# BAB II
# TINJAUAN PUSTAKA

## A. Remaja

### 1. Pengertian Remaja

Remaja merupakan individu yang berada pada masa transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang signifikan. Masa remaja berlangsung pada rentang usia 10–19 tahun dan merupakan periode penting dalam pembentukan perilaku, termasuk perilaku kesehatan. Pada fase ini terjadi pertumbuhan yang pesat, baik dari segi biologis maupun kognitif, sehingga remaja mulai memiliki kemampuan untuk berpikir lebih logis dan abstrak. Namun demikian, kematangan dalam pengambilan keputusan belum sepenuhnya berkembang, sehingga remaja cenderung rentan terhadap berbagai risiko, termasuk dalam hal kesehatan reproduksi (WHO, 2021).

Selain itu, rasa ingin tahu yang tinggi pada remaja sering kali tidak diimbangi dengan akses terhadap informasi yang benar. Hal ini menyebabkan remaja berpotensi memperoleh informasi yang keliru, terutama terkait kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, diperlukan edukasi yang tepat agar remaja mampu memahami dan menjaga kesehatannya secara optimal.

### 2. Karakteristik Remaja

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang ditandai oleh perubahan yang cepat dan kompleks pada berbagai aspek kehidupan individu. Perubahan tersebut meliputi aspek biologis, psikologis, kognitif, dan sosial yang saling berinteraksi satu sama lain. Remaja berada pada fase transisi dari ketergantungan menuju kemandirian, sehingga karakteristiknya berbeda dengan masa kanak-kanak maupun dewasa. Literatur terbaru menunjukkan bahwa karakteristik remaja tidak hanya dipengaruhi oleh faktor biologis, tetapi juga oleh lingkungan sosial dan perkembangan psikososial yang dinamis (Hamilaturroyya dkk., 2025; Alifia Izzani dkk., 2023).

a. Perkembangan Fisik (Biologis)

Perkembangan fisik merupakan ciri paling nyata pada masa remaja. Proses pubertas memicu perubahan hormonal yang menyebabkan pertumbuhan tinggi badan yang pesat, perkembangan organ reproduksi, serta munculnya ciri-ciri seksual sekunder. Pada remaja putri, perubahan tersebut meliputi pembesaran payudara, pertumbuhan rambut pada area tertentu, serta terjadinya menstruasi pertama (menarche). Kajian literatur yang dilakukan oleh Hamilaturroyya dkk. (2025) dalam *Jurnal Ners* menjelaskan bahwa pubertas merupakan fase kompleks yang melibatkan perubahan biologis signifikan yang berdampak langsung pada kesiapan reproduksi dan kesehatan remaja. Perubahan fisik ini sering kali terjadi lebih cepat dibandingkan kesiapan psikologis individu dalam menerimanya.

b. Perkembangan Psikologis (Emosional)

Secara psikologis, remaja mengalami perkembangan emosi yang cenderung fluktuatif. Perubahan hormonal serta tuntutan sosial yang meningkat dapat memengaruhi kestabilan emosi, sehingga remaja sering menunjukkan respons emosional yang lebih intens dibandingkan masa sebelumnya. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa masa remaja ditandai dengan peningkatan sensitivitas terhadap penilaian sosial dan pencarian identitas diri, yang dapat memicu konflik internal maupun eksternal (Alifia Izzani dkk., 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa remaja membutuhkan dukungan lingkungan yang kondusif untuk membantu proses penyesuaian emosional.

c. Perkembangan Kognitif

Dari aspek kognitif, remaja mulai menunjukkan kemampuan berpikir abstrak, logis, dan hipotetis. Mereka mampu menganalisis sebab-akibat, mempertimbangkan berbagai kemungkinan, serta mulai merencanakan masa depan. Perkembangan kognitif ini memungkinkan remaja untuk memahami informasi yang lebih kompleks, termasuk informasi mengenai kesehatan reproduksi. Wisudahningsih dkk. (2025) menjelaskan bahwa peningkatan kapasitas berpikir reflektif pada masa

remaja berperan penting dalam pembentukan sikap dan pengambilan keputusan yang lebih rasional.

d. Perkembangan Sosial

Karakteristik sosial pada masa remaja ditandai dengan meningkatnya kebutuhan akan interaksi dengan teman sebaya. Remaja mulai mencari kemandirian dari orang tua dan lebih banyak menghabiskan waktu bersama kelompok sebaya. Lingkungan sosial ini sangat berpengaruh terhadap pembentukan perilaku dan nilai yang dianut remaja. Literatur terkini menunjukkan bahwa hubungan sosial yang positif dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja, sedangkan tekanan teman sebaya berpotensi mendorong perilaku berisiko apabila tidak diimbangi dengan pengetahuan yang memadai (Alifia Izzani dkk., 2023).

**3. Tugas Perkembangan Remaja**

Tugas perkembangan remaja merupakan serangkaian kemampuan dan penyesuaian yang harus dicapai individu pada masa remaja sebagai bagian dari proses menuju kedewasaan. Keberhasilan dalam menyelesaikan tugas perkembangan akan mempermudah individu dalam menjalani tahap perkembangan berikutnya, sedangkan kegagalan dapat menimbulkan hambatan psikososial. Literatur perkembangan remaja terbaru menjelaskan bahwa tugas perkembangan tidak hanya berkaitan dengan kematangan biologis, tetapi juga melibatkan aspek kognitif, emosional, sosial, dan moral (Hidayati & Rahmawati, 2022).

