

## PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN METODE AUDIOVISUAL TERHADAP PENGETAHUAN SISWI SDN TAMBAKMAS 03 DALAM MENGHADAPI MENARCHE

Devina Siti Nur Kholifah<sup>1</sup>, KH Endah Widhi Astuti<sup>2</sup>, Siswiyanti<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup>Jurusan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Surakarta, Indonesia

<b>Info Artikel</b>	<b>Abstrak</b>
<p><b>Genesis Naskah:</b>                  Submissions: 03-08-2022                  Revised: 07-11-2022                  Accepted: 15-11-2022</p>	<p>Menarche merupakan periode menstruasi yang pertama datang kepada diri seorang perempuan yang memasuki masa pubertas. Remaja putri memerlukan informasi terkait mekanisme menstruasi serta kesehatan saat periode menstruasi. Oleh sebab itu, memberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan metode audiovisual menjadi salah satu upaya memberikan informasi dan juga memberikan perhatian kepada remaja putri sehingga mereka akan lebih tenang serta lebih siap dalam menghadapi menarche nantinya. Tujuan dari penelitian guna mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan metode audiovisual terhadap pengetahuan siswi SDN Tambakmas 03 dalam menghadapi menarche. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode <i>pre eksperimen design</i> dengan pendekatan <i>one group pre-test post-test design</i>. Teknik sampling menggunakan total sampling. Dengan jumlah sampel 30 responden kelas IV dan V di SDN Tambakmas 03. Sedangkan analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan <i>uji Wilcoxon</i>. Hasil penelitian ini diketahui ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan metode audiovisual terhadap pengetahuan siswi SDN Tambakmas 03 dalam menghadapi menarche sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan nilai <math>p = 0,000</math> (<math>p &lt; 0,05</math>). Sehingga dapat di sarankan bahwa metode audio visual menjadi salah satu sarana penyampaian informasi yang efektif dan mudah diterima khususnya kepada para siswa karena siswa bukan hanya membaca tetapi dapat melihat gambaran nyata melalui video.</p>
<p><b>Kata Kunci:</b>                  (Pendidikan kesehatan,                  Metode audiovisual,                  pengetahuan, menarche)</p>	
<h3>THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION ABOUT MENSTRUATION WITH                  AUDIOVISUAL METHODS TO KNOWLEDGE STUDENTS                  OF SDN TAMBAKMAS 03 IN FACING MENARCHE</h3>	
<p><b>Keywords:</b>                  (Health education,                  Audiovisual methods,                  knowledge, menarche)</p>	<p><b>Abstract</b></p> <p>Menarche is the time of menstruation that comes first in a woman who enters puberty. Adolescent girls need information about the menstrual process and health during menstruation. Therefore, providing health education about menstruation with the audiovisual method is an effort to provide information and also pay attention to young women so that they will be calmer and more prepared to face menarche later. The purpose of the study was to determine the effect of health education on menstruation using the audiovisual method on the knowledge of students at SDN Tambakmas 03 in dealing with menarche. Research methods it uses the <i>pre . method experimental design</i> with a <i>one group pre-test post-test design approach</i>. The sampling technique used is total sampling. With a sample of 30 respondents in class IV and V at SDN Tambakmas 03. Data analysis in this study used <i>the Wilcoxon test</i>. From this study, it is known that there is an effect of health education on menstruation using audiovisual methods on the knowledge of students at SDN Tambakmas 03 in dealing with menarche before and after being given health education about menstruation with a value of <math>p = 0.000</math> (<math>p &lt; 0.05</math>). It can be suggested that audio visual method as one of mean conveying information that is effectively and easily accepted especially for students, because students are not only read but can see real</p>

picture through the videos.
-----------------------------

***Korespondensi Penulis:***

*Devina Siti Nur Kholifah*

*Desa Tambakmas, Kecamatan Kebonsari, Kabupaten Madiun, Jawa Timur 63173*

*Email: [devinasiti5@gmail.com](mailto:devinasiti5@gmail.com)*

## PENDAHULUAN

Menarche terdiri dari dua kata yaitu *mēn* yang memiliki arti bulan serta *arkhē* yang memiliki arti permulaan yang mana kata menarche sendiri berasal dari bahasa Yunani. Menarche memiliki definisi yaitu siklus menstruasi pertama atau permulaan perdarahan menstruasi pada seorang perempuan. Kusmiron (2014) menyebutkan bahwa menarche merupakan awalan menstruasi yang dialami seorang wanita saat memasuki masa pubertas, biasanya terjadi ketika usia 12 sampai 14 tahun.

Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur Tahun 2015 mencatat sebanyak 6,1 juta jiwa remaja dengan presentase sebanyak 15,65 % dari keseluruhan penduduk Jawa Timur. Dari jumlah tersebut 49,77% adalah kelompok remaja awal usia 11-15 tahun, kemudian 30,36% adalah kelompok remaja menengah usia 16-18 tahun dan sisanya 19,87% adalah kelompok remaja akhir usia 18-19 tahun (Prmono, 2016). Sedangkan menurut data Dinkes Kabupaten Madiun tahun 2017 didapati jumlah anak perempuan dengan usia 10-19 tahun sejumlah 47.437 anak.

Ketika seorang perempuan mengalami menstruasi maka akan terjadi reaksi hormonal, biologis serta psikis (Delima et al., 2020). Remaja putri memerlukan informasi terkait mekanisme menstruasi serta kesehatan saat periode menstruasi. Remaja putri akan kesusahan menghadapi menstruasi pertamanya jika dia belum memiliki pengetahuan atau belum pernah membahas terkait menstruasi dengan teman ataupun dengan ibu mereka. Terkait permasalahan tersebut upaya yang dapat dilakukan untuk mempersiapkan remaja dalam menghadapi menarche ialah dengan memberikan informasi terkait menstruasi melalui pendidikan kesehatan dan juga memberikan perhatian kepada remaja putri sehingga mereka akan lebih tenang serta lebih siap untuk menyambut menarche nantinya. Pemberian pendidikan kesehatan bisa diberikan melalui berbagai metode salah satunya lewat metode audiovisual.

Menurut Ishak Abdullah (2013) media audiovisual pada dasarnya merupakan suatu penyampaian realitas, yang utamanya lewat

penginderaan baik melalui penglihatan dan pendengaran yang memiliki tujuan guna menunjukkan profesionalisme pendidikan yang nyata kepada responden. Metode audiovisual dirasa lebih tepat, cepat juga mudah jika dipadankan dengan pembicaraan, pemikiran maupun cerita terkait pengalaman pendidikan. Pendidikan kesehatan dengan metode audiovisual diharapkan mampu menarik minat responden sehingga mereka dapat memberikan fokus dan perhatian mereka kepada materi yang disampaikan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan kepada sebagian siswi SDN Tambakmas 03 dari kelas 4 sampai kelas 5 diketahui bahwa 6 dari 10 siswi belum paham dan belum mengalami menarche sedangkan 4 siswi kurang memahami konsep menarche. Berdasarkan hasil wawancara dan survei awal siswi SDN Tambakmas 03 masih kurang memahami mengenai konsep menarche pada pubertas pertama dan anak kurang memperoleh informasi mengenai masa pubertas pertama atau masa menarche.

Oleh sebab itu, tujuan penelitian ini ialah guna mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan metode audiovisual terhadap pengetahuan siswi SDN Tambakmas 03 dalam menghadapi menarche.

## METODE

Metode penelitian ialah metode yang diaplikasikan oleh peneliti sebagai upaya mengakumulasi data dalam penelitiannya (Arikunto, 2013). Peneliti menggunakan metode *pre eksperimen design* dengan pendekatan *one group pre-test post-test design*, yang bertujuan untuk mengutarakan hubungan sebab akibat dengan menyertakan satu kelompok intervensi. Kelompok intervensi ini akan diobservasi sebelum serta setelah diberikan perlakuan. Hal ini sejalan dengan penjelasan Sugiyono (2014) bahwa *pre-experimental design* merupakan suatu rancangan penelitian yang hanya terdiri dari satu kelompok perlakuan yang diberikan *pra* dan *pasca* uji. Penelitian ini memiliki tujuan untuk menilai pengaruh suatu perlakuan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan metode audiovisual

terhadap pengetahuan siswi SDN Tambakmas 03 dalam menghadapi menarche atau untuk membuktikan hipotesis terkait ada tidaknya pengaruh intervensi yang telah diberikan.

