
Perbedaan Efektivitas Penggunaan Media Video dan E-Book terhadap Pengetahuan Fisiologi Menstruasi Mahasiswa Kebidanan

Verawati Pulungan^{1*}, Ry Eny Mian Marisi Br. S², Rice Silvanora³

^{1,2,3}Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Jambi

Jl. Prof. Dr. GA. Siwabessy No. 42, Buluran Kenali, Kec. Telanai Pura, 36122, Jambi, Indonesia

*Email Korespondensi : verawatipulungan@poltekkesjambi.ac.id

Submitted : 11/09/2025

Accepted: 09/03/2026

Published:31/03/2026

Abstract

Knowledge of menstrual physiology is crucial for midwifery students. Menstrual physiology encompasses vital information regarding ovulation periods, fertile windows, and related hormones. A lack of understanding can lead to inaccuracies in providing patient education and risks reinforcing misconceptions about menstruation. Technology-based learning media, such as animated videos and e-books, are options to enhance student knowledge. This study aims to determine the effectiveness of video and e-book learning media on knowledge of menstrual physiology among Applied Bachelor of Midwifery students. This research employed a quasi-experimental two-group pretest-posttest design. The study was conducted at the Department of Midwifery, Poltekkes Kemenkes Jambi. The population consisted of 60 fifth-semester midwifery students. Using a total sampling technique, 60 participants were divided into two groups: the odd-numbered attendance group (30 students) as the Video group and the even-numbered attendance group (30 students) as the E-book group. The results indicated that both video and e-book media significantly influenced the increase in student knowledge, with a p-value of $0.001 < 0.05$. Regarding the comparison of effectiveness between the two, the mean difference was 1.10 with a p-value of $0.12 > 0.05$, indicating no significant difference between the two media. Both video and e-book media are effective for use as learning tools. The selection and utilization of these media should be tailored to the learning preferences and needs of the students.

Keywords: e-book, knowledge, menstrual physiology, video

Abstrak

Pengetahuan tentang fisiologi menstruasi sangat penting bagi mahasiswa kebidanan. Fisiologi menstruasi mencakup informasi vital mengenai periode ovulasi, masa subur, dan hormon terkait. Kurangnya pemahaman dapat menyebabkan ketidaktepatan dalam memberikan edukasi kepada pasien serta berisiko memperkuat miskonsepsi seputar menstruasi. Media pembelajaran berbasis teknologi, seperti video animasi dan e-book, merupakan pilihan untuk meningkatkan pengetahuan mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas media pembelajaran video dan e-book terhadap pengetahuan fisiologi menstruasi pada mahasiswa Sarjana Terapan Kebidanan. Penelitian ini menggunakan desain quasi-experimental two-group pretest-posttest. Penelitian dilaksanakan di Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jambi. Populasi penelitian terdiri dari 60 mahasiswa kebidanan semester V. Dengan menggunakan teknik total sampling, 60 partisipan dibagi ke dalam dua kelompok: kelompok nomor absen ganjil (30 mahasiswa) sebagai kelompok Video dan kelompok nomor absen genap (30 mahasiswa) sebagai kelompok E-book. Hasil penelitian menunjukkan bahwa baik media video maupun e-book berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan mahasiswa, dengan nilai p-value $0,001 < 0,05$. Terkait perbandingan efektivitas antara keduanya, ditemukan selisih rerata sebesar 1,10 dengan nilai p-value $0,12 > 0,05$, yang menunjukkan tidak adanya perbedaan signifikan antara kedua media tersebut, sehingga media

video maupun e-book efektif untuk digunakan sebagai media pembelajaran. Pemilihan dan pemanfaatan media ini hendaknya disesuaikan dengan preferensi serta kebutuhan belajar mahasiswa.

