

The Influence of Menstruation Health Education on Adolescent Women's Readiness to Face Menarche at SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta

Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Menstruasi terhadap Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta

Asti Mahadewi^{1*}, Fathiyatur Rohmah², Sholaikhah Sulistyoningtyas³
¹⁻³ Universitas Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia

*Corresponding Author: asti59601@gmail.com

Received: 31 Oktober 2023; Revised: 3 November 2023; Accepted: 4 November 2023

ABSTRACT

Incidents of menarche that come without prior preparation and lack of knowledge about menstruation which can cause children to feel anxious and afraid, unpreparedness of adolescents for these changes can affect life and behavior that are prone to fall into reproductive problems such as UTIs, and not a few adolescents have sex outside of marriage to the point of cause HIV/AIDS. Provision of health education about menstruation is urgently needed by young women to increase readiness in facing menarche. The purpose of this study is to determine the effect of health education about menstruation on the readiness of young women to face menarche at SD (Primary School) Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta. This research method used Pre-Experiment with One Group Pretest-Posttest design. Sampling technique was done using purposive sampling totaling 54 students. Statistical test was carried out using the Wilcoxon Pairs Test. The results showed that there were differences in readiness to face menarche before being given health education and after being given health education about menstruation using video and lecture methods. Data analysis found that the p-value was 0.000, where the p-value was <0.05. The conclusions and suggestions of this study are that there was an influence of health education about menstruation on the readiness of young women to face menarche at SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta. It is hoped that the school will facilitate the provision of knowledge about menarche as early as possible before menstruation because good knowledge will have an impact on the attitude and readiness of students in dealing with first menstruation

Keywords: Menarche, Health Education

ABSTRAK

Kejadian *menarche* yang datangnya tanpa didahului dengan persiapan dan kurangnya pengetahuan mengenai menstruasi yang dapat menyebabkan anak merasa gelisah serta takut, ketidaksiapan remaja dalam perubahan tersebut dapat mempengaruhi kehidupan dan perilaku yang rentan jatuh kedalam permasalahan reproduksi seperti ISK, serta tidak sedikit remaja melakukan seks diluar nikah hingga menyebabkan HIV/AIDS. Pemberian pendidikan kesehatan tentang menstruasi sangat dibutuhkan oleh remaja putri untuk meningkatkan kesiapan dalam menghadapi *menarche*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta. Metode penelitian ini menggunakan *Pre-Eksperimen* dengan desain *One Group Pretest-Posttest*. Teknik Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* berjumlah 54 siswi. Uji statistik menggunakan *Wilcoxon Pairs Test*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan kesiapan menghadapi *menarche* sebelum diberikan pendidikan kesehatan dan setelah

diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan metode video dan ceramah. Analisis data diketahui *p-value* sebesar 0,000 yang dimana *p-value* <0.05. Simpulan dan saran penelitian ini adalah ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta. Diharapkan pihak sekolah memfasilitasi untuk memberikan pengetahuan tentang *menarche* sedini mungkin sebelum menstruasi karena pengetahuan yang baik akan berdampak pada sikap dan kesiapan siswi dalam menghadapi menstruasi pertama

Kata Kunci: Menarche, Pendidikan Kesehatan

LATAR BELAKANG

Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN, 2017) remaja adalah masa paling kritis dalam kehidupan seseorang, karena masa ini merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak hingga dewasa, baik secara fisik maupun mental, dan merupakan tahapan yang sangat menentukan dalam pembentukan kepribadian remaja. Menurut WHO (*World Health Organisation*) Tahun (2019), mendefinisikan remaja sebagai individu dalam kelompok usia 10-19 tahun dan “remaja” sebagai kelompok usia 15-24 tahun dengan mencapai kematangan seksual. Salah satu proses kematangan seksual adalah datangnya *menarche*. Didefinisikan sebagai siklus menstruasi pertama, perdarahan menstruasi pertama yaitu *Menarche* (WHO, 2019).

