



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 6 Tahun 2024 Page 9882-9911

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Media Video Animasi *Menstrual Hygiene Management* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri

Nurhidayah^{1✉}, Herlina², Stephanie Dwi guna³

Jurusan Ilmu Keperawatan Universitas Riau

Email : nurhidayahida25@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Pendahuluan: *Menstrual Hygiene Management* merupakan praktik menjaga kebersihan dan kesehatan alat reproduksi selama periode menstruasi. Tindakan Ini melibatkan durasi penggantian pembalut, durasi penggantian celana dalam per hari, dan cara membersihkan daerahewanitaan yang benar. Metode: Desain penelitian menggunakan *quasi experimental one group pre-test post test*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 25 September-24 Okoober 2024 di SMPN 9 Pekanbaru dengan jumlah sampel 34 responden yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisa yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan uji *Wilcoxon*. Penelitian ini menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap tentang *menstrual hygiene management* dan media video animasi yang berisi materi tentang *menstrual hygiene management*. Hasil: sebagian besar responden berusia 13 Tahun (41,2 %) , dan usia *menarche* responden berusia 11 Tahun (52,9%), terdapat peningkatan pengetahuan remaja putri pada pengetahuan baik (100%), setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui media video animasi tentang *menstrual hygiene management*. Pada sikap terdapat peningkatan sikap Positif yaitu nilai *mean* 56.91 . Uji statistik didapatkan hasil nilai *p value* (0,000) < α (0,05) yang berarti terjadi peningkatan pengetahuan tentang *menstrual hygiene management*. Pada variabel sikap didapatkan hasil nilai *p value* (0,001) < α (0,05) yang berarti terjadi perubahan sikap tentang *menstrual hygiene management* Kesimpulan: Terdapat Pengaruh Pendidikan Kesehatan Media Video Animasi *Menstrual Hygiene Management* terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri.

Kata kunci: *Menstrual hygiene management, pengetahuan, sikap.*

Abstract

Background: Menstrual Hygiene Management is the practice of maintaining the cleanliness and health of the reproductive organs during the menstrual period. This action involves the duration of changing pads, the duration of changing underwear per day, and the correct way to clean the genital area. Methods: The research design uses a quasi-experimental one group pre-test post-test. This research was conducted from September 25 to October 24, 2024, at SMPN 9 Pekanbaru with a sample size of 34 respondents selected based on inclusion criteria using purposive sampling technique. The analysis were univariate and bivariate analysis with the Wilcoxon test. This research uses a questionnaire on knowledge and attitudes about menstrual hygiene management and an animated video media containing material on menstrual hygiene management. Result: Most of the respondents were 13 years old (41.2%), and the age of menarche for the respondents was 11 years old (52.9%). there was an increase in the knowledge of adolescent girls in good knowledge (100%) after being provided with health education through animated video media about menstrual hygiene management. In terms of attitude, there is an increase in positive attitude with a mean score of 56.91. Statistical tests yielded a p-value $(0.000) < \alpha (0.05)$, indicating an increase in knowledge about menstrual hygiene management. For the attitude variable, a p-value $(0.000) < \alpha (0.05)$ was obtained, indicating a change in attitude towards menstrual hygiene management. Conclusion: There is an Influence of Health Education through Animated Video Media on Menstrual Hygiene Management on the Knowledge and Attitudes of Adolescent Girls.

Keywords: *Menstrual hygiene management, the Knowledge Attitudes.*

PENDAHULUAN

Tahap peralihan antara masa kanak-kanak ke dewasa dikenal sebagai masa remaja. Remaja diklasifikasikan ke dalam tiga fase berdasarkan tahap perkembangan mereka. Tahap pertama, yang dikenal sebagai tahap remaja awal, berlangsung dari usia 12 hingga 14 tahun. Tahap kedua, yang dikenal sebagai tahap remaja tengah, berlangsung dari usia 15 hingga 17 tahun. Tahap ketiga, yang dikenal sebagai tahap remaja akhir, berlangsung dari usia 18 hingga 21 tahun (Haerani, 2020). *World Health Organization* (2023) melaporkan bahwa jumlah remaja di dunia lebih tinggi daripada kelompok usia lainnya. Dari 7,2 miliar orang di dunia, lebih dari 3 miliar di antaranya berusia di bawah 25 tahun, dan 1,2 miliar di antaranya adalah remaja berusia antara 10 dan 19 tahun, atau 18% dari total populasi.

Pada tahun 2022, Indonesia mencatat jumlah penduduk yang melebihi 273 juta jiwa, dengan distribusi demografis yang memperlihatkan 50,5% ialah laki-laki dan 49,5% perempuan. Dari proporsi perempuan tersebut, 10% ialah remaja putri yang berusia antara 10 hingga 14 tahun, menurut data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022). Lebih lanjut, data tahun 2023 dari Badan Pusat Statistik Provinsi Riau memperlihatkan kalau provinsi tersebut mempunyai populasi lebih dari 6 juta jiwa, dengan persentase 51% laki-

laki dan 49% perempuan. Di antara penduduk perempuan tersebut, 17% ialah remaja putri yang berada dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun

Selama masa remaja, perempuan mengalami sejumlah transformasi signifikan, termasuk perubahan fisik yang menonjol. Pada remaja perempuan, perubahan ini biasanya mencakup pembesaran pinggul dan payudara, pertumbuhan rambut halus di beberapa bagian tubuh, serta menstruasi sebagai indikasi awal dari perubahan dalam tahap pertumbuhan mereka (Andriani *et al*, 2022).

