

## Pengaruh Edukasi Audiovisual Tentang Menarche Terhadap Pengetahuan dan Kesiapan Menghadapi Menarche di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan

Kartika Aviliana Salihah<sup>1\*</sup>, Surmiasih<sup>2</sup>, Rini Palupi<sup>3</sup>, Riska Hediya Putri<sup>4</sup>

<sup>1-4</sup>Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu, Indonesia

Open  Access Freely  
Available Online

Dikirim: 11 Agustus 2024

Direvisi: 22 Agustus 2024

Diterima: 29 Agustus 2024

\*Penulis Korespondensi:

E-mail:

[kartikaaviliana7756@gmail.com](mailto:kartikaaviliana7756@gmail.com)

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Badan Pusat Statistik (BPS) memperkirakan sebanyak 367.127 remaja putri berada di Lampung dan pada daerah kabupaten Way Kanan terdapat 37.222 remaja putri berusia 10-19 tahun. Menurut hasil *pra survey* di SDN 01 Serupa Indah dari 10 remaja putri terdapat 5 remaja putri mengatakan tidak tahu mengganti pembalut berapa kali dan tidak siap menghadapi menstruasi, Kemudian 3 remaja putri mengatakan bingung dalam menghadapi menstruasi dan kurang siap menghadapi menstruasi, dan 2 remaja putri mengatakan sudah mendapat pengetahuan tentang menstruasi sehingga siap menghadapi menstruasi. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi audiovisual tentang *menarche* terhadap pengetahuan dan kesiapan menghadapi *menarche*. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode *pre eksperimen* dengan *one group pre test and post test design*. Populasi penelitian sebanyak 52 orang dan dijadikan total sampel penelitian. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dan media pendidikan kesehatan berupa video. Analisa data bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan remaja putri dalam menghadapi *menarche* meningkat, yaitu dari 6,00 menjadi 9,00. Kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* meningkat, yaitu dari 20,00 menjadi 24,00. Hasil analisa data di peroleh *p-value* < 0,001 (< 0,05), dapat disimpulkan terdapat pengaruh edukasi audiovisual terhadap peningkatan pengetahuan dan kesiapan dalam menghadapi *menarche*. **Simpulan:** Diharapkan petugas kesehatan dapat melakukan kegiatan penyuluhan ke sekolah dalam meningkatkan kesehatan reproduksi pada siswa dalam rangka kesiapan menghadapi *menarche*.

**Kata kunci:** *Menarche*, Pengetahuan, Kesiapan, Edukasi, Audiovisual

### ABSTRACT

**Background:** The Central Bureau of Statistics (BPS) estimates that 367,127 adolescent girls are in Lampung and in Way Kanan district there are 37,222 adolescent girls aged 10-19 years. According to the results of a pre-survey at SDN 01 Serupa Indah from 10 adolescent girls there were 5 adolescent girls who said they did not know how many times to change pads and were not ready to face menstruation, then 3 adolescent girls said they were confused in facing menstruation and were not ready to face menstruation, and 2 adolescent girls said they had received knowledge about menstruation so they were ready to face menstruation. **Objective:** This study aims to determine the effect of audiovisual education about *menarche* on knowledge and readiness to face *menarche*. **Methods:** This type of research is quantitative with pre experimental method with *one group pre test and post test design*. The study population was 52 people and was used as a total research sample. The research instrument used questionnaires and health education media in the form of videos. Bivariate data analysis using *Wilcoxon* test. **Results:** The results showed that the level of knowledge of adolescent girls in facing *menarche* increased, from 6.00 to 9.00. The readiness of adolescent girls in facing *menarche* increased, from 20.00 to 24.00. The results of data analysis obtained *p-value* < 0.001 (< 0.05), it can be concluded that there is an effect of audiovisual education on increasing knowledge and readiness in facing *menarche*. **Conclusions:** It is expected that

*health workers can conduct counseling activities to schools in improving reproductive health in students in order to prepare for menarche.*

**Keywords:** *Menarche, Knowledge, Readiness, Education, Audiovisual*

## **PENDAHULUAN**

Masa remaja adalah masa terjadi transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa dimana remaja sedang mengalami perubahan fisik maupun fisiologi (Erni dan sitti, 2015). Menurut *World Health Organization* (2023) mendefinisikan remaja adalah penduduk laki laki dan perempuan yang rentang usianya 10-19 tahun, dari hasil data WHO jumlah remaja putri yang sudah mengalami menstruasi adalah sekitar seperlima dari penduduk dunia dan jumlah remaja putri yang sudah menstruasi di negara berkembang adalah sekitar 900 juta jiwa.