Penelitian ini dilakukan di SDN Tambakmas 03 pada bulan Februari-Juni 2022. Peneliti mengambil populasi meliputi siswi kelas 4 s/d 5 di SDN Tambakmas 03 yang berjumlah 30 anak yang belum mengalami menarche. Sementara untuk teknik sampling dalam penelitian ini ialah total sampling disebabkan jumlah populasi yang cukup kecil yaitu tidak lebih dari 100 anak. Total sampling disebut juga teknik sensus yang mana keseluruhan anggota populasi dijadikan sebagai sampel penelitian tersebut. Penjelasan ini sesuai dengan pengertian dari Sugiyono (2014) yang menyebutkan bahwa total sampling merupakan teknik sampling yang mana pengambilan sampel meliputi keseluruhan jumlah populasi dalam penelitian tersebut.

Variabel independen penelitian ini ialah pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan metode audiovisual dan variabel dependennya adalah pengetahuan siswi SDN Tambakmas 03 dalam menghadapi menarche. Sedangkan instrumen penelitian yang dipakai peneliti dalam penelitian ini berupa media audiovisual serta kuesioner yang diisi langsung oleh responden. Untuk metode audiovisual yang dibuat oleh peneliti berupa sebuah video yang terdiri pengertian menstruasi dan menarche, tanda dan gejala menarche, proses terjadinya menstruasi, perubahan fisik dan psikologis yang terjadi saat menstruasi, personal hygiene saat menstruasi dan menarche dengan durasi 17 menit 48 detik. Metode audiovisual ini berupa single video yang disampaikan secara langsung kepada responden sebanyak 2 kali pemutaran video dengan media LCD proyektor.

Serta dengan pengawasan langsung dari peneliti saat pemutaran video untuk memastikan responden menonton video tersebut. Sementara untuk kuesioner menggunakan pernyataan tertutup dengan dua alternatif jawaban berupa pernyataan positif (favorable) dan negatif (unfavorable). Kuesioner yang disusun berupa pernyataan tentang pengetahuan menstruasi pertama, jumlah pernyataan sebanyak 20 soal dengan 17 soal

favorable dan 3 soal unfavorable. Skor favorable 1 pada jawaban yang dinyatakan benar dan 0 pada jawaban yang dinyatakan salah. Skor unfavorable 0 untuk jawaban yang dinyatakan benar dan 1 untuk jawaban yang dinyatakan salah.

Analisis univariat dalam penelitian ini meliputi umur, sumber informasi, serta tingkat pengetahuan siswi tentang menstruasi pertama (menarche) sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan media audiovisual berdasarkan hasil kuesioner yang selanjutnya ditabulasi dan dikelompokkan dalam bentuk tabel. Sedangkan analisis bivariat dalam penelitian ini dilaksanakan guna mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan media audiovisual terhadap peningkatan pengetahuan siswi kelas IV dan V tentang menstruasi pertama (menarche) di SDN Tambakmas 03. Dalam penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon. Uji Wilcoxon sendiri dipakai untuk menguji kesignifikansian perbandingan antara dua sampel yang saling berkorelasi (Sundayana, 2018). Alasan menggunakan uji Wilcoxon karena data dalam penelitian ini berskala ordinal dan ukuran sampelnya relatif kecil.

## HASIL

### A. Karakteristik Responden

1. Gambaran karakteristik penelitian diuraikan berdasarkan umur serta sumber informasi pada penelitian ini ialah sebagai berikut :

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Umur	9 Tahun	2	6,7
	10 Tahun	6	20
	11 Tahun	21	70
	12 Tahun	1	3,3
	<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>
Sumber Informasi	Orang Tua	2	6,7
	Teman	16	53,3
	Nakes	8	26,7
	Internet	1	3,3
	Belum Pernah	3	10
	<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Sumber : Data riset tahun 2022

2. Pengetahuan siswi SDN Tambakmas dalam menghadapi menarche sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan metode audiovisual

Pretest	Frekuensi	Persentase
Baik	1	3,3
Cukup	22	73,3
Kurang	7	23,3
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Sumber : Data riset tahun 2022

Posttest	Frekuensi	Persentase
Baik	25	83,3
Cukup	5	16,7
Kurang	0	0
<b>Total</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