Secara umum, tugas perkembangan remaja dapat dijabarkan sebagai berikut:

a. Menerima dan Menyesuaikan Diri terhadap Perubahan Fisik

Salah satu tugas perkembangan utama pada masa remaja adalah menerima kondisi fisik yang mengalami perubahan akibat pubertas. Remaja dituntut untuk mampu memahami dan menerima perubahan bentuk tubuh, fungsi reproduksi, serta perbedaan perkembangan dengan teman sebaya. Penelitian dalam bidang kesehatan remaja menunjukkan bahwa penerimaan diri terhadap perubahan fisik berhubungan dengan

tingkat kepercayaan diri dan kesehatan mental remaja (Putri dkk., 2021). Ketidaksiapan dalam menghadapi perubahan fisik dapat menyebabkan kecemasan dan citra tubuh negatif.

b. Mengembangkan Identitas Diri

Masa remaja dikenal sebagai periode pencarian identitas (*identity formation*). Remaja mulai mengeksplorasi nilai, minat, tujuan hidup, dan peran sosial yang ingin dijalani. Studi psikologi perkembangan terkini menunjukkan bahwa pembentukan identitas yang sehat berkaitan dengan kemampuan remaja dalam mengambil keputusan dan menghindari perilaku berisiko (Sari & Nugroho, 2023). Proses ini sangat dipengaruhi oleh dukungan keluarga, sekolah, serta lingkungan sosial.

c. Mencapai Kemandirian Emosional

Tugas perkembangan berikutnya adalah mencapai kemandirian emosional dari orang tua atau figur otoritas lainnya. Remaja mulai belajar mengelola emosi secara mandiri serta mengambil tanggung jawab atas pilihan yang dibuat. Penelitian terbaru dalam bidang psikologi remaja menunjukkan bahwa kemampuan regulasi emosi yang baik berkaitan dengan adaptasi sosial yang lebih positif dan tingkat stres yang lebih rendah (Rahman dkk., 2022).

d. Mengembangkan Hubungan Sosial yang Sehat

Remaja diharapkan mampu membangun hubungan interpersonal yang sehat, baik dengan teman sebaya maupun dengan lawan jenis. Hubungan sosial yang sehat berperan penting dalam perkembangan keterampilan komunikasi, empati, dan kerja sama. Literatur kesehatan masyarakat terbaru menunjukkan bahwa kualitas hubungan sosial pada remaja berhubungan dengan kesejahteraan psikologis serta perilaku kesehatan yang lebih baik (Widodo dkk., 2024).

e. Mempersiapkan Peran dan Tanggung Jawab Dewasa

Remaja juga memiliki tugas untuk mulai mempersiapkan diri menghadapi peran dewasa, baik dalam aspek pendidikan, pekerjaan, maupun kehidupan berkeluarga. Proses ini melibatkan kemampuan merencanakan masa depan serta memahami konsekuensi dari setiap

tindakan. Studi terbaru menunjukkan bahwa kesiapan peran dewasa berkaitan dengan tingkat literasi kesehatan dan kemampuan pengambilan keputusan yang rasional (Pratama & Lestari, 2023).

## B. Remaja Putri dan Menarche

### 1. Pengertian Remaja Putri dan Menarche

Menarche merupakan menstruasi pertama yang dialami oleh remaja putri sebagai tanda dimulainya kematangan organ reproduksi. Menarche biasanya terjadi pada usia 10–14 tahun, meskipun dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti status gizi, kondisi kesehatan, serta faktor lingkungan. Peristiwa ini menjadi salah satu tahap penting dalam kehidupan remaja putri karena menandai kesiapan biologis untuk bereproduksi (UNICEF, 2022).

Pada fase awal menstruasi, remaja putri sering mengalami kebingungan, rasa cemas, dan kurangnya pemahaman mengenai perubahan yang terjadi pada tubuhnya. Banyak remaja yang belum mengetahui cara menjaga kebersihan organ reproduksi dengan benar selama menstruasi. Kurangnya pengetahuan ini dapat disebabkan oleh minimnya edukasi dari orang tua maupun sekolah, serta adanya anggapan bahwa menstruasi merupakan topik yang tabu untuk dibahas. Oleh karena itu, fase menarche merupakan waktu yang sangat penting untuk memberikan edukasi mengenai kebersihan organ reproduksi.

### 2. Kebersihan Organ Reproduksi Saat Menstruasi

Kebersihan organ reproduksi merupakan bagian penting dari personal hygiene yang bertujuan untuk menjaga kesehatan area genital dan mencegah terjadinya infeksi. Praktik kebersihan selama menstruasi meliputi penggunaan pembalut yang bersih, mengganti pembalut secara teratur setiap 4–6 jam, mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, serta membersihkan area genital dengan air bersih dari arah depan ke belakang. Selain itu, penggunaan pakaian dalam yang bersih dan kering juga menjadi bagian penting dalam menjaga kebersihan organ reproduksi (Kemenkes RI, 2022).

Kurangnya praktik kebersihan yang baik dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, seperti iritasi kulit, keputihan abnormal, hingga infeksi saluran reproduksi. Lingkungan yang lembap akibat penggunaan pembalut yang terlalu lama dapat menjadi tempat berkembangnya bakteri. Oleh karena itu, menjaga kebersihan selama menstruasi merupakan hal yang sangat penting untuk mencegah terjadinya gangguan kesehatan reproduksi.

### 3. Pengetahuan Remaja Putri tentang Kebersihan Organ Reproduksi

Pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan seseorang terhadap suatu objek melalui panca indera. Sebagian besar pengetahuan diperoleh melalui indera penglihatan dan pendengaran. Pengetahuan memiliki peran penting dalam membentuk perilaku seseorang, karena tindakan yang dilakukan biasanya didasarkan pada apa yang diketahui dan dipahami oleh individu tersebut (Notoatmodjo, 2020).

Dalam konteks kesehatan reproduksi, pengetahuan remaja putri tentang kebersihan organ reproduksi sangat berpengaruh terhadap praktik yang mereka lakukan selama menstruasi. Remaja yang memiliki pengetahuan yang baik cenderung lebih mampu menjaga kebersihan dirinya dengan benar. Sebaliknya, remaja dengan pengetahuan yang rendah berisiko melakukan praktik yang tidak higienis, seperti jarang mengganti pembalut atau tidak menjaga kebersihan area genital. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan menjadi langkah awal yang penting dalam upaya meningkatkan kesehatan reproduksi remaja.

## C. Kesehatan Reproduksi

### 1. Pengertian Kesehatan Reproduksi

Kesehatan reproduksi merupakan bagian integral dari kesehatan secara menyeluruh yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi manusia. Konsep kesehatan reproduksi tidak hanya terbatas pada kondisi bebas dari penyakit atau gangguan pada organ reproduksi, tetapi juga mencakup kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang berkaitan dengan sistem reproduksi. Menurut World Health Organization, kesehatan reproduksi adalah keadaan sejahtera secara fisik, mental, dan sosial secara

utuh dalam segala hal yang berhubungan dengan sistem reproduksi, serta bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan (WHO, 2022).

