Cendekia Medika: Jurnal STIKes Al-Ma'arif Baturaja
Volume II Number 4: October - December 2026

OPEN ACCESS

Original Article

Reproductive Health Education for Adolescent Girls with a Knowledge Deficit Regarding Hypermenorrhea: Case Study

Edukasi Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri Dengan Defisit Pengetahuan Tentang Hipermenorea: Studi Kasus

Lidia Rahayu Nosara[1], Rita Kamalia[2], Nelly Rustiati[3], Eni Folendra Rosa[4]
[1,2,3,4] Program Studi Diploma III Keperawatan Baturaja, Poltekkes Kemenkes Palembang

Corresponding Author:
Eni Folendra Rosa
Program Studi Diploma III Keperawatan Baturaja, Poltekkes Kemenkes Palembang

Email:
eni.folendra@poltekkespalembang.ac.id

Keyword:
Adolescent Girls, Health Education, Hypermenorrhea, Reproductive Health

Kata Kunci:
Edukasi Kesehatan, Hipermenorea, Kesehatan Reproduksi, Remaja Putri

© The Author(s) 2026

Abstract

Background: Hypermenorrhea is a menstrual disorder characterized by excessive menstrual bleeding or menstruation lasting more than seven days. This condition may lead to anemia, fatigue, impaired learning concentration, and reduced quality of life among adolescent girls. A lack of knowledge may delay adolescents' ability to recognize warning signs and seek appropriate health care. Methods: This study used a descriptive case study design involving two adolescent girls with a knowledge deficit regarding hypermenorrhea in the working area of Tanjung Baru Public Health Center. The intervention was delivered through reproductive health education using a flip e-book as an educational medium. Evaluation was conducted based on knowledge, attitude, and skill aspects after the intervention. Results: After receiving reproductive health education, both clients showed improved knowledge, attitudes, and skills related to hypermenorrhea. Client I obtained scores of 95% in knowledge, 93% in attitude, and 96% in skills. Client II obtained scores of 95% in knowledge, 96% in attitude, and 94% in skills. Both clients were able to restate the definition, signs and symptoms, impacts, anemia prevention, the importance of menstrual cycle tracking, and the need to seek health care if symptoms persisted. Conclusion: Reproductive health education using a flip e-book may improve knowledge, attitudes, and skills among adolescent girls with a knowledge deficit regarding hypermenorrhea.

Abstrak

Latar Belakang: Hipermenorea merupakan gangguan menstruasi berupa perdarahan haid berlebihan atau durasi menstruasi lebih dari tujuh hari. Kondisi ini dapat menyebabkan anemia, kelelahan, gangguan konsentrasi belajar, dan penurunan kualitas hidup remaja putri. Defisit pengetahuan menyebabkan remaja terlambat mengenali tanda bahaya dan terlambat mencari pertolongan kesehatan. Metode: Penelitian ini menggunakan desain studi kasus deskriptif pada dua remaja putri dengan defisit pengetahuan tentang hipermenorea di wilayah UPTD Puskesmas Tanjung Baru. Intervensi diberikan melalui edukasi kesehatan reproduksi menggunakan media flip e-book. Evaluasi dilakukan berdasarkan aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan setelah edukasi diberikan. Hasil: Setelah diberikan edukasi kesehatan reproduksi, kedua klien menunjukkan peningkatan pemahaman, sikap, dan keterampilan terkait hipermenorea. Klien I memperoleh nilai pengetahuan 95%, sikap 93%, dan keterampilan 96%. Klien II memperoleh nilai pengetahuan 95%, sikap 96%, dan keterampilan 94%. Kedua klien mampu menjelaskan kembali pengertian, tanda dan gejala, dampak, pencegahan anemia, serta pentingnya mencatat siklus menstruasi dan mencari pertolongan kesehatan bila keluhan berlanjut. Kesimpulan: Edukasi kesehatan reproduksi menggunakan media flip e-book dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan remaja putri dengan defisit pengetahuan tentang hipermenorea.

