SKRIPSI

EFEKTIVITAS PENGGUNAAN APLIKASI MEET YOU DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG MENSTRUASI DAN SIKLUS MENSTRUASI DI SMK GELORA JAYA MEDAN

Kemenkes
Poltekkes Medan

RUT NAULI MUNTHE

P07524422037

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN

JURUSAN KEBIDANAN MEDAN

PRODI SARJANA TERAPAN

TAHUN 2026

SKRIPSI

EFEKTIVITAS PENGGUNAAN APLIKASI MEET YOU DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG MENSTRUASI DAN SIKLUS MENSTRUASI DI SMK GELORA JAYA MEDAN

Kemenkes
Poltekkes Medan

RUT NAULI MUNTHE

P07524422037

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN

JURUSAN KEBIDANAN MEDAN

PRODI SARJANA TERAPAN

TAHUN 2026

SKRIPSI

EFEKTIVITAS PENGGUNAAN APLIKASI MEET YOU DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG MENSTRUASI DAN SIKLUS MENSTRUASI DI SMK GELORA JAYA MEDAN

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Kebidanan (S.Tr.Keb) pada Programstudi Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Kemenkes
Poltekkes Medan

RUT NAULI MUNTHE

P07524422037

Pembimbing:

Pembimbing I : Yulina DH S.Kep,Ners,M.Biomed

Pembimbing II : Yusniar Siregar,SST,M.Kes

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN

JURUSAN KEBIDANAN MEDAN

PRODI SARJANA TERAPAN

TAHUN 2026

LEMBAR PERSETUJUAN

EFEKTIVITAS PENGGUNAAN APLIKASI MEET YOU DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG MENSTRUASI DAN SIKLUS MENSTRUASI DI SMK GELORA JAYA MEDAN

Diusulkan Oleh

RUT NAULI MUNTHE

P07524422037

Medan, Juni 2026,

Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
Yulina Dwi Hastuty ,S.Kep,Ners,M.Biomed	**Yusniar Siregar, SST, M.Kes**
NIP. 19780701200003200l	**NIP. 196707081990032001**

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan

Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Aritha Br Sembiring, SST,M.Kes

NIP.197002131998032001

LEMBAR PENGESAHAN

EFEKTIVITAS PENGGUNAAN APLIKASI MEET YOU DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG MENSTRUASI DAN SIKLUS MENSTRUASI DI SMK GELORA JAYA MEDAN

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

RUT NAULI MUNTHE

P07524422037

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji

DEWAN PENGUJI:

Ketua Penguji : Yulina DH S.Kep,Ners,M.Biomed
NIP. 19780701200003200l

Penguji Utama : Suryani, SST, M.Kes
NIP. 196511121992032002

Penguji Pendamping : Yusniar Siregar, SST, M.Kes
NIP. 196707081990032001

Medan, 2026

Mengetahui,
Ketua Jurusan Kebidanan Medan

(Aritha Br Sembiring, SST,M.Kes)
NIP.197002131998032001

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama	: Rut Nauli Munthe
Nim	: P07524422037
Program Studi	: Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan	: Kebidanan
Perguruan Tinggi	: Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Skripsi saya yang berjudul :

"Efektivitas Penggunaan Aplikasi Meet You Dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Dan Siklus Menstruasi Di Smk Gelora Jaya Medan"

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.



Medan, 2026

RUT NAULI MUNTHE
P07524422037



BIODATA PENULIS

Nama	: Rut Nauli Munthe
Tempat/Tgl lahir	: 06 Januari 2003 /Hutapaung
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Kriten Protestan
Alamat Rumah	: Hutapaung Kab Humbang Hasundutan
Nomor HP	: 082277263425

RIWAYAT PENDIDKAN

1.	SD	: SD NEGERI 1 HUTAPAUNG
2.	SLTP	: SMP NEGERI 1 POLLUNG
3.	SLTA	: SMA NEGERI 1 POLLUNG

ABSTRAK

EFEKTIVITAS PENGGUNAAN APLIKASI MEET YOU DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG MENSTRUASI DAN SIKLUS MENSTRUASI DI SMK GELORA JAYA MEDAN

Rut Nauli Munthe

(Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Medan)

Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Medan

Email: rutnamunthe@gmail.com

Pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dan siklus menstruasi masih belum optimal, sehingga diperlukan media edukasi yang efektif seperti aplikasi digital. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penggunaan aplikasi *Meet You* dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri. Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain *pre-experimental one group pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 50 responden dengan teknik *total sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pretest dan posttest, kemudian dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test.Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah intervensi. Nilai rata-rata pengetahuan meningkat dari 71,10 pada pretest menjadi 83,70 pada posttest. Selain itu, sebanyak 45 responden mengalami peningkatan pengetahuan, 3 responden mengalami penurunan, dan 2 responden tetap. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah penggunaan aplikasi Disimpulkan bahwa aplikasi *Meet You* efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dan siklus menstruasi. Penggunaan media digital dapat menjadi alternatif edukasi kesehatan reproduksi yang inovatif, interaktif, dan mudah diakses.