Menurut Riskesdas (2019) Rata-rata *menarche* yang terjadi di Indonesia pada remaja putri adalah usia 10-19 tahun. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) 2019, jumlah remaja putri usia 10-14 tahun di Indonesia adalah 46 juta jiwa remaja dan 22.080.000 (48%) adalah remaja putri, kemudian di daerah Lampung terdapat 367.127 jiwa remaja putri, dan pada daerah kabupaten Way Kanan remaja putri usia 10-19 tahun yaitu 37.222 jiwa. Dari hasil data di atas menunjukkan bahwasannya remaja di Indonesia harus mendapatkan perhatian khusus karena sudah termasuk usia sekolah dan reproduksi.

*Menarche* merupakan suatu periode menstruasi pertama yang ditandai dengan munculnya perubahan secara fisiologis yang meliputi perubahan fisik dan mental. *menarche* terjadi secara tiba-tiba dan mencolok perubahan-perubahan tersebut dapat memicu timbulnya kecemasan (Destriati Sinaga dan Enima Hallawa, 2019). Selain itu pada se (Nurifa S, 2021). Bahkan ada yang menyebutkan adanya pengaruh psikis yang kuat dari luar berupa film porno atau film dengan alur atau tema cerita percintaan, godaan dan stimulus dari lawan jenis akan mengakibatkan kematangan seksual yang lebih cepat (Susanti dan Wulandari, 2017). Oleh karena itu remaja putri yang menghadapi *menarche* memerlukan persiapan, Salah satu persiapan yang penting dan harus

dimiliki oleh seorang remaja yang menghadapi *menarche* yaitu dengan memiliki pengetahuan yang baik tentang *menarche*.

Pengetahuan tentang *menarche* pada remaja putri sangatlah dibutuhkan, Remaja putri membutuhkan informasi tentang proses menstruasi dan kesehatan selama menstruasi jika tidak remaja putri akan mengalami kesulitan dalam menghadapi menstruasi. Namun banyak dari remaja putri pada saat *menarche* terjadi remaja putri menganggap datangnya *menarche* merupakan gejala dari datangnya suatu penyakit sehingga remaja putri akan merasa kotor, jijik, takut, bingung dan malu hal tersebut membuat remaja putri tidak siap menghadapi *menarche*. (Anisatun & Tulus, 2014).

Kesiapan menghadapi *menarche* adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*). Remaja putri yang tidak siap menghadapi menstruasi pertama mempunyai kerentanan yang tinggi terhadap infeksi akibat kurangnya pemahaman personal hygiene genitalia. Gangguan kesehatan reproduksi yang biasa terjadi seperti keputihan, infeksi saluran kemih (ISK), penyakit radang panggul (PRP) dan kemungkinan terjadinya kanker Rahim (Siregra,2018).. Pernyataan diatas sesuai dengan penelitian yang dilakukan (Nurmawati & Erawantini, 2019) menunjukkan kesiapan responden menghadapi *menarche* sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 91,50, setelah diberikan pendidikan kesehatan 101,25 perbedaan rata-rata kesiapan menghadapi *menarche* responden sebelum dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan dengan hasil uji statistic diperoleh nilai  $p = 0,001$  dengan selisih rata-rata 9750. Maka dari itu diperlukan pengetahuan dan pemahaman menstruasi melalui edukasi sehingga remaja putri merasa siap menerima dan mengalami *menarche* (Siregra,2018).

Edukasi pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha menyampaikan pesan kesehatan kepada

masyarakat, kelompok atau individu. Dengan adanya pesan tersebut maka diharapkan masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik. Media edukasi saat ini sudah berkembang pesat, terutama media audiovisual. Media audiovisual merupakan alat yang digunakan oleh individu melalui beberapa indera yang dianggap paling mempengaruhi pengetahuan ke dalam otaknya melalui mata dan telinga. Edukasi dengan menggunakan audiovisual harus disesuaikan dengan sasaran kelompok (Notoatmodjo, 2012).

Alasan penggunaan media audiovisual adalah karena kemampuan dalam melukiskan gambaran hidup dan suara yang memberikan daya tarik tersendiri. Video pembelajaran berisi suatu tayangan dalam bentuk video yang di dalamnya terdapat gambar-gambar sehingga anak dapat melihat dan mendengarkan tayangan tersebut secara langsung. Media audiovisual ini digunakan karena anak usia sekolah memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan tertarik dengan hal yang menarik minatnya (Windaviv, 2014).

Penggunaan media audiovisual dalam memberikan pendidikan kesehatan dirasa sangat tepat untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, terutama pada kalangan anak-anak usia sekolah. Anak-anak menyukai bentuk gambar yang sifatnya ada suara dan gambar bergerak, sehingga dapat memberikan contoh bentuk perilaku yang baik kepada anak yang memiliki sifat meniru atau suka mengikuti apa yang dilihat (Mulyadi et al., 2018).