Menarche merupakan haid pertama kali yang umumnya terjadi pada usia 11-14 tahun. Namun, ada beberapa remaja yang mengalami *menarche* lebih awal, yaitu pada usia 8 tahun atau lebih lambat, yaitu pada usia 17 tahun (Harzif dkk., 2018). *Menarche* salah satu tanda bahwa remaja tersebut telah mengalami perubahan didalam dirinya dan juga disertai dengan berbagai masalah dan perubahan - perubahan baik fisik, biologi, psikologik maupun sosial.

Di negara-negara Asia Tenggara, remaja putri mengalami *menarche* rata-rata pada usia adalah 12,2 tahun. Survei Kesehatan Nasional pada tahun 2018, menunjukkan rata-rata usia *menarche* kebanyakan wanita Indonesia adalah 12,96 tahun dengan penurunan 0,145 tahun per dekade. Kebanyakan anak perempuan Indonesia mendapatkan menstruasi pertamanya pada usia 12 tahun sebesar 31,33%, usia 13 tahun sebesar 31,30%, dan usia 14 tahun sebesar 18,24%. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, angka kejadian *menarche* pada remaja putri di Indonesia sebesar 55,12% dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun dan ada yang lebih lambat sampai 17 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Di daerah istimewa Yogyakarta (DIY) usia *menarche* pada remaja putri dengan kisaran 12,37-12,59 tahun (Riskesdas, 2018).

Kejadian *menarche* yang datangnya tanpa didahului dengan persiapan, saat anak belum mencapai kedewasaan fikiran ditambah dengan kurangnya pengetahuan mengenai menstruasi yang dapat menyebabkan anak merasa gelisah serta takut. Selain itu anak sangat sering sekali merasa malu yang amat dalam dan merasa kotor saat menstruasi pertama mereka (Nurwati & Erawantini, 2018). Ketidaksiapan remaja dalam perubahan tersebut dapat mempengaruhi kehidupan

dan perilaku pribadi lingkungan, keluarga maupun masyarakat. Ketidaksiapan remaja dapat menimbulkan berbagai perilaku hingga rentan jatuh kedalam permasalahan reproduksi, tidak sedikit remaja yang telah melakukan pernikahan dini, seks di luar nikah, kehamilan tidak diinginkan, aborsi, HIV/AIDS, penggunaan narkotika (BKKBN, 2014). Untuk mencegah semua itu remaja membutuhkan pengetahuan yang cukup untuk menjalaninya. Pengetahuan ini dapat diperoleh salah satunya dengan memberikan pendidikan kesehatan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan anak dalam menghadapi *menarche* yaitu, pengetahuan anak, usia anak saat mengalami *menarche*, sumber informasi tentang menstruasi sebelum anak tersebut mengalami *menarche*, dan sikap terhadap menstruasi sebelum anak mengalami *menarche* (Astriana, 2017).

Berdasarkan survey (BKKBN, 2012) menyebutkan bahwa pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi dan seksual di Indonesia relatif rendah dilihat dari minimnya pengetahuan kesehatan reproduksi yang diajarkan disekolah dan pandangan tabu di dalam keluarga maupun masyarakat serta kesenjangan dalam pembinaan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi. Berdasarkan Badan Pusat Statistik Yogyakarta (2021) menyebutkan bahwa jumlah penduduk remaja putri menurut kelompok usia 10-14 tahun di Kota Yogyakarta: 125 965 jiwa, Sleman: 80 876 jiwa, Kulonprogo: 14 920 jiwa, Gunung kidul: 26 591 jiwa, Bantul: 34 076 jiwa. Jumlah remaja putri dengan rentang usia 10-14 tahun tertinggi berada di Kota Yogyakarta sebesar 125.965 jiwa daripada kabupaten lain di DI Yogyakarta, pada kecamatan Wirobrajan terdapat 1.043 jiwa. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa mereka memiliki potensi terhadap kurangnya edukasi mengenai kesehatan reproduksi khususnya kesiapan untuk menghadapi *menarche*.