Dalam perkembangan konsep kesehatan global, kesehatan reproduksi juga mencakup hak individu untuk memperoleh informasi yang benar dan akses terhadap pelayanan kesehatan yang aman, efektif, dan terjangkau. Laporan terbaru dari United Nations Population Fund menegaskan bahwa kesehatan reproduksi mencakup hak setiap individu untuk membuat keputusan yang bertanggung jawab mengenai reproduksi tanpa diskriminasi, paksaan, maupun kekerasan (UNFPA, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa kesehatan reproduksi tidak hanya berdimensi medis, tetapi juga sosial dan hak asasi manusia.

Dalam konteks remaja, kesehatan reproduksi menjadi isu yang sangat penting karena masa remaja merupakan periode awal berfungsinya sistem reproduksi. Perubahan biologis yang terjadi pada masa pubertas menuntut adanya pemahaman yang memadai agar remaja mampu menjaga kesehatan organ reproduksinya. Kajian terbaru dalam bidang kesehatan masyarakat menunjukkan bahwa literasi kesehatan reproduksi pada remaja berperan penting dalam mencegah perilaku berisiko serta meningkatkan kualitas kesehatan jangka panjang (Chandra-Mouli et al., 2021). Oleh karena itu, pemberian informasi yang tepat, akurat, dan sesuai tahap perkembangan menjadi bagian penting dalam upaya peningkatan kesehatan reproduksi remaja.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa kesehatan reproduksi adalah kondisi kesejahteraan menyeluruh yang berkaitan dengan sistem reproduksi serta hak individu untuk memperoleh informasi dan pelayanan yang memadai. Dalam penelitian ini, kesehatan reproduksi difokuskan pada pemahaman remaja putri mengenai fungsi organ reproduksi, perubahan pubertas, kebersihan organ reproduksi, serta upaya menjaga kesehatan reproduksi sejak dini.

**2. Ruang Lingkup Kesehatan Reproduksi Remaja**

Kesehatan reproduksi remaja mencakup seluruh aspek yang berkaitan dengan perkembangan sistem reproduksi serta kemampuan remaja untuk

memahami, merawat, dan melindungi fungsi reproduksinya. Ruang lingkup ini tidak hanya terbatas pada aspek fisik, tetapi juga melibatkan dimensi psikologis, sosial, dan perilaku. Menurut Chandra-Mouli dkk. (2021), ruang lingkup kesehatan reproduksi remaja meliputi kemampuan untuk membuat keputusan yang bertanggung jawab terkait reproduksi, memperoleh informasi yang akurat, serta mengakses layanan kesehatan reproduksi yang aman dan tepat. Pemahaman ini sangat penting karena masa remaja merupakan periode kritis bagi pembentukan perilaku sehat dan pencegahan risiko reproduksi di masa depan.

Secara lebih spesifik, ruang lingkup kesehatan reproduksi remaja dapat dibagi menjadi beberapa aspek utama, antara lain:

a. Perubahan Pubertas

   Remaja perlu memahami perubahan fisik yang terjadi selama pubertas, seperti perkembangan payudara, menstruasi, pertumbuhan rambut tubuh, dan perubahan bentuk tubuh lainnya. Pemahaman terhadap proses pubertas membantu remaja menerima perubahan fisik dan mengurangi kecemasan yang mungkin muncul akibat ketidaktahuan (Eckert-Lind et al., 2020).

b. Kebersihan dan Perawatan Organ Reproduksi

   Ruang lingkup ini mencakup pengetahuan dan praktik terkait kebersihan organ reproduksi, termasuk cara menjaga kebersihan selama menstruasi, pencegahan infeksi, dan pengenalan tanda-tanda gangguan kesehatan reproduksi. Kajian terbaru menunjukkan bahwa pendidikan kebersihan reproduksi pada remaja putri berpengaruh signifikan terhadap pencegahan infeksi dan meningkatkan kualitas hidup remaja (Widiyastuti & Rahmawati, 2022).

c. Pengetahuan tentang Fungsi dan Sistem Reproduksi

   Remaja perlu memahami struktur dan fungsi organ reproduksi, siklus menstruasi, serta proses biologis yang mendukung kesuburan dan kesehatan reproduksi. Literasi kesehatan reproduksi yang baik dapat mencegah perilaku berisiko seperti seks pranikah, penyalahgunaan zat, dan pernikahan dini.

d. Pencegahan Masalah Kesehatan Reproduksi

Remaja harus mengetahui tindakan pencegahan terkait masalah kesehatan reproduksi, termasuk gangguan menstruasi, anemia, infeksi menular seksual, serta komplikasi akibat kurangnya informasi. Pengetahuan ini juga berkaitan dengan kemampuan remaja mengambil keputusan yang sehat dan mencari bantuan medis saat dibutuhkan.

e. Hak dan Akses terhadap Informasi serta Layanan Kesehatan Reproduksi

Ruang lingkup kesehatan reproduksi remaja juga mencakup hak untuk memperoleh informasi yang akurat dan layanan kesehatan reproduksi yang ramah remaja. UNFPA (2023) menekankan pentingnya akses informasi dan layanan yang tepat agar remaja dapat membuat keputusan yang bertanggung jawab terkait reproduksi tanpa diskriminasi, paksaan, atau kekerasan.

**3. Tujuan Pendidikan Kesehatan Reproduksi pada Remaja**

Pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja merupakan upaya sistematis untuk memberikan pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang mendukung kesehatan reproduksi secara optimal. Tujuan pendidikan ini tidak hanya terkait dengan aspek fisik, tetapi juga mencakup dimensi psikologis, sosial, dan hak asasi remaja dalam membuat keputusan yang bertanggung jawab terkait reproduksi. Menurut Chandra-Mouli dkk. (2021), pendidikan kesehatan reproduksi bertujuan untuk membekali remaja dengan informasi akurat, keterampilan pengambilan keputusan, serta kemampuan menjaga kesehatan reproduksi agar terhindar dari risiko penyakit dan perilaku berisiko.

