

PENERAPAN PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG *MENARCHE* DENGAN METODE AUDIOVISUAL TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA

**Desy Widyastutik¹⁾, Erlyn Hapsari²⁾, Megayana Yessy M³⁾, Dheny Rohmatika⁴⁾,
Yessy Hapsari⁵⁾**

^{1,2,3,4} Universitas Kusuma Husada Surakarta

⁵ Mahasiswa Universitas Kusuma Husada Surakarta

e-mail desywidyastutik@ukh.ac.id

ABSTRAK

Menarche/Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Pengetahuan tentang menstruasi sangat dibutuhkan oleh remaja putri. Pendidikan kesehatan bisa efektif apabila didukung dengan media yang mempermudah untuk memahami materi yang disampaikan. Salah satu media pendidikan kesehatan adalah dengan metode audiovisual. Tujuan penelitian ini adalah Menganalisis pengaruh penerapan pendidikan kesehatan tentang menarche dengan metode audiovisual terhadap tingkat pengetahuan dan sikap remaja. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Metode penelitian ini merupakan penelitian *Quasi Eksperimen* dengan rancangan penelitian *Pretest Posttest control group design*. Populasi pada penelitian ini adalah remaja berusia 10 – 14 tahun sebanyak 31 responden. Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari analisa univariat dan bivariat. Hasil adalah berdasarkan hasil analisis menggunakan *uji wilcoxon* dan disimpulkan terdapat pengaruh tingkat pengetahuan kelompok eksperimen sebelum dan setelah perlakuan (*p-Value 0,003*). Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang menarche dengan metode audiovisual terhadap tingkat pengetahuan remaja.

Kata Kunci: audiovisual; menarche; pendidikan kesehatan

ABSTRACT

*Menarche / Menstruation is regular bleeding from the uterus as a sign that the uterine organs are fully functional. Knowledge about menstruation is needed by young women. Health education can be effective if it is supported by media that make it easier to understand the material presented. One of the health education media is the audiovisual method. The purpose of this study was to analyze the effect of the implementation of health education on menarche with audiovisual methods on the level of knowledge and attitudes of adolescents. This research is a quantitative research. This research method is a Quasi Experiment research with pretest posttest research design control group design. The population in this study were 31 respondents aged 10-14 years at. The data analysis techniques used in this study consisted of univariate and bivariate analysis. The results of the study were based on the results of the analysis using the Wilcoxon test, and conclude there was an influence on the level of knowledge of the experimental group before and after treatment (*p-value 0.003*), based on the results of the study it is concluded that there is an effect of health education on menarche with audiovisual methods on adolescent levels.*

Keywords: audiovisual; health education; menarche

1. PENDAHULUAN

Berbagai perubahan yang terjadi

selama masa pubertas berlangsung, antara lain pertumbuhan badan yang

cepat, munculnya ciri-ciri seks sekunder, perubahan emosi, dan menarche. Pria mengalami masa pubertas sekitar usia 13-16 tahun, dan wanita mengalaminya pada usia 10-15 tahun. Selanjutnya masa ini akan berakhir pada saat tercapainya kematangan seksual (Coast et al., 2019). Menarche adalah peristiwa menstruasi yang pertama kali dialami oleh seorang wanita. Menarche menjadi hal yang sangat penting bagi seorang wanita dan perlu mendapatkan perhatian khusus, karena hal ini menandai awal kedewasaan biologis seorang wanita. Usia ketika mengalami menarche sangat beragam, ada yang mengalaminya pada usia 10 tahun bahkan ada yang lebih muda lagi. Namun, ada juga yang mengalaminya pada usia 18 tahun (Coast et al., 2019).

Menarche/ Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Pengetahuan tentang menstruasi sangat dibutuhkan oleh remaja putri. Masalah fisik yang mungkin timbul dari kurangnya pengetahuan itu adalah kurangnya *personal hygiene* sehingga beresiko untuk terjadinya infeksi saluran kemih (ISK). Menstruasi pertama atau *menarche* adalah hal yang wajar yang pasti dialami oleh wanita normal dan tidak perlu digelisahkan. Namun hal ini akan semakin parah apabila pengetahuan remaja mengenai menstruasi sangat kurang dan pendidikan dari orangtua yang kurang. Adanya anggapan orangtua yang salah bahwa hal ini merupakan hal yang tabu untuk diperbincangkan dan menganggap bahwa anak akan tahu dengan sendirinya (Proverawati A, 2011).