Pasal 46 Undang – Undang Nomor 4 Tahun 2019 tentang Kebidanan, salah satu tugas bidan dalam pemberian pelayanan yaitu Pelayanan kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga berencana. Pelayanan kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga berencana menjadi hal penting untuk menunjang peningkatan kesehatan di Indonesia terutama bagi perempuan mengingat kesehatan reproduksi telah diatur dalam Pasal 71 Undang – Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan bahwa kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan sejahtera secara fisik, mental, dan sosial secara utuh tidak semata-mata hanya bebas dari penyakit atau kecacatan dalam suatu yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi (Undang-Undang RI, 2019).

Beberapa penelitian telah dilakukan mengenai kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Berdasarkan penelitian (Nurmawati & Erawantini, 2019) dengan judul “Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan Kesiapan Siswi SD Dalam Menghadapi *Menarche*”. Dalam penelitian ini diketahui bahwa siswi dengan kesiapan baik lebih banyak terjadi pada siswi dengan pengetahuan baik (82,4%) dibandingkan siswi dengan pengetahuan kurang (30%) menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan maka semakin siap siswi dalam menghadapi *menarche*. Penelitian lain juga dilakukan oleh Puspita, Rosyid dan Wahyudi (2015) dengan judul “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri Menghadapi *Menarche*” dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri tidak siap dalam menghadapi *menarche*. Ketidaksiapan ini dipengaruhi beberapa faktor yaitu sumber informasi dan sikap remaja menghadapi *menarche*.

Setelah dilakukan studi pendahuluan di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta pada tanggal 13 Januari 2023 melalui wawancara pada 10 siswi kelas IV dan V dengan rata-rata usia 10-12 tahun didapatkan 10 siswi tersebut belum mengalami *menarche*. Setelah dilakukan wawancara pada 10 siswi yang belum *menarche*, 7 diantaranya mengatakan kurang siap dalam menghadapi *menarche*, mereka tidak tahu apa yang harus dilakukan bila mengalami menstruasi pertama karena belum mendapatkan pengetahuan dari orang tua maupun sekolah. Terdapat 3 siswi yang mengatakan sudah tahu apa itu *menarche*, mengetahui perubahan fisik yang terjadi menjelang *menarche*, dan belum mengetahui tentang waktu mengganti pembalut serta cara membersihkan kemaluan yang benar. Berdasarkan wawancara dengan guru di SD Muhammadiyah wirobrajan 3 terdapat uks dan dokter yang berada di uks, serta di SD tersebut belum pernah dilakukan penyuluhan kesehatan tentang menstruasi. Berdasarkan data-data dan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi *Menarche* Di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis pre eksperimen dengan rancangan penelitian *one-group pre-test post-test design*. Pada penelitian ini menggunakan *pre-test dan post-test* (Siyoto & Sodik, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas IV

dan V SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta yaitu 39 orang kelas IV dan 76 orang kelas V dengan jumlah total 115 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah siswi kelas IV dan V SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Sampel dalam penelitian ini, yaitu 24 orang kelas IV dan 30 orang kelas V dengan jumlah total 54 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah menggunakan *purposive sampling*.

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner yang sudah melalui uji validitas dan reliabilitas serta video animasi dan leaflet sebagai sarana pemberian materi kepada responden yang telah dilakukan validasi oleh dosen ahli kesehatan reproduksi Universitas Aisyah Yogyakarta. Uji statistik dengan *teknik willcoxon Match Pairs Test* untuk data berpasangan yaitu pengukuran yang dilakukan dua kali pada saat sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1 Kesiapan Menghadapi *Menarche* Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Menstruasi pada Remaja Putri di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta Tahun 2023

Tingkat Kesiapan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Kesiapan Baik	18	33,3
Kesiapan Cukup	17	31,5
Kesiapan Kurang	19	35,2
Total	54	100

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa sebelum mendapatkan pendidikan kesehatan tentang menstruasi mayoritas responden memiliki kesiapan kurang yaitu sebanyak 19 responden (35,2%).

Tabel 2 Kesiapan Menghadapi *Menarche* Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Menstruasi pada Remaja Putri di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta Tahun 2023

Tingkat Kesiapan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Kesiapan Baik	43	79,6
Kesiapan Cukup	11	20,4
Kesiapan Kurang	0	0
Total	54	100

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa setelah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang menstruasi mayoritas responden memiliki kesiapan baik sebanyak 43 responden (79,6%).

