

EFEKTIFITAS PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG MENARCHE TERHADAP PENGETAHUAN SISWI

Astri Wahyuningsih¹, Sri Wahyuni², Linda Adi Anggreini³

¹²Dosen Kebidanan Universitas Muhammadiyah Klaten

³Mahasiswa Program Studi D III Kebidanan Universitas Muhammadiyah Klaten

Email: astrinadine@gmail.com^{1*}, sriyuni2402@gmail.com², linda.adi@gmail.com³

Abstract

Background: Menarche is a term for menstruation which occurs for the first time between the ages of 9 – 16 years. Objective: To determine the effectiveness of health counseling about menarche on female students' knowledge. Method: The method of this research is a quasi-experimental design by forming a one group pretest posttest design. The population in this study were 32 female students. Sampling using total sampling, namely by taking all members of the population as respondents. The number of samples in this study were 32 female students. The instrument used in this research is a questionnaire. Results: The results in this study were that the majority of respondents had a good level of knowledge as many as 2 people at the pretest stage and the majority of respondents had a good level of knowledge as many as 22 people at the posttest stage. Data analysis using the Wilcoxon test. The results of bivariate analysis with the Wilcoxon test obtained a p value of 0.000 ($p < 0.05$). Conclusion: The conclusion of this study is that there is a significant comparison between pretest and posttest scores in increasing female students' knowledge about menarche. Suggestion: The school should be able to conduct reproductive health education about menarche which supports readiness for menarche.

Keyword: Extension, Knowledge; Menarche

Abstrak

Latar Belakang: Menarche merupakan istilah dari menstruasi yang pertama kali terjadi antara usia 9 – 16 tahun. Tujuan: Untuk mengetahui efektifitas penyuluhan kesehatan tentang menarche terhadap pengetahuan siswi. Metode: Metode penelitian ini adalah eksperimen semu (quasi eksperimen design) dengan membentuk one group pretest posttest design. Populasi pada penelitian ini sebanyak 32 siswi. Pengambilan sampel menggunakan total sampling yaitu dengan mengambil seluruh anggota populasi sebagai responden. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 32 siswi. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu kuesioner. Hasil: Hasil dalam penelitian ini adalah mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 2 orang pada tahap pretest dan mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 22 orang pada tahap posttest. Data analisis menggunakan uji Wilcoxon. Hasil analisis bivariat dengan uji Wilcoxon diperoleh nilai p value sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Kesimpulan: Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat perbandingan yang signifikan antara nilai pretest dan posttest dalam meningkatkan pengetahuan siswi tentang menarche. Saran: Pihak sekolah untuk dapat melakukan pendidikan kesehatan reproduksi tentang menarche yang menunjang kesiapan menghadapi menarche.

Kata Kunci: Ekstensi, Pengetahuan; Menarche

1. Pendahuluan

Menarche merupakan istilah dari menstruasi yang pertama kali terjadi antara usia 9 – 16 tahun. Menstruasi pertama umumnya *anovulatoir*, iregular, periodenya lama dan pendarahan banyak. Siklus *anovulatoir* ireguler ini dapat terjadi hingga 12 bulan dengan bertambahnya usia, siklus menstruasi normal makin teratur dan disertai *ovulasi*. Reaksi remaja wanita terhadap datangnya haid pertama (*menarche*), yaitu reaksi negatif, ketika muncul menstruasi pertama, seorang individu akan merasa keluhan- keluhan psikologis (sakit kepala, sakit pinggang, mual-mual, muntah) maupun kondisi psikologis yang tak stabil (bingung, sedih, stress, cemas, mudah tersinggung, marah emosional) [1] [2].

Reaksi-reaksi tersebut kemungkinan biasa muncul karena ketidaktahuan remaja tentang perubahan-perubahan fisiologis yang terjadi pada awal kehidupan seorang remaja wanita dan kurangnya pengetahuan, dimana hal ini bisa disebabkan dari segi fisik dan psikologis remaja yang

belum matang, informasi yang kurang dari orang tua menyebabkan timbulnya perasaan cemas dan takut pada remaja ketika menstruasi pertama tiba [3].

