Sekolah Menengah Atas.
- b. Sasaran sekunder : guru, organisasi sekolah.
- c. Sasaran tersier : kepala sekolah.

#### 2. Rancangan Pengembangan Media

Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan adalah menggunakan hasil dari analisis masalah dan sasaran tersebut untuk merancang pengembangan media.

Ada beberapa jenis kegiatan yaitu :

##### a. Menentukan Tujuan

- a) *Specific* : Dengan masalah terkait *hygiene genitalia* pada saat menstruasi, mengembangkan media tentang informasi mengenai cara menjaga *hygiene genitalia* yang baik dan benar pada saat menstruasi.
- b) *Measurable* : Tujuan yang akan dicapai haruslah dapat diukur, kira-kira efektif atau tidak, misalnya seperti kuat, seberapa sering, seberapa banyak media tersebut dapat dimanfaatkan oleh remaja.
- c) *Achievable* : Tujuan yang ditetapkan haruslah dapat dicapai.  
Contoh: dengan adanya media ini, remaja dapat mengetahui bagaimana cara menjaga *hygiene genitalia* pada saat menstruasi.
- d) *Realistic* : Membuat tujuan harus masuk akal untuk kita capai.

- e) *Timebound* : Untuk membuat tujuan tersebut, haruslah dapat diukur kapan tujuan tersebut akan tercapai/ adanya batasan waktu, agar dapat terpacu untuk segera memulai tindakan.
- b. Identifikasi segmentasi sasaran
- a) Kelompok (1): Kelompok yang akan menyebar luaskan informasi kepada orang lain mengenai *hygiene genitalia* pada saat menstruasi dengan memberikan advokasi pada mereka yaitu kepala sekolah, guru, orang tua.
- b) Kelompok (2): remaja yang akan diberikan informasi terkait *hygiene genitalia* pada saat menstruasi.
- c. Mengembangkan pesan
- Pesan yang di kembangkan harus sesuai dengan tujuan, karakteristik sasaran serta media yang telah dipilih.
- a) *Command attention* : Pesan yang dikembangkan mengenai *hygiene genitalia* saat menstruasi harus terfokus dan dapat menarik perhatian sasaran.
- b) *Clarify the message* : Pesan yang efektif harus dapat memberikan informasi yang relevan dan baru bagi penentu kebijakan.
- c) *Creative trust* : Pesan yang disampaikan dapat dipercaya kebenarannya, dan harus didukung oleh data yang akurat, seperti data dari Kementerian Kesehatan.



- d) *Communicator a benefit* : Untuk tindakan yang diharapkan harus dilakukan oleh sasaran contoh: Ayo tingkatkan *hygiene genitalia* kamu pada saat menstruasi!
  - e) *Consistency* : Pesan harus konsisten
  - f) *Cater to the main* : Membentuk opini sasaran secara luas, serta dapat menyentuh hati/ rasa sehingga pesan tersebut dapat memberikan sentuhan emosional serta membangkitkan kebutuhan sasaran.
  - g) *Call to action* : Dari pesan yang sudah disampaikan maka sasaran dapat menjadi kan contoh untuk kehidupan sehari- hari.
- d. Mengembangkan media yang akan digunakan
- Media yang akan kita produksi harus sesuai dengan metode Promosi Kesehatan yang akan digunakan. Pada penelitian ini media yang digunakan adalah podcast. Podcast ini dipilih karena sesuai dengan karakteristik sasaran sehingga pesan yang diberikan mudah diterima oleh sasaran, serta remaja juga cenderung lebih banyak menyukai pembelajaran menggunakan media audiovisual.
- e. Jangka waktu dan dampak penggunaan media
- Jangka waktu dalam penggunaan media juga perlu diperhatikan, apakah bisa jika media dipakai dalam jangka waktu yang lama atau jangka waktu pendek saja. Dampak yang akan ditimbulkan dari media tersebut perlu diperhatikan juga apakah memiliki dampak positif atau

negatif terhadap sasaran. Media podcast ini dapat di akses secara terus menerus karna sudah ada di drive dan link dari google drive sudah dibagikan kepada guru dan sasaran.

f. Kemampuan Interpersonal

Dalam mengembangkan media tentunya harus disesuaikan dengan kemampuan seseorang atau kelompok yang menggunakan media tersebut, maupun kemampuan sasaran untuk mengakses media itu. Disini peneliti menggunakan podcast sehingga kapan saja dan dimana saja remaja bisa mengakses podcast ini karna telah di upload di google drive.

g. Rencana kegiatan promosi kesehatan melalui jenis media harus dirancang dengan benar dan tepat

Agar tujuan yang telah ditetapkan dan dapat tercapai, maka pengembangan media yang di buat harus sesuai dengan rencana kegiatan yang telah ditetapkan.

h. Perencanaan anggaran

Dalam mengembangkan media tentunya disertai dengan perencanaan anggaran yang dibutuhkan untuk pengembangan media :

- 1) Kegiatan kajian : kegiatan kajian memerlukan biaya yang lumayan besar karena memerlukan narasumber
- 2) Penyempurnaan dan Pendistribusian media : diperlukan biaya untuk menyempurnakan podcast dan kuota internet untuk mengakses media podcast.

### 3. Pengembangan Pesan Dan Uji Coba Media Serta Produksi

#### 1) Pengembangan Pesan

1. Media : Podcast
2. Isi pesan : 1) Pengertian *Hygiene genitalia*  
2) Cara menjaga *hygiene genitalia* pada saat menstruasi  
3) Akibat tidak menjaga *hygiene genitalia* pada saat menstruasi
3. Sasaran : Remaja putri di SMA

#### 2) Uji Coba

Pada tahap ini dilakukan ujicoba untuk melihat kekurangan media yang dimiliki.

### F. Podcast

#### 1) Pengertian Podcast

Kata podcast merupakan kepanjangan dari “*play on demand*” dan “*broadcast*” atau ada juga yang menyebut “*Ipod Broadcasting*” karena pertama muncul diprakarsai oleh perusahaan Apple. Podcast menurut Philipis (2017) merupakan file audio digital yang dibuat serta diunggah ke platform digital online untuk dinikmati khalayak ramai<sup>(27)</sup>. Awalnya istilah podcast cenderung identik dengan materi berformat audio.

Belakangan, podcast juga mengacu pada materi dalam bentuk video. Sehingga pengertian podcast dapat mengacu pada podcast audio atau podcast video. Apple sendiri membuat batasan podcast sebagai

siaran audio dan video yang tersedia di internet untuk diputar pada perangkat portable atau komputer, seperti *iPad*, *Ipod*, atau *Mac*. Singkat cerita, istilah podcast diartikan sebagai materi audio atau video yang tersedia di internet yang dapat secara otomatis dipindahkan ke komputer atau media pemutar portable baik secara gratis maupun berlangganan<sup>(28)</sup>.

#### b. Jenis Podcast

Podcast memiliki berbagai jenis, yaitu<sup>(29)</sup>:

##### 1) Interview podcast

Podcast ini dipandu oleh 1 atau 2 pembawa acara serta menghadirkan bintang tamu atau narasumber yang mempunyai bidang yang sesuai dengan topik yang akan dibahas pada setiap episodenya. Pada umumnya pada podcast jenis ini pembawa acara akan melakukan interview pada bintang tamu tersebut. Pada jenis podcast ini dianggap paling populer dikarenakan tidak membutuhkan banyak persiapan, karena hanya membuat list pertanyaan dan melakukan improvisasi pembawa acara agar lebih natural dan luwes serta menarik untuk didengarkan<sup>(30)</sup>. Pada penelitian ini digunakan jenis interview podcast dengan menghadirkan seorang yang bekerja di bidang kesehatan.

##### 2) Solo podcast

Podcast ini disebut juga dengan podcast monolog yaitu dilakukan oleh host itu sendiri. Solo podcast ini bertujuan untuk

berbagi informasi, menyampaikan sebuah opini, atau melakukan sesi tanya jawab antara host dengan pendengar. Salah satu contoh dari podcast ini terdapat pada podcast Ustadz Hanan Attaki.

### 3) Multi host podcast

Podcast ini memiliki host lebih dari satu orang. Multi host podcast ini berupa diskusi dari beberapa pembicara yang memiliki perspektif serta pendapat yang berbeda tentang suatu topik untuk mengembangkan diskusi yang lebih menarik.

### c. Kelebihan Podcast

Menurut Donnelly dan Berge (2006) podcast memiliki banyak manfaat dan keuntungan yang cukup menarik karena dibandingkan dengan media lain, podcast dapat didengarkan kapan saja dan dimana saja sehingga memudahkan pendengarnya untuk melakukan aktivitas lain sembari mendengarkan podcast tersebut<sup>(27)</sup>. Keberadaan podcast tidak hanya untuk hiburan semata pada topik komedi, tetapi juga menjadi sumber informasi bagi masyarakat terkait berbagai topik lainnya, yang dikemas dalam bentuk wawancara, media pembelajaran, media dakwah, dan sebagainya<sup>(31)</sup>.

### d. Langkah Pembuatan Podcast

Proses pembuatan media pembelajaran podcast yang berformat video/MP4 sama dengan proses pembuatan video pembelajaran pada umumnya, dimana terdiri dari beberapa tahapan utama, yaitu

persiapan, perekaman, penyuntingan, dan penguploadan<sup>(32)</sup>. Berikut tahapan pembuatan konten podcast berformat video/MP4.

- 1) Tahap persiapan atau tahap pra produksi adalah tahap merencanakan segala sesuatu yang diperlukan untuk melaksanakan tahapan berikutnya, yaitu perekaman.

Beberapa hal yang perlu dipersiapkan dalam pembuatan media podcast:

- a) Mempersiapkan materi yang akan disampaikan, agar dalam penyampaian materinya teratur.
- b) Perangkat yang memadai, seperti kamera perekam, laptop penyunting video, tripod untuk meletakkan alat perekam, lighting untuk mempercerah tempat rekaman, dan mikrofon eksternal untuk meningkatkan kualitas suara rekaman.
- c) Aplikasi perekam dan penyunting video pembelajaran, seperti Filmora, Camtasia, Kine Master, Capcut, dan aplikasi lainnya.
- d) Kemampuan merancang skenario video pembelajaran yang menarik dan inovatif.
- e) Kemampuan merekam dan menyunting video.
- f) Rekan kerja yang dapat mendukung proses pembuatan video.

## 2) Tahap Perekaman

Tahap produksi sebaiknya melaksanakan kegiatan perekaman dengan terencana, bertahap, sesuai dengan skenario yang telah dibuat sebelumnya. Hal yang perlu dipertimbangkan saat melaksanakan proses perekaman adalah sebagai berikut.

