

## Pengaruh Video dan Leaflet Menstruasi terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche

Niken Purbowati\*, Willa Follona, Mustika Eka Wijayanti

Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Jakarta III

\*Email korespondensi: [purbowatiniken@gmail.com](mailto:purbowatiniken@gmail.com)



### ARTICLE INFO

#### Article History:

Received: 2020-09-18

Accepted: 2020-11-30

Published: 2021-02-28

#### Kata Kunci:

Kesiapan Menarche;  
Video; Leaflet;  
Pengetahuan;  
Menstruasi; Remaja

#### Keywords:

Menarche readiness;  
Video; Leaflet;  
Menstrual knowledge;  
adolescents

### ABSTRAK

**Pendahuluan:** Kesiapan menghadapi menarche sangat dibutuhkan oleh remaja putri. pengetahuan yang kurang tentang menarche dapat menimbulkan pemahaman yang salah tentang menstruasi. **Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh video dan leaflet tentang menstruasi terhadap kesiapan remaja putri untuk menghadapi menarche. **Metode:** Penelitian *quasi eksperiment pre-posttest with control group design*. Populasi penelitian ini adalah siswi kelas IV dan V, sampel didapatkan dengan cara purposive sampling dengan jumlah 60 dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok perlakuan (n=30) dan kelompok kontrol (n=30). *Pada kelompok intervensi diberikan video edukasi dan leaflet*. Data dianalisis menggunakan uji Mann Whitney. **Hasil:** terjadi peningkatan skor kesiapan (mean±SD [34,09±3,49]) dan skor pengetahuan (14,3±1,48) menghadapi *menarche* lebih tinggi kelompok perlakuan daripada skor kesiapan (32,83±4,29) dan skor pengetahuan (9,83±0,76) kelompok kontrol. Hasil uji beda mean perbedaan skor kesiapan (p=0,012) dan skor pengetahuan (p=0,001) antara kelompok intervensi dan kontrol. **Kesimpulan:** Intervensi berupa video edukasi dan leaflet dapat meningkatkan kesiapan dan pengetahuan menghadapi *menarche*.

### ABSTRACT

**Introduction:** Readiness to face menarche is needed by teenage girl. Lack of knowledge about menarche can lead to a misconception about menstruation. **Objective:** The aim of this study was to determine the effect of videos and leaflets on menstruation on the readiness of teenage girl to face menarche. **Methods:** We used a quasi-experimental pre-posttest study with a control group design. The population of this study were students of class IV and V, the sample was obtained by purposive sampling with a total of 60 divided into two groups, namely the treatment group (n=30) and the control group (n=30). The treatment group was given educational videos and leaflets. Data were analyzed using the Mann Whitney test. **Results:** There was an increase in the readiness score (mean±SD [34.09 ± 3.49]) and the knowledge score (14.3±1.48) in facing menarche was higher in the treatment group than the readiness score (32.83±4.29) and knowledge scores (9.83±0.76) in the control group. The different test results showed that there are difference in readiness score (p=0.012) and knowledge score (p=0.001) between the treatment and control groups. **Conclusion:** Interventions in the form of educational videos and leaflets can increase readiness and knowledge to face menarche in teenage girl.



## PENDAHULUAN

Pada remaja terjadi pertumbuhan dan perubahan fisik yang sangat pesat, perubahan tersebut terlihat dengan kemunculan tanda seksual primer, yakni mengalami mimpi basah yang dialami remaja putra dan menstruasi yang dialami remaja putri (Karunia, 2015). Menarche ialah menstruasi pertama yang dialami di masa pubertas remaja putri. Biasanya *menarche* dialami remaja putri yang berusia 11-14 tahun. Normalnya dialami saat menginjak usia 9 tahun ataupun selambat-lambatnya berusia 15 tahun (Juwita, 2018).

