

PENGARUH EDUKASI MENSTRUASI DENGAN MEDIA EDUTAINMENT TERHADAP SELF EFFICACY SISWI MENGHADAPI MENARCHE DI SDN POHSANGIT KIDUL 2

The Effect Menstrual Education With Edutainment Media On Student's Self Efficacy Facing Menarche At Sdn Pohsangit Kidul 2

Husnul Khotimah¹, Novita Riska Anggraini², Sri Astutik Handayani³

¹Universitas Nurul Jadid

E-mail : novitariska06@gmail.com

ABSTRACT

Introduction: Menarche is an atmosphere of feeling characterized by physical tension such as fear, anxiety, nervousness and embarrassment when facing menarche. Fear can occur because of cognitive factors, one of which is low self-efficacy. Low self-efficacy is caused by several factors including the lack of information from parents, peers and siblings. **Research Objectives:** To analyze the effect of education about menstruation with edutainment media on student self-efficacy in dealing with menarche at SDN Pohsangit Kidul 2 Probolinggo City. The research method used is a Quasi Experiment using a pretest-posttest design with a control group and the sampling technique used in this research is a total sampling of 60 respondents, namely 30 intervention groups and 30 control groups. Analysis of the data in this study using the paired T-Test. **Result:** Shows the effect of education about menstruation with edutainment media on student self-efficacy in dealing with menarche at SDN Pohsangit Kidul 2 Probolinggo City in the intervention group with $Asymp.Sig\ 0.000 < = 0.05$ Ha accepted. Thus, it can be concluded that there is a significant difference between before and after giving menarche education with edutainment media. **Conclusion:** There is an effect of education about menstruation with edutainment media on female students' self-efficacy in dealing with menarche at SDN Pohsangit Kidul 2 Probolinggo City. While in the control group, there was no effect because education was not carried out.

Keywords: Education, Menarche, Self Efficacy

ABSTRAK

Pendahuluan: Menarche membuat seseorang mempunyai pola pikir negative seperti ketakutan, gelisah, gugup dan malu ketika menghadapi menarche. Ketakutan dapat terjadi karena adanya faktor kognitif, salah satunya self efficacy yang rendah. Self efficacy yang rendah disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya kurangnya informasi dari orang tua, teman sebaya dan saudara. **Tujuan Penelitian:** Untuk menganalisis adanya pengaruh edukasi tentang menstruasi dengan media edutainment terhadap self efficacy siswi dalam menghadapi menarche di SDN Pohsangit Kidul 2. Metode penelitian yang digunakan adalah Quasi Eksperiment dengan menggunakan rancangan pretest-posttest with control group dan Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling sebanyak 60 responden, yaitu 30 kelompok intervensi dan 30 kelompok kontrol. Analisa data pada penelitian ini menggunakan uji paired T-Test. **Hasil Penelitian:** Menunjukkan adanya pengaruh edukasi tentang menstruasi dengan media edutainment terhadap self efficacy siswi dalam menghadapi menarche di SDN Pohsangit Kidul 2 Kota Probolinggo pada kelompok intervensi dengan $Asymp.Sig\ 0,000 < \alpha = 0,05$ Ha diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi menarche dengan media edutainment. **Kesimpulan:** Ada pengaruh edukasi tentang menstruasi dengan media edutainment terhadap self efficacy siswi dalam menghadapi menarche di SDN Pohsangit Kidul 2 pada kelompok intervensi.

Kata Kunci : Edukasi, Menarche, Self Efficacy

PENDAHULUAN

Menarche adalah suasana perasaan yang ditandai oleh ketegangan fisik dan kebanyakan remaja mempunyai pola pikir yang lebih negatif seperti ketakutan, gelisah, gugup dan malu ketika menghadapi menarche. (Novitasari, 2019)

Ada juga remaja yang beranggapan bahwa menstruasi itu menjijikkan, kotor, dan membatasi gerak - geriknya sehingga menjadi tidak bebas (Desi, 2019). Hal ini dikarenakan kurangnya pengetahuan dan sikap yang cukup untuk menghadapi menarche.

(Dinawati, 2021).

Menurut World Health Organization sekitar seperlima dari penduduk dunia terdiri dari remaja berumur 10-19 tahun dan sekitar 900 juta berada dinegara maju dan berkembang. Sedangkan data demografi di Amerika Serikat menunjukkan jumlah remaja berumur 10-19 tahun sekitar 15% populasi. Di kawasan Asia Pasifik jumlah penduduk remaja yang mengalami menarche umur 10 -19 tahun 60% dari penduduknya (Jellinek, 1954).