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilakukan peneliti di SDN 01 Serupa Indah terdapat 10 remaja putri yang belum *menarche*. Dari remaja putri yang belum mengalami *menarche* tersebut didapatkan hasil 5 remaja putri mengatakan, tidak tahu mengganti pembalut berapa kali, mereka juga mengatakan tidak mendapatkan pengetahuan dan edukasi tentang menstruasi sehingga mereka tidak siap menghadapi menstruasi pertama. Kemudian 3 remaja putri mengatakan bingung dalam menghadapi menstruasi serta mereka juga tidak mendapatkan pengetahuan dan edukasi tentang menstruasi sehingga mereka kurang siap

menghadapi menstruasi pertama. Dan terakhir 2 remaja putri mengatakan biasa saja dalam menghadapi *menarche* karena mereka sudah mengetahui cara memakai pembalut, berapa kali mengganti pembalut dan penanganan saat menstruasi. Mereka mengatakan mendapatkan pengetahuan dan edukasi tentang menstruasi dari ibu mereka. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut adakah Pengaruh Edukasi Audiovisual Tentang *Menarche* Terhadap Pengetahuan Dan Kesiapan Menghadapi *Menarche* di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan.

## **METODE**

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode *pre eksperimen* dengan *one group pre test and post test design*. Populasi penelitian sebanyak 52 orang dan dijadikan total sampel penelitian. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dan media pendidikan kesehatan berupa video. Analisa data bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*.

## **HASIL**

### **ANALISIS UNIVARIAT**

#### **Hasil Analisa Univariat**

Analisa ini bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik 2 variabel penelitian. Variabel yang di analisis dalam penelitian ini mencakup: rata-rata pengetahuan sebelum diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan, Kanan rata-rata pengetahuan setelah diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan, Kanan rata-rata kesiapan sebelum diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan, Kanan rata-rata kesiapan setelah diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan.

Tabel 1.

Pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan

Variabel Pengetahuan	n	Median	Minimal	Maksimal
Pengetahuan <i>Pre Test</i>	52	6,00	4	12
Pengetahuan <i>Post Test</i>	52	9,00	7	14

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa pengetahuan sebelum diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* di SDN 01 Serupa Indah Way mendapatkan nilai *median* 6,00. Pengetahuan sesudah diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan responden mendapatkan nilai *median* 9,00.

Tabel 2.

Kesiapan sebelum dan sesudah diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan

Variabel Pengetahuan	n	Median	Minimal	Maksimal
Kesiapan <i>Pre test</i>	52	20,00	14	32
Kesiapan <i>Post Test</i>	52	24,00	18	36

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan responden mendapatkan nilai *median* 20,00 dan sesudah diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan dengan mendapatkan nilai *median* 24,00.

**Bivariat**

**Uji Normalitas Data**

Tabel 3.

Hasil Uji Normalitas Data

Variabel	<i>Kolmogrov Smirnov</i>		
	Statistic	Df	Sig
Pengetahuan <i>Pre test</i>	0,289	52	≤ 0,001
Pengetahuan <i>Post Test</i>	0,310	52	≤ 0,001
Kesiapan <i>Pre Test</i>	0,173	52	≤ 0,001
Kesiapan <i>Post Test</i>	0,206	52	≤ 0,001

Peneliti menggunakan uji normalitas *Kolmogrov Smirnov* dikarenakan jumlah sampel penelitian lebih dari 50. Berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel 3 di atas diketahui bahwa hasil uji *Kolmogrov Smirnov* pengetahuan sebelum diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* menunjukkan *Sig* sebesar 0,001 dan pengetahuan sesudah diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* menunjukkan *Sig* sebesar 0,001. Kesiapan sebelum diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* menunjukkan *Sig* sebesar 0,001 dan kesiapan sesudah diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* menunjukkan *Sig* sebesar 0,001 yang artinya distribusi data tidak normal, maka penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon*.

Tabel 4.

Pengaruh Edukasi Audiovisual Tentang *Menarche* Terhadap Pengetahuan di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan

Variabel	Median	Minimum	Maksimum	<i>P value</i>
Pengetahuan sebelum edukasi audiovisual	6,00	4	12	0,001
Pengetahuan setelah edukasi audiovisual	9,00	7	14	

Berdasarkan tabel 4 di atas diperoleh bahwa ada pengaruh edukasi audiovisual tentang *menarche* terhadap pengetahuan di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan. Dengan perbedaan sebelum diberikan edukasi 6,00 dan sesudah diberikan edukasi menjadi 9,00 dan nilai *p value* sebesar  $0,001 < \alpha (0,05)$  dengan perbedaan nilai *median* 3,0 hal ini berarti  $H_0$  diterima yang artinya pengaruh edukasi audiovisual tentang *menarche* terhadap pengetahuan di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan.

Tabel 5.  
Pengaruh Edukasi Audiovisual Tentang *Menarche* Terhadap Kesiapan di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan

Variabel	Median	Minimum	Maksimum	P value
Kesiapan sebelum edukasi audio visual	20,00	14	32	0,001
Kesiapan setelah edukasi audiovisual	24,00	18	36	

Berdasarkan tabel 5 di atas diperoleh bahwa ada pengaruh edukasi audiovisual tentang *menarche* terhadap kesiapan di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan. Dengan perbedaan kesiapan sebelum diberikan edukasi 20,00 dan rata-rata sesudah diberikan edukasi menjadi 24,00 dan nilai *p value* sebesar  $0,001 < \alpha (0,05)$  dengan perbedaan nilai *Median* 4,0, hal ini berarti  $H_0$  diterima yang artinya pengaruh edukasi audiovisual tentang *menarche* terhadap kesiapan di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan.

## PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

#### Pengetahuan Sebelum & Sesudah Diberikan Edukasi Audiovisual Tentang *Menarche* Di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan sebelum diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* di SDN 01 Serupa Indah Way kanan mendapatkan nilai *median* 20,00. Pengetahuan sesudah diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan responden mendapatkan nilai *median* 24,00.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Hendriani (2019) di mana sebagian besar pengetahuan responden sebelum diberikan intervensi mendapatkan nilai *median* 11,75 dan pengetahuan setelah diberikan intervensi mendapatkan nilai *median* 13,81. Hasil ini sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan Eci nopia yang menunjukkan pengetahuan tentang *menarche* sebelum dilakukan pendidikan kesehatan 7,27 dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan 10,47.

Nilai paling tinggi pada jawaban kuisisioner nomor 1, rata-rata semua responden mampu menjawab definisi dari menstruasi. Hal ini dikarenakan sejak dini sudah dikenalkan tentang menstruasi mulai dari pendidikan di keluarga, pengajian hingga sekolah. Nilai paling rendah pada jawaban kuisisioner pada nomor 14 mengenai cara menjaga kebersihan alat reproduksi (kemaluan) selama menstruasi, responden masih bingung bagaimana cara membersihkan alat reproduksi (kemaluan) selama menstruasi yang baik dan benar.

*Menarche* adalah suatu peristiwa penting dalam perkembangan fisik seorang perempuan yang menandai awal dari menstruasi atau haid. Biasanya terjadi pada usia remaja awal, antara 10 hingga 15 tahun, meskipun rentang usia ini dapat bervariasi secara individual. *Menarche* menandakan bahwa sistem reproduksi perempuan telah mencapai kematangan, dan ia secara fisik mampu untuk mengalami siklus menstruasi bulanan (Nazariana, 2017).

Pengetahuan yang kurang pada remaja putri dapat disebabkan oleh kurangnya informasi yang diperoleh baik dari teman, guru, orang tua maupun lingkungan sekitar sehingga pengetahuan remaja tentang *menarche* sangat penting dalam membantu mereka menghadapi perubahan fisik dan emosional yang terjadi selama fase ini. Sebagian besar remaja perempuan sekarang mungkin telah menerima beberapa informasi tentang *menarche* dari berbagai sumber, termasuk sekolah, maupun teman sebaya. Namun, tingkat pengetahuan mereka dapat bervariasi (Ratnasari, 2019).

Sebagian besar remaja akan mengetahui bahwa *menarche* adalah saat pertama kali mengalami menstruasi, tetapi rincian tentang siklus menstruasi, perubahan fisik, dan cara menjaga kebersihan selama periode menstruasi terutama kebersihan alat reproduksi mungkin belum begitu jelas bagi mereka. Oleh karena itu, penting bagi pendidikan seksual dan kesehatan untuk memberikan informasi yang komprehensif dan akurat. Ini melibatkan pemahaman tentang kapan dan mengapa *menarche* terjadi, dan bagaimana menjaga kebersihan selama menstruasi (Novita, 2020).



Menurut peneliti, pada tingkat yang lebih dalam, *menarche* juga mencerminkan kesiapan sistem reproduksi perempuan untuk memulai siklus menstruasi bulanan. Berdasarkan hasil wawancara langsung dari responden, proses ini sering kali disertai oleh perubahan emosional dan psikologis yang signifikan, termasuk perasaan kebingungan atau kecemasan. Oleh karena itu, edukasi audiovisual yang disampaikan dengan jelas dan informatif dapat membantu remaja perempuan memahami perubahan ini dengan lebih baik. Selain memberikan pengetahuan tentang perubahan fisik, edukasi ini juga dapat membahas aspek-aspek penting seperti perawatan diri selama menstruasi dan pemahaman siklus menstruasi. Dengan memberikan informasi yang akurat dan mendukung, edukasi audiovisual dapat berperan sebagai alat yang efektif untuk memberikan pemahaman yang holistik tentang *menarche*, memberikan dukungan kepada remaja perempuan untuk menghadapi transisi ini dengan percaya diri dan positif.

#### **Kesiapan Sebelum & Sesudah Diberikan Edukasi Audiovisual Tentang *Menarche* di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan responden mendapatkan nilai *median* 19,54 dan sesudah diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan dengan mendapatkan nilai *median* 24,04. Hasil ini sejalan dengan dengan penelitian Eci nopia (2020) bahwa kesiapan tentang *menarche* sebelum dilakukan pendidikan adalah 4,13 dan kesiapan setelah diberikan pendidikan adalah 7,00.