Realitanya memperlihatkan jika kebanyakan remaja putri mendapatkan informasi mengenai menarche, pubertas dari gurunya (61%) dan temannya (29%). Seperempat remaja sama sekali belum pernah mendiskusikan mengenai menstruasi sebelum individu yang bersangkutan mengalaminya (Hidayah & Palila, 2018). Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri yang mengalami *menarche* sebagai sesuatu yang mengejutkan dan menakutkan. Kemudian, di Nepal, India, dan Uganda datangnya menstruasi dianggap sebagai suatu kutukan, penyakit, atau representasi dari dosa. Hanya 6% dari 150 remaja putri di Nepal yang menyadari menstruasi sebagai proses yang fisiologis (Patel & Chandra-Mouli, 2017). Berdasarkan hasil penelitian Malhotra menunjukkan bahwa, 64% remaja putri di India merasa takut akan kehadiran *menarche* dan 86% remaja putri belum siap untuk mengalami *menarche* (Malhotra, 2014). Remaja putri di wilayah Asia tidak mempunyai pengetahuan mengenai menstruasi dan tidak dipersiapkan untuk menghadapi *menarche* (Patel & Chandra-Mouli, 2017).

Kondisi di Indonesia tidak jauh berbeda dengan kondisi di berbagai negara di wilayah Asia. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 1402 responden yang meliputi 16 sekolah di 4 provinsi di Indonesia menyatakan, remaja putri percaya dan yakin bahwa menstruasi itu kotor atau tidak bersih. Dampak pengetahuan yang rendah ini, remaja putri cemas dan takut saat menstruasi, selain itu mereka kurang memperhatikan personal hygiene (Sinaga, 2017). Realitanya memperlihatkan jika kebanyakan remaja putri mendapatkan informasi mengenai menarche, pubertas dari gurunya (61%) dan temannya (29%). Seperempat remaja sama sekali belum pernah mendiskusikan mengenai menstruasi sebelum individu yang bersangkutan mengalaminya (Hidayah & Palila, 2018). Kemudian menurut Mansur & Budiarti (2014) dalam buku *Psikologi Ibu dan Anak*, remaja terkadang salah dalam menanggapi menstruasi, mereka akan beramsumsi adalah suatu hal yang kotor, najis, dan ternoda. Terkadang banyak yang berasumsi akan meninggal dikarenakan banyaknya darah yang keluar dari vaginanya (Karunia, 2015). Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak semua remaja putri paham dan siap dalam menghadapi menstruasi pertamanya. Seperti penelitian Nurdi (2018), dari 38 responden yang merupakan siswi kelas V dan VI di SDN 01 Pagi Jakarta Utara, 60,5% (23 responden) memiliki pengetahuan yang kurang mengenai menstruasi dan 65,8% (25 responden) tidak siap dalam menghadapi *menarche* (Nurdi, 2018).

Remaja putri harus mempunyai wawasan yang memadai terkait dengan mekanisme hidup yang sedang dan akan dihadapi. Kurangnya pengetahuan remaja putri tentang menstruasi akan mempengaruhi kesiapannya dalam menghadapi *menarche* (Sinaga, 2017). Kurangnya pengetahuan remaja putri juga dapat berdampak pada kesehatan organ reproduksi. Remaja putri kurang memahami bagaimana caranya membersihkan organ reproduksi, cara mengganti pembalut saat menstruasi (Lutfiya, 2017). Berdasarkan penelitian, satu dari tujuh siswi tidak masuk sekolah satu hari ataupun lebih ketika sedang menstruasi. Hal itu terjadi karena remaja putri merasa ketakutan akan 'bocor' dan terdapatnya tanda menstruasi lainnya misanya lemas, dan pusing yang mengakibatkan keaktifan di sekolahnya rendah

(Sinaga, 2017). Kurangnya pengetahuan tentang menstruasi juga dapat berdampak pada kejadian anemia remaja (UNICEF, 2016).

