

## PENGARUH PEMBERIAN *BOOKLET* TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP *EARLY ADOLESCENT* TENTANG *MENARCHE*

Amrina Nur Rohmah<sup>1\*</sup>, Dwi Dianita Irawan<sup>2</sup>, Elia Ika Rahmawati<sup>3</sup>, Risyia Secha  
Primindari<sup>4</sup>, Shinta Alifiana Rahmawati<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup> Program Studi S1 Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Lamongan

amrinanurrohmah12@gmail.com

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Remaja putri mengalami perubahan fisik yang cepat selama proses pertumbuhan, yang merupakan tanda kematang biologis. Bagi remaja perempuan, menarche adalah dimulainya menstruasi pertama. Jika pengetahuan dan persepsi remaja putri tentang menstruasi rendah dapat berdampak negatif pada reaksi remaja putri saat menarche, yang dapat menyebabkan masalah seperti kebingungan, rasa takut, sulit berkonsentrasi, tidak nyaman, kurang aktif, dan depresi. Sehingga dibutuhkan suatu metode untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang menarche. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana video edukasi berdampak pada pengetahuan dan sikap remaja awal (*early adolescent*) tentang menarche menggunakan booklet. **Metode:** Penelitian kuantitatif ini menggunakan metode pre-eksperimental Penelitian ini dilakukan di MI Muhammadiyah 1 Lopang Lamongan. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswi kelas IV, V dan VI yang berjumlah 20 siswi. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Proses penelitian dilakukan dengan cara memberikan kuisioner kepada siswi sebagai data awal penelitian (*pretest*) kemudian memberikan video edukasi selama 20 menit yang dilanjutkan diskusi, kemudian diakhir kegiatan siswi akan diminta untuk mengisi kuisioner lagi yang akan digunakan sebagai data akhir (*posttest*). Setelah data penelitian dikumpulkan, data akan dianalisis menggunakan SPSS dengan menggunakan uji *Wilcoxon*. **Hasil:** Hasil Uji *Wilcoxon* didapatkan hasil p value 0,000 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan antara tingkat pengetahuan dan sikap sebelum pemberian intervensi dan sesudah pemberian intervensi. **Kesimpulan:** Pemberian *Booklet* mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap pada *Early Adolescent* tentang *Menarche*.

**Kata Kunci:** *Booklet*, Pengetahuan, Sikap, *Adolescent*, *Menarche*

**Background:** *Young women experience rapid physical changes during the growth process, which is a sign of biological maturity. For adolescent girls, menarche is the start of the first menstruation. The young women's knowledge and perception of low menstruation can negatively impact the young women's reactions to menarche, which can lead to problems such as confusion, fear, difficulty concentrating, discomfort, inactivity, and depression. So a method is needed to improve the knowledge and attitudes of adolescents about menarche. The purpose of this study was to find out how educational videos impact the knowledge and attitudes of early adolescent adolescents about menarche using booklets. Method:* This quantitative research uses pre-experimental methods This research was conducted at MI Muhammadiyah 1 Lopang Lamongan. The population in this study was all class IV, V and VI students totaling 20 female students. The sampling technique used in this study was total sampling. The research process is carried out by giving questionnaires to students as the initial research data (*pretest*) then providing educational videos for 20 minutes followed by discussion, then at the end of the activity students will be asked to fill out the questionnaire again which will be used as final data (*posttest*). After the research data is collected, it will be analyzed using SPSS using the *Wilcoxon* test. **Results:** The results of the *Wilcoxon* test obtained a p value of 0.000 ( $p < 0.05$ ) so that it can be concluded that there is a difference between the level of knowledge and attitude before the intervention and after the intervention. **Conclusion:** *Booklet* giving can improve knowledge and attitudes in *Early Adolescent* about *Menarche*.