Nilai paling rendah pada jawaban kuisisioner nomor 9, hal ini dikarenakan menstruasi dianggap tidak menyebabkan ketidaknyamanan fisik dan perubahan emosional bagi diri. Nilai paling tinggi pada jawaban kuisisioner nomor 1, responden menanyakan tentang menstruasi pada ibu, hal ini dilakukan karena ibu merupakan menjadi orang terdekat dalam perihal privasi seperti bagian reproduksi.

Kesiapan remaja menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh pengetahuan. Pengetahuan serta sumber informasi yang baik akan membuat remaja putri lebih percaya diri dan siap dalam menghadapi *menarche*. Pengetahuan yang harus dipersiapkan remaja perempuan yaitu tentang perubahan tubuh yang akan mereka alami dan pemahaman tentang menstruasi. Pengetahuan tentang perubahan fisik yang terjadi saat *menarche* dan siklus menstruasi dapat membantu mereka merasa siap dan terinformasi. Selain itu, mereka juga perlu diberi pemahaman tentang perawatan diri yang baik selama menstruasi seperti pemilihan pembalut, celana dalam diganti berapa kali sehari dan mengganti pembalut berapa kali sehari. Dari segi psikologis, remaja perlu memahami bahwa *menarche* dapat memicu perubahan emosional, dan keterbukaan terhadap fluktuasi ini dapat membantu mereka menjalani fase ini dengan lebih lancar. Penerimaan terhadap perubahan tubuh juga menjadi aspek penting, dengan menciptakan lingkungan yang mendukung penerimaan tubuh dan meresapi keragaman tubuh (Irnawati, 2019).

Menurut peneliti, kesiapan remaja terhadap *menarche* melibatkan pemahaman dan penerimaan terhadap perubahan fisik dan emosional yang terjadi selama fase ini. Berdasarkan hasil wawancara langsung dari responden perubahan fisik yang terjadi saat *menarche*, siklus menstruasi, serta perawatan diri selama menstruasi menjadi kunci untuk memastikan bahwa remaja dapat mengelola perubahan fisik dengan percaya diri. Sementara itu, aspek psikologis seperti pemahaman tentang fluktuasi emosional dan penerimaan terhadap perubahan citra tubuh juga merupakan bagian penting dari kesiapan. Keterbukaan untuk berkomunikasi dan menciptakan lingkungan yang mendukung merupakan hal yang sangat penting yang dapat membantu remaja merasa didukung dan dapat mengatasi tantangan yang mungkin muncul. Dengan pendekatan holistik ini, dapat diharapkan bahwa remaja perempuan dapat menghadapi *menarche* dengan lebih baik, merasa siap mengelola perubahan tersebut, dan membangun fondasi positif untuk pemahaman diri dan kesehatan reproduksi mereka ke depannya.

## **Bivariat**

### **Pengaruh Edukasi Audiovisual Tentang Menarche Terhadap Pengetahuan Di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan.**

Berdasarkan hasil penelitian di atas diperoleh bahwa ada pengaruh edukasi audiovisual tentang *menarche* terhadap pengetahuan di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan. Dengan perbedaan sebelum diberikan edukasi 6,00 dan sesudah diberikan edukasi menjadi 9,00 dan nilai *p value* sebesar  $0,001 < \alpha (0,05)$ , hal ini berarti  $H_a$  diterima yang artinya pengaruh edukasi audiovisual tentang *menarche* terhadap pengetahuan di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Riska (2015) didapatkan  $\rho = 0,000 < (0,05)$  yang berarti dapat ditarik kesimpulan bahwa pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap pengetahuan tentang *menarche*. Hasil penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa adanya pengaruh pendidikan kesehatan yang signifikan terhadap pengetahuan responden, dengan nilai  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dari pengetahuan remaja sebelum diberikan pendidikan siswi memiliki pengetahuan baik sebanyak 2 orang (4,4%) dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan secara daring menjadi 24 orang (53,3%) (Asri, 2021).

Dengan diberikannya edukasi audiovisual tentang *menarche*, para responden mendapatkan pengetahuan yang membuat pengetahuan bertambah dari yang pertamanya tidak paham bagaimana membersihkan alat reproduksi setelah menstruasi. Pengaruh edukasi audiovisual tentang *menarche* terhadap pengetahuan remaja memiliki dampak signifikan dalam membentuk pemahaman mereka tentang perubahan tubuh dan siklus menstruasi. Edukasi ini, yang disajikan dalam bentuk visual dan auditif, memiliki keunggulan dalam memberikan gambaran yang lebih jelas dan mudah dimengerti mengenai perubahan fisik, siklus *menarche*, dan perawatan diri selama menstruasi. Melalui presentasi visual, remaja dapat memvisualisasikan dengan lebih baik bagaimana tubuh mereka berubah dan berkembang selama *menarche*. Edukasi audiovisual juga dapat

memberikan informasi yang tepat waktu dan akurat, memastikan bahwa remaja menerima pengetahuan yang konsisten dan relevan dengan tahap perkembangan mereka. Lebih dari itu, pendekatan ini dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih menarik dan interaktif, memotivasi remaja untuk aktif terlibat dalam pembelajaran tentang kesehatan reproduksi mereka. Dengan demikian, pengaruh positif dari edukasi audiovisual dapat dilihat melalui peningkatan pengetahuan remaja tentang *menarche*, membantu mereka merespons perubahan ini dengan lebih baik dan mempromosikan kesadaran kesehatan reproduksi yang lebih baik (Eka, 2021).

