

PENGARUH MEDIA *BOOKLET* TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA TENTANG *PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI DI PONDOK PESANTREN DARUL HIJRAH PUTRI MARTAPURA TAHUN 2025

Eka Oktaviana Amalia A.Z ¹, Yuniarti ², Nur Rohmah Prihatanti ³,
Fitria Jannatul Laili ⁴

^{1,2,3,4} Midwifery Program, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Indonesia

SUBMISSION TRACK

Submitted : 9 Januari 2026
Accepted : 12 Januari 2026
Published : 13 Januari 2026

KEYWORDS

Booklet Media, Personal Hygiene, Knowledge, Attitude

Media Booklet, Personal Hygiene, Pengetahuan, Sikap

KORRESPONDENSI

Phone:

E-mail:

eka.oktaviana.amalia25@gmail.com

A B S T R A C T

Background: Menstruation is a normal physiological process experienced by every woman. Menstrual hygiene is very important, but it is still often overlooked. One effort to increase adolescents' knowledge and attitudes about personal hygiene during menstruation is through media such as booklets. **Purpose:** to determine the effect of booklets on adolescents' knowledge and attitudes about personal hygiene during menstruation at the Darul Hijrah Putri Martapura Islamic boarding school in 2025. **Methods:** The research design used is a pre-experimental design, and the design used is a one-group pretest-posttest design. The population in this study are female students at the Darul Hijrah Putri Martapura Islamic boarding school. The sample in this study consisted of 58 female adolescents aged 12-15 years using cluster random sampling. The independent variable in this study is education using booklets. The dependent variables in this study are the knowledge and attitudes of adolescent girls. Data collection uses primary data with a questionnaire distribution technique, and the data is analyzed using the Wilcoxon test with a significance level of $\alpha = 0.05$. **Results:** showed that the mean pretest knowledge score was 85.47 and the posttest score was 97.60, while the mean pretest attitude score was 82.90 and the posttest score was 89.28, indicating that there was an effect of the booklet media on knowledge and attitudes about personal hygiene during menstruation, with Wilcoxon test results for knowledge ($p=0.010$) and attitudes ($p=0.000$). **Conclusion:** There was an effect of the booklet media on increasing the knowledge and attitudes of adolescent girls at the Darul Hijrah Putri Martapura Islamic Boarding School.

A B S T R A K

Latar belakang: Menstruasi adalah proses fisiologis normal yang dialami setiap wanita. *Hygiene* saat menstruasi merupakan sesuatu yang sangat penting, tetapi hal ini masih saja menjadi masalah yang sering diabaikan. Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi adalah melalui media seperti *booklet*. **Tujuan:** untuk mengetahui adanya pengaruh media *booklet* terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura tahun 2025. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan yaitu desain *Pre Eksperimen* dan rancangan yang digunakan adalah *One-Group Pretest Posttest Design*. Populasi pada penelitian ini adalah siswi Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura. Sampel pada penelitian ini adalah 58 remaja putri usia 12 – 15 tahun dengan teknik cluster random sampling. Variable independen pada penelitian ini adalah edukasi dengan media *booklet*. Variable dependen pada penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap remaja putri. Pengumpulan data menggunakan data primer dengan teknik penyebaran angket atau kuesioner data dianalisis menggunakan uji *wilcoxon* dengan signifikansi $\alpha = 0.05$. **Hasil:** didapatkan nilai pengetahuan dengan nilai mean *pretest* 85,47 dan *posttest* 97,60 sedangkan nilai sikap dengan *pretest* 82,90 dan *posttest* 89,28 menunjukkan terdapat pengaruh antara media *booklet* terhadap pengetahuan dan sikap

tentang *personal hygiene* saat menstruasi dengan hasil uji *Wilcoxon* pengetahuan ($p=0,010$) dan sikap ($p=0,000$). **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh terhadap media *Booklet* dengan peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura.