Wawasan remaja putri kurang mengenai menstruasi dan ketidaksiapan mereka untuk menghadapi *menarche* terjadi karena tidak adanya sumber informasi mengenai menstruasi (Nurdi, 2018). Berdasarkan penelitian yang dilaksanakan di Asia, Afrika dan Amerika Latin memperlihatkan jika akses terhadap informasi lengkap tentang menstruasi bagi remaja masih rendah. Ditambah lagi dengan adanya keyakinan sosial budaya yang menjerumuskan dan berbagai tantangan yang dinilai mitos akan mempengaruhi pemahaman remaja tentang menstruasi serta kesiapannya dalam menghadapi *menarche* (Sinaga, 2017).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di wilayah yang akan diteliti, bahwa para siswi belum pernah mendapatkan penyuluhan atau pemberian informasi mengenai menstruasi dan cara perawatan diri, mereka juga belum pernah dipersiapkan secara mental untuk mendapatkan menstruasi pertamanya. Apabila remaja putri tidak mendapatkan pengetahuan mengenai menstruasi dan tidak disiapkan untuk menjalani *menarche* maka akan muncul hasrat untuk menentang mekanisme fisiologisnya. Olehnya itu, begitu pentingnya remaja putri untuk diberikan pemahaman ataupun pendidikan kesehatan tentang menstruasi.

Berdasarkan PERMENKES No. 28 Tahun 2017, Bidan dalam menyelenggarakan praktek memiliki otoritas untuk melayani kesehatan reproduksi wanita sebagaimana yang dimaksud, bidan yang mempunyai kewenangan untuk memberi bimbingan konseling kesehatan reproduksi perempuan (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2017 Tentang Izin dan Penyelenggaraan Praktik Bidan, 2017). Bidan yang melaksanakan profesinya memiliki peranan dan fungsi sebagai pelaksana, pengelola, pendidik dan peneliti. Peranan bidan sebagai pendidik memiliki dua tugas yakni menjadi pendidik dan penyuluh kesehatan bagi pasien di masyarakat. Selain itu, bidan juga melatih dan membimbing kader dalam memberikan pendidikan kesehatan pada masyarakat. Dalam menjalankan praktik kebidanan sesuai kewenangannya, bidan memberikan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi perempuan dalam upaya untuk mempersiapkan remaja putri menghadapi *menarche* dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dan cara perawatannya sedini mungkin (Kusparlina, 2016). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh video dan leaflet tentang menstruasi terhadap kesiapan remaja putri untuk menghadapi *menarche*.

## METODE PENELITIAN

Penelitian kuantitatif *quasi eksperiment pre-posttest with control group design* (Riyanto, 2017). Penelitiannya dilakukan di SD Negeri Rorotan 03 dan 05 Pagi Jakarta Utara pada Januari sampai dengan Mei 2019. Populasinya yaitu siswi kelas IV dan V di SD Negeri Rorotan 03 dan 05 Pagi Jakarta Utara. Teknik yang digunakan dalam mengambil sampelnya menggunakan purposive sampling yang kriterianya inklusi responden belum pernah mendapatkan menstruasi dan belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang menstruasi (Riyanto, 2017). Berdasarkan besar sampel uji beda, maka didapatkan 30 siswi kelas IV dan V yang memenuhi kriteria inklusi yaitu belum *menarche* dari SD Negeri Rorotan 03 Pagi sebagai kelompok perlakuan dan mengambil 30 siswi kelas IV dan V yang belum *menarche* dari SD Negeri Rorotan 05 Pagi sebagai kelompok kontrol. Instrument penelitian berupa kuesioner data karakteristik, skala sikap tingkat kesiapan *menarche*, kuesioner tingkat pengetahuan menstruasi, video dan leaflet tentang menstruasi. Teknik pengolahan data menggunakan uji t tidak berpasangan pada dua kelompok berbeda (kelompok

perlakuan dan kelompok kontrol), bila memenuhi syarat kenormalan data, bila tidak memenuhi syarat maka menggunakan uji nonparametric yaitu *Mann whitney test*.