- a) Membagi waktu perekaman menjadi beberapa sesi.
- b) Menggunakan latar belakang yang sesuai dengan tema.
- c) Gunakan tripod untuk mengatur posisi dan rotasi kamera.
- d) Pastikan anggota tubuh tidak keluar dari jangkauan rekaman kamera.
- e) Pilih angle yang tepat dan bervariasi.
- f) Pastikan hasil rekaman suara terdengar dengan jelas.
- g) Pastikan lingkungan sekitar tidak mengganggu proses membuat podcast karena noise atau gangguan suara lainnya.

## 3) Tahap Penyuntingan

Tahap pasca produksi adalah penyesuaian hasil rekaman dengan skenario pembelajaran yang dibuat. Seperti menghapus bagian yang tidak perlu, menambahkan latar musik dibagian pembukaan podcast. Aplikasi penyunting (editing) yang saat ini telah bisa dioperasikan menggunakan smartphone dan komputer.

## 4) Upload podcast

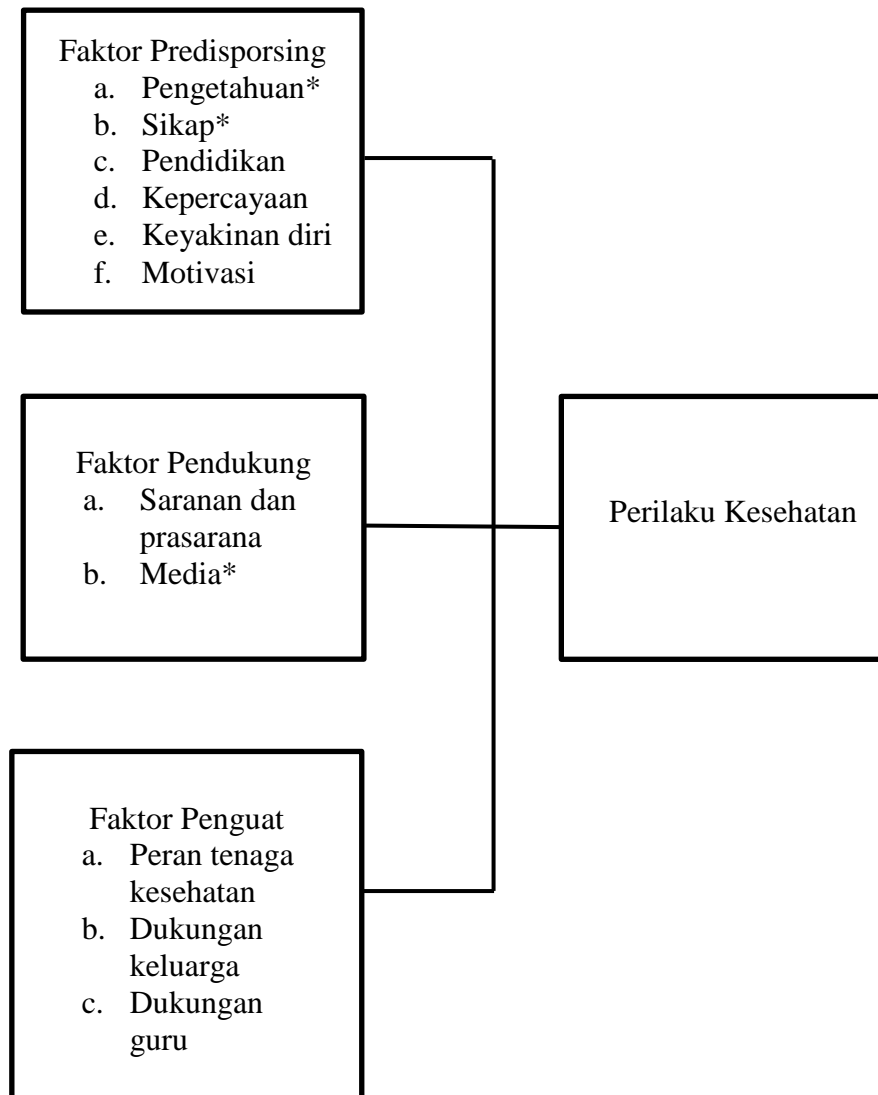
Konten podcast dengan format audio vidio dapat diunggah di berbagai platform. Beberapa platform populer yang mendukung

format ini yaitu youtube, spotify, apple podcasts, vimeo, twitch, podbean, dan juga google drive. Untuk mengupload konten ke google drive, langkah yang harus dilakukan yaitu login ke akun google, kemudian pilih tombol “new” dan pilih “file upload”. Proses uploading bergantung pada besar ukuran dan koneksi internet. Setelah unggah selesai, atur privasi file kemudian bagikan tautan file tersebut kepada audiens.



### G. Kerangka Teori

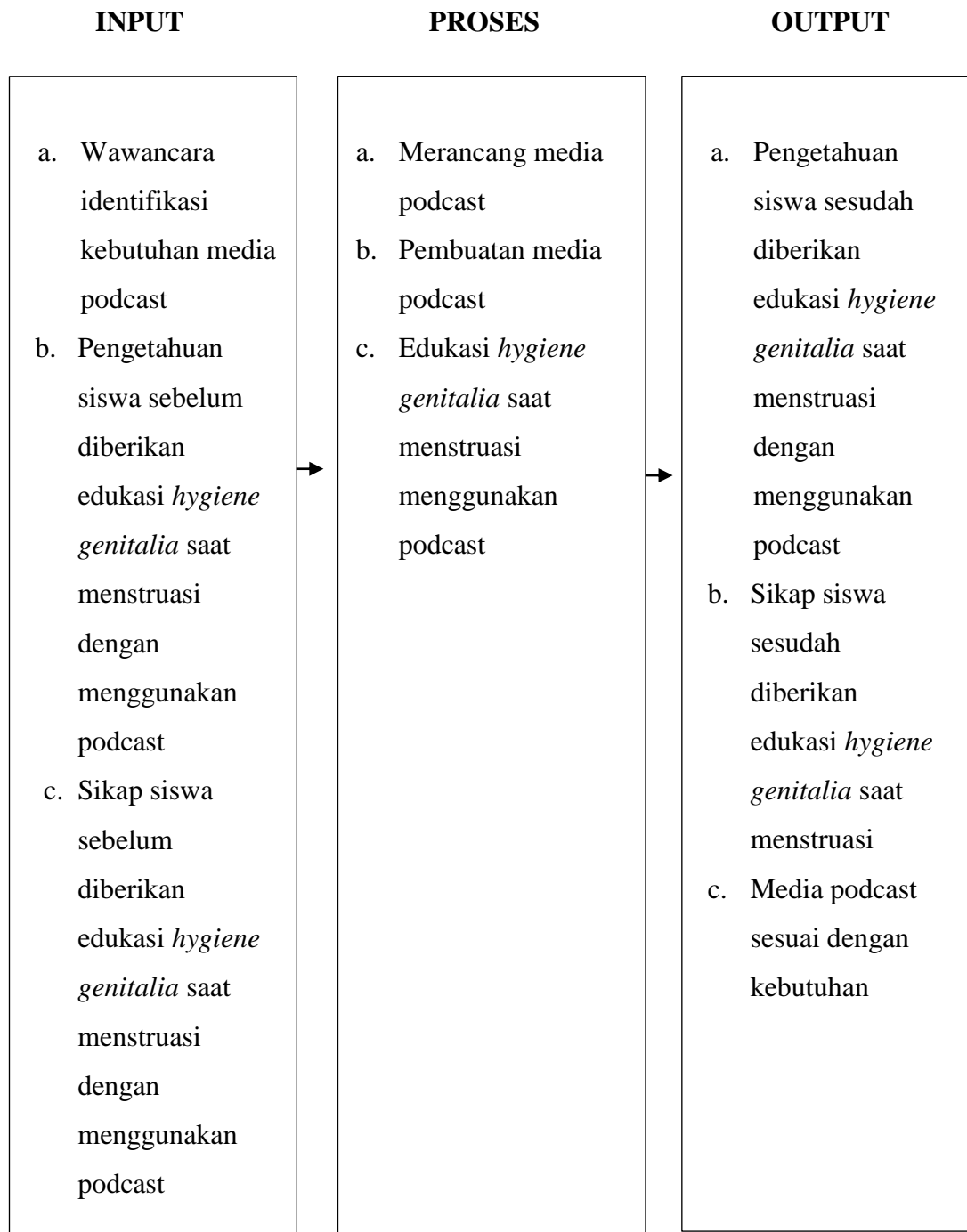
Teori yang digunakan adalah teori Lawrence Green 1980 dalam Notoatmodjo 2010 tentang faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku.



Gambar 1. Kerangka Teori

## H. Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 2. Kerangka Konsep

## I. Defenisi Operasional

**Tabel 1. Defenisi Operasional**

No	Variabel	Defenisi Operasional	Cara Ukur	Alat ukur	Hasil ukur	Skala ukur
1	Pengetahuan remaja putri tentang <i>hygiene genitalia</i> saat menstruasi	Segala sesuatu yang diketahui remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi mengenai <i>hygiene genitalia</i> saat menstruasi tentang : 1. Pengertian <i>hygiene genitalia</i> saat menstruasi 2. Cara menjaga <i>hygiene genitalia</i> saat menstruasi 3. Dampak jika tidak menjaga <i>hygiene genitalia</i> saat menstruasi	Angket	Kuesioner	Nilai rata-rata sebelum dan sesudah dilakukan kegiatan edukasi	Rasio
2	Sikap remaja putri tentang <i>Hygiene genitalia</i> saat menstruasi	Respon remaja putri sebelum dan sesudah diberikan edukasi mengenai <i>hygiene genitalia</i> saat menstruasi tentang : 1. Cara menjaga <i>hygiene genitalia</i> saat menstruasi 2. Dampak jika tidak menjaga <i>hygiene genitalia</i> saat menstruasi	Angket	Kuesioner	Nilai rata-rata sikap sebelum dan sesudah dilakukan kegiatan edukasi	Rasio

## J. Defenisi Istilah

**Tabel 2. Defenisi Istilah**

No	Variabel	Defenisi Istilah
1	<i>Hygiene genitalia saat menstruasi</i>	<i>Hygiene genitalia</i> saat mentruasi merupakan emeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan selama menstruasi, agar terhindar dari gangguan alat reproduksi sehingga mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta meningkatkan derajat kesehatan seseorang.
2	Podcast	Podcast merupakan audio atau video file media yang bisa dipublikasikan secara berkala melalui jaringan internet dan bisa di download melalui web.

## K. Hipotesis Penelitian

Ha<sub>1</sub> : Ada perbedaan rata-rata pengetahuan remaja putri tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi setelah dilakukan edukasi dengan menggunakan podcast di SMAN 1 Bonjol.

