

## **PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG MENARCHE TERHADAP PENGETAHUAN SISWI DI SDN 001 PENDALIAN IV KOTO**

**Elvira Junita<sup>(1)</sup>, Ade Sutriningsih<sup>(2)</sup>**

<sup>(1,2)</sup> Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir Pengaraian, Riau, Indonesia  
email: [viraromi@gmail.com](mailto:viraromi@gmail.com), [adesutriningsih@gmail.com](mailto:adesutriningsih@gmail.com)

### **ABSTRAK**

*Menarche* merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang *Menarche* Terhadap Pengetahuan Siswi Di SDN 001 Pendalian IV Koto. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian metode *Pra Eksperimen* yang bersifat *One Group Pretest Posttest*. Sampel dalam Penelitian ini yaitu siswi SDN 001 Pendalian IV Koto sebanyak 47 orang. Alat ukur Penelitian yang digunakan yaitu lembar kuesioner. Uji *statistic* yang digunakan adalah uji T berpasangan (*paired test*). Hasil Penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang *menarche*. Hasil dari uji t berpasangan (*paired test*) didapatkan nilai  $p\text{ value} = 0,0000 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang *Menarche* Terhadap Pengetahuan Siswi Di SDN 001 Pendalian IV Koto. Diharapkan kepada setiap instansi pendidikan agar dapat meningkatkan pengetahuan siswinya tentang *menarche* melalui konseling dan pendidikan kesehatan.

**Kata kunci:** Pendidikan Kesehatan, Pengetahuan, *Menarche*.

### **ABSTRACT**

*Menarche* is the first menstruation that usually occurs in the age range of 10-16 years or in early adolescence in the middle of puberty before entering the reproductive period. This study aims to determine the effect of health education about *menarche* on student knowledge at SDN 001 Pendalian IV Koto. The type of research used is the Pre-Experimental research method which is *One Group Pretest Posttest*. The sample in this study were 47 students at SDN 001 Pendalian IV Koto. The research measuring instrument used was a questionnaire sheet. The statistical test used is the paired t test. The research results showed that there was a significant difference between the level of knowledge before and after giving health education about *menarche*. The results of the paired t test obtained a  $p\text{ value} = 0.0000 < 0.05$ , so it can be concluded that there is an influence of health education about *menarche* on student knowledge at SDN 001 Pendalian IV Koto. It is expected that every educational institution can increase students' knowledge about *menarche* through counseling and health education

**Keywords :** Health Education, Knowledge, *Menarche*

### **PENDAHULUAN**

Remaja merupakan generasi penerus bangsa dan akan menjadi orang tua bagi generasi berikutnya. Oleh karena itu dibayangkan, betapa besar segala tindakan yang mereka lakukan saat ini dan kelak kemudian hari tumbuh dewasa dan lebih jauh bagi bangsa di masa depan. Masa remaja juga merupakan masa yang paling kritis kehidupan seseorang, sebab masa ini peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa baik

secara fisik maupun psikis, serta tahapan yang sangat menentukan bagi terbentuknya pribadi remaja (BKKBN 2017).

Usia remaja ini dinamakan usia peralihan dari kekanak-kanakan menuju dewasa, dimana pada masa ini remaja akan memiliki kematangan emosi, sosial, maupun fisik. Dan masa usia ini pula remaja akan mencari jati diri nya sendiri dan membentuk karakter yang ada pada dirinya. Banyak perubahan yang akan dialami remaja pada usia peralihan ini, pada remaja wanita akan mengalami *fasemenarche* (menstruasi pertama) untuk pertama kalinya.

Masa pubertas merupakan kematangan tahap perkembangan yang ditandai dengan kematangan organ reproduksi dengan berfungsinya hormon-hormon seksual pada remaja. Salah satu tanda pubertas pada perempuan adalah mulai terjadinya menstruasi awal yang disebut dengan *menarche*. Dalam kondisi *menarche*, organ organ reproduksi wanita mulai berfungsi dan akan terjadi perubahan fisik yang ditandai dengan tumbuhnya payudara, pinggang melebar, dan rambut halus di daerah ketiak dan kemaluan.

