

**PENGARUH EDUKASI TENTANG *MENARCHE* TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN DAN KESIAPAN MENGHADAPI *MENARCHE* PADA SISWI
KELAS VI DI KABUPATEN SUKABUMI**

Siti Nurul Alfiah⁽¹⁾, Atik Ba'diah⁽²⁾, Cipta Pramana⁽³⁾

⁽¹⁾⁽²⁾⁽³⁾Program Studi Kebidanan Program Magister, STIKES Guna Bangsa Yogyakarta,
Yogyakarta, Indonesia

*email: alfiah.sitinurul@gmail.com

ABSTRAK

Indonesia tahun 2018 terdapat 49,1% remaja usia 10-19 tahun yang mengalami kecemasan terhadap pubertas termasuk masalah menstruasi. Jika kecemasan tidak diatasi dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan yang mengganggu aktivitas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menentukan pengaruh edukasi tentang *menarche* terhadap tingkat kecemasan dan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi. Desain penelitian dengan menggunakan *quasi experiment pretest-posttest control group design*. Populasi penelitian siswi kelas VI yang belum menstruasi dengan jumlah sampel di MI MWB 48, MI Muhammadiyah Cipetir 20, SDN Kadudampit 25. Analisis data menggunakan uji *wilcoxon* dan *mann whitney*. Uji *Wilcoxon* menunjukkan ada pengaruh edukasi melalui media video, *leaflet* dan ceramah terhadap tingkat kecemasan dan kesiapan menghadapi *menarche*. Uji *mann whitney* tingkat kecemasan *p-value* 0,000 dan kesiapan menghadapi *menarche* *p-value* 0,702 artinya ada perbedaan pengaruh edukasi media video dengan media ceramah terhadap tingkat kecemasan dan tidak ada perbedaan kesiapan menghadapi *menarche*. Tingkat kecemasan *p-value* 0,046 dan kesiapan menghadapi *menarche* *p-value* 0,491 artinya ada perbedaan pengaruh edukasi media *leaflet* dengan media ceramah terhadap tingkat kecemasan dan tidak ada perbedaan terhadap kesiapan menghadapi *menarche*. Dengan demikian media edukasi video, *leaflet* dan ceramah berpengaruh terhadap tingkat kecemasan dan kesiapan menghadapi *menarche*.

Kata kunci: Edukasi, Kecemasan, *Leaflet*, *Menarche*, Remaja Putri

ABSTRACT

Indonesia in 2018 saw 49.1% of adolescents aged 10-19 years experiencing anxiety about puberty including menstrual problems. Anxiety that is not addressed immediately causes various health problems that can interfere with activities. The purpose of the study was to determine the effect of education about *menarche* on anxiety levels and readiness to face *menarche* in grade VI female students in Sukabumi Regency. The research design used a *quasi experiment pretest-posttest control group design*. The study population was grade VI female students who had not menstruated with the number of samples in MI MWB 48, MI Muhammadiyah Cipetir 20, SDN Kadudampit 25. Data analysis used *Wilcoxon* and *mann whitney*. The *Wilcoxon* test found that there was an effect of education through video media, *leaflets* and lectures on anxiety levels and readiness to face *menarche*. *Mann Whitney* test anxiety level *p-value* 0.000 and readiness to face *menarche* *p-value* 0.702 means there is a difference in the effect of video media education with lecture media on anxiety levels and no difference in readiness to face *menarche*. Anxiety level *p-value* 0.046 and readiness to face *menarche* *p-value* 0.491 means that there is a difference in the effect of *leaflet* media education with lecture media on anxiety levels and there is no difference in readiness to face *menarche*.