Kata Kunci: *e-book*, fisiologi menstruasi, pengetahuan, video

PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan suatu proses fisiologis yang pasti dialami oleh perempuan pada usia reproduktif, ditandai dengan lepasnya lapisan endometrium uterus yang disertai dengan perdarahan akibat tidak terjadinya fertilisasi (King et al., 2019). Proses ini merupakan bagian penting dalam sistem reproduksi dan berlangsung secara periodik setiap 21–35 hari (Manuaba & Manuaba, 2009). Dalam fisiologi menstruasi memuat informasi – informasi penting terkait periode terjadinya ovulasi, periode masa subur, masa tidak subur dan hubungan antara hormone – hormone HPO (Hipotalamus Pituitari Ovarium) selama periode siklus menstruasi (King et al., 2019).

Siklus alamiah yang terjadi ini menunjukkan bahwa fungsi dari alat dan hormon reproduksi seorang perempuan sudah bekerja dengan sempurna untuk mempersiapkan proses reproduksi (Bobak et al., 2005). Pemahaman mengenai fisiologi menstruasi sangat penting bagi perempuan, terutama mahasiswa kebidanan, sebagai calon tenaga kesehatan yang bertugas memberikan edukasi kepada masyarakat. Materi fisiologi menstruasi erat kaitannya dengan salah mata kuliah yaitu Kesehatan reproduksi dan keluarga berencana. Pada mata kuliah ini, fisiologi menstruasi terkait dengan materi Kesehatan reproduksi dan keluarga berencana alamiah, dimana pengguna metode ini sangat memerlukan pemahaman tentang siklus menstruasi normal dan periode kesuburan yang digunakan untuk mencegah terjadinya kehamilan atau menjarangkan kehamilan (King et al., 2019).

Namun, berbagai studi menunjukkan bahwa pengetahuan perempuan usia reproduktif mengenai fisiologi menstruasi

masih belum optimal. Studi berskala besar di United Kingdom, terhadap 97.414 perempuan menunjukkan bahwa lebih dari 40% responden tidak dapat mengidentifikasi masa subur (fertile window) dengan benar, meskipun konsep ini merupakan bagian dasar dari fisiologi siklus menstruasi serta proses ovulasi (Wainwright et al., 2025). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang melibatkan siswi SMA di Ethiopia, di mana hanya 24,8% responden yang memiliki pengetahuan baik mengenai waktu ovulasi dan fase subur dalam siklus menstruasi (Hussein et al., 2025).

Selain itu, studi pada mahasiswa kedokteran, juga mengungkapkan adanya kesenjangan pemahaman terkait pola siklus dan perubahan fisiologis menstruasi, meskipun responden berasal dari latar belakang pendidikan kesehatan. (Alhammadi et al., 2022). Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian yang menemukan bahwa sebanyak 35,7% mahasiswa kebidanan belum memahami sepenuhnya perbedaan antara fase folikuler, ovulasi, dan luteal (Pertiwi et al., 2021).

Kurangnya pemahaman ini dapat berdampak pada ketidaktepatan dalam memberi edukasi serta berisiko memperkuat mitos atau miskonsepsi seputar menstruasi yang masih banyak ditemukan di masyarakat (Alhammadi et al., 2022). Oleh karena itu, diperlukan inovasi dalam metode pembelajaran agar materi mengenai menstruasi lebih mudah dipahami dan diserap oleh mahasiswa.

Media pembelajaran berbasis teknologi seperti video animasi dan *e-book* interaktif menjadi alternatif yang efektif untuk meningkatkan pemahaman mahasiswa. Penelitian oleh Fahrezi et al, menunjukkan bahwa media video animasi

efektif meningkatkan pengetahuan siswa tentang seksualitas remaja secara signifikan dibandingkan metode konvensional, yang disebabkan video sebagai media visual auditori mampu meningkatkan retensi informasi (Fahrezi et al., 2020). Sementara itu, Nugraha et al. membuktikan bahwa penggunaan e-book berhasil meningkatkan pengetahuan siswa tentang HIV/AIDS dengan hasil yang signifikan karena *e-book* memberikan fleksibilitas belajar mandiri dengan konten yang dapat diakses kapan saja (Nugraha et al., 2023).

