

PENGARUH EDUKASI MELALUI MEDIA AUDIO VISUAL TENTANG MENSTRUAL HYGIENE TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI DALAM PERSIAPAN MENARCHE

Monna Maharani Hidayat^{1*}, Kiki Gustryanti², Kartika Putri Cahyani³

¹Departemen Keperawatan Maternitas, Program Studi Ilmu Keperawatan, FITKes UNJANI, Jawa Barat, Indonesia

²Departemen Keperawatan Komunitas, Program Studi Ilmu Keperawatan, FITKes UNJANI, Jawa Barat, Indonesia

³Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, FITKes UNJANI, Jawa Barat, Indonesia

*E-mail: monnamaharani@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Di Indonesia masih banyaknya remaja putri yang memiliki pengetahuan dan sikap yang kurang dalam *menstrual hygiene*. Pengetahuan dan sikap yang kurang terhadap persiapan *menarche* maupun *menstrual hygiene* dapat berdampak dalam meningkatkan risiko keputihan, kanker serviks, dan infeksi saluran reproduksi. Upaya preventif yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang *menstrual hygiene* adalah dengan memberikan edukasi kesehatan salah satunya menggunakan media *audio visual*. **Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh edukasi melalui media *audio visual* tentang *menstrual hygiene* terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri kelas IV, V, dan VI dalam persiapan *menarche* di SDN Baros Mandiri 6 Cimahi. **Metode:** Penelitian kuantitatif dengan metode *pra-eksperimen* dengan desain *one group pre- test and post-test*. Teknik pengambilan sampel *Stratified Random Sampling*, dengan sampel 27 siswi. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner. Analisis univariat menggunakan mean dan standar deviasi dan analisis bivariat menggunakan uji *Paired Sample T Test* dengan $\alpha < 0,05$. **Hasil:** Rata-rata pengetahuan sebelum diberikan edukasi adalah 64,4 dan sesudah adalah 87,3. Rata-rata sikap sebelum diberikan edukasi adalah 68 dan sesudah adalah 79,5. Hasil uji statistik *Paired Samples T-Test* (T-Dependen) dengan *p value* pengetahuan dan sikap = 0,0001 ($< \alpha = 0,05$). **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh edukasi melalui media *audio visual* tentang *menstrual hygiene* terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri kelas IV, V, dan VI dalam persiapan *menarche* di SDN Baros Mandiri 6 Cimahi. Penting untuk memberikan edukasi tentang *menstrual hygiene* secara berkala dan komprehensif. Selain itu, Remaja putri juga perlu memiliki akses mudah dan aman terhadap informasi yang akurat tentang menstruasi. Serta perlunya dukungan dari orang tua, guru, dan teman sebaya sangat penting dalam mengatasi stigma dan rasa malu terkait persiapan *menarche*.

Kata Kunci : *Menstrual Hygiene*, Pengetahuan, Sikap

ABSTRACT

Background: In Indonesia, many adolescent girls still lack adequate knowledge and attitudes about *menstrual hygiene*. Insufficient knowledge and attitudes towards *menarche* preparation and *menstrual hygiene* can increase the risk of leukorrhea, cervical cancer, and reproductive tract infections. A preventive measure to improve adolescent girls' knowledge and attitudes about *menstrual hygiene* is to provide health education, including the use of audiovisual media. **Objective:** To determine the effect of audiovisual media-based education on *menstrual hygiene* on the knowledge and attitudes of grade 4, 5, and 6 female students in preparation for *menarche* at SDN Baros Mandiri 6 Cimahi. **Methods:** This quantitative research employed a pre-experimental design with a one-group pre-test and post-test design. The sampling technique used was stratified random sampling, with a sample of 27 female students. The instrument used was a questionnaire. Univariate analysis used mean and standard deviation, and bivariate analysis used the *Paired Samples T-Test* with $\alpha < 0.05$. **Results:** The average knowledge score before education was 64.4 and after education was 87.3. The average attitude score before education was 68.0 and after education was 79.5. The results of the *Paired Samples T-Test* (T-Dependent) showed a *p-value* for knowledge and attitude of 0.0001 ($< \alpha = 0.05$). **Conclusion:** There is an effect of audiovisual media-based education on *menstrual hygiene* on the knowledge and attitudes of grade 4, 5, and 6 female students in preparation for *menarche* at