Berdasarkan data di Indonesia 2019 menyatakan bahwa remaja putri perlu disiapkan dalam menghadapi *menarche* yang merupakan tanda awal masa pubertas, hasil penelitian menunjukkan 61% remaja putri mengalami reaksi negatif ketika mendapatkan *menarche* ditunjukkan dengan perasaan negatif seperti takut dan gugup, 25% remaja putri menyatakan reaksi bingung dan terkejut, dan 14% sisanya menunjukkan perasaan yang positif seperti bahagia, nyaman dan menganggap bahwa *menarche* adalah tanda kedewasaan (Sulistioningsih, 2019).

Berdasarkan data di Jawa Timur, sekitar 0,1% remaja putri mengalami *menarche* lebih awal pada usia 6 sampai 8 tahun, dan sekitar 26,3% lainnya mendapat *menarche* pada usia lebih dari 14 tahun (kemenkes, 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 06 November 2021 siswi di SDN Pohsangit Kidul 2 Kota Probolinggo didapatkan 60 siswi yang belum mengalami menstruasi, rata-rata yang belum mengalami menstruasi siswi berusia 9 sampai 12 tahun. Siswi juga mengatakan dirinya belum pernah diberikan pendidikan Kesehatan tentang *menarche*. Setelah peneliti melakukan wawancara kepada siswi, yang menjadi masalah utamanya yaitu kurangnya Pendidikan kesehatan dan *self efficacy* dalam menghadapi *menarche*. Kurangnya *self efficacy* pada siswi di SDN Pohsangit Kidul 2 yang akan mengalami *menarche*, sehingga siswi mempunyai pola pikir yang lebih negatif tentang *menarche*. Oleh karena itu penelitian ini dilakukan di SDN Pohsangit Kidul 2 untuk memberikan Pendidikan kesehatan *self efficacy* kepada siswi tentang *menarche* dengan menggunakan media *edutainment*.

Tujuan penelitian ini mengetahui pengaruh edukasi tentang *menstruasi* dengan media *edutainment* terhadap *self efficacy* siswi dalam menghadapi *menarche* pada siswi di SDN Pohsangit Kidul 2 Kota Probolinggo.

Berdasarkan masalah diatas, maka peneliti berinisiatif untuk melakukan Pendidikan Kesehatan atau edukasi kepada anak usia dini, dan peneliti ingin mengetahui apa ada pengaruh edukasi tentang *menstruasi* dengan media *edutainment* terhadap *self efficacy* siswi dalam menghadapi *menarche* pada siswi di SDN Pohsangit Kidul 2 Kota Probolinggo

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *Quasi Eksperiment* dengan menggunakan rancangan *pretest-posttest with control group*. Penelitian ini dilakukan di SDN Pohsangit Kidul 2 Kota Probolinggo.

Jumlah dan cara pengambilan subjek

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi SDN

Pohsangit Kidul 2 Kota Probolinggo sejumlah 60 orang. Sampel pada penelitian ini adalah *total sampling* yakni siswi yang belum mengalami *menarche* memenuhi kriteria sebanyak 60 responden yang dibagi 2 kelompok yakni 30 responden pada kelompok Intervensi dan 30 responden pada kelompok Kontrol.

HASIL

Pengetahuan Menarche. Pada kelompok intervensi terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan edukasi. Sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan nilai rata-rata p value 0,161 >0.05 yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan karena memang tidak dilakukan edukasi pada kelompok kontrol.

Dalam Menghadapi Menarche. Pada kelompok intervensi Didapatkan nilai rata-rata p value 0.000 <0.05 yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan edukasi *menstruasi* dengan *media edutainment* terhadap *self efficacy* siswi dalam menghadapi *menarche* di SDN Pohsangit Kidul 2 Kota Probolinggo.

PEMBAHASAN

Pre Post Pengetahuan Menarche Kelompok Intervensi. Pengetahuan *menarche*, setelah dilakukan edukasi dengan media *edutainment* pada siswi kelompok intervensi, hasil yang didapatkan pengetahuan siswi meningkat. penelitian ini didukung penelitian (Nopia et al., 2020) yang berjudul Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Sd Negeri 06 Ipuh Desa Semundam Kecamatan Ipuh Kabupaten Mukomuko.

