



The influence of video education on adolescents' knowledge of puberty

Pengaruh edukasi video terhadap pengetahuan remaja tentang masa pubertas

Herlina¹, Dwi Susanti^{2*}

^{*1,2}Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, Jalan Siliwangi, Ring Road Barat, Banyuraden, Gamping, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, 55293, Indonesia

INFO ARTIKEL

ARTICLE HISTORY:

Artikel diterima: 23 Oktober 2025

Artikel direvisi: 12 November 2025

Artikel disetujui: 5 Desember 2025

KORESPONDEN

Dwi Susanti,
soesanti_2@yahoo.com

ORIGINAL ARTICLE

Halaman: 270 - 276

DOI:
<https://doi.org/10.30989/mik.v14i3.1782>

Penerbit:
Universitas Jenderal Achmad Yani
Yogyakarta, Indonesia.
Artikel terbuka yang berlisensi CC-BY-SA



ABSTRACT

Background: Adolescence is a period of transition to adulthood marked by physical, psychological, and social changes. Lack of knowledge can lead to anxiety and risky behaviors. Puberty education needs to be provided from an early age, one of which is through video media that is interesting and easy to understand because it presents visual and audio information.

Objective: This study aims to determine the influence of video education on adolescents' knowledge about puberty.

Methods: This study uses a quantitative approach with quasi experimental (the one group pretest-posttest) method which was carried out at SMP N 2 Sentolo with a population of 128 grade VII students. The sample in this study amounted to 64 class VII respondents who were selected through the stratified random sampling method. The instrument used was a knowledge questionnaire about puberty. Data analysis was carried out univariate and bivariate using the Wilcoxon Signed Rank Test.

Results: The results of the study showed that puberty knowledge before being educated using video had good knowledge (46.9%). Then after being given education using video, it increased to good knowledge (96.9). The results of the Wilcoxon Signed Rank Test were obtained with a value of $p = 0.000$

Conclusion: There is an influence of video education on adolescents' knowledge about puberty at SMP N 2 Sentolo

Keywords: Adolescents, Education, Knowledge, Puberty, Video media

ABSTRAK

Latar Belakang: Masa remaja adalah masa transisi menuju dewasa yang ditandai perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Kurangnya pengetahuan dapat menimbulkan kecemasan dan perilaku berisiko. Edukasi pubertas perlu diberikan sejak dini, salah satunya melalui media video yang menarik dan mudah dipahami karena menyajikan informasi visual dan audio.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi video terhadap pengetahuan remaja mengenai masa pubertas.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *quasi eksperimental (one group pretest-posttest)* yang dilaksanakan di SMP N 2 Sentolo dengan populasi 128 siswa-siswi kelas VII. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 64 responden kelas VII yang dipilih melalui metode *stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan tentang pubertas. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan pubertas sebelum diberikan edukasi menggunakan video memiliki pengetahuan baik (46,9%). Kemudian setelah diberikan edukasi menggunakan video meningkat menjadi pengetahuan baik (96,9). Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh nilai $p = 0,000$

Kesimpulan: Ada pengaruh edukasi video terhadap pengetahuan remaja tentang masa pubertas di SMP N 2 Sentolo

Kata kunci: Edukasi, Media video, Pengetahuan, Pubertas, Remaja

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai oleh perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Fase ini sering disebut sebagai masa pubertas yang ditandai dengan kematangan organ reproduksi serta munculnya ciri-ciri seksual sekunder, perubahan hormonal yang memengaruhi aspek psikologis remaja.^{1,2} Perubahan yang dialami remaja tidak hanya memengaruhi kondisi fisik, tetapi juga aspek psikososial, yang seringkali menimbulkan kecemasan, rasa malu, dan kerentanan terhadap perilaku berisiko seperti seks pranikah, pergaulan bebas, penyalahgunaan zat, hingga rendahnya kepercayaan diri.³ Menurut WHO, sekitar 16% populasi dunia merupakan remaja, sementara di Indonesia jumlahnya mencapai 22% dari total penduduk.⁴ Data SDKI 2020 menunjukkan masih banyak remaja yang kurang memahami tanda-tanda pubertas. Misalnya, hanya 26,8% remaja laki-laki yang mengetahui mimpi basah sebagai tanda pubertas, sedangkan mayoritas remaja perempuan hanya mengetahui tentang menstruasi.⁵ Rendahnya pemahaman ini dapat mengakibatkan kurangnya kesiapan remaja dalam menghadapi perubahan pubertas.⁶