Sumber : Data riset tahun 2022

#### B. Uji Wilcoxon

Uji yang dipakai guna menguji hipotesis antara dua variabel pada penelitian ini adalah *uji Wilcoxon* karena data pada penelitian ini berskala ordinal dan ukuran sampelnya relatif kecil. Analisis ini dilihat dari seberapa besar pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan metode audiovisual terhadap pengetahuan siswi SDN tambakmas dalam menghadapi menarche sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Hasil uji hipotesis penelitian ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Pengetahuan siswi SDN Tambakmas dalam menghadapi menarche		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest – Pretest	Negative Ranks	0	0,00	0,00
	Positive Ranks	30	15,50	465,00
	Ties	0		
	Total	30		

Sumber : Data riset tahun 2022

Pengetahuan siswi SDN Tambakmas dalam menghadapi menarche	Z	Sig. (2-tailed)	A
Posttest – Pretest	-5,396	0,000	0,05

Sumber : Data riset tahun 2022

## PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini diperoleh hasil bahwa dari 30 responden didominasi responden berumur 11 tahun sebanyak 21 siswi sebesar 70%. Kusmiron (2014) menyebutkan bahwa menarche merupakan awalan menstruasi yang dialami seorang wanita saat memasuki masa pubertas, biasanya terjadi ketika usia 12 sampai 14 tahun. Meski demikian usia menarche sendiri beragam pada setiap individu, menarche bisa terjadi mulai usia 9 sampai 15 tahun. Sehingga saat memasuki usia ini merupakan periode yang tepat bagi responden untuk memperoleh pengetahuan tentang menstruasi pertama (menarche).

Sebagian besar responden juga sudah pernah mendapat informasi tentang menstruasi sebanyak 27 responden (90%) baik dari orang tua, teman, nakes dan internet. Seseorang yang sudah pernah mendapatkan informasi akan menambah pengetahuannya. Sumber informasi adalah salah satu variabel penting yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan. Informasi bisa didapatkan melalui pendidikan secara formal maupun non-formal yang bisa memberikan dampak bagi perubahan dan peningkatan pengetahuan (Notoatmodjo, 2014). Dengan demikian, pada kurun waktu ini siswi membutuhkan pendidikan kesehatan untuk diserap, dalam hal ini peneliti melakukan pendidikan kesehatan tentang menstruasi melalui media audiovisual.

Pada hasil uji *Wilcoxon* didapatkan nilai selisih negatif *pre-test* dan *post-test* adalah 0 yang artinya tidak terdapat penurunan nilai *pre-test* ke *post-test* Untuk nilai selisih positif diketahui nilai N adalah 30, rata-rata peningkatan atau mean rank adalah 15,50 dan jumlah ranking positif adalah 465,00. Sedangkan nilai *ties* yang merupakan kesetaraan nilai *pre-test* ke *post-test* dalam penelitian ini adalah 0 sehingga disimpulkan tidak terdapat nilai yang setara pada nilai *pre-test* serta *post-test* dalam penelitian ini.

Sedangkan pada hasil *uji wilcoxon* diperoleh angka significancy 0,000 (nilai  $p < 0,05$ ) maka disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan metode audiovisual terhadap pengetahuan siswi SDN

Tambakmas 03 dalam menghadapi menarache. Berdasarkan hasil penelitian ini, disimpulkan bahwa hipotesis penelitian terbukti secara signifikan ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan metode audiovisual terhadap peningkatan pengetahuan siswi SDN Tambakmas 03 dalam menghadapi menarache.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Hapsari et al., 2021) yang berjudul Pengaruh Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang Menarache Dengan Metode Audiovisual Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Di SDN Sukorame 01 diketahui data hasil analisis dengan uji wilcoxon terdapat pengaruh tingkat pengetahuan kelompok intervensi sebelum dan setelah perlakuan (*p-Value* 0,003). Serta terdapat pengaruh kategori sikap kelompok intervensi sebelum dan setelah perlakuan (*p-Value* 0,001), dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menarache dengan metode audiovisual terhadap tingkat dan sikap remaja di SD N Sukorame 01.

Penelitian ini menggunakan metode pendidikan kesehatan dengan media audiovisual. Pendidikan kesehatan ini dilakukan dalam rangka untuk membandingkan pengetahuan responden sebelum juga sesudah diberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan media audiovisual. Hasil penelitian yang dilakukan di SD Negeri Tambakmas 03 dengan 30 responden didapatkan hasil bahwa kategori pengetahuan responden sebelum dilakukan pendidikan kesehatan dengan media audiovisual dalam kategori baik sebanyak 1 siswi (3,3%), cukup sebanyak 22 siswi (73,3%) dan kurang 7 siswi (23,3%). Adapun kategori pengetahuan responden setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan media audiovisual dalam kategori baik 25 siswi (83,3%), cukup sebanyak 5 siswi ( 16,7% ) dan kurang 0 siswi (0%). Dengan melihat hasil penelitian tersebut peneliti dapat menyimpulkan bahwa adanya pengaruh pendidikan kesehatan dengan media audiovisual tentang perilaku kesehatan reproduksi terhadap peningkatan pengetahuan responden di SD Negeri Tambakmas 03.

