

1000

By 1000 1000

Pengaruh Penggunaan Media "Buku Saku" Terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Menarche di MTS Nurul Ikhsan Sungai Rawa Kabupaten Siak

The Effect of Using "Pocket Book" Media on Adolescent Girls' Knowledge about Menarche at MTS Nurul Ikhsan Sungai Rawa

Abstrak

Latar belakang: Menarche merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi pada seorang gadis pada masa pubertas, yang biasanya muncul usia 11 sampai 14 tahun. Kurangnya pengetahuan tentang menarche dapat menyebabkan kecemasan dan dampak psikologis yang negatif. Salah satu solusi untuk meningkatkan pengetahuan adalah melalui penggunaan media edukasi, yaitu buku saku.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan media "buku saku" terhadap pengetahuan remaja putri tentang menarche di MTS Nurul Ikhsan Sungai Rawa Kabupaten Siak.

Metode: Jenis penelitian kuantitatif dengan desain quasi eksperimen. Jumlah sampel 15 orang remaja putri dengan teknik pengambilan sampel purposive sampling. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner. Pengolahan data dilakukan secara komputersisasi. Analisa data menggunakan univariat dan bivariat.

Hasil: Hasil uji statistik dengan menggunakan uji t dependent dengan derajat kepercayaan 95 % didapatkan ada pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan buku saku terhadap tingkat pengetahuan siswi tentang menarche di MTs Nurul Ikhsan Sungai Rawa ($p=0,001$).

Kesimpulan: Disarankan pihak sekolah bekerjasama dengan puskesmas dalam membuat program kesehatan remaja seperti pusat informasi kesehatan remaja di sekolah atau dengan memberikan informasi kepada remaja putri melalui media seperti poster yang dipajang di UKS (Unit Kesehatan Sekolah) mengenai menarche yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang menarche.

Kata kunci: Pendidikan Kesehatan, Buku Saku, Pengetahuan, Menarche.

Abstract

Background: Menarche is the first menstruation that usually occurs in a girl during puberty, which usually occurs at the age of 11 to 14 years. Lack of knowledge about menarche can cause anxiety and negative psychological impacts. One solution to increase knowledge is through the use of educational media, such as pocket books. Pocket books that contain concise and easy-to-understand information can be an effective tool to provide education about menarche, reduce anxiety, and increase adolescent girls' understanding of this biological process.

Objective: This study aims to determine the effect of using "pocket book" media on the knowledge of adolescent girls about menarche at MTS Nurul Ikhsan Sungai Rawa Siak Regency.

Method: Quantitative research with quasi experimental design. The sample size was 15 adolescent girls with purposive sampling technique. This research instrument uses a questionnaire. Data processing is done by computerization. Data analysis using univariate and bivariate.

Result: The results of statistical tests using the dependent t test with a 95% confidence level found that there was an effect of health education using a pocket book on the level of knowledge of female students about menarche at MTs Nurul Ikhsan Sungai Rawa ($p = 0.001$).

Conclusion: It is recommended that schools collaborate with puskesmas in creating adolescent health programs such as adolescent health information centers in schools or by providing information to adolescent girls through media such as posters displayed in the UKS (School Health Unit) regarding menarche which aims to increase knowledge about menarche.

Keywords: Health Education, Pocket Book, Knowledge, Menarche

PENDAHULUAN

Menarche yaitu menstruasi pertama yang dialami anak perempuan selama pubertas, umumnya muncul antara usia 11 hingga 14 tahun. Perubahan signifikan berlangsung pada masa gadis menjadi dewasa mental serta fisiknya melewati masa wanita dewasa. Artinya organ seksual anak telah mencapai kematangan penuh di dalam tubuhnya. Masyarakat masih menganggap tabu membahas permasalahan menstruasi didalam keluarga, mengakibatkan remaja perempuan memiliki sedikit pemahaman dan sikap yang memadai mengenai perubahan fisik juga psikologi yang menyertai menstruasi. Persiapan mental penting sekali sebelum menarche, sebab kecemasan dan ketakutan akan timbul, serta kurangnya pemahaman mengenai cara merawat diri sendiri selama menstruasi¹.