Penelitian sebelumnya melaporkan bahwa 12,12% remaja putri masih memiliki tingkat pengetahuan rendah tentang perilaku pubertas.⁷ Hal serupa diperkuat oleh penelitian lain yang menunjukkan 44,4% remaja memiliki pengetahuan rendah dan

55,6% belum siap menghadapi pubertas.⁸ Kurangnya pengetahuan ini dapat memengaruhi kesiapan psikologis dan sikap remaja dalam menghadapi perubahan fisik maupun emosional, serta meningkatkan risiko kesehatan reproduksi.⁹

Media edukasi merupakan salah satu strategi efektif yang dapat digunakan dalam pendidikan kesehatan. Media video dinilai mampu menyampaikan informasi secara visual dan audio sehingga lebih menarik, mudah dipahami, dan dapat meningkatkan retensi pengetahuan dan edukasi kesehatan reproduksi pada remaja terbukti meningkatkan pemahaman serta mendorong pembentukan sikap positif terhadap perubahan pubertas.^{10,11} Penelitian lainnya menunjukkan bahwa edukasi video berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja mengenai pubertas dan kesehatan reproduksi.^{11,12}

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh edukasi video terhadap pengetahuan remaja mengenai masa pubertas di SMP N 2 Sentolo.

BAHAN DAN CARA PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *Quasi experimental* yang menggunakan mode *one grup pretest-posttest*, artinya penelitian ini hanya melibatkan 1 kelompok yaitu kelompok intervensi yang tidak menggunakan kelompok kontrol. Pengukuran dilakukan dua kali, yaitu

pretest sebelum pemberian edukasi dan *posttest* satu minggu setelah intervensi karena untuk mengukur pengetahuan.

Populasi dalam penelitian adalah seluruh kelas VII sebanyak 128 dengan sampel berjumlah 64 siswa-siswi kelas VII A,B,C, dan D yang dipilih melalui *stratified random sampling*.

Lokasi penelitian dilakukan di SMP N 2 Sentolo. Waktu pelaksanaan pada bulan juni 2025. Instrumen yang digunakan adalah berupa kuesioner pengetahuan tentang pubertas dan media video tentang pubertas. Kuesioner berisi 21 item pertanyaan, telah dilakukan uji validitas dan reliabilitasnya oleh peneliti sebelumnya dengan hasil uji didapatkan nilai signifikan 0,551 maka dinyatakan bahwa alat ukur valid. Sedangkan untuk hasil uji reliabilitas didapatkan nilai *crombach's alpa* 0,822 (*Crombach's Alpa* >0,6). Nilai tersebut menunjukkan jika instrumen dinyatakan reliabel. Media edukasi video disusun dari referensi. Kemudian dilanjutkan uji validitas oleh 3 ahli *expert judgment* pada bidang keperawatan maternitas, dan bidang promosi kesehatan, serta praktisi lapangan.

Data penelitian ini dilakukan uji normalitas dengan uji *Kolmogorov Smirnov* untuk mengetahui distribusi normal data, selanjutnya dilakukan uji *wilcoxon signed rank test* untuk mengetahui signifikansi perbandingan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Penelitian ini mendapatkan persetujuan kelayakan etik oleh Komisi Etik

Penelitian Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan nomor izin etik penelitian yaitu Skep/270/KEP/VI/2025.