Thus video education media, leaflets and lectures have an effect on anxiety levels and readiness to face menarche

Keywords: Adolescent Girls, Anxiety, Education, Leaflet, Menarche

PENDAHULUAN

Remaja adalah kategori penduduk yang berda pada umur 10-19 tahun, pada kelompok usia di Indonesia terdapat jumlah penduduk 43,5 juta jiwa, dipersentasikan mencapai 18% dari total keseluruhan penduduk. Secara global usia 10-19 tahun terdapat 1,2 miliar remaja dari seluruh penduduk. Menurut Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, sekitar seperlima dari remaja berusia 10 hingga 19 tahun mengalami menstruasi. Usia remaja di Indonesia *menarche* antara 10 dan 16 tahun, rata-rata *menarche* pada usia 12 tahun (Herliasari et al., 2022).

Indonesia merupakan negara yang berkembang, tingkat kecemasan remaja terus meningkat setiap tahunnya. Tahun 2018, Biro Pusat Statistik Indonesia melaporkan bahwa 49,1% remaja usia 10-19 tahun mengalami kecemasan terkait pubertas, termasuk masalah menstruasi (Mukaromah et al., 2023).

Menarche adalah menstruasi pertama yang biasanya terjadi dalam rentang usia sepuluh hingga dua belas tahun atau pada masa awal remaja di Tengah pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. Sangat penting untuk memahami dan siap untuk perubahan fisik dan mental yang disebabkan oleh *menarche*. Wanita yang mengalami menstruasi pertama kali selalu mengalami perasaan bingung, gelisah, dan tidak nyaman. Tidak ada alasan untuk khawatir karena menstruasi pertama, juga dikenal sebagai *menarche*, adalah hal yang normal bagi setiap Wanita. Namun, hal ini akan semakin parah apabila remaja tidak tahu apa itu menstruasi (Fatmawati et al., 2022).

Kegelisahan yang terjadi merupakan kecemasan menghadapi *menarche*. Ketakutan *menarche* adalah

suatu keadaan perasaan yang ditandai dengan ketegangan fisik, kecemasan, dan keyakinan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi selama *menarche*. Penyebab pasti kecemasan yang disebabkan oleh *menarche* adalah ketidakseimbangan hormonal pada tubuh Wanita, yaitu ketidakseimbangan antara hormon estrogen dan progesterone. Jika kecemasan tidak diatasi segera, itu dapat menyebabkan berbagai respon kecemasan, seperti gelisah, keringat dingin, takut, dan berbagai masalah kesehatan yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Yani dalam (Yunike & Agustin, 2023).

Penelitian yang dilakukan (Yunike & Agustin, 2023) tentang bagaimana media animasi tentang *menarche* atau menstruasi pertama, mempengaruhi kecemasan siswi sekolah dasar menyatakan bahwa ada pengaruh signifikan pendidikan *menarche*, atau menstruasi pertama, melalui media animasi berdampak pada tingkat kecemasan siswi sekolah dasar. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Fatmawati et al., 2022) menemukan bahwa pendidikan kesehatan meningkatkan pengetahuan dan kesiapan siswi untuk *menarche* pada anak-anak berusia 9-12 tahun. Penelitian tersebut menemukan bahwa ada hubungan pengetahuan dan kesiapan siswi untuk *menarche*.

Informasi tidak hanya dapat diperoleh dari orang tua, tetapi juga dari petugas kesehatan, termasuk petugas pendidikan kesehatan. Semua sekolah harus memberikan perhatian kepada sekolah. Sekolah didirikan untuk membina dan meningkatkan sumber daya manusia fisik, mental, moral, dan intelektual, menjadikannya langkah strategis untuk meningkatkan kesehatan

Masyarakat. Dampak siklus menstruasi terhadap kesehatan mental remaja perempuan di tidak boleh diabaikan dan sekolah dapat berperan. penting dalam meningkatkan kualitas hidup mereka. Konseling rutin dan pengawasan kesehatan mental kesehatan mental yang dilakukan oleh guru sekolah dan kelompok sebaya dapat bermanfaat (Mann & TS, 2023).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan terhadap siswi MI MWB Kabupaten sukabumi melalui teknik wawancara terhadap 10 siswi didapatkan 6 siswi belum mendapatkan menstruasi. 4 diantaranya belum pernah mendapat informasi menstruasi dan ketakutan menghadapi menstruasi sedangkan 2 diantaranya pernah medapat informasi dari orang tua tentang menstruasi dan tidak merasa takut menghadapi menstruasi. Sedangkan 4 siswi yang telah mengalami menstruasi tidak pernah mendapatkan edukasi tentang menstruasi sehingga merasa cemas saat datang menstruasi.