Data demografi membuktikan bahwasanya remaja adalah populasi besar dari penduduk didunia. World Health Organization (WHO) mengungkapkan bahwasanya “sekitar seperlima dari penduduk dunia merupakan remaja berusia 12-16 tahun mengalami perubahan usia menarche”. Di Amerika Serikat, kurang lebih 95% remaja perempuan menunjukkan ciri-ciri pubertas, dimana menarche terjadi pada usia 12 tahun dan 12,5 tahun, serta diikuti oleh perkembangan fisik ketika menarche. Di Indonesia serta negara-negara Asia Tenggara, remaja perempuan mencapai menarche saat umur 12 tahun dan beberapa pada usia 8 tahun mengalami siklus menstruasi, tetapi jumlah tersebut sangat sedikit¹.

Remaja yang akan haid memerlukan persiapan mental yang bagus. Kesiapan mengalami haid merupakan suatu kondisi dimana seseorang telah siap memasuki salah satu tahap pematangan fisik yakni mulainya menstruasi. Persiapan remaja putri menghadapi menarche dapat dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman tentang reproduksi, khususnya menstruasi. Kesiapan ataupun ketidaksiapan menghadap berpengaruh pada reaksi individu remaja perempuan ketika menstruasi pertama yang positif ataupun negatif. Pengetahuan mengenai menstruasi bisa dipengaruhi oleh aktor, termasuk status sosial ekonomi, budaya, pendidikan serta pengalaman².

Remaja putri yang kurang mendapat informasi dan arahan dari orang tuanya tentang haid menurutnya menarche adalah pengalaman buruk yang menimbulkan rasa panik, takut, trauma dan malu. Menstruasi pertama (menarche) merupakan proses fisiologis yang dijalani setiap perempuan normal serta tidak harus dikhawatirkan. Tetapi, jika pengetahuan dan pendidikan orang tua mereka sedikit, mereka tidak akan siap menghadapi menarche³.

Biasanya, remaja putri belajar mengenai menstruasi dari ibu atau saudara perempuannya yang sudah mengalami menstruasi sebelumnya. Tetapi, tidak semua ibu atau saudara perempuan menyampaikan informasi yang tepat untuk remaja putri, dan yang lainnya ragu-ragu untuk membahasnya secara terbuka. Hal tersebut menimbulkan kekhawatiran dan rasa malu, serta menganggap menstruasi sebagai penyakit⁴.

Menurut penelitian Ba'diah, Didapatkan hasil bahwa “ada pengaruh penggunaan buku saku tentang menarche terhadap sikap dan kesiapan menghadapi menarche pada remaja putri di Sekolah Dasar Negeri Patran Gamping Sleman Yogyakarta”⁵. Cara remaja putri untuk mengatasi beragam sikap ketika menghadapi menarche yaitu dengan memberikan informasi, konseling, dukungan psikologis, menyampaikan edukasi kesehatan, promosi kesehatan, serta memberikan penjelasan mengenai keadaan perubahan masa remaja serta sikap mengahadapi menarche kepada masyarakat, orang tua, juga remaja. Faktor yang berpengaruh terhadap kesiapan menghadapi menarche yaitu informasi sebelum haid, dorongan dari lingkungan, pemahaman tentang diri, perasaan, juga sikap sebelum menarche mengenai haid⁶Penyampaian informasi dengan cara memanfaatkan media buku saku mementingkan kualitas penyusunan buku saku

serta metode penyampaian yang mementingkan kemandirian siswi dalam mempelajarinya, sehingga kompetensi responden mengenai informasi yang disampaikan lebih efektif daripada pemakaian informasi bimbingan. Pemakaian waktu buku saku lebih efektif serta siswi bisa mempelajarinya sesuai dengan waktu yang tersedia. Buku saku, disisi lain, dapat berisi informasi yang lengkap dan jelas jika dibandingkan dengan leaflet. Faktor yang berpengaruh terhadap kesiapan menghadapi menarche ialah informasi sebelum haid, dorongan dari lingkungan, pemahaman tentang diri, perasaan, serta sikap sebelum menarche mengenai menstruasi⁷.

Buku saku dicetak dengan bentuk yang kecil supaya lebih efisien, praktis dalam penggunaannya serta dapat memotivasi siswi untuk belajar mandiri sehingga buku saku menjadi sumber pembelajaran bagi pelajar yang tergolong dalam media cetak.