Melihat pentingnya peningkatan pengetahuan menstruasi dan potensi media pembelajaran digital, peneliti tertarik untuk mengkaji efektivitas media video dan *e-book* terhadap pengetahuan mahasiswa kebidanan mengenai fisiologi menstruasi. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan metode pembelajaran yang lebih menarik dan efisien di institusi pendidikan kesehatan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian Quasi Experimen, dengan menggunakan disain *two-group pretest – posttest design*. Penelitian ini dilaksanakan di Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jambi. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa kebidanan semester v yang berjumlah 60 orang. Teknik pengambilan sampling pada penelitian ini adalah Total Sampling sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 60 orang yang kemudian dibagi kedalam dua kelompok sesuai dengan urutan absen ganjil genap. Absen ganjil berjumlah 30 orang sebagai kelompok Video dan Absen genap berjumlah 30 orang sebagai kelompok *e-book*. Pengumpulan data menggunakan data primer, selanjutnya pengukuran pengetahuan dilakukan sebelum diberikan intervensi (pretest), lalu diberikan intervensi, dan kemudian dilakukan

pengukuran pengetahuan kembali (posttest). Proses pengumpulan data ini dilakukan selama 1 minggu. Setelah pengumpulan data dilakukan pengolahan data, dimana data dianalisa dengan Analisa univariat dan Analisa bivariat menggunakan Uji T berpasangan.

HASIL

Hasil penelitian berupa perubahan pengetahuan mahasiswa dengan hasil sebelum dan sesudah intervensi menggunakan video dan *e-book*. Berikut uraian hasil penelitian:

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Sebelum dan sesudah diberikan Pembelajaran Menggunakan Media Video

Variabel	Rerata	Min	Maks
Pengetahuan Pre test	4	2	6
Pengetahuan Posttest	10,63	8	12

Tabel 1 menunjukkan rerata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi

Tabel 2. Pengaruh Menggunakan Media Video Terhadap Tingkat Pengetahuan

Varibel	Rerata	Selisih (s.b)	IK 95%	Nilai ρ^*
Pengetahuan Sebelum diberi intervensi Media Video	4,00			
Pengetahuan Setelah Diberikan Pembelajaran Dengan Menggunakan Media Video	10,63	6,63	5,97 – 7,3	0,001

Tabel 2 menunjukkan Hasil Uji T Berpasangan diperoleh p-value sebesar 0,001 lebih kecil dari 0,05 yang menunjukkan ada pengaruh penggunaan media video terhadap pengetahuan fisiologi menstruasi mahasiswa

Tabel 3. Tingkat Pengetahuan Sebelum dan sesudah diberikan Pembelajaran Menggunakan Media *E-Book*

Variabel	Rerata	Min	Maks
Pengetahuan Pre test	4,23	1	7
Pengetahuan Posttest	11,73	8	15

Tabel 3 menunjukkan rerata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi

Tabel 4. Pengaruh Menggunakan Media *E-Book* Terhadap Tingkat Pengetahuan

Varibel	Rerata	Selisih (s.b)	IK 95%	Nilai ρ^*
Pengetahuan Sebelum Diberikan Pembelajaran Dengan Menggunakan Media <i>e-book</i>	4,23	7,5	6,6 – 8,4	0,001
Pengetahuan Sebelum Diberikan Pembelajaran Dengan Menggunakan Media <i>e-book</i>	11,73			

Tabel 4 menunjukkan Hasil Uji T Berpasangan diperoleh ρ -value sebesar 0,001 lebih kecil dari 0,05 yang menunjukkan ada pengaruh penggunaan media *E-Book* terhadap pengetahuan fisiologi menstruasi mahasiswa

Tabel 5. Perbedaan Rerata Tingkat Pengetahuan setelah Diberikan Efektivitas Media Video dan Media *E-Book*