**Keywords:** *Booklet*, Knowledge, Attitude, *Adolescent*, *Menarche*

\*corresponding author: Amrina Nur Rohmah (amrinanurrohmah12@gmail.com)

## PENDAHULUAN

Kemampuan fungsi endokrin menyebabkan kematangan seksual dan tercapainya bentuk dewasa pada seorang remaja. Definisi WHO, mengkategorikan remaja adalah anak yang telah mencapai usia 12-24 tahun. Departemen kesehatan RI mendefinisikan remaja adalah individu yang berusia 10-19 tahun dan belum kawin, Sedangkan menurut BKKBN adalah 10-19 tahun (Harini & Rahmawati, 2021). Perubahan fisik yang cepat terjadi pada remaja, terutama remaja perempuan, sebagai tanda biologis dari kematangan fisik. Perubahan ini terjadi selama masa pubertas, yang merupakan masa transisi ataupun pergantian dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. (Hapsari, 2021). Hipofise meningkatkan perlahan hormon gonadotropin, yang menyebabkan periode pubertas, atau dimulainya kehidupan seksual dewasa. Dimulai pada usia ke-8 dan akan mencapai puncaknya pada usia 11-16 tahun yang di tandai dengan munculnya menstruasi (Sukorame, 2019). Menarche merupakan salah satu tanda mulai berfungsinya organ reproduksi.

Menarche adalah peristiwa penting bagi seorang wanita. Tahap ini sangat penting karena merupakan tanda awal kedewasaan secara biologis bagi seorang wanita. Menarche dapat terjadi dari usia 10 hingga 18 tahun. Untuk memahami perubahan fisik dan mental yang disebabkan oleh menarche,

wanita yang mengalami menstusasi pertama selalu mengalami perasaan kebingungan, khawatir, gelisah, dan tidak nyaman. (Puspitaningrum & A.Mawarni., 2017)

Remaja perempuan dapat mengalami masalah seperti kebingungan, rasa takut, sulit berkonsentrasi, tidak nyaman, kurang aktif, dan depresi jika mereka tidak tahu atau memiliki persepsi rendah terhadap menstruasi. Remaja mungkin sulit menerima perubahan pada tubuh mereka jika mereka tidak tahu tentang menstruasi. Dalam situasi seperti ini, pengetahuan tentang menstruasi yang memadai dan sikap positif dalam menghadapi perubahan tubuhnya diperlukan agar remaja tidak lagi menganggap menstruasi sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan atau menimbulkan kekhawatiran. (Lubis et al., 2022).

Remaja dapat melakukan upaya mandiri untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap mereka tentang menstruasi, seperti mencari informasi melalui internet ataupun media sosial, bertanya kepada orang tua, kakak atau tante, guru, atau bahkan berbicara dengan teman sebaya. Ini diperlukan untuk mempersiapkan anak untuk menstruasi mereka dan memberikan informasi terkait menstruasi dan kondisi perubahan-perubahan fisik yang dialami selama masa pubertas sehingga remaja tidak mengalami kebingungan dan kekhawatiran. (Qomari, 2017)

Pendidikan kesehatan reproduksi adalah salah satu program kesehatan reproduksi remaja yang dibuat oleh pemerintah Indonesia. Karena permasalahan kurangnya pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi masih perlu dilakukan peningkatan. Penggunaan media dalam penyuluhan kesehatan penting dilakukan untuk dapat memperjelas informasi yang diberikan dengan memberikan gambaran-gambaran yang nyata dan menarik. Agar minat belajar meningkat, diperlukan inovasi. salah satunya penggunaan booklet yang menarik dikalangan remaja (Lubis et al., 2022). Sehingga dibutuhkan suatu metode untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang menarche yang mampu merubah sikap remaja dalam melewati masa pubertas yang dialaminya. Salah satu metode yang dapat digunakan adalah dengan pemberian booklet yang berisi informasi tentang menarche untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang menarche