MTs Nurul Ikhsan Sungai Rawa adalah salah satu sekolah di kecamatan Sungai Apit. Menurut data yang diperoleh dari MTs Nurul Ikhsan Sungai Rawa, bulan Februari tahun 2022 diperoleh data remaja putri sebanyak 50 orang yakni dari kelas VII 17 orang, kelas VIII 19 orang, kelas IX 14 orang. Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti di sekolah tersebut 5 orang siswi kelas VII dengan hasil 4 orang siswi mengungkapkan belum mengerti serta belum siap bila mengalami menstruasi, reaksi mereka antara lain cemas serta merasa menstruasi itu merepotkan dan membatasi dalam bergerak. Selain itu peneliti memperoleh informasi dari guru disekolah bahwa sekolah tidak secara mendetail memberikan informasi khususnya tentang menarche pada siswi, dan belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan menggunakan buku saku hanya dengan memberikan penyuluhan memberikan informasi tentang menstruasi dari pihak petugas kesehatan Puskesmas setempat.

Berdasarkan uraian tersebut, maka perlu untuk melakukan penelitian mengenai "Pengaruh Penggunaan Media "Buku Saku" Terhadap Pengetahuan Remaja Putri tentang Menarche di MTs Nurul Ikhsan Sungai Rawa Kabupaten Siak".

9 METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian quasi eksperiment dengan desain one group pretest post-test design, bertujuan untuk membandingkan pengetahuan remaja putri tentang menarche sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan buku saku⁷.

Objek Penelitian dalam penelitian ini adalah remaja putri yang terdaftar sebagai siswi di MTs Nurul Ikhsan Sungai Rawa, Kecamatan Sungai Apit, Kabupaten Siak.

Populasi penelitian terdiri dari seluruh siswi kelas VII dan VIII di MTs Nurul Ikhsan Sungai Rawa yang berjumlah 36 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling, yang menghasilkan 15 orang siswi sebagai sampel. Adapun kriteria sampel penelitian ini adalah:

a. Kriteria inklusi

1. Remaja putri yang bersedia menjadi responden
2. Remaja putri yang terdaftar sebagai siswi di MTs Nurul Ikhsan Sungai Rawa.
3. Remaja putri yang belum mendapatkan menarche

b. Kriteria eksklusi

Remaja putri yang sudah haid

Waktu Penelitian dilakukan pada bulan Februari hingga April 2022.

Metode Pengumpulan Data menggunakan instrumen berupa kuesioner untuk mengukur pengetahuan remaja putri tentang menarche, serta buku saku sebagai media edukasi. Kuesioner berisi 20 pertanyaan dengan format jawaban benar atau salah. Data dikumpulkan dengan observasi pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah intervensi menggunakan buku saku.

Analisis Data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis statistik deskriptif dan inferensial untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan responden. Penyajian Hasil Analisis disampaikan dalam bentuk tabel dan grafik yang menggambarkan perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi.

Validitas Data telah dipastikan melalui uji validitas instrumen yang dilakukan sebelum pengumpulan data, serta penggunaan teknik observasi yang dapat memastikan keakuratan data yang diperoleh. Penelitian ini telah lulus kaji etik pada tanggal lolos kaji etiknya 15 Januari 2022 dan telah memberikan *informed consent* saat melakukan penelitian.

HASIL

Hasil penelitian tentang “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Buku Saku Terhadap Pengetahuan Siswi Tentang *Menarche* Di MTs Nurul Ikhsan Sungai Rawa”, ditunjukkan pada tabel berikut :

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Umur dan Kelas Siswi di MTs Nurul Ikhsan Sungai Rawa Tahun 2022

Variable	Kategori	f	%
Umur	11 tahun	4	26,7
	12 tahun	7	46,7
	13 tahun	3	20,0
	14 tahun	1	6,6
Total		15	100

Pada tabel 5.1 tampak bahwasanya sebagian besar siswi dalam kelompok umur 12 tahun yaitu 46,7 %¹

Tabel 5.2 Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Buku Saku Terhadap Pengetahuan Siswi Tentang *Menarche* Di MTs Nurul Ikhsan Sungai Rawa Tahun 2022

Variable	N	Median	SD	Min-Max	P.value
Sebelum	15	45,00	16.92	25-80	0,001
Sesudah	15	85,00	18.09	50-100	