SDN Baros Mandiri 6 Cimahi.: It is important to provide regular and comprehensive education on menstrual hygiene. In addition, adolescent girls should have easy and safe access to accurate information about menstruation. Support from parents, teachers, and peers is crucial in addressing stigma and embarrassment related to menarche preparation.

Keywords : Menstrual Hygiene, Knowledge, Attitude

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) mendefinisikan remaja sebagai penduduk yang berada pada kisaran usia 10-19 tahun. Masa remaja adalah bagian dari proses tumbuh kembang yang berlangsung dari saat konsepsi hingga mencapai masa dewasa. Remaja merupakan masa perkembangan serta peralihan antara masa anak-anak ke masa dewasa yang mencakup perkembangan fisik, intelektual, emosi dan sosial sehingga masa remaja juga sering dikatakan sebagai masa pubertas.

Pubertas yang akan dialami remaja putri meliputi pertumbuhan payudara, tumbuhnya rambut kemaluan, pembesaran panggul, dan mengalami *menarche*. Persiapan *menarche* yang tidak tepat pada remaja putri dapat menimbulkan gejala patologis meliputi rasa khawatir, takut, serta masalah lain seperti rasa pusing, mual, *dismenore*, bahkan menyebabkan menstruasi yang tidak teratur. Selain itu, kurangnya pengetahuan di kalangan remaja putri dapat berdampak pada sikap mereka seperti kebersihan diri yang buruk, yang dapat meningkatkan risiko keputihan, kanker serviks, dan infeksi saluran reproduksi (2). Berdasarkan data statistik di Indonesia dari 43,3 juta jiwa remaja putri berusia 10 - 14 berisiko mengalami infeksi saluran reproduksi karena berperilaku *hygiene* sangat buruk. Untuk mencegah permasalahan tersebut memerlukan perhatian khusus dengan cara memberikan informasi yang diperlukan oleh remaja putri seperti bagaimana cara menjaga kebersihan saat mengalami menstruasi salah satunya mengenai *Menstrual Hygiene* (3). *Menstrual Hygiene* merupakan bagaimana cara pengolahan kesehatan dan kebersihan yang dilakukan oleh perempuan saat mengalami menstruasi (4). Tenaga kesehatan, khususnya perawat memiliki beberapa peran seperti pemberi asuhan keperawatan, konsultan, koordinator, advokat, kolabolator, dan pendidik atau *educator* (5). Peran perawat sebagai *educator* disini yaitu memfasilitasi pemberian informasi mengenai kesehatan kepada individu, kelompok, maupun masyarakat demi meningkatkan

pengetahuan mereka.

Maka dari itu sudah menjadi peran seorang perawat selain memberikan pelayanan kesehatan tetapi juga memberikan edukasi terkait kesehatan.

Edukasi kesehatan atau upaya pendidikan kesehatan adalah suatu usaha dalam menyampaikan informasi tentang kesehatan kepada masyarakat, suatu kelompok atau individu yang bertujuan agar individu, kelompok atau bahkan masyarakat dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik daripada sebelumnya. Edukasi kesehatan akan lebih mendukung jika dibantu dengan fasilitas seperti media (6). Terdapat 3 alat bantu media yang dapat digunakan dalam pemberian informasi antara lain alat bantu lihat (*visual aids*), alat bantu dengar (*audio aids*), dan alat bantu lihat-dengar (*audio-visual aids*).