Ha<sub>2</sub> : Ada perbedaan rata-rata sikap remaja putri tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi setelah dilakukan edukasi dengan menggunakan podcast di SMAN 1 Bonjol.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian *mix method* (kombinasi penelitian kualitatif dan kuantitatif). Pada penelitian kualitatif dilakukan dengan jenis studi kualitatif eksploratif. Tujuan penelitian kualitatif ini dilakukan untuk mendapatkan informasi mendalam mengenai perancangan media podcast yang sesuai dengan kebutuhan dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri kelas X dan XI dalam *hygiene genitalia* saat menstruasi di SMAN 1 Bonjol.

Pada penelitian kuantitatif dengan *quasi experiment design* (rancangan eksperimen semu), dengan pendekatan *one group pretest – posttest design* (tes awal dan tes akhir tunggal), pendekatan ini bertujuan untuk membandingkan hasil yang didapatkan yaitu dengan dilakukan pretest sebelum diberikan perlakuan dan posttest setelah diberikan perlakuan. Penelitian dilakukan untuk menguji perubahan yang terjadi pada kelompok dari sebelum adanya perlakuan sehingga setelah diberikan perlakuan (*experiment*).

#### **B. Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei sampai dengan Juni 2024. Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 1 Bonjol, Kabupaten Pasaman.

### C. Informan, Populasi dan Sampel

#### 1. Informan

Informan utama pada penelitian ini yaitu 3 orang siswi SMAN 1 Bonjol, pj program kesehatan reproduksi dan seorang guru UKS sebagai informan kunci, serta satu orang ahli media dan satu orang ahli bahasa sebagai informan pendukung.

#### 2. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas X dan XI sebanyak 390 orang.

#### 3. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah populasi, dimana sampel diambil dengan menggunakan teknik *proportional random sampling* dan *simple random sampling* yaitu mengambil sampel tiap-tiap sub populasi, kemudian sampel diambil secara acak, tetapi tetap memperhatikan tujuan atau kriteria yang telah ditetapkan peneliti. Penentuan jumlah sampel dilakukan dengan cara perhitungan statistik menggunakan rumus *lemeshow* dengan populasi diketahui.

$$n = \frac{NZ_{(1-\frac{\alpha}{2})}^2 P_{(1-P)}}{Nd2 + Z_{(1-\frac{\alpha}{2})}^2 P_{(1-P)}}$$

Keterangan:

n = Besar sampel

N = Besar populasi = 390

$Z_{(1-\alpha/2)}$  = Derajat Kepercayaan yang diinginkan, 90% = 1,64

P = Proporsi kejadian, jika tidak diketahui dianjurkan = 0,5

d = Besar penyimpanan = 0,1

$$n = \frac{390 (1,64)^2 \times 0,5 (1 - 0,5)}{390(0,1)^2 + (1,64)^2 0,5 (1 - 0,5)} + 10\%$$

$$n = 57 + 10 \%$$

$$n = 62$$

Berdasarkan pengambilan jumlah sampel dengan rumus *lemeshow*, didapatkan hasil jumlah sampel pada penelitian ini adalah 62 responden. Untuk menentukan sampel agar penyebaran data pada responden merata maka digunakan teknik *proportional random sampling* dengan rumus :

$$\frac{\text{jumlah siswa perkelas}}{\text{jumlah total siswa}} \times \text{total sampel}$$

**Tabel 3. Hasil Proporsional Random Sampling**

Kelas	Jumlah Siswa Per Kelas	Total Sampel	Hasil
X E 1	22	22/390 x 62 = 3,5	4
X E 2	21	21/390 x 62 = 3,3	3
X E 3	21	21/390 x 62 = 3,3	3
X E 4	20	20/390 x 62 = 3,1	3
X E 5	22	22/390 x 62 = 3,5	4
X E 6	21	21/390 x 62 = 3,3	3
X E 7	22	22/390 x 62 = 3,5	4
X E 8	21	21/390 x 62 = 3,3	3
X E 9	21	21/390 x 62 = 3,3	3
XI A 1	24	24/390 x 62 = 3,8	4
XI A 2	22	22/390 x 62 = 3,5	4
XI A 3	23	23/390 x 62 = 3,6	4
XI A 4	23	23/390 x 62 = 3,6	4
XI A 5	22	21/390 x 62 = 3,3	3
XI S 1	21	21/390 x 62 = 3,3	3
XI S 2	22	22/390 x 62 = 3,4	4
XI S 3	21	21/390 x 62 = 3,3	3
XI S 4	21	21/390 x 62 = 3,3	3

Setelah didapatkan sebaran data sampel per kelas, maka untuk memilih sampel selanjutnya dilakukan dengan teknik *simple random sampling* yaitu dengan cara undian atau lotre.

Kriteria inklusi dalam pengambilan sampel adalah :

- a. Memiliki *smartphone* berbasis android
- b. Siswa yang bersedia menjadi responden dengan menandatangani *informan consent*
- c. Mengikuti penelitian dari awal sampai akhir

Kriteria eksklusi dalam pengambilan sampel ini adalah :

- a. Siswa yang *smartphonenya* rusak pada saat penelitian
- b. Siswa yang tidak hadir pada saat penelitian

#### **D. Jenis Pengumpulan Data**

- a. Data Primer

Untuk penelitian kualitatif didapatkan dari wawancara mendalam yang dilakukan pada informan saat proses identifikasi kebutuhan. Sedangkan untuk penelitian kuantitatif data primer diperoleh dari skor pengetahuan dan sikap.

- b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data yang mendukung kelengkapan data primer diperoleh dari data WHO dan data puskesmas Kumpulan.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data kualitatif menggunakan teknik wawancara mendalam. Wawancara mendalam dilakukan kepada informan dengan



mempedomani pedoman wawancara mendalam yang telah dibuat. Teknik pengumpulan data kuantitatif dalam penelitian ini dilakukan dengan mengedarkan kuesioner sebelum dan sesudah pemberian edukasi tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi kepada siswi SMAN 1 Bonjol.

## **F. Instrumen Penelitian**

### **a. Kualitatif**

Instrumen utama yang digunakan dalam penelitian kualitatif yaitu peneliti itu sendiri yang secara langsung mengumpulkan informasi melalui wawancara mendalam kepada informan dengan melengkapi instrument berupa pedoman wawancara, alat perekam (*smartphone*) serta buku catatan.

### **b. Kuantitatif**

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang berkaitan dengan pengetahuan dan sikap tentang *hygiene genitalia* pada saat menstruasi.

## **G. Uji Keabsahan Data**

### **a. Penelitian Kualitatif**

Uji keabsahan data dalam penelitian kualitatif dilakukan menggunakan teknik triangulasi sumber, yaitu penggunaan beberapa kriteria informan meliputi informan utama, informan kunci dan informan pendukung. Pada penelitian ini akan dilakukan triangulasi data terhadap siswa, guru UKS dan pemegang program kesehatan reproduksi terkait kebutuhan media edukasi kesehatan yang dirancang.

#### b. Penelitian Kuantitatif

Pada penelitian kuantitatif instrument penelitian yang digunakan adalah kuesioner yang berkaitan dengan pengetahuan dan sikap tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi. Untuk memperoleh data yang valid dan reliabel, maka sebelumnya dilakukan uji validitas dan reabilitas. Kuesioner penelitian ini adalah akan di uji cobakan dengan tahap uji validitas dan uji reabilitas.

#### c. Uji Validitas

Validitas merupakan derajat ketepatan antara data yang terjadi pada obyek penelitian dengan data yang dapat dilaporkan oleh peneliti. Dengan demikian data yang valid adalah data yang tidak berbeda antar data yang dilaporkan oleh peneliti dengan data yang sesungguhnya terjadi pada obyek penelitian. Untuk uji validitas pada 15 soal pengetahuan dan 15 soal sikap yang telah dilakukan kepada 15 orang siswi yang bukan responden didapat bahwa semua yang tertera di kuesioner memiliki nilai  $r$  hitung lebih besar dari  $r$  tabel yang artinya semua soal pada kuesioner dinyatakan valid.

#### d. Uji reliabilitas

Untuk menguji reliabilitas atau menguji instrumen dengan berkali-kali dengan hasil yang tidak berbeda. Suatu instrumen dengan pilihan jawaban yang hanya dua saja, dikatakan reliabel apabila nilai  $r$  hitung  $> r$  tabel, sedangkan untuk instrumen dengan pilihan jawaban lebih dari dua, dikatakan reliabel apabila koefisien reliabilitas *Alfa Cronbach* di

antara 0,70 - 0,90. Hasil uji reliabilitas adalah 0,898, maka dapat dikatakan bahwa instrumen tersebut memiliki reliabilitas yang baik. Ini berarti bahwa item-item dalam instrumen tersebut konsisten dalam mengukur konsep yang dimaksud.

## **H. Prosedur Penelitian**

### **1. Tahap Persiapan**

- a. Identifikasi kebutuhan yang diperlukan untuk melakukan penelitian.
- b. Pengurusan surat izin penelitian ke Sekretariat Jurusan Sarjana Terapan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Padang.
- c. Memasukkan surat izin penelitian ke DPMPTSP Kab. Pasaman
- d. Memasukkan surat izin penelitian ke SMAN 1 Bonjol.

### **2. Tahap Pelaksanaan**

- a. Penelitian Kualitatif
  - 1) Pada tanggal 20 Mei 2024 peneliti melakukan wawancara mendalam kepada 3 orang siswi dan guru UKS untuk menggali informasi terkait pengetahuan tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi sehingga dapat menganalisis kebutuhan sasaran.
  - 2) Pada tanggal 21 Mei 2024 peneliti melakukan wawancara mendalam kepada pj program kesehatan reproduksi di Puskesmas Kumpulan terkait *hygiene genitalia* saat menstruasi pada siswi di SMAN 1 Bonjol.
  - 3) Pada tanggal 23 Mei 2024 peneliti melakukan wawancara mendalam dengan informan kunci yaitu ahli bahasa.

- 4) Pada tanggal 24 Mei 2024 peneliti melakukan wawancara mendalam dengan ahli media.
  - 5) Pada tanggal 30 Mei 2024 peneliti melakukan uji kelayakan media kepada siswi.
- b. Penelitian kuantitatif
- 1) Pada tanggal 3 Juni 2024 dilakukan pretest dengan pengisian kuesioner oleh responden dan melakukan intervensi pertama dimana saat membagikan pretest peneliti juga membagikan link *whatsapp* untuk mengakses media edukasi podcast.
  - 2) Pada tanggal 7 Juni 2024 peneliti melakukan intervensi kedua.
  - 3) Pada tanggal 10 Juni 2024 dilakukan posttest
  - 4) Data hasil intervensi tersebut di entri ke microsoft excel sebagai master tabel dari data pretest dan posttest pada tanggal 11 Juni hingga 13 Juni 2024
  - 5) Kemudian pengolahan data dari hasil penelitian dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS pada tanggal 14 Juni 2024
  - 6) Pengujian hipotesis penelitian dilakukan dengan uji wilcoxon karena data tidak berdistribusi normal dan didapatkan kesimpulan, apakah media podcast tersebut dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi.