Article Info:
Received : June 28, 2026
Revised : September 19,2026
Accepted : November 24, 2026

Cendekia Medika: Jurnal STIKes Al-Ma'arif Baturaja
e-ISSN : 2620-5424
p-ISSN : 2503-1392

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode penting dalam perkembangan kesehatan reproduksi perempuan karena terjadi perubahan biologis, hormonal, psikologis, dan sosial yang memengaruhi kesiapan remaja dalam memahami fungsi reproduksinya [1,2]. Salah satu perubahan fisiologis yang dialami remaja putri adalah menstruasi. Menstruasi normal umumnya berlangsung selama 3–7 hari dengan volume darah yang masih berada dalam batas wajar [3,4]. Namun, sebagian remaja mengalami gangguan menstruasi berupa perdarahan yang lebih banyak atau berlangsung lebih lama dari kondisi normal. Hipermenorea, yang dalam literatur klinis kontemporer lebih sering disebut heavy menstrual bleeding,

merupakan perdarahan menstruasi yang berlebihan atau berkepanjangan sehingga mengganggu aktivitas fisik, sosial, emosional, maupun kualitas hidup perempuan. Pada remaja, menstruasi yang berlangsung lebih dari tujuh hari, kebutuhan mengganti pembalut dalam interval yang sangat singkat, atau perdarahan yang menimbulkan anemia merupakan kondisi yang perlu dievaluasi lebih lanjut [5,6].

Hipermenorea pada remaja putri perlu mendapat perhatian karena kondisi ini dapat berdampak pada kesehatan fisik, psikologis, dan aktivitas sehari-hari. Remaja yang mengalami perdarahan menstruasi berlebihan berisiko mengalami anemia, kelelahan, pusing, gangguan konsentrasi, dan penurunan kebugaran tubuh [1,7]. Kondisi tersebut juga dapat mengganggu proses belajar karena remaja dapat mengalami ketidaknyamanan, rasa cemas, malu, serta ketidakhadiran di sekolah selama menstruasi [8,9]. Masalah ini menjadi lebih serius ketika remaja tidak memahami tanda bahaya menstruasi dan menganggap perdarahan berlebihan sebagai kondisi yang biasa. Oleh karena itu, pengetahuan remaja tentang hipermenorea menjadi faktor penting dalam upaya deteksi dini dan pencegahan komplikasi.

Beberapa data menunjukkan bahwa gangguan menstruasi masih menjadi masalah kesehatan reproduksi pada remaja putri. World Health Organization melaporkan bahwa masalah kesehatan reproduksi remaja masih menjadi perhatian global karena dapat memengaruhi kesehatan, perkembangan, dan kualitas hidup remaja [2,10]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia juga menekankan bahwa kesehatan reproduksi remaja perlu diperkuat melalui edukasi, deteksi dini, dan pelayanan kesehatan yang ramah remaja [11]. Di tingkat daerah, laporan kesehatan menunjukkan bahwa gangguan menstruasi masih ditemukan pada remaja putri, termasuk di Provinsi Sumatera Selatan dan Kabupaten Ogan Komering Ulu [12,13].

Laporan Program Kesehatan Remaja di UPTD Puskesmas Tanjung Baru juga menunjukkan adanya remaja putri yang mengalami keluhan haid tidak normal, sehingga diperlukan edukasi kesehatan reproduksi yang lebih terarah di wilayah kerja puskesmas [14].

Permasalahan utama yang sering ditemukan pada remaja putri adalah rendahnya pengetahuan tentang siklus menstruasi normal, tanda perdarahan menstruasi berlebihan, risiko anemia, serta waktu yang tepat untuk mencari pertolongan tenaga kesehatan. Rendahnya literasi kesehatan reproduksi dapat menyebabkan remaja terlambat mengenali masalah dan terlambat mendapatkan penanganan yang sesuai [15,16]. Edukasi kesehatan menjadi salah satu strategi keperawatan yang dapat meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, dan mendorong perilaku kesehatan pada remaja [17]. Media edukasi yang menarik dan mudah dipahami, seperti *flip e-book*, dapat membantu remaja menerima informasi secara lebih praktis, visual, dan sesuai dengan kebutuhan usia mereka. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dan media edukasi digital dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dan kesehatan reproduksi [18,19].