Remaja putri yang sudah mengalami menstruasi tentu saja harus lebih memperhatikan kebersihan diri terutama di area genitalia. Kebersihan yang diperhatikan mulai dari bagaimana cara membersihkan daerah kewanitaan, penggunaan pakaian dalam, penggunaan pembalut, penggunaan pantyliner, penggunaan cairan pembersih dan mengeringkan daerah kewanitaan. Apabila *menstrual hygiene* tidak dijaga maka akan menimbulkan masalah kesehatan baru. Masalah kesehatan yang dapat muncul seperti infeksi saluran kemih, infeksi saluran reproduksi serta iritasi kulit di sekitar genitalia (Masithoh,2019).

Menstrual hygiene managemen mengacu pada praktik menjaga kebersihan diri selama menstruasi dengan menggunakan pembalut untuk menampung atau menyerap darah menstruasi. Bahan yang digunakan untuk tujuan ini dapat diganti sesering yang diperlukan, dan praktik lainnya termasuk mencuci tubuh dengan sabun dan air, mengganti pembalut atau bahan penyerap darah menstruasi lainnya sesuai kebutuhan (Andi Basniati *et al.*, 2020)

Menstrual hygiene management masih sering diabaikan dan dianggap sebagai topik yang tabu untuk dibicarakan. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *Menstrual Hygiene Management* (MHM) diantaranya faktor lingkungan (apakah tersedia dan dapat dikatakan layak atau tidak *fasilitas Water, Sanitation, Hygiene (WASH)* di lingkungan sekitar, faktor individu (apakah mempunyai pengetahuan terkait menstruasi dan *menstrual hygiene management*), faktor biologi (usianya, siklusnya, gangguan menstruasi), faktor sosial (apa pendidikannya, norma sosialnya), faktor interpersonal (bagaimana dukungan informasinya, persepsi dalam gender setelah terjadi menstruasi) (UNICEF, 2017).

Persentase kejadian masalah kesehatan infeksi saluran reproduksi berkisar antara 35% hingga 42%, seringkali terjadi pada usia remaja, dan sekitar 27% hingga 33% berlangsung pada dewasa muda (Rima Wirenviona.2020), Penyakit menular yang dikenal sebagai infeksi saluran reproduksi (IMS) dapat menyerang siapa saja, tetapi lebih sering terjadi pada wanita. Jika tidak diobati, IMS dapat berkembang dan menjadi berbahaya. Menurut statistik prevalensi tahun 2019 bakteri yang bertanggung jawab atas 46% kasus Infeksi Saluran

Reproduksi (ISR) adalah Vaginosis, sedangkan bakteri yang bertanggung jawab atas 29% kasus adalah *Candida albicans* (Kementerian Kesehatan RI, 2019). *Pruritus vulvae* merupakan salah satu dari sekian banyak gangguan tidak menyenangkan yang dapat diakibatkan oleh Infeksi Saluran Reproduksi (ISR). Di seluruh dunia, remaja (35%-42%) dan dewasa muda (27%-33%) mempunyai angka kejadian infeksi saluran reproduksi (IMS) yang paling tinggi. Ini ialah tingkat prevalensi vaginosis *bacterialis* (20%-40%), *trichomoniasis* (5%-15%), dan kandidiasis (25%-50%) untuk infeksi saluran reproduksi.

Menurut WHO *Regional Office for South-East Asia* (2019), tingkat pengetahuan tentang seksualitas dan kesehatan reproduksi secara umum berada di bawah 40% di negara-negara Asia Tenggara, termasuk Indonesia. Tingkat pengetahuan yang rendah terkait dengan kesehatan reproduksi dapat menyebabkan kurangnya pemahaman remaja putri dalam menjaga kebersihan selama menstruasi. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Prasetyo *et al.*, 2023) bahwa kurangnya informasi remaja putri tentang pentingnya *menstrual hygiene* juga di pengaruhi oleh faktor kurangnya sumber informasi yang di dapatkan oleh remaja dari orang tua dikarenakan orang tua tidak memahami konsep serta prosedur manajemen kebersihan menstruasi. Selain orang tua, akses informasi jalur formal seperti pukesmas dan kurikulum sekolah serta jalur informal seperti masyarakat masih belum memberikan informasi menstruasi dan *menstrual hygiene* kepada siswa. Meskipun di sekolah ada mata pelajaran yang berkaitan dengan menstruasi, namun kurang memberikan pengetahuan yang komprehensif tentang topik tersebut dikarenakan kuatnya anggapan bahwa topik tersebut sensitif dan tidak pantas untuk dibicarakan (Hastuti *et al.*, 2019).

Rendahnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi akan memungkinkan perempuan tidak berperilaku *hygiene* pada saat menstruasi yang dapat membahayakan kesehatan reproduksinya sendiri, hal ini sejalan dengan penelitian oleh (Amanda.,2022) seseorang dengan tingkat pengetahuan cukup mempunyai kecenderungan untuk berperilaku negatif, sebagian besar remaja putri melakukan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang baik apabila mereka mendapat pengetahuan yang cukup. Kurangnya informasi menyebabkan buruknya perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.

Pada penelitian (Amallya Faj *et al.*, 2022), menyatakan bahwa semakin rendah tingkat pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi maka semakin rendah pula remaja putri tersebut bersikap dan berperilaku baik terhadap *personal hygiene* nya pada saat menstruasi dan sebaliknya. Hal tersebut dikarenakan ketika remaja mendapatkan informasi terkait *personal hygiene* saat menstruasi maka pengetahuannya akan bertambah. Ketika remaja sudah memiliki pengetahuan terkait hal tersebut

kemungkinan mendorong remaja untuk melakukan *personal hygiene* yang baik dan benar saat menstruasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2022) mengungkapkan bahwa pemberian edukasi kesehatan menggunakan modul menstrual hygiene management berdampak signifikan pada pengetahuan dan sikap remaja putri. Penelitian yang dilakukan oleh Fira (2023) menggunakan media edukasi booklet & slide tentang menstrual hygiene management efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri.