Menurut WHO terdapat lebih dari separuh penduduk dunia berumur di bawah 25 tahun dan 80% dari mereka tinggal di Negara berkembang, penduduk dunia yang berumur antara 10-24 tahun besarnya 30% . Menurut data Kementerian Pemberdayaan Perempuan & Perlindungan Anak jumlah penduduk Indonesia pada usia sekolah 10 -12 tahun tercatat 27,3 juta

orang, laki-laki 14,02 juta dan perempuan 13,28 juta orang. Hasil tersebut menunjukkan anak usia sekolah di Indonesia masih tercatat banyak (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2013).

Hasil SDKI menyatakan bahwa 23% perempuan usia 10 tahun dan 7% usia 10–11 tahun sudah mengalami *menarche* dan 89% usia *menarche* remaja Indonesia termasuk dalam rentang usia 10–14 tahun. Persentase ini mengalami kenaikan dari hasil SKKRI tahun 2007 (*Infodatin-Reproduksi-Remaja.Pdf*, n.d.)

Upaya promosi tentang *menarche*/ menstruasi pada remaja belum optimal dilakukan di Indonesia. Kondisi di lapangan menunjukkan bahwa rata-rata remaja putrid memperoleh informasi tentang menstruasi dari guru (61%) dan teman (29%). Seperempat remaja tidak pernah membicarakan tentang *menarche* sebelum dirinya mengalami *menarche*. Hal ini diperburuk dengan pengetahuan masa subur wanita sebesar 16% dan persepsi persetujuan hubungan seksual pranikah sebesar 7% dengan alasan saling menyukai (Kependudukan & Nasional, 2013).

Di Indonesia sebanyak 46,7% remaja putri belum memiliki kesiapan dalam menghadapi *menarche*. Sebanyak 70% siswi mengatakan mereka takut bila dalam waktu dekat akan mengalami *menarche*, 60% mereka tidak tahu apa yang akan dilakukan, dan 40% siswi belum ada persiapan khusus jika akan mengalami menstruasi (Kependudukan & Nasional, 2013).

Pengetahuan tentang *menarche* perlu diberikan pada anak – anak menjelang dewasa. Pengetahuan tentang *menarche* adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya) tentang menstruasi yang pertama kali (Soekidjo, 2011).

Pendidikan Kesehatan bisa diberikan dengan beberapa media, seperti contohnya media audiovisual. Media Audio visual pada penelitian sebelumnya, seperti pada penelitian Dwi H (2019) dapat meningkatkan

Pengetahuan pada individu. Media Audio Visual adalah alat bantu yang dapat membantu menstimulasikan indera pendengar dan penglihatan, misalnya video. Media berarti wadah atau sarana. Media Audio-visual dapat menjadi media dokumentasi dan dapat juga menjadi media komunikasi. Sebagai media dokumentasi tujuan yang lebih utama adalah mendapatkan fakta dari suatu peristiwa. Sedangkan sebagai media komunikasi, audio-visual melibatkan lebih banyak elemen media dan lebih membutuhkan perencanaan agar dapat mengkomunikasikan sesuatu (Hendriani et al., 2019). Film cerita, iklan, media pembelajaran adalah contoh media audio-visual yang lebih menonjolkan fungsi komunikasi. Media dokumentasi sering menjadi salah satu elemen dari media komunikasi. Karena melibatkan banyak elemen media, maka audio-visual yang diperuntukkan sebagai media komunikasi kini sering disebut sebagai multimedia. Ditinjau dari arti kata media adalah kata jamak dari medium yang berarti perantara atau pengantar terjadinya komunikasi. Secara umum media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan (Soekidjo, 2011)