*Menarche* merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. Menstruasi adalah perdarahan periodic dan siklik dari uterus dan disertai pengelupasan (deskuamasi) endometrium (Proverawati dan Misaroh, 2015).

Ketika mengalami menstruasi awal, anak akan memberikan reaksi emosional negatif terhadap menstruasi awal. Dampak negatif yang akan muncul pada anak dalam menghadapi menstruasi awal seperti gangguan psikologis, ketakutan, kecemasan, mudah tersinggung, marah, perubahan pola makan dan perubahan pola tidur karena datangnya menstruasi. Anak yang belum siap menghadapi menstruasi awal akan timbul penolakan proses fisiologis dan menganggap bahwa menstruasi merupakan kondisi yang mengancam.

Menurut *World Health Organization* remaja adalah orang yang berusia antara 10 sampai 19 tahun. Data populasi remaja yang berusia 10-19 tahun didunia. Menurut UNICEF (2016), terdapat sekitar 1,2 milyar penduduk remaja. Sedangkan pusat data dan informasi Kemenkes RI (2016) melaporkan di Indonesia terdapat sekitar 44,7 juta jiwa. Selain itu berdasarkan laporan pendudukan berdasarkan tingkat Pendidikan berjumlah 4856 jiwa (Camat Pendalian IV Koto,2023)

Menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) 2012, 23% remaja mendapat menstruasi pada umur 13 tahun, 24% pada umur 14 tahun dan 23% pada umur 12 tahun. Tetapi ada fenomena 7% wanita yang mendapatkan haid pertamanya pada umur 10-11 tahun. Menurut peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Di Indonesia, umur termuda *menarche* pada remaja putri adalah 9 tahun dan umur tertua *menarche* pada remaja putri adalah 18 tahun. Kebanyakan remaja putri di Indonesia mengalami *menarche* pada umur 12 tahun (31,33%), umur 13 tahun (31,30%) dan pada umur 14 tahun (18,24%).

Kesiapan menghadapi *menarche* merupakan salah satu kondisi yang memerlukan penyesuaian fisik, psikologis dan sosial dari seorang remaja putri. Kesiapan atau ketidaksiapan menghadapi *menarche* berdampak terhadap reaksi individual remaja putri pada saat datangnya menstruasi yang pertama. Masyarakat menganggap bahwa pengetahuan tentang menstruasi perlu menjadi suatu pemikiran dan penelitian. Hal ini mengingat pentingnya pengetahuan menstruasi pada remaja putri dimana pada saat ini

terdapat kecenderungan bahwa para remaja putri lebih sering membicarakan menstruasi dengan teman sebayanya, sehingga menyebabkan informasi yang sampai kepada remaja kurang menyeluruh. Oleh sebab itu, sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ulfa dan Agustina, 2014) menyatakan bahwa penting nya melakukan penyuluhan tentang *menarche* terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri pra menstruasi.

Penelitian yang dilakukan oleh (Rahayu, dkk 2018) menyatakan bahwa banyak nya manfaat dari dilakukan penyuluhan terhadap pengetahuan siswi atau remaja putri tentang *menarche* meliputi pengertian dari *menarche*, penyebab terjadinya *menarche*, perubahan pada masa *menarche*, perawatan pada *menarche* karna pada masa *menarche* banyak perubahan yang terjadi pada umumnya siswi atau remaja putri baik dari perubahan fisik maupun psikologis.

Berdasarkan hasil survei awal yang di lakukan di SDN 001 Pendalian IV Koto ditemukan sebanyak 17 orang remaja putri di kelas IV, kelas V dan kelas VI didapatkan sebanyak 6 orang yang mendapatkan haid pertama kali. Remaja putri tersebut merasakan nyeri dan menangis. Dari hasil wawancara bahwa remaja putri ada kelas IV, kelas V dan kelas VI tersebut belum mendapatkan informasi tentang *menarche*. Dikarenakan sekolah tersebut belum pernah dikunjungi oleh pelayanan kesehatan dalam pemberian informasi yang berkaitan dengan penyuluhan kesehatan. Hal ini membuat penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang *Menarche* terhadap pengetahuan Siswi di SDN 001 Pendalian IV Koto Tahun 2023”

## BAHAN DAN METODE

Penelitian ini dilakukan di SDN 001 Pendalian IV Koto yang berada di RT 003 RW 002 Desa Pendalian Kec. Pendalian IV Koto Kab. Rokan Hulu Provinsi Riau. Dengan alasan karena sekolah tersebut merupakan salah satu SDN di daerah perkampungan yang tidak pernah dilakukan penelitian sebelumnya dan belum pernah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* sebelumnya.