## **I. Pengolahan dan Analisis Data**

### **a) Pengolahan Data**

Tahap pengolahan data secara kualitatif dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

#### 1) Reduksi data (*data reduction*)

Pada tahap ini peneliti melakukan pengkodean, meringkas dan menggolongkan data sesuai dengan poin yang berhubungan dengan informasi yang ingin peneliti peroleh. Tujuan dari reduksi data adalah untuk menyederhanakan data yang telah diperoleh sehingga peneliti dapat mengelompokkan informasi yang dibutuhkan.

#### 2) Penyajian data (*data display*)

Setelah melakukan reduksi data, maka peneliti melakukan penyaringan data kembali, menyusun kemudian menarik kesimpulan. Pada penelitian ini penyajian data dilakukan dalam bentuk matrik dan transkrip wawancara.

#### 3) Conclusion Drawing/*Verification*

Pada tahap ini peneliti menarik kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dilakukan.

Tahap pengolahan data secara kuantitatif dengan metode komputerisasi sebagai berikut :

1. *Editing data* (pemeriksaan data)

Peneliti memeriksa jawaban responden setelah pengumpulan data dilakukan. Pada penelitian ini, editing dilakukan untuk pengecekan isian kuesioner pretest dan posttest oleh responden. Hal yang dicek pada kuesioner adalah kelengkapan, kejelasan, relevan dan konsisten dari jawaban responden.

2. *Coding* ( memberi kode)

Tahap selanjutnya dalam penelitian ini adalah melakukan pengkodean terhadap hasil jawaban kuesioner responden yang dikumpulkan. Pemberian kode kuesioner pengetahuan ialah jika jawaban benar = 1, salah = 0. Pemberian kode pada kuesioner sikap tergantung pernyataan positif dan negatif. Pada pernyataan positif adalah sangat setuju = 5, setuju = 4, ragu-ragu = 3, tidak setuju = 2, sangat tidak setuju = 1. Sedangkan pada pernyataan negatif sangat setuju = 1, setuju = 2, ragu-ragu = 3, tidak setuju = 4, sangat tidak setuju = 5.

3. *Data entry* (pemasukan data)

*Data entry* adalah proses input data yang dilakukan dengan cara mengisi kode yang sesuai dengan jawaban masing-masing pertanyaan di kolom *Microsoft Excel*.

#### 4. *Tabulating* (tabulasi)

Tabulasi data adalah membuat penyajian data, sesuai dengan tujuan penelitian. Pengolahan data dengan aplikasi pengolah data hampir sama dengan pengolahan data manual, hanya saja beberapa tahapan dilakukan dengan aplikasi tersebut.

#### 5. *Tranfering* ( memindahkan data ke program SPSS)

Setelah dilakukan pembersihan data, lalu kita pindahkan ke program SPSS untuk dilakukan pengolahan data untuk dianalisis univariat dan bivariat.

### b) **Analisis Data**

#### 1. Kualitatif

Analisis data yang digunakan dalam penelitian kualitatif adalah dengan menggunakan analisis narasi, dengan cara mengidentifikasi hasil wawancara mendalam terhadap podcast yang telah dibuat. Hasil wawancara yang sudah diidentifikasi dijadikan kedalam sebuah kesimpulan yang dibuat secara objektif dan sistematis

#### 2. Kuantitatif

##### a) Analisis Univariat

Analisis univariat pada penelitian ini untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel penelitian. Analisis data yang disajikan adalah nilai statistik deskriptif meliputi mean (rata-rata) dan standar deviasi.

b) Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui melihat perbedaan pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan podcast. Sebelum melakukan analisis bivariat dilakukan terlebih dahulu uji normalitas. Berdasarkan hasil uji normalitas didapatkan bahwa data berdistribusi tidak normal 0,0001 dimana nilai sig < 0,05 maka dilanjutkan dengan uji Wilcoxon.



## BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SMAN 1 Bonjol merupakan sekolah yang berada di wilayah kerja Puskesmas Kumpulan. SMA Negeri 1 Bonjol beralamat di Jorong Tabiang, Nagari Koto Kaciak Kumpulan, Kecamatan Bonjol, Kabupaten Pasaman, Provinsi Sumatera Barat. Sekolah memiliki fasilitas seperti 25 ruang kelas, perpustakaan, 6 laboratorium, lapangan olahraga, kantin dan juga UKS. Namun belum ada media edukasi kesehatan sebagai penunjang terkait *hygiene genitalia* saat menstruasi. Disamping itu, informasi kesehatan seputar *hygiene genitalia* saat menstruasi juga belum pernah di dapatkan siswi dari tenaga puskesmas.

### B. Hasil Penelitian

#### 1. Karakteristik Informan

Karakteristik informan dalam penelitian ini yaitu informan yang dianggap mampu untuk memberikan informasi mengenai kebutuhan media yang sesuai dengan sasaran. Informan sebanyak 7 orang dapat dilihat pada tabel 4 berikut.

**Tabel 4. Karakteristik Informan**

No	Kode Informan	Nama	Umur	Keterangan
1	IU1	NF	16	Siswi
2	IU2	KW	16	Siswi
3	IU3	DJ	17	Siswi
4	IK1	RT	47	Pj program
5	IK2	DS	45	Guru UKS
6	IP1	MI	29	Ahli media
7	IP2	SA	53	Ahli bahasa

Berdasarkan tabel 4 diatas diketahui bahwa informan utama pada penelitian ini adalah siswi, informan kuncinya adalah pj program kesehatan reproduksi dan guru UKS serta informan pendukung adalah ahli media dan ahli bahasa.

## **2. Perancangan Media Podcast**

Pembuatan media podcast dalam penelitian ini menggunakan metode “P” Proses dengan teknik wawancara mendalam, dimulai dengan analisis masalah, perancangan media, pengembangan pesan, uji coba media dan produksi media sehingga menghasilkan sebuah produk penelitian berupa sebuah media yang diproduksi sesuai dengan saran dan masukan dari informan terkait.

Wawancara dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara mendalam mengenai *hygiene genitalia* di SMAN 1 Bonjol untuk disajikan dalam podcast yang akan diproduksi. Wawancara mendalam dilakukan terhadap 3 orang siswi, pemegang program kesehatan reproduksi, ahli desain dan ahli bahasa.

### **a. Analisis Masalah Kesehatan**

Analisis masalah kesehatan didapatkan melalui wawancara mendalam bersama siswi, guru UKS, pemegang program kesehatan reproduksi puskesmas tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi pada siswi di SMAN 1 Bonjol. Berdasarkan hasil wawancara didapatkan informasi bahwa terdapat siswi yang

belum mengetahui tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi. Hal ini dapat dilihat dari kutipan wawancara berikut:

“..aa...*hygiene genitalia* gatau kak....” (IU1)

“...ee gatau kak, ga pernah dengar soalnya kak....”(IU2)

Namun pendapat lain dari informan yang berbeda mengetahui tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi, siswi menyatakan bahwa *hygiene genitalia* saat menstruasi merupakan upaya menjaga organ reproduksi saat menstruasi. Hal ini dapat dilihat dari kutipan wawancara berikut:

”...menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi ya kak...” (IU3)

Selain itu, diperoleh juga hasil wawancara mengenai perilaku *hygiene genitalia* saat menstruasi. Berdasarkan wawancara diperoleh bahwa siswi memiliki perilaku yang kurang tepat dalam menjaga *hygiene genitalia* saat menstruasi. Hal ini dapat dilihat dari kutipan wawancara berikut:

“...mm kalo disekolah malas ganti pembalut kak, pas udah pulang baru diganti lagi...” (IU1)

“..selama menstruasi pake celana dalam ketat kak, karena lebih nyaman dan biar gak tembus kak...” (IU2)

“..ada pake sabun khusus kak...” (IU3)

Berdasarkan hasil wawancara didapatkan juga bahwa siswi pernah mengalami gangguan kesehatan reproduksi. Hal ini dapat dilihat dari kutipan wawancara berikut:

“...adaa, gatal-gatal kak..” (IU1) (IU2)

“...iyaa keputihan kak..” (IU3)

Berdasarkan hasil wawancara didapatkan bahwa siswa belum pernah mendapatkan informasi mengenai *hygiene genitalia* saat menstruasi. Hal ini dapat dilihat dari kutipan wawancara berikut:

“...*belum pernah kak..*” (IU1, IU2)

Selain itu, diperoleh juga hasil wawancara mengenai media yang disukai oleh remaja.

“..*kaya tiktok sih kak...*”(IU1)

“..*video podcast kak..*”(IU2, IU3)

Kemudian dilakukan juga wawancara mendalam terhadap informan kunci untuk mendukung informasi yang diperoleh dari informan utama. Berdasarkan hasil wawancara mendalam dengan pemegang program kesehatan reproduksi puskesmas didapatkan informasi bahwa belum ada edukasi terkait *hygiene genitalia* saat menstruasi ke sekolah. Hal ini dapat dilihat dari kutipan wawancara berikut:

“...*belum pernah, terkait kesehatan reproduksi yang sudah dilakukan ke sekolah itu penyuluhan perilaku seksual pra-nikah, penyakit menular seksual, kalo untuk menstruasi hmmm, belum pernah.... paling disela-sela penyuluhan itu ditanyakan bagaimana siklus menstruasinya, lancar atau tidak, adakah keluhan selama menstruasinya...yaa kalo penyuluhan menjaga hygiene genitalia saat menstruasi ini belum pernah dilakukan...*”  
(IK1)

Kemudian dari hasil wawancara mendalam dengan guru UKS didapatkan informasi mengenai program dari puskesmas yang datang ke sekolah. Hal ini dapat dilihat dari kutipan wawancara berikut:

“...oo program puskesmas ke sekolah itu penyuluhan penyakit menular seksual, HIV/AIDS, apa lagi ya hmmm perilaku seksual pra-nikah juga ada setau ibu waktu itu, tapi kalo hygiene menstruasi tu belum pernah yaa...”  
(IK2)

Berdasarkan wawancara mendalam yang telah dilakukan didapatkan kesimpulan bahwa siswi memiliki pengetahuan yang kurang mengenai *hygiene genitalia* saat menstruasi dikarenakan mereka belum pernah terpapar informasi mengenai *hygiene genitalia* saat menstruasi dari tenaga kesehatan maupun dari sekolah.