Remaja harus mempunyai sikap positif yaitu mendekati, menyayangi dan mengharapkan kedatangan menstruasi tetapi banyak remaja putri yang memandang wanita yang sedang menstruasi sebagai wanita yang terkontaminasi, kotor dan tidak mengikutsertakan diri dalam kegiatan-kegiatan masyarakat karena takut kegiatan akan ikut tercemar (Proverawati A, 2011).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 30 Mei 2020 terhadap 20 siswi berusia 10 – 14 tahun di SD Wilayah Sukoharjo diperoleh data bahwa (70%) mempunyai pengetahuan kurang tentang *menarche* dan cenderung bersikap negatif menghadapi *menarche* dan (30%) mempunyai pengetahuan tentang *menarche*.

Pada penelitian yang dilakukan, media audiovisual akan disajikan dalam bentuk

video animasi yang di tampilkan dengan karakter jelas dan penuh warna, diharapkan dengan disajikannya video dengan tampilan yang lebih menarik akan semakin menarik perhatian dari responden yang masih berusia remaja untuk lebih tertarik dalam memperhatikan dan memahami isi dari pendidikan kesehatan yang disampaikan dalam metode audiovisual tersebut.

Dari hasil studi pendahuluan tersebut, maka peneliti ingin mengetahui Pengaruh Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang *Menarche* dengan Metode Audiovisual Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif. Metode penelitian ini merupakan penelitian *Quasi Eksperimen* yang bertujuan untuk menyelidiki ada tidaknya hubungan sebab akibat serta seberapa besar hubungan sebab akibat tersebut dengan cara memberikan perlakuan perlakuan tertentu pada beberapa kelompok eksperimental untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan. Rancangan penelitian ini adalah *Pretest Posttest one grop.* Adapun kriteria penelitian ini ada eksklusi dan inklusi sebanyak 31 responden yaitu bersedia menjadi responden dan responden belum haid .Penelitian ini dilaksanakan pada Mei – November 2020.

Analisa data pada penelitian ini meliputi analisa univariat dan bivariat. Pada penelitian ini berisi tentang analisa variabel karakteristik responden yang meliputi umur, tingkat pengetahuan sebelum dan setelah pendidikan kesehatan, tingkat pengetahuan sebelum dan setelah pendidikan kesehatan.

Analisa Bivariat digunakan untuk mengetahui pengaruh terhadap dua variabel. Dalam penelitian ini analisa bivariat untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh penerapan pendidikan kesehatan menggunakan metode audiovisual tentang *menarche* terhadap tingkat pengetahuan pada remaja. Peneliti melakukan uji *Wilcoxon*. Uji *Wilcoxon* digunakan

untuk menganalisis hasil – hasil pengamatan yang berpasangan dari dua data apakah berbeda atau tidak. Uji *Wilcoxon* digunakan hanya untuk data bertipe interval dan ratio.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Karakteristik responden

Tabel 1.

Umur responden

Karakteristik	Kelompok eksperimen	
	Jumlah	(%)
Umur		
12 tahun	7	22,6
11 tahun	24	77,4
Jumlah Total (n)	31	100,0

Berdasarkan hasil penelitian kelompok eksperimen diketahui bahwa mayoritas pada umur 11 tahun. Masa remaja (usia 10–21 tahun) merupakan masa terjadinya perubahan yang berlangsung cepat dalam hal pertumbuhan fisik, kognitif dan psikososial. Masa ini merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju remaja yang ditandai dengan banyak perubahan, diantaranya penambahan massa otot, jaringan lemak tubuh, dan perubahan hormon. Perubahan tersebut mempengaruhi kebutuhan gizi. Selain itu, kebutuhan gizi pada remaja juga dipengaruhi oleh faktor psikologis dan sosial (Hardiansyah, 2015).

Berdasarkan umur responden pada penelitian ini yang berkisar pada umur 11-12 tahun diharapkan mampu menerima informasi dan meningkatkan pengetahuan tentang *menarche*. Menurut Notoatmojo (2012) umur bisa menentukan tingkat kedewasaan seseorang sehingga hal ini bisa mempengaruhi pengetahuan dan sikapnya termasuk memahami materi pendidikan kesehatan (Notoatmodjo, 2012).