Pada awal prosedur pengambilan data dilakukan dengan menjelaskan mengenai tujuan, manfaat, dan *informed consent* penelitian untuk menghindari adanya responden yang *droup out* saat penelitian berlangsung. Hari ke-1: Melakukan *pretest* dengan kuesioner penelitian untuk mengukur skor kesiapan dan skor pengetahuan menghadapi *menarche* pada kedua kelompok sebelum diberikan intervensi video dan *leaflet*. Kemudian dilanjutkan dengan memberikan informasi edukasi tentang menstruasi menggunakan media Video dan *leaflet* pada kelompok perlakuan, sedangkan kelompok kontrol hanya diberikan *leaflet*. Responden pada kedua kelompok membawa pulang *leaflet* yang sudah diberikan dan diminta untuk membaca ulang materi dari *leaflet* tersebut. Hari ke-8 dilakukan intervensi kembali dengan memberikan informasi edukasi tentang menstruasi menggunakan video pada kelompok perlakuan. Hari ke-15: melakukan pengukuran *posttest* dengan kuesioner penelitian. Tujuannya untuk mengukur skor kesiapan dan skor pengetahuan dalam menghadapi *menarche*, setelah diberikan intervensi video dan *leaflet*.

Tabel 1. Teknik Pengumpulan Data Primer

Minggu / Kelompok	Minggu I (Hari ke-1)	Minggu II (Hari Ke-8)	Minggu III (Hari Ke-15)
<b>Perlakuan</b>	1. <i>Pretest</i> 2. Video dan <i>leaflet</i> tentang menstruasi	Video tentang menstruasi	<i>Posttest</i>
<b>Kontrol</b>	1. <i>Pretest</i> 2. <i>Leaflet</i> tentang menstruasi	-	<i>Posttest</i>

Tabel 1 menunjukkan bahwa kurun waktu *pretest* dan *posttest* sebaiknya antara 15-30 hari. Jika kurun waktu antara pengukuran *pre-posttest* terlalu dekat, memungkinkan terjadi bias antara kelompok perlakuan yang diberikan intervensi dan kelompok kontrol yang tanpa intervensi video penyuluhan. Pemberian *posttest* dengan selang waktu 2 minggu atau pada hari ke-15 setelah pemberian *pretest* cukup memenuhi syarat (Notoatmodjo, 2012).

## HASIL PENELITIAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disusun hasil sebagai berikut:

### Karakteristik Responden

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik responden	Perlakuan		Kontrol	
	n	%	n	%
<b>Usia</b>				
10 tahun	5	16,7	11	36,7
11 tahun	18	60,0	16	53,3
12 tahun	7	23,3	3	10,0
<b>Sumber Informasi tentang menstruasi</b>				
Baik	8	26,7	1	3,3
Kurang	22	73,3	29	96,7

Karakteristik responden	Perlakuan		Kontrol	
	n	%	n	%
<b>Dukungan Keluarga tentang menstruasi</b>	16	53,3	12	40,0
Baik	14	46,7	18	60,0
Kurang				

Tabel 2 menunjukkan pada kelompok perlakuan diketahui mayoritas responden berusia 11 tahun yaitu sebanyak 18 siswi (60,0%). Berdasarkan sumber informasi, mayoritas siswi memiliki sumber informasi yang kurang yaitu sebanyak 22 siswi (73,3%). Berdasarkan Dukungan Keluarga, terdapat 16 siswi (53,3%) memiliki dukungan keluarga yang baik dan 14 siswi (46,7%) memiliki dukungan keluarga yang kurang.

Pada Kelompok Kontrol, mayoritas responden berusia 11 tahun yaitu sebanyak 16 siswi (53,3%). Berdasarkan sumber informasi, mayoritas siswi memiliki sumber informasi yang kurang yaitu sebanyak 29 siswi (96,7%). Berdasarkan Dukungan Keluarga, terdapat 12 siswi (40%) yang mendapatkan dukungan keluarga baik tentang kesiapan menstruasi, sedangkan 18 siswi (60,0%) kurang mendapatkan dukungan keluarga.

### Kesiapan Menghadapi *Menarche*

Tabel 3. Perbedaan skor kesiapan menghadapi *menarche* sesudah diberikan intervensimedia video dan *leaflet* tentang menstruasi antar kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Kelompok	n	Median (minimum-maksimum)	Rerata±SD	<i>p</i>
Perlakuan	30	35 (28-43)	34,09 ± 3,49	0,012*
Kontrol	30	32 (26-41)	32,83 ± 4,29	

\*signifikan dengan Uji Mann Whitney

Tabel 3 menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan skor minimum kesiapan menghadapi *menarche* yaitu 28 dan skor maksimum 43, sedangkan pada kelompok kontrol skor minimum 26 dan skor maksimum 41. Terdapat peningkatan skor kesiapan *menarche* pada kelompok perlakuan sesudah diberikan intervensi video dan *leaflet* tentang menstruasi. Hasil uji Mann Whitney, ada perbedaan yang signifikan skor kesiapan menghadapi *menarche* antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, setelah diberikan intervensi video dan *leaflet* tentang menstruasi ( $p=0,012$ ).

### Pengetahuan Tentang Menstruasi

Tabel 4. Perbedaan skor pengetahuan menghadapi *menarche* sesudah diberikan intervensimedia video dan *leaflet* tentang menstruasi antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Kelompok	n	Median (minimum-maksimum)	Rerata±SD	<i>p</i>
Perlakuan	30	15 (9-15)	14,3 ± 1,48	0,001*
Kontrol	30	10(5-11)	9,83 ± 0,76	

\*signifikan dengan uji Mann Whitney

Tabel 4 menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan skor minimum pengetahuan menghadapi *menarche* yaitu 9 dan skor maksimum 15, sedangkan pada kelompok kontrol skor minimum 5 dan skor maksimum 11. Terdapat peningkatan skor pengetahuan *menarche* pada kelompok perlakuan sesudah diberikan intervensi video dan *leaflet* tentang menstruasi. Hasil uji Mann Whitney menunjukkan bahwa, ada perbedaan yang signifikan skor pengetahuan menghadapi *menarche* antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, setelah diberikan intervensi video dan *leaflet* tentang menstruasi ( $p=0,001$ ).

## PEMBAHASAN

Kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* pada kelas perlakuan setelah mendapatkan intervensi media video dan *leaflet* tentang menstruasi lebih tinggi dibandingkan pada kelompok kontrol. Penyajian informasi pendidikan kesehatan dengan media video dinilai lebih menarik dan daya serap terhadap informasi dinilai lebih baik dibandingkan dengan *leaflet*. Hasil penelitiannya sejalan dengan penelitian terdahulu, memperlihatkan ada perbedaan skor kesiapan antara responden sebelum dan sesudah diberikan informasi menggunakan media video dan media *leaflet* (Dahniman et al., 2016; Tarigan, 2016)

Kesiapan menghadapi *menarche* ialah kondisi yang memperlihatkan jika individu telah mempunyai kesiapan untuk sampai pada salah satu kematangan fisik yakni dengan mengalami *menarche* (Nagar & Aimol, 2010). Kesiapan merupakan bagian dalam sikap, yaitu suatu respon tertutup dari seorang individu pada sebuah rangsangan ataupun objeknya. Pemberian pendidikan kesehatan atau informasi dapat meningkatkan sikap dan perilaku seseorang menjadi lebih baik (Asni & Dwihestie, 2016). Mengacu dari hasil penelitiannya, bisa disimpulkan jika pemberian informasi tentang menstruasi menggunakan media video dan *leaflet* dinilai mampu untuk meningkatkan kesiapan responden dalam menghadapi *menarche*. Jika dilihat dari peningkatan rata-rata skor kesiapan menghadapi *menarche*, dapat diketahui bahwa pemberian informasi tentang menstruasi menggunakan media video dan *leaflet* pada kelompok perlakuan lebih memberikan pengaruh dibandingkan dengan pemberian informasi tentang menstruasi menggunakan media *leaflet* pada kelompok kontrol.