#### **b. Perancangan Media Podcast**

Pembuatan media podcast yang digunakan pada penelitian ini berfokus pada sebuah media kesehatan yang menggunakan langkah-langkah “P Proses”. Sehingga menghasilkan suatu media yang diproduksi sesuai dengan sasaran. Media yang diproduksi merupakan hasil masukan dan saran dari beberapa informan yang diperoleh melalui wawancara sehingga menjadi media yang tepat sasaran. Isi materi dalam podcast berupa defenisi, cara menjaga *hygiene genitalia* saat menstruasi dan akibat jika tidak menjaga *hygiene genitalia* saat menstruasi.

### c. Pengembangan Pesan dan Uji Coba

Berikut wawancara mendalam terkait perancangan media podcast dengan beberapa informan :

#### 1. Wawancara dengan pj program kesehatan reproduksi

Berikut cuplikan wawancara dengan pj program kesehatan reproduksi puskesmas tentang media podcast terkait *hygiene genitalia* saat menstruasi yaitu, sebagai berikut:

*“..hygiene genitalia ini ibu rasa asing ditelinga siswa, jadi bisa dijelaskan dulu apa itu hygiene, apa itu genitalia yaa....”* (IK1)

Berdasarkan hasil wawancara didapatkan bahwa penggunaan bahasa istilah harus dijelaskan terlebih dahulu.

#### 2. Wawancara dengan guru UKS

Berdasarkan wawancara mendalam dengan guru UKS diperoleh informasi sebagai berikut:

*“...sudah pas dan cocok menurut ibu... tapi nanti menurut ibu bisa ditambahkan teks yang dibawahnya itu... apa yaa.. seperti narasi dari pembicaraannya... agar nanti siswa tidak bosan untuk mendengar saja...”*

#### 3. Wawancara dengan ahli bahasa

Berikut hasil wawancara mendalam dengan informan pendukung yaitu ahli bahasa tentang media podcast terkait *hygiene genitalia* saat menstruasi yaitu, sebagai berikut:

*“..bahasa yang digunakan tentunya yang mudah dipahami oleh sasaran, bahasa yang tidak terlalu formal yang digunakan cocok untuk anak SMA dan penggunaan kalimat yang tidak terlalu panjang bisa memudahkan pendengar untuk memahaminya...”*

#### 4. Wawancara ahli media

Wawancara mendalam dilakukan dengan informan pendukung selanjutnya yaitu ahli media tentang edukasi menggunakan podcast. Dapat dilihat dari kutipan wawancara berikut:

*“...untuk durasinya tidak terlalu lama yaa jadi sudah pas, dan pencahayaannya bagus, kualitas videonya jernih ya, suaranya yang sedikit kurang jelas jadi ditambahkan saja subtitle-nya”*

Selain uji coba media terhadap informan pendukung, dilakukan juga uji kelayakan podcast kepada siswi yang bukan responden. Berdasarkan hasil wawancara mendalam dengan siswi diperoleh informasi bahwa siswi menilai media podcast dapat membantu menambah pengetahuan dan cocok untuk siswa. Hal ini dapat digambarkan dalam kutipan sebagai berikut:

*“...topiknya bagus kak dan dapat menambah ilmu...”*  
(S1)(S2)  
*“...cocok untuk siswa kak..”* (S3)

Berdasarkan hasil wawancara informan juga sudah menilai bagus dan menarik terhadap tampilan podcast serta mudah untuk diakses. Hal ini dapat digambarkan dalam kutipan sebagai berikut:

*“...tampilannya menarik kak...”*(S1)(S3)  
*“...bagus medianya kak, mudah juga diakses...”* (S2)

Berdasarkan hasil wawancara uji kelayakan dapat disimpulkan bahwa podcast yang sudah dirancang menarik bagi siswi.

### 3. Analisis Univariat

#### a. Karakteristik Responden

Penelitian ini dilakukan pada 62 responden siswi kelas X dan XI di SMAN 1 Bonjol dengan karakteristik usia yang didapatkan sebagai berikut :

**Tabel 5. Karakteristik Responden**

Karakteristik Responden	N	%
<b>Usia</b>		
16	14	24,2
17	27	43,5
18	21	33,9
Total	62	100

Berdasarkan tabel, diketahui bahwa mayoritas responden memiliki umur 17 tahun yaitu 27 orang (43,5%).

#### b. Rata-Rata Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum Dan Sesudah Edukasi Menggunakan Media Podcast

Hasil uji statistik terhadap pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi diuraikan pada tabel berikut:

**Tabel 6. Rata-Rata Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Menggunakan Media Podcast**

Parameter	Pengetahuan Sebelum	Pengetahuan sesudah
Mean	7.61	14.45
Median	8.00	15.00
Std. Deviation	1.077	.717



Berdasarkan tabel 6 diatas, didapatkan hasil bahwa rata-rata pengetahuan siswi mengenai *hygiene genitalia* saat menstruasi menggunakan podcast diperoleh rata-rata 7,61 dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media podcast diperoleh rata-rata 14.45 dan selisih 6,84.

**c. Distribusi Jawaban Kuesioner Pengetahuan Tentang Hygiene Genitalia Saat Menstruasi Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Menggunakan Podcast**

Berikut hasil distribusi responden tentang pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan podcast dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 7. Distribusi Jawaban Kuesioner Pengetahuan Tentang Hygiene Genitalia Saat Menstruasi Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Menggunakan Podcast**

No	Pertanyaan	Sebelum				Sesudah				Selisih %
		Benar		Salah		Benar		Salah		
		N	%	n	%	n	%	n	%	
1	Pengertian <i>hygiene genitalia</i> saat menstruasi	20	32,3	42	67,7	62	100	0	0	67,7
2	Tujuan menjaga <i>hygiene genitalia</i>	32	51,6	30	48,4	62	100	0	0	48,4
3	Frekuensi mandi	47	75,8	15	24,2	61	98,4	1	1,6	22,6
4	Cara membasuh alat genitalia yang benar	26	41,9	36	58,1	59	85,2	3	4,8	43,3
5	Yang digunakan untuk membersihkan alat genitalia	29	46,8	33	53,2	61	98,4	1	1,6	51,6
6	Hal yang dilakukan setelah membersihkan alat genitalia	40	64,5	22	35,5	60	96,8	2	3,2	32,3
7	Dampak dari alat reproduksi yang dibiarkan lembab	36	58,1	26	41,9	60	96,8	2	3,2	38,7
8	Waktu untuk mengganti pembalut	19	30,6	43	69,4	58	93,5	4	6,5	62,9
9	Berapa kali mengganti celana dalam	35	56,5	27	43,5	59	95,2	3	4,8	38,7
10	Bahan celana dalam yang baik	40	64,5	22	35,5	60	96,8	2	3,2	32,3

11	Penyebab alat genitalaia mudah lembab	34	54,8	28	45,2	56	90,3	6	9,7	35,5
12	Akibat jika tidak memperhatikan hygiene saat menstruasi	29	46,8	33	53,2	59	95,2	3	4,8	48,4
13	Akibat penggunaan doucing	27	43,5	35	56,5	57	91,9	5	8,1	48,4
14	Membantu mengurangi bau tak sedap	36	58,1	26	41,9	60	96,8	2	3,2	38,7
15	Penyakit atau gangguan jika tidak menjaga hygiene	22	35,5	40	64,5	61	98,4	1	1,6	62,9

Berdasarkan tabel 7 diatas, didapatkan bahwa pertanyaan dengan persentase responden paling rendah sebelum dilakukan intervensi adalah waktu untuk mengganti pembalut yang menjawab benar yaitu 19 siswi (30,6%) dan yang menjawab salah 43 siswi (69,4%) dengan selisih (38,8%). Setelah dilakukan edukasi kesehatan menggunakan podcast pada remaja putri di SMAN 1 Bonjol terjadi peningkatan pada waktu dalam mengganti pembalut yaitu 58 siswi (93,5%) yang menjawab benar dan 4 orang (6,5%) yang menjawab salah dengan selisih (87%).

Persentase tentang pengertian *hygiene genitalia* saat menstruasi sebelum intervensi yang menjawab benar yaitu 20 siswi (32,3%) dan yang menjawab salah 42 sisiwi (67,7%). Setelah dilakukan intervensi menggunakan media podcast terjadi peningkatan pengetahuan tentang pengertian *hygiene genitalia* saat menstruasi yang menjawab benar yaitu 62 orang (100%).

#### **d. Rata-Rata Sikap Responden Sebelum Dan Sesudah Edukasi Menggunakan Media Podcast**

Didapatkan hasil uji statistik untuk sikap sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media podcast sebagai berikut:

**Tabel 8. Rata-Rata Sikap Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Menggunakan Podcast**

Parameter Statistik	Sikap Sebelum	Sikap Sesudah
Mean	46.98	70.84
Median	47.00	71.00
Std. Deviation	4027	3.320

Berdasarkan tabel 8 diatas, didapatkan hasil bahwa rata-rata sikap remaja putri mengenai *hygiene genitalia* saat menstruasi menggunakan podcast diperoleh rata-rata 46,98 dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media podcast diperoleh rata-rata 70,84 dan selisih 23.86.

**Tabel 9. Distribusi Jawaban Kuesioner Sikap Remaja Putri Tentang Hygiene Genitalia Saat Menstruasi Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Menggunakan Podcast**

NO	Pernyataan	Sebelum		Sesudah		Selisih
		N	%	n	%	%
1.	Cara menjaga kebersihan genitalia yang tidak tepat dapat mengganggu fungsi alat reproduksi	238	76.77	294	94.83	18.06
2.	Mencuci tangan sebelum dan setelah mengganti pembalut	223	71.93	301	97.09	25.16
3.	Membasuh alat genitalia dari arah depan ke arah belakang	160	51.61	292	94.19	42,58
4.	Menggunakan pembalut yang berbahan lembut dan berdaya serap baik	199	64.19	290	93.54	29,35
5.	Mengganti pembalut 2 kali dalam sehari	180	58.06	274	88.38	30,32
6.	Tidak keramas selama mesntruasi	177	57,09	294	94.83	37.74
7.	Mengganti celana dalam minimal 2 kali sehari	209	67.41	299	96.45	29.04
8.	Menggunakan cairan antiseptik ( <i>douching</i> ) saat membersihkan alat genitalia	178	57.41	293	94.51	37.1
9.	Menggunakan celana dalam yang ketat	208	67.09	303	97,74	30.65

10 Pemakaian cairan antiseptik setiap hari dapat mencegah terjadinya gangguan pada alat reproduksi	171	55.16	283	91.29	36.13
11 Membersihkan alat genitalia menggunakan air bersih	198	63.87	297	95,80	31,93
12 Menggunakan tisu basah untuk mengeringkan alat genitalia	195	62.90	294	94,83	31,93
13 Saya membersihkan keringat disekitar alat reproduksi agar tidak iritasi	172	55.48	290	93.54	38,06
14 Menggunakan celana dalam berbahan katun	190	61.29	297	95.80	34,51
15 Sering mengganti pembalut sangat penting untuk mencegah pertumbuhan jamur	215	69,35	291	93,87	24,52

Berdasarkan tabel di atas didapatkan bahwa pertanyaan dengan jawaban paling rendah sebelum dilakukan intervensi adalah arah basuh alat genitalia yang benar yaitu sebesar 160 (51,61%) dan setelah dilakukan intervensi menggunakan podcast pada remaja putri di SMAN 1 Bonjol terjadi peningkatan yaitu sebesar 292 (94,19%) dengan selisih 42,58%.