Secara spesifik, tujuan pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja dapat dijabarkan dalam beberapa poin utama:

a. Meningkatkan Pengetahuan tentang Perubahan Fisik dan Pubertas

Remaja perlu memahami proses pubertas, termasuk perubahan fisik, hormonal, dan reproduksi yang mereka alami. Pengetahuan ini membantu remaja menerima perubahan tubuh secara wajar dan

mengurangi kecemasan atau stres terkait pubertas (Eckert-Lind et al., 2020).

b. Menumbuhkan Keterampilan Perawatan dan Kebersihan Reproduksi

Pendidikan kesehatan reproduksi bertujuan agar remaja putri mampu menjaga kebersihan organ reproduksi, mengenali tanda-tanda gangguan kesehatan, serta melakukan tindakan pencegahan yang tepat. Studi terbaru menunjukkan bahwa pendidikan kebersihan reproduksi berkontribusi signifikan terhadap pencegahan infeksi dan gangguan kesehatan reproduksi (Widiyastuti & Rahmawati, 2022).

c. Mengembangkan Sikap dan Perilaku Sehat

Selain pengetahuan, pendidikan kesehatan reproduksi bertujuan membentuk sikap dan perilaku positif terkait kesehatan reproduksi. Hal ini termasuk kemampuan menolak perilaku berisiko, membuat keputusan yang bertanggung jawab, serta menjaga kesehatan mental dan sosial terkait perubahan reproduksi.

d. Menyadarkan Hak dan Akses Remaja terhadap Layanan Kesehatan Reproduksi

Remaja perlu memahami hak mereka untuk memperoleh informasi yang akurat dan akses ke layanan kesehatan reproduksi yang aman, ramah, dan tanpa diskriminasi. UNFPA (2023) menegaskan bahwa penyediaan pendidikan reproduksi yang tepat usia dan ramah remaja sangat penting untuk memastikan remaja dapat mengambil keputusan yang sehat.

e. Mempersiapkan Remaja Menjadi Individu Dewasa yang Sehat

Pendidikan kesehatan reproduksi juga bertujuan mempersiapkan remaja menghadapi peran dan tanggung jawab dewasa, termasuk dalam kehidupan seksual, reproduksi, dan sosial. Pemahaman yang baik tentang kesehatan reproduksi sejak dini dapat mencegah masalah kesehatan di masa depan dan membentuk individu yang bertanggung jawab.

## D. Pengetahuan

### 1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan salah satu aspek penting dalam pembelajaran dan pengambilan keputusan. Secara umum, pengetahuan dapat diartikan sebagai hasil proses kognitif individu dalam memperoleh, memahami, dan menyimpan informasi dari pengalaman maupun pendidikan formal. Pengetahuan tidak hanya mencakup penguasaan fakta, tetapi juga pemahaman konsep, prinsip, dan kemampuan menerapkan informasi dalam situasi nyata. Menurut Nugroho dan Putri (2021), pengetahuan merupakan proses internalisasi informasi yang memungkinkan individu mengenali, memahami, serta menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

Dalam konteks kesehatan reproduksi, pengetahuan berperan penting untuk membekali remaja dengan informasi yang benar dan relevan mengenai fungsi organ reproduksi, perubahan fisik pada pubertas, serta cara menjaga kesehatan reproduksi. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi berhubungan erat dengan perilaku hidup sehat dan pencegahan risiko reproduksi, seperti infeksi atau perilaku seksual berisiko (Prasetya & Wulandari, 2022). Dengan demikian, pengetahuan menjadi dasar bagi pembentukan sikap dan perilaku yang sehat, termasuk dalam konteks pendidikan kesehatan reproduksi berbasis media edukasi.

Selain itu, pengetahuan dapat diklasifikasikan menjadi beberapa jenis, yaitu pengetahuan deklaratif (fakta dan informasi), pengetahuan prosedural (cara melakukan sesuatu), dan pengetahuan kondisional (kapan dan mengapa suatu informasi diterapkan). Ketiga jenis pengetahuan ini saling mendukung agar individu dapat memahami informasi secara menyeluruh dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Hidayat & Fauzi, 2023). Oleh karena itu, pengembangan pengetahuan yang komprehensif menjadi faktor kunci dalam meningkatkan pemahaman remaja, terutama mengenai isu-isu kesehatan reproduksi yang kompleks.

**2. Tingkatan Pengetahuan**

Pengetahuan merupakan proses kognitif yang dapat diklasifikasikan dalam beberapa tingkatan sesuai dengan kedalaman pemahaman dan kemampuan individu dalam mengolah informasi. Tingkatan pengetahuan ini penting untuk memahami sejauh mana remaja mampu menerima, menyimpan, dan menerapkan informasi, khususnya terkait kesehatan reproduksi. Menurut Santoso dan Putri (2022), tingkatan pengetahuan dapat dibedakan menjadi tiga, yaitu pengetahuan rendah, sedang, dan tinggi, yang mencerminkan kemampuan individu dalam memahami informasi secara bertahap.

a. Tingkat Pengetahuan Rendah

Pada tingkat ini, individu hanya memiliki pemahaman dasar atau pengenalan terhadap fakta-fakta sederhana. Remaja dengan tingkat pengetahuan rendah biasanya hanya mengetahui informasi secara parsial, belum memahami konsep secara menyeluruh, dan cenderung sulit menerapkan informasi tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks kesehatan reproduksi, remaja pada tingkat ini mungkin hanya mengetahui istilah menstruasi atau organ reproduksi, namun belum memahami fungsi, perawatan, atau risiko yang terkait. Penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan rendah pada remaja berkaitan dengan perilaku yang kurang sehat, seperti kebiasaan buruk selama menstruasi atau kurangnya perhatian terhadap kebersihan organ reproduksi (Rizki & Lestari, 2021).

b. Tingkat Pengetahuan Sedang

Individu pada tingkat pengetahuan sedang sudah mampu memahami informasi secara lebih komprehensif, mengenali hubungan antara konsep, dan mulai mampu menerapkan informasi tersebut dalam situasi tertentu. Remaja dengan tingkat pengetahuan sedang dapat menjelaskan fungsi organ reproduksi, pentingnya menjaga kebersihan, dan sebagian risiko kesehatan reproduksi. Namun, penerapannya masih memerlukan bimbingan atau penguatan dari guru, orang tua, atau sumber informasi lainnya. Kajian terbaru menunjukkan bahwa pengetahuan

menengah dapat meningkat secara signifikan apabila remaja mendapatkan media edukasi interaktif, seperti video animasi, yang sesuai dengan tahap perkembangan mereka (Putri & Anggraini, 2022).