Jenis penelitian yang digunakan adalah *Pra Experimental Design* yaitu desain yang dilakukan *pretest* untuk mengetahui keadaan awal subjek sebelum diberi perlakuan sehingga peneliti dapat mengetahui kondisi subjek sebelum atau sesudah diberi perlakuan yang hasilnya dapat dibandingkan atau dilihat perubahannya.

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ialah *total sampling*. Pengumpulan data penelitian menggunakan kuesioner yang berisi pertanyaan yang berhubungan dengan variabel penelitian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. HASIL ANALISIS UNIVARIAT

#### 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

**Tabel 4. 1 Deskripsi Frekuensi Umur Responden (n=47)**

| Karakteristik |          | Jumlah Siswa | %    | N  |
|---------------|----------|--------------|------|----|
| Umur Siswi    | 10 tahun | 11           | 23,4 | 47 |
|               | 11 tahun | 12           | 25,5 |    |
|               | 12 tahun | 24           | 51,1 |    |
| Total         |          | 47           | 100  |    |

Sumber: Data Primer, 2023

Dari tabel 4.1 terlihat umur responden berkisar 10 sampai 12 tahun. 11 orang berumur 10 tahun, 12 orang bermur 11 tahun, 24 orang berumur 12 tahun. Jumlah siswi yang paling banyak adalah siswi yang memiliki umur 12 tahun.

## 2. Distribusi Data Deskripsi Pengetahuan Siswi Sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan

Tingkat pengetahuan siswi sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* dapat dilihat dari tabel berikut.

**Tabel 4.2 Distribusi Statistik Deskripsi Pengetahuan Siswi Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan tentang *Menarche* (n=47)**

|         | N  | Mean  | SD   | Min  | Max   |
|---------|----|-------|------|------|-------|
| Pretest | 47 | 11.64 | 3.01 | 4.00 | 17.00 |

Sumber: Data Primer, 2023

Dari analisis didapatkan hasil rata-rata pengetahuan siswi sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* adalah 11.64 dengan nilai *standart deviasi* (SD) sebesar 3.01.

## 3. Distribusi Data Deskripsi Pengetahuan Siswi Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan

Tingkat pengetahuan siswi sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* dapat dilihat dari tabel berikut.

**Tabel 4. 3 Distribusi Statistik Deskripsi Pengetahuan Siswi Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan tentang *Menarche* (n=47)**

|         | N  | Mean  | SD   | Min  | Max   |
|---------|----|-------|------|------|-------|
| Pretest | 47 | 11.64 | 3.01 | 4.00 | 17.00 |

Sumber: Data Primer, 2023

Dari analisis didapatkan hasil rata-rata pengetahuan siswi sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* adalah 16.04 dengan nilai *standart deviasi* (SD) 2.99.

## B. HASIL ANALISIS BIVARIAT

Berikut ini adalah bentuk penyajian dan interpretasi dari uji statistik *t-test* berpasangan (*pre-test dan post-test*).

**Tabel 4.4 Pengaruh Penyuluhan Terhadap Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Siswa-Siswi SDN 001 Pendalian IV Koto (n=47)**

| Variabel            | Mean  | SD   | SE   | P Value | N  |
|---------------------|-------|------|------|---------|----|
| Pengetahuan Sebelum | 11.64 | 3.01 | 0.44 | 0.000   | 47 |
| Pengetahuan Sesudah | 16.04 | 2.99 | 0.44 |         |    |

Sumber. Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 4.3 hasil penelitian pengetahuan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan diperoleh nilai rata-rata 11.64 dengan SD 3.01 dan SE 0.44. Dan setelah diberikan pendidikan kesehatan diperoleh nilai rata-rata adalah 16.04 dengan SD 2.99 dan SE 0.44. Perbedaan rata-rata pengetahuan sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) diberikan penyuluhan adalah 4.44. Hasil uji statistik didapatkan nilai *p value* = 0.000 ( $p < 0.05$ ) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang *menarche* terhadap pengetahuan siswi.