Media video edukasi pada penelitian berdurasi ± 10 menit yang berisi materi pengetahuan tentang pubertas. Sebelum diberikan pendidikan kesehatan responden diminta untuk mengisi *pretest* pengetahuan pubertas. Setelah itu, responden diberikan perlakuan berupa pemutaran video edukasi animasi selama 30 menit. Kemudian setelah satu minggu, diberikan *posstest* yaitu pengisian ulang kuesioner yang sama untuk menilai perubahan tingkat pengetahuan setelah intervensi. Data hasil *pretest* dan *posttest* kemudian dilakukan proses *editing*, *coding*, dan *tabulasi*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden di SMP N 2 Sentolo (n=64)

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	33	51,6
Perempuan	31	48,4
Usia Responden		
12 Tahun	5	7,8
13 Tahun	31	48,4
14 Tahun	28	43,8
Usia Pubertas Responden		
<11 Tahun	5	7,8
12-13 Tahun	47	73,4
>13 Tahun	12	18,8
Pernah Mendapatkan Informasi Pubertas		
Ya	38	59,4
Tidak	26	40,6
Sumber Informasi Tentang Pubertas		
Tidak pernah	26	40,6
Media sosial	4	6,3

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Guru/Sekolah	23	35,9
Media cetak	1	1,6
Teman/Keluarga	3	4,7
Petugas kesehatan	3	4,7
Lainnya	4	6,3
Total	64	100,0

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa frekuensi berdasarkan jenis kelamin, dari total 64 responden, sebagian besar merupakan laki-laki yaitu sebanyak 33 orang (51,6%), sedangkan responden perempuan berjumlah 31 orang (48,4%). Frekuensi berdasarkan usia responden mayoritas responden berusia 13 tahun sebanyak 31 responden (48,4%). Frekuensi berdasarkan usia pubertas responden, sebagian besar usia 12–13 tahun sebanyak 47 responden (73,4%). Frekuensi berdasarkan informasi tentang pubertas, sebagian besar responden, yaitu 38 orang (59,4%). Frekuensi berdasarkan sumber informasi tentang pubertas, sebagian besar responden, yaitu responden tidak pernah mendapatkan sumber informasi (40,6%).

b. Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Tentang Pubertas

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Sebelum Diberikan Edukasi (n=64)

Pengetahuan Pubertas	Pretest	
	Frekuensi	Persentase
Baik	30	46,9
Cukup	29	45,3
Kurang	5	7,8
Total	64	100.0

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan Tabel 4.2 menunjukkan pengetahuan sebelum diberikan video edukasi, mayoritas remaja memiliki

pengetahuan tentang pubertas dalam kategori baik, yaitu sebanyak 30 orang (46,9%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Sesudah Diberikan Edukasi (n=64)

Pengetahuan Pubertas	Posttest	
	Frekuensi	Persentase
Baik	62	96,9
Cukup	2	3,1
Total	64	100.0

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan Tabel 4.3 menunjukkan pengetahuan Setelah diberikan edukasi video, terjadi peningkatan jumlah remaja yang memiliki pengetahuan dalam kategori baik menjadi 62 orang (96,9%).

c. Pengaruh Edukasi Video Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Masa Pubertas

Tabel 5. Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Pengetahuan Pubertas	Mean	Std. Deviation	Z	Sig (2-tailed)
Pretest	70,59	10,279	-6,891	0,000
Posttest	93,81	7,064		

Tabel 5 didapatkan hasil nilai signifikansi sebesar 0,000 dan nilai Z sebesar -6,891. Hasil nilai mean variabel pengetahuan terdapat perbedaan pada nilai *pretest* sebesar 70,59 (SD=10,279), sedangkan *posttest* sebesar 93,81 (SD=7,064). Hasil tersebut membuktikan bahwa terdapat pengaruh edukasi video terhadap pengetahuan remaja tentang masa pubertas di SMP N 2 Sentolo.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pengetahuan remaja setelah diberikan edukasi video. Selain itu, peningkatan pengetahuan remaja dapat dijelaskan oleh teori pembelajaran audiovisual, dimana kombinasi stimulus visual dan audio memperkuat pemahaman serta retensi informasi. Media video terbukti mampu meningkatkan fokus dan penyerapan materi pada remaja sehingga efektif meningkatkan pengetahuan setelah edukasi. Sebelum intervensi, remaja dengan pengetahuan baik berjumlah 46,9%, sedangkan setelah intervensi meningkat menjadi 96,9%. Uji Wilcoxon Signed Rank Test memperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan bermakna sebelum dan sesudah edukasi.