Selain metode *booklet*, *slide*, dan ceramah dan metode diskusi, salah satu sarana media yang menarik dan inovatif yang bisa di berikan kepada remaja yakni media video. dalam penelitian yang dilakukan oleh (Atika *et al.*, 2022) dengan membandingkan media video dan leaflet didapatkan hasil bahwa media video lebih efektif daripada media leaflet dalam meningkatkan pengetahuan remaja. sejalan dengan penelitian oleh (Umami *et al.*, 2021) bahwa terdapat pengaruh yang sangat signifikan terhadap pengetahuan dan sikap sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui media video edukasi.

Menurut Lilisnuryanti (2019), video memiliki dampak positif yang besar terhadap peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan sikap, baik secara langsung maupun tidak langsung. Penelitian yang dilakukan oleh Andriani (2021) juga menegaskan bahwa penggunaan media video mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri dalam hal kesehatan reproduksi.

Salah satu media audio visual yang bisa dipakai yaitu video animasi. Video animasi berupa obyek atau gambar yang digerakkan oleh animator sehingga objek atau gambar tersebut seakan- akan hidup (Arfah, 2019). Dalam studi yang dilaksanakan Izzah (2021), ia menerapkan penelitian yang memakai media video animasi. Metode penelitian yang dipakai ialah desain *pre experiment* dengan satu kelompok *pretest posttest*. Temuan dari penelitian tersebut memperlihatkan kalau edukasi memakai media video animasi mempunyai dampak pada peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri.

Setelah dilakukan Studi pendahuluan terhadap sepuluh siswi perempuan di SMP N 9 Pekanbaru, ditemukan bahwa delapan siswi mengaku belum familiar dengan konsep *menstrual hygiene management*. Sebaliknya, dua siswi lainnya telah mengenal dan menerima informasi terkait manajemen kebersihan menstruasi melalui media cetak dan elektronik. Selain itu, mereka menyatakan bahwa belum pernah menerima pendidikan terstruktur mengenai manajemen kebersihan menstruasi, baik melalui pendidikan formal maupun non-formal. Dari 10 siswi tersebut 6 orang mengatakan mengganti pembalut pada saat menstruasi 5-6 jam sehari, dan 4 orang lainnya mengganti pembalut apabila darah haid tembus atau sudah penuh saja.

Berdasarkan data dan informasi di atas, peneliti tertarik dan ingin melakukan penelitian tentang "Pengaruh pendidikan kesehatan media video animasi Menstrual Hygiene Management terhadap Pengetahuan dan sikap Remaja Putri di SMP N 9 Pekanbaru".

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini, menggunakan metode kuantitatif dengan desain *Quasi Eksperiment One Group Pre test and Post test*. Dalam penelitian ini, responden diberikan kuesioner *pre test tentang* pengetahuan dan sikap sebelum mendapatkan intervensi, setelah itu, lalu diberikan video animasi mengenai *Menstrual Higiene management* sebanyak 3 kali penayangan video animasi berdurasi 3-5 menit selama satu bulan . Seminggu setelah penayangan video animasi terakhir maka dilakukan *post test* dengan membagikan kembali kuesioner pengetahuan dan sikap . Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive* dengan total sampel 34 orang yang diambil dari kelas VII dan kelas VIII di SMPN 9 Pekanbaru lalu dipilih secara proposional yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.kriteria inklusi dan eksklusi pada penelitian ini yaitu:

- 1) Kriteria inklusi
 - a. Siswi yang berusia 12- 15 tahun.
 - b. Sisiwi yang sudah menstruasi.
 - c. Bersedia menjadi responden penelitian.
- 2) Kriteria eksklusi
 - a. siswi yang belum menstruasi
 - b. siswi yang memiliki masalah didaerah perineal (keputihan)

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Univariat

a) Karakteristik Responden

Tabel 4.1

Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah (n=34)	
	Frekuensi (n)	Presentase %
Usia (Tahun)		
a. 12 Tahun	6	17,6
b. 13 Tahun	14	41.2
c. 14 Tahun	12	35.3
d. 15 Tahun	2	5.9

Total	34	100
Usia <i>Menarche</i> (Tahun)		
a. 10 Tahun	3	8,8
b. 11 Tahun	18	52,9
c. 12 Tahun	13	38,2
Total	34	100

Berdasarkan tabel 4.1 di atas dapat dilihat dari 34 responden sebagian besar berumur 13 tahun yang berjumlah 14 orang (41,2%) sedangkan yang berumur 14 tahun sebanyak 12 orang (35,3%), yang berumur 12 tahun sebanyak 6 orang (17,6%) dan umur 15 Tahun sebanyak 2 orang (5,9%). Pada usia pertama kali menstruasi (*menarche*) berumur 11 tahun yang berjumlah 18 orang (52,9%) sedangkan yang berumur 12 tahun sebanyak 13 orang (38,2%), dan umur 10 Tahun sebanyak 3 orang (8,8%).

b) Gambaran Pengetahuan Responden Sebelum Diberikan Edukasi *Menstrual Hygiene Management*

Tabel 4.2

Gambaran Pengetahuan Responden Sebelum Diberikan Edukasi *Menstrual Hygiene Management*

Kategori Pengetahuan	Jumlah (n=34)	
	Frekuensi (n)	Presentase %
<i>Pre-Test</i>		
a. Baik	0	0
b. Cukup	23	67,6
c. Kurang	11	32,4
Total	34	100

Dari tabel 4.2 diatas di dapatkan bahwa sebelum diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene management* sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan cukup yaitu sebanyak 23 orang (67,6%) , walaupun demikian, masih terdapat responden yang berpengetahuan kurang tentang *menstrual hygiene management* sebanyak 11 orang (20,6%).

c) Gambaran Pengetahuan Responden Setelah Diberikan Edukasi *Menstrual Hygiene Management*