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dan penggunaan media digital dapat meningkatkan pemahaman remaja mengenai menstruasi dan kesehatan reproduksi [18]. Namun, penelitian tersebut umumnya berfokus pada edukasi menstruasi secara umum dan dilakukan pada kelompok remaja. Masih terbatas laporan yang menggambarkan penerapan edukasi kesehatan reproduksi berbasis flip e-book secara individual melalui proses keperawatan pada remaja putri yang mengalami hipermenorea dengan diagnosis keperawatan defisit pengetahuan, khususnya di pelayanan kesehatan primer. Oleh karena itu, studi kasus ini berfokus

pada proses pengkajian, penetapan diagnosis keperawatan, pemberian edukasi menggunakan flip e-book, serta evaluasi pengetahuan, sikap, dan keterampilan pada remaja putri dengan hipermenorea di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Baru.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan deskriptif. Studi kasus ini dilakukan untuk menggambarkan pelaksanaan edukasi kesehatan reproduksi pada remaja putri dengan defisit pengetahuan tentang hipermenorea. Fokus studi kasus meliputi proses pengkajian keperawatan, penetapan diagnosis keperawatan, penyusunan intervensi, implementasi edukasi kesehatan, dan evaluasi hasil edukasi. Diagnosis keperawatan yang digunakan dalam studi kasus ini adalah defisit pengetahuan, sedangkan intervensi utama yang diberikan adalah edukasi kesehatan reproduksi tentang hipermenorea.

Subjek dalam studi kasus ini adalah dua remaja putri yang mengalami hipermenorea di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tanjung Baru. Jumlah dua klien dipilih sesuai karakteristik desain studi kasus deskriptif yang menekankan pengkajian secara mendalam terhadap proses dan respons masing-masing kasus, bukan untuk menghasilkan estimasi populasi. Penggunaan dua kasus juga memungkinkan dilakukan perbandingan respons klien terhadap intervensi keperawatan yang diberikan

Kriteria inklusi meliputi remaja putri yang mengalami hipermenorea, sudah menstruasi, berusia 12–18 tahun, memiliki telepon genggam berbasis Android, dan mampu mengakses media edukasi flip e-book. Media edukasi kesehatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah flip e-book mengenai hipermenorea. Kriteria eksklusi meliputi remaja putri yang mengalami gangguan kejiwaan, tidak bersedia menjadi responden, dan tidak dapat membaca. Penelitian dilaksanakan di wilayah UPTD Puskesmas Tanjung Baru, Kecamatan Baturaja Timur, Kabupaten Ogan Komering Ulu pada tahun 2026. Proses penelitian dilakukan mulai dari penyusunan proposal sampai penyusunan laporan hasil pada bulan Januari sampai Juni 2026 .

Instrumen yang digunakan dalam studi kasus ini meliputi format pengkajian keperawatan yang mengacu pada Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia, lembar kuesioner, lembar ceklis observasi untuk menilai sikap dan keterampilan, serta media edukasi kesehatan berupa flip e-book dan video animasi edukasi. Pengumpulan data diawali dengan identifikasi calon responden melalui pendataan kader posyandu. Calon responden kemudian dilakukan seleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Responden yang memenuhi kriteria diberikan penjelasan mengenai tujuan, prosedur, manfaat, dan hak responden dalam penelitian. Setelah responden menyatakan bersedia, peneliti meminta persetujuan melalui lembar persetujuan menjadi responden.

Pelaksanaan studi kasus dilakukan melalui tahapan proses keperawatan. Tahap pertama adalah pengkajian awal untuk mengidentifikasi kondisi remaja putri, riwayat menstruasi, keluhan hipermenorea, tingkat pengetahuan, sikap, dan keterampilan terkait kesehatan reproduksi. Tahap kedua adalah penetapan masalah keperawatan berupa defisit pengetahuan tentang hipermenorea. Tahap ketiga adalah penyusunan intervensi edukasi kesehatan reproduksi. Tahap keempat adalah implementasi edukasi menggunakan media flip e-book dengan metode ceramah, diskusi, tanya jawab, dan penguatan pemahaman. Edukasi diberikan secara bertahap melalui beberapa kali kunjungan rumah agar responden memiliki waktu untuk memahami materi dan menerapkan anjuran yang diberikan. Implementasi dilakukan melalui kunjungan rumah dengan edukasi menggunakan media flip e-book

dan pelibatan awal untuk membangun hubungan terapeutik dengan klien .