Peningkatan ini sejalan dengan teori bahwa media audiovisual efektif dalam menyampaikan informasi karena melibatkan indera penglihatan dan pendengaran secara bersamaan, sehingga materi lebih mudah dipahami dan diingat. Media video terbukti meningkatkan daya ingat dan pemahaman remaja dalam materi kesehatan, karena perpaduan audio-visual memudahkan proses internalisasi pengetahuan.^{13,14} Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil peneliti yang melaporkan peningkatan pengetahuan remaja tentang pubertas setelah intervensi edukasi. Teori belajar audiovisual menyatakan bahwa penyajian informasi secara simultan melalui visual dan audio meningkatkan atensi

dan retensi memori peserta didik.^{15,16} Hal serupa ditemukan oleh Kurniawati & Nurmawati (2020), yang melaporkan 41,9% responden memiliki pengetahuan baik setelah diberikan penyuluhan.¹⁷

Selain faktor media, karakteristik responden juga memengaruhi tingkat pengetahuan. Mayoritas responden berada pada usia 12–14 tahun, yakni fase awal pubertas. Pada fase ini, rasa ingin tahu tinggi namun informasi yang diperoleh masih terbatas.¹⁸ Edukasi melalui video dapat menjembatani kesenjangan tersebut dengan penyampaian materi yang sederhana, menarik, dan sesuai konteks kehidupan remaja.¹⁹

Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat bukti bahwa penggunaan media video sebagai sarana edukasi pubertas terbukti efektif dan dapat direkomendasikan untuk diterapkan di sekolah, baik melalui kurikulum maupun program UKS, guna membekali remaja dengan pemahaman yang tepat mengenai pubertas. Edukasi ini juga berperan penting dalam membentuk sikap positif, meningkatkan kesiapan menghadapi perubahan, serta mencegah perilaku berisiko yang dapat merugikan kesehatan reproduksi di masa depan.²⁰

KESIMPULAN

Penelitian ini membuktikan bahwa edukasi video berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja mengenai pubertas di SMP N 2 Sentolo. Edukasi berbasis media audiovisual efektif

digunakan untuk menyampaikan informasi kesehatan kepada remaja.

Disarankan agar sekolah dan guru memanfaatkan media video sebagai sarana pembelajaran tambahan dalam pendidikan kesehatan, sementara tenaga kesehatan dapat mengintegrasikan media ini dalam program promosi kesehatan di sekolah. Penelitian selanjutnya dianjurkan untuk melibatkan kelompok kontrol atau membandingkan efektivitas berbagai media edukasi sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif.

TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta atas dukungan yang diberikan, serta kepada pihak SMP Negeri 2 Sentolo yang telah memfasilitasi pelaksanaan penelitian ini. Penghargaan juga diberikan kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi, serta pembimbing yang telah memberikan arahan dan masukan berharga dalam proses penyusunan penelitian ini.