### **C. PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil analisis, diketahui bahwa hasil *pre-test* sebelum diberikan intervensi pendidikan kesehatan tentang *menarche* diperoleh nilai rata-rata pengetahuan siswi adalah sebesar 11.64. Nilai rata-rata menunjukkan bahwa siswa mempunyai pengetahuan yang baik tentang *menarche*.

Pengetahuan siswa tentang *menarche* setelah diberikan pendidikan kesehatan memiliki nilai rata-rata 16.04. Nilai yang didapat setelah diberikan pendidikan kesehatan lebih besar dari nilai sebelum diberikan intervensi pendidikan kesehatan. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan antara sebelum dan sesudah intervensi.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Hanifa dan Dewi (2022) menjelaskan bahwa terdapat perubahan nilai antara sebelum dilakukan intervensi pendidikan kesehatan dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan yaitu 10.34 sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* dan 13.05 setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh rata-rata pengetahuan siswa tentang *menarche* pada saat *pretest* adalah 11.64 dengan standar deviasi 3.01. Pada saat *posttest* didapat rata-rata sebesar 16.04 dengan standar deviasi adalah 2.99. Dari uraian tersebut kita bisa mendapat informasi perbedaan nilai mean antara *pretest* dan *posttest* adalah 4.44. Hasil uji t dependen didapatkan nilai *p value* = 0, 0000. Nilai ini kecil dari nilai  $\alpha$  (alpha) sebesar 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengetahuan siswi antara sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Sehingga  $H_0$  ditolak artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan siswi tentang *menarche* pada siswi SDN 001 Pendalian IV Koto. Berdasarkan penelitian, menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan yang dilakukan di SDN 001 Pendalian IV Koto dikatakan berhasil, hal ini dikarenakan responden memperhatikan informasi yang diberikan oleh peneliti didukung para siswi mempunyai rasa ingin tahu yang besar sehingga peneliti mudah menyampaikan materi tentang *menarche*. Dengan adanya penyuluhan tentang kesehatan *menarche* lebih tahu dan paham tentang materi *menarche*.

Pengetahuan adalah hasil pengindraan manusia atau hasil “tahu” dan terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terhadap objek terjadi melalui panca indera manusia yaitu: Indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Nopia & Dkk, 2020). Pengetahuan bukanlah suatu yang sudah ada dan yang lain tinggal menerimanya melainkan pengetahuan itu sebagai suatu pembentukan yang terus-menerus oleh seorang yang setiap saat mengalami reorganisasi pemahaman-pemahaman baru.

Pengetahuan dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal dalam hal ini pengetahuan siswa yang baik tentang *menarche* mereka dapatkan melalui pendidikan formal yaitu pada saat belajar biologi tentang *menarche*. Faktor lainnya yang mungkin juga berperan dalam pengetahuan siswa tentang *menarche* adalah paparan informasi baik itu yang berasal dari media masa, orang tua ataupun dari petugas kesehatan.

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap baiknya pengetahuan siswi tentang *menarche* adalah dari segi faktor pendidikan itu sendiri, mereka

mendapatkan informasi tentang *menarche* pada saat guru menyampaikan pelajaran biologi dan sebagian mengaku sudah pernah mendapatkan informasi juga dari tenaga kesehatan dan berbagai sumber lainnya. Menurut (Mutmainah & Dedeh, 2023) faktor yang memungkinkan dapat berpengaruh pada pendidikan kesehatan adalah pemberi materi, media penyuluhan dan sasaran yang akan diberikan intervensi.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan hasil Penelitian yang dilakukan oleh Nopia & Dkk (2020) yang berjudul pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi SDN 006 Ipuh Desa Semundam menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan siswi tentang pengetahuan *menarche* pada siswi SDN 06 Ipuh Desa Semundam. Penelitian oleh (Kholifah & Dkk, 2022) mengatakan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap pengetahuan siswi SDN Tambakmas 03 dalam menghadapi *menarche*.