Tabel 4.3

Gambaran Pengetahuan Responden Setelah Diberikan Edukasi *Menstrual Hygiene Management*

Kategori Pengetahuan	Jumlah (n=34)	
	Frekuensi (n)	Presentase %
<i>Post-Test</i>		
a. Baik	34	100
Total	34	100

Dari tabel 4.3 diatas di dapatkan bahwa Setelah dilakukan edukasi *menstrual hygiene management* terlihat perubahan pada responden pada kategori pengetahuan baik sebanyak 34 (100%).

d) Gambaran Sikap Responden Sebelum Diberikan Edukasi *Menstrual Hygiene Management*

Tabel 4.4

Gambaran Sikap Responden Sebelum Diberikan Edukasi *Menstrual Hygiene Management*

Kategori Pengetahuan	Jumlah (n=34)	
	Frekuensi (n)	Presentase %
<i>Pre-Test</i>		
a. Positif	15	44,1
b. Negatif	19	55,9
Total	34	100

Dari tabel 4.4 diatas di dapatkan bahwa sebelum diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene management* sebagian besar responden berada pada kategori sikap negatif yaitu sebanyak 19 orang (55,9%) , sedangkan responden yang pada kategori sikap positif sebanyak 15 orang (44,1%).

e) Gambaran Sikap Responden Setelah Diberikan Edukasi *Menstrual Hygiene Management*

Tabel 4.5
Gambaran Sikap Responden Setelah Diberikan Edukasi *Menstrual Hygiene Management*

Kategori Pengetahuan	Jumlah (n=34)	
	Frekuensi (n)	Presentase %
<i>Post-Test</i>		
a. Positif	34	100
b. Negatif	-	-
Total	34	100

Dari tabel 4.5 diatas di dapatkan bahwa setelah dilakukan edukasi *menstrual hygiene management* terlihat perubahan kategori sikap pada responden pada kategori positif sebanyak 34 (100%).

f) Rata-rata Pengetahuan Responden Sebelum dan Setelah Diberikan Edukasi *Menstrual Hygiene Management*

Tabel 4.6
Rata-rata Pengetahuan Responden sebelum dan Setelah Diberikan Edukasi *Menstrual Hygiene Management*

Tahap	Mean	SD	Min	Max
<i>Pre-test</i>	59,62	7,511	47	73
<i>Post-Test</i>	96,91	3,528	93	100

Tabel 4.6 menunjukkan bahwa nilai mean *pre-test* yaitu 59,62 (SD= 7,511) dengan nilai minimum 47 dan nilai *maximum* 73, sedangkan nilai mean *post-test* yaitu 96,91 (SD= 3,528) dengan nilai minimum 93 dan nilai maximum 100.

g) Rata-Rata Sikap Responden Sebelum dan Setelah Diberikan Edukasi *Menstrual Hygiene Management*

Tabel 4.7

Rata-rata Sikap Responden sebelum dan Setelah Diberikan Edukasi *Menstrual Hygiene Management*

Tahap	Mean	SD	Min	Max
<i>Pre-test</i>	46,18	4,303	38	57
<i>Post-Test</i>	56,91	3,009	50	60

Tabel 4.7 menunjukkan bahwa nilai *mean pre-test* yaitu 46,18 (SD = 738) dengan nilai minimum 38 dan nilai maximum 57, sedangkan nilai *mean post-test* yaitu 56,91 (SD= 2,970) dengan nilai minimum 50 dan nilai maximum 60.

B. Analisis Bivariat

a) Uji Normalitas Data Variabel Pengetahuan dengan Uji *Shapiro-Wilk*

Tabel 4.8

Uji Normalitas Data dengan Uji *Shapiro-Wilk*

Variabel	Kelompok	Frekuensi (n)	Sig.
Pengetahuan	<i>Pre-test</i>	34	0,78
	<i>Post-test</i>	34	0,00
Sikap	<i>Pre-test</i>	34	0,580
	<i>Post-test</i>	34	0,01

Berdasarkan Tabel 4.8, menunjukkan bahwa hasil uji normalitas data dengan uji *Shapiro-Wilk* pada variabel pengetahuan menunjukkan bahwa nilai signifikan pada kelompok *pre-test* adalah $0,78 > (\alpha 0,05)$ dan pada kelompok post test adalah $(0,00) < (\alpha 0,05)$. Hasil ini menunjukkan bahwa pada data *post-test* tidak terdistribusi secara normal. Pada variabel sikap menunjukkan bahwa nilai signifikan pada kelompok *pre-test* adalah $0,580 > (\alpha 0,05)$, dan pada kelompok *post-test* adalah $0,01 < (\alpha 0,05)$ sehingga analisis statistik dilakukan menggunakan uji alternatif dependent t-test, yaitu uji *Wilcoxon*.

b) Uji *Wilcoxon*

Uji *Wilcoxon* dalam penelitian ini dipakai untuk melihat perbandingan rata-rata pengetahuan dan sikap remaja putri sebelum dan sesudah intervensi.

Tabel 4.9

Hasil Uji *Wilcoxon*

Variabel	Kelompok	Min	Max.	Mean	P value
Pengetahuan	<i>Pre-test</i>	47	73	59,62	0,00
	<i>Post-test</i>	93	100	96,91	

Sikap	<i>Pre-test</i>	38	57	46,18	0,01
	<i>Post-test</i>	50	60	56,91	

Berdasarkan Tabel 4.9 menunjukkan bahwa *mean* pada variabel pengetahuan responden pada saat *pre-test* adalah 59,62, sedangkan *mean* pengetahuan *post-test* adalah 96,91. Hasil uji *Wilcoxon* didapatkan *P value* $(0,00) < (\alpha 0,05)$. Sedangkan pada variabel sikap menunjukkan bahwa *mean* pada saat *pre-test* adalah 46,18, dan saat *post-test* *mean* adalah 56,91 dengan hasil uji *Wilcoxon* didapatkan *P value* $(0,01) > (\alpha 0,05)$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap responden pada saat *pre-test* dan *post-test* dan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan media video animasi *menstrual hygiene management* terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri.