Varibel	Rerata	Perbedaan Rerata	Nilai ρ^*
Pengetahuan Setelah Diberikan Pembelajaran Dengan Menggunakan Media Video	10,63	1,10	0,12

Pengetahuan Setelah Diberikan Pembelajaran Dengan Menggunakan Media <i>E-Book</i>	11,73
---	-------

Hasil Penelitian menunjukkan perbedaan rerata setelah diberikan media Video dan *E-Book* adalah 1,10, dengan hasil uji T berpasangan diperoleh nilai ρ -value 0,12, lebih besar dari 0,05, sehingga perbedaan tidak cukup signifikan.

PEMBAHASAN

Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pembelajaran Menggunakan Media Video

Hasil Analisis menunjukkan bahwa rata – rata pengetahuan Mahasiswa mengenai Fisiologi Menstruasi sebelum diberikan media Video adalah 4, dengan rentang antara minimal nilai 2 dan maksimal 6, Setelah dilakukan intervensi dengan memberikan pembelajaran menggunakan media video, didapat peningkatan rerata pengetahuan sebesar 10,63, dengan rentang nilai antara nilai minimal 8 dan nilai maksimal 12.

Sejalan dengan hasil penelitian Simanjuntak & Soleh, (2022), tentang efektifitas penggunaan video terhadap pengetahuan mahasiswa tentang asfiksia dan resusitasi, didapatkan peningkatan nilai rata – rata pengetahuan mahasiswa sebelum adalah 6,53 dan setelah diberi intervensi media video meningkat menjadi 9,89 dengan nilai minimum 9 dan nilai maksimum 10.

Penelitian yang dilakukan oleh Saputri et al (2022), tentang efektifitas media interaktif video dalam meningkatkan pengetahuan mahasiswa juga didapatkan peningkatan nilai rata – rata pengetahuan mahasiswa sebelum intervensi adalah 13, 80 dan setelah diberikan intervensi berupa pemberian media interaksi video meningkat menjadi 17,67.

Adanya peningkatan pengetahuan setelah di beri intervensi menggunakan media video fisiologi menstruasi dapat dilihat dari selisih rata – rata pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi, pada penelitian ini selisih rata – rata adalah 6,63. Dengan hasil Uji T berpasangan diperoleh p -value sebesar 0,001 lebih kecil dari 0,05 yang menunjukkan pengaruh yang sangat signifikan terhadap peningkatan pengetahuan mahasiswa tentang fisiologis menstruasi.

Hasil penelitian ini di dukung dengan penelitian destariyani et al, (2023) tentang pengaruh media video terhadap pengetahuan dan sikap personal hygiene, dimana hasil uji statistic menggunakan Dependent Sample T-Test pada pengetahuan didapatkan nilai nilai p -value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), hasil ini menunjukkan penggunaan media video efektif dalam meningkat pengetahuan personal hygiene saat menstruasi.

Pada dasarnya pengetahuan sebagai hasil kegiatan dari mengetahui ini tersimpan dalam pikiran dan benak manusia, yang kemudian diungkapkan dan dikomunikasikan. Selain tersimpan dalam pikiran dan benak hati, maka hasil pengetahuan yang diperoleh manusia dapat tersimpan dalam berbagai sarana atau media maupun berbagai hasil karya (Octaviana & Ramadhani, 2021). Sarana dan media digunakan sebagai alat bantu atau perantara penyampaian pengetahuan agar dapat tercapai dengan tepat sesuai sasaran. Sarana dan media ini adalah media pembelajaran untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman bagi mahasiswa yang akan mempengaruhi keberhasilan belajarnya (Destariyani et al., 2023)

Seiring perkembangan zaman, penggunaan teknologi digitalisasi menjadi hal yang tak terpisahkan dari proses pembelajaran termasuk media pembelajaran, salah satu media pembelajaran yang berbasis digital adalah video yang digunakan untuk memberikan

informasi dan penjelasan dari materi atau topik yang dipelajari secara audio dan visual. Pembelajaran berbasis video dapat memfasilitasi penyerapan informasi lebih cepat, mempertahankan pengetahuan dan mengingatnya dengan akurat (Hendra et al., 2023)

Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Pembelajaran Menggunakan Media E-Book

Hasil Analisis rata – rata pengetahuan mahasiswa mengenai fisiologi menstruasi sebelum diberikan media *e-book* adalah 4,23, dengan rentang nilai minimal 1 dan maksimal 7, setelah dilakukan intervensi dengan memberikan pembelajaran menggunakan *e-book* terjadi peningkatan pada rata – rata pengetahuan mahasiswa menjadi 11,73, dengan rentang nilai minimal 8 dan maksimal 15.

Perubahan hasil pengetahuan setelah di lakukan intervensi menggunakan *e-book* juga dapat dilihat dari penelitian tentang Efektivitas dari pemanfaatan buku saku digital yang dilakukan oleh Amriani et al., (2023) hasil skor terendah sebelum intervensi adalah 10 dan hasil tertinggi adalah 29 dengan rerata nilai adalah 20,91. Setelah dilakukan intervensi terjadi peningkatan skor nilai terendah 16 dan tertinggi 30 dengan rerata nilainya adalah 27,50. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan intervensi buku saku digital.

Nilai selisih pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan media *e-book* Fisiologi Menstruasi sebesar 7,5 yang menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan, setelah dilakukan Analisa menggunakan uji T berpasangan didapatkan p -value sebesar 0,001 lebih kecil dari 0,05 yang menunjukkan pengaruh *e-book* yang sangat signifikan terhadap peningkatan pengetahuan mahasiswa tentang fisiologis menstruasi.

Hal ini sejalan dengan penelitian media pembelajaran pemasangan implant yang dilakukan Susilawati et al., (2023), hasil penelitian didapatkan rata – rata pengetahuan mahasiswa sebelum di berikan intervensi *e-book* adalah 6,03 dan setelah intervensi menjadi 7,11. Setelah dilakukan analisis menggunakan paired samples t-test didapatkan hasil p- value sebesar 0,000 ($< 0,05$) yang artinya menunjukkan bahwa media *e-book* efektif meningkatkan pengetahuan mahasiswa.

Pengetahuan mencakup segala kegiatan dengan media atau sarana yang digunakan ataupun yang diperoleh dan hasil dari kegiatan mengetahui berkenaan dengan sesuatu objek (Octaviana & Ramadhani, 2021). Sarana dan media digunakan sebagai alat bantu atau perantara penyampaian pengetahuan agar dapat tercapai dengan tepat sesuai sasaran. Sarana dan media ini adalah media pembelajaran untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman bagi mahasiswa yang akan mempengaruhi keberhasilan belajarnya (Ani Daniyati et al., 2023).

E-book sebagai salah satu alternatif media pembelajaran berbasis digital yang digunakan untuk mendukung proses belajar saat ini memberikan fleksibilitas pada mahasiswa sebagai pengganti buku konvensional, sehingga dapat diakses kapan saja melalui perangkat elektronik atau Gadget (Aulia et al., 2025)

Efektivitas Media Video dan E-book terhadap Tingkat Pengetahuan fisiologi menstruasi

Rerata pengetahuan mahasiswa sarjana terapan semester v mengenai fisiologi menstruasi setelah dilakukan intervensi menggunakan media video adalah 10,63 dan Rerata pengetahuan mahasiswa sarjana terapan semester v mengenai fisiologi menstruasi setelah dilakukan intervensi menggunakan media *e-book* adalah 11,73. Selisih dari rentang

pengetahuan setelah dilakukan intervensi antara media video dan e book adalah 1,10. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang menggunakan *e-book* memiliki peningkatan pengetahuan sedikit lebih tinggi dibandingkan dengan media video. Setelah dilakukan analisa menggunakan Uji T tidak berpasangan didapatkan bahwa nilai p value sebesar 0,12, dimana nilai p-value lebih besar dari 0,05. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa perbedaan ini tidak cukup kuat untuk dianggap sebagai perbedaan yang signifikan untuk mengetahui media yang lebih efektif antara media video atau media *e - book*. Oleh karena itu media *e - book* dan video dapat dianggap efektif sebagai media pembelajaran. Pemilihan media ini disesuaikan dengan preferensi dan kebutuhan dari pembelajaran mahasiswa