Berdasarkan fenomena yang dijelaskan disertai dengan data-data yang terkait, maka peneliti ingin meneliti pengeruh edukasi tentang *menarche* terhadap tingkat kecemasan dan kesiapan menghadapi *menarche* di Kabupaten Sukabumi.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif *quasi experiment* ini rancang dengan menggunakan desain *pretest-posttest control group design*. Penelitian dilakukan di MI MWB, Kabupaten sukabumi, MI Muhammadiyah Cipetir Kabupaten Sukabumi, SDN Kadudampit Kabupaten sukabumi .

Semua siswa kelas VI yang belum menstruasi adalah subjek penelitian ini. *probability sampling* dengan pendekatadigunakan dengan

total sampling. Mengenai Jumlah sampel yang didapat di MI MWB Kabupaten sukabumi sebanyak 48 siswi, di MI Muhammadiyah Cipetir Kabupaten Sukabumi sebanyak 20 siswi, dan perlakuan ceramah di SDN Kadudampit Kabupaten Sukabumi sebanyak 25 siswi.

Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan kuestioner untuk variabel tingkat kecemasan dan kesiapan menghadapi *menarche*. Pada kuestioner tingkat kecemasan berpedonom pada kuestioner *Hamilton Rating Scale For Anxiety* dengan 14 butir pertanyaan dilakukan uji validitas dengan nilai r-hitung lebih besar dari pada r-tabel (0,3610) yang artinya seluruh butir pertanyaan valid, serta dilakukan uji reliabilitas didapat *P-Value* 0,759 yang artinya kuestioner tingkat kecemasan reliabel. Untuk intrumen edukasi media video dan *leaflet* telah dilakukan uji pakar dengan hasil layak.

Pemberiaan edukasi video dan *leaflet* merupakan kelompok intervensi dan media ceramah merupakan kelompok kontrol. Setiap pemberian edukasi dilakukan di tempat yang berbeda. Pada saat penelitian siswi dilakukan *pretest* selanjutnya diberikan edukasi kemudian dilakukan *posttest*. Media vido berdurasi 4 menit, membaca *leaflet* selama 15 menit, pemaparan materi ceramah 30 menit. Penelitian ini menggunakan metode analisis *Wilcoxon* dan *Mann Whitney*.

HASIL

Hasil penelitian ditampilkan dalam tabel yang mencakup uji univariat dan bivariat.

Tabel 1. Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi dengan Media Video

Tingkat Kecemasan	Pretest		Post test	
	f	%	f	%
Tidak Ada Kecemasan	1	2,1	7	14,6

Kecemasan Ringan	11	22,9	15	31,3
Kecemasan Sedang	9	18,8	16	33,3
Kecemasan Berat	20	41,7	10	20,8
Panik	7	14,6	0	0
Jumlah	48	100	48	100

Tabel 1. Saat *pretest*, sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan berat sebanyak 20 (41,7%). Namun, setelah *post test*, Sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan sedang 16 (33,3%).

Tabel 2. Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi dengan Media Leaflet

Tingkat Kecemasan	Pretest		Post test	
	f	%	f	%
Tidak Ada Kecemasan	0	0	2	10
Kecemasan Ringan	0	0	3	15
Kecemasan Sedang	0	0	7	35
Kecemasan Berat	10	50	8	40
Panik	10	50	0	0
Jumlah	20	100	20	100

Tabel 2. menunjukkan tingkat kecemasan responden saat *pretest* memiliki tingkat kecemasan berat dan panik masing-masing sebanyak 10 (50%) sedangkan tingkat kecemasan setelah *posttest* setelah diberikan edukasi leaflet sebagian besar memiliki tingkat kecemasan berat sebanyak 8 (40%).