Media *audio visual* adalah suatu media yang digunakan oleh pemberi informasi dengan melibatkan kedua panca indera yaitu pendengaran dan penglihatan dalam satu waktu sekaligus, misalnya melalui film, program televisi, slide suara,

dan video (7). Adanya alat bantu pembelajaran *audio visual* berbentuk video dapat membantu siswa memahami materi yang abstrak menjadi lebih konkret, sehingga siswa tidak mengkhayal dan membayangkan saja. Hal ini sejalan dengan penelitian lainnya yang mendapatkan bahwa panca indera yang menyalurkan hasil pengetahuan terbanyak dilakukan oleh indera penglihatan dan pendengaran yaitu sebanyak 75%-87% (7). Kemudian hasil penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa media *audio visual* (*video animasi*) lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar dengan peningkatan sebesar 0,57 dibandingkan dengan media *power point* maupun alat peraga yang memberikan

peningkatan sebesar 0,36. Maka dari itu media *audio visual* diharapkan dapat berpengaruh dalam penyampaian edukasi tentang *Menstrual Hygiene*.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti terhadap 15 remaja putri, didapatkan bahwa dari 15 remaja putri tersebut tidak pernah mendapatkan edukasi mengenai

Menstrual Hygiene baik dari sekolah, orang tua, tenaga kesehatan maupun mahasiswa, mereka juga belum pernah mencoba untuk mencari tau mengenai *menarche* atau menstruasi dan juga mengenai *Menstrual Hygiene*, dari 15 siswi tersebut 4 diantaranya menjawab hanya tau hal dasar yang harus dilakukan saat menstruasi seperti ketika mengalami menstruasi harus menggunakan pembalut tetapi tidak tau lebih jauh cara menjaga kebersihan diri saat menstruasi. Mereka juga mengatakan belum ada yang memberikan penyuluhan atau materi yang dijelaskan menggunakan media *audio visual*. Hal tersebut menandakan bahwa masih kurangnya pengetahuan dan sikap remaja putri tentang kebersihan saat menstruasi. Maka dari itu, peneliti tertarik meneliti terkait bagaimana pengetahuan dan sikap remaja putri dalam persiapan *menarche* dan tertarik memberikan edukasi mengenai *Menstrual Hygiene* sebagai upaya peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri dalam persiapan *menarche* yang akan diberikan melalui media *audio visual* yang diharapkan akan mudah diterima dan dipahami oleh remaja putri kelas IV, V, dan VI di SDN Baros Mandiri 6 Cimahi.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode *pra- eksperimen* dengan desain *one group pre test and post-test* yaitu suatu penelitian yang dilakukan untuk menilai satu kelompok saja secara utuh tanpa menggunakan kelompok kontrol. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi yang belum menstruasi kelas IV, V, dan VI di SDN Baros Mandiri 6 Kota Cimahi yang berjumlah 87 siswi. Berdasarkan perhitungan sampel menggunakan rumus dahlan mendapatkan hasil sampel sebanyak 27 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Stratified Random Sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Dilakukan analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat menggunakan Uji T (*Paired Sample T-Test*). Persetujuan etik untuk penelitian ini sudah dilakukan oleh penulis dan telah melalui persetujuan etik dari komisi etik penelitian kesehatan (KEPK). Hasil persetujuan etik yang diberikan oleh komisi etik penelitian kesehatan (KEPK) Fakultas Ilmu dan Teknologi Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Cimahi menyatakan telah menyetujui protocol penelitian terkait “Pengaruh Edukasi melalui

Media *Audio Visual* tentang *Menstrual Hygiene* terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Kelas IV, V, dan VI dalam Persiapan *Menarche* di SDN Baros Mandiri 6 Cimahi” dan telah dikeluarkan keterangan lolos kaji etik dengan Nomor : 018/KEPK/FITKes- Unjani/VI/2024.

HASIL

Tabel 1. Rata-rata Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Persiapan *Menarche* Sebelum Diberikan Edukasi melalui Media *Audio Visual* tentang *Menstrual Hygiene* (n=27)

No	Variabel	Mean	SD
1	Pengetahuan	64.4	9.0
2	Sikap	68	7.0

Berdasarkan tabel 1, didapatkan hasil dari 27 responden bahwa nilai rata-rata pengetahuan remaja putri sebelum diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene* yaitu 64,4 dengan standar deviasi 9,0. Sedangkan pada nilai rata-rata sikap remaja putri sebelum diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene* didapatkan hasil 68,0 dengan standar deviasi 7,0 yang artinya rata-rata pengetahuan dan sikap remaja putri sebelum diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene* berada pada kategori cukup.