Adanya pendidikan kesehatan tentang *menarche* ini menjadikan sarana yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan tentang *menarche* sehingga diharapkan responden yang ikut pendidikan

kesehatan dapat lebih menambah pengetahuan tentang *menarche*.

b. Tingkat Pengetahuan tentang *Menarche* pada Remaja

Tabel 2.

Tingkat pengetahuan responden

Keterangan	Kelompok Eksperimen	
	Pre test Pengetahuan	Post test Pengetahuan
Rata-rata	72.61	80.61
SD	7.03	3.33
Minimum	65	70
Maksimum	84	84

Sumber: Data Primer, 2020.

Tabel 2 menunjukkan rata-rata nilai *pre test* pengetahuan kelompok eksperimen sebesar 72.61 (86.44 %), terjadi kenaikan rata-rata pengetahuan pada *post test* menjadi 80.61 (95.96 %).

Menurut Notoatmodjo (2012), pengetahuan kesehatan akan berpengaruh kepada perilaku sebagai hasil jangka menengah (*intermediate impact*) dari pendidikan kesehatan selanjutnya perilaku kesehatan akan berpengaruh pada meningkatnya indikator kesehatan masyarakat sebagai keluaran (*outcome*) pendidikan kesehatan (Notoatmodjo, 2012).

Hasil uji *pre test-post test* pengetahuan kelompok eksperimen yang telah ditampilkan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dengan nilai rata-rata *pre test* sebesar 72.61 (86.44 %) meningkat menjadi 80.61 (95.96 %) pada *post test*. Hasil uji hipotesa penelitian mengenai pengetahuan kelompok eksperimen disimpulkan adanya perubahan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang *Menarche* pada remaja. Dengan perubahan nilai rata-rata ini maka secara statistik terjadi perubahan yang bermakna pengetahuan responden antara *pre test* dan *post test*. Peningkatan pengetahuan pada kelompok eksperimen dapat terjadi karena proses pendidikan kesehatan diberikan dengan cara dua arah, artinya informasi yang kurang dipahami oleh responden dapat ditanyakan kembali. Jawaban yang

diberikan dengan bahasa yang mudah dimengerti ternyata lebih mudah dipahami responden dari pada harus menggunakan bahasa kesehatan yang mungkin sulit dipahami oleh responden.

c. Analisis Pengaruh tingkat pengetahuan pada remaja

Tabel 3.

Data analisa bivariate tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah perlakuan.

Kelompok Eksperimen	Mean	SD	p-Value
Pre Test	72.61	7.03	0,003
Post Test	80.61	3.33	
Pre Post Test	76.61	6.78	

Sumber: Data Primer, 2020.

Tabel 3 menunjukkan hasil uji skor pre-test dan pos-test pengetahuan pada kelompok perlakuan/eksperimen dengan menggunakan uji *Wilcoxon* diperoleh nilai *p-Value* sebesar $0,003 < 0,05$. Jadi dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan audiovisual terhadap tingkat pengetahuan pada kelompok perlakuan/eksperimen sebelum dan sesudah perlakuan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hendriani (2019) yang menyebutkan bahwa pendidikan kesehatan dengan media audiovisual dapat meningkatkan pengetahuan dan mengurangi kecemasan secara efektif (Hendriani et al., 2019). Media merupakan komponen penting dalam pendidikan kesehatan. Keterlibatan panca indra menentukan banyak sedikitnya retensi ingatan yang diperoleh pada seorang individu ketika memperoleh suatu informasi (Soekidjo, 2011). Komala (2014) menjelaskan bahwa pemilihan media pendidikan kesehatan perlu ditentukan berdasarkan beberapa hal yaitu banyaknya sasaran, keadaan geografis, karakteristik partisipan, dan sumber daya pendukung. Selain itu suatu media pendidikan kesehatan juga perlu memiliki kemampuan menyampaikan pesan

dengan baik dan menarik (Komala L, Novianti E, 2014).