Efektifnya kedua media sebagai media pembelajaran karena masing – masing media memiliki keunggulan. *E-book* memiliki keunggulan dalam hal aksesibilitas dan distribusi. Pengguna dapat mengakses *e-book* kapan saja dan di mana saja, tanpa biaya tambahan untuk pencetakan dan pengiriman. Interaktivitas *e-book* yang dilengkapi dengan multimedia dan kuis mampu meningkatkan keterlibatan dan pemahaman siswa, mendukung pembelajaran yang lebih personal (Aprilia & Marsofiyati, 2024). Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Aulia et al., (2025) tentang analisis pemanfaatan *e-book* sebagai media pembelajaran, didapatkan Alasan utama memilih Media *e-book* adalah Kemudahan dalam menggunakan dan mengakses menjadi alasan utama bagi mahasiswa memilih *e-book* sebagai media pembelajaran

Media video merupakan media audio dan visual, yang mengandalkan indera pendengaran dan indera penglihatan, media ini dapat menggambarkan suatu objek yang bergerak Bersama-sama

dengan suara yg sesuai. Vidio dapat menyajikan informasi, memaparkan proses, menjelaskan konsep-konsep yang rumit (Pagarra H & Syawaludin, 2022).

SIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh dari media Video dan *E-Book* terhadap peningkatan pengetahuan Fisiologis menstruasi mahasiswa, Kedua media pembelajaran yaitu Video dan *E-book* tidak memiliki perbedaan efektifitas yang signifikan, oleh karena itu media video dan e-book efektif digunakan sebagai media pembelajaran

SARAN

Pemilihan dan penggunaan media Video dan *E-Book* agar disesuaikan dengan preferensi dan kebutuhan pembelajaran dari mahasiswa sebagai pengguna media belajar. Dan bagi peneliti lain diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan informasi dan acuan untuk mengembangkan penelitian dengan variabel yang berbeda.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih Kepada Bapak Direktur Poltekkes Kemenkes Jambi, Ketua UPPM Poltekkes Kemenkes Jambi, Ketua Jurusan, Ka. Prodi Sarjana Terapan Kebidan dan Anggota Tim Peneliti serta Responden penelitian yang telah meluangkan waktunya dalam berpartisipasi dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Alhammad, M. H., Albogmi, A. M., Alzahrani, M. K., Shalabi, B. H., Fatta, F. A., & AlBasri, S. F. (2022). Menstrual cycle irregularity during examination among female medical students at King Abdulaziz University, Jeddah, Saudi Arabia. *BMC Women's Health*, 22(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12905-022->

01952-2

Amriani, Firiani, Nur, A., & Sundari. (2023). Effectiveness of Using Android-Based Digital Pocket Books to Increase Knowledge in Preventing Stunting Since Preconception in Adolescents in the Tompobulu Public Health Center Working Area, Gowa Regency. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(6), 813–820.

<http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>

Ani Daniyati, Ismy Bulqis Saputri, Ricken Wijaya, Siti Aqila Septiyani, & Usep Setiawan. (2023). Konsep Dasar Media Pembelajaran. *Journal of Student Research*, 1(1), 282–294. <https://doi.org/10.55606/jsr.v1i1.993>

Aprilia, G. T., & Marsofiyati. (2024). Pengaruh Penggunaan E-Book Sebagai Media Pembelajaran Digital Terhadap Minat Baca Mahasiswa. *Sindoro Cendikia Pendidikan*, 7 No. 8. <https://doi.org/10.9644/sindoro.v3i9.252>

Aulia, E. N., Azzahra, I. A., Khusna, I., & Sundah, M. A. F. (2025). Analisis Pemanfaatan E-Book Sebagai Media Pembelajaran Mahasiswa di Perguruan Tinggi. *Pediaqu : Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 4 No. 2(P-ISSN:2964-7142; E-ISSN:2964-6499), 4420–4427. <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu>

Bobak, I. M., Lowdermilk, D. L., & Jensen, M. D. (2005). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas* (R. Komalasari (ed.); I). EGC.

