

PERBEDAAN PENGETAHUAN DAN SIKAP MENGHADAPI MENARCHE SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA VIDEO

Atsani Qoni' Fitria¹⁾, Tina Mawardika²⁾

^{1,2} Universitas Ngudi Waluyo

e-mail korespondensi: atsaniqonifitria@gmail.com

ABSTRAK

Masa remaja ialah peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Pada masa ini terjadi perubahan fisiologis dan psikologis. Salah satu perubahan fisiologis wanita adalah menstruasi. Menstruasi pertama disebut dengan *menarche*. Pengetahuan remaja putri tentang *menarche* akan mempengaruhi persepsi mereka tentang *menarche*, hal ini akan berpengaruh terhadap sikap remaja dalam menghadapi *menarche*. Pendidikan kesehatan diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap positif remaja putri terhadap *menarche*. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap menghadapi *menarche*. Desain penelitian menggunakan *Quasi Eksperimental* dengan *the nonequivalent with control group desain*. Responden penelitian adalah remaja putri berjumlah 30 orang. Uji statistik menggunakan uji *Independent T Test* diperoleh nilai *p value* $(0,00) < \alpha (0,05)$ maka disimpulkan ada pengaruh yang signifikan pendidikan kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap menghadapi *menarche*. Hasil penelitian ini dapat menambah informasi bagi remaja putri dalam persiapan menghadapi *menarche* melalui pendidikan kesehatan dengan media video sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap positif dalam menghadapi *menarche*. Kesimpulan penelitian ini adalah pendidikan kesehatan dengan media video berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap positif remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Meningkatkan pengetahuan dapat merubah persepsi remaja putri tentang *menarche*, sehingga mereka dapat bersikap positif dalam menghadapi *menarche*.

Kata kunci: *Menarche; pendidikan kesehatan; pengetahuan remaja putri; sikap.*

ABSTRACT

Adolescence is a transition from childhood to adulthood. During this period, physiological and psychological changes occur. One of the physiological changes in women is menstruation. The first menstruation is called menarche. Knowledge of young women about menarche will affect their perceptions of menarche, this will affect the attitude of adolescents in dealing with menarche. Health education is needed to increase the knowledge and positive attitude of young women towards menarche. The research objective was to determine the effect of health education using video media on knowledge and attitudes towards menarche. The research design used Quasi Experimental with the nonequivalent control group design. The research respondents were 30 young women. Statistical tests using the Independent T Test obtained a p value $(0.00) < \alpha (0.05)$ so it was concluded that there was a significant effect of health education using video media on knowledge and attitudes towards menarche. The results of this study can add information to young women in preparation for menarche through health education using video media so that they can increase their knowledge and positive attitude in dealing with menarche. The conclusion of this study is that health education using video media has an effect on increasing knowledge and positive attitudes of young women in facing

menarche. Increasing knowledge can change young women's perceptions of menarche, so that they can have a positive attitude in dealing with menarche.

Keywords: *Menarche; young women; knowledge, attitude; health education.*

1. PENDAHULUAN

Masa remaja ialah peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Batasan usia remaja menurut *World Health Organization* (WHO) yaitu ketika anak mencapai usia 10-18 tahun. Pada masa ini individu mengalami pubertas, hal ini terjadi perubahan fisiologis dan psikologis pada wanita. Perubahan psikologis remaja meliputi perkembangan intelegensia, berfikir abstrak, dan perubahan emosi yang sensitif. Selain perubahan psikologis remaja juga mengalami perubahan fisiologis (Fudyartanta, 2012).

Perubahan fisiologis remaja putri muncul ciri seksual sekunder yaitu melebarnya pinggul, tumbuhnya rambut disekitar alat kelamin dan membesarnya payudara. Ciri seks primer yaitu menstruasi. Menstruasi yang terjadi pertama kali disebut dengan *menarche* (Aisyaroh, 2020).

Apabila pengetahuan remaja putri kurang, maka akan muncul dampak berupa sikap negatif dalam menghadapi *menarche*, seperti keinginan mereka untuk menolak *menarche*. Apabila remaja bersikap negatif, maka akan berlanjut kearah perilaku negatif. Hal ini akan berpengaruh terhadap perubahan psikologisnya, remaja putri akan lebih mudah mengalami depresi saat menghadapi *menarche*. Untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang *menarche*, salah satunya dapat dilakukan melalui pemberian informasi (Saragi, 2018).

Mengacu pada teori Notoatmodjo tahun 2014, upaya untuk mencegah sikap yang negatif dalam menghadapi *menarche* dapat dilakukan dengan dukungan sosial dan ketersediaan informasi. Dukungan sosial adalah bentuk dukungan yang berupa ungkapan empati, perhatian, ataupun umpan

balik yang didapat dari teman, orang tua, guru, ataupun petugas medis. Sedangkan ketersediaan informasi merupakan informasi yang dapat meningkatkan pengetahuan sehingga dapat menambah wawasan.