2026 All right reserved This is an open-access article under the [CC-BY-SA](#) license

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase transisi penting dalam siklus kehidupan manusia yang ditandai oleh perubahan fisik, psikologis, dan sosial, sehingga menuntut kemampuan adaptasi yang tinggi terhadap berbagai tantangan, termasuk dalam menjaga kesehatan diri. Remaja didefinisikan sebagai individu berusia 10–24 tahun, yaitu periode yang mencakup pubertas hingga awal kedewasaan, dimana pada remaja perempuan terjadi proses biologis berupa menstruasi sebagai bagian dari pematangan sistem reproduksi (Nur Haerani, 2020).

Menstruasi merupakan proses fisiologis normal yang dialami oleh perempuan, namun masih menjadi permasalahan kesehatan di berbagai negara berkembang. *World Health Organization* melaporkan bahwa sekitar 500 juta perempuan dan remaja di dunia mengalami menstruasi setiap hari (WHO, 2023). Di Indonesia, jumlah remaja perempuan usia 10–19 tahun mencapai lebih dari 42 juta jiwa, yang sebagian besar telah memasuki masa menstruasi (BPS, 2023). Keterbatasan akses informasi kesehatan, fasilitas sanitasi yang kurang memadai, serta stigma sosial terhadap menstruasi menyebabkan praktik *personal hygiene* menstruasi yang tidak optimal dan berpotensi meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi.

Permasalahan *personal hygiene* menstruasi masih sering ditemukan pada remaja, terutama di lingkungan dengan kepadatan hunian dan interaksi sosial yang tinggi, seperti pondok pesantren. Rendahnya pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai kebersihan organ reproduksi selama menstruasi dipengaruhi oleh minimnya edukasi kesehatan reproduksi di lingkungan keluarga dan sekolah (Humairoh *et al.*, 2018). Penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan remaja secara signifikan, dari 34,5% menjadi 70,9%, sehingga berkontribusi pada perbaikan praktik kebersihan menstruasi (Mentari, 2023).

Salah satu strategi efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri terkait manajemen kebersihan menstruasi adalah melalui edukasi menggunakan media *booklet*. Media *booklet* dinilai praktis, mudah dipahami, serta didukung oleh penggunaan visual yang dapat meningkatkan daya ingat hingga 65% (Medina, 2021). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan *booklet* mampu meningkatkan pengetahuan *personal hygiene* menstruasi sebesar 45% dalam waktu satu minggu serta efektif mengurangi mitos menstruasi dan meningkatkan kepercayaan diri remaja putri di lingkungan pesantren (Fitriani & Hidayati, 2022). Hasil survei awal di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura juga menunjukkan masih rendahnya tingkat pengetahuan remaja putri terkait *personal hygiene* menstruasi, sehingga diperlukan intervensi edukatif yang terstruktur dan berbasis media yang efektif.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura Tahun 2025”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain Pre Eksperimen dan rancangan yang digunakan adalah *One-Group Pretest Posttest Design*. Sampel dalam

penelitian ini sejumlah 58 remaja putri, yang diambil dengan teknik *cluster random sampling*. Variabel independen dalam penelitian adalah media *booklet*. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Pengumpulan dan menggunakan kuesioner. Data dianalisa menggunakan uji *Wilcoxon* dengan signifikansi $\alpha = 0.05$ Penelitian ini telah disetujui oleh komite etik dengan No.776/KEPK-PKB/2025. Penjelasan rencana, prosedur, serta orang yang bertanggung jawab langsung mengenai informasi bahaya atau keuntungan responden dilakukan oleh pihak pengajar Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri melalui penjelasan PSP (Persetujuan Sebelum Penelitian).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Data Umum Penelitian

a. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Remaja Putri

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Remaja Putri Di Wilayah Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura Tahun 2025

No.	Usia	<i>n</i>	%
1	12 Tahun	28	53,3
2	13 Tahun	22	37,9
3	14 Tahun	5	8,6
	Jumlah	58	100