Informasi yang kurang mengenai *menarche* menyebabkan anak usia sekolah dasar secara psikologis tidak mempersiapkan diri menghadapi *menarche*. Sewaktu *menarche* terjadi seringkali muncul anggapan bahwa segala sesuatu yang keluar dari alat kelamin anak perempuan adalah sesuatu yang kotor, menjijikan dan noda bagi diri anak perempuan. Oleh karena itu timbul perasaan rendah diri, atau anak perempuan akan merasa sakit-sakitan saat menstruasi sehingga tidak berani keluar rumah. Sehingga informasi sedini mungkin dari lingkungan dan tenaga kesehatan juga dapat membantu remaja tersebut untuk menerima kodratnya atau identitas sebagai perempuan, remaja perempuan merasa bahwa *menarche* adalah peristiwa alamiah dan bisa mengurangi sikap negatif remaja dalam menghadapi *menarche* [4].

Data yang diperoleh dari Kementerian Kesehatan RI Tahun 2019 menunjukkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia 2019 menyatakan bahwa remaja usia 10 – 19 tahun, proporsi *menarche* secara keseluruhan adalah 78,6% mulai dari 42,8%, 96,2%, 99,6% di usia 12 tahun, 15 tahun, dan 18 tahun. Masing – masing rata – rata usia *menarche* secara keseluruhan adalah 12,96 tahun [5].

Jumlah penduduk usia remaja perempuan rentang usia 10-24 tahun di Indonesia tahun 2021 adalah 32.467.5 jiwa (Badan Pusat Statistik Indonesia) Jumlah penduduk usia remaja perempuan rentang usia 10 – 24 tahun di Provinsi Jawa Tengah tahun 2021 adalah 4.089.541 jiwa (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah) [6]. Jumlah penduduk usia remaja perempuan rentang usia 10 – 24 tahun di Kabupaten Klaten tahun 2021 adalah 31.996 jiwa [7].

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah diatas adalah dengan diberikannya pendidikan kesehatan tentang *menarche*. Pendidikan kesehatan merupakan kegiatan untuk membantu individu, kelompok masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan untuk mencapai hidup sehat secara optimal [8]. Pendidikan kesehatan tentang reproduksi remaja khususnya tentang menstruasi perlu mendapatkan perhatian dari semua pihak [9]. Pemberian pendidikan kesehatan reproduksi tentang menstruasi akan menambah pengetahuan dan informasi tentang menstruasi sehingga dengan bertambahnya pengetahuan mengenai menstruasi diharapkan remaja tersebut menjadi siap untuk menghadapi *menarche*.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan pada November 2021 dengan mewawancarai 6 siswi dari jumlah seluruhnya 35 siswi di SD Negeri 1 Keprabon Polanharjo, yaitu kelas 4,5,dan 6 didapatkan hasil 3 siswi yang sudah mengalami menstruasi. Dari ke 6 siswi mengatakan belum pernah mendapatkan informasi mengenai kesehatan reproduksi tentang menstruasi, dan mengalami kecemasan serta kebingungan terkait yang harus dilakukan pada saat mengalami menstruasi yang pertama kali oleh para siswi di SD Negeri 1 Keprabon Polanharjo.

2. Metode

Metode yang digunakan adalah penelitian eksperimen atau percobaan(*eksperimen*) adalah suatu penelitian dengan melakukan kegiatan percobaan, yang bertujuan untuk mengetahui gejala atau pengaruh yang timbul sebagai akibat dari adanya perlakuan tertentu atau *eksperimen* tersebut [10]

Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan eksperimen semu (*quasi experimen design*) dengan membentuk *one group pretest posttest design*.

Pada penelitian ini di dapatkan sampel sebanyak 32 responden dari total populasi sebanyak 32 siswi kelas 4, 5,dan 6. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *total sampling* yaitu dengan mengambil seluruh anggota populasi sebagai responden atau sampel.

Variabel dalam penelitian ini adalah pengetahuan tentang *menarche*.. Analisa data dalam penelitian ini dilakukan dengan penelitian deskriptif dengan teknik analisa univariat dan bivariat. Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 1 Keprabon, Kabupaten Klaten, Provinsi Jawa Tengah.

Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari 2022 sampai dengan bulan Agustus 2022. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 20 Mei 2022.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa kuesioner berskala ordinal, data yang di peroleh berupa data primer langsung dari responden dengan menjawab pertanyaan kuesioner yaitu : “Benar” dan “Salah” untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang *menarche* pada siswi. Pengumpulan data dengan cara mengumpulkan siswi kelas 4,5,dan 6 di salah satu ruang kelas di SD Negeri 1 Keprabon.