Ketersediaan informasi dapat diperoleh melalui teman, sosial media, literatur, guru, maupun keluarga. Selain itu informasi yang tepat juga dapat didapatkan melalui pemberian pendidikan kesehatan (Rachmawati and Oktaviani, 2017).

Pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang menstruasi yang semula rendah menjadi tinggi dan dari sikap negatif dalam menghadapi *menarche* menjadi bersikap positif. Sejalan dengan penelitian Hidayah *et al.*, tahun 2021 menyatakan terdapat pengaruh sikap siswi sebelum dan setelah perlakuan dengan media komik.

Penelitian Zantyka, Kasiati and Handayani tahun 2019 juga mengungkapkan bahwa ada perbedaan antara kelompok intervensi dan kelompok perlakuan dalam hal pengetahuan.

Menurut Notoatmodjo tahun 2012, mengatakan pengetahuan merupakan proses mengetahui setelah menerima pengertian dari objek dengan indranya. Pengetahuan dapat mempengaruhi persepsi remaja terhadap *menarche*. Apabila persepsi remaja tentang *menarche* baik, maka akan berpengaruh terhadap sikap mereka dalam menghadapi *menarche* (Yusuf, Kundre and Rompas, 2014).

Beberapa cara pemberian pendidikan kesehatan adalah dengan menggunakan media seperti *leaflet*, lembar balik, dan video (Notoatmodjo, 2012b). Video merupakan alat komunikasi massa yang bertujuan untuk menyampaikan pesan dengan metode mempromosikan

dalam video animasi atau yang lainnya. Kelebihan penggunaan sarana video selain lebih menarik juga dapat merangsang pengetahuan, melatih logika, analistik, efektif, dan berfikir kreatif (Hardianti and Asri, 2017).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dilakukan wawancara terhadap 10 siswi di SMP Negeri 2 Pabelan tentang *menarche*, ternyata hanya 2 siswi yang mampu menjelaskan bahwa menstruasi merupakan sesuatu yang alami pada setiap perempuan yang sudah remaja, sedangkan 8 siswi lainnya tidak mengetahui apa itu menstruasi, saat diajukan pertanyaan mengatakan tidak tahu, mereka juga mengatakan takut dan malu apabila mengalami menstruasi, dan belum pernah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* di SMP Negeri 2 Pabelan.

Berdasarkan fenomena diatas, salah satu upaya meningkatkan pengetahuan dan sikap positif menghadapi *menarche* ialah dengan diberikan pendidikan kesehatan dengan media video. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap menghadapi *menarche* pada siswi di SMP Negeri 2 Pabelan.

2. METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan *Quasi Eksperimental* dengan *the nonequivalent with control group desain*.

Penelitian ini menggunakan dua kelompok, yaitu kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Kelompok intervensi akan menerima pendidikan kesehatan dengan media video tentang persiapan menghadapi *menarche*, sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberikan pendidikan kesehatan. Pada kelompok kontrol dilakukan *pretest*, kemudian setelah dua jam kemudian dilakukan *posttest*. Pada kelompok intervensi, dilakukan

pretest, kemudian diberikan pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video. Setelah dua jam diberikan pendidikan kesehatan, kemudian dilakukan *posttest*. Pendidikan kesehatan dengan menggunakan media video yang disusun oleh peneliti mengacu pada teori Sanjaya tahun 2014.

Penelitian ini telah dilaksanakan di SMP Negeri 2 Pabelan pada bulan November 2022. Dengan populasi seluruh siswi yang berjumlah 242 siswi. Sampel pada penelitian ini ditentukan dengan rumus komparatif numerik berpasangan dua kali pengukuran didapatkan hasil perhitungan 30 sampel. Pengambilan sampel dengan *purposive sampling* yaitu dipilih dengan kriteria inklusi responden yang belum mengalami *menarche*.

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner pengetahuan tentang *menarche* yang telah teruji validitas dan realibilitas oleh Supriyadi tahun 2014 yaitu 0,834 dan 0,861. Dan kuesioner sikap yang telah teruji validitas dan realibilitas oleh Hirdaria tahun 2013 yaitu 0,596 dan 0,869. Kuesioner pengetahuan terdiri dari 26 pertanyaan dengan 16 pertanyaan positif dan 10 pertanyaan negatif. Kuesioner sikap terdiri dari 15 pertanyaan dengan 11 pertanyaan positif dan 4 pertanyaan negatif.