Jawaban paling rendah selanjutnya yaitu pemakaian cairan antiseptik setiap hari dapat mencegah terjadinya gangguan pada alat reproduksi yaitu sebesar 171 (55.16%) dan setelah dilakukan intervensi menggunakan podcast terjadi peningkatan sebesar 283 (91.29%) dengan selisih 36.13%.

#### 4. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan menguji hipotesa penelitian. Sebelumnya dilakukan uji normalitas data. Dari hasil uji normalitas data didapatkan bahwa data tidak berdistribusi normal. Sehingga analisis bivariat yang digunakan adalah uji Wilcoxon.

**a. Perbedaan Tingkat Pengetahuan Responden Tentang Hygiene Genitalia Saat Menstruasi Menggunakan Podcast**

**Tabel 10. Perbedaan Tingkat Pengetahuan Responden Tentang Hygiene Genitalia Saat Menstruasi Menggunakan Podcast**

<b>Perbedaan Rata-rata Pengetahuan Siswa</b>	<b>N</b>	<b>Rata-rata±SD</b>	<b>P Value</b>
Sebelum	62	7.61 ± 1.077	0.0001
Sesudah	62	14.45 ± 0.717	

Berdasarkan tabel 10 diatas, dapat diketahui bahwa nilai rata-rata pengetahuan responden sebelum dilakukan intervensi menggunakan podcast sebesar  $7.61 \pm 1.077$ . sedangkan, nilai rata-rata pengetahuan responden sesudah dilakukan intervensi sebesar  $14.74 \pm 0.717$ . Hasil uji tersebut menunjukkan nilai p-value sebesar 0,0001 ( $p < 0,05$ ) yang berarti ada perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui podcast tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi pada remaja putri.

**b. Perbedaan Sikap Responden Tentang Hygiene Genitalia Saat Menstruasi Menggunakan Podcast**

**Tabel 11. Perbedaan Tingkat Sikap Responden Tentang Hygiene Genitalia Saat Menstruasi Menggunakan Podcast**

<b>Perbedaan Rata-rata Sikap Siswa</b>	<b>N</b>	<b>Rata-rata±SD</b>	<b>P Value</b>
Sebelum	62	46,98 ± 4,027	0.0001
Sesudah	62	70,84 ± 3.320	

Berdasarkan tabel 11 diatas, dapat diketahui bahwa nilai rata-rata sikap responden sebelum dilakukan intervensi menggunakan podcast sebesar  $46,98 \pm 4,027$ . sedangkan, nilai rata-rata sikap

responden sesudah dilakukan intervensi sebesar  $70,84 \pm 3,320$ . Hasil uji tersebut menunjukkan nilai p value sebesar 0,001 yang berarti ada perbedaan sikap sebelum dan sesudah diberikan edukasi ( $p < 0,05$ ) melalui podcast tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi pada remaja putri.

## C. Pembahasan

### 1. Pembuatan Media Podcast

Penelitian ini menghasilkan media edukasi berupa podcast berbentuk video. Pada penelitian ini, untuk merancang video podcast digunakan langkah-langkah P-Proses. Teori P-Proses merupakan langkah-langkah sistematis dalam pengembangan media atau produk, yang mencakup tahapan analisis, perancangan, pengembangan, dan implementasi untuk memastikan kualitas dan efektivitas produk tersebut<sup>(33)</sup>.

Tahap awal P-Proses ialah analisis masalah kesehatan dan sasaran. Analisis masalah kesehatan didapatkan dari hasil wawancara mendalam bersama siswi diketahui bahwa sebagian besar siswi belum mengetahui tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi dan didapatkan juga informasi bahwa kurangnya informasi kesehatan terkait *hygiene genitalia* saat menstruasi. Siswi juga menganggap bahwa *hygiene* saat menstruasi merupakan hal yang sepele seperti tidak membersihkan vagina yang lembab.

Peneliti berasumsi bahwa kurangnya pengetahuan siswi terkait *hygiene genitalia* saat menstruasi dikarenakan sebagian besar siswi belum pernah mendapatkan edukasi kesehatan tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi sehingga siswi tidak tahu cara menjaga *hygiene genitalia* saat menstruasi yang tepat serta kurangnya media edukasi kesehatan. Media yang dibutuhkan adalah media yang dapat menyampaikan informasi kesehatan yang menarik dan praktis untuk siswi di sekolah sehingga dapat meningkatkan pengetahuan serta sikap siswi tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi. Sejalan dengan penelitian Lestari (2022) menyatakan bahwa salah satu strategi untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang *hygiene genitalia* adalah melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan dapat dilakukan dengan menggunakan media audio visual, media cetak serta media elektronik, sehingga informasi yang didapatkan bisa lebih mudah untuk diterima dan dipahami<sup>(34)</sup>.

Langkah kedua P-Proses yaitu perancangan media. Pada langkah ini menentukan media edukasi harus mencakup tujuan pembelajaran yang jelas, konten yang relevan dan terstruktur, penyajian yang menarik dan interaktif. Berdasarkan hasil wawancara bersama siswi didapatkan bahwa siswi lebih menyukai edukasi dalam bentuk audio dan visual. Sehingga pada penelitian ini media yang digunakan adalah dalam bentuk video podcast.

Video podcast dipilih karena format podcast masih sedikit digunakan dalam pembelajaran namun banyak digunakan dan efektif pada konten-konten non pendidikan<sup>(35)</sup>. Sejalan dengan Fadilah et al (2017) yang mengatakan bahwa podcast mudah diakses secara otomatis, kontrol berada pada pendengar, serta mudah dibawa kemana saja dan bisa didengarkan kapan saja. Sehingga memudahkan responden dalam melakukan intervensi.

Berdasarkan hasil wawancara mendalam yang telah dilakukan dengan informan utama dan informan kunci dirancnglah konten podcast yang berisikan materi tentang defenisi *hygiene genitalia* saat menstruasi, tujuan, cara menjaga *hygiene genitalia* saat menstruasi dan dampak jika tidak menjaga *hygiene genitalia* saat menstruasi.

Tahap ketiga langkah P-Proses ialah pengembangan isi pesan, uji coba dan produksi media. Pengembangan pesan dilakukan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan oleh peneliti. Penelitian ini melibatkan informan dengan latar belakang berbeda sesuai dengan keahliannya masing-masing yang dapat menunjang pembuatan media podcast. Informan yang dilibatkan adalah Pj kesehatan reproduksi. Wawancara mendalam yang dilakukan kepada Pj Kesehatan reproduksi didapatkan bahwa media podcast yang digunakan sangat cocok dengan saswi. Konten yang cocok untuk media podcast yaitu *hygiene genitalia* saat menstruasi seperti



mengganti pembalut, cara membasuh alat genitalia, dan penggunaan *douching*.

Pelaksanaan uji coba media dilakukan dengan cara uji kelayakan kepada siswa yang bukan responden dengan wawancara mendalam menghasilkan bahwa media podcast cocok dan layak digunakan karena menarik bagi siswi dan dapat membantu siswi dalam menambah pengetahuan dengan materi yang mudah dipahami. Berdasarkan dengan teori Notoadmojo (2014), sebagian besar pengetahuan seseorang didapatkan melalui mata dan telinga. sehingga diperlukan media yang dapat merangsang indera penglihatan seperti podcast dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja<sup>(36)</sup>.

Peneliti bersumsi bahwa pelaksanaan edukasi menggunakan podcast terkait *hygiene genitalia* saat menstruasi menjadi alat yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri, hal ini dibuktikan dengan peningkatan rata-rata pengetahuan responden setelah diberikan edukasi menggunakan podcast tersebut. Edukasi menggunakan podcast juga menarik perhatian siswi, selain mudah diakses siswi juga belum pernah mendapatkan edukasi menggunakan media podcast.

Podcast yang digunakan dalam penelitian ini memiliki daya tarik tersendiri dengan menyajikan informasi kesehatan dalam bentuk interview podcast yang melibatkan narasumber yang ahli dalam

bidangnya. Dengan durasi yang tidak terlalu lama sehingga responden tidak bosan untuk mendengarkan. Serta dengan adanya *subtitle* dapat membantu siswi untuk lebih memahami tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi. Namun tidak tergambar frekuensi responden dalam mengakses media podcast karena hanya diunggah melalui google drive. Sebaiknya podcast diunggah melalui web ataupun aplikasi yang dimana layanan tersebut menyediakan statistik tentang seberapa sering podcast diakses dan didengarkan.

## **6. Analisis Univariat**

### **a. Nilai Rata-Rata Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Menggunakan Podcast**

Penelitian ini dilakukan pada siswi kelas X dan XI di SMAN 1 Bonjol. Mayoritas responden berusia 17 tahun (43,5%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa setelah diberikan edukasi tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi menggunakan podcast, terjadi peningkatan jawaban benar oleh responden terhadap semua item pertanyaan.

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai rata-rata pengetahuan remaja putri tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi sebelum diberikan edukasi melalui podcast adalah 7,61 dengan standar deviasi 1,077, sedangkan nilai rata-rata pengetahuan remaja putri tentang *hygiene genitalia* saat

menstruasi setelah diberikan edukasi melalui podcast adalah 14,45 dengan standar deviasi 0,717.

Peneliti berasumsi bahwa pemberian edukasi menggunakan podcast secara signifikan meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi. Peningkatan nilai rata-rata dari 7,61 menjadi 14,45 menunjukkan bahwa intervensi tersebut memberikan dampak positif terhadap pengetahuan siswi. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penggunaan podcast mampu memberikan informasi yang efektif dan interaktif, sehingga dapat meningkatkan pemahaman remaja putri tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi. Menurut Hartoyo (2021) pendidikan kesehatan dengan menggunakan media merupakan suatu cara alternatif pembelajaran untuk memenuhi kebutuhan para remaja, sehingga dapat mengoptimalkan kemampuan serta cara berpikir<sup>(37)</sup>.