Pada tabel 5.2 Tampak bahwasanya “rata-rata pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan buku saku adalah 45 (SD 16,92) dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan buku saku meningkat menjadi 85, (SD 18,09)”. Hasil uji normalitas didapatkan hasil “distribusi tidak normal”, sehingga uji statistik yang dipakai ialah nonparametrik yaitu uji *Wilcoxon*, dan menunjukkan hasil bahwasanya “ada pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan buku saku terhadap pengetahuan siswi tentang *menarche* di MTs Nurul Ikhsan Sungai Rawa, dengan nilai $p < \alpha$ (0,05) ($p=0,001$)”.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil bahwasanya “ada pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan buku saku terhadap tingkat pengetahuan siswi tentang *menarche* di MTs Nurul Ikhsan Sungai Rawa ($p=0,001$)”. Hal tersebut sejalan dengan penelitian⁵Ba’diah, didapatkan hasil bahwasanya “ada pengaruh penggunaan buku saku tentang *menarche* terhadap sikap dan

kesiapan menghadapi menarche pada remaja putri di Sekolah Dasar Negeri Patran Gamping Sleman Yogyakarta”⁵. Menurut penelitian Sa’diah, menyatakan bahwasanya “nilai $p=0,000<\alpha (0,05)$, hal tersebut membuktikan ada perbedaan yang signifikan dari pengetahuan remaja perempuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media buku saku”⁸.

Remaja putri yang kurang mendapat informasi dan arahan dari orang tuanya tentang haid mengungkapkan bahwa menarche adalah pengalaman buruk yang menimbulkan remaja rasa panik, takut, trauma dan malu. Menstruasi atau menarche pertama merupakan suatu yang biasa bagi setiap wanita normal, serta tidak perlu dikhawatirkan, tetapi hal ini dapat terjadi jika pemahaman dan sikap remaja tentang menstruasi atau menarche, serta pendidikan orang tua³.

Faktor yang berpengaruh terhadap kesiapan menghadapi menarche ialah informasi sebelum haid, dorongan dari lingkungan, pandangan mengenai diri, perasaan, serta sikap sebelum menarche mengenai haid⁶. Penyampaian informasi lewat penggunaan media buku saku mementingkan kualitas penyusunan buku saku serta metode penyampaian yang mementingkan kemandirian siswi dalam mempelajarinya, mengakibatkan kompetensi responden tentang informasi yang disajikan lebih efektif daripada pemakaian informasi bimbingan. Pemanfaatan waktu buku saku lebih efektif dan siswi bisa mempelajarinya sesuai dengan waktu yang tersedia. Disisi lain, jika dibandingkan dengan leaflet, buku saku bisa memberikan informasi yang lengkap dan jelas. Faktor yang berpengaruh terhadap kesiapan menghadapi menarche ialah informasi sebelum haid, dorongan dari lingkungan, pandangan mengenai diri, perasaan, dan sikap sebelum menarche mengenai menstruasi⁶.

Menurut Sarwono, bahwa pengetahuan merupakan pemahaman seseorang tentang suatu proses yang terjadi didalam diri individu, yang didalamnya terdapat pengalaman individu yang akan mengatur dan menentukan respon kepada beragam objek dan kondisi⁹. Demikian pula pengetahuan seseorang, makin banyak informasi ataupun pengalaman yang dimiliki seseorang tentang suatu hal, semakin besar kemungkinan dia memberikan respon positif tentang hal tersebut. Pengetahuan seseorang mengenai sesuatu akan mempengaruhi sikap positif ataupun negatif bergantung pada pemahaman mereka mengenai hal tersebut, sehingga sikap ini akan memotivasi individu melakukan perilaku tertentu ketika diinginkan, namun apabila sikapnya negatif, justru akan menghindari untuk melakukan perilaku tersebut.

Media cetak adalah yang paling mudah diakses oleh siswa. Media cetak memainkan peran penting didalam pendidikan kesehatan karena menyampaikan pesan yang jelas yang bisa dibawa pulang. Materi efektif untuk memperkuat informasi yang diberikan secara verbal maupun jika dipakai sebagai media untuk menyampaikan informasi itu sendiri¹⁰. Media dimanfaatkan didalam aktivitas belajar mengajar karena berpotensi dalam menyampaikan peristiwa yang rumit secara sistematis dan lugas, sehingga meningkatkan daya tarik perhatian peserta didik¹¹.

Menurut Indriana, proses pembelajaran menjadi lebih jelas, menyenangkan, dan menarik ketika siswa memakai buku saku karena desainnya dicetak dengan fullcolour, yang mampu melahirkan sikap positif siswa terhadap materi dan proses pembelajaran. Selain itu, buku saku yang dicetak dengan bentuk kecil bisa memudahkan siswa membawanya, memanfaatkannya dimana saja dan kapan saja¹². Penulisan materi yang singkat dan jelas dalam buku saku bisa

meningkatkan kualitas hasil belajar siswa. Untuk memahami dari setiap isi halaman buku saku, setiap orang tidak sama, karena daya tangkap dan cara berfikir seseorang tidak sama, namun beberapa penelitian menunjukkan pemahaman isi buku minimalnya adalah selama 24 jam.