c. Tingkat Pengetahuan Tinggi

Tingkat pengetahuan tinggi dicirikan oleh kemampuan individu memahami informasi secara mendalam, mengintegrasikan konsep, serta menerapkannya secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Remaja dengan tingkat pengetahuan tinggi dapat menjelaskan seluruh aspek kesehatan reproduksi, mulai dari perubahan fisik pada pubertas, kebersihan organ reproduksi, hingga pencegahan gangguan kesehatan dan pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Penelitian menunjukkan bahwa remaja dengan pengetahuan tinggi cenderung memiliki perilaku hidup sehat yang lebih baik dan lebih sadar terhadap hak dan tanggung jawab mereka terkait kesehatan reproduksi (Hidayat & Fauzi, 2023).

**3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan**

Pengetahuan remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi, baik berasal dari individu itu sendiri maupun dari lingkungan sekitarnya. Menurut Nugroho dan Putri (2021), tingkat pengetahuan seseorang tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan kognitif, tetapi juga oleh pengalaman belajar, kualitas informasi yang diterima, dan dukungan sosial dari lingkungan. Dalam konteks kesehatan reproduksi, memahami faktor-faktor ini sangat penting untuk merancang intervensi yang efektif, termasuk penggunaan media edukasi seperti video animasi.

Secara umum, faktor-faktor yang memengaruhi pengetahuan remaja dapat dijabarkan sebagai berikut:

a. Faktor Individu

Faktor individu meliputi usia, tingkat kecerdasan, minat belajar, pengalaman sebelumnya, serta motivasi untuk memperoleh informasi. Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang memiliki minat tinggi terhadap topik kesehatan reproduksi cenderung lebih aktif mencari informasi dan memiliki tingkat pengetahuan yang lebih tinggi (Putri &

Anggraini, 2022). Selain itu, kemampuan kognitif dan tingkat pendidikan juga memengaruhi kemampuan remaja dalam memahami informasi yang diberikan.

b. Faktor Lingkungan Keluarga

Keluarga merupakan sumber informasi dan dukungan utama bagi remaja. Remaja yang mendapatkan edukasi dari orang tua mengenai kesehatan reproduksi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik dibandingkan yang tidak. Selain itu, komunikasi terbuka antara orang tua dan anak mengenai masalah pubertas dan kesehatan reproduksi juga berpengaruh terhadap pemahaman remaja (Rizki & Lestari, 2021).

c. Faktor Lingkungan Sekolah dan Teman Sebaya

Sekolah menyediakan media belajar dan sumber informasi yang dapat meningkatkan pengetahuan remaja, termasuk melalui pelajaran kesehatan, konseling, atau penyuluhan. Teman sebaya juga memengaruhi cara remaja memperoleh informasi dan membentuk sikap terhadap kesehatan reproduksi. Penelitian menunjukkan bahwa interaksi sosial yang positif dengan teman sebaya dapat meningkatkan motivasi belajar dan pemahaman remaja terhadap isu kesehatan reproduksi (Santoso & Putri, 2022).

d. Faktor Media dan Teknologi

Perkembangan media, termasuk internet, media sosial, dan video animasi, menjadi sumber informasi utama bagi remaja. Media edukasi yang menarik dan sesuai tahap perkembangan remaja dapat meningkatkan minat belajar dan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi. Chandra-Mouli dkk. (2021) menyatakan bahwa penggunaan media interaktif dan visual dapat memperkuat pemahaman remaja serta membantu mereka mengingat informasi dengan lebih baik.

e. Faktor Sosial dan Budaya

Nilai-nilai sosial dan budaya juga memengaruhi cara remaja memperoleh dan menerima informasi. Norma budaya yang membatasi pembicaraan tentang kesehatan reproduksi dapat menjadi hambatan bagi

pengetahuan remaja. Sebaliknya, lingkungan yang mendukung keterbukaan dan edukasi kesehatan reproduksi dapat mendorong remaja untuk aktif belajar dan mencari informasi (Widiyastuti & Rahmawati, 2022).

**4. Cara Mengukur Pengetahuan**

Pengetahuan remaja dapat diukur melalui berbagai metode yang memungkinkan peneliti menilai sejauh mana informasi telah dipahami, disimpan, dan dapat diterapkan oleh responden. Pengukuran pengetahuan bukan hanya menilai kemampuan mengingat fakta, tetapi juga kemampuan memahami konsep, menerapkan informasi, dan mengambil keputusan berdasarkan pengetahuan yang dimiliki (Nugroho & Putri, 2021).

Dalam penelitian kesehatan reproduksi remaja, pengukuran pengetahuan biasanya dilakukan melalui instrumen yang terstruktur, seperti kuesioner atau tes tertulis, yang disesuaikan dengan materi yang diberikan. Cara mengukur pengetahuan dapat dijabarkan sebagai berikut:

a. Penggunaan Kuesioner atau Angket

Kuesioner merupakan alat ukur yang paling umum digunakan untuk menilai pengetahuan remaja. Kuesioner biasanya berisi pertanyaan berbentuk pilihan ganda, benar-salah, atau isian singkat yang menilai pemahaman responden terhadap topik tertentu, misalnya perubahan fisik pada pubertas, fungsi organ reproduksi, serta perawatan kesehatan reproduksi. Menurut Putri & Anggraini (2022), kuesioner yang dirancang secara sistematis dan valid dapat memberikan gambaran yang akurat mengenai tingkat pengetahuan remaja.

b. Penilaian Skor dan Kategori Pengetahuan

Setiap jawaban dari kuesioner diberi skor, kemudian dijumlahkan untuk memperoleh nilai total pengetahuan. Nilai total ini dapat dikategorikan menjadi beberapa tingkatan, misalnya rendah, sedang, dan tinggi, sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan sebelumnya (Santoso & Putri, 2022). Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi kelompok remaja yang membutuhkan intervensi lebih lanjut atau yang sudah memiliki pengetahuan memadai.