3.1 Hasil dan Pembahasan

Tabel 1 Distribusi tingkat pengetahuan siswi sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan

Nilai	Sebelum (<i>Pretest</i>)		Nilai	Sesudah (<i>Posttest</i>)	
	F	Prosentase (%)		F	Prosentase (%)
Baik	2	6,3	Baik	22	68,8
Cukup	12	37,5	Cukup	10	31,3
Kurang	18	56,3	Kurang	0	0
Total	32	100,0	Total	32	100,0

Terlihat bahwa sebelum dilakukan penyuluhan kesehatan tingkat pengetahuan siswi tentang *menarche* di SD Negeri 1 Keprabon Polanharjo Klaten yang paling banyak adalah dalam kategori kurang yaitu 18 responden (56,3%) dan tingkat pengetahuan siswi sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang *menarche* yang paling banyak adalah dalam kategori baik yaitu 22 responden (68,8%).

Tabel 2 Distribusi Hasil Uji Normalitas Tingkat Pengetahuan Siswi Tentang *Menarche* sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan.

Variabel	Shapiro Wilk Test			
	Pretest		Posttest	
	Df	Sig	Df	Sig
Tingkat Pengetahuan	32	.412	32	0,016

Hasil uji normalitas diatas diperoleh nilai signifikan tingkat pengetahuan pada tahap *pretest* sebesar 0,412, sedangkan tahap *posttest* hasilnya menjadi 0,016. Berdasarkan keterangan diatas maka dapat disimpulkan bahwa data *pretest* normal dan data *posttest* berdistribusi tidak normal ($p < 0,05$). Kesimpulannya dari hasil uji normalitas menunjukkan bahwa penelitian ini dapat menggunakan uji analisis *Wilcoxon*.

Tabel 3 Efektivitas Penyuluhan Dalam Meningkatkan Pengetahuan Siswi Tentang *Menarche*

No	Pengetahuan	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		Z	P value
		F	%	F	%		
1	Baik	2	6,3	22	68,8		
2	Cukup	12	37,5	10	31,3	-4,713	0,000
3	Kurang	18	56,3	0	0		
	Jumlah	32	100	32	100		

Berdasarkan Tabel 4.3 diketahui bahwa responden pada tahap sebelum diberikan penyuluhan kesehatan (*pretest*) yang mempunyai pengetahuan baik (6,3%), responden dengan pengetahuan cukup (37,5%), responden dengan pengetahuan kurang (56,3%). Sedangkan pada tahap sesudah diberikan penyuluhan kesehatan (*posttest*) responden yang mempunyai pengetahuan baik (68,8%), responden dengan pengetahuan cukup (31,3%), dan responden dengan pengetahuan kurang (0%).

Hasil uji *Wilcoxon* diperoleh nilai Z sebesar -4,713 dengan *p value* 0,000 ($p < 0,05$) sehingga penyuluhan kesehatan efektif terhadap pengetahuan siswi tentang *Menarche* di SD Negeri 1 Keprabon Polanharjo Klaten.

3.2 Pembahasan

Pengetahuan tentang menarche sebelum diberikan penyuluhan kesehatan

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa pengetahuan siswi tentang *menarche* di SD Negeri 1 Keprabon Polanharjo Klaten sebelum diberikan penyuluhan (*pretest*) adalah dalam kategori kurang yaitu sebanyak 18 responden (56,3%).

Kurangnya pengetahuan tentang *menarche* menunjukkan bahwa pentingnya pemberian penyuluhan kesehatan kepada siswi sekolah dasar untuk kesiapan menghadapi *menarche*. Kurangnya pengetahuan disebabkan karena dari segi fisik dan psikologis remaja belum matang. Dalam penelitian ini terdapat responden berusia 9-12 tahun. Umur tersebut dianggap sebagai umur yang belum memiliki kematangan dalam proses berfikir, sehingga pengetahuan siswi tentang menstruasi belum maksimal, baik dari segi banyaknya informasi ataupun kemampuan dalam memahami informasi yang didapatkan [8].