Menurut peneliti, buku saku merupakan media yang baik untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman seseorang dalam memahami suatu objek yang sedang dipelajari, karena buku saku merupakan media bergambar yang juga menuliskan informasi mengenai apa yang ingin disampaikan sehingga bisa menarik perhatian pembaca lebih mudah memahami apa isi buku tersebut. Selain itu, buku saku ini juga dapat disediakan di perpustakaan sekolah atau di UKS agar dapat dibaca oleh siswi khususnya bagi siswi yang belum mendapatkan menstruasi, dengan membaca buku ini siswi akan mendapatkan informasi dan wawasan, oleh karena itu dengan adanya buku saku ini yang disediakan di sekolah maka diharapkan remaja putri akan memperoleh informasi secara dini tentang menarche sehingga remaja mampu menjalani masa menstruasinya dengan bahagia tanpa merasakan kecemasan ataupun ketakutan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, maka bisa disimpulkan hasil penelitian bahwa Pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan buku saku diperoleh nilai rata-rata 45 (SD 16,92), sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan buku saku diperoleh nilai 85 (SD 18,09). Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan buku saku terhadap pengetahuan siswi tentang menarche di MTs Nurul Ikhsan Sungai Rawa ($p=0,001$).

SARAN

Peneliti menyarankan kepada pihak pendidikan untuk menambahkan literatur tentang menarche sebagai pengembangan materi perkuliahan mengenai metode yang bisa diterapkan dalam memberikan pendidikan kesehatan pada remaja putri tentang menarche dan buku saku dapat dijadikan sebagai tambahan referensi pembelajaran.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada tim penelitian dan Siswi Tentang menarche di MTs Nurul Ikhsan Sungai Rawa yang berikut partisipasi dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Masaroh. Seluk Beluk Menstruasi Remaja. Jakarta: Duniabaca; 2019.
2. Fajri, Khairani. Kesehatan Reproduksi Remaja. Jakarta: EGC; 2011.
3. Proverawati A. Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna. Yogyakarta: Nuha Medika; 2019.
4. Jonnes. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2017.
5. Ba'diah. Pengaruh Penggunaan Buku Saku tentang Menarche terhadap Sikap dan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri di Sekolah Dasar Negeri Patran Gamping Sleman Yogyakarta. 2019.

6. Notoatmodjo S. Prinsip Ilmu Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Rineka Cipta; 2019.
7. Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI; 2018.
8. Sa'diah. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika; 2018.
9. Sarwono S. Psikologi Remaja. Jakarta: Rajawali Pers; 2017.
10. Bensley RJ, Brookins-Fisher J. Metode Pendidikan Masyarakat. Jakarta: EGC; 2009.
11. Hasyim. Strategi Pembelajaran Aktif. Yogyakarta: Pustaka Insan Madani; 2008.
12. Indiriana L. Media Untuk Informasi. Jakarta: Duniabaca; 2011.

1000

ORIGINALITY REPORT

25%

SIMILARITY INDEX

PRIMARY SOURCES

1	repository.pkr.ac.id Internet	304 words — 11%
2	eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet	112 words — 4%
3	www.coursehero.com Internet	100 words — 4%
4	docplayer.info Internet	29 words — 1%
5	jurnal.stikescirebon.ac.id Internet	28 words — 1%
6	Nur Maulid Dayati Nur. "The EFFECTIVENESS OF GAMIFICATION EDUCATION ON KNOWLEDGE AND ATTITUDES ABOUT MENARCHE AMONG STUDENTS OF ELEMENTARY SCHOOL07 BATU PUTIH IN WEST TULANG BAWANG REGENCY", Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH), 2024 Crossref	21 words — 1%
7	media.neliti.com Internet	20 words — 1%
8	repository.radenintan.ac.id Internet	17 words — 1%

9

core.ac.uk

Internet

16 words — 1%

10

docobook.com

Internet

16 words — 1%

11

Suaebah Suaebah, Sema Sema, Martinus Ginting.
Jurnal Kesehatan Manarang, 2018

Crossref

14 words — 1%

EXCLUDE QUOTES

ON

EXCLUDE SOURCES

< 1%

EXCLUDE BIBLIOGRAPHY

ON

EXCLUDE MATCHES

OFF