Perbedaan pengetahuan responden sebelum dan setelah diberikan edukasi menggunakan podcast yaitu terkait pengertian *hygiene genitalia* saat menstruasi sebelum diberikan edukasi nilai pengetahuan 32,3% dan setelah diberikan edukasi menjadi 100% dengan selisih 67,7%. Peneliti berasumsi bahwa peningkatan pengetahuan yang bermakna tersebut dikarenakan penggunaan istilah medis yang digunakan oleh peneliti sehingga sebelum dilakukan edukasi responden tidak mengerti dengan istilah yang digunakan oleh peneliti, namun setelah dilakukannya edukasi

menggunakan podcast responden baru memahami tentang istilah tersebut.

Pertanyaan dengan perbedaan yang bermakna selanjutnya yaitu terkait waktu untuk mengganti pembalut sebelum diberikan edukasi nilai pengetahuan 30,6% dan setelah diberikan edukasi nilai pengetahuan 93,5% dengan selisih 62,9%. Pertanyaan terkait penyakit atau gangguan jika tidak menjaga *hygiene genitalia* saat menstruasi sebelum diberikan edukasi nilai pengetahuan 35,5% dan setelah diberikan edukasi 98,4% dengan selisih 62,9%. Terjadinya perbedaan pengetahuan responden pada setiap pertanyaan setelah diberikan edukasi menggunakan podcast yang menandakan bahwa media podcast efektif untuk menyampaikan informasi kesehatan.

Peneliti berasumsi bahwa peningkatan pengetahuan responden pada setiap pertanyaan setelah diberikan edukasi menggunakan podcast menunjukkan efektivitas media ini dalam menyampaikan informasi kesehatan. Hal ini ditandai dengan perbedaan antara tingkat pengetahuan responden sebelum dan setelah edukasi, di mana nilai rata-rata pengetahuan meningkat. Media podcast menggabungkan audio dan visual memungkinkan penyampaian informasi yang lebih mudah dipahami dan diingat oleh responden, sehingga menghasilkan peningkatan pengetahuan yang lebih baik.

Hal ini sesuai dengan penelitian dari Rachmawati dalam Sugiono yang mengatakan bahwa penggunaan video podcast di kalangan remaja dapat memudahkan pemahaman dalam pembelajaran penyuluhan yang dimana menggunakan video podcast efektif sebagai media edukasi. Didukung oleh penelitian dari Umniyyah dan Hidayat dalam Sugiono menyatakan video podcast efektif sebagai media pembelajaran pada remaja karena dapat meningkatkan hasil secara signifikan<sup>(38)</sup>.

b. Rata-Rata Sikap Responden Sebelum dan Sesudah Diberikan Media Podcast

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa setelah diberikan edukasi tentang hygiene genitalia saat menstruasi menggunakan podcast terjadi peningkatan nilai oleh responden terhadap semua item pernyataan dan terjadi peningkatan yang signifikan terhadap pernyataan tentang arah membasuh alat genitalia 160 (51,61%) menjadi 292 (94,19%) pernyataan terkait pemakaian cairan antiseptik setiap hari dapat mencegah terjadinya gangguan pada alat reproduksi dari 171 (55,16%) menjadi 283 (91,26%).

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa rata-rata nilai sikap remaja putri tentang *hygiene genitalia* sebelum diberikan edukasi menggunakan podcast adalah 46,98, dengan standar deviasi 4,027, sedangkan rata-rata nilai sikap remaja putri tentang *hygiene genitalia* saat menstulasi sesudah diberikan edukasi adalah 70,84

dengan standar deviasi 3.320. Menurut Notoatmodjo (2014) menerima (receiving) adalah saat seseorang sudah mau menerima stimulus apakah berupa objek atau informasi yang diberikan selanjutnya responden akan mampu menggapai (responding) terhadap pernyataan yang diberikan dengan benar.

Peningkatan nilai rata-rata dari 46,98 menjadi 70,84 menunjukkan adanya peningkatan sikap setelah dilakukan intervensi. Peningkatan yang bermakna dalam nilai rata-rata sikap sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan bahwa podcast dapat menjadi media yang efisien dalam mempromosikan sikap positif terkait kesehatan khususnya dalam *hygiene genitalia* saat menstruasi. Podcast dapat memberikan informasi yang efektif dalam membentuk sikap positif siswi.

Peneliti berasumsi bahwa podcast dapat meningkatkan sikap positif siswi secara bermakna dalam *hygiene genitalia* saat menstruasi. Hal ini membuktikan bahwa informasi yang terdapat dalam podcast tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga mampu mengubah sikap siswi menjadi lebih baik. Media podcast dapat memperkuat pemahaman siswi karena melibatkan indra pendengaran dan penglihatan.

Namun terlepas dari pernyataan yang meningkat, terdapat beberapa pernyataan yang tidak banyak mengalami peningkatan. Peneliti berasumsi bahwa pernyataan yang tidak banyak

mengalami peningkatan karena nilai sikap responden sebelum diberikan edukasi sudah baik, sehingga selisih nilai peningkatan sikap setelah diberikan edukasi tidak terlihat bermakna.

Ada sikap siswi yang tidak didukung karena terkait dengan sarana yang tidak mendukung, seperti tidak tersedianya sabun di toilet sekolah. Faktor ini dapat menghambat siswi untuk melakukan sikap yang tepat dalam *hygiene genitalia* saat menstruasi. Meskipun podcast dapat membentuk sikap yang positif keberhasilan intervensi juga didukung oleh saran dan prasarana yang tersedia. Untuk itu sekolah dapat memberikan fasilitas untuk mendukung kegiatan tersebut dengan menyediakan sabun di toilet sekolah.

Menurut Notoatmodjo (2019) mengatakan bahwa sikap merupakan predisposisi untuk memberikan tanggapan terhadap rangsang lingkungan yang dapat memulai atau membimbing tingkah laku orang tersebut. Sikap dikatakan sebagai respon yang hanya timbul bila individu dihadapkan pada suatu stimulus. Dengan meningkatnya skor sikap responden menandakan bahwa responden sudah mau menerima objek yang diberikan<sup>(39)</sup>.

### 3. Analisis Bivariat

#### a. Perbedaan Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Media Podcast Tentang Hygiene Genitalia Saat Menstruasi

Hasil uji statistik menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan nilai p-value sebesar 0,0001 ( $p < 0,05$ ), maka ada perbedaan yang bermakna antara nilai rata-rata pengetahuan siswi sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan siswi sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang hygiene genitalia menggunakan podcast di SMAN 1 Bonjol.

Menurut penelitian Muthmainnah (2021) di dapatkan kesimpulan, bahwa media podcast terkait pesan gizi seimbang mengenai obesitas pada remaja dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap, maka dari itu, media podcast dianggap sebagai media yang efektif digunakan dalam memberikan edukasi<sup>(40)</sup>

Terjadinya peningkatan pengetahuan setelah dilakukan intervensi pada siswa terhadap materi tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi karena podcast ini berisikan materi yang menarik karena siswi belum pernah mendapatkan edukasi tentang hygiene genitalia saat menstruasi tersebut dan minat dengan konten yang singkat, jelas, dan mudah dimengerti responden. Penggunaan media podcast ini cukup menarik perhatian siswi saat melakukan intervensi, peneliti memanfaatkan perkembangan teknologi pada



saat ini, untuk memberikan informasi pada siswi dengan cara yang lebih modern serta tidak membosankan, sehingga dapat lebih mudah dipahami oleh siswi.

Asumsi peneliti, adanya peningkatan rata-rata responden secara signifikan dikarenakan responden mudah memahami isi materi dan kemauan responden untuk mengakses podcast serta isi materi yang dirancang menggunakan bahasa sehari-hari yang mudah dipahami oleh responden.

b. Perbedaan Sikap Remaja Putri Sebelum Dan Sesudah Diberikan Media Podcast Tentang Hygiene Genitalia Saat Menstruasi

Hasil uji statistik menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan nilai p-value sebesar 0,0001 ( $p < 0,05$ ), sehingga ada perbedaan yang bermakna antara nilai sikap sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan sikap siswi sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi dengan menggunakan podcast.

Sikap merupakan faktor pembentuk sebuah perilaku pada seseorang. Sikap adalah sebuah reaksi terhadap suatu objek atau stimulus yang melibatkan emosi yang bersangkutan. Sikap dapat diubah dengan pemberian edukasi atau pendidikan. Setelah berubahnya pengetahuan seseorang, maka sikap seseorang terhadap suatu hal juga cenderung berubah.

Intervensi menggunakan podcast dianggap dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswi tentang pentingnya menjaga kebersihan diri saat menstruasi. Melalui podcast, siswi dapat belajar dengan cara yang lebih praktis sehingga informasi mengenai kebersihan diri lebih mudah dipahami dan diingat. Dengan demikian, media ini tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga membentuk sikap positif terhadap kebersihan diri.

Sesuai dengan penelitan Idayat (2021) di dapatkan kesimpulan bahwa, hasil setelah dilakukannya intervensi pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media podcast melalui aplikasi WhatsApp terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap dibuktikan dengan hasil kuesioner post-test bahwa 100% memiliki pengetahuan tinggi dan 85,71% memiliki sikap positif. Penggunaan teknologi dalam edukasi kesehatan, dapat memberikan pengalaman belajar yang lebih personal dan disesuaikan dengan kebutuhan individu<sup>(41)</sup>. Peneliti berasumsi bahwa penggunaan podcast sebagai alat edukasi dapat berkontribusi pada pelaksanaan *hygiene genitalia* saat menstruasi melalui peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap yang lebih baik di kalangan remaja putri.

Perbedaan sikap siswi sebelum dan sesudah intervensi mencerminkan efektivitas podcast dalam mengubah perilaku.

Peneliti mengamati bahwa setelah intervensi siswi menunjukkan perbedaan dalam praktek kebersihan dirisaat menstruasi. Ini menunjukkan bahwa podcast dapat memberikan dampak yang lebih besar dalam membentuk sikap dibandingkan metode pembelajaran yang pasif. Temuan ini mendukung hipotesis bahwa penggunaan podcast sebagai alat edukasi memberikan hasil yang positif dalam meningkatkan sikap kebersihan diri.