Sumber: Hasil Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 1, Menunjukkan dari 58 responden, usia responden terbanyak yaitu berusia 12 tahun yaitu sebanyak 28 orang (53,3%).

b. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Menarche Remaja Putri

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Menarche Remaja Putri Di Wilayah Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura Tahun 2025

No.	Usia	<i>n</i>	%
1	11 Tahun	32	55,1
2	12 Tahun	21	36,2
3	13 Tahun	5	8,7
	Jumlah	58	100

Sumber: Hasil Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 2, Menunjukkan dari 58 responden, usia1 menarche1 responden1 terbanyak1 berusia 11 tahun yaitu sebanyak 32 orang (55,1%).

c. Ditribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Siklus Menstruasi

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Siklus Menstruasi Remaja Putri di Wilayah Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura Tahun 2025

No.	Usia	<i>n</i>	%
1	Teratur	47	81,1
2	Tidak Teratur	11	18,9
	Jumlah	58	100

Sumber: Hasil Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 3, Menunjukkan dari 58 responden, mayoritas responden memiliki siklus menstruasi teratur yaitu sebanyak 47 orang (81,1%).

2. Data Khusus Penelitian

a. Analisis Univariat

1) Rata-Rata Tingkat Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Dengan Media *Booklet* Tentang *Personal Hygiene*

Tabel 4 Distribusi Rata-Rata Tingkat Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Dengan Media *Booklet* Tentang *Personal Hygiene* di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura Tahun 2025

Rata-rata Tingkat Pengetahuan	<i>n</i>	<i>Mean</i>	<i>Median</i>	<i>SD</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>
Sebelum diberikan intervensi	58	85.47	94.00	13.18	53	100
Sesudah diberikan intervensi	58	97.60	100.0	3.22	87	100

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 4 di atas, didapatkan hasil sebelum dilakukan intervensi masih ada responden yang mendapatkan nilai 53 (kategori kurang) dengan hasil mean keseluruhan yaitu 85.47 dan tingkat pengetahuan dalam kategori baik sebanyak 38 orang (65.52%). Namun setelah diberikan intervensi terjadi peningkatan pada responden dengan hasil nilai paling rendah mendapatkan nilai 87 (kategori baik) dengan hasil mean meningkat menjadi 97.60 dan tingkat pengetahuan dalam kategori baik meningkat menjadi 58 orang (100%), dengan nilai selisih nya adalah 12,13 poin yang menandakan terjadi kenaikan pengetahuan pada setiap responden secara signifikan setelah dilakukan intervensi.

2) Rata-Rata Sikap Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi dengan Media *Booklet* Tentang *Personal Hygiene*

Tabel 5 Distribusi Rata-Rata Sikap Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi dengan Media *Booklet* Tentang *Personal Hygiene* di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura Tahun 2025

Rata-rata Nilai Sikap	<i>n</i>	<i>Mean</i>	<i>Median</i>	<i>SD</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>
Sebelum diberikan intervensi	58	82.90	84.00	4.32	76	90
Sesudah diberikan intervensi	58	89.28	90.00	3.37	82	96

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 5 di atas, didapatkan hasil sebelum dilakukan intervensi masih ada responden yang mendapatkan nilai 76 (kategori sedang) dengan hasil mean keseluruhan yaitu 82.90 dan tingkat sikap dalam kategori baik sebanyak 40 orang. Namun setelah diberikan intervensi terjadi peningkatan pada responden dengan hasil nilai paling rendah mendapatkan nilai 84 (kategori baik) dengan hasil mean meningkat menjadi 89.28 dan tingkat sikap dalam kategori baik meningkat menjadi 58 orang, dengan nilai selisih nya adalah 6,3 poin yang menandakan terjadi perubahan sikap ke arah yang lebih baik pada setiap responden secara signifikan setelah dilakukan intervensi.

b. Analisis Bivariat

1) Pengaruh Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene*

Tabel 6. Pengaruh Media *Booklet* Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura Tahun 2025