Menurut peneliti, edukasi audiovisual tentang *menarche* memberikan dampak positif yang signifikan pada pengetahuan remaja. Melalui pendekatan ini, remaja dapat lebih mudah memahami perubahan fisik dan siklus menstruasi yang terjadi selama *menarche*. Visualisasi yang diberikan oleh media audiovisual membantu menciptakan pemahaman yang lebih konkret dan dapat diingat, sementara informasi yang disajikan secara jelas dan terstruktur meningkatkan pengetahuan mereka dengan cara yang tepat waktu. Kelebihan interaktif dan menarik dari edukasi audiovisual juga dapat meningkatkan keterlibatan remaja dalam pembelajaran tentang kesehatan reproduksi mereka. Dengan peningkatan pengetahuan ini, remaja dapat merasa lebih siap dan percaya diri menghadapi perubahan ini dalam hidup mereka. Oleh karena itu, edukasi audiovisual tentang *menarche* memiliki peran penting dalam membangun pemahaman yang holistik dan positif tentang kesehatan reproduksi remaja.

### **Pengaruh Edukasi Audiovisual Tentang Menarche Terhadap Kesiapan Di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan.**

Berdasarkan hasil penelitian di atas diperoleh bahwa ada pengaruh edukasi audiovisual tentang *menarche* terhadap kesiapan di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan. Dengan perbedaan rerata sebelum diberikan edukasi 19,54 dan sesudah diberikan edukasi menjadi 24,04 dan nilai *p value* sebesar  $0,001 < \alpha (0,05)$ , hal ini berarti  $H_a$  diterima yang artinya pengaruh edukasi audiovisual tentang

*menarche* terhadap kesiapan di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan. Setelah diberikan edukasi audiovisual tentang *menarche* mampu meningkatkan kesiapan dalam menghadapi *menarche*.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Eci Nopia (2020), didapatkan  $\rho = 0.000$  yang berarti  $p\text{-value} < 0,05$  dan dapat ditarik kesimpulan bahwa pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap kesiapan menghadapi *menarche*. Hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Jessi (2023), juga menunjukkan bahwa hasil *McNemar Test* nilai  $0.000 < 0.05$ , berarti pemberian Pendidikan kesehatan berpengaruh Terhadap Kesiapan Siswa dalam menghadapi *Menarche* Pengaruh edukasi audiovisual tentang *menarche* membawa dampak yang substansial terhadap kesiapan remaja dalam menghadapi fase ini. Melalui media audiovisual, informasi tentang perubahan fisik dan siklus menstruasi disampaikan dengan cara yang lebih menarik dan konkret, memungkinkan remaja untuk memahami dengan lebih baik apa yang akan mereka alami. Visualisasi yang diberikan juga dapat membantu merinci tentang *menarche*, membangun pemahaman yang lebih jelas dan meminimalkan kecemasan yang mungkin timbul seiring dengan perubahan tersebut. Selain itu, edukasi ini memberikan pengetahuan tentang siklus menstruasi, membekali remaja dengan keterampilan yang diperlukan untuk merawat diri mereka sendiri selama fase ini. Aspek psikologis juga mendapat perhatian, dengan edukasi audiovisual membantu meredakan ketidakpastian emosional yang dapat muncul. Kesiapan remaja untuk mengatasi *menarche* ditingkatkan melalui presentasi informasi yang bersifat menyeluruh, mencakup aspek fisik dan psikologis, dan melibatkan mereka secara aktif dalam proses pembelajaran. Dengan demikian, pengaruh positif dari edukasi audiovisual dapat dilihat dalam peningkatan kesiapan remaja untuk menghadapi perubahan signifikan dalam perkembangan mereka (Rahmawati, 2023).

