



Analisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi pada Siswi Kelas IV & V dalam Menghadapi Menarche

Studi Kasus di Sekolah Dasar Muhammadiyah Karangturi, Bantul

¹Ambaul Latifah*, ¹Suesti, ¹Intan Mutiara Putri

Corresponding Author: *ambaulaul@gmail.com

¹ Universitas Aisyiyah Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia

Abstrak

Menarche merupakan periode menstruasi pertama pada remaja putri yang telah memasuki fase pubertas. Persiapan yang adekuat sebelum menghadapi menarche penting dilakukan dengan memberikan informasi yang tepat kepada remaja putri sebelum memasuki masa pubertas. Pendidikan kesehatan dapat menjadi sarana efektif untuk memberikan informasi ini. Kurangnya pengetahuan remaja putri sebelum mengalami menarche dapat berdampak negatif pada pemahaman mereka tentang kesehatan reproduksi dan kemampuan mengelola kesehatan mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh pendidikan kesehatan tentang menarche terhadap pengetahuan siswi kelas IV & V di SD Muhammadiyah Karangturi Banaguntapan Bantul. Metode penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian kuantitatif dengan desain pre-eksperimental menggunakan metode One Groups Pretest-Posttest Design. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling dengan jumlah responden sebanyak 40 siswi, dan instrumen yang digunakan adalah kuesioner tertutup. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji t berpasangan (paired t-test). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum mendapatkan penyuluhan, 25 responden (62%) memiliki pengetahuan yang cukup, 9 responden (22,5%) memiliki pengetahuan baik, dan 6 responden (15%) memiliki pengetahuan kurang. Setelah mendapatkan penyuluhan, pengetahuan yang cukup meningkat menjadi 62%, pengetahuan baik menjadi 37,5%. Hasil analisis statistik menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari pendidikan kesehatan reproduksi terhadap peningkatan pengetahuan siswi (p -value = 0,012). Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa pendidikan kesehatan reproduksi memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan siswi mengenai menarche. Diharapkan siswi yang memiliki pengetahuan kurang dapat meningkatkan pemahamannya terkait menarche untuk memperbaiki pengetahuan mereka mengenai kesehatan reproduksi.

Kata kunci: Menarche, Pendidikan Kesehatan, Pengetahuan, Sekolah Dasar

Pendahuluan

Menarche adalah fase pubertas pada wanita yang ditandai dengan keluarnya darah dari organ reproduksi. Meskipun merupakan pengalaman alamiah, proses ini dapat membuat remaja putri merasa bingung, gelisah, dan tidak nyaman [1],[2]. Normalnya, menstruasi dapat terjadi di usia 10-16 tahun, dipengaruhi oleh faktor fisik dan juga ras, suku, dan asupan gizi [3]-[5]. Perubahan usia menarche menciptakan kesenjangan antara perubahan fisik dan kesiapan psikologis, mempercepat proses fisik tetapi tidak selalu sejalan dengan perkembangan psikologis, terutama dalam hal perubahan emosi yang dapat memengaruhi gairah seksualitas remaja [4].

Pengetahuan tentang menstruasi sangat penting bagi remaja putri untuk memahami perubahan fisik dan psikologis yang terkait dengan menarche. Kekurangan pengetahuan dapat menyebabkan

perasaan bingung dan tidak nyaman saat menghadapi menarche pertama kali. Kematangan seksual dipengaruhi oleh kondisi fisik, ras, suku bangsa, iklim, dan kebiasaan hidup [3].

Pendidikan kesehatan memainkan peran penting dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang perilaku hidup sehat. Pengetahuan tentang menstruasi membantu remaja putri dalam menjaga kebersihan pribadi dan mencegah risiko infeksi saluran kemih [6]-[8]. Pemerintah melalui Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) memiliki peran dalam meningkatkan derajat kesehatan remaja melalui edukasi, pelayanan klinis, konseling, dan pelatihan keterampilan [9].