	<i>n</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>P-Value</i>
<i>Pretest</i> Pengetahuan	58	53	100	85,47	13,18	0,010
<i>Posttest</i> Pengetahuan	58	87	100	97,60	3,22	

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 6 di atas, didapatkan hasil pengetahuan sebelum diberikan media *booklet* tentang *personal hygiene* didapatkan hasil pada responden yang mendapatkan nilai baik hanya 38 orang dan setelah intervensi meningkat menjadi 58 orang, dengan hasil rata-rata sebelum intervensi 85,47 dan sesudah intervensi meningkat menjadi 97,60 dengan Hasil uji statistik dengan uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai $p=0,010$ dengan nilai *P-Value* $<0,05$, H_0 ditolak dan H_a diterima, yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara buku teks dan pengetahuan remaja putri tentang kebersihan diri di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura pada tahun 2025.

2) Pengaruh Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene*

Tabel 7. Pengaruh Media *Booklet* Sikap Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Puteri Martapura Tahun 2025

	<i>n</i>	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>	<i>P-Value</i>
<i>Pretest</i> Sikap	58	76	90	82,90	4,32	0,000
<i>Posttest</i> Sikap	58	82	96	89,28	3,36	

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 7, diketahui hasil sikap responden sebelum diberikan intervensi yang mendapatkan nilai baik adalah sebanyak 40 orang dan setelah diberikan intervensi meningkat menjadi 58 orang dengan hasil rata-rata sebelum intervensi adalah 82,90 dan sesudah diberikan intervensi menjadi 89,28 dengan Hasil uji statistik dengan uji *wilcoxon* menunjukkan bahwa *P-Value*=0,000 dengan *P-Value* <0,05, *H0* ditolak dan *Ha* diterima, menunjukkan bahwa media buku memiliki pengaruh yang signifikan terhadap sikap remaja putri tentang kebersihan diri di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura pada tahun 2025.

B. Pembahasan

1) Rata-Rata Tingkat Pengetahuan Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi dengan Media *Booklet* Tentang *Personal Hygiene*

Berdasarkan hasil uji statistik pada pengetahuan didapatkan hasil responden bahwa sebelum dilakukan intervensi, responden yang memiliki pengetahuan dalam kategori baik hanya 38 orang dan setelah dilakukan intervensi meningkat sebanyak 58 orang dengan kategori baik.

Media lembaran seperti *booklet* merupakan salah satu media edukasi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja mengenai kesehatan diri, khususnya terkait *personal hygiene* saat menstruasi. Penyajian materi yang ringkas, sistematis, dan dilengkapi visual memudahkan remaja untuk memahami serta mengingat informasi kesehatan yang diberikan (Mustikarani, 2021).

Peningkatan pengetahuan melalui media *booklet* berkontribusi terhadap terbentuknya sikap positif dan kesadaran remaja putri dalam menerapkan praktik *personal hygiene*. Pengetahuan yang baik mendorong munculnya keinginan untuk menjaga kebersihan diri selama menstruasi dan berpengaruh terhadap perubahan perilaku kesehatan (Fauziah, 2023).

Pemberian informasi kesehatan reproduksi yang memadai berperan penting dalam meningkatkan pemahaman remaja mengenai *personal hygiene* menstruasi. Tingkat pengetahuan remaja dipengaruhi oleh jumlah informasi yang diterima serta tingkat pendidikan, dimana semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin mudah individu menerima dan mengolah informasi kesehatan (Hartoyo, 2021).

Hasil pembahasan menunjukkan bahwa meskipun pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi tergolong cukup baik, masih diperlukan penguatan materi melalui intervensi edukatif yang berkelanjutan. Karakteristik remaja yang memiliki rasa ingin tahu tinggi dan motivasi belajar yang kuat menjadi faktor pendukung dalam peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi kesehatan (Notoadmodjo, 2018).