Kata kunci: pengetahuan, remaja putri, menstruasi, aplikasi Meet You, edukasi kesehatan

ABSTRACT

THE EFFECTIVENESS OF USING THE MEET YOU APPLICATION IN INCREASING ADOLESCENT GIRLS' KNOWLEDGE OF MENSTRUATION AND THE MENSTRUAL CYCLE AT SMK GELORA JAYA MEDAN

RUT NAULI MUNTHE

Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health,
Bachelor Program Of Applied Health Science In Midwifery

Email: rutnamunthe@gmail.com

Adolescent girls' knowledge of menstruation and the menstrual cycle remains sub-optimal, highlighting the need for effective educational media such as digital applications. This study aims to determine the effectiveness of using the Meet You application in increasing the knowledge of adolescent girls. The method used was a quantitative study with a pre-experimental one group pretest-posttest design. The research sample consisted of 50 respondents selected via *a total sampling* technique. Data were collected using pretest and posttest questionnaires, and subsequently analyzed using the *Wilcoxon Signed Rank Test*. The results showed a significant increase in knowledge following the intervention. The mean knowledge score increased from 71.10 at the pretest to 83.70 at the posttest. Furthermore, 45 respondents experienced an increase in knowledge, 3 respondents experienced a decrease, and 2 respondents remained constant. Statistical testing yielded a *p*-value of 0.000 (p less than 0.05), indicating a significant difference before and after the utilization of the application. It is concluded that the Meet You application is effective in increasing adolescent girls' knowledge of menstruation and the menstrual cycle. The use of digital media can serve as an innovative, interactive, and easily accessible alternative for reproductive health education.

Keywords: Knowledge, Adolescent Girls, Menstruation, Meet You Application, Health Education

PROOF READING OF TRANSLATION
Kementerian Pendidikan Indonesia
TRANSLATION VERIFIED
05 OCT 2026

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa-Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan skripsi yang berjudul " Efektivitas Penggunaan Aplikasi Meet You Dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Dan Siklus Menstruasi Di Smk Gelora Jaya Medan". Penulisan skripsi ini dapat diselesaikan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan pada Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Yuliana DH,SKp, M.Biomed selaku pembimbing utama dan Yusniar Siregar,SST,M.Kes selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesaikannya skripsi ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Tengku Sri Wahyuni,SST,M.Keb selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan
2. Arihta Sembiring,SST,M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatann Kemenkes RI Medan
3. Yusniar Siregar, SST, M.Kes selaku Ketua Prodi Jurusan Sarjana Terapan.
4. Yulina DH S.Kep,Ners,M.Biomed selaku pembimbing utama yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan masukan, kritik, dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Yusniar Siregar, SST, M.Kes pembimbing II yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan masukan, kritikan, dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Suryani,SST,M.Kes, Selaku Ketua Penguji yang telah bersedia menguji dan memberikan masukan, kritik, dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh Dosen yang telah memberikan ilmu kepada saya selama kuliah di Prodi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan.
8. Nurminta Ginting,M.Pd,T, Selaku Kepala Lahan Penelitian yang telah banyak membantu dan menyediakan data yang dipergunakan dalam penelitian ini.
9. Terima kasih kepada kedua orang tua saya tercinta, Bapak Oscar Munthe dan Ibu Karide Lumban Batu, yang selalu hadir dalam setiap doa, memberikan semangat, cinta, kasih sayang, serta dukungan yang tiada henti kepada penulis. Terima kasih telah memberikan pendidikan terbaik hingga penulis dapat menempuh pendidikan sampai di bangku perkuliahan. Walaupun Bapak dan Mamak hanya berkesempatan menempuh pendidikan hingga tingkat SD dan SMP, Bapak dan Ibu selalu mengajarkan kepada penulis bahwa keterbatasan bukanlah alasan untuk berhenti bermimpi dan berusaha. Terima kasih telah menjadi panutan bagi penulis untuk selalu kuat, tidak mudah menyerah, dan terus berjuang dalam meraih cita-cita. Semoga Bapak dan mamak selalu dalam lindungan Tuhan. Sehat dan bahagia selalu, Among dan Inong kesayanganku
10. Kepada saudara penulis Abang Lincon , Abang Rinal , Kak Endang,Kak Serta, kak Romanca.Terimakasih selalu memberikan dukungan, semangat, perhatian, dan motivasi kepada penulis selama menjalani perkuliahan hingga proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, memberikan semangat di saat penulis merasa lelah, serta selalu memberikan dukungan dengan cara masing-masing. Kehadiran dan dukungan kalian menjadi bagian yang berarti dalam perjalanan penulis menyelesaikan pendidikan ini.
11. Terima kasih kepada sahabat-sahabat saya, Mia, Muti, Rindu dan anak dady J, yang telah menemani penulis sejak awal masa perkuliahan.