Media audiovisual memiliki kemampuan membentuk 50% retensi ingatan pada diri seorang individu (Soekidjo, 2011). Wicaksono (2016) menyebutkan dalam penelitiannya bahwa audio-visual adalah media terbaik untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku (Wicaksono, 2016). Sejalan dengan hasil penelitian tersebut, Rini (2020) juga menyebutkan dalam penelitiannya bahwa penyampaian informasi tentang stunting dengan penyuluhan kesehatan melalui media audio visual dapat merubah tingkat pengetahuan ibu tentang stunting di wilayah kerja puskesmas rawasari (Rini, 2020).

4. KESIMPULAN

a. Simpulan

a. Terdapat pengaruh tingkat pengetahuan kelompok eksperimen sebelum dan setelah perlakuan (*p-value 0,003*).

b. Perbedaan tingkat pengetahuan responden kelompok eksperimen sebelum diberikan pendidikan kesehatan (*Pre test*) tentang menarche menunjukkan rata-rata nilai *pre test* sebesar 72.61 (86.44 %). Adapun hasil setelah diberikan pendidikan kesehatan (*Post test*) mengalami peningkatan sebanyak 80.61 (95.96 %).

b. Saran

a. Bagi responden

Diharapkan setelah mendapat pendidikan kesehatan tentang Menarche, remaja dapat merubah pengetahuan tentang Menarche.

b. Bagi institusi pendidikan kebidanan

Institusi pendidikan kebidanan, hendaknya membekali mahasiswanya dengan kemampuan menyampaikan materi kesehatan kepada masyarakat, sehingga kemampuan calon bidan yang nantinya menjadi narasumber kesehatan di masyarakat dapat diemban dengan baik.

c. Bagi Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat mengimplementasikan metode ini untuk meningkatkan pengetahuan responden dalam masalah yang berbeda atau

membandingkan metode leaflet atau media cetak dengan metode audio visual. Disamping itu diharapkan dapat merancang desain tempat yang menarik agar responden tidak jenuh saat Penkes dimulai sampai akhir, serta penyampaian materi diusahakan orang yang paham tentang pendidikan kesehatan yang berkaitan dengan Menarche.

Soekidjo, N. (2011). *Ilmu dan Seni*. Rikena Cipta.

Wicaksono, D. (2016). Pengaruh Media Audio-Visual Mp-Asi Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Ibu Baduta Di Puskesmas Kelurahan Johar Baru. *ETHOS (Jurnal Penelitian Dan Pengabdian)*, 291.

<https://doi.org/10.29313/ethos.v0i0.1974>

REFERENSI

- Badan Pusat Statistik Indonesia. (2013). Proyeksi Penduduk Indonesia Indonesia Population Projection 2010-2035. In *Badan Pusat Statistik Indonesia* (Issue 6).
- Coast, E., Lattof, S. R., & Strong, J. (2019). Puberty and menstruation knowledge among young adolescents in low- and middle-income countries: a scoping review. *International Journal of Public Health*, 64(2), 293–304.
<https://doi.org/10.1007/s00038-019-01209-0>
- Hardiansyah. (2015). *Buku Ajar Dasar-Dasar Riset Keperawatan*. Nuha Medika.
- Hendriani, D., Chifdillah, N. A., & Tamara, S. R. (2019). Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual. *Mahakam Midwifery Journal*, 3(1), 24–32.
infodatin-reproduksi-remaja.pdf. (n.d.).
- Kependudukan, B., & Nasional, B. (2013). *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia*.
- Komala L, Novianti E, S. P. (2014). Strategi Pemilihan Media Promosi Kesehatan Dalam Penanggulangan Hiv/Aids Di Kabupaten Garut. *Acta DiumA*, 1(2), 34–43.
- Notoatmodjo. (2012). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Proverawati A. (2011). *Menarche : Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Nuha Medika.
- Rini, W. N. E. (2020). Pengaruh Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Stunting di Puskesmas Rawasari Kota Jambi Tahun 2019. *Jurnal Kesmas Jambi*, 4(1), 23–27.
<https://doi.org/10.22437/jkmj.v4i1.8939>