2) Rata-Rata Sikap Remaja Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi dengan Media *Booklet* Tentang *Personal Hygiene*

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil sikap sebelum dilakukan intervensi yang mendapatkan hasil nilai sikap baik adalah 40 orang dan setelah dilakukan intervensi nilai sikap dengan kategori baik meningkat menjadi 58 orang.

Peningkatan sikap remaja putri terhadap *personal hygiene* sejalan dengan temuan penelitian yang menunjukkan bahwa penggunaan media *booklet* sebagai sarana edukasi kesehatan mampu menumbuhkan sikap positif dalam menjaga kebersihan diri, khususnya saat menstruasi, karena penyajian informasi yang sederhana, sistematis, dan mudah dipahami (Solikhafi & Aprilina, 2023). Media *booklet* dengan visualisasi dan bahasa yang menarik juga terbukti efektif dalam membentuk kepedulian remaja terhadap kebersihan organ reproduksi, karena pesan kesehatan lebih mudah diterima dan diinternalisasi oleh remaja (Aniroh & Mawardika, 2024).

Buku penyuluhan kesehatan yang disusun dengan bahasa sederhana dan dilengkapi ilustrasi yang relevan memberikan panduan praktis mengenai cara menjaga kebersihan diri selama menstruasi, sehingga memudahkan remaja untuk memahami dan mengingat informasi yang disampaikan. Kondisi ini mendorong remaja putri untuk menerima dan menerapkan praktik kebersihan yang sehat serta menunjukkan sikap yang lebih peduli terhadap kesehatan reproduksi (Betsu *et al.*, 2024). Sikap positif yang terbentuk mencerminkan adanya pengetahuan yang baik, dimana sikap merupakan respons internal individu terhadap stimulus yang diperoleh melalui informasi yang dilihat dan didengar, sehingga edukasi yang tepat berperan penting dalam membentuk perilaku *personal hygiene* yang sehat.

3) Pengaruh Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene*

Berdasarkan hasil penelitian, sebelum dilakukan intervensi yang mendapatkan nilai baik hanya 38 orang dan setelah dilakukan intervensi meningkat menjadi 58 orang, peningkatan ini juga signifikan dengan hasil *Wilcoxon* didapatkan *P-Value* sebesar 0,010 ($< 0,050$) artinya terdapat pengaruh penggunaan media *booklet* terhadap pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura Tahun 2025.

Booklet merupakan salah satu media edukasi yang berperan penting dalam mendukung proses pembelajaran yang efektif. Penelitian menunjukkan bahwa penyajian materi dalam bahasa yang sederhana dan mudah dipahami mampu meningkatkan efektivitas pembelajaran, terutama dalam kegiatan edukasi kesehatan (Hafizah *et al.*, 2022). *Booklet* didefinisikan sebagai buku berukuran kecil yang terdiri dari minimal lima hingga maksimal empat puluh delapan halaman tanpa sampul, sehingga bersifat ringkas dan praktis untuk digunakan sebagai media penyuluhan di sekolah, puskesmas, maupun komunitas (Sinarti *et al.*, 2018). Selain itu, sejak masa pandemi, pemanfaatan media cetak yang dapat diakses secara mandiri semakin meningkat seiring dengan kebutuhan sumber belajar yang fleksibel dan mudah digunakan (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Pengetahuan remaja dipengaruhi oleh luasnya sumber informasi yang diterima, dimana semakin banyak informasi yang diperoleh, semakin baik tingkat pengetahuan yang dimiliki. Penggunaan media *booklet* terbukti membantu remaja putri di lingkungan pondok pesantren dalam meningkatkan pemahaman terkait kebersihan pribadi, khususnya *personal hygiene*. Hasil kuesioner menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi menggunakan media *booklet*, yang menandakan bahwa penyajian informasi melalui kombinasi teks dan gambar yang

menarik mampu meningkatkan daya tarik serta pemahaman responden terhadap materi yang diberikan. Temuan ini memperkuat peran *booklet* sebagai media edukasi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan remaja.

4) **Pengaruh Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene***

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap orang menjadi lebih baik. Jumlah orang yang termasuk dalam kategori baik sebelum intervensi adalah 40 orang, tetapi jumlah orang yang termasuk dalam kategori baik setelah intervensi meningkat menjadi 58 orang. Dengan hasil *Wilcoxon* yang didapatkan sebesar 0,000 ($< 0,050$), penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan buku harian berdampak signifikan pada sikap remaja putri di Ponorogo tentang *personal hygiene*

Penggunaan media *booklet* dalam edukasi kebersihan menstruasi terbukti efektif dalam membentuk sikap positif remaja putri terhadap pentingnya menjaga *personal hygiene*. Penelitian menunjukkan bahwa setelah mendapatkan edukasi melalui *booklet*, remaja menjadi lebih terbuka, memiliki kesadaran yang lebih tinggi, dan termotivasi untuk menerapkan perilaku hidup bersih dalam kehidupan sehari-hari, terutama selama menstruasi (Aniroh & Mawardika, 2024). Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa media edukasi berbasis visual mampu meningkatkan pemahaman sekaligus membangun sikap positif karena tampilan yang menarik dan mudah dipahami mendorong remaja untuk menerapkan perilaku kebersihan pribadi secara konsisten (Gustina & Wibowo, 2023).

Edukasi menggunakan media *booklet* juga terbukti memberikan pengaruh signifikan terhadap peningkatan sikap positif remaja putri terhadap pola hidup sehat saat menstruasi. Peningkatan sikap ini menunjukkan bahwa *booklet* tidak hanya berperan dalam menambah pengetahuan, tetapi juga mampu mengubah cara pandang remaja terhadap perilaku sehat selama menstruasi (Hikmah *et al.*, 2025). Pemberian informasi mengenai *personal hygiene* melalui media edukatif memberikan stimulus yang mendorong remaja untuk membentuk penilaian, sikap, dan selanjutnya mengaplikasikan pengetahuan tersebut dalam praktik kebersihan diri, mengingat pengetahuan memiliki peran penting dalam membentuk sikap dan perilaku kesehatan (Suprayogi, 2024).

KESIMPULAN

Hasil penelitian beserta pembahasan mengenai pengaruh media *booklet* terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang *personal hygiene* di Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura Tahun 2025 yang melibatkan 58 responden menunjukkan bahwa:

1. Sebagian besar responden sebelum diberikan intervensi dengan media *booklet* pengetahuan responden dengan nilai rata-rata 85,47 dan sesudah diberikan media *booklet* nilai rata-rata menjadi 97,60 terdapat selisih 12,13 antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi.
2. Sebagian besar responden sebelum diberikan intervensi dengan media *booklet* sikap responden dengan nilai rata-rata 82,90 dan sesudah diberikan media *booklet* nilai rata-rata menjadi 89,28 terdapat selisih 7,61 antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi.
3. Hasil uji *Wilcoxon* Pengetahuan didapatkan nilai *P-Value* $0,010 < 0,05$ artinya bahwa ada pengaruh media *booklet* terhadap pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene*.
4. Hasil uji *Wilcoxon* Sikap didapatkan nilai *P-Value* $0,000 < 0,05$ artinya bahwa terdapat pengaruh media *booklet* terhadap sikap remaja putri tentang *personal hygiene*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Poltekkes Kemenkes Banjarmasin yang sudah memfasilitasi terlaksananya penelitian ini, kepada Pondok Pesantren Darul Hijrah Putri Martapura yang sudah