Dengan demikian, peneliti menyimpulkan bahwa media seperti podcast dapat menjadi strategi yang efektif dalam program edukasi kesehatan, terutama dalam mengubah perilaku dan sikap terhadap kebersihan diri. Keberhasilan ini juga membuka peluang untuk penggunaan media interaktif lainnya dalam konteks pendidikan kesehatan yang lebih luas.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Media podcast telah dirancang dan digunakan dalam penelitian sesuai dengan kebutuhan responden dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi di SMAN 1 Bonjol.
2. Rata-rata nilai pengetahuan siswa tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi sebelum diberikan edukasi kesehatan menggunakan media podcast adalah 7,61 dan rata-rata nilai pengetahuan siswa tentang *hygiene genitalia* sesudah diberikan edukasi adalah 14,45.
3. Rata-rata nilai sikap siswa tentang *hygiene genitalia* sebelum diberikan edukasi kesehatan menggunakan media podcast adalah 46,98 dan rata-rata nilai sikap siswa tentang *hygiene genitalia* setelah diberikan edukasi adalah 70,84.
4. Adanya perbedaan nilai rata-rata pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui podcast dengan p-value 0,0001 ( $\alpha < 0,05$ ).
5. Adanya perbedaan nilai rata-rata sikap responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui podcast tentang *hygiene genitalia* saat menstruasi pada remaja putri dengan p-value 0,0001 ( $\alpha < 0,05$ ).

## B. Saran

### 1. Bagi Siswi

Diharapkan podcast yang diberikan terkait *hygiene genitalia* saat menstruasi dapat diakses dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari serta podcast dapat dijadikan sebagai media informasi edukatif bagi siswi khususnya terkait *hygiene genitalia* saat menstruasi.

### 2. Bagi Sekolah

1) Diharapkan kepada pihak sekolah untuk menyediakan fasilitas yang memadai untuk mendukung penerapan *hygiene genitalia* saat menstruasi di sekolah seperti penyediaan sabun di toilet sekolah.

2) Diharapkan pihak sekolah dapat memanfaatkan media podcast sebagai media bantu dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswi terkait *hygiene genitalia* saat menstruasi.

### 3. Bagi Puskesmas

Diharapkan agar media podcast dapat digunakan secara berkelanjutan saat melakukan intervensi serta kegiatan edukasi.

### 4. Bagi Peneliti

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk menggunggah podcast ke platform web ataupun aplikasi agar bisa mengetahui frekuensi seberapa sering podcast diakses.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Rahmi Novita Yusuf, Niken DF. Pentingnya Menjaga Kesehatan Reproduksi Remaja Wanita. *J Abdimas Sainika* [Internet]. 2020;1(1):1–8.
2. Y Widyastuti, A Rahmawati YP. Kesehatan Reproduksi. 2009. 194 P.
3. Alfi NR, Hasanah O, Misrawati. Gambaran Perilaku Personal Hygien Pada Remaja Saat Menstruasi Di Masa New Normal Di Kota Pekanbaru. *J Kesehat Ilm Indones*. 2022;7(2):61–72.
4. Wiratmo PA, Utami Y. Peran Ibu Sebagai Pendidik Terhadap Perilaku Kebersihan Menstruasi Remaja. *J Nurs Midwifery Sci*. 2022;1(2):1–11.
5. Dwianggimawati MS. Analisis Determinan Faktor Tanda Dan Gejala Infeksi Saluran Kemih Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 2 Karanganyar Kabupaten Trenggalek. *J Glob Res Public Heal*. 2022;7(1):53–8.
6. Mawarti I, Mulyani S, Keperawatan J, Jambi U. Pendidikan Kesehatan Dan Demonstrasi Personal Hygiene Genitalia. *J Pengabd*. 2023;1–9.
7. Rizky Fadilasani, Hariadji Sugito, Purnamasari D. Pengetahuan Tentang Menstruasi Membentuk Sikap Positif Personal Hygiene Remaja Putri. *WOMB Midwifery J*. 2023;2(1):16–22.
8. Ahmad EF, Junias MS, Setyobudi A. Menstrual Personal Hygiene Behavior In Female Adolescents Of Sma / Smk Negeri Ende City. *Pancasakti J Public Heal Sci Res* [Internet]. 2023;3:143–50.
9. Sumini Hirdayanti Henaulu. Literatur Review Gambaran Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Usia. *Lit Rev Gambaran Perilaku Pers Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Usia*. 2021;13.
10. Dewi Fransisca, Sri Handayani, Chamy Rahmatika, Oktariyani Dasril DNU. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. *Heal Care J Kesehat*. 2019;7(2):22–9.
11. 2018 Riskesdas. Laporan Riskesdas 2018 Nasional.Pdf. Lembaga Penerbit Balitbangkes. 2018.
12. Riskesdas Sumatra Barat. Riset Kesehatan Dasar Provinsi Sumatera Barat Tahun 2018. Laporan Riskesdas Nasional 2018. 2018. 1–478 P.
13. Utami DS. Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Pada Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smp Negeri 1 Cimalaka. *Jiksa (Jurnal Ilmu Keperawatan Sebel April*. 2022;4(1):48–56.
14. Astuti Y, Anggarawati T. Efektivitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Indones J Perawat*. 2020;5(2):36.
15. Fitri AZ, Kurniasari R. Efektivitas Edukasi Menggunakan Media Podcast Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Dan Pengendalian Diabetes Melitus. *PREPOTIF J Kesehat Masy*. 2022;6(2):1657–62.
16. Nurivana S, Liana C. Pengaruh Media Google Podcast Terhadap Literasi Sejarah Peserta Didik Kelas X IPS SMA Negeri 1 Waru. *Avatara, E-Journal Pendidik Sej*. 2022;12(2):1–15.
17. Susilowati RD, Sutama S, Faiziyah N. Penerapan Podcast Pada Aplikasi Spotify Sebagai Media Pembelajaran Matematika Di Tengah Pandemi Covid-19. *J Ris Pendidik Dan Inov Pembelajaran Mat*. 2020;4(1):68.

18. Mardiana Z. Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat Genitalia Saat Menstruasi. 2016;(Vol. 12 No. 1 (2016): Jurnal Keperawatan).
19. Yunita Lestari, Has'ad Rahman Attamimi. Penyuluhan Perilaku Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi Di Siswi Smp Negeri 4 Sumbawa Tahun 2022. *J Pengabdian Masyarakat Indonesia*. 2023;2(1):49–59.
20. Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. 2017;
21. Harahap YW. Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi Di MTS Swadaya Padangsidimpuan. *J Kesehatan Ilmu Indonesia (Indonesian Health Science Journal)*. 2021;6(1):134.
22. Soebagijo. Pengaruh Terpaan Pornografi Di Media Massa Terhadap Perilaku Remaja Di Kota Pekanbaru. *Semin Nasional, FISIP Univ Riau "Politik, Birokrasi Dan Perubahan Sosial Dalam Upaya Membangun Karakter Bangsa."* 2013;(November):1–20.
23. Kumalasari I. Kesehatan Reproduksi. 2012;
24. Dila Rukmi Octaviana Rar. Hakikat Manusia: Pengetahuan (Knowledge), Ilmu Pengetahuan (Sains), Filsafat Dan Agama. 2021;5(2):143–59.
25. Sukarini LP. Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Buku KIA. *J Genta Kebidanan*. 2018;6(2).
26. Nurmala, Ira; Rahman, Fauzie; Nugroho, Adi; Erlyani, Neka; Laily, Nur; Yulia Anhar V. Promosi Kesehatan. 2018. 51 P.
27. Anam MM, Turistiani TD. Interferensi Bahasa Jawa Terhadap Bahasa Indonesia Dalam Podcast Cerita Kampung Halaman Episode 1001 Coffee Shop Di Yogyakarta. *Bapala*. 2022;9.
28. Fadilah E, Yudhapramesti P, Aristi N. Podcast Sebagai Alternatif Distribusi Konten Audio. *J Kaji Jurnalisme*. 2017;1(1):90–104.
29. Yasmin Auliyah Rahma SA. Teknik Komunikasi Ustad Hanan Attaki Terhadap Masyarakat Multikultural Di Indonesia Melalui Podcast. *J Kaji Keislaman*. 2022;V(1):104–10.
30. Susilowati S-. Konstruksi Seksualitas Dalam Channel Youtube Podcast Deddy Corbuzier Versi "Bini Uus Kite Unboxing!!". *J Trias Polit*. 2021;5(1):105–19.
31. Imarshan I. Popularitas Podcast Sebagai Pilihan Sumber Informasi Bagi Masyarakat Sejak Pandemi Covid-19. *Perspektif Komunika: J Ilmu Komunika Politik Dan Komunika Bisnis*. 2021;5(2):213.
32. Batubara HH. Media Pembelajaran MI / SD CV Graha Edu. 2021. 1–260 P.
33. Budiman, P. Model Perencanaan Komunikasi. (2020).
34. Lestari A, Rafi'ah, Maliga I. Pendidikan Kesehatan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Reproduksi Di Lingkungan Prate. *J Pengabdian Masyarakat Radisi*. 2022;2(1):19–22.R
35. Fatihah, Husnul, And Sri Artati Waluyati. "PODCAST SEBAGAI MEDIA PEMBELAJARAN ERA DIGITAL DI PERGURUAN TINGGI." *Bhineka Tunggal Ika; Kajian Teori Dan Praktik Pendidikan PKN 10.1 (2023)*: 87-95.
36. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2014.

37. Hartoyo ED, Novita B, Susanto A. The Influence Of The Leaflet Media Towards Personal Hygiene Genitalia Menstruation Of Adolescents. Vol. 17. 2021.
38. Jennah, Eva Nor, Ika Kusuma Wardani, And Diana Wibowo. "Perbedaan Efektivitas Penyuluhan Pemeliharaan Kesehatan Gigi Dengan Media Video Animasi Dan Podcast." *Dentin* 6.2 (2022).
39. Notoatmodjo, S. *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. (2020).
40. Muthmainnah AF. Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Menggunakan Media Podcast Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Mengenai Obesitas Pada Remaja. 2021;
41. Idayat R. Asuhan Keperawatan Komunitas Pemberian Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Podcast Untuk Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Siswa Tentang Perilaku Seksual Remaja Di MAN 1 Padang Panjang. 2021;



ORIGINALITY REPORT

<b>17%</b> SIMILARITY INDEX	<b>18%</b> INTERNET SOURCES	<b>9%</b> PUBLICATIONS	<b>7%</b> STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	---------------------------	-----------------------------

PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<b>repository.poltekkesbengkulu.ac.id</b> Internet Source	<b>2%</b>
<b>2</b>	<b>eprints.walisongo.ac.id</b> Internet Source	<b>2%</b>
<b>3</b>	<b>Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan</b> Student Paper	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>jurnal.unived.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>lifestyle.bisnis.com</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>repositori.uin-alauddin.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>juriskes.com</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>Submitted to Universitas Andalas</b> Student Paper	<b>1%</b>
<b>9</b>	<b>jurnal.unsil.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>