c. Tes Kognitif atau Observasi Praktik

Selain kuesioner, pengukuran pengetahuan juga dapat dilakukan melalui tes kognitif atau observasi praktik, terutama jika berkaitan dengan keterampilan dalam menjaga kesehatan reproduksi, misalnya praktik kebersihan menstruasi atau perawatan organ reproduksi. Penilaian ini memberi informasi lebih konkret mengenai kemampuan remaja dalam menerapkan pengetahuan yang dimiliki (Hidayat & Fauzi, 2023).

d. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Dalam mengukur pengetahuan, penting bagi peneliti untuk memastikan bahwa instrumen yang digunakan valid (mengukur apa yang seharusnya diukur) dan reliabel (memberikan hasil yang konsisten). Validitas dapat diuji melalui ahli materi (*content validity*), sedangkan reliabilitas dapat diuji menggunakan teknik statistik seperti Cronbach's alpha. Hal ini penting agar data yang diperoleh benar-benar mencerminkan pengetahuan responden secara akurat (Prasetya & Wulandari, 2022).

## E. Video Animasi Sebagai Media Edukasi Kesehatan

### 1. Pengertian Video Animasi

Video animasi merupakan media audiovisual yang memadukan gambar bergerak, suara, teks, dan visualisasi interaktif untuk menyampaikan informasi secara menarik dan mudah dipahami. Media ini digunakan dalam pendidikan dan komunikasi untuk mempermudah penerimaan informasi yang kompleks atau abstrak, sehingga memudahkan audiens, termasuk remaja, dalam memahami materi yang disampaikan (Putri & Anggraini, 2022).

Menurut Nugroho dkk. (2021), video animasi sebagai media edukasi adalah alat pembelajaran yang memanfaatkan teknologi animasi untuk menampilkan materi secara visual, interaktif, dan komunikatif. Keunggulan media ini dibandingkan media konvensional adalah kemampuan untuk

menampilkan ilustrasi konsep yang sulit dijelaskan melalui teks atau ceramah, sehingga meningkatkan daya tarik dan efektivitas pembelajaran.

Dalam konteks kesehatan, video animasi digunakan untuk menyampaikan informasi mengenai berbagai topik, termasuk kesehatan reproduksi, gizi, kebersihan, dan perilaku hidup sehat. Remaja putri, yang berada pada masa perkembangan kognitif visual, cenderung lebih mudah memahami materi melalui ilustrasi, narasi, dan animasi yang menyenangkan dibandingkan metode konvensional seperti ceramah atau buku. Studi terbaru menunjukkan bahwa video animasi efektif meningkatkan pengetahuan, motivasi, dan keterampilan remaja dalam memahami isu kesehatan yang kompleks (Hidayat & Fauzi, 2023).

Selain itu, video animasi dapat dikombinasikan dengan elemen interaktif seperti kuis, pertanyaan, atau simulasi, sehingga remaja dapat lebih aktif dalam proses pembelajaran. Hal ini sejalan dengan prinsip pembelajaran modern yang menekankan pengalaman belajar yang melibatkan indera visual, auditori, dan kinestetik untuk meningkatkan pemahaman dan retensi informasi (Putri & Anggraini, 2022).

**2. Kelebihan Video Animasi dalam Pendidikan Kesehatan**

Video animasi sebagai media edukasi memiliki sejumlah kelebihan yang membuatnya efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan, khususnya bagi remaja. Keunggulan ini terkait dengan cara media menyajikan materi secara visual, audio, dan interaktif sehingga memudahkan pemahaman serta meningkatkan minat belajar.

a. Menarik dan Interaktif

Video animasi mampu menarik perhatian remaja melalui tampilan visual yang dinamis, karakter animasi, dan narasi yang jelas. Keunggulan ini membuat materi yang disampaikan lebih mudah diterima dibandingkan media konvensional seperti buku atau ceramah. Putri & Anggraini (2022) menyebutkan bahwa media animasi

meningkatkan motivasi belajar remaja karena mereka merasa terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran.

b. Mempermudah Pemahaman Materi Kompleks

Materi kesehatan, khususnya kesehatan reproduksi, sering kali bersifat abstrak dan sulit dipahami oleh remaja. Video animasi mampu menyederhanakan konsep yang kompleks dengan ilustrasi visual, diagram bergerak, dan simulasi, sehingga remaja lebih mudah memahami proses biologis, perubahan pubertas, atau cara menjaga kesehatan reproduksi (Hidayat & Fauzi, 2023).

c. Meningkatkan Retensi Informasi

Media animasi membantu meningkatkan daya ingat remaja karena informasi disajikan dalam bentuk gambar bergerak, suara, dan teks secara bersamaan. Penelitian menunjukkan bahwa kombinasi visual dan audio dalam video animasi dapat memperkuat ingatan jangka panjang dan mempermudah remaja menerapkan informasi yang dipelajari dalam kehidupan sehari-hari (Nugroho et al., 2021).

d. Fleksibel dan Mudah Diakses

Video animasi dapat diakses melalui berbagai perangkat, seperti komputer, tablet, atau smartphone. Hal ini memungkinkan remaja untuk belajar kapan saja dan di mana saja, sehingga pembelajaran menjadi lebih fleksibel. Selain itu, video animasi dapat diputar berulang kali, memungkinkan remaja untuk mempelajari materi sesuai kecepatan mereka sendiri (Putri & Anggraini, 2022).

e. Mendukung Pembelajaran Mandiri

Remaja dapat menggunakan video animasi sebagai media pembelajaran mandiri tanpa harus selalu bergantung pada guru atau tenaga kesehatan. Media ini juga memungkinkan mereka mengeksplorasi topik kesehatan lebih luas melalui animasi interaktif atau kuis yang disertakan, sehingga keterlibatan dan pemahaman mereka meningkat (Chandra-Mouli et al., 2021).