Tabel 3. Tingkat Kecemasan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi dengan Media Ceramah

Tingkat Kecemasan	Pretest		Post Test	
	f	%	f	%
Tidak Ada Kecemasan	0	0	5	20
Kecemasan Ringan	0	0	12	48
Kecemasan Sedang	5	20	8	32
Kecemasan Berat	13	52	0	0

Berat Panik	7	28	0	0
Jumlah	25	100	25	100

Tabel 3. menunjukkan tingkat kecemasan responden saat *pretest* sebagian besar memiliki tingkat kecemasan berat sebanyak 13 (52%) sedangkan *posttest* sebagian besar memiliki tingkat kecemasan ringan sebanyak 12(48%).

Tabel 4. Kesiapan Menghadapi Menarche Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Dengan Media Video

Kesiapan Menghadapi Menarche	Pretest		Post Test	
	f	%	f	%
Belum Siap	17	35,4	0	0
Sudah Siap	31	64,6	48	100
Jumlah	48	100	48	100

Tabel 4. menunjukkan kesiapan menghadapi *menarche* saat *pretest* sebagian besar responden sudah siap sebanyak 31 (64,6%) sedangkan *post test* setelah diberikan edukasi melalui video seluruh responden sudah siap menghadapi *menarche* sebanyak 48 (100%).

Tabel 5. Kesiapan Menghadapi Menarche Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi dengan Media Leaflet

Kesiapan Menghadapi Menarche	Pretest		Post Test	
	f	%	f	%
Belum Siap	6	30	0	0
Sudah Siap	14	70	20	100
Jumlah	20	100	20	100

Tabel 5 menunjukkan kesiapan menghadapi *menarche* pada saat *pretest* sebagian besar responden sudah siap sebanyak 14 (70%) sedangkan *post test* seluruh responden sudah siap menghadapi *menarche* sebanyak 20 (100%).

Tabel 6. Kesiapan Menghadapi Menarche Sebelum Dan Sesudah Diberikan Edukasi Dengan Media Ceramah

Kesiapan Menghadapi Menarche	Pretest		Post Test	
	f	%	f	%
Belum Siap	16	64	6	24
Sudah Siap	9	36	19	76
Jumlah	25	100	25	100

Tabel 6 menunjukkan kesiapan menghadapi *menarche* saat *pretest* sebagian besar responden belum siap sebanyak 16 (64%) sedangkan *post test* sebagian besar responden sudah siap sebanyak 19 (76%).

Tabel 7. Analisis Pengaruh Edukasi Melalui Media Leaflet terhadap Tingkat Kecemasan pada Siswi Kelas VI di Kabupaten Sukabumi

Tingkat Kecemasan	N	Mean Rank	P-Value
Negative Ranks	23	13.52	
Positive Ranks	2	7.00	0,000
Ties	23		
Total	48		

Tabel 7 menunjukkan *P-Value* 0,000 yaitu <0,05 yang artinya ada pengaruh edukasi melalui media video terhadap tingkat kecemasan pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi.

Tabel 8. Analisis Pengaruh Edukasi Melalui Media Leaflet Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Siswi Kelas VI di Kabupaten Sukabumi

Tingkat Kecemasan	N	Mean Rank	P-Value
Negative Ranks	17	9,00	
Positive Ranks	0	0,00	0,000
Ties	3		
Total	20		

Tabel 8 menunjukkan *P-Value* 0,000 maka ada pengaruh edukasi melalui media *leaflet* terhadap tingkat kecemasan pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi.

Tabel 9. Analisis Pengaruh Edukasi Melalui Media Ceramah Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Siswi Kelas VI

Tingkat Kecemasan	N	Mean Rank	P-Value
Negative Ranks	25	13,00	
Positive Ranks	0	.0,00	0,000
Ties	0		
Total	25		

Tabel 9 menunjukkan *P-Value* 0,000 maka ada pengaruh edukasi melalui media ceramah terhadap tingkat kecemasan pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi.