Data yang telah terkumpul kemudian diolah dan dianalisis dengan program komputer. Analisis univariat dalam bentuk tendensi sentral. Analisis bivariat menggunakan uji *Dependent T Test*. Penelitian ini telah teruji Ethical Clearance dengan Nomor: 106/KEP/EC/UNW/2022.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisis Univariat

Tabel 1 Rerata pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi

Pengetahuan	n	Mean	SD
Kontrol	15	15,07	2,434
Intervensi	15	16,20	3,489

Hasil analisis rerata pengetahuan tentang *menarche* sebelum pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video pada tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan siswi tentang *menarche* pada kelompok kontrol yaitu sebesar 15,07, sedangkan kelompok intervensi diperoleh rata-rata sebesar 16,20. Hal ini menunjukkan bahwa siswi di SMP Negeri 2 Pabelan hanya memiliki pengetahuan yang cukup tentang *menarche* baik pada kelompok kontrol maupun intervensi.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ulfa and Agustina tahun 2014, menunjukkan hasil bahwa sebelum dilakukan pendidikan kesehatan sebanyak 20% responden memiliki 64% responden memiliki pengetahuan cukup.

Pengetahuan yang cukup dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah usia. Usia remaja awal seringkali heran terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya, mereka mulai mengembangkan pikiran-pikiran baru, dan cepat tertarik terhadap suatu hal (Batubara, 2016).

Pengetahuan juga dipengaruhi oleh informasi. Individu yang menerima informasi dapat meningkatkan tingkat pengetahuan mereka tentang suatu hal. Ketersediaan informasi yang mudah juga dapat mempercepat mereka dalam memperoleh pengetahuan (Utami, 2019).

Faktor lain yang mempengaruhi pengetahuan yaitu pengalaman, semakin muda usia maka sedikit pula pengalaman yang dimiliki. Mereka yang mempunyai sedikit pengalaman akan berpengaruh terhadap pengetahuan. Pengalaman adalah sumber pengetahuan, pengalaman juga dapat diperoleh dari pengalaman sendiri atau pengalaman orang lain. pengalaman yang diperoleh dapat

memperluas pengetahuan (Utami, 2019).

Remaja putri sangat membutuhkan pengetahuan tentang *menarche*. Mereka yang tidak memiliki pengetahuan dan informasi tentang menstruasi memiliki pengalaman yang buruk dan menimbulkan kepanikan, ketakutan, trauma dan rasa malu pada remaja putri.(Yusuf, Kundre and Rompas, 2014).

Pengetahuan merupakan wawasan yang harus dimiliki sepanjang kehidupan seseorang dan menjadi penting bagi setiap orang. Pengetahuan yang kurang akan menimbulkan persepsi yang buruk terhadap apa yang baru diketahuinya. Perlu ketersediaan informasi yang tepat seperti pemberian pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan serta pengalaman remaja putri tentang kesehatan reproduksi terutama tentang *menarche*.

Tabel 2 Rerata pengetahuan sesudah diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi

Pengetahuan	n	Mean	SD
Kontrol	15	15,07	2,434
Intervensi	15	16,20	3,489

Hasil analisis rerata pengetahuan tentang *menarche* sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video pada tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan siswi tentang *menarche* pada kelompok kontrol yaitu sebesar 15,13, sedangkan pada kelompok intervensi diperoleh rata-rata sebesar 21,47. Secara deskriptif pada kelompok intervensi setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video ada perbedaan pengetahuan tentang *menarche* pada siswi di SMP Negeri 2 Pabelan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Trismiyana, Italia and Zofitri tahun 2020, menunjukkan sesudah diberikan

pendidikan kesehatan rata-rata pengetahuan siswi meningkat yaitu sebesar 14,78 dengan standar deviasi 2,166.

Menurut Utami tahun 2019, terdapat beberapa yang mempengaruhi pengetahuan, yaitu pendidikan, pengalaman, usia, pekerjaan, sosial budaya, dan informasi. Salah satu faktor yang sangat berpengaruh pada pengetahuan adalah informasi. Informasi dapat diberikan melalui pendidikan kesehatan.

Pengetahuan yang diperoleh remaja putri tentang *menarche* akan mempengaruhi persepsi mereka tentang *menarche*. Apabila persepsi remaja tentang *menarche* positif, maka akan berpengaruh pada kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

Terdapat enam tingkatan pengetahuan yaitu tahu, memahami, aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Tingkatan pengetahuan yang paling rendah adalah tahu. Tahu merupakan mengingat kembali materi yang telah dipelajari sebelumnya, hingga mencapai tingkatan pengetahuan yang paling tinggi adalah evaluasi, pada tingkatan ini seseorang dapat menilai terhadap objek (Notoatmodjo, 2012a).

Tabel 3 Rerata sikap sebelum diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi

Sikap	n	Mean	SD
Kontrol	15	29,87	5,397
Intervensi	15	30,00	5,196

Hasil analisis rerata sikap menghadapi *menarche* sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video pada tabel 3 menunjukkan bahwa rata-rata sikap menghadapi *menarche* pada kelompok kontrol yaitu sebesar 29,87, sedangkan pada kelompok intervensi diperoleh sikap menghadapi *menarche* dengan rata-rata sebesar 30,00. Hal ini menunjukkan bahwa

siswi di SMP Negeri 2 Pabelan memiliki sikap yang negatif terhadap *menarche* baik pada kelompok kontrol maupun intervensi.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Herwati and Muchtar tahun 2017, didapatkan rata-rata sikap siswi sebelum pendidikan kesehatan yaitu 8,00 dengan standar deviasi 3,10, didapatkan sikap yang negatif.