## **METODE**

Penelitian kuantitatif ini menggunakan metode pre-eksperimental. Penelitian ini bukan eksperimen sungguhan karena sampelnya tidak diambil secara acak atau random dan tidak ada kontrol yang cukup terhadap variabel yang dapat mempengaruhi variabel terikat. (Notoatmodjo, 2018). Penelitian ini dilakukan menggunakan

desain one group pretest-posttest. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana edukasi menggunakan booklet berdampak pada pengetahuan dan sikap remaja awal (*early adolescent*) tentang menarche. Tempat penelitian ini adalah MI Muhammadiyah 1 Lopang Lamongan. Studi ini melibatkan 20 siswa dari kelas IV, V, dan VI. Untuk penelitian ini, seluruh populasi diambil sebagai sampel (*total sampling*). (Notoatmodjo, 2018). Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner untuk mengukur tingkat pengetahuan tentang menarche sebanyak 15 pertanyaan dengan pilihan jawaban benar/salah dan kuisisioner tentang sikap sebanyak 10 pertanyaan dengan pilihan jawaban setuju/tidak setuju. Proses penelitian dilakukan dengan cara memberikan kuisisioner kepada siswi sebagai data awal penelitian (*pretest*) kemudian memberikan booklet selama 20 menit yang dilanjutkan diskusi, kemudian diakhir kegiatan siswi akan diminta untuk mengisi kuisisioner lagi yang akan digunakan sebagai data akhir (*posttest*). Setelah data penelitian dikumpulkan, data akan dianalisis menggunakan SPSS dengan menggunakan uji *Wilcoxon*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Jumlah (n)	Persentase (%)	
Usia	10 tahun	6	28.6
	11 tahun	7	33.3
	12 tahun	8	38.1
Menarche	Belum menarche	10	47.6
	Sudah menarche	11	52.4
Sumber Informasi Seputar menstruasi	Orangtua/ Keluarga	8	38.1
	Guru/Sekolah	3	14.3
	Temannya Sebayanya	4	19.0
	Media Massa	3	14.3
	Pelayanan Kesehatan	3	14.3
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100</b>	

Pada Tabel 1. menunjukkan bahwasannya dari 20 siswi yang menjadi responden pada penelitian ini mayoritas berumur 12 tahun sebanyak 8 orang (38.1%) dan yang paling sedikit adalah yang berusia 10 tahun 6 orang (28.6%). Jumlah siswa yang sudah mengalami menarche adalah 11 orang (52.4%) dan siswi yang belum mengalami menarche adalah 10 orang (47.6%). Terkait data tentang sumber informasi yang di dapatkan siswi seputar menstruasi di dominasi oleh siswi yang mendapatkan info dari orangtua ataupun keluarga sebesar 8 orang (38.1%) dan untuk sumber informasi yang di dapatkan dari pihak Guru/Sekolah, Media Massa, Pelayanan Kesehatan masing masing sebanyak 3 siswi (14.3%).

Beberapa penyebab menarche dini termasuk faktor nutrisi yang erat hubungannya dengan konsumsi makanan,

hormon, genetik, sosial ekonomi, keterlibatan orang dewasa dalam pornografi di media massa, dan perilaku seksual dan gaya hidup. Iklim (terutama suhu tahunan rata-rata), etnis, status sosial, tempat tinggal perkotaan atau pedesaan, aktivitas fisik, pendidikan, stimulasi seksual, perumahan, warisan, dan status kesehatan adalah beberapa faktor yang dikaitkan dengan menarche pada abad ke-20. Menurut hasil riset kesehatan dasar tahun 2020, usia menarche telah bergeser ke usia yang lebih muda dalam seratus tahun terakhir. Hasil RISKESDAS 2020 menunjukkan bahwa usia menarche paling dini adalah usia 9 tahun dan yang paling tua adalah 20. Di Indonesia, rata-rata usia menarche adalah 13 tahun. (Anggraeni & Sari, 2018; Alam et al., 2021).

Terbukanya akses informasi memungkinkan setiap orang untuk

mendapatkan berbagai macam informasi yang mereka butuhkan, termasuk informasi tentang menarche bagi remaja. Meskipun ada banyak media, teman sebaya dan keluarga masih menjadi sumber utama informasi bagi remaja. (Indarsita & Purba,

2018). Hal ini sesuai dengan sebuah penelitian yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan secara statistic antara penggunaan media komunikasi HP dengan kejadian menarche (Hidayah & Palila, 2018).