Tabel 2. Rata-rata Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Persiapan *Menarche* Sesudah Diberikan Edukasi melalui Media *Audio Visual* tentang *Menstrual Hygiene* (n=27)

No	Variabel	Mean	SD
1	Pengetahuan	87.3	9.3
2	Sikap	79.5	8.6

Berdasarkan tabel 2, didapatkan hasil dari 27 responden bahwa nilai rata-rata pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene* yaitu 87,3 dengan standar deviasi 9,3. Sedangkan pada nilai rata-rata sikap remaja putri setelah diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene* didapatkan hasil 79,5 dengan standar deviasi 8,6, yang artinya pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene* mengalami peningkatan yang sebelumnya berada pada kategori cukup menjadi kategori baik.

Tabel 3. Pengaruh Edukasi Melalui Media *Audio Visual* tentang *Menstrual Hygiene* terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Persiapan *Menarche* (n=27)

Variabel	Pengukuran	Mean	SD	P value
Pengetahuan	Sebelum	64.4	9.0	0.0001
	Sesudah	87.3	9.3	
Sikap	Sebelum	68.0	7.0	0.0001
	Sesudah	79.5	8.8	

Berdasarkan tabel 3, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh edukasi melalui audio visual tentang *menstrual hygiene* terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri kelas IV,V, dan VI dalam menghadapi *menarche* berdasarkan hasil uji statistik *Paired Samples T-Test* (T-Dependen) dengan *p value* pengetahuan = 0,0001 ($\alpha = <0,05$) dan *p value* sikap = 0,0001 ($\alpha = <0,05$).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan hasil dari 27 responden bahwa nilai rata-rata pengetahuan remaja putri sebelum diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene* yaitu 64,4, sedangkan nilai rata-rata sikap remaja putri sebelum diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene* didapatkan hasil 68,0 yang artinya rata-rata pengetahuan dan sikap remaja putri sebelum diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene* berada pada kategori cukup. Kemudian, rata-rata pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene* yaitu 87,3, sedangkan nilai rata-rata sikap remaja putri setelah diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene* didapatkan hasil 79,5 yang artinya pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene* mengalami peningkatan yang sebelumnya berada pada kategori cukup menjadi kategori baik.

Hasil uji statistik dengan uji *Paired Sample T-Test* sebelum dan setelah diberikan edukasi kesehatan melalui media *audio visual* terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri dalam persiapan *menarche* diperoleh nilai *p value* 0,0001 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh edukasi melalui media *audio visual* tentang *menstrual hygiene* terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri dalam persiapan *menarche* di SDN Baros Mandiri 6 Cimahi.

Hasil analisis peneliti dalam variabel pengetahuan, didapatkan hasil bahwa komponen