### 3. Teori yang Mendukung Penggunaan Video

Penggunaan video animasi sebagai media edukasi kesehatan didukung oleh sejumlah teori belajar dan komunikasi yang menjelaskan bagaimana informasi audiovisual dapat meningkatkan pemahaman, retensi, dan motivasi belajar. Teori-teori ini memberikan dasar ilmiah bagi pemanfaatan video animasi dalam pendidikan kesehatan remaja.

a. Teori Belajar Multimedia (*Multimedia Learning Theory*)

Menurut Mayer (2009, dikutip dalam Nugroho et al., 2021), teori belajar multimedia menyatakan bahwa orang belajar lebih efektif ketika informasi disajikan melalui kombinasi kata dan gambar daripada hanya melalui kata atau gambar saja. Video animasi mengintegrasikan teks, narasi suara, dan gambar bergerak untuk menyampaikan informasi, sehingga meningkatkan pemahaman dan daya ingat. Prinsip ini mendukung penggunaan video animasi dalam menyederhanakan materi kesehatan reproduksi yang kompleks bagi remaja.

b. Teori Kognitif Dual Coding (*Dual Coding Theory*)

Paivio (1986, dikutip dalam Putri & Anggraini, 2022) mengemukakan teori dual coding, yaitu bahwa informasi diproses lebih baik jika disajikan dalam dua saluran berbeda: verbal dan visual. Video animasi memanfaatkan saluran visual (gambar, animasi) dan verbal (narasi, teks), sehingga memperkuat pemahaman dan memungkinkan remaja untuk menyimpan informasi dalam memori jangka panjang lebih efektif dibanding media tunggal.

## F. Tingkatan Pengetahuan

Menurut teori kognitif yang dikembangkan dalam taksonomi Bloom, pengetahuan memiliki beberapa tingkatan yang menggambarkan kemampuan berpikir seseorang.

1. Tahu (Know)

Tahu merupakan tingkat pengetahuan paling dasar. Pada tahap ini individu hanya mampu mengingat atau menyebutkan kembali informasi yang telah dipelajari sebelumnya tanpa memahami secara mendalam.

Contoh dalam kesehatan reproduksi remaja dapat menyebutkan pengertian menstruasi atau menyebutkan bagian-bagian organ reproduksi wanita.

2. Memahami (Comprehension)

   Memahami adalah kemampuan menjelaskan kembali informasi yang telah diterima dengan menggunakan kata-kata sendiri.

   Contoh:

   Remaja mampu menjelaskan bagaimana proses terjadinya menstruasi atau menjelaskan fungsi ovarium.

3. Aplikasi (Application)

   Aplikasi merupakan kemampuan menggunakan informasi yang telah dipelajari dalam situasi nyata.

   Contoh:

   Remaja mampu menerapkan cara menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi.

4. Analisis (Analysis)

   Analisis adalah kemampuan menguraikan suatu konsep dan memahami hubungan sebab-akibat.

   Contoh:

   Remaja memahami bahwa penggunaan pembalut yang terlalu lama dapat menyebabkan infeksi.

5. Sintesis (Synthesis)

   Sintesis adalah kemampuan menggabungkan berbagai informasi menjadi satu kesimpulan yang utuh.

   Contoh:

   Remaja mampu menyimpulkan pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi untuk mencegah penyakit.

6. Evaluasi (Evaluation)

   Evaluasi merupakan tingkat pengetahuan tertinggi, yaitu kemampuan menilai dan mengambil keputusan berdasarkan informasi yang dimiliki.

Contoh:

Remaja mampu menolak ajakan perilaku seksual berisiko berdasarkan pemahaman tentang dampaknya.

7. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

   Beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan remaja antara lain:

   a. Usia
   b. Tingkat pendidikan
   c. Lingkungan keluarga
   d. Akses terhadap sumber informasi
   e. Media informasi (media sosial, internet, video edukasi)
   f. Dalam era digital, media video animasi menjadi salah satu sumber informasi yang efektif karena menggabungkan unsur visual dan audio sehingga lebih mudah dipahami dan menarik perhatian remaja.

8. Kategori Tingkat Pengetahuan

   Dalam penelitian ini, tingkat pengetahuan dikategorikan berdasarkan persentase jawaban benar:

   Rumus:

   Skor = (Jumlah jawaban benar / Jumlah soal) × 100%

   Kategori:

   a. Baik : 76–100%
   b. Cukup : 56–75%
   c. Kurang : ≤55%

   Kategori ini digunakan untuk mengelompokkan tingkat pemahaman remaja putri tentang kesehatan reproduksi.

## G. Kerangka Teori

Kerangka teori dalam penelitian ini mengacu pada teori perilaku kesehatan yang dikemukakan oleh Lawrence Green melalui model PRECEDE-

PROCEED (Predisposing, Reinforcing, and Enabling Constructs in Educational Diagnosis and Evaluation). Model ini digunakan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi perubahan perilaku kesehatan, termasuk peningkatan pengetahuan sebagai dasar terbentuknya perilaku kesehatan.

1. **Faktor Predisposisi (Predisposing Factors)**

   Faktor predisposisi merupakan faktor yang mempermudah terjadinya perubahan perilaku seseorang, meliputi pengetahuan, sikap, kepercayaan, dan nilai yang dimiliki individu.

   Dalam penelitian ini, faktor predisposisi meliputi:

   a. Pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi (pengertian, organ reproduksi, pubertas, menstruasi, dan kebersihan organ reproduksi)
   b. Sikap remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan reproduksi
   c. Persepsi dan pemahaman remaja terhadap risiko gangguan kesehatan reproduksi

2. **Faktor Pemungkin (Enabling Factors)**

   Faktor pemungkin adalah faktor yang memungkinkan atau memfasilitasi terjadinya perubahan perilaku, seperti ketersediaan sumber informasi, media edukasi, dan akses terhadap informasi kesehatan.