Tabel 3 Hasil *Pretest* dan *Posttest* Kesiapan dalam Menghadapi *Menarche* pada Remaja Putri di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta

Kategori Kesiapan	Pretest		Posttest		Selisih	
	F	%	F	%	F	%
Kesiapan Baik	18	33,3	43	79,6	25	46,3
Kesiapan Cukup	17	31,5	11	20,4	-6	-11,1
Kesiapan Kurang	19	35,2	0	0	-19	-35,2
Total	54	100	54	100	0	0

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan Tabel 3 dapat dilihat bahwa mayoritas kesiapan siswi menghadapi *menarche* sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi yaitu dalam kategori kurang sebanyak 19 responden (35,2%). Sedangkan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi didapatkan hasil bahwa mayoritas kesiapan siswi dengan kategori baik sebanyak 43 responden (79,6%).

Tabel 4 Hasil Uji *Wilcoxon Match Pairs Test* Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi *Menarche* di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta

	Mean	Minimum	Maximum	Z	<i>p-value</i>
Pretest	61,20	33,33	85,71		
Posttest	80,95	57,14	100	-5,121	0,000

Sumber : Data Primer 2023

Pada Tabel 4 menunjukkan hasil uji statistik yang telah dilakukan didapatkan *p-value* sebesar 0,000 pada derajat kemaknaan 5% ($0,000 < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima sehingga diyakini bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kesiapan dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas IV dan V SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta.

Pembahasan

1. Kesiapan Menghadapi *Menarche* Sebelum Dilakukan Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Pada Remaja Putri di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta.

Diketahui mayoritas kesiapan siswi sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dalam kategori kesiapan kurang. Hal ini dipengaruhi oleh kurangnya informasi yang didapatkan oleh siswi SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 serta dari segi usia responden dimana usia berpengaruh terhadap tinggi rendahnya pengetahuan seseorang karena usia mempengaruhi penerimaan pengetahuan. Umur responden yang masih dini dan menganggap belum saatnya mengetahui tentang menstruasi atau *menarche* juga mempengaruhi pengetahuan yang dimilikinya sesuai dengan pendapat UNICEF (2017) bahwa remaja putri umumnya belajar tentang menstruasi atau *menarche* dari ibunya, tetapi tidak semua ibu memberikan informasi secara terbuka kepada anak perempuannya sampai anak mengalami *menarche*.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2021) dengan judul “Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi di SDN 38 Kota Bengkulu” dengan hasil menunjukkan bahwa dari 38 responden dengan pengetahuan kurang sebagian besar responden dengan kesiapan *menarche* kategori tidak siap (71,1%). Hal ini disebabkan karena umur siswi yang masih remaja maka kemampuan untuk berpikir serta dalam menyerap informasi masih belum matang. Semakin kurang tingkat pengetahuan yang dimiliki seseorang, maka dorongan untuk siap dalam menghadapi *menarche* juga kurang.

Mengacu pada teori perilaku Karr (Notoatmodjo, 2014), terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* yaitu sikap terhadap menstruasi sebelum anak mengalami *menarche*, kesiapan remaja putri untuk menerima *menarche* tergantung beberapa hal, antara lain dukungan sosial (*social support*), ketersediaan informasi (*accessibility of information*) tentang menstruasi, dan usia anak. Sikap dalam menghadapi *menarche* dapat berupa sikap positif dan negatif. Sikap positif yaitu menerima/mengharapkan terjadinya menstruasi pertama. Untuk membentuk sikap positif ini maka perlunya pengetahuan yang didapat dari lingkungan sekitar salah satunya melalui pendidikan kesehatan (Puspita, dkk. 2015).