### Pengetahuan Remaja tentang Menarche

Tabel 2 Tingkat pengetahuan remaja tentang menarche sebelum dan sesudah intervensi

Tingkat Pengetahuan	Pre test		Post Test		P Value
	n	%	n	%	
Pengetahuan Kurang	9	45.0	0	0	0,000
Pengetahuan Cukup	8	40.0	9	45.0	
Pengetahuan Baik	3	15.0	11	55.0	
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100</b>	<b>20</b>	<b>100</b>	

Pada Table 2 Menunjukkan data tentang tingkat pengetahuan remaja tentang menarche sebelum dan sesudah dilakukannya intervensi. Pada data pretest didapatkan mayoritas remaja memiliki pengetahuan yang kurang terkait menarche yaitu sebanyak 9 siswi (45%) dan untuk remaja yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 3 siswi (15%). Setelah dilakukan intervensi pemberian video edukasi, maka didapati data posttest bahwasannya remaja yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 11 siswi (55%) dan sudah tidak di dapati siswi tang memiliki pengetahuan kurang.

Berdasarkan hasil penyuluhan yang dilakukan dengan menggunakan media *booklet* terhadap pengetahuan responden tentang menarche didapati terdapat peningkatan tingkat pengetahuan siswi. Perbedaan ini ditunjukkan bahwasannya

pada uji *Wilcoxon* didapatkan hasil p value 0,000 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan antara tingkat pengetahuan sebelum pemberian intervensi dan sesudah pemberian intervensi.

Menurut Rosyida (2019) remaja putri yang memiliki pengetahuan tentang menstruasi dengan baik akan lebih mudah memahami perubahan fisiologis yang di alami selama masa pubertas yang menyebabkan kondisi psikologis lebih stabil, sehingga mereka dapat mengantisipasi kecemasan yang muncul karena perubahan pada tubuh mereka (D.A, 2019). Lebih lanjut Islami (2017), menyatakan bahwa remaja putri yang tidak tahu banyak tentang menstruasi akan sulit beradaptasi akibat perubahan fisiologis yang di alami pada masa pubertas yang dapat menyebabkan ketidakstabilan secara

psikologis sehingga muncul rasa khawatir, takut, dan cemas saat menstruasi. (Islami, 2017).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Mutia (2022), yang menyatakan bahwa media booklet efektif dalam meningkatkan kesadaran menstruasi siswa sekolah dasar. Dengan menggunakan media booklet, penyuluhan yang dilakukan akan lebih mudah, karena terdapat media yang mampu memvisualisasikan informasi sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan

informasi yang dipahami oleh remaja. Hal ini mampu meningkatkan pemahaman remaja antara sebelum dan setelah penyuluhan. Pengetahuan adalah hasil dari mengetahui sesuatu yang terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan (visual, audio, sentuhan) pada sesuatu. Media audiovisual (video, TV) dan media cetak (buku, majalah, leaflet, booklet, dan poster) adalah sumber informasi yang paling umum bagi manusia. (Lubis et al., 2022).

### Sikap Remaja

Tabel 3 Sikap remaja sebelum dan sesudah intervensi

Sikap	Pre test		Post Test		P Value
	n	%	n	%	
Negatif	12	60.0	4	20.0	0,039
Positif	8	40.0	16	80.0	
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100</b>	<b>20</b>	<b>100</b>	

Pada Table 3 menunjukkan data tentang sikap remaja tentang menarche sebelum dan sesudah dilakukannya intervensi. Pada data pretest didapatkan mayoritas remaja memiliki sikap yang negative terkait menarche yaitu sebanyak 12 siswi (60%), dan untuk remaja yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 3 siswi (15%). Setelah dilakukan intervensi pemberian video edukasi, maka didapati data posttest bahwasannya remaja yang memiliki sikap negative menurun menjadi 4 siswi (20%) dan untuk remaja yang memiliki sikap positif sebanyak 16 siswi (80%).

Berdasarkan hasil penyuluhan yang dilakukan dengan menggunakan media *booklet* terdapat sikap responden tentang menarche didapat sikap yang positif terhadap menarche. Perbedaan ini ditunjukkan bahwasannya pada uji *Wilcoxon* didapatkan hasil p value 0,039 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan antara sikap sebelum pemberian intervensi dan sesudah pemberian intervensi.