Evaluasi dilakukan setelah pelaksanaan edukasi kesehatan reproduksi. Evaluasi mencakup perubahan pengetahuan, sikap, dan keterampilan remaja putri dalam memahami hipermenorea. Pengetahuan dievaluasi melalui kemampuan responden menjelaskan kembali pengertian, penyebab, tanda dan gejala, dampak, pencegahan, serta penanganan awal hipermenorea. Sikap dievaluasi melalui minat responden dalam menerima informasi, kesadaran terhadap pentingnya kesehatan reproduksi, dan kesiapan untuk melakukan pencegahan. Keterampilan dievaluasi melalui kemampuan responden dalam menerapkan anjuran, seperti mencatat siklus menstruasi, mengenali tanda bahaya, menjaga asupan makanan, dan melakukan pemeriksaan ke fasilitas kesehatan bila keluhan berlanjut.

Data dianalisis secara deskriptif berdasarkan tahapan proses keperawatan. Analisis dilakukan sejak pengumpulan data awal sampai seluruh data terkumpul. Data yang diperoleh dari pengkajian, kuesioner, observasi, implementasi, dan evaluasi disusun dalam bentuk narasi kasus. Penyajian data dilakukan dengan membandingkan perkembangan kasus pertama dan kasus kedua berdasarkan aspek pengetahuan, sikap, dan keterampilan setelah diberikan edukasi kesehatan reproduksi. Hasil analisis kemudian disajikan secara ringkas untuk menunjukkan perubahan kondisi responden sebelum dan sesudah intervensi edukasi .

Prinsip etik dalam studi kasus ini mencakup persetujuan setelah penjelasan, kerahasiaan identitas responden, kesukarelaan mengikuti penelitian, dan hak responden untuk menolak atau menghentikan keterlibatan kapan saja. Identitas responden tidak ditampilkan secara langsung dalam laporan, dan data yang diperoleh hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Persetujuan etik telah didapatkan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Palembang No.Dp.04.03/F.XXXII.10/2171/2026.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil studi kasus menunjukkan bahwa kedua remaja putri mengalami masalah keperawatan utama berupa defisit pengetahuan tentang hipermenorea. Masalah tersebut ditandai dengan kurangnya pemahaman klien mengenai pengertian hipermenorea, penyebab, tanda dan gejala, dampak, serta cara pencegahan perdarahan menstruasi berlebihan. Sebelum diberikan edukasi, kedua klien belum memahami bahwa menstruasi dengan durasi lebih dari tujuh hari atau perdarahan yang sangat banyak dapat menjadi tanda gangguan menstruasi yang perlu diperhatikan. Kedua klien juga belum terbiasa mencatat siklus haid dan belum memahami pentingnya pencegahan anemia selama menstruasi. Kondisi tersebut sesuai dengan konsep defisit pengetahuan dalam standar diagnosis keperawatan, yaitu ketiadaan atau kurangnya informasi kognitif yang berkaitan dengan topik tertentu [20].

Intervensi yang diberikan pada kedua klien berupa edukasi kesehatan reproduksi tentang hipermenorea menggunakan media *flip e-book*. Edukasi diberikan secara bertahap melalui kunjungan rumah dengan materi yang mencakup pengertian hipermenorea, penyebab, tanda dan gejala, dampak, pencegahan anemia, pencatatan siklus haid, serta anjuran pemeriksaan ke fasilitas kesehatan jika keluhan berlanjut. Edukasi kesehatan merupakan salah satu intervensi keperawatan yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, kesiapan, dan kemampuan individu dalam mengambil keputusan kesehatan [21]. Pelaksanaan edukasi ini juga sejalan dengan konsep promosi kesehatan yang menekankan pentingnya proses belajar untuk mengubah pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan seseorang [17]. Selama proses edukasi, kedua

klien tampak kooperatif, menyimak penjelasan, dan mulai berani bertanya tentang kondisi menstruasi yang dialami.