Hasil wawancara di SD Muhammadiyah Karangturi Banguntapan Bantul menunjukkan bahwa dari 44 siswi, 4 siswi telah mengalami menarche. Wawancara dengan siswi kelas IV & V yang belum mengalami menarche mengindikasikan ketidakpahaman tentang tindakan yang harus diambil saat menarche, serta rasa takut terhadap pengalaman tersebut. Informasi yang diterima dari sekolah dan keluarga masih kurang, dan ada banyak informasi yang bertentangan. Sementara itu, wawancara dengan empat siswi yang sudah mengalami menarche mengungkapkan ketidakpahaman mereka terhadap menstruasi, menyebabkan kurangnya rasa percaya diri dan kebingungan dalam menghadapinya. Kurangnya informasi ini menyebabkan rasa takut dan kecemasan, serta ketidakpahaman tentang langkah-langkah yang harus diambil selama menarche [4],[8],[10].

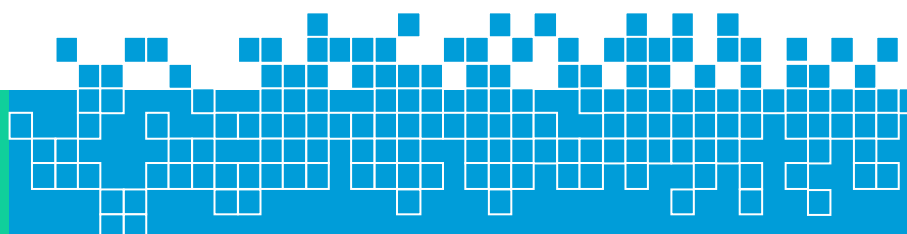
Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan siswi kelas IV & V dalam menghadapi menarche di SD Muhammadiyah Karangturi Banguntapan Bantul. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pemahaman lebih lanjut tentang efektivitas pendidikan kesehatan reproduksi dalam meningkatkan pengetahuan siswi kelas IV & V, sehingga dapat membekali mereka dengan informasi yang diperlukan untuk menghadapi perubahan fisik dan psikologis yang terjadi selama masa pubertas.

Tinjauan Pustaka

Kesehatan reproduksi merupakan aspek kesehatan yang mencakup seluruh perjalanan kehidupan, baik secara fisik, mental, maupun kesejahteraan sosial. Aspek ini bersifat holistik dan tidak dapat dipisahkan, melibatkan sistem dan fungsi, serta proses reproduksi, bukan hanya terbatas pada kebebasan dari penyakit atau kecacatan. Setiap individu memiliki tanggung jawab atas kesehatan reproduksinya, memungkinkan mereka memenuhi keinginan mereka tanpa hambatan [4],[8].

Menstruasi merupakan siklus kematangan seksual pada wanita, ditandai dengan perdarahan dari dinding uterus dalam interval bulanan [3],[4],[11]. Kondisi menstruasi tidak hanya mencerminkan kesehatan fisik, tetapi juga dapat memberikan informasi tentang status energi dan suasana hati. Menstruasi melibatkan interaksi kompleks antara hipotalamus, hipofisis, ovarium, dan perubahan normal dalam saluran reproduksi, dengan peran penting dari ovum yang siap untuk pembuahan [4].

Menarche, atau menstruasi pertama, terjadi pada rentang usia 10-16 tahun, menandai awal remaja dalam masa pubertas [4],[5]. Peristiwa ini disertai dengan pertumbuhan rambut pubis, pembesaran payudara, dan perubahan fisik pada remaja putri, serta gejala seperti pollution pada remaja putra. Pendidikan kesehatan memainkan peran penting dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran untuk menjaga kesehatan reproduksi [6],[7].



Siklus menstruasi normal memiliki rentang antara 28 sampai 35 hari [3]. Siklus ini terbagi menjadi dua tahap, yaitu siklus ovarium (folikular dan luteal) dan siklus uterus (proliferasi dan sekresi) [3]. Pendidikan kesehatan dianggap sebagai upaya sadar dan berkelanjutan untuk membimbing peserta didik agar dapat berkembang seimbang dan sehat dalam segala aspek kehidupan, termasuk kesehatan fisik, mental, sosial, dan lingkungan [12].

Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain pre-eksperimental, khususnya menggunakan tipe One Groups Pretest-Posttest Design. Teknik sampling yang diterapkan adalah *total sampling*, dengan melibatkan seluruh populasi siswi yang berjumlah 40 orang. Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data adalah kuesioner tertutup.

Hasil

A. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Dari Tabel 1, terlihat bahwa responden terbanyak berumur 11 tahun, mencakup 42,5% dari total responden, diikuti oleh responden berumur 10 tahun dengan 32,5%. Sementara itu, responden berumur 12 tahun sebanyak 17,5%.

Table 1. Karakteristik responden berdasarkan umur

Usia (Tahun)	Frekuensi	Persentase
9	3	7,5
10	13	32,5
11	17	42,5
12	7	17,5
Total	40	100,0

B. Distribusi Pengetahuan Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan

Dari Tabel 2 diketahui bahwa sebelum mendapatkan pendidikan kesehatan, 62% responden memiliki pengetahuan yang cukup, 22,5% memiliki pengetahuan baik, dan 15% memiliki pengetahuan kurang. Hal ini mencerminkan tingkat pengetahuan awal siswi mengenai menstruasi.

Table 2. Distribusi pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan

Kategori	Frekuensi	Persentase
Baik	9	22,5
Cukup	25	62,0
Kurang	6	15,0
Total	40	100,0

C. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan

Dengan melihat Tabel 3, diketahui bahwa setelah mendapatkan pendidikan kesehatan, terjadi peningkatan pengetahuan responden. Sebanyak 37,5% responden memiliki pengetahuan baik, sementara 62% masih memiliki pengetahuan cukup. Tidak ada responden yang masih memiliki pengetahuan kurang.

Table 3. Distribusi pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan

Kategori	Frekuensi	Persentase
Baik	15	37,5
Cukup	25	62,0
Kurang	0	0,0
Total	40	100,0

D. Hasil Uji Paired t-test

Tabel 4 menunjukkan hasil uji-t. Uji statistik paried t-test dilakukan untuk mengetahui signifikansi peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Nilai p-value sebesar 0,012, yang kurang dari tingkat signifikansi 0,05, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan setelah pemberian pendidikan kesehatan.

Table 4. Hasil Uji-t

t-hitung	Df	t-tabel	p-value
2,623	39	1,684	0,012

Hasil p-value yang kecil (0,012) menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima, dan pendidikan kesehatan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan siswi mengenai menstruasi. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswi setelah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang menstruasi. Hasil uji statistik juga mendukung kesimpulan ini dengan p-value yang signifikan (0,012). Dengan demikian, pendidikan kesehatan memiliki dampak positif pada pengetahuan siswi mengenai menstruasi, yang berpotensi meningkatkan kesehatan reproduksi mereka.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menyoroti bahwa sebelum mendapatkan pendidikan kesehatan, mayoritas responden (62%) memiliki pengetahuan yang dapat dikategorikan sebagai cukup. Sebanyak 22,5% responden memiliki pengetahuan baik, sedangkan 15% sisanya memiliki pengetahuan kurang. Setelah melalui proses pendidikan kesehatan, terlihat bahwa 62% responden tetap berada dalam kategori pengetahuan cukup, namun terjadi peningkatan yang signifikan menjadi 37,5% responden yang mencapai tingkat pengetahuan baik.

Variabel yang memperlihatkan peran dalam tingkat pengetahuan adalah usia. Dalam konteks ini, usia dianggap sebagai faktor yang dapat memengaruhi proses penerimaan informasi. Seiring bertambahnya usia, pemahaman dan pemikiran individu cenderung meningkat [12]. Selain usia, faktor lain yang turut memengaruhi pengetahuan adalah sumber informasi [13]. Pentingnya informasi yang tepat dan dapat dipercayai dari sumber yang benar, seperti edukasi dari guru dan orang tua, menjadi kunci dalam membentuk pemahaman yang baik [14]. Pentingnya peran pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan siswi tercermin dari perubahan signifikan yang terlihat setelah pemberian materi edukasi. Proses belajar ini dianggap efektif dalam membimbing siswi dari ketidakpahaman tentang menarche menjadi memiliki pemahaman yang lebih baik.

Meskipun terjadi peningkatan pengetahuan, hasil uji statistik menunjukkan ketidaksignifikan secara statistik. Persamaan jumlah presentase cukup pada pre-test dan post-test (62%) mungkin dipengaruhi oleh pertukaran informasi saat mengisi kuesioner. Faktor lain seperti kebiasaan responden mengingat soal pre-test yang selalu sama juga dapat mempengaruhi hasil. Pentingnya informasi yang tepat, terutama terkait dengan menstruasi, menjadi kunci dalam membantu remaja mengatasi beban psikologis. Pendidikan kesehatan memberikan kesempatan untuk berdiskusi, bertanya tanpa rasa malu, membentuk persepsi yang sama, dan mengurangi kecemasan atau ketakutan. Beberapa peneliti juga

mendukung temuan ini dimana pengetahuan menjadi faktor penting dalam kesadaran kesehatan di berbagai usia [15]-[17].

Dari hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan memiliki dampak positif dalam menciptakan perubahan pada diri siswi, merubah pengetahuan, dan memberikan informasi yang benar. Ini berkontribusi pada peningkatan kepercayaan diri dan kemampuan menghadapi perubahan fisik dan psikis dengan lebih tenang dan bahagia. Meskipun hasil uji statistik tidak mencapai tingkat signifikansi tertentu, dampak positif dari pendidikan kesehatan tetap nyata dan relevan dalam meningkatkan pemahaman siswi tentang kesehatan reproduksi.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan siswi kelas IV & V terkait menarche di SD Muhammadiyah Karangturi Banguntapan Bantul. Sebelum mendapatkan pendidikan kesehatan, mayoritas siswi memiliki pengetahuan yang dapat dikategorikan sebagai cukup, namun setelah melalui proses edukasi, terjadi peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan mereka, khususnya dalam mencapai tingkat pengetahuan baik. Faktor usia dan sumber informasi, seperti edukasi dari guru dan orang tua, memiliki dampak yang signifikan terhadap pengetahuan siswi. Seiring bertambahnya usia, pemahaman dan pemikiran siswi cenderung meningkat. Oleh karena itu, penyediaan informasi yang tepat dan dapat dipercaya menjadi kunci dalam membentuk pemahaman yang baik terkait dengan kesehatan reproduksi. Dengan demikian, penerapan pendidikan kesehatan di lingkungan sekolah dapat dianggap sebagai langkah yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan siswi dalam menghadapi menarche. Upaya ini dapat memberikan kontribusi positif dalam membentuk pemahaman yang komprehensif terkait kesehatan reproduksi, memberikan bekal yang diperlukan untuk mengelola perubahan fisik dan psikis yang terjadi selama masa pubertas.

Referensi

- [1] 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.
- [2] Livana, P. H., Indrayati, N., & Yuliyanti, E. (2019). Gambaran tingkat ansietas anak usia sekolah saat mengalami menarche. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 146-153.
- [3] Zalni, R. I. (2023). *Usia Menarche pada Siswi Sekolah Dasar*. Penerbit NEM.
- [4] Akbar, H., KM, S., Epid, M., Qasim, N. M., Hidayani, W. R., KM, S., ... & KM, S. (2021). *Teori Kesehatan Reproduksi*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- [5] Febrianti, V. N. L., & Handayani, Y. (2023). *Hubungan Status Gizi dan Usia Menarche dengan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di SMP Negeri 3 Jember* (Doctoral dissertation, Universitas dr. Soebandi).
- [6] Nurhayati, E., & Qothimah, Q. H. (2023). Pengaruh Peer Education Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Diri Saat Menstruasi. *Jurnal sosial dan sains*, 3(11), 1208-1218.
- [7] Bunga, P. A. R. (2020). *Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Pencegahan Infeksi Saluran Kemih (ISK) Pada Siswa/Siswi SMAK Syuradikara Ende* (Doctoral dissertation, STIK Sint carolus).
- [8] Adyani, K., Meiranny, A., & Muthahar, A. A. E. (2023). Personal Hygiene Remaja Saat Menstruasi: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(3), 404-409.

- [9] Shaluhayah, Z., & Suryawati, C. (2020). Analisis Implementasi Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) di Puskesmas. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 7(3), 98-108.
- [10] Nora, R. (2020). Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di Sdn 02 Lubuk Buaya Padang. *Al-Asalmiya Nursing: Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 9(1), 27-35.
- [11] Nurlaeli, H., Herman, M., & Indarto, H. (2021). Pengetahuan dan Psikologi Anak SD Kelas Atas Saat Menghadapi Menstruasi Pertama Kali. *Inspiratif Pendidikan*, 10(1), 54-66.
- [12] Nurmala, I., & KM, S. (2020). *Promosi kesehatan*. Airlangga University Press.
- [13] Yulastini, F., & Fajriani, E. (2021). Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Di Pondok Pesantren Nurul Haramain Narmada. *Journal of Midwifery and Reproduction*, 4(2), 51-55.
- [14] Rachmawati, A. N., & Oktaviani, A. R. (2017). Peran Orangtua Dalam Mempersiapkan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di Kelurahan Kadirejo Kecamatan Karanganyar Kabupaten Klaten. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 170-176.
- [15] Pradono, J., & Sulistyowati, N. (2014). Hubungan antara tingkat pendidikan, pengetahuan tentang kesehatan lingkungan, perilaku hidup sehat dengan status kesehatan (studi korelasi pada penduduk umur 10-24 tahun di Jakarta Pusat). *Buletin penelitian sistem kesehatan*, 17(1), 89-95.
- [16] Rudianto, Z. N. (2022). Pengaruh literasi kesehatan terhadap kesadaran kesehatan mental generasi Z di masa pandemi. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 11(1), 57-72.
- [17] Hastui, T. P., Widatiningsih, S., & Afifah, A. (2014). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan Vi Di Sd Negeri Dangkel Parakan Temanggung Tahun 2014. *Jurnal Kebidanan*, 3(7), 16-23.

Penulis



Ambaul Latifah, Amd. Keb. adalah mahasiswa yang sedang menempuh program sarjana di Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Dia memiliki semangat yang tinggi untuk mendalami bidang kebidanan dan berkontribusi pada dunia kesehatan. Dia bukan hanya seorang mahasiswa berprestasi tetapi juga seorang individu yang peduli dengan masyarakat sekitarnya. (email: ambaulaul@gmail.com).



Suesti, S.SiT., M.PH. merupakan seorang dosen di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Dengan pengalaman mengajar sejak tahun 2001, beliau memiliki dedikasi yang tinggi terhadap bidang pendidikan dan kesehatan. Selama perjalanan karirnya, Suesti pernah menjabat sebagai koordinator laboratorium pada periode 2005-2007, menunjukkan komitmen dan kontribusinya dalam mengembangkan lingkungan belajar yang optimal. Beliau memiliki latar belakang pendidikan DIV Bidan Pendidik dari Universitas Gadjah Mada pada tahun 2001. Selanjutnya, beliau melanjutkan studi Magister KIA Kespro di Universitas Gadjah Mada pada tahun 2011. (email: suesti2023@gmail.com).



Bdn. Intan Mutiara Putri, S.ST., M.Keb. adalah seorang dosen di Program Studi Kebidanan, Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Ia telah aktif dalam dunia pengajaran sejak tahun 2014 dan saat ini memegang posisi sebagai Kepala Biro Admisi di universitas tersebut. Beliau meraih gelar D-IV Bidan Pendidik dari Universitas Muhammadiyah Tangerang pada tahun 2013. Selanjutnya, beliau melanjutkan studi Magister Kebidanan di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta dan berhasil menyelesaikannya pada tahun 2017. (email: intan.mutiaraputri@unisayogya.ac.id).