2. Kesiapan Menghadapi *Menarche* Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Pada Remaja Putri di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta

Perubahan kesiapan menjadi lebih baik ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan tentang menstruasi ini telah berhasil meningkatkan keadaan kesiapan siswi menjadi lebih siap dalam menghadapi *menarche*. Keberhasilan dalam peningkatan kesiapan menghadapi *menarche* walaupun hanya sekali diberikan dalam penelitian ini yakni dikarenakan pendidikan kesehatan yang dilakukan didukung dengan materi yang dibutuhkan oleh responden. Selain itu metode ceramah dan tanya jawab selama pendidikan kesehatan berlangsung dapat mengembangkan komunikasi antara pemateri dan sasaran. Sehingga metode ceramah ini merupakan salah satu metode yang dapat digunakan, karena banyaknya materi yang disampaikan dan terdapat media yang membantu sehingga dapat memperjelas materi yang disampaikan (Winarti dkk., 2017).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hanifa & Dewi (2023) dengan judul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche", dengan hasil yang menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan memiliki rata-rata 10,34 terjadi peningkatan menjadi 13,05 setelah diberikan pendidikan kesehatan. Hasil yang sama menunjukkan sikap remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan nilai rata-rata 29,21 terjadi peningkatan menjadi 32,71 setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Menurut irnawati (2016) bahwa kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pendidikan kesehatan, dukungan social, status social ekonomi, budaya, sumber informasi, sikap, usia terjadinya *menarche*.

3. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi terhadap Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Putri Di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti diperoleh hasil bahwa Ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi terhadap Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Putri Di SD Muhammadiyah

Wirobrajan 3 Yogyakarta, dengan nilai *significancy* pada hasil menunjukkan ($p = 0,000 < 0,05$). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azizah Al Ashri, Desi Sumiati dan Hikmah, (2021) dengan judul " Pengaruh Pendidikan Kesehatan Secara Daring Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di SDN Cisauk Tangerang" dengan hasil menunjukkan adanya pengaruh pendidikan kesehatan yang signifikan terhadap pengetahuan responden, dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan.

Metode yang digunakan dalam penyampaian materi pendidikan kesehatan ini adalah metode video, leaflet serta ceramah. Menurut Setiawati (2020), Edukasi atau pendidikan kesehatan menggunakan video dinilai efektif untuk penyampaian pesan kepada masyarakat dibandingkan dengan pendidikan kesehatan tanpa media atau hanya dengan media ceramah dan diskusi yang sifatnya konvensional. Proses belajar dengan menggunakan media video dinilai lebih atraktif karena menampilkan video bergerak berupa demonstrasi, melihat rekaman gambar dan mendengar suara sehingga memberikan rangsangan pada berbagai panca indra. Metode ini dikatakan efektif karena mudah diingat dan efisien. Terlebih bila responden penelitian adalah remaja karena menarik, tidak membosankan sehingga meningkatkan motivasi belajar (Fazrin dkk., 2021).

Hal ini sejalan dengan Arsyad (2019) bahwa media audiovisual mampu menstimulasi indera pendengaran dan penglihatan sehingga hasil yang diperoleh lebih maksimal. Penelitian yang dilakukan oleh Zakaria (2017) menyatakan adanya peningkatan yang signifikan pada sikap responden sebelum dan sesudah mendapatkan pendidikan kesehatan melalui media audiovisual. Media audiovisual lebih menarik perhatian, menghemat waktu dan dapat diputar berulang-ulang. Oleh karena itu, pemberian pendidikan kesehatan mengenai menstruasi ini dapat meningkatkan pengetahuan siswi dalam menjawab kuesioner kesiapan menghadapi *menarche*.

Pendidikan kesehatan merupakan upaya atau kegiatan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok atau masyarakat sehingga mempunyai pengaruh positif terhadap pemeliharaan dan peningkatan kesehatan (Marmi, 2013).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswi kelas IV dan V di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta hasil *pretest* dan *posttest* kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi diketahui dari 54 responden terdapat 18 (33,3%) responden dalam kategori baik, kategori cukup terdapat 17 (31,5%) dan 19 (35,2%) dalam kategori kurang. Kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi diketahui dari 54 responden terdapat peningkatan pada kategori baik menjadi 43 (79,6%) responden, menurun pada dalam kategori cukup menjadi 11 (20,4%) responden, dan tidak terdapat responden dalam kategori kurang. Ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* dengan nilai Sig. (2 tailed) sebesar 0,000.