Destariyani, E., Eliana, & anita dwi wahyuni. (2023). Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Smpn 05 Kota Bengkulu Tahun

2021. *Jurnal Besurek JIDAN*, 2(1), 41–49.
<https://doi.org/10.33088/jbj.v1i1.278>
- Fahrezi, F., Ismiati, & Marl, W. A. (2020). JURNAL PROMKES TB.pdf. *Jurnal Promkes*, x, 18–25.
- Hendra, Afriyadi, H., Tanwir, Hayati, N., Supardi, Laila, N. S., Prakasa, F. Y., Hasibuan, A. P. R., & Almufti, D. A. (2023). *Media Pembelajaran Berbasis Digital (Teori & Praktik)* (Efitra & Sepriano (eds.); Pertama). PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Hussein, D., Tadesse, M., Mukuria, M., Tufa, D. G., Oyato, B. T., Gesisa, H. I., Ibrahim, S. M., & Lakew, M. S. (2025). Knowledge of fertile windows and associated factors among female high school students in Warra Jarso district, Ethiopia using a mixed-methods approach. *Scientific Reports*, 15(1), 1–14. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-22292-9>
- King, T. L., Brucker, M., Osborne, K., & Jevitt, C. M. (2019). *Varney's Midwifery* (T. L. King (ed.); 6th ed.). Jones & Bartlett Learning Books and Products.
- Manuaba, I. A. C., & Manuaba, I. B. (2009). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita* (Ester Monica (ed.); 2nd ed.). EGC.
- Nugraha, D. A., Cahyati, P., Maulana, H. D., & Tasikmalaya, P. K. (2023). *STIKes Karsa Husada Garut THE EFFECTIVENESS OF USING E-BOOK MEDIA ON ADOLESCENTS' patients in Tasikmalaya City are in the*. 10(1).
- Octaviana, D. R., & Ramadhani, R. A. (2021). HAKIKAT MANUSIA: Pengetahuan (Knoeledge), Ilmu Pengetahuan (Sains), Filsafat dan Agama. *Jurnal Tawadhu*, 5 no. 2(2580-8826 9Media online)), 143–159.
- Pagarra H & Syawaludin, D. (2022). Media Pembelajaran. In *Badan Penerbit UNM*.
- Pertiwi, M. M., Nawangsari, N. A. F., & Irwanto, I. (2021). Knowledge, Attitude and Practices Towards Menstruation of Midwifery Students in Surabaya. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 4(2), 179–191. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v4i2.2020.179-191>
- Simanjuntak, E. M. M. B., & Soleh, E. S. (2022). Efektifitas Penggunaan Media Video dan Buku Saku Terhadap Pengetahuan Mahasiswa Tentang Asfiksia dan Resusitasi Neonatus. *Jurnal Ilmiah Obsgin*, 14(3), 264–271.
- Susilawati, E., Sari, L. A., Nugraheni, D. E., & Pulungan, V. (2023). Media Pembelajaran Pemasangan Kontrasepsi Implan terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Mahasiswa Kebidanan. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 3181–3189. <https://doi.org/10.31539/joting.v5i2.7875>
- Wainwright, E., Ali, Z., Lawrie, L., Getreu, N., & O'Neill, H. C. (2025). Fertility awareness in 97,414 women trying to conceive: gaps, misconceptions, and implications for reproductive education. *Reproductive Health*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12978-025-02079-x>