Tabel 10. Analisis Pengaruh Edukasi Melalui Media Video Terhadap Kesiapan Mengadapi Menarche Pada Siswi Kelas VI di Kabupaten Sukabumi

Kesiapan Menghadapi Menarche	N	Mean Rank	P-Value
Negative Ranks	0	0,00	
Positive Ranks	17	9,00	0,000
Ties	31		
Total	48		

Tabel 10 menunjukkan *P-Value* 0,000 maka ada pengaruh edukasi melalui media video terhadap kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi.

Tabel 11. Analisis Pengaruh Edukasi Melalui Media Leaflet Terhadap Kesiapan Mengadapi Menarche Pada Siswi Kelas VI di Kabupaten Sukabumi

Kesiapan Menghadapi Menarche	N	Mean Rank	P-Value
Negative Ranks	0	0,00	
Positive Ranks	6	3,50	0,014
Ties	14		
Total	20		

Tabel 11 menunjukkan *P-Value* 0,014 maka ada pengaruh edukasi melalui media *leaflet* terhadap kesiapan

menghadapi *menarche* pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi.

Tabel 12. Analisis Pengaruh Edukasi Melalui Media Ceramah Terhadap Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas VI di Kabupaten Sukabumi

Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>	N	Mean Rank	P-Value
Negative Ranks	0	0,00	0,002
Positive Ranks	10	5,50	
Ties	15		
Total	25		

Tabel 12 menunjukkan *P-Value* 0,002 maka ada pengaruh edukasi melalui media ceramah terhadap kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi.

Tabel 13. Perbedaan Edukasi Menggunakan Media Video Dengan Media Ceramah Terhadap Tingkat Kecemasan dan Kesiapan Menghadapi *Menarche*

Variabel	Mean Rank	P-Value
Tingkat Kecemasan (Intervensi)	44,21	0,000
Tingkat Kecemasan (Kontrol)	23,16	
Kesiapan Menghadapi <i>menarche</i> (Intervensi)	36,43	
Kesiapan Menghadapi <i>menarche</i> (Kontrol)	38,10	

Tabel 13 menunjukkan *P-Value* 0,000 yaitu $< 0,05$ yang maka ada perbedaan pengaruh edukasi tentang *menarche* dengan media video dan media ceramah terhadap tingkat kecemasan dan *P-Value* 0,702 maka tidak ada perbedaan pengaruh edukasi tentang *menarche* dengan media video dan media ceramah terhadap kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi.

Tabel 14. Perbedaan Edukasi Menggunakan Media Leaflet Dengan Media Ceramah

Terhadap Tingkat Kecemasan dan Kesiapan Menghadapi *Menarche*

Variabel	Mean Rank	P-Value
Tingkat Kecemasan (Intervensi)	27,13	0,046
Tingkat Kecemasan (Kontrol)	19,70	
Kesiapan Menghadapi <i>menarche</i> (Intervensi)	21,75	0,491
Kesiapan Menghadapi <i>menarche</i> (Kontrol)	24,00	

Tabel 14 menunjukkan *P-Value* 0,046 maka ada perbedaan pengaruh edukasi tentang *menarche* dengan media leaflet dan media ceramah terhadap tingkat kecemasan dan *P-Value* 0,491 maka tidak ada perbedaan pengaruh edukasi tentang *menarche* dengan media leaflet dan media ceramah terhadap kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi.

PEMBAHASAN

Analisis Pengaruh Edukasi Video, Leaflet, Ceramah Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas VI Di Kabupaten Sukabumi

Hasil penelitian menunjukkan perbandingan tingkat kecemasan siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi sebelum dan setelah penggunaan media video dari hasil tersebut menunjukkan bahwa 23 siswi mengalami penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan edukasi dan 2 siswi mengalami peