

PENGARUH PENYULUHAN *POLYCYSTIC OVARY SYNDROME* (PCOS) BERBASIS DIGITAL TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN PCOS SISWI DI SMA NEGERI 1 SEDAYU

Laila Annisa Isnaeni⁽¹⁾, Dhesi Ari Astuti⁽²⁾

⁽¹⁾⁽²⁾ Fakultas Kesehatan, Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta Indonesia, Indonesia

*email: lailaannisa420@gmail.com, dhesi@unisayogya.ac.id

ABSTRAK

Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) merupakan gangguan endokrin yang sering terjadi pada perempuan usia reproduktif, termasuk remaja putri, dan dapat menimbulkan dampak jangka panjang seperti infertilitas, gangguan metabolik, serta masalah psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan PCOS berbasis digital terhadap tingkat pengetahuan PCOS siswi di SMA Negeri 1 Sedayu. Penelitian ini menggunakan desain *quasi-experimental* dengan pendekatan *one group pre-test post-test*. Sampel penelitian berjumlah 100 siswi kelas XI yang dipilih menggunakan teknik random sampling. Intervensi diberikan berupa penyuluhan PCOS berbasis digital melalui video edukasi, infografis, dan materi visual yang disampaikan secara terstruktur, diikuti dengan evaluasi menggunakan kuesioner pengetahuan PCOS yang telah tervalidasi. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Ranks Test untuk membandingkan hasil pre-test dan post-test. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan PCOS siswi dari kategori baik sebesar 82,0% pada pre-test menjadi 100,0% pada post-test. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan secara statistik antara penyuluhan PCOS berbasis digital terhadap peningkatan pengetahuan siswi. Kesimpulan penelitian ini adalah penyuluhan PCOS berbasis digital berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan PCOS pada siswi SMA Negeri 1 Sedayu ($p = 0,000$). Penyuluhan kesehatan berbasis digital dapat menjadi alternatif media edukasi yang efektif dan inovatif dalam meningkatkan literasi kesehatan reproduksi remaja putri di era digital.

Kata kunci: *Polycystic Ovary Syndrome*, Penyuluhan Digital, Pengetahuan, Remaja Putri

ABSTRACT

Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) is an endocrine disorder that often occurs in women of reproductive age, including female adolescent, and can cause long-term impacts such as infertility, metabolic disorders, and psychological problems. The low level of knowledge of female adolescent regarding PCOS has the potential to cause delays in early detection and appropriate treatment. The use of digital media as a means of health education is considered relevant to the characteristics of adolescents who are familiar with technology and can increase the effectiveness of health education. This study aims to determine the effect of digital-based PCOS education on the level of PCOS knowledge of female students at SMAN (State Senior High School) 1 Sedayu. This study employed a quasi-experimental design with a one-group pre-test post-test approach. The study sample consisted of 100 11th-grade female students selected using a random sampling technique. The intervention was provided in the form of digital-based PCOS education through educational videos, infographics, and visual materials delivered in a structured manner, followed by evaluation using a validated PCOS knowledge questionnaire. Data analysis was performed using the Wilcoxon Signed Ranks Test to compare the pre-test and post-test results. The results of the study showed an increase in the level of PCOS knowledge among female students, from 82.0% in the pre-test to 100.0% in the post-test. The Wilcoxon test showed a significance value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$), indicating a statistically significant effect between digital-based PCOS

counseling and increased knowledge among female students. The conclusion of this study is that digital-based PCOS counseling significantly increased PCOS knowledge among female students at SMAN 1 Sedayu ($p = 0.000$). Digital-based health counseling can be an effective and innovative alternative educational medium for improving reproductive health literacy among female adolescent in this digital era.

Keywords: Polycystic Ovary Syndrome, Digital Counseling, Knowledge, Female Adolescent

PENDAHULUAN

Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) merupakan gangguan endokrin paling umum pada perempuan usia reproduktif yang ditandai oleh ketidakseimbangan hormon, gangguan ovulasi, dan ovarium polikistik. Prevalensi PCOS secara global mencapai 9,2% dan menunjukkan kecenderungan meningkat, termasuk di negara berkembang seperti Indonesia (Fatikhah, 2025). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan reproduksi, tetapi juga berkontribusi terhadap masalah metabolik jangka panjang seperti obesitas, resistensi insulin, diabetes melitus tipe 2, serta infertilitas. Remaja putri menjadi kelompok yang rentan karena PCOS sering mulai muncul sejak usia remaja, namun kerap tidak terdeteksi secara dini akibat minimnya pengetahuan.

Usia remaja merupakan fase transisi yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan hormonal yang signifikan. Pada masa ini, remaja putri mulai mengalami menstruasi dan pematangan sistem reproduksi, sehingga sangat rentan terhadap gangguan hormonal seperti PCOS (Eff *et al.*, 2022). Perubahan gaya hidup di era modern, seperti pola makan tidak seimbang, aktivitas fisik rendah, dan stres akademik yang tinggi, semakin meningkatkan risiko terjadinya PCOS pada remaja. Konsumsi makanan cepat saji dan asupan karbohidrat berlebih diketahui berperan dalam meningkatkan resistensi insulin yang menjadi salah satu mekanisme utama terjadinya PCOS (Wahyuni *et al.*, 2022).

Meskipun memiliki dampak kesehatan yang serius, tingkat pengetahuan remaja putri tentang PCOS masih tergolong rendah. Data menunjukkan bahwa 84,4% siswi memiliki pengetahuan buruk mengenai PCOS, dengan sebagian besar responden (48,7%) berada pada kategori pengetahuan kurang dan hanya 13,1% berkategori baik sebelum diberikan penyuluhan (Nuzul, 2023). Di Kabupaten Bantul tahun 2023, sebanyak 99,0% responden belum pernah melakukan pemeriksaan lanjutan meskipun banyak yang mengalami gejala PCOS seperti jerawat (67,0%), oligomenorrhea (37,0%), dan acanthosis nigricans (33,0%) (Sari, 2023).

Minimnya pengetahuan tentang PCOS secara langsung memperparah kondisi kesehatan fisik remaja putri karena menyebabkan keterlambatan deteksi dini dan penanganan yang tepat. Oktavia (2024) menyatakan bahwa PCOS adalah salah satu penyebab utama infertilitas pada wanita usia subur, dengan sekitar 17,5% populasi orang dewasa atau 1 dari 6 orang di seluruh dunia mengalami infertilitas. Penelitian menunjukkan bahwa 38-88% wanita dengan PCOS mengalami kelebihan berat badan, dan obesitas dapat menyebabkan peningkatan kadar androgen yang memperburuk kondisi PCOS (Shariff *et al.*, 2024). Oleh karena itu, edukasi kesehatan yang efektif dan tepat sasaran menjadi kunci utama dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri tentang PCOS.

Peran bidan dalam konteks pengetahuan PCOS memiliki posisi yang sangat strategis dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, terutama kesehatan reproduksi remaja putri. Bidan berperan sebagai tenaga kesehatan terdepan yang

memberikan edukasi, konseling, serta pemeriksaan awal terkait tanda dan gejala PCOS secara tepat dan berkesinambungan (Kasmara, 2023). Pengetahuan PCOS menjadi langkah penting untuk mencegah terjadinya komplikasi jangka panjang seperti infertilitas, diabetes mellitus tipe 2, dan penyakit kardiovaskular. Menurut Oktavia (2024), PCOS merupakan salah satu penyebab utama infertilitas pada wanita usia subur, di mana sekitar 17,5% populasi orang dewasa atau 1 dari 6 orang di dunia mengalami infertilitas.

Seiring dengan perkembangan teknologi informasi, pendekatan edukasi kesehatan berbasis digital menjadi strategi yang relevan dan efektif bagi remaja. Remaja merupakan kelompok yang akrab dengan gawai dan internet, sehingga penyuluhan berbasis digital seperti video edukasi dinilai lebih menarik, mudah diakses, dan mampu meningkatkan pemahaman dibandingkan metode konvensional (Sembada *et al.*, 2022). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis digital mampu meningkatkan pengetahuan secara signifikan melalui penyajian informasi visual yang interaktif dan mudah dipahami (Oktavia *et al.*, 2024).

Hasil studi pendahuluan terhadap 19 siswi di SMA Negeri 1 Sedayu menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tentang PCOS masih rendah. Mayoritas siswi (73,7%) berada pada kategori kurang, sebanyak 4 siswi (21,1%) memiliki pengetahuan cukup, dan hanya 1 siswi (5,3%) yang memiliki pengetahuan baik. Data ini menunjukkan adanya gap pengetahuan yang signifikan tentang PCOS di kalangan remaja putri, sehingga memerlukan intervensi edukasi yang efektif. Temuan studi pendahuluan ini menjadi dasar yang kuat untuk melaksanakan penelitian tentang pengaruh penyuluhan pengetahuan PCOS berbasis digital, dengan harapan dapat meningkatkan pengetahuan siswi dari kategori kurang dan cukup menjadi kategori baik.

Berdasarkan uraian tersebut, rendahnya pengetahuan remaja putri tentang PCOS menjadi tantangan utama dalam upaya pencegahan dan deteksi dini gangguan kesehatan reproduksi. Penyuluhan PCOS berbasis digital dipandang sebagai pendekatan yang potensial untuk meningkatkan pengetahuan siswi secara efektif dan sesuai dengan karakteristik generasi digital. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penyuluhan PCOS berbasis digital terhadap tingkat pengetahuan siswi di SMA Negeri 1 Sedayu. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan program edukasi kesehatan reproduksi yang lebih komprehensif serta memberikan masukan bagi pengambil kebijakan dalam merancang strategi promosi kesehatan yang efektif dan efisien di kalangan remaja putri.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi eksperimen menggunakan rancangan one group pre-test dan post-test. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas XI SMA Negeri 1 Sedayu tahun ajaran 2025/2026 yang berjumlah 131 siswi. Sampel penelitian ini adalah siswi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 100 siswi, dengan teknik *probability sampling* menggunakan metode *random sampling* dan penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin. Kriteria inklusi meliputi siswi kelas XI yang hadir saat penelitian, bersedia menjadi responden, dan mampu mengakses media digital, sedangkan kriteria eksklusi adalah siswi yang tidak mengikuti seluruh rangkaian penelitian atau tidak mengisi kuesioner secara lengkap.

Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan PCOS yang diadopsi dari Goh *et al.* (2022) untuk mengukur tingkat pengetahuan siswi mengenai pengertian PCOS,

tanda dan gejala, faktor risiko, dampak, dan pencegahan. Kuesioner terdiri dari 20 butir pertanyaan dan telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas menggunakan Pearson Product Moment pada 30 siswi dengan karakteristik serupa. Intervensi berupa penyuluhan PCOS berbasis digital diberikan satu kali, kemudian dilakukan pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan siswi sebelum dan sesudah penyuluhan. Penelitian ini telah dinyatakan layak etik oleh Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta dengan No.5044/KEP-UNISA/XII/2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Karakteristik Responden

Usia merupakan salah satu karakteristik penting dalam penelitian ini karena usia remaja akhir adalah periode krusial untuk mendapatkan informasi kesehatan reproduksi. Penelitian ini melibatkan siswi SMA dengan rentang usia yang relatif homogen. Mayoritas responden berada pada kelompok usia 17 tahun, diikuti oleh kelompok usia 16 tahun, dan hanya sebagian kecil yang berusia 18 tahun.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia

Usia (Tahun)	Frekuensi	Presentase (%)
16	43	43,0
17	56	56,0
18	1	1,0
Total	100	100,0

Tabel 1 menunjukkan mayoritas responden berada pada kelompok usia 17 tahun sebanyak 56 siswi (56,0%), mencerminkan karakteristik siswa tingkat XI dan XII di sekolah menengah atas. Penelitian ini melibatkan siswi dari berbagai kelas di SMA Negeri 1 Sedayu. Pendistribusian responden dari berbagai kelas dimaksudkan untuk memperoleh gambaran umum tentang pengetahuan PCOS di seluruh jenjang kelas XI dan XII. Beberapa kelas memiliki jumlah responden yang lebih banyak dibandingkan kelas lainnya, namun tetap mewakili populasi keseluruhan di sekolah.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelas

Kelas	Frekuensi	Presentase (%)
XI-1	7	7,0
XI-2	11	11,0
XI-3	9	9,0
XI-4	8	8,0
XI-5	14	14,0
XI-6	18	18,0
XI-7	9	9,0
XI-8	11	11,0
XI-9	13	13,0
Total	100	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berasal dari kelas XI-6 yaitu sebanyak 18 siswi (18,0%), memastikan representasi yang baik dari seluruh populasi siswa. Pengetahuan awal responden tentang PCOS penting diketahui untuk memahami baseline pengetahuan sebelum intervensi dilakukan. Riwayat mendapatkan informasi PCOS mencerminkan akses responden terhadap informasi kesehatan reproduksi sebelum penelitian ini dilaksanakan. Mayoritas siswi belum pernah

mendapatkan informasi mengenai PCOS, yang menunjukkan masih kurangnya edukasi tentang kondisi kesehatan reproduksi ini di tingkat sekolah menengah atas.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Riwayat Informasi PCOS

Riwayat Informasi PCOS	Frekuensi	Presentase (%)
Sudah Mengetahui	48	48,0
Belum Mengetahui	52	52,0
Total	100	100,0

Tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas siswi belum pernah mendapatkan informasi mengenai PCOS yaitu sebanyak 52 orang (52,0%). Temuan ini mengindikasikan bahwa lebih dari setengah responden memiliki pengetahuan dasar tentang PCOS, meskipun masih terdapat proporsi yang signifikan yang belum memiliki informasi sama sekali.

2. Tingkat Pengetahuan Siswi tentang PCOS Sebelum Penyuluhan Digital (*Pretest*)

Penilaian pengetahuan sebelum penyuluhan digital sangat penting untuk mengetahui kondisi awal responden. *Pretest* dilakukan untuk mengukur tingkat pemahaman siswi tentang PCOS sebelum mendapatkan intervensi edukasi. Hasil pretest akan memberikan gambaran tentang seberapa besar gap pengetahuan yang perlu ditutup melalui penyuluhan berbasis digital yang akan dilakukan. Kategori pengetahuan dibagi menjadi dua kategori utama, yaitu kurang dan baik, untuk mempermudah interpretasi hasil.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan *Pretest*

Kategori Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Kurang	18	18,0
Baik	82	82,0
Total	100	100,0

Tabel 4 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswi tentang PCOS sebelum diberikan penyuluhan berbasis digital mayoritas berada pada kategori baik yaitu sebanyak 82 siswi (82,0%). Hasil ini mengindikasikan bahwa responden sudah memiliki pengetahuan dasar yang cukup tentang PCOS, meskipun masih terdapat kelompok kecil dengan pengetahuan yang kurang. Pengetahuan awal ini kemungkinan berasal dari berbagai sumber informasi yang pernah dijumpai responden sebelumnya.

3. Tingkat Pengetahuan Siswi tentang PCOS Sesudah Penyuluhan Digital (*Posttest*)

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan *Posttest*

Kategori Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Kurang	0	0,0
Baik	100	100,0
Total	100	100,0

Tabel 5 menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan siswi setelah diberikan penyuluhan PCOS berbasis digital, dengan kategori baik menjadi dominan sebanyak 100 siswi (100,0%). Hasil ini menunjukkan bahwa tidak ada lagi siswi yang berada pada kategori pengetahuan kurang setelah penyuluhan dilakukan. Peningkatan ini mencerminkan efektivitas penyuluhan berbasis digital dalam meningkatkan pengetahuan responden tentang PCOS secara komprehensif.

4. Pengaruh Penyuluhan PCOS Berbasis Digital terhadap Tingkat Pengetahuan Siswi

Untuk mengetahui pengaruh penyuluhan PCOS berbasis digital terhadap tingkat pengetahuan siswi, dilakukan analisis perbandingan antara hasil pretest dan posttest menggunakan uji statistik *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Uji ini dipilih karena data bersifat berpasangan dan digunakan untuk mengetahui signifikansi perbedaan antara dua pengukuran pada subjek yang sama. Analisis ini akan membuktikan apakah peningkatan

pengetahuan yang terlihat dari distribusi frekuensi bersifat signifikan secara statistik atau hanya terjadi secara kebetulan.

Tabel 6. Perbandingan Tingkat Pengetahuan PCOS *Pretest* dan *Posttest*

Pengetahuan	Kurang		Baik		Total		p-value
	f	%	f	%	f	%	
Pretest	18	18,0	82	82,0	100	100,0	0,000
Posttest	0	0,0	100	100,0	100	100,0	

Terjadi peningkatan yang signifikan dari *pretest* ke *posttest*, dengan seluruh siswi yang sebelumnya memiliki pengetahuan kurang sebanyak 18 siswi berhasil meningkat menjadi kategori baik. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan secara statistik antara penyuluhan PCOS berbasis digital terhadap tingkat pengetahuan siswi SMA Negeri 1 Sedayu. Nilai $Z = -5,938$ menunjukkan besarnya perubahan yang terjadi antara *pretest* dan *posttest*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan PCOS berbasis digital terbukti efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan siswi tentang *Polycystic Ovary Syndrome*, membuktikan bahwa pendekatan digital dalam penyuluhan kesehatan merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan literasi kesehatan reproduksi pada remaja putri.