Saran

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti variabel lain yang dapat mempengaruhi kesiapan *menarche* seperti: lingkungan, sosial budaya, status ekonomi, sumber informasi dan sikap. Serta dapat melakukan penelitian yang lebih mendalam dengan adanya kelompok kontrol sebagai pembanding.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsyad. (2019). Edukasi Gizi dengan Media Audiovisual terhadap Pola Konsumsi Sayur Buah pada Remaja SMP di Jakarta Timur. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(2), 77–88.
- Astriana. (2017). Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Di Madrasah Tsanawiyah (Mts) Dinniyah Putri Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung Tahun 2017. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Azizah Al Ashri., Sumiati, D., & Hikmah, H. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Secara Daring Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SDN Cisauk Tangerang. *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*, 5(2), 47–55. <https://doi.org/10.36474/caring.v5i2.207>
- BKKBN. (2017). *Modul Pelatihan Konseling Kesehatan Reproduksi Remaja Bagi Calon Konsel.*
- BPS Yogyakarta. (2021). Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Dalam Angka. *Badan Pusat Statistik Provinsi D.I Yogyakarta*, 706.
- Fazrin, I., Anggraeni, S., Saputro, H., Nurwijayanti, & Agustina, E. (2021). *Edukasi Gizi, Tumbuh Kembang, Pijat Anak Menggunakan Metode Demonstrasi Audiovisual Pada Kader Masa Pandemi Covid19.* Strada Press.

- Hanifa, F., & Dewi, S. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche. *Proceedings Series on Health & Medical Sciences*, 4(2018), 91–94. <https://doi.org/10.30595/pshms.v4i.563>
- Harzif, A. K., Silvia, M., & Wiweko, B. (2018). *Fakta-Fakta Mengenai Menstruasi pada Remaja*. Medical Research Unit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Kesehatan, K. (2016). *Laporan Perkembangan HIV AIDS TW 2 2016.pdf*. https://siha.kemkes.go.id/portal/files_upload/Laporan_Perkembangan_HIV_AIDS_TW_2_2016.pdf
- Nurmawati, I., & Erawantini, F. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Siswi Sd Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 136–142. <https://doi.org/10.23917/jk.v12i2.9770>
- Nurwati, I., & Erawantini, F. (2018). Tingkat Pengetahuan Menstruasi Dalam Menunjang Kesiapan Siswi Sd Menghadapi Menarche. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 12(1), 10–15.
- Puspita, I. F., Rosyidi, M. I., & Wahyuni, S. (2015). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di Sd N 02 Sukorejo Semarang*. 1–13. <https://adoc.pub/download/-knowledge-sources-of-information-by-peers-attitude-readines.html>
- Riskesdas. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* (p. 674). <https://doi.org/10.55426/jksi.v12i1.135>
- Sari, R. F. (2021). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di SDN 38 Kota Bengkulu. *Skripsi*, 1, 1–61. <http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/943/1/SKRIPSIREZAFIX2022.pdf>
- Setiawati, P. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Ibu Nifas Di Rs Dr.R.Hardjanto Balikpapan Tahun 2020. 2–181.
- Undang-Undang RI. (2019). Undang-undang RI No. 4 Tahun 2019 Tentang Kebidanan. In *Tentang Kebidanan* (Issue 10, pp. 2–4).
- UNICEF. (2017). *Laporan Baseline SDG tentang Anak-Anak di Indonesia*. Jakarta: Bappenas dan UNICEF.
- WHO. (2019). *Orientation Programme on adolescent health for health-care providers. WHO: Department of child and adolescent health and development*. https://www.who.int/maternal_child_adolescent/documents/pdfs/9241591269_op_handout.pdf.
- Winarti, A., Fatimah, F. S., & Rizky, W. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Tentang Menarche pada Siswi Kelas V Sekolah Dasar. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 5(1), 51. [https://doi.org/10.21927/jnki.2017.5\(1\).51-57](https://doi.org/10.21927/jnki.2017.5(1).51-57)
- Zakaria, F. (2017). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media audiovisual terhadap pengetahuan dan sikap ibu tentang inisiasi menyusui dini di kota yogyakarta.