Sejalan dengan penelitian (Hanifa dan Dewi, 2022) yang mengatakan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Hal ini terlihat dari hasil uji statistik didapatkan nilai  $p=0,000(<0,05)$ . Remaja memiliki kebutuhan dalam pemahaman terhadap perubahan yang terjadi pada organ reproduksinya. Oleh karena itu, informasi yang didapatkan harus benar-benar dapat dipertanggungjawabkan. Maka dari itu diperlukan peningkatan pengetahuan kepada responden dengan upaya pemberian informasi terkait masalah *menarche*.

Peneliti berasumsi bahwa pendidikan kesehatan tentang *menarche* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan tentang *menarche*. Pendidikan kesehatan inilah yang menyebabkan pengetahuan remaja dikategori baik karena sesudah mendapatkan informasi yang baru sehingga diharapkan mereka lebih mengerti tentang *menarche* dan mau melakukan anjuran yang berhubungan dengan menjaga kesehatan reproduksinya.

## **SIMPULAN**

Dari hasil penelitian dan pembahasan tentang Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Pengetahuan Siswi Di SDN 001 Pendalian IV Koto Tahun 2023. Dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Pengetahuan siswi SDN 001 Pendalian IV Koto tentang *menarche* sebelum diberikan pendidikan kesehatan memiliki nilai minimal 4 dan nilai maximal 17 dengan nilai rata-rata 11,64.
2. Pengetahuan siswi SDN 001 Pendalian IV Koto tentang *menarche* setelah diberikan pendidikan kesehatan memiliki nilai minimal 8 dan nilai maximal 20 dengan nilai rata-rata 16,04.

Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p \text{ value} = 0,0001$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Pengetahuan Siswi Di SDN 001 Pendalian IV Koto Tahun 2023.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Ali dan Asrori. 2018. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Eka Trismayana, Italia, Irma Rani Zofitri. 2020. Penyuluhan Kesehatan Tentang Menarche Menggunakan Metode Ceramah Pada Siswi Kelas VI. *Holistik J Kesehatan*.14;
- Hanifa, Fidya dan Dewi, Sawitri. 2022. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Remaja dalam Menghadapi Menarche. *Proceedings Series on Health & Medical Series*.4
- Haryono R. 2016. *Siap Menghadapi Menstruasi Dan Menopause*. Pertama. Yogyakarta: Gosyen Publishing. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*. 3;1.
- Kholifah & Dkk. 2022. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Dengan Metode Audiovisual Terhadap Pengetahuan Siswi SDN 01 Tambakmas 03 Dalam Menghadapi Menarche.
- Maria Ulfa., Ika Agustina. 2014. Pagaruh Penyuluhan Tentang Menarche Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Pra Menstruasi. *J Ners Dan Kebidanan*.1;197
- Niman Susanti. 2017. *Promosi Dan Pendidikan Kesehatan*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Nopia, Dkk.2020. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Kesiapan Menarche Pada Siswi SDN 06 Ipuh Desa Semundam Kecamatan Ipuh Kabupaten Mukomuko. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*.1;
- Perestroika Grhasta Dian. 2014;3. Pengaruh Penyuluhan Menstruasi Terhadap Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Kelas VII SMP Punggelan Banjarnegara. *J Kebidanan*.
- Provewati dan Misaroh. 2016. *Menarche, Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rahayu, Budiani, Armin. 2018. Manfaat Penyuluhan Tentang Menarche Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswi Sekolah Dasar Negeri 2 Tanjung Benoa. *J Kebidanan*
- Sari Denis Fitna.p 2019. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Tentang Personal Hygiene Terhadap Tingkat Kemandirian Pada AnakBetardasi Mental Di Sekolah Luar Biasa Siswi Mulia Kota Madiun. *J Keperawatan*.
- Sugiyono.2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.