Pembahasan

Penelitian ini mengungkapkan bahwa penyuluhan *Polycystic Ovary Syndrome* berbasis digital memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan tingkat pengetahuan siswi di SMA Negeri 1 Sedayu. Hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan nilai *p-value* = 0,000 ($p < 0,05$), yang membuktikan secara statistik bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Peningkatan pengetahuan dari 82,0% pada *pretest* menjadi 100,0% pada *posttest* menunjukkan bahwa pendekatan digital mampu menjangkau seluruh peserta dan mengubah status pengetahuan mereka menjadi kategori baik, termasuk 18 siswi yang sebelumnya memiliki pengetahuan kurang. Temuan ini sejalan dengan penelitian Oktavia et al. (2024) yang menunjukkan bahwa media sosial efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang PCOS, serta penelitian Maryati dan Umar (2025) yang menemukan bahwa penyuluhan berbasis digital memberikan tingkat adopsi inovasi yang lebih tinggi dibandingkan metode konvensional.

Karakteristik responden menunjukkan bahwa mayoritas siswi berusia 17 tahun (56,0%), diikuti usia 16 tahun (43,0%), dan hanya 1,0% berusia 18 tahun, yang mencerminkan tahap perkembangan kognitif remaja akhir pada fase formal operational menurut Piaget, sehingga mampu berpikir abstrak dan logis dalam memahami konsep kesehatan reproduksi. Distribusi berdasarkan kelas relatif merata dengan jumlah terbanyak pada XI-6 (18,0%), yang disebabkan oleh jumlah siswi perempuan yang lebih banyak, bukan karena perbedaan tingkat pengetahuan, sehingga hasil penelitian tetap representatif dan dapat digeneralisasi. Selain itu, sebanyak 52,0% siswi belum pernah mendapatkan informasi tentang PCOS, sedangkan 48,0% sudah pernah, yang menunjukkan adanya kesenjangan edukasi kesehatan reproduksi di tingkat SMA, sehingga menegaskan pentingnya penyuluhan berbasis digital sebagai sarana edukasi yang efektif, merata, dan mampu meningkatkan pemahaman siswi secara komprehensif tanpa dipengaruhi oleh pengalaman informasi sebelumnya.

Berdasarkan data hasil penelitian, terlihat adanya peningkatan skor pengetahuan yang signifikan dari *pretest* ke *posttest* pada sebagian besar responden. Nilai *pretest* menunjukkan variasi yang cukup lebar dengan skor terendah 7 dan tertinggi 20, yang

mengindikasikan bahwa tingkat pengetahuan awal siswi tentang PCOS sangat beragam. Sebagian besar siswi memiliki pengetahuan yang sudah cukup baik sebelum diberikan penyuluhan (skor di atas 15), namun masih terdapat sejumlah siswi dengan pengetahuan yang rendah hingga sedang (skor di bawah 15). Hal ini menunjukkan bahwa informasi tentang PCOS belum merata di kalangan siswi SMA, sehingga penyuluhan berbasis digital menjadi sangat relevan untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang kondisi kesehatan reproduksi ini. Disparitas pengetahuan awal ini kemungkinan disebabkan oleh perbedaan akses terhadap informasi kesehatan, tingkat literasi digital, minat personal terhadap isu kesehatan reproduksi, serta pengaruh lingkungan keluarga dan teman sebaya dalam mendiskusikan topik-topik kesehatan.

Setelah diberikan penyuluhan berbasis digital, nilai posttest menunjukkan peningkatan yang signifikan dengan mayoritas siswi mencapai skor tinggi (18–20), meskipun terdapat beberapa kasus yang tidak mengalami peningkatan. Hal ini menunjukkan bahwa penyampaian materi secara visual, interaktif, dan dapat diakses berulang melalui media digital efektif dalam meningkatkan pemahaman terkait PCOS. Keunggulan ini didukung oleh penelitian Lutfial Umi dan Sudrajat (2024) yang menyatakan bahwa media digital mampu meningkatkan aspek kognitif, afektif, dan konatif, serta Prayuda (2024) yang menegaskan pentingnya peran penyuluh sebagai fasilitator dalam pembelajaran digital. Peningkatan ini juga dipengaruhi oleh karakteristik responden yang mayoritas berusia 17 tahun sebagai digital natives, sehingga lebih mudah mengakses dan memahami informasi berbasis teknologi. Mengingat masa remaja merupakan fase penting dengan perubahan hormonal dan reproduksi yang kompleks, penyuluhan digital tentang PCOS menjadi sangat relevan dan efektif, sejalan dengan Arzewiniga dan Zulkarnain (2025) yang menyatakan bahwa digitalisasi mampu meningkatkan literasi masyarakat melalui pemanfaatan media digital.