Pembahasan

Karakteristik Responden

A. Umur

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 13 tahun (41,2%), remaja dengan rentang umur 12- 14 tahun disebut dengan remaja awal hal ini disebutkan menurut Dartiwen & Aryanti (2022) remaja awal (*Early Adolescent*). Tahap remaja awai dialami pada usia 12 sampai 14 tahun. Pada tahap ini, remaja akan mengembangkan cara berfikir baru dan mulai memiliki rasa tertarik pada lawan jenis. Pada fase ini, remaja putri akan mengalami perubahan yang signifikan. Mereka mulai mengalami perubahan fisiologis seperti menstruasi, pinggul dan payudara yang membesar serta mengalami pertumbuhan rambut halus di beberapa area tubuh tertentu.

Tahapan perkembangan anak usia 12 tahun ke atas berada pada tahap operasional formal. Di tahap ini, mereka mulai bisa berpikir secara abstrak, yaitu mampu memikirkan ide-ide dalam kepala mereka tanpa perlu melakukan tindakan nyata. Remaja pada usia ini sudah bisa melakukan perhitungan matematis, berpikir kreatif, berpikir logis, dan membayangkan akibat dari suatu tindakan. Perkembangan kognitif remaja meliputi perubahan dalam kemampuan mental seperti belajar, mengingat, bernalar, berpikir, dan berbahasa. Kekuatan baru dalam berpikir ini membuka pandangan mereka terhadap lingkungan sekitar. Pemikiran mereka semakin matang (remaja berpikir lebih baik daripada anak-anak), logika mereka berkembang (mereka mulai berpikir seperti ilmuwan, mencari cara untuk memecahkan masalah, dan menganalisis situasi), serta

mereka cenderung berpikir positif, lebih fokus pada hal-hal yang seharusnya dipikirkan Sary (2017).

B. Usia *Menarche*

Menarche atau menstruasi pertama merupakan hal yang wajar terjadi pada remaja perempuan yang memiliki tubuh dalam kondisi normal. *Menarche* terjadi secara alami karena terdapat peningkatan dan penebalan lapisan pada endometrium uterus yang dirangsang oleh hormon FSH dan lonjakan hormon estrogen yang mengalami peningkatan saat masa pubertas remaja perempuan (Subekti *et al.*, 2020). Masa remaja dapat juga disebut dengan *adolescense* yang mempunyai arti "tumbuh untuk mencapai kematangan". Seorang anak sudah dianggap dewasa apabila organ reproduksinya sudah siap yang ditandai dengan adanya *menarche* bagi remaja putri (Nabila, 2022). Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden pertama kali menstruasi (*menarche*) berumur 11 tahun sebanyak (52,9%). Usia 9-15 tahun merupakan usia transisi menuju pubertas. Ketika ciri seksual sekunder muncul awal dari ciri seksual primer (Gultom *et al.*, 2020). Perubahan fisiologis remaja putri muncul ciri seksual sekunder yaitu melebarnya pinggul, tumbuhnya rambut disekitar alat kelamin dan membesarnya payudara. Ciri seks primer yaitu menstruasi. Menstruasi yang terjadi pertama kali disebut dengan *menarche* (Aisyaroh, 2020).

Menurut Sibagariang (2021) *menarche* pada remaja putri sering terjadi pada usia 11 tahun, namun ada kemungkinan *menarche* juga terjadinya pada rentang usia 8-16 tahun. Hal ini dikarenakan usia yang diperlukan untuk mencapai fase terjadinya *menarche* dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya status gizi, sosial, ekonomi dan lain sebagainya.

C. Gambaran Pengetahuan Responden Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan *Menstrual Hygiene Management*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan mengenai *menstrual hygiene management* sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan cukup (67,6%), tetapi masih terdapat pengetahuan responden yang pada kategori kurang (20,6%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fira (2023) Pengetahuan remaja putri tentang *mentsrual hygiene management* sebelum diberikan edukasi pada kategori cukup yaitu (46%), setelah diberikan pendidikan kesehatan meningkat mejadi kategori baik. Dalam penelitian Aniroh (2024) pengetahuan remaja putri pada *pre-test* berada pada kategori kurang yaitu (78,9 %) setelah diberikan edukasi meningkat dengan signifikan yaitu (94, 7%).

Menurut peneliti, pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan dikategori cukup karena sebagian besar remaja sudah pernah mendengar tentang *menstrual hygiene management* seperti apa itu *menstrual hygiene*, mengapa *menstrual hygiene* itu penting, tetapi masih banyak remaja putri yang masih belum paham dan salah menjawab pertanyaan seperti pergantian pembalut yaitu (73,5 %), pergantian celana dalam per hari (70,6 %), berapa kali minimal mengganti celana dalam saat menstruasi (58,8%), apa yang dilakukan pertama kali sebelum membersihkan kemaluan (64,7%), dan masih banyak remaja putri yang percaya terhadap mitos-mitos tentang *menstrual hygiene* sebanyak (73,5 %).

D. Gambaran Pengetahuan Responden Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan *Menstrual Hygiene Management*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan pendidikan kesehatan *menstrual hygiene management* terlihat perubahan pada responden menjadi kategori pengetahuan baik (100%).