Edukasi audiovisual memiliki peran yang krusial dalam meningkatkan kesiapan remaja menghadapi *menarche*. Melalui media ini, informasi tentang perubahan fisik dan siklus

menstruasi disajikan secara lebih visual dan mudah dimengerti, memberikan gambaran konkret tentang apa yang akan dialami oleh remaja perempuan. Dengan melibatkan indra pendengaran dan penglihatan, remaja dapat lebih mudah memahami konsep-konsep yang mungkin terasa kompleks jika hanya disampaikan secara verbal. Selain itu, visualisasi ini dapat membantu meredakan kecemasan dan ketidakpastian yang seringkali terkait dengan *menarche*. Pemahaman tentang aspek praktis seperti pemilihan pembalut dan cara menjaga kebersihan alat reproduksi juga ditingkatkan, memberikan bekal keterampilan praktis yang diperlukan dalam mengelola menstruasi. Lebih dari itu, edukasi audiovisual menciptakan lingkungan pembelajaran yang lebih menarik dan interaktif, memotivasi remaja untuk lebih aktif terlibat dalam memahami perubahan tubuh dan perawatan diri selama menstruasi. Dengan memberikan informasi yang tepat waktu, akurat, dan menyeluruh, edukasi audiovisual membantu meningkatkan kesiapan remaja secara menyeluruh, baik dari segi fisik maupun psikologis, menjadikan mereka lebih siap menghadapi fase penting dalam perkembangan mereka, yaitu *menarche* (Sumarni, 2018).

Menurut peneliti, edukasi audiovisual tentang *menarche* memiliki pengaruh positif terhadap kesiapan remaja. Video dan gambar membantu remaja memahami dengan lebih baik perubahan fisik dan siklus menstruasi yang akan mereka alami. Mereka juga belajar cara merawat diri selama menstruasi. Dengan begitu, remaja menjadi lebih siap secara fisik dan emosional untuk menghadapi fase ini dalam hidup mereka. Edukasi ini membawa manfaat besar dengan memberikan informasi yang jelas dan membangun rasa percaya diri remaja dalam menghadapi perubahan ini.

## SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan remaja putri dalam menghadapi *menarche* meningkat, yaitu dari 6,00 menjadi 9,00. Kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* meningkat, yaitu dari 20,00 menjadi 24,00. Hasil analisa data di peroleh  $p\text{-value} < 0,001 (< 0,05)$ ,



dapat disimpulkan terdapat pengaruh edukasi audiovisual terhadap peningkatan pengetahuan dan kesiapan dalam menghadapi *menarche*.

## REFERENSI

- Anggita, Imas & Masturoh (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: 307.
- Arikunto. (2013). Prosedur penelitian, suatu pendekatan praktek, Jakarta: rineka cipta.
- Asriati. Hubungan Dukungan Orang Tua dan Sikap Remaja Putri Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada siswi Kelas VI Di SDN 9 Kota Kendari. Kendari. 2018
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2019). Jumlah Penduduk Indonesia Berdasarkan Umur Dan Jenis Kelamin Tahun 2019. Indonesia: Badan Pusat Statistik Indonesia.
- BKKN, (2016). Reproduksi Remaja.
- Budiarti, S. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Kesiapan Anak Menghadapi Masa Pubertas. Jurnal Kebidanan, Vol. IV, No. 01 Juni 2012.
- Dwi Hendriani, (2019). Pendidikan kesehatan dengan media audiovisual tentang menarche terhadap pengetahuan dan kecemasan siswa
- Eci Nopia, (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan kesiapan menghadapi menarche pada siswi SDN 06 ipuh desa semundam kecamatan ipuh kabupaten mukomuko
- Eka, (2021). Kesehatan Reproduksi Wanita. Edisi Revisi. Jakarta : CV. Trans InfoMedia.
- Erni & Sitti. (2015). Sumber Informasi Dan Pengetahuan Tentang Menstrual Hygiene Pada Remaja Putri. Jurnal Kesehatan Masyarakat.
- Han, H. R, (2009). Measuring Anxiety In Children : A Methodological Review Of The Literature. Asian Nursing Research.
- Haruna, S.R., & Rahim, A. (2020). Hubungan tingkat pengetahuan dan kesiapan menghadapi menarche dengan kecemasan siswi pada kelas V dan VI si SD Inpres Tello Baru 1/1.
- Hendriani, Dwi (2019). Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Tentang Menarche Terhadap Pengetahuan Dan Kecemasan Siswa.
- Hidayah, N. & Palila, S. (2018). Kesiapan menghadapi menarche pada remaja putri prapubertas ditinjau dari kelekatan aman anak dan ibu.
- Indriyani, Diyan (2015).Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Inrawati, (2019). Hubungan Pengetahuan Dan Kesiapan Remaja Tentang Personal Hygiene Dengan Tingkat Kecemasan Selama Menstruasi Di Yayasan Surban MTS Pacet Mojokert [skripsi]. Mojokerto Stikes Mojokerto.
- Jessi (2023). Pengaruh Dukungan Ibu Dan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche di Desa Sanur [skripsi]. Bali: Universitas Udayana.
- Khoiriah, Restu. (2018). Hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi SD Nahdlatul Ulama Yogyakarta.
- KI, Fudyatanta. (2012). Psikologi Keprobadian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Lubis, Namora Lumongga. 2013. Psikologi Kespro Wanita dan Perkembangan Reproduksi. Jakarta: Fajar Interpretama Mandiri.
- Meizela, Dora. (2020). Hubungan pengetahuan dengan kesiapan siswi kelas V dalam menghadapi menarche di SD Negeri 79 Kota Bengkulu Tahun 2020.
- Mulyadi, M. I, Wajirman, & Chrisnawati. (2018). Efektivitas penkes dengan media video terhadap tingkat pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat. Jurnal keperawatan STIKES Suaka Insan.
- Natalia, R. (2019). Pengaruh pemberian penkes dengan media audiovisual terhadap kemampuan anakprasekolah dlam melakukan personal angewandte chemie international edition.
- Nazariana, (2017). Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya. Jakarta: Penerbit Salemba Medika.
- Nilawati, Ida, Sumarni, & Santjaka, Aris .(2013). Hubungan Dukungan Ibu Dengan Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menarche di SD Negeri Lomanis 01 Kecamatan Cilacap Tengah Kabupaten Cilacap. Jurnal Ilmiah Kebidanan Vol IV No. 1 Edisi Desember 2013.
- Nixson. (2016). Terapireminiscence Solusi Pendekatan Sebagai Upaya Tindakan Kepewawatan Dalam Menurunkan Kecemasan, Stress, Dan Depresi. Jakarta: Trans Info Media.
- Notoatmodjo, S. (2014). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018). Pendidikan kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

- Novita, (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche di SMP Negeri 5 Darul Makmur Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya [skripsi]. Aceh : STIKES U\*Budiyah Banda Aceh.
- Nurifa, S. (2021). Usia Menarche Perempuan Indonesia Semakin Muda.
- Nurul (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Kesiapan Remaja Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V dan VI di SD Negeri 1 Ceper Klaten Tahun 2019 [skripsi]. Yogyakarta: Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta.
- Prawirohardjo. (2014). Ilmu kebidanan. Jakarta: yayasan bina pustaka sarwono.
- Pri utami, Ananda yunita. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan VI Di SD Negeri 1 Ceper Klaten Tahun 2019. Yogyakarta. 2019
- Raden, (2020). Tingkat Kesiapan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi. *Jurnal FamilyEdu*. 1(2):135-149.
- Rahmawati, (2023). Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. 5(1): 25-29.
- Ratnasari, (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Oleh Kelompok Sebaya (Peer Group) terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas V di SD Muhammadiyah Pringgokusuman Yogyakarta [skripsi]. Yogyakarta. STIKES'Aisyiyah Yogyakarta.
- Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). (2019). Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2019. Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Republik Indonesia.
- Riska, (2015). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Menarche Pada Siswi Kelas VI Di SDN Baros Mandiri 2 Kota Cimahi Tahun 2015
- Shinta Yulia, dkk. (2021). Hubungan Dukungan Ibu (Orang Tua) Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche. Diakses 25 mei 2023.
- Sianipar, Olaf. (2009). Pravelensi Gangguan Menstruasi Dan Faktor-Faktor Yang Berhubungan Pada Siswi SMU Di Kecamatan Pulo Gadung Jaktim.
- Siregar, D.S. (2018). Hubungan dukungan keluarga tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri menghadapi menarche di SMP swasta Nurul Ilmi Padang sidempuan.
- Sulistyoningsih, E. Hubungan Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Perilaku Vulva Hygiene Remaja Putri di Sekolah Dasar Negeri Kebonsari 04 Kecamatan Summersari Kabupaten Jember. Jember. 2014.
- Sumarni, (2018). Hubungan Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Perilaku Vulva Hygiene Remaja Putri Di Sekolah Dasar Negeri Kebonsari 04 Kecamatan Summersari Kabupaten Jember [skripsi]. Jember: Universitas Jember.
- Supratingsih, 2014. Psikologi Ibu Dan Anak. Fitramaya. Yogyakarta.
- Susanti & Wulandari. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Usia Menarche Pada Siswi Kelas VIII MTsN 1 Bukittinggi Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Prima Nusantar*.
- Suyanti, dkk. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Haid Pertama Pada Siswi Kelas VII di MTsN 7 Sumedang Tahun 2022. *Jurnal Kebidanan*.
- Viny Nuravni, dkk. (2021). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche Dengan Kecemasan Menghadapi Menarche Di SDN 1 Pasirhalang Wilayah Kerja Puskesmas Sukaraja Kabupaten Sukabumi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*.
- Wawan & Dewi, M. (2019). Teori pengukuran pengetahuan, sikap, dan perilaku manusia, Nuha Medika.
- WHO. (2023). Remaja. Diambil dari <https://platform.who.int/data/maternal-newborn-child-adolescent-ageing/adolescent-data>.
- Windaviv, S. (2014). Pengaruh penggunaan media audiovisual untuk meningkatkan minat belajar anak di kel BTK Perwanid Rejoso Nganjuk. Mahasiswa UNESA.
- Yamani, A. Hubungan Pengetahuan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Remaja Putri Awal. Jombang. 2017
- Psik, 1(OKTOBER), 1.
- Yulikasari, (2015). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup LanjutUsia Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Gayam Kabupaten Koharjo. <https://eprints.ums.ac.i>