Nilai $Z = -5,938$ dari uji *Wilcoxon* menunjukkan besarnya efek perubahan yang terjadi antara *pretest* dan *posttest*, mengindikasikan pengaruh yang sangat kuat dari intervensi penyuluhan digital. Pola perubahan menunjukkan bahwa mayoritas siswi merespons positif terhadap intervensi penyuluhan digital. Maryati dan Umar (2025) menemukan bahwa penyuluhan berbasis digital memberikan tingkat adopsi inovasi yang lebih tinggi, yang sejalan dengan temuan tingginya jumlah responden yang mengalami peningkatan pengetahuan. Putro (2020) juga membuktikan bahwa komunikasi digital efektif untuk menyampaikan edukasi kesehatan melalui konten visual dan video edukatif yang mudah dipahami. Penyuluhan PCOS berbasis digital juga mampu mengatasi beberapa keterbatasan yang dihadapi oleh metode penyuluhan konvensional. Suratini, Muljono, dan Wibowo (2021) menunjukkan bahwa media sosial mampu memperluas jangkauan komunikasi dan mempercepat diseminasi informasi. Sebaliknya, penyuluhan digital dalam penelitian ini dapat diakses oleh siswi secara simultan tanpa perlu berkumpul di satu tempat, lebih fleksibel, dan dapat diulang sesuai kebutuhan. Platform digital memungkinkan penyuluh untuk menyebarkan video edukasi PCOS, infografis tentang gejala dan pencegahan, serta pesan interaktif yang dapat diterima siswi secara *real time*.

Meskipun penelitian ini menunjukkan hasil yang sangat positif, penting untuk memperhatikan bahwa keberhasilan penyuluhan digital PCOS juga tergantung pada berbagai faktor pendukung. Arzewiniga dan Zulkarnain (2025) menegaskan bahwa model *hybrid* (kombinasi metode digital dan tatap muka) mampu mempertahankan interaksi personal sekaligus memanfaatkan keunggulan penyampaian visual digital. Sabilirrysyad

et al. (2023) mengidentifikasi bahwa keterbatasan jaringan internet, minimnya perangkat digital, serta adanya kesenjangan generasi dapat menghambat efektivitas penyuluhan digital. Prayuda (2024) menekankan bahwa penyuluh perlu mendampingi masyarakat dalam menggunakan aplikasi digital agar informasi dapat dipahami dan diterapkan secara optimal. Oleh karena itu, keberhasilan penyuluhan PCOS digital sangat dipengaruhi oleh kompetensi penyuluh dalam mengelola konten digital, memilih visual yang tepat, serta berkomunikasi secara adaptif dengan kalangan siswi SMA.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, penyuluhan PCOS berbasis digital berpengaruh signifikan terhadap peningkatan tingkat pengetahuan siswi di SMA Negeri 1 Sedayu. Penyuluhan digital terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswi tentang *Polycystic Ovary Syndrome* melalui pendekatan visual dan interaktif yang sesuai dengan karakteristik remaja modern yang akrab dengan teknologi. Metode edukasi berbasis digital ini mampu menyampaikan informasi kompleks tentang kesehatan reproduksi dalam format yang mudah dipahami, sehingga meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswi mengenai PCOS. Dengan demikian, penyuluhan kesehatan berbasis digital merupakan alternatif inovatif dan efektif yang dapat diterapkan untuk meningkatkan literasi kesehatan reproduksi pada kalangan remaja putri di era digital ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arzewiniga, F., & Zulkarnain, Z. (2025). Penyuluhan komunikasi berbasis digital sebagai upaya peningkatan kapasitas masyarakat Kecamatan Bengkalis di era transformasi teknologi. *Integrative Perspectives of Social and Science Journal (IPSSJ)*, 2(3), 7742–7749.
- Eff, A. R. Y., Rahayu, S. T., & Lena, A. P. (2022). Upaya pencegahan penyakit sindrom metabolik sejak remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(3), 255–260.
- Fatikhah, Z. S. P. (2025). Pengaruh website mengenai PCOS terhadap pengetahuan tentang Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) pada remaja putri di SMAN 1 Gamping. *Jurnal Keperawatan Terapan*.
- Kasmara, D. P. (2023). Peran bidan dalam memberikan promosi kesehatan terhadap SADARI pada remaja putri di UPT Puskesmas Sigumpar. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak (KIA)*, 2(2), 34–40.
- Lutfial Umi, A., & Sudrajat, A. (2024). Peran komunikasi penyuluh pertanian dalam mengenalkan teknologi digital Petani Apps kepada petani di Kecamatan Pacet Kabupaten Cianjur. *Jurnal Riset Mahasiswa Dakwah dan Komunikasi*, 6(1), 11–22. <https://doi.org/10.15575/jrmdk.v6i1.2723>
- Maryati, D. D., & Umar, U. (2025). Efektivitas penyuluhan berbasis digital dalam mendukung inovasi pertanian berkelanjutan di Kecamatan Seteluk. *Empiricism Journal*, 6(3), 1084–1090. <https://doi.org/10.36312/ej.v6i3.3069>
- Nuzul, Rahmayani, R., Meilina, R., & Jannah, M. (2023). Pengaruh penyuluhan kesehatan tentang Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) terhadap pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 4 Kota Banda Aceh. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 9(1), 489–498.