Menarche merupakan tanda diawalinya masa puber pada perempuan. Pada masa tersebut perempuan membutuhkan perhatian orang tua, karena sejak masa *menstruasi* pertama berarti ada kemungkinan menjadi hamil bila berhubungan dengan lawan jenisnya (Khotimah, 2019).

Self-efficacy merupakan keyakinan dalam diri seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki bahwa mampu untuk melakukan sesuatu atau mengatasi suatu situasi bahwa akan berhasil dalam melakukannya sesuatu. (Bandura, 2020).

Media *Edutainment* adalah suatu proses pembelajaran yang didesain sedemikian rupa sehingga muatan Pendidikan dan hiburan dapat dikombinasikan secara harmonis sehingga pembelajaran terasa menyenangkan, pembelajaran yang menyenangkan biasanya dilakukan dengan humor dan permainan, (Widiasworo, 2018).

Pre Post Sikap menghadapi Menarche Kelompok Intervensi.

Sikap menghadapi *menarche*,

setelah dilakukan edukasi dengan media *edutainment* pada siswi kelompok intervensi didapatkan pengetahuan siswi meningkat. Penelitian ini didukung oleh (Hidayah & Palila, 2021) Yang berjudul Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau Dari Kelekatan Aman Anak Dan Ibu.

Sikap adalah penilaian atau pendapat seseorang tentang suatu objek yang diketahui yang menjadi penentu tingkah laku manusia terhadap objek tersebut, dimana sikap ini berhubungan dengan dua hal, yaitu senang atau tidak senang. Dalam penelitian Jayanti dan Purwanti (2017), sebanyak 73,08% anak bersikap tidak baik terhadap *menarche*. Mereka beranggapan bahwa *menarche* merupakan beban baru yang tidak menyenangkan. Semakin negative sikap terhadap menstruasi maka semakin lebih kecemasan dan ketakutannya menghadapi *menarche* usia pra-pubertas (Notoatmodjo, 2014).

KESIMPULAN

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (2020). *Self efficacy: the exercise of control*. New York: W. H. Freeman and Company.
- Desi, F. (2019). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri saat Mengalami Menarche di SMP Jaya Krama Kec. Bringin Kab. Serdang*.
- Dinawati, E. (2021). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V SD Negeri 16 Pontianak*, Program Studi Ilmu Keperawatan, 2. *Pendidikan Kesehatan terhadap Menarche*. 70–74.
- Hidayah, N., & Palila, S. (2021). *Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu*. 5, 107–114. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2021>
- JELLINEK, E. M. (1954). World Health Organization. *Journal of the American Medical Women's Association*, 9(6), 192.
- Khotimah. (2019). Hubungan Antara Pengetahuan Menghadapi Menarche Pada Siswi SDN Pangengudang Kecamatan Purworejo Kabupaten Purworejo. *J. Jurnal Komunikasi Kesehatan (Edisi 9)*, 5(02).
- Notoatmodjo. (2014). *Ilmu Prilaku Kesehatan*, Jakarta : Rineka Cipta.
- Novitasari. (2018). Hubungan pengetahuan tentang menstruasi terhadap kesiapan menghadapi menarche pada siswi SDN Asrikaton 1. *Prevensia. The Indonesia Journal of Public Health*. Vol. 3 No. 2
- Sulistioningsih, E. (2014). Hubungan Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Perilaku Vulva Hygiene Remaja Putri di Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebonsari 04 Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember. *Repository Universitas Jember*. <http://repository.unej.ac.id/handle/123456789/60529>
- Widiasworo, E. (2018). *Strategi Pembelajaran Edutainment Berbasis Karakter*.

edukasi menstruasi dengan media *edutainment* terhadap *self efficacy* siswi dalam menghadapi *menarche* di SDN Pohsangit Kidul 2 Kota Probolinggo.

SARAN

kepada siswi diharapkan mencari informasi yang benar dan terpercaya mengenai kesehatan reproduksi khususnya mengenai menstruasi misalnya melalui orang tua, melalui referensi dari buku-buku, melalui petugas kesehatan seperti bidan ataupun dokter.

UCAPAN TERIMAKASIH

Saya sampaikan terimakasih kepada Khusnul Khotimah, dan Sri Astutik Handayani selaku dosen pembimbing yang telah membimbing saya melakukan penelitian ini. Terimakasih kepada Bapak Hariyono dan Ibu Umi Kulsum yang memberikan semangat dan support dalam penyelesaian ini.