Sebuah tanggapan setiap orang harus memiliki pengalaman berhubungan sesuai objek psikologis. Berkaitan dengan hal ini, menurut Azwar tahun 2013, mengungkapkan apabila sama sekali tidak memiliki pengalaman dengan objek tersebut, maka terbentuklah sikap negatif terhadap objek tersebut.

Untuk menambah pengetahuan dan pengalaman yang dapat merubah sikap negatif menjadi positif, maka perlu upaya untuk merubah hal tersebut, pendidikan kesehatan mengenai *menarche* dapat diberikan dengan berbagai macam metode dan media pembelajaran, misalnya diberikan pendidikan kesehatan dengan penggunaan media video.

Apabila remaja putri bersikap negatif terhadap *menarche*, akan mempengaruhi mereka selama periode menstruasi berlangsung, hal ini menyebabkan dampak seperti kebingungan, kecemasan, sulit berkonsentrasi, mudah tersinggung, dan depresi (Mukhoirotin and Qomari, 2017).

Diperlukan pengetahuan dan sikap positif untuk membantu remaja putri berhenti berfikir bahwa *menarche* bukanlah hal yang tabu, sehingga remaja putri tidak perlu memiliki alasan takut untuk menghadapi *menarche* (Amalia and Suryaningsih, 2022).

Tabel 4 Rerata sikap sesudah diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi

Sikap	n	Mean	SD
Kontrol	15	29,93	5,549
Intervensi	15	43,27	3,731

Hasil analisis rerata sikap menghadapi *menarche* sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video pada tabel 4 menunjukkan pada kelompok kontrol terdapat rata-rata sikap sebesar 29,93, sedangkan pada kelompok intervensi diperoleh sikap menghadapi *menarche* dengan rata-rata sebesar 43,27. Secara deskriptif pada kelompok intervensi setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video ada perbedaan sikap menghadapi *menarche* pada siswi di SMP Negeri 2 Pabelan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Delima, Andriani and Lestari tahun 2020, yang menunjukkan terdapat peningkatan rerata dari 91,50 menjadi 101,25 setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Menurut Azwar tahun 2013, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi sikap yaitu, pengalaman pribadi, pengaruh orang yang dianggap penting, kebudayaan, media massa, faktor emosional, lembaga pendidikan dan lembaga agama.

Faktor lain yaitu pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan promosi kesehatan yang diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap positif tentang kesehatan reproduksi (Ramathuba, 2015).

Pendidikan kesehatan yaitu kegiatan yang harus diberikan kepada setiap individu, kelompok maupun masyarakat. Pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi dinilai efektif bagi remaja putri untuk meningkatkan pengetahuan serta dapat menumbuhkan sikap positif terhadap kesehatan reproduksi terutama tentang *menarche* sehingga dapat meningkatkan kesiapan dalam menghadapi *menarche*.

Terdapat empat tingkatan sikap yaitu menerima, merespon,

menghargai dan bertanggung jawab. Tingkatan sikap yang paling rendah adalah menerima, seseorang mau memperhatikan stimulus yang diberikan, hingga tingkatan sikap yang paling tinggi adalah bertanggung jawab, pada tingkatan ini seseorang dapat bertanggung jawab terhadap sesuatu yang dipilihnya dengan segala resiko yang ada (Notoatmodjo, 2014)

Tabel 5 Perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi

Pengetahuan	Mean	SD	t	P value
Kontrol				
Pretest	15,07	1,223	211	0,836
Posttest	15,13			
Intervensi				
Pretest	16,20	3,555	5,738	0,000
Posttest	21,47			

Hasil analisis dengan *Paired t Test* pengetahuan tentang *menarche* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video pada siswi kelompok kontrol terdapat pada tabel 5 diperoleh nilai *p value* (0,836) > α (0,05) sehingga disimpulkan tidak ada perbedaan yang signifikan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video pada siswi di SMP Negeri Pabelan.

Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah usia. Usia dapat mempengaruhi gaya tangkap terhadap suatu hal. Semakin bertambah usia, semakin baik pula pemahaman dan pemikirannya. Sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin baik (Notoatmodjo, 2012a).

Selain usia, faktor lain yang mempengaruhi pengetahuan adalah informasi. Informasi yang tepat harus diperhatikan sumbernya, diperlukan informasi yang tepat seperti edukasi dari guru dan orang tua. Selain itu informasi yang tepat juga dapat didapatkan melalui pemberian

pendidikan kesehatan (Rachmawati and Oktaviani, 2017).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Winarti, Fatimah and Rizky tahun 2017, menunjukkan hasil pada kelompok kontrol didapatkan nilai p value $(0,234) > \alpha$ $(0,05)$, maka disimpulkan tidak ada perbedaan yang signifikan karena kelompok kontrol tidak diberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan.

Tidak terdapat perbedaan pada kelompok kontrol, karena pada kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan dengan diberikan pendidikan kesehatan, hal ini menyimpulkan bahwa tanpa adanya informasi yang diperoleh pengetahuan seseorang akan tetap sama, sehingga perlu diberikan informasi yang tepat seperti pendidikan kesehatan.

Pendidikan kesehatan merupakan kegiatan meningkatkan pengetahuan, sikap, serta keterampilan hidup setiap individu, kelompok maupun masyarakat untuk mencapai kehidupan yang sehat dan optimal. Pendidikan kesehatan tentang *menarche* menjadi penting untuk remaja putri dalam menghadapi *menarche* (Pujiati, Ernawati and Daratullaila, 2015).

Sedangkan pada kelompok intervensi didapatkan nilai p value $(0,000) < \alpha$ $(0,05)$ maka disimpulkan ada perbedaan yang signifikan pengetahuan tentang *menarche* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video pada siswi di SMP Negeri Pabelan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hanifah, Oktavia and Nelwatri tahun 2021, menunjukkan hasil uji *Paired T Test* pada responden sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan dengan media video animasi didapatkan p value $(0,000) < \alpha$ $(0,05)$.

Keberhasilan pada pendidikan kesehatan ini karena pendidikan kesehatan yang diberikan didukung

oleh materi yang dibutuhkan oleh responden yaitu persiapan menghadapi *menarche*, penggunaan media video, *leaflet* dan tanya jawab saat pendidikan kesehatan dapat meningkatkan komunikasi antara pemateri dan sasaran. Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan dengan memberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video pada usia remaja awal sehingga dapat mencegah dampak terhadap masalah-masalah psikologis seperti kecemasan dan kekhawatiran.

Menurut Notoatmodjo tahun 2012, mengatakan pengetahuan merupakan proses mengetahui setelah menerima pengertian dari objek dengan indranya, yaitu penglihatan, pendengaran, bau, rasa dan sentuhan. Pengetahuan dapat mempengaruhi persepsi remaja terhadap *menarche*. Apabila persepsi remaja terhadap *menarche* baik, maka akan berpengaruh terhadap sikap mereka dalam menghadapi *menarche* (Yusuf, Kundre and Rompas, 2014).

Tabel 6 Perbedaan sikap sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi

Sikap	Mean	SD	t	P value
Kontrol				
Pretest	29,87	0,258	1,000	0,334
Posttest	29,93			
Intervensi				
Pretest	30,00	7,995	6,427	0,000
Posttest	43,27			

Hasil analisis pada sikap menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video pada siswi kelompok kontrol terdapat pada tabel 5 diperoleh nilai p value $(0,334) > \alpha$ $(0,05)$ sehingga disimpulkan tidak ada perbedaan yang signifikan sikap menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan

tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video pada siswi di SMP Negeri 2 Pabelan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Silalahi tahun 2021, hasil pengukuran sikap pada kelompok kontrol diperoleh *p value* (0,754) > α (0,05), sehingga disimpulkan tidak ada perbedaan yang signifikan dari sikap remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* dengan media *leaflet*.

Tidak terdapat perbedaan pada kelompok kontrol, karena pada kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan dengan diberikan pendidikan kesehatan, hal ini menyimpulkan bahwa tanpa adanya pengalaman yang diperoleh sikap seseorang akan tetap sama terhadap objek tersebut, sehingga perlu diberikan informasi yang tepat seperti pendidikan kesehatan.

Menurut Azwar tahun 2013, salah satu faktor yang mempengaruhi sikap adalah pengalaman. Pengalaman sebagai dasar pembentukan sikap. Sikap akan lebih cepat terbentuk jika pengalaman tersebut terjadi pada situasi yang melibatkan faktor emosional.

Faktor lain yang mempengaruhi sikap adalah pengaruh orang lain yang dianggap penting. Seseorang cenderung memiliki sikap yang sama dengan orang yang dianggapnya penting. Orang lain yang dianggap penting seperti teman, guru, dan orang tua (Azwar, 2013b).

Respon remaja putri khususnya tentang *menarche* seringkali menimbulkan kekhawatiran dan kecemasan pada remaja putri, oleh karena itu peran ibu sebagai pendidik, penasehat, dan motivator sangat dibutuhkan (Purnamasari and Prayitno, 2018).

Seorang anak berkomunikasi pertama kali di lingkungan keluarga. Peran ibu dalam membentuk ikatan merupakan awal dari membangun kepercayaan pada seorang anak. Sudah seharusnya ibu memiliki peran

yang lebih besar dalam perkembangan seorang anak, sehingga remaja merasa nyaman dan tidak takut untuk menghadapi *menarche* (Anwar and Febrianty, 2017).

Pada kelompok intervensi hasil analisis sikap menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video didapatkan nilai *p value* (0,000) < α (0,05) maka disimpulkan ada perbedaan yang signifikan sikap menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video pada siswi di SMP Negeri 2 Pabelan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mualifah, Pangastuti and Purwanta tahun 2019, menunjukkan hasil skor sikap dengan metode ceramah ada perbedaan sebelum dan setelah perlakuan yaitu secara statistik ada perubahan yang bermakna dengan nilai *p value* (0,000) < α (0,05).

Adapun faktor yang mempengaruhi terjadi perubahan sikap pada kelompok intervensi karena pada kelompok intervensi diberikan perlakuan dengan pendidikan kesehatan tentang *menarche* dengan media video. Penggunaan media video sangat efektif dalam pendidikan kesehatan, hal ini karena media video merupakan media yang menarik berupa suara dan gambar animasi atau yang lainnya.

Video merupakan media massa atau media komunikasi yang disampaikan secara objektif sehingga berpengaruh terhadap sikap remaja putri (Azwar, 2013a).

Perilaku berdasarkan pengetahuan dan sikap yang positif secara langsung mempengaruhi hasil yang diperoleh dalam bentuk tindakan, dimulai dari persepsi, rangsangan, materi, dan memunculkan tanggapan dalam

bentuk sikap serta tindakan mereka sendiri (Notoatmodjo, 2012a).

Pendidikan kesehatan sebagai usaha untuk membantu individu, kelompok atau masyarakat meningkatkan kemampuan mereka mengubah sikap menjadi lebih baik. Pendidikan kesehatan dapat mempengaruhi pembentukan sikap seseorang dan sikap itu sendiri dipengaruhi oleh banyak faktor. Hal ini dapat dilakukan melalui perolehan pendidikan kesehatan tentang *menarche* yang dapat merubah sikap remaja putri (Ulfa and Agustina, 2014).

Tabel 7 Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan

Pengetahuan	Mean	SD	t	P value
Kontrol	15,13	2,615	8,853	0,000
Intervensi	21,47	0,915		

Hasil analisis pengaruh pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video terhadap pengetahuan tentang *menarche* pada tabel 7 menunjukkan hasil analisis data dengan *Independent t Test* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol, diperoleh nilai *p value* (0,000) < α (0,05) sehingga disimpulkan ada pengaruh yang signifikan pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video terhadap pengetahuan tentang *menarche* pada siswi di SMP Negeri Pabelan.

Menurut Notoadmodjo tahun 2012, pentingnya media dalam pendidikan kesehatan sangat berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan, media pembelajaran dapat mendukung pendidikan agar mencapai tujuan yang lebih baik.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Afriliana, Puspitaningrum and Rahmawati tahun 2014, mendapatkan hasil bahwa pengetahuan sebelum penyuluhan mempunyai rata-rata 9,04, sedangkan

rata-rata pengetahuan sesudah penyuluhan sebesar 18,07.

Seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik akan mempermudah mereka dalam memahami apa itu *menarche*, yang meliputi hal-hal yang harus dipersiapkan ketika menghadapi *menarche*. Remaja putri akan muncul rasa peduli terhadap kesehatan reproduksinya sehingga remaja putri akan siap dalam menghadapi *menarche*. Remaja putri tidak akan takut dan malu ketika *menarche* tiba, melainkan mereka akan bangga karena munculnya *menarche* menandakan bahwa mereka telah mencapai perkembangan yang selanjutnya.

Beberapa faktor yang dapat berpengaruh dalam pendidikan kesehatan adalah pemberi materi penyuluhan, media penyuluhan, dan sasaran yang akan diberikan penyuluhan (Fitriani, 2012). Pengetahuan remaja tentang *menarche* dapat meningkat karena diberi penjelasan dan arahan saat pendidikan kesehatan. Hal ini agar remaja putri lebih memahami perubahan-perubahan yang terjadi pada masa pubertas (Notoadmodjo, 2012a).

Pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan pengalaman remaja putri tentang *menarche*. Hal ini akan membuat remaja putri mengerti banyak tentang hal-hal yang berkaitan dengan *menarche*, misalnya apa yang harus dilakukan atau dipersiapkan sebelum *menarche* tiba. Sehingga dengan adanya informasi yang diperoleh, remaja putri lebih tahu dan siap menghadap *menarche* (Mukhoirotin and Qomari, 2017).

Tabel 8 Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap sikap

Pengetahuan	Mean	SD	t	P value
Kontrol	29,93	5,548	7,723	0,000
Intervensi	43,27	3,731		

Hasil analisis pengaruh pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video terhadap sikap menghadapi *menarche* pada tabel 8 diperoleh nilai $p\text{ value } (0,000) < \alpha (0,05)$ sehingga disimpulkan ada pengaruh yang signifikan pendidikan kesehatan tentang persiapan menghadapi *menarche* dengan media video terhadap sikap menghadapi *menarche* pada siswi di SMP Negeri Pabelan.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Hidayah *et al.* tahun 2021, yang menyatakan ada pengaruh pada sikap siswa sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan menggunakan media komik dengan $p\text{-value } (0,006) < \alpha (0,05)$.