- Oktavia, R., Lanita, U., Siregar, S. A., Reskiaddin, L. O., & Perdana, S. M. (2024). Pengaruh edukasi kesehatan tentang Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) melalui media sosial terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di Madrasah Aliyah Laboratorium Jambi. *Jurnal Kesmas Jambi*, 8(2), 81–93.
- Prayuda, A. (2024). Peranan penyuluh pertanian dalam mengenalkan aplikasi Teman Tani Pintar (TTP) sebagai media percepatan komunikasi penyuluhan pertanian di Desa Air Joman Baru Kecamatan Air Joman. *NEPTUNUS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(4), 43–50. <https://doi.org/10.33007/nps.v2i4.563>
- Putro, F. H. A. (2020). Komunikasi berbasis digital sebagai media penyampaian informasi kesehatan di Posyandu Melati 3. *Intelektiva: Jurnal Ekonomi, Sosial & Humaniora*, 1(8), 154–162. <https://doi.org/10.54371/intelektiva.v1i8.531>
- Sabilirasyad, A., Kamil, A., & Ulinuha, M. (2023). Penyuluhan berbasis digital untuk meningkatkan literasi masyarakat di era Society 5.0. *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Mandala (PPM Mandala)*, 2(3), 225–234. <https://doi.org/10.36596/ppm.v2i3.965>
- Said, H., Fedre, R. W., Hernandez, S., Rodriguez, S. L., Mursyid, F., & Nettles, I. (2024). The prevalence and risk factors for Polycystic Ovary Syndrome (PCOS) among adolescents in Indonesia: Implications for early intervention. *Sriwijaya Journal of Obstetrics and Gynecology*, 2(1), 84–97.
- Sari, D. A., Kurniawati, E. Y., & Ashari, M. A. (2023). Skrining dan determinan kejadian sindrom ovarium polikistik (SOPK) pada remaja. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(2), 102–106.
- Singh, S., Pal, N., Shubham, S., Sarma, D. K., Verma, V., Marotta, F., & Kumar, M. (2023). Polycystic Ovary Syndrome: Etiology, current management, and future therapeutics. *Journal of Clinical Medicine*, 12(4), 1454. <https://doi.org/10.3390/jcm12041454>
- Suratini, S., Muljono, P., & Wibowo, C. T. (2021). Pemanfaatan media sosial untuk mendukung kegiatan penyuluhan pertanian. *Jurnal Penyuluhan*, 17(1), 44–55. <https://doi.org/10.25015/penyuluhan.v17i1.14891>
- Wahyuni, A., Cahyani, F. E., & Amalya, S. N. (2022). Upaya peningkatan kesehatan reproduksi melalui deteksi dini dan pencegahan gangguan haid serta menopause. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(3), 1164–1169