   Dalam penelitian ini, faktor pemungkin meliputi:

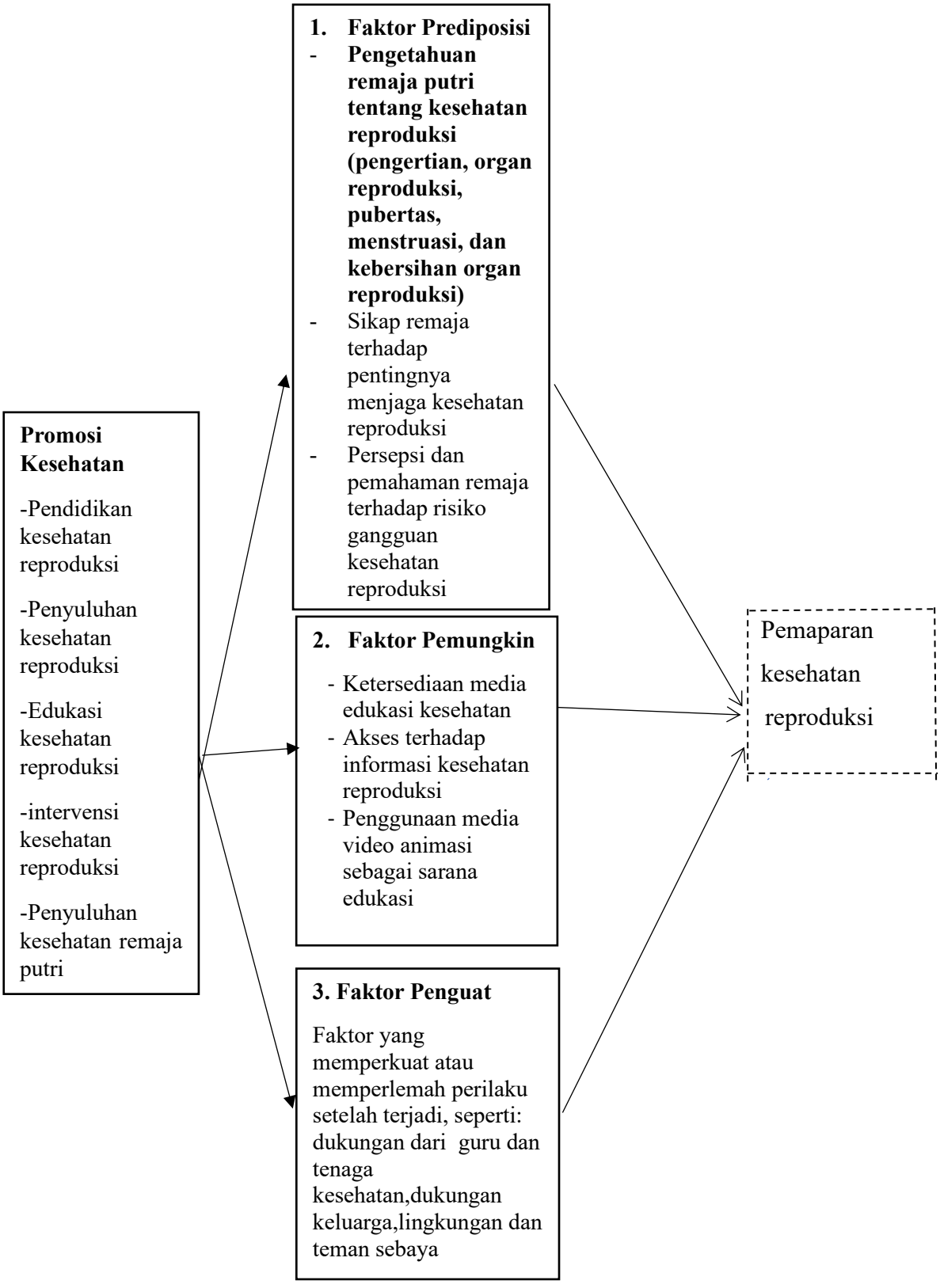
   a. Ketersediaan media edukasi kesehatan
   b. Akses terhadap informasi kesehatan reproduksi
   c. Penggunaan media video animasi sebagai sarana edukasi

3. **Faktor Penguat (Reinforcing Factors)**

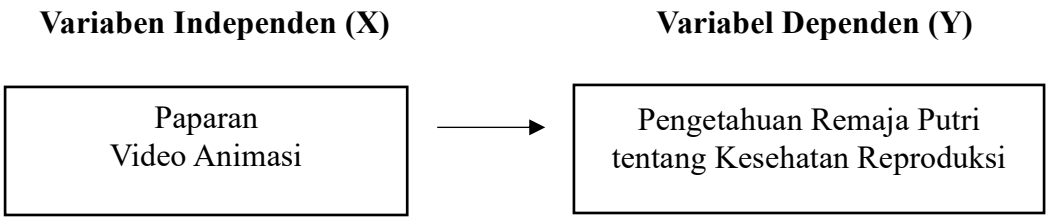
   Faktor penguat merupakan faktor yang memperkuat atau memperlemah perubahan perilaku setelah individu memperoleh pengetahuan, seperti dukungan dari lingkungan sekitar.

   Dalam penelitian ini, faktor penguat meliputi:

   a. Dukungan dari guru dan tenaga kesehatan
   b. Dukungan keluarga
   c. Lingkungan sekolah dan teman sebaya


1. Faktor Prediposisi
- Pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi (pengertian, organ reproduksi, pubertas, menstruasi, dan kebersihan organ reproduksi)
- Sikap remaja terhadap pentingnya menjaga kesehatan reproduksi
- Persepsi dan pemahaman remaja terhadap risiko gangguan kesehatan reproduksi
Promosi Kesehatan
-Pendidikan kesehatan reproduksi
-Penyuluhan kesehatan reproduksi
-Edukasi kesehatan reproduksi
-intervensi kesehatan reproduksi
-Penyuluhan kesehatan remaja putri
2. Faktor Pemungkin
- Ketersediaan media edukasi kesehatan
- Akses terhadap informasi kesehatan reproduksi
- Penggunaan media video animasi sebagai sarana edukasi
3. Faktor Penguat
Faktor yang memperkuat atau memperlemah perilaku setelah terjadi, seperti: dukungan dari guru dan tenaga kesehatan,dukungan keluarga,lingkungan dan teman sebaya
Pemaparan kesehatan reproduksi

## H. Kerangka Konsep




## I. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian. Hipotesis dalam penelitian ini adalah:

1. HO (Hipotesis Nol) tidak terdapat pengaruh paparan video animasi tentang kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan remaja putri yang baru mengalami menstruasi mengenai kebersihan organ reproduksi di SMP Swasta Era Utama Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang.
2. HA (Hipotesis Alternatif) Terdapat pengaruh paparan video animasi tentang kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan remaja putri yang baru mengalami menstruasi mengenai kebersihan organ reproduksi di SMP Swasta Era Utama Pancur Batu, Kabupaten Deli Serdang.