Dalam Wawan & Dewi (2012) menyebutkan semakin cukup umur maka semakin tinggi kematangan dalam berfikir. Informasi yang kurang karena seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan lebih luas. Pengaruh informasi diantara orang yang biasanya dianggap penting oleh individu adalah orang tua, orang yang status sosialnya lebih tinggi, teman sebaya, teman dekat, guru. Pada umumnya anak cenderung untuk memiliki sikap searah dengan sikap orang yang dianggap penting [11].

Pengetahuan tentang menarche sesudah diberikan penyuluhan kesehatan

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa pengetahuan siswi tentang *menarche* di SD Negeri 1 Keprabon Polanharjo Klaten sesudah diberikan penyuluhan kesehatan (*posttest*) dalam kategori baik meningkat menjadi 22 responden (68,8%).

Hasil penelitian yang dilaksanakan di SD Negeri 1 Keprabon Polanharjo Klaten ini setelah diberikan penyuluhan kesehatan dipengaruhi oleh media audiovisual, karena media audio visual adalah alat bantu lihat dan dengar untuk menstimulasi indra mata dan pendengaran waktu proses penyampaian bahan pengajaran. Media audiovisual yang digunakan dapat merangsang dua indra yaitu mata dan telinga secara bersamaan sehingga responden lebih fokus ke materi yang diberikan [12].

Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Menarche Terhadap Pengetahuan Siswi

Dalam meningkatkan pengetahuan siswi tentang *menarche* di SD Negeri 1 Keprabon Polanharjo Klaten. Didapatkan Hasil analisis bivariat yang menunjukkan *p value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti pemberian penyuluhan kesehatan tentang *menarche* terbukti sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswi di SD Negeri 1 Keprabon Polanharjo Klaten. Karena pembelajaran dikatakan efektif apabila hasil pembelajaran peserta menunjukkan perbedaan yang signifikan antara pemahaman awal dengan pemahaman setelah pembelajaran. Ahmad Muhli (2012 : 10) Dalam penelitian ini dapat dilihat perbedaan nilai yang signifikan dengan hasil pengetahuan siswi sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan yaitu *pretest* dalam kategori baik yaitu 2 responden (6,3%) dan hasil *posttest* dalam kategori baik yaitu 22 responden (68,8%).

4. Kesimpulan

Penelitian tentang “ Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Tentang *Menarche* Terhadap Pengetahuan Siswi Di SD Negeri 1 Keprabon Polanharjo Klaten” dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut (a) pengetahuan siswi tentang *menarche* sebelum diberikan penyuluhan kesehatan adalah dalam kategori kurang yaitu sebanyak 18 responden (56,3%), (b) pengetahuan siswi

tentang *menarche* sesudah diberikan penyuluhan kesehatan adalah dalam kategori baik yaitu sebanyak 22 responden (68,8%) dan (c) penyuluhan kesehatan efektif terhadap peningkatan pengetahuan siswi tentang *menarche* di SD Negeri 1 Keprabon Polanharjo Klaten dengan *p value* 0,000 ($p < 0,005$).

5. Daftar Pustaka

- [1] Notoatmodjo S. Ilmu Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
- [2] Santrock JW. Life-span Development. Jakarta: Erlangga; 2012.
- [3] Prawirohardjo S. Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo. Jakarta: PT. Bina Pustaka; 2014.
- [4] Rachamawati Chusniah Windi. Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku. Malang: Wineka Media; 2019.
- [5] BPS. Badan Pusat Statistik Indonesia 2021 (BPS – Statistic Indonesia). Jakarta: BPS Indonesia; 2021.
- [6] BPS. Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah 2021 (Statistics of Jawa Tengah Province). BPS Provinsi Jawa Tengah; 2021.
- [7] BPS. Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di Kabupaten Klaten 2021. Klaten: Badan Pusat Statistik Kabupaten Klaten; 2021.
- [8] Villasari A. Fisiologi Menstruasi. Kediri: Strada Press; 2021.
- [9] Rivanto. Pembiayaan Sektor Kesehatan. NEM; 2014.
- [10] Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta; 2018.
- [11] Hendriani D, Chifdillah NA, Tamara SR. Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual. Mahakam Midwifery J 2019;53:24–32.
- [12] Rini WNE. Pengaruh Penggunaan Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Stunting di Puskesmas Rawasari Kota Jambi Tahun 2019. J Kesmas Jambi 2020;4:23–7.