Responden yang mendapatkan pendidikan kesehatan dengan media video memiliki peluang untuk menghadapi *menarche* dengan baik dibandingkan dengan yang tidak mendapatkan pendidikan kesehatan dengan media video. Adanya pengetahuan tentang *menarche* dapat merubah sikap negatif menjadi positif terhadap *menarche*, sehingga mereka akan siap dan menantikan datangnya *menarche*.

Sikap setiap orang sangat dipengaruhi oleh pengetahuan, pengetahuan dapat dipengaruhi media dalam pemberian informasi. Media terutama media audiovisual dalam bentuk video bergerak efektif untuk menyampaikan informasi terkait kesehatan reproduksi (Andayani, 2015).

Kelebihan penggunaan sarana video selain lebih menarik juga informasi lebih nyata. Penggunaan video merangsang pengetahuan, melatih logika, analitis, efektif dan berfikir kreatif, serta dapat mempertajam daya imajinasi siswa dan menyenangkan (Hardianti and Asri, 2017).

Kefektifan penggunaan media video dipengaruhi oleh faktor yang berperan dalam proses pendidikan, salah satunya yaitu media yang

digunakan untuk menyampaikan pesan. Materi pendidikan kesehatan lebih mudah tersampaikan pada siswi jika menggunakan media yang dapat menarik perhatian. Selain itu penggunaan media video dapat memberikan pengalaman belajar yang lebih bervariasi (Sanjaya, 2014).

4. KESIMPULAN

- a. Pendidikan kesehatan dengan media video dapat meningkatkan pengetahuan dan pengalaman remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Meningkatkannya pengetahuan dapat merubah persepsi remaja putri tentang *menarche* menjadi baik, sehingga akan berpengaruh terhadap sikap remaja putri.
- b. Pendidikan kesehatan dengan media video dapat pula meningkatkan sikap remaja putri dalam menghadapi *menarche*, persepsi remaja putri yang baik tentang *menarche*, dapat menjadikan remaja putri bersikap positif dalam menghadapi *menarche*. Hal ini akan berpengaruh pula dalam kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

5. SARAN

- a. Bagi responden
Bagi responden hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap positif dalam menghadapi *menarche* dengan mempersiapkan *menarche* pada remaja putri.
- b. Bagi institusi pendidikan
Institusi pendidikan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan tentang *menarche* dan sikap dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri sehingga dapat menjadi tambahan ilmu bagi tenaga kesehatan dalam pengembangan dan penyampaian ilmu pengetahuan sehingga dapat memberikan manfaat bagi masyarakat luar.
- c. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan mengembangkan faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan dan sikap dalam persiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri serta solusi lain yang dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap positif pada remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

REFERENSI

- Afriliana, I., Puspitaningrum, D. and Rahmawati, A. (2014) 'Gambaran Tingkat Pengetahuan Siswi SD Tentang Menstruasi Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penyuluhan di SDN Sampangan 01 Semarang', *Jurnal kebidanan*, 3(2), pp. 12–19. Available at: https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jur_bid/article/view/1084.
- Aisyaroh, N. (2020) 'Kesehatan Reproduksi Remaja', *Jurnal Majalah Ilmiah Sultan Agung*, 21(2), pp. 1–7. Available at: <http://eprints.ums.ac.id/47853/6/BAB1.pdf>.
- Amalia, N. I. and Suryaningsih, M. (2022) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche', *Ngudia Husada Madura*, pp. 1–5.
- Andayani, R. (2015) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Mengenai Menarche Di SMP Negeri Binamu Kabupaten Jenepono', *Journal of Chemical Information and Modeling*, (9), p. 122.
- Anwar, C. and Febrianty, R. (2017) 'Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Peran Ibu dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas 4-6 di SD 3 Peuniti Kota Banda Aceh', *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 3(2), p. 154. doi: 10.33143/jhtm.v3i2.267.
- Azwar, S. (2013a) *Metode Penelitian Edisi I Cetakan XIV*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2013b) *Sikap Manusia: Teori dan Pengukuran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Batubara, J. R. (2016) 'Adolescent Development (Perkembangan Remaja)', *Sari Pediatri*, 12(1), p. 21. doi: 10.14238/sp12.1.2010.21-9.
- Delima, M., Andriani, Y. and Lestari, T. (2020) 'Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Kesiapan dalam Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas V dan VI', *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2(2), pp. 97–104.
- Fitriani, S. (2012) *Promosi Kesehatan Edisi 1*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Fudyartanta, K. (2012) *Psikologi Kepribadian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hanifah, R., Oktavia, N. S. and Nelwatri, H. (2021) 'Perbedaan Efektifitas Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Animasi Dan Power Point Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche', *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(2), pp. 74–81. doi: 10.36984/jkm.v4i2.232.
- Hardianti and Asri, W. K. (2017) 'Keefektifan Penggunaan Media Video Dalam Keterampilan Menulis Karangan Bahasa Jerman Siswa Kelas XII IPA SMA Negeri 11 Makassar', *Jurnal Pendidikan Bahasa Asing*, 1(2), pp. 123–130.
- Herwati and Muchtar, M. (2017) 'Model pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap dalam kesiapan menghadapi menarche di sekolah dasar', *Jurnal menara ilmu*, XI(75), pp. 106–114.
- Hidayah, N. et al. (2021) 'Pengaruh Media Komik Terhadap Sikap Siswa Dalam Kesiapan Menghadapi Menarche', *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 8(1), pp. 10–19.
- Hirdaria, F. (2013) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Kelas Vii Dengan Sikap Terhadap Menarche Di Sltip Negeri 1 Tarakan'. Available at: <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/130118/Memoria.pdf>.
- Mualifah, L., Pangastuti, N. and Purwanta, P. (2019) 'Pendidikan Kesehatan Dapat Mempengaruhi