KEPUSTAKAAN

1. Widiastini LP, Karuniadi IGA M, Saraswat PAD. Kenali Masa Pubertas Pada Remaja Melalui Pendidikan Kesehatan. *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2024;4(1):65–69. <https://doi.org/10.36082/gemakes.v4i1.1478>
2. Santrock, J. W. *Adolescence: Developmental transitions*. McGraw-Hill Education. (2021)
3. Ekawati R, Fitriati A. Efektifitas Penyuluhan Tentang Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa Di SDN No.29 Cini Ayo Jenepto. *Jurnal Inovasi Penelitian*. 2021;2(7):2057–2064. <https://doi.org/10.47492/jip.v2i7.1052>
4. World Health Organization (WHO). *Adolescent health fact sheet*. 2024 Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solution>
5. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI)*. Jakarta: BKKBN; 2020.
6. Jupenda A. Pengetahuan remaja tentang tanda-tanda pubertas. *Jurnal Reproduksi Remaja*. 2024;10(1):37–45. <https://doi.org/10.32505/jrr.v10i1.37>
7. Wulaningtyas ES, Yulianti R, Anisa N. Pengaruh pengetahuan remaja putri tentang perilaku pubertas pada usia 13–15 tahun. *Jurnal Kebidanan*. 2023;13(1):41–46. <https://doi.org/10.35874/jib.v13i1.1189>
8. Rosita I, Ikwati N, Saleh S. Penyuluhan Tentang Pubertas Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Remaja. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*. 2023;7(1):213. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i1.11982>
9. Kurniawati S, Riska D. Media audiovisual dalam pendidikan kesehatan remaja. *Jurnal Promosi Kesehatan*. 2023;11(2):57–65. <https://doi.org/10.32505/jpk.v11i2.57>
10. Tunnisya K, Yulyana N, Yuniarti Y. Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Menarche Pada Siswi Di SD Negeri 77 Kota Bengkulu Tahun 2024. *Journal of Nursing and Public Health*. 2024;12(2):455–460. Available from: <https://jurnal.unived.ac.id/index.php/jnph/article/view/7388>
11. Hurlock, E., & Ekawati, R. Pendidikan kesehatan reproduksi remaja dan kesiapan menghadapi pubertas. (2022). *Jurnal Pendidikan Kesehatan Remaja*, 5(2), 110–118. <https://doi.org/10.32505/jpkr.v5i2.110>
12. Natasya F. Pengaruh edukasi video

- terhadap pengetahuan kesehatan reproduksi remaja. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*. 2025;15(1):50–59. <https://doi.org/10.32505/jkr.v15i1.50>
13. Nurwahidah S. Pemanfaatan media video dalam pembelajaran. *Jurnal Media Pembelajaran*. 2021;9(2):65–73. Available from: <http://jurnal.umt.ac.id/index.php/RausyanFikr/article/view/4168>
 14. Putri, F. A., & Sulistyaningsih, D. Efektivitas media video terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja. *Jurnal Promosi Kesehatan Sekolah*, (2023). 7(1),45–53. <https://doi.org/10.35797/jpks.v7i1.45>
 15. Natalie S. Efektivitas penyuluhan kesehatan tentang pubertas di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Anak*. 2023;7(1):14–22. <https://doi.org/10.32505/jpa.v7i1.14>
 16. Mayer, R. E. *Multimedia learning* (3rd ed.). Cambridge University Press. (2020). <https://doi.org/10.1017/9781316941355>
 17. Kurniawati T, & Nurmawati, D. (2020). Pengetahuan remaja tentang pubertas setelah edukasi kesehatan. *Jurnal Kesehatan*. 2020;9(2):121–127. <https://doi.org/10.32505/jkes.v9i2.121>
 18. Subekti NM, Prasetyanti DK, Nikmah ANN. Gambaran faktor yang mempengaruhi kesiapan dalam menghadapi pubertas pada remaja. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*. 2020;1(2):159–165. <https://doi.org/10.30737/jumakes.v1i2.775>
 19. Mustar M, Hasnidar H, Abbas HH, Safitri NN. Effectiveness of Video as a Health Education Media for Adolescents' Attitudes Regarding Sexually Transmitted Infections (STIs) in Adolescents. *Window of Health : Jurnal Kesehatan*. 2023;6(2):179-189. <https://doi.org/10.33096/woh.v6i2.808>
 20. Hendriyani S. Pentingnya pendidikan pubertas pada remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. 2023;7(1):74–82. <https://doi.org/10.46799/jik.v7i1.74>