Terima kasih untuk setiap canda, tawa, suka, duka, cerita, serta diskusi hingga larut malam yang telah menjadi bagian dari perjalanan dan perjuangan kita bersama. Kehadiran kalian membuat hari-hari perkuliahan terasa lebih ringan dan penuh warna.Penulis sangat bersyukur dipertemukan dengan sahabat-sahabat yang tulus, setia, dan selalu ada dalam suka maupun duka. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, saling menguatkan, dan bertahan bersama di tengah berbagai masalah yang kita hadapi. Kalian bukan hanya teman, tetapi telah menjadi keluarga kedua bagi penulis. Semoga apa pun jalan yang kita tempuh setelah ini, semua kenangan, tawa, perjuangan, dan kebersamaan yang telah kita lalui akan selalu menjadi bagian indah yang hidup dalam ingatan penulis. Terima kasih telah menjadi bagian dari cerita perjalanan ini.

12. Terakhir ,Terima kasih kepada diri sendiri, yang telah memilih untuk tetap bertahan meskipun berkali-kali merasa lelah, takut, ragu, bahkan mempertanyakan kemampuan diri sendiri. Terima kasih karena tetap melangkah ketika rasanya ingin berhenti dan tetap berusaha menyelesaikan apa yang telah dimulai. Perjalanan ini tidak selalu mudah, tetapi setiap air mata, rasa lelah, dan perjuangan akhirnya membawa penulis sampai pada titik ini. Terima kasih karena sudah bertahan sejauh ini. "Segala perkara dapat kutanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan kepadaku." (Filipi 4:13). Ayat ini menjadi pengingat bahwa di setiap langkah dan perjuangan, Tuhan selalu memberikan kekuatan untuk terus berjalan hingga akhirnya sampai pada tujuan.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan pihak-pihak yang membutuhkan.

Medan, 2026

Rut Nauli Munthe

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN i

LEMBAR PENGESAHAN ii

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN iii

BIODATA PENULIS iv

ABSTRAK v

KATA PENGANTAR vii

DAFTAR ISI x

BAB I PENDAHULUAN 1

A.Latar Belakang 1

B.Rumusan Masalah 3

C.Tujuan Penelitian 4

D.Ruang Lingkup Penelitian 4

E.Manfaat Penelitian 5

F.Keaslian Penelitian 6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA 8

A.Konsep Aplikasi *Meet You* 8

B.Masa Remaja 14

C.Menstruasi 16

D.Manajemen Kesehatan Remaja Saat Menstruasi 21

E.Kerangka Teori 23

F.Kerangka konsep 23

G.Hipotesis 24

BAB III METODE PENELITIAN 25

A.Desain Penelitian 25

B.Lokasi dan Waktu Penelitian 26

C.Variabel 26

D.Defenisi Operasional 27

E.Populasi dan Sampel 27

F.Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data 28

G.UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS 29

H.ANALISIS DATA 32

I .Pengolahan Data Penelitian 33

J. Etika Penelitian 34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 35
A.Hasil Penelitian 35
B.Pembahasan 38
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 43
A.Kesimpulan 43
B. Saran 43
DAFTAR PUSTAKA 45
LAMPIRAN 47

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian..... 6
Tabel 2. 1 Kerangka Teori 23
Tabel 2. 2 Kerangka Konsep..... 23
Tabel 3. 1 Desai Penelitian..... 25
Tabel 3. 2 Defenisi Operasional..... 27
Tabel 3. 3 Kisi- Kisi Kuesioner..... 29
Tabel 3. 4 Hasil Uji Validalitas..... 31
Tabel 4. 1 Distribusi Tingkat Pengetahuan Sebelum menggunakan Aplikasi 35
Tabel 4. 2Distribusi Tingkat Pengetahuan Setelah Menggunakan Aplikasi 36
Tabel 4. 3 Distribusi Nilai Pengetahuan Sebelum & Sesudah menggunakan Aplikasi 36
Tabel 4. 4 Uji Normaltas data 37
Tabel 4. 5 Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Menggunakan Aplikasi 37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Fitur Aplikasi Pada Tampilan Utama 10
Gambar 2. 2 Fitur Catatan 11
Gambar 2. 3 Fitur Pencatatan Harian 12
Gambar 2. 4 Fitur Wawasan 13
Gambar 2. 5 Fase Menstruasi 20