- Pengetahuan, Sikap Pra Remaja Menghadapi Menarche’, *Journal of Holistic Nursing Science*, 6(2), pp. 74–84. doi: 10.31603/nursing.v6i2.2559.
- Mukhoirotin and Qomari, P. N. (2017) ‘Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Di Min Rejoso Peterongan Jombang’, *JURNAL EDUNursing*, 1(1), pp. 22–29.
- Notoadmodjo (2012) *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo (2012a) *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo (2012b) *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo (2014) *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pujiati, W., Ernawati and Daratullaila (2015) ‘Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Sekolah Dasar’, *Jurnal Ilmiah Ilmu-ilmu Kesehatan*, 13(1), pp. 50–58.
- Purnamasari, I. A. and Prayitno, S. (2018) ‘PERan Ibu Terhadap Remaja Putri Usia 10-12 Tahun Dalam Menyikapi Menarche Di Gemarang Kecamatan Gemarang Kabupaten Madiun’, *Jurnal Kesehatan*, 5(2), pp. 1–3.
- Rachmawati, A. N. and Oktaviani, A. R. (2017) ‘Peran Orang Tua Dalam Mempersiapkan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di Kelurahan Kadirejo Kecamatan Karangnom Kabupaten Klaten’, *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 8(2).
- Ramathuba, D. U. (2015) ‘Menstrual knowledge and practices of female adolescents in Vhembe district, Limpopo Province, South Africa’, *Curationis*, 38(1), pp. 1–6. doi: 10.4102/curationis.v38i1.1551.
- Sanjaya, W. (2014) *Media Komunikasi Pembelajaran*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Saragi, H. L. (2018) ‘Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di Smp Pab 2 Medan Tahun 2018’.
- Silalahi, V. (2021) ‘Efektifitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Dan Leaflet Terhadap Sikap Remaja Putri Menghadapi Menarche’, *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(2), p. 51.
- Supriyadi, A. (2014) ‘Hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi di SD Negeri Ngebel Tamantirto Kasihan Bantul Yogyakarta’. Available at: <http://repository.unjaya.ac.id/831/>.
- Trismiyana, E., Italia, I. and Zofitri, I. R. (2020) ‘Penyuluhan kesehatan tentang menarche menggunakan metode ceramah pada siswi kelas VI’, *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(2), pp. 170–176. doi: 10.33024/hjk.v14i2.1814.
- Ulfa, M. and Agustina, I. (2014) ‘Pengaruh Penyuluhan tentang Menarche terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Pra Menstruasi’, *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 1(3), pp. 196–199. doi: 10.26699/jnk.v1i3.art.p196-199.
- Utami, Y. A. P. (2019) ‘Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan Vi Di Sd Negeri 1 Ceper Klaten’, *Jurnal Keperawatan*, 4(1), pp. 1–12. Available at: <http://digilib.unmuhjember.ac.id/download.php?id=3456>.
- Winarti, A., Fatimah, F. S. and Rizky, W. (2017) ‘Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Kecemasan tentang Menarche pada Siswi Kelas V Sekolah Dasar’, *jurnal Ners dan Kebidanan Indinesa*, 5(1), pp. 51–57.
- Yusuf, Y., Kundre, R. and Rompas, S. (2014) ‘Hubungan pengetahuan menarche dengan kesiapan remaja putri menghadapi menarche di smp negeri 3 tidore kepulauan’, *Jurnal Keperawatan*, 2(2), p. 7.

Zantyka, D. A., Kasiati, K. and Handayani, S. (2019) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Pra-Pubertas Tentang Menarche', *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 3(3), pp. 258–264. doi: 10.20473/imhsj.v3i3.2019.258-264.