Menurut Marisa, banyak hal memengaruhi perspektif. Salah satunya adalah pendidikan atau edukasi. Pendidikan adalah salah satu cara untuk mengubah diri manusia karena memberi mereka

kemampuan untuk mengetahui semua yang mereka ketahui sebelumnya. Pendidikan adalah proses dengan cara tertentu untuk memberi orang pengetahuan, pemahaman, dan cara bertindak sesuai kebutuhan. (Marisa & Nuryanto, 2014). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Dinda (2020) menunjukkan bahwa booklet mampu berpengaruh terhadap peningkatan menstruasi di SLBN Pembina Prov KalTim (Nasruddin et al., 2021).

## KESIMPULAN

Pemberian *Booklet* mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap pada *Early Adolescent* tentang *Menarche*. Saran yang diberikan yaitu tenaga Kesehatan dan tim mengajar di sekolah dapat menggunakan berbagai media untuk menyampaikan informasi tentang Kesehatan reproduksi dan juga mengembangkan metode lain selain booklet untuk meningkatkan kemampuan dan sikap siswi tentang *menarche*

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Universitas Muhammadiyah Lamongan dan MI Muhammadiyah 1 Lopang Lamongan, dan semua pihak yang turut membantu kelancaran penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

Alam, S., Syahrir, S., Adnan, Y., & Asis, A. (2021). Hubungan Status Gizi dengan Usia *Menarche* pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*,

10(03), 200–207.  
<https://doi.org/10.33221/jikm.v10i03.953>

Anggraeni, W., & Sari, K. I. P. (2018). Hubungan Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas Iv Dan V Sdi Darul Hikmah Krian Sidoarjo. *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan*, 7(1), 80–85.  
<https://doi.org/10.36720/nhjk.v7i1.36>

D. A., R. (2019). *Kesehatan re-produksi remaja dan wanita*. PT.Pustaka Baru.

Hapsari, Y. E. (2021). Pengaruh Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang *Menarche* Dengan Metode Audiovisual Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja SDN SUKORAME 01. *Study Program Of Midwifery Bachelor Program University Of Kusuma Husada 2021*.

Harini, R., & Rahmawati, N. A. (2021). Video Learning Multimedia Berpengaruh Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang *Menarche*. *Physiotherapy Health Science (PhysioHS)*, 2(2), 50–53.  
<https://doi.org/10.22219/physiohs.v2i2.15193>

Hidayah, N., & Palila, S. (2018). Kesiapan Menghadapi *Menarche* pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu. *Psympathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 107–114.  
<https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2021>

Indarsita, D., & Purba, Y. (2018). Pengetahuan Dan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi *Menarche* Di

- Sd Negeri No 064023 Medan Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 12(2), 183–188. <https://doi.org/10.36911/pannmed.v12i2.6>
- Islami, S. . (2017). *Hubungan tingkat pengetahuan menstruasi dengan kecemasan menghadapi menarche pada siswi kelas V dan VI SDN 1 Jetis Yogyakarta*. UNISA.
- Lubis, M. S., Pramana, C., & Kasjono, H. S. (2022). Pengaruh Penyuluhan Menstruasi Menggunakan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswi Dalam Menghadapi Menarche. *Sebatik*, 26(1), 270–276. <https://doi.org/10.46984/sebatik.v26i1.1544>
- Marisa, M., & Nuryanto, N. (2014). Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Komik Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Siswa Sdn Bendungan Di Semarang. *Journal of Nutrition College*, 3(4), 925–932. <https://doi.org/10.14710/jnc.v3i4.6911>
- Nasruddin, H., Faisal Syamsu, R., & Permatasari, D. (2021). Angka Kejadian Anemia Pada Remaja di Indonesia. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 1(4), 357–364. <https://doi.org/10.36418/cerdika.v1i4.66>
- Notoatmodjo. (2018). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Puspitaningrum, W. F. A., & A.Mawarni., dan D. N. (2017). Pengaruh Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terkait Kebersihan Dalam Menstruasi Di Pondok Pesantren Al-Ishlah Demak Triwulan Ii Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(4), 274–281.
- Qomari, P. N. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Di Min Rejoso Petarongan Jombang. <https://journal.unipdu.ac.id>.
- Sukorame. (2019). *Pengaruh Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Dengan Metode Audiovisual Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Di SD N Sukorame 01*. 21.