Faktor yang melandasi terciptanya sebuah sikap diantaranya wawasan, pengalaman pribadi, lingkungan, seseorang yang dipandang berpengaruh, dan media massa (Purbowati, 2016). Mengacu dari hasil penelitian bisa disimpulkan bahwa responden mengalami tahapan tingkat kesiapan, yaitu: tahap menerima (*receiving*), pada penelitian ini responden mau dan memperhatikan informasi tentang menstruasi yang diberikan oleh peneliti, tahap menanggapi (*responding*), pada penelitian ini responden memberikan jawaban atau tanggapan terhadap informasi tentang menstruasi yang dihadapkan, tahap menghargai (*valuing*), pada penelitian ini responden memberikan nilai yang positif terhadap informasi tentang menstruasi yang diberikan seperti mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah terkait menstruasi, dan tahap bertanggung jawab (*responsible*), pada tingkatan ini terjadi perubahan sikap responden menjadi lebih siap dan berani untuk menghadapi *menarche*, serta responden merasa bertanggung jawab atas semua hal yang ditentukannya ataupun resiko lainnya terkait menstruasi.

Pengetahuan merupakan hasil dari apa yang ia ketahui dan hal tersebut dialami sesudah seorang individu melaksanakan penginderaan pada sebuah objek tertentu (Notoatmodjo, 2010). Pengetahuan tentang menstruasi adalah segala sesuatu yang responden ketahui mengenai menstruasi. Pengetahuan remaja tentang menstruasi dapat berpengaruh pada kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* dan cara

mereka untuk merawat diri saat menstruasi. Meningkatkan pengetahuan remaja tentang menstruasi dapat dilakukan dengan memberikan edukasi tentang menstruasi menggunakan berbagai alat bantu media seperti video dan leaflet.

Hasil penelitian yang sudah dilaksanakan sama dengan penelitian terdahulu, bahwa ada perbedaan skor pengetahuan yang didapatkan responden sebelum dan setelah memperoleh informasi menggunakan media video dan *leaflet* (Saban, 2017; Tarigan, 2016). Peningkatan skor pengetahuan tentang menstruasi pada kelompok perlakuan sesudah diberikan intervensi media video dan *leaflet* lebih tinggi dibandingkan pada kelompok kontrol. Media video dipandang lebih efektif untuk meningkatkan pengetahuan daripada media *leaflet*, karena kelebihan video berupa media audio visual yang memudahkan responden untuk menerima dan mengingat informasi terkait pendidikan kesehatan yang diberikan (Saban, 2017; Tarigan, 2016). Terdapat pesan tentang sebuah hal dapat memberi dasar kognitif untuk membentuk sikap pada sesuatu yang baru. Walaupun individu mempunyai jenjang pendidikan yang rendah, namun bila yang bersangkutan memperoleh keterangan yang cukup baik dari bermacam media maka hal tersebut bisa mena bah pengetahuan individu terkait (Azwar, 2009).

Media video menyajikan pesan suara dan gambar yang berisi konsep, prinsip, prosedur, teori aplikasi pengetahuan guna menambah pemahaman terhadap materi pembelajaran. Video dapat memperkokoh proses belajar sebagai media edukasi. Penjelasan yang disajikan dalam video lebih bermakna dan lengkap daripada *leaflet*, kerana *leaflet* hanya memberikan informasi singkat dengan gambar terbatas. *Leaflet* merupakan sarana publikasi singkat yang berbentuk selebaran kertas dan berukuran kecil. Biasanya selebaran kertas ini berisikan informasi suatu hal yang perlu disebarkan kepada khalayak ramai. Pada umumnya leaflet terdiri dari 200 sampai 400 karakter atau huruf yang ditata dan disertai gambar untuk mendukung isi *leaflet* tersebut. Informasi seperti ini bersifat menguntungkan, salah satunya responden dapat menyimpan selebaran ini dan dapat dibaca berkali-kali. Kemudian informasi yang diberikan tidak bertele-tele langsung pada poin intinya saja. Namun, jika *leaflet* ini didesain dengan kata-kata dan gambar yang tidak tepat, maka informasi yang akan disampaikan tidak dapat dipahami dan akan membuat tidak menarik untuk dibaca (Dahniman et al., 2016).

Menurut J. Guilbert Nursalam dan Efendi (2010), terdapat berbagai faktor yang berpengaruh terhadap kesuksesan dalam pendidikan kesehatan atau pemberian informasi tentang menstruasi selain penggunaan media pembelajaran, yaitu faktor lingkungan yang dibagi menjadi lingkungan fisik seperti keadaan lokasi belajarnya dan lingkungan sosial yakni manusia dengan semua interaksi yang dilakukan dan gambarannya misalnya keramaian ataupun kegaduhan. Selain faktor lingkungan terdapat faktor lain seperti faktor kondisi individu, yaitu keadaan panca inderanya (khususnya mata dan telinga) dan keadaan psikisnya seperti intelegensi, observasi, daya tangkap, ingatan, motivasi dan sebagainya (Efendi, 2009).

Bidan selaku tenaga kesehatan yang menjalankan profesinya, selain mempunyai peran sebagai pemberi pelayanan juga peran sebagai pendidik dengan memberikan penyuluhan atau pendidikan kesehatan. Penyuluhan yang diberikan terkait kesehatan reproduksi, salah satunya tentang menstruasi kepada remaja putri (Hidayah & Palila, 2018; Kusparlina, 2016). Kemudian, dalam penelitian ini bidan sedang menjalankan tugas pokoknya yaitu memberikan edukasi melalui penyuluhan tentang kesehatan reproduksi. Diharapkan dengan melaksanakan peran bidan sebagai pendidik bisa memaksimalkan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche. Dalam menjalankan perannya sebagai pendidik, bidan dapat memanfaatkan berbagai media

penyuluhan untuk memudahkan penyampaian informasi kepada klien dan membantu klien untuk lebih mudah menerimanya dan memahami informasi yang disampaikan oleh bidan.

## SIMPULAN DAN SARAN

Karakteristik responden sebagian besar berusia 11 tahun, sumber informasi tentang menstruasi sebagian besar kurang. Pada kelompok perlakuan, responden sebagian besar mendapatkan dukungan keluarga yang baik tentang kesiapan menghadapi *menarche*, sedangkan kelompok kontrol kurang mendapat dukungan. Pada kelompok perlakuan, skor kesiapan menghadapi *menarche* lebih tinggi daripada kelompok kontrol sesudah mendapatkan intervensi media video dan *leaflet* tentang menstruasi. Hasil uji beda menunjukkan bahwa antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol terdapat perbedaan skor kesiapan menghadapi *menarche* setelah mendapat intervensi video dan *leaflet* tentang menstruasi. Begitupun halnya dengan skor pengetahuan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol lebih tinggi setelah mendapat intervensi video dan *leaflet* tentang menstruasi.

Pemberian informasi dan edukasi tentang kesehatan reproduksi khususnya menstruasi, diharapkan dapat dilakukan oleh pihak sekolah, tenaga kesehatan maupun orangtua. Pendidikan kesehatan yang diberikan dapat menyesuaikan dengan kebutuhan dan karakteristik remaja. Dibutuhkan media penyuluhan yang menarik, mudah diingat dan dikases, sehingga pendidikan kesehatan yang diberikan efektif efisien diterima oleh remaja putri.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan terima kasih kepada pihak yang telah berkontribusi dan memberikan dukungan untuk terlaksananya kegiatan penelitian ini, antara lain Kepala Sekolah dan guru wali kelas di SD Negeri Rorotan 03 dan SD Negeri Rorotan 05 Pagi Jakarta Utara.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asni, A., & Dwihestie, L. K. (2016). *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Reproduksi terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas VII SMP N 2 Bantul*. Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Azwar, S. (2009). *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Pustaka Pelajar.
- Dahniman, S., Wahyuni, Y., & Nuzrina, R. (2016). *Pengaruh Pemberian Edukasi Gizi Melalui Media Video Dan Leaflet Terhadap Perubahan Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Siswa SMP Al Chasanah Tahun 2016* [Universitas Esa Unggul]. <https://digilib.esaunggul.ac.id/pengaruhpemberian-edukasi-gizi-melalui-media-video-dan-leaflet-terhadap-perubahan-konsumsibuah-dan-sayur-pada-siswa-smp-al-chasanah-tahun-2016-7570.html>
- Efendi, F. (2009). *Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktik Dalam Keperawatan*. Salemba Medika.
- Hidayah, N., & Palila, S. (2018). Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu. *Psychopathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 107–114. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2021>
- Juwita, S. (2018). Hubungan Dukungan Ibu Dengan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Kesmas*, 1(1),
- Karunia, K. (2015). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi SD Negeri Tlogoadi Sleman*. STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2017 Tentang Izin dan Penyelenggaraan Praktik Bidan, (2017).

- Kusparlina, E. P. (2016). Pengembangan Model Pembelajaran Partisipatif Untuk Meningkatkan Pencapaian Peran Bidan Sebagai Pendidik. *Jurnal Involusi Kebidanan*, VII, 46–51.
- Lutfiya, I. (2017). Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*, 5(2), 135-45. <https://doi.org/10.20473/jbk.v5i2.2016>.
- Malhotra, A. (2014). *Breaking the Silence Psychosocial Factors And Gender Norms Around Adolescent Girls in India*.
- Nagar, S., & Aimol, K. R. (2010). Knowledge of Adolescent Girls Regarding Menstruation in Tribal Areas Of Meghalaya. *Studies of Tribes and Tribals*, 27–30. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/0972639X.2010.11886610>
- Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurdi, S. A. (2018). *Gambaran Pengetahuan Tentang Menstruasi Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan VI di SDN 01 Pagi Jakarta Utara Tahun 2018*. Poltekkes Kemenkes Jakarta III.
- Patel, S. V., & Chandra-Mouli, V. (2017). Mapping the knowledge and understanding of menarche, menstrual hygiene and menstrual health among adolescent girls in low- and middle- income countries. *Human Reproduction Programe, WHO, October*, 1–10. <https://doi.org/10.1177/106286060201700509>
- Purbowati, N. (2016). Pengaruh Konseling Menggunakan Lembar Balik dan Leaflet terhadap Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Besi. *2-Trik: Tunas-Tunas Riset Kesehatan*, 6(3), 143–147. <http://2trik.jurnalelektronik.com/index.php/2trik/article/view/19/27>
- Riyanto, A. (2017). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Nuha Medika.
- Saban, S. (2017). *Efektivitas Media Video Dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Siswi SMAN 2 Ngaglik Sleman* [Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta]. <http://digilib.unisayogya.ac.id/2982/>
- Sinaga, E. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Universitas Nasional, IWWASH, Global One.
- Tarigan, E. R. (2016). Efektivitas Promosi Kesehatan dengan Media Leaflet dan Video Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja tentang HIV/AIDS di SMA Negeri 1 Berastagi. In *Universitas Sumatera Utara*. <https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>
- UNICEF. (2016). *Buku Saku Menstruasi*. Tim Pembina UKS dan UNICEF.