Tabel 1. Hasil Evaluasi Edukasi Kesehatan Reproduksi tentang Hipermenorea

Aspek Evaluasi	Klien I	Klien II
Pengetahuan	95%	95%
Sikap/Afektif	93%	96%
Keterampilan/Psikomotorik	96%	94%
Interpretasi	Baik dan mampu	Baik dan mampu

Berdasarkan Tabel 1, kedua klien menunjukkan hasil evaluasi yang baik setelah diberikan edukasi kesehatan reproduksi. Klien I memperoleh nilai pengetahuan 95%, sikap 93%, dan keterampilan 96%. Klien II memperoleh nilai pengetahuan 95%, sikap 96%, dan keterampilan 94%. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi menggunakan media *flip e-book* dapat meningkatkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik remaja putri tentang hipermenorea. Peningkatan hasil tersebut sesuai dengan standar luaran keperawatan yang menilai keberhasilan intervensi melalui peningkatan pemahaman, perilaku, dan kemampuan klien dalam mengelola masalah kesehatannya [22]. Pada aspek kognitif, klien mampu menjelaskan kembali pengertian, tanda dan gejala, dampak, serta pencegahan hipermenorea. Pada aspek afektif, klien menunjukkan minat belajar dan kesadaran terhadap pentingnya kesehatan reproduksi. Pada aspek psikomotorik, klien mulai menerapkan perilaku sesuai anjuran, seperti mencatat siklus haid, memperhatikan asupan zat besi, dan memahami perlunya pemeriksaan kesehatan bila perdarahan berlebihan terjadi.

Peningkatan pengetahuan pada kedua klien menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berperan penting dalam membantu remaja memahami masalah menstruasi secara lebih tepat. Remaja sering menganggap perdarahan menstruasi berlebihan sebagai hal biasa karena kurangnya informasi dan rasa malu untuk membicarakan kesehatan reproduksi. Pengetahuan yang rendah dapat membuat remaja terlambat mengenali tanda gangguan menstruasi dan terlambat mencari pertolongan kesehatan [15]. Edukasi yang diberikan secara langsung dan menggunakan media yang mudah dipahami dapat membantu remaja mengenali perbedaan antara menstruasi normal dan menstruasi yang memerlukan perhatian medis. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan tentang menstruasi dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri dalam memahami perubahan dan masalah yang terjadi selama menstruasi [24].

Hasil studi kasus ini juga menunjukkan bahwa perubahan sikap terjadi setelah klien memperoleh informasi yang jelas dan sesuai dengan kebutuhan. Sebelum edukasi, klien cenderung malu dan belum terbuka dalam membicarakan masalah menstruasi. Setelah edukasi diberikan, klien lebih kooperatif, menunjukkan minat belajar, dan menyatakan lebih memahami penyebab serta pencegahan hipermenorea. Perubahan sikap ini penting karena penerimaan informasi kesehatan reproduksi pada remaja sangat dipengaruhi oleh rasa percaya, kenyamanan, dan hubungan terapeutik dengan pemberi edukasi. Edukasi yang dilakukan secara bertahap memberi kesempatan kepada klien untuk bertanya, memahami materi, dan menghubungkan informasi dengan pengalaman menstruasi yang dialami. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi dapat

memengaruhi perilaku kebersihan menstruasi dan kesiapan remaja dalam menghadapi masalah menstruasi [18].

Selain meningkatkan pengetahuan dan sikap, edukasi juga mendorong perubahan keterampilan atau perilaku. Kedua klien mulai memahami pentingnya mencatat siklus haid, memperhatikan jumlah perdarahan, mengonsumsi makanan bergizi, dan mengenali tanda bahaya menstruasi. Perilaku mencatat siklus haid menjadi langkah sederhana tetapi penting untuk deteksi dini gangguan menstruasi. Remaja yang memiliki catatan siklus haid dapat lebih mudah mengenali perubahan pola menstruasi dan menyampaikan keluhannya kepada tenaga kesehatan. Anjuran konsumsi makanan sumber zat besi juga penting karena perdarahan menstruasi berlebihan dapat meningkatkan risiko anemia pada remaja putri [25]. Dengan demikian, edukasi kesehatan reproduksi tidak hanya berfungsi sebagai penyampaian informasi, tetapi juga sebagai upaya pencegahan komplikasi hipermenorea.