Menurut peneliti, pengetahuan remaja putri setelah diberikan pendidikan kesehatan meningkat dikarenakan telah terpapar informasi melalui pendidikan kesehatan dan pengulangan pemberian pendidikan kesehatan tersebut menyebabkan *hasil post-test* mengalami peningkatan yang signifikan terutama pada pertanyaan kuesioner yang menjadi topik diskusi. Sejalan dengan penelitian oleh Permatasari (2021). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Sesudah Diberikan Edukasi *Menstrual Hygiene Management* mengalami peningkatan pengetahuan karena dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti membaca buku, teman, orang tua, televisi, poster, majalah, media online, sarana pendidikan atau edukasi kesehatan dapat beragam seperti *booklet* dan *slide*, metode diskusi, video animasi.

Hal ini dibuktikan Pada hasil kuesioner saat *post-test* responden keseluruhan sudah benar menjawab pertanyaan kuesioner yang membahas tentang mitos terkait *menstrual hygiene management*, berapa kali minimal mengganti celana dalam, apa yang dilakukan pertama kali sebelum membersihkan kemaluan, gangguan reproduksi terkait *menstrual hygiene management*, dan arah membasuh daerah kewanitaan.

E. Gambaran Sikap Responden Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan *Menstrual Hygiene Management*

Hasil penelitian di dapatkan bahwa sebelum diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene management* sebagian besar responden bersikap negatif yaitu sebanyak (55,9%), dan sebagian responden bersikap positif (44,1%)

Menurut peneliti, Sikap remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan dikategori bersikap negatif dikarenakan pengetahuan remaja putri pada kategori cukup yang dimana remaja putri hanya mengetahui saja tentang konsep *menstrual hygiene management* tetapi belum terlalu paham tentang konsep *menstrual hygiene management*, Pada hasil kuesioner menunjukkan bahwa pada pertanyaan unfavorable tentang durasi pergantian pembalut cukup 2 kali sehari remaja masih menjawab setuju (41,2 %), begitu pula dengan pemilihan celana dalam (35,3 %), dan penggunaan cairan pembersih pada daerah kewanitaan sebanyak (44,1 %).

F. Gambaran Sikap Responden Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan *Menstrual Hygiene Management*

Hasil penelitian di dapatkan bahwa setelah dilakukan edukasi *menstrual hygiene management* terlihat perubahan kategori sikap pada responden pada kategori positif (100%). sejalan dengan hasil penelitian oleh Syamson, M., *et al* (2022) didapatkan bahwa sikap remaja putri sebelum diberikan promosi kesehatan tentang *mentsrual hygiene management* sikap remaja putri pada kategori kurang yakni 68,2 % dan setelah diberikan promosi kesehatan meningkat menjadi kategori baik yakni 86,4%, sejalan dengan penelitian oleh Umami (2021) terdapat pengaruh signifikan pada saat *pre* dan *post* test menggunakan video pada pengetahuan dan sikap remaja putri sejalan juga dengan penelitian oleh Lisa (2020) bahwa sikap remaja sebelum diberikan edukasi berada pada kategori negatif (61,8 %), setelah diberikan edukasi meningkat menjadi kategori positif (64,7 %).

Menurut peneliti, Sikap remaja putri setelah diberikan pendidikan kesehatan berubah menjadi positif karena telah terpapar informasi yang diberikan melalui pendidikan kesehatan, dan setelah diberikan pendidikan kesehatan pengetahuan remaja putri menjadi baik sehingga mempengaruhi sikap, hal ini dibuktikan pada hasil kuesioner remaja putri sudah menjawab sangat tidak setuju untuk durasi pergantian pembalut cukup 2 kali sehari (67,6%), begitu pula dengan pemilihan celana dalam (70,6%), dan sangat tidak setuju untuk penggunaan cairan pembersih pada daerah kewanitaan sebanyak (76,5 %).

Analisa Bivariat

A. Pengaruh Pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan media video animasi *menstrual hygiene management*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *mean* pada variabel pengetahuan responden pada saat *pre-test* adalah 59,62 pada kategori cukup sedangkan *mean*

pengetahuan pada *post-test* adalah 96,91 berada pada kategori baik, hasil uji *Wilcoxon* didapatkan *P value* $(0,00) < (\alpha 0,05)$.

Peningkatan pengetahuan remaja putri mengenai *menstrual hygiene management* dapat disebabkan karena kemauan dan fokusnya remaja putri memperhatikan informasi yang dipaparkan oleh peneliti, hal ini sejalan dengan teori Notoatmodjo (2018), bahwa perhatian merupakan faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan. Pemahaman terhadap suatu materi bertambah apabila remaja putri memiliki perhatian lebih terhadap materi tersebut. dalam penelitian ini adapun analisa pada penelitian ini sebagian besar remaja putri antusias dan senang dengan informasi yang disampaikan apalagi dengan media video animasi yang menarik.

Peningkatan pengetahuan ini juga di pengaruhi oleh penggunaan media edukasi kesehatan remaja (Pratiwi & Maretta, 2023). Menurut Notoadmodjo (2011) yang dikutip dalam Rahman (2020) pengalaman seseorang terhadap suatu objek tertentu dapat membentuk pengetahuan.

Dalam penelitian ini, peneliti menayangkan 3 video animasi tentang *menstrual hygiene management*, dengan topik pembahasan yang berbeda-beda, Video animasi ini berpengaruh pada peningkatan pengetahuan dan sikap karena pada video, peneliti menyajikan sebuah narasi dalam bentuk cerita pendek yang membahas tentang pengertian *menstrual hygiene management*, mengapa *menstrual hygiene management* itu penting, dan aspek-aspek kebersihan apa saja yang harus diperhatikan pada saat menstruasi, Seperti berapa kali minimal mengganti pembalut dalam sehari, berapa kali minimal penggantian celana dalam dalam satu hari. Lalu peneliti juga menyajikan video dengan demonstrasi langsung tentang hal-hal yang harus kita lakukan dalam menjaga kebersihan menstruasi, lalu cara membersihkan daerah kewanitaan yang benar.