memberikan izin untuk pengambilan data primer dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aniroh, U., & Mawardika, T. (2024). Studi Komparasi Pengetahuan dan Sikap tentang Manajemen Kebersihan Menstruasi Sesudah Pemberian Edukasi Menggunakan Media Audiovisual dengan *Booklet* Print. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 7(1), 115–124. <https://doi.org/10.35473/ijm.v7i1.3212>
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2023). Statistik penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin di Indonesia tahun 2023. BPS Republik Indonesia. <https://www.bps.go.id>
- Betsu, B. D., Medhanyie, A. A., Gebrehiwet, T. G., & Wall, L. L. (2024). Menstrual hygiene management interventions and their effects on schoolgirls' menstrual hygiene experiences in low and middle countries: A systematic review. *PLOS ONE*, 19(8), e0302523. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0302523>
- Fauziah, H. A., Yualita, P., & Kamila, A. (2023/2024). A holistic approach to menstrual hygiene: Analyzing the interconnected roles of knowledge, socio-cultural correlates, and attitudes in adolescent girls. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia (JNKI)*, 12(2), 178–189. [http://dx.doi.org/10.21927/jnki.2024.12\(2\).178-189](http://dx.doi.org/10.21927/jnki.2024.12(2).178-189)
- Fitriani, D., & Hidayati, N. (2022). Efektivitas *Booklet* dalam meningkatkan pengetahuan *Personal Hygiene* menstruasi pada remaja putri di Kabupaten Bandung. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 17(2). <https://doi.org/10.31315/jpki.v17i2.4567>
- Hafizah, S., Dewi, R. K., & Putri, M. A. (2022). Efektivitas *Booklet* dalam pembelajaran kesehatan reproduksi. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 10(2), 55–63.
- Hartoyo, & Susanto. (2021). Pengaruh Media Leaflet Tentang *Personal Hygiene* Genitalia Pada Saat Menstruasi Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Remaja. *Ikesma*, 17(1), 46. <https://doi.org/10.19184/ikesma.v17i1.20402>
- Hikmah, N., Herlina, L., Kartika, I., & Rahmawati, N. (2025). Pengaruh Edukasi Media *Booklet* SeSAME terhadap Pengetahuan dan Sikap Saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMPN 49 Kota Bandung Tahun 2025. *STIKES Dharma Husada Bandung*.
- Humairoh, S., Prasetyo, A., & Wulandari, L. (2018). Hambatan dalam penerapan manajemen kebersihan menstruasi di lingkungan padat penduduk: Studi di pondok pesantren dan panti asuhan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 12(4), 189–197
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). (2023). Pedoman penggunaan media edukasi kesehatan di masyarakat. Jakarta: Direktorat Kesehatan Masyarakat.
- Medina, J. (2021). *Brain rules: 12 principles for surviving and thriving at work, home, and school* (2nd ed.). Pear Press.
- Mentari, P. D. (2023). Pengaruh program edukasi terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kesehatan*, 9(1), 67–75. <https://doi.org/10.35451/jikk.v9i1.889>
- Mustikarani, I. K., Wulandari, Y., & Widiaswati, A. (2021). Health Education Using *MAGIS Booklet* to Increasing Menstrual Hygiene Perception of Teenage Girls. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 6(1), 53–58. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v0i0.245>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nur Haerani, S. (2020). *Perkembangan remaja: Transisi dari anak ke dewasa*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Sinarti, S., dkk. (2018). Pengaruh Model Pembelajaran Group Investigation (GI) Berbantuan Media *Booklet* Terhadap Pemahaman Konsep Bangun Ruang pada Siswa Kelas IV SDN 04 Batu Ampar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 6(1), 11–16. <https://doi.org/10.46368/jpd.v6i1.137>

- Solikhafi, H. N., & Aprilina, H. D. (2023). The Influence of Lectures and *Booklet* ‘Clean Menstruation, Say No to Disease!’ on Knowledge, Attitudes, and Menstrual Hygiene Behaviors Among Female Students of SMK N 1 Kalibagor. *Jurnal EduHealth*, 14(04), 256–261. <https://ejournal.seaninstitute.or.id/index.php/health/article/view/2808>
- Suprayogi, A. (2024). Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(6), 2539–2545. Global Health Science Group. e-ISSN 2715-6885; p-ISSN 2714-9757.
- World Health Organization (WHO). (2023). *Adolescent health*. <https://www.who.int/health-topics/adolescent-health>