Sejalan dengan penelitian (Delima et al., 2020) dengan judul “Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Kesiapan Dalam Menghadapi Menarache Pada Siswi Kelas V dan VI” diperoleh hasil *mean pre-test* pengetahuan pada kelompok intervensi adalah 91,50 dan setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual mengalami peningkatan saat posttest pengetahuan menjadi 101,25. Berdasarkan hasil uji statistik diketahui nilai  $P = 0,001$  dengan selisih rerata -9750, dengan demikian disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kesiapan menghadapi menarache responden antara sebelum dan setelah pemberian pendidikan kesehatan dimana terjadi peningkatan pengetahuan tentang kesiapan menghadapi menarache.

Pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual menguatkan responden dalam menerima pesan dalam pembelajaran lewat indra pendengaran dan juga penciptaan pesan belajar lewat indra penglihatan. Menstimulasi masuknya informasi kedalam ingatan lewat mata juga telinga serta dapat membuat seseorang mengingat apa yang dilihat serta didengar dari tayangan suatu program. Media audiovisual mampu memudahkan orang dalam menyampaikan serta menerima suatu informasi, memicu keinginan untuk mengetahui lebih banyak informasi dari yang ditayangkan. Dengan menggunakan media audiovisual responden memperoleh gambaran nyata dari materi yang disampaikan. Media audiovisual juga dapat mempermudah responden dalam mengingat materi yang telah diajarkan. Media audiovisual juga memiliki kelebihan dari aspek pemateri yaitu memudahkan pemateri dalam menjelaskan materi pembelajaran.

Sejalan dengan penjelasan dari (Rusman, 2013) disebutkan beberapa kelebihan dari media audiovisual khususnya video yaitu mampu menyampaikan pesan yang dapat diterima lebih maksimal oleh responden, media video sangat tepat guna menjelaskan sebuah proses serta bisa melewati keterbatasan ruang dan waktu karena lebih realistis juga dapat diulang atau dihentikan sesuai dengan kebutuhan, video juga memberi

kesan yang mendalam sehingga diharapkan dapat mempengaruhi sikap responden.

## KESIMPULAN

Ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan metode audiovisual terhadap pengetahuan siswi SDN Tambakmas 03 dalam menghadapi menarche dengan hasil menunjukkan bahwa nilai *Sig. (2-tailed)* 0,000 ( $p < 0,05$ ). Diharapkan siswi di SDN Tambakmas 03 mampu menerapkan informasi yang telah diperoleh tentang menstruasi untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi menarche.

Peneliti memberikan rekomendasi agar Pendidikan Kesehatan dengan media audiovisual tentang menarche ini dapat dilakukan secara berkelanjutan dengan menjalin kerja sama dengan pihak Puskesmas. Pelaksanaan kegiatan dapat dilakukan bersamaan dengan kegiatan bulan BIAS atau dilaksanakan saat kegiatan extra kurikuler seperti Pramuka atau menyiapkan waktu khusus oleh guru BK sehingga siswa lebih memahami baik perubahan baik fisik maupun mental dalam menghadapi masa remaja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, I. (2013). *Teknologi Pendidikan (Cet. 1)*. Remaja Rosda Karya.
- Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Delima, M., Andriani, Y., & Lestari, T. (2020). *Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V dan VI*. 2(2), 97–104.
- Hapsari, Y. E., Widyastutik, D., Hapsari, E., & Yessy, M. (2021). *Pengaruh Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Dengan Metode Audiovisual Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Di SD N Sukorame 01*. 21.
- Kusmiran, E. (2014). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Pramono, T. (2016). *Statistik Remaja Jawa Timur 2015*. In *Statistik Remaja Jawa Timur 2015*. Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur.
- Rusman. (2013). *Model-model Pembelajaran Title*.

- Rajawali Pers.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan RD*. Alfabeta.
- Sundayana. (2018). *Statistika Penelitian Pendidikan*. Alfabeta.