Selain dari isi materi didalam video animasi ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi sehingga video animasi tersebut dapat efektif seperti pemilihan musik untuk latar video animasi edukasi bagi remaja, peneliti memilih musik tanpa lirik agar tidak mengganggu fokus pada narasi atau informasi yang disampaikan. Musik yang ceria dan *upbeat* dapat menciptakan suasana yang positif dan menarik perhatian remaja, Peneliti juga menggunakan kalimat yang singkat dan jelas untuk menyampaikan informasi dan menggunakan warna atau ukuran *font* yang berbeda untuk menyoroti kata kunci atau kata-kata penting. Disetiap awal video peneliti membuat interaksi dan pertanyaan untuk mendorong pemikiran,

seperti "apakah kamu tau apa itu *menstrual hygiene management*..?", " apa saja hal-hal yang harus diperhatikan selama mensruasi untuk menjaga kebersihan menstruasi....???", "bagaimana cara membersihkan daerah kewanitaan yang baik dan benar...?". Pertanyaan-pertanyaan tersebut untuk membuat penonton lebih terlibat.

Disetiap akhir dari penayangan video animasi peneliti juga melakukan sesi diskusi dengan membuka sesi tanya jawab apabila ada responden yang ingin bertanya lebih jelas tentang isi materi video, supaya responden tersebut makin paham tentang konsep *menstrual hygiene management*. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Maulina *et al* (2023), yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan melalui media video memiliki dampak signifikan terhadap pembentukan pengetahuan seseorang dari cukup menjadi baik sehingga akan membentuk sikap seseorang menjadi positif sehingga dapat mencegah masalah kesehatan seperti infeksi pada daerah kewanitaan..

Berdasarkan hasil bivariat menggunakan uji *wilcoxon* menunjukkan pada variabel sikap *mean* pada saat *pre-test* adalah 46,18, dan saat *post-test mean* adalah 56,91 dengan hasil uji *Wilcoxon* didapatkan *P value* $(0,01) < (\alpha 0,05)$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap responden pada saat *pre-test* dan *post-test* dan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan media video animasi *menstrual hygiene management* terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri.

Teori menurut *Lawrence Green* (1980) dalam Notoatmodjo (2014) mengemukakan bahwa sikap sangat penting dalam penerapan perilaku individu dikarenakan sikap menjadi salah satu faktor dalam pembentukan perilaku. Pengetahuan yang baik akan diikuti dengan sikap yang positif pula . Pemberian informasi guna meningkatkan pengetahuan sehingga timbul kesadaran yang pada akhirnya orang akan berperilaku sesuai dengan pengetahuannya tersebut (Notoatmodjo, 2016). Tingkat pengetahuan seseorang akan mempengaruhi tindakannya. Pengetahuan dan perilaku merupakan elemen dan syarat penting untuk perubahan sikap dan perilaku (Nuheriana *et al.*, 2022).

Pada penelitian ini, peneliti menyimpulkan bahwa peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri setelah diberikan pendidikan kesehatan media video animasi *menstrual hygiene management* sangat berpengaruh dikarenakan media video animasi ini memanfaatkan audio visual dan video yang menarik dan inovatif sehingga menarik perhatian remaja putri.

SIMPULAN

Penelitian tentang Pengaruh Pendidikan Kesehatan Media Video Animasi *Menstrual Hygiene Management* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri telah dilakukan di SMPN 9 Pekanbaru sejak tanggal 25 September 2024-24 Oktober 2024. Berdasarkan karakteristik responden, didapatkan bahwa mayoritas responden berusia 13 tahun yang berjumlah 14 orang (*Early Adolescent*), paling banyak usia pertama kali menstruasi (*menarche*) berusia 11 tahun yang berjumlah 18 orang. Hasil *pre-test* sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang *Menstrual Hygiene Management* diperoleh mayoritas remaja memiliki pengetahuan dengan kategori cukup dan sikap pada kategori negatif, sedangkan hasil *post-test* diperoleh pengetahuan dan sikap remaja putri meningkat menjadi baik dan positif.

Adapun hasil uji *Wilcoxon* pada variabel pengetahuan dan sikap didapatkan *P value* $(0,00) < (\alpha 0,05)$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap responden pada saat *pre-test* dan *post-test* dan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan media video animasi *menstrual hygiene management* terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri yang artinya hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyaroh, N. (2020) Kesehatan Reproduksi Remaja', Jurnal Majalah Ilmiah Sultan Agung, 21(2), pp. 1-7. Available at:<http://eprints.ums.ac.id/47853/6/BABI.pdf>
- Amallya Faj, R., Wada, F. H., Studi, P. S., Keperawatan, J., & Bani Saleh, Stik. (2022). Hubungan tingkat pengetahuan personal hygiene terhadap perilaku remaja putri saat menstruasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, 8(1). <http://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/JURNALKEPERAWATAN>
- Amanda, F., & Tinggi Ilmu Kesehatan Citra Delima Bangka Belitung, S. (2022). CITRA DELIMA: Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kesehatan Reproduksi Dengan Perilaku *Menstrual Hygiene*. *Jl, 6*(1). <https://doi.org/10.33862/citradelima>
- Andi Basniati, Sri Ramadhany, & Muhammad Tamar. (2020). Pengaruh Video Learning Multimedia terhadap Pengetahaun, Sikap dan Perilaku *Menstrual Hygiene* pada Remaja Putri). *Jurnal Ilmiah Kebidanan, 7. Kebidanan, 7*.
- Andriani, L., Simbolon, D., & Riastuti, F. (2022). Kesehatan Reproduksi Remaja dan Perancangan Management. Masa Depan. Pekalongan: PT. Nasya

Expanding <https://play.google.com/books/reader?id=SkWIEAAAQBAJ&pg-GBS.PR3&hl-id>