Penggunaan media *flip e-book* dalam studi kasus ini membantu klien memahami materi edukasi secara lebih mudah. Media digital dapat menyajikan informasi melalui kombinasi teks, gambar, dan tampilan visual yang menarik sehingga lebih sesuai dengan karakteristik remaja. Edukasi berbasis media digital juga memungkinkan klien mempelajari ulang materi secara mandiri setelah sesi edukasi selesai. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa media video atau media edukasi digital efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja [19,23]. Dalam konteks pelayanan puskesmas, media edukasi seperti *flip e-book* dapat digunakan pada kegiatan posyandu remaja, penyuluhan sekolah, maupun konseling kesehatan reproduksi. Strategi ini dapat memperkuat peran perawat sebagai edukator dalam pelayanan kesehatan [26].

Hasil studi kasus ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi berbasis media digital berpotensi menjadi strategi promotif dan preventif dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang hipermenorea. Peningkatan pengetahuan, sikap, dan keterampilan pada kedua klien memperlihatkan bahwa informasi yang diberikan secara terstruktur dapat membantu remaja mengenali masalah menstruasi dan mengambil tindakan yang tepat. Meskipun demikian, studi kasus ini memiliki keterbatasan karena hanya melibatkan dua remaja putri sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan pada populasi remaja yang lebih luas. Evaluasi juga dilakukan dalam waktu terbatas sehingga perubahan perilaku jangka panjang belum dapat diketahui secara pasti. Oleh karena itu, penelitian berikutnya perlu melibatkan jumlah responden yang lebih besar dan menggunakan desain penelitian yang lebih kuat untuk menilai efektivitas edukasi kesehatan reproduksi tentang hipermenorea.

KESIMPULAN

Edukasi kesehatan reproduksi pada remaja putri dengan defisit pengetahuan tentang hipermenorea menunjukkan hasil yang baik dalam meningkatkan pemahaman, sikap, dan keterampilan remaja. Setelah diberikan edukasi menggunakan media *flip e-book*, kedua klien mampu memahami pengertian hipermenorea, penyebab, tanda dan gejala, dampak, pencegahan anemia, serta pentingnya mencatat siklus menstruasi.

Edukasi ini juga membantu remaja lebih sadar untuk mengenali tanda bahaya menstruasi dan mencari pertolongan ke fasilitas kesehatan apabila perdarahan haid berlangsung berlebihan atau lebih dari tujuh hari. Dengan demikian, edukasi kesehatan reproduksi dapat menjadi intervensi keperawatan yang efektif dalam mengatasi defisit pengetahuan tentang hipermenorea pada remaja putri di wilayah kerja puskesmas.

SARAN

Petugas kesehatan, khususnya perawat di puskesmas, diharapkan dapat memberikan edukasi kesehatan reproduksi secara rutin kepada remaja putri, terutama mengenai menstruasi normal, hipermenorea, anemia, dan tanda bahaya yang memerlukan pemeriksaan medis. Puskesmas dapat memanfaatkan media edukasi digital seperti *flip e-book* agar informasi lebih mudah dipahami dan dapat dipelajari kembali oleh remaja secara mandiri. Institusi pendidikan keperawatan juga diharapkan dapat menggunakan hasil studi kasus ini sebagai bahan pembelajaran dalam pengembangan asuhan keperawatan maternitas dan komunitas pada remaja. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah responden yang lebih besar dengan desain *quasi-experimental* atau experimental, menggunakan kelompok pembanding serta instrumen pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang telah tervalidasi. Pengukuran perlu dilakukan sebelum dan sesudah intervensi serta dilengkapi *follow-up* untuk menilai keberlanjutan perubahan. Penelitian berikutnya juga dapat membandingkan edukasi menggunakan *flip e-book* dengan edukasi standar atau media digital lainnya sehingga efektivitas relatif dari masing-masing media dapat dievaluasi secara lebih kuat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada kedua responden yang telah bersedia berpartisipasi dan berperan aktif selama pelaksanaan studi kasus ini.