yang kurang berada pada semua komponen yaitu komponen pengetahuan, pemahaman, dan penerapan. Hal ini dapat terjadi karena pada saat penelitian didapatkan bahwa dari 27 responden, hanya 2 responden yang mengatakan pernah mendapatkan informasi tentang *menstrual hygiene*, yang artinya masih kurangnya informasi untuk remaja putri mengenai kebersihan diri mereka pada saat menstruasi. Hasil analisis peneliti, alasan yang tepat mengapa penelitian ini terdapat pengaruh adalah karena siswa yang dihadapi adalah remaja pada rentang usia 10-12 tahun yang dimana rentang usia ini lebih mudah untuk mempelajari segala sesuatu secara konkret. Itu artinya, mereka lebih mudah belajar apabila yang mereka pelajari adalah sesuatu yang mereka kenal dan lihat dalam kehidupan sehari-hari. Melalui media *audio visual*, akan memfasilitasi mereka untuk belajar lebih mudah, karena media *audio visual* dapat dibuat untuk menampilkan gambar yang lebih nyata sehingga akan efektif dan lebih mudah diterima oleh anak usia 10-12 tahun.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya tentang *menstrual hygiene* yang menyebutkan bahwa tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri mengalami peningkatan nilai rata-rata setelah diberikan edukasi kesehatan melalui media *audio visual*. Penelitian lainnya juga menunjukkan terdapat pengaruh pemberian edukasi atau pendidikan kesehatan menggunakan media *audio visual* terhadap pengetahuan dan dibandingkan menggunakan leaflet (11).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Pengaruh Edukasi melalui Media *Audio Visual* terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Kelas IV, V, dan VI dalam Menghadapi *Menarche* di SDN Baros Mandiri 6 Cimahi”, dapat disimpulkan bahwa rata-rata pengetahuan remaja putri kelas IV, V, dan VI dalam menghadapi *menarche* sebelum diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene* di SDN Baros Mandiri 6 yaitu 64,4 dan rata-rata sikap sebelum diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene* yaitu 68,0. Kemudian, rata-rata pengetahuan dan sikap remaja putri kelas IV, V, dan VI dalam menghadapi *menarche* sesudah diberikan edukasi mengenai *menstrual hygiene* di SDN Baros Mandiri 6 mengalami peningkatan yaitu menjadi 87, dan rata-rata sikap sesudah diberikan edukasi yaitu 79,5.

Berdasarkan hasil uji statistik *Paired Sample T-Test* mendapatkan hasil *p value* $0,001 < 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh edukasi melalui media *audio visual* tentang *menstrual hygiene* terhadap pendidikan kesehatan menggunakan media *audio visual* terhadap pengetahuan dan dibandingkan menggunakan leaflet (11).

DAFTAR PUSTAKA

1. Fiki. Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Topik Tugas Untuk Mengatasi Masalah Siswa Menghadapi Masa Pubertas Di Mts S 02 Al Munawwaroh Kepahiang. Curup; 2022.
2. Rozy, R. D. P., Hardianto, G. dan Erye Frety, E. Relationship of Adolescent Knowledge on the Behavior of Personal Hygiene During Menstruation : a Literature Review, Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal, 6(4); 2022: 423– 432. doi: 10.20473/imhsj.v6i4.2022.423-432.
3. Laswini, I. W. dan Nancy, A. Pengetahuan, Sikap, dan Sumber Informasi dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri, SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia. 2(1); 2022: 228–236. doi: 10.53801/sjki.v2i1.55.
3. Sitohang, N. A. dan Adella, C. A. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SMP Dharma Pancasila Tentang Manajemen Kesehatan Menstruasi, Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan, 4(2); 2020: hal. 126 doi: 10.34008/jurhesti.v4i2.146.
4. 5. Kenre, I. (2020) *Peran Perawat dalam Pendidikan dan Promosi Kesehatan*. Tersedia pada: <https://revistas.ufrj.br/index.php/rce/article/download/1659/1508%0Ahttp://hipatiapress.com/hpjournals/index.php/qre/article/view/1348%5Cnhttp://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/09500799708666915%5Cnhttps://mckinseyonsociety.com/downloads/reports/Educa>.
5. Notoatmodjo, S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta; 2018.
6. Susanti, D. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Remaja tentang Penyalahgunaan NAPZA, Systematic Literature Review. 2020:
7. Rejeki, P . *et al.* Perbandingan Efektivitas Penyuluhan Menggunakan Video Animasi Dan Powerpoint Terhadap Pengetahuan Kesehatan Gigi Anak di Lombok. Jurnal Ilmiah dan Teknologi Kedokteran Gigi, 19(1); 2023: 8–14. doi: 10.32509/jitekgi.v19i1.2294.
8. Y ulistasari, Dewi, A. dan Jumaini. Efektivitas Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Audiovisual Terhadap Perilaku Personal Hygiene (Genitalia) Remaja Putri, Jurnal