- Andriani, L., Simbolon, D., & Riastuti, F. (2022). Kesehatan Reproduksi Remaja dan Perancangan Management. Masa Depan. Pekalongan: PT. Nasya Expanding <https://play.google.com/books/reader?id=SkWIEAAAQBAJ&pg-GBS.PR3&hl-id>
- Aniroh, U., & Mawardika, T. (2024). Studi Komparasi Pengetahuan dan Sikap tentang Manajemen Kebersihan Menstruasi Sesudah Pemberian Edukasi Menggunakan Media Audiovisual dengan Booklet Print: Comparative Study of Knowledge and Attitudes regarding Menstrual Hygiene Management After Providing Education Using Audiovisual Media with Printed Booklets. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 7(1), 115-124.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Riau. (2023). Penduduk Menurut Jenis Kelamin dan Kelompok Umur Provinsi Riau. <https://riau.bps.go.id/indicator/40/73/1/penduduk-menurut-jenis-kelamin-dan-kelompok-umur-provinsi-riau.html>
- Dartiwen & Aryanti. (2022). Asuhan Kebidanan pada Remaja dan Perimenopause.11-12. https://books.google.co.id/books?id=HJZnEAAAQBAJ&pg=PA17&hl=id&source=gs_bs_toc_r&cad=2#v=onepage&q&f=false
- Fira Amalia, H., (2023) Efektivitas edukasi *menstrual hygiene management* terhadap pengetahuan remaja putri
- Gultom, W., Hasanah, O., & Utami, S. (2020). Faktor Ibu Dan Faktor Anak Yang Berhubungan Dengan Usia *Menarche* Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal NersIndonesia*, 10(2). 182. <https://doi.org/10.31258/jni.10.2.182-193>
- Hastuti, Dewi, R. kumala, & Pramana, rezanti putri. (2019). *Menstrual Hygiene Management (MHM): A Case Study of Primary and Junior High School Students in Indonesia. The Smeru Research Institute*
- Haerani, B. (2020). Analisa Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Tentang Pergaulan Bebas Pada Remaja Kelas X Dan Xi Di Sma Nurul Falah Perina Kecamatan Jonggat Kabupaten Lombok Tengah Tahun 2020. *Jurnal Indonesia Sosial Sains*, 1(03), 197-206.
- Izzah, H., Yulianti, F., Kesehatan, P., & Bandung, K. (2021). Pengaruh edukasi kesehatan video *stop motion* terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang pms. 2(1), 138.
- Maulina, W., Maryuni, S., & Sari, E. K. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan remaja putri tentang pencegahan anemia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 4(1).

- Masithoh, D. D. (2019). Hubungan Pengetahuan Dengan Tindakan Remaja Putri Dalam Melakukan Personal *Hygiene* Saat Menstruasi Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Denpasar [Poltekkes Denpasar]. In Carbohydrate Polymers (Vol. 6, Issue 1). <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/1953/>
- Nabila, S. (2022). Perkembangan remaja adolescence. Universitas Jember.
- Nabila, P. S., Triyanto, E., & Swasti, K. G. (2023). Edukasi menggunakan media video animasi meningkatkan pengetahuan dan sikap pencegahan anemia pada remaja putri. *Jurnal Sains Kebidanan*, 5(2), 43-49. <https://doi.org/10.31983.v5.12.972>
- Nuheriana, A., Rate, S., Yusuf, K., Musdalifah, Nur., & Intang. (2022). Pengaruh penyuluhan gizi dengan media leaflet terhadap pengetahuan dan tindakan ibu anak yang stunting. *Jurnal Gizido*, 14(4), 42-53
- Notoatmodjo, S. (2014). Ilmu Perilaku Kesehatan (Edisi Revisi). Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2014). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prasetyo, N. N., Kartika Sari, S., Fadilah, N. A., Ichsan, M., & Kharin Herbawani, C. (2023). bhamada jurnal ilmu dan teknologi kesehatan *personal hygiene* remaja saat menstruasi di wilayah pedesaan. 14(1), 1. <http://ojs.stikesbhamadaslawi.ac.id/index.php/jik>
- Pratiwi, S., & Maretta, M. Y. (2023). Pengaruh edukasi menggunakan media tiktok terhadap tablet besi dalam kesehatan pra konsepsi. Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Rahman, M. T. (2020). Filsafat ilmu pengetahuan. Bandung: Prodi S2 Studi Agama-Agama UIN Sunan Gunung Djati Bandung
- Sary, Y. N. E (2017). Perkembangan Kognitif Dan Emosi Psikologi Masa Remaja Awal. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 01(01),6-12
- Sibagariang, E. E. (2021). Kesehatan Reproduksi Wanita. Jakarta: Trans Info Media
- Subekti, N. M., Prasetyanti, D. K., Nikmah, A. N., Program, M., S., Kesehatan, L., Kadiri, U., Selomangleng, J., & Pos, K. K. (2020). Gambaran Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Dalam Menghadapi Pubertas Pada Remaja. In *JurnalMahasiwa Kesehatan*
- Syamson, M. M., Murtini, M., & Rostini, M. (2022). Pengaruh Promosi Kesehatan Menstrual Hygiene Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Menstruasi Awal. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 89-95
- Umami, H., Rahmawati, F., & Nadra Maulida. (2021). Pengaruh Media Video Edukasi Tentang Vulva *Hygiene* Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri The Effect Of Vulva *Hygiene* By Using Educational Videos Towards The Teenagers' Knowledge And Attitude. *JKSP*, 4(1).

Unicef. (2017). Panduan manajemen kebersihan menstruasi bagi guru dan orangtua
<https://www.unicef.org/indonesia/sites/unicef.org/indonesia/files/201905/MHM%20Guidance%20for%20Teacher%20and%20Parents-PMRC-Recommendation.pdf>