SUMBER PENDANAAN

Tidak ada.

PERNYATAAN MENGENAI KONFLIK KEPENTINGAN

Para penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan.

PERNYATAAN MENGENAI PENGGUNAAN AI:

Tidak ada alat AI yang digunakan dalam penyusunan naskah ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Hockenberry MJ, Wilson D. Wong's Essentials of Pediatric Nursing. 11th ed. St. Louis: Elsevier; 2022.
2. World Health Organization. Adolescent and Young Adult Health. Geneva: World Health Organization; 2023.
3. Manuaba IBG, Manuaba IAC, Manuaba IBGF. Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB untuk Pendidikan Bidan. 3rd ed. Jakarta: EGC; 2022.
4. Sari IP, et al. Buku Ajar Keperawatan Maternitas: Konsep dan Aplikasi. Padang: PT Global Eksekutif Teknologi; 2023.
5. Kementerian Kesehatan RI. Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran: Tata Laksana Perdarahan Uterus Abnormal. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2022.
6. Davis E, Sparzak PB. Abnormal Uterine Bleeding. Treasure Island: StatPearls Publishing; 2023.
7. Setyawati VAV. Buku Ajar Gizi dan Kesehatan Reproduksi Remaja. Yogyakarta: Deepublish; 2023.
8. Masood R, et al. Clinical impacts of heavy menstrual bleeding on adolescent health: a systematic review. Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology. 2025.
9. Myrin-Westesson L, et al. The burden of heavy menstrual bleeding: quality of life and social impact among adolescents. International Journal of Women's Health. 2025.
10. World Health Organization. Adolescent Sexual and Reproductive Health. Geneva: World Health Organization; 2023.

11. Kementerian Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2024.
12. Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan. Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan Tahun 2022. Palembang: Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan; 2023.
13. Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Komering Ulu. Laporan Tahunan Kesehatan Keluarga. Baturaja: Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Komering Ulu; 2023.
14. UPTD Puskesmas Tanjung Baru. Laporan Program Kesehatan Remaja (PKPR) Tahun 2024. Baturaja: UPTD Puskesmas Tanjung Baru; 2024.
15. Siddique A, et al. Knowledge and awareness of menstrual disorders among adolescent girls. Journal of Public Health Research. 2023.
16. World Health Organization. Health Literacy: Development of Health Literacy Tools. Geneva: World Health Organization; 2022.
17. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2022.
18. Astuti Y, Pertiwi D. Pengaruh pendidikan kesehatan teman sebaya terhadap perilaku kebersihan menstruasi pada remaja putri. Jurnal Keperawatan dan Kebidanan Aisyiyah. 2023;19(1):45-52.
19. Sari DP, Widyawati. Efektivitas media video animasi terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang gangguan menstruasi hipermenorea. Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Bandung. 2024;16(1):55-63.
20. Tim Pokja SDKI DPP PPNI. Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia; 2017.
21. Tim Pokja SIKI DPP PPNI. Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. 1st ed. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia; 2018.
22. Tim Pokja SLKI DPP PPNI. Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia; 2022.
23. Nurkalizah S, et al. Efektivitas media video terhadap pengetahuan kesehatan reproduksi. Jurnal Ilmiah Keperawatan. 2024.
24. Lubis HZ, Nasution SL, Harahap NA. Pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap pengetahuan remaja putri dalam menghadapi menarche. Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda. 2024;10(1):22-29.
25. Wulandari S, Hidayat A. Deteksi dini anemia defisiensi besi pada remaja putri dengan riwayat menstruasi memanjang hipermenorea di wilayah kerja Puskesmas. Jurnal Vokasi Keperawatan. 2022;5(1):30-38.
26. Akbar MA, Sahar J, Rustina Y, Rekawati E, Sartika RAD. Interprofessional collaboration in primary care: Concept analysis. J Caring Sci. 2025;14(4):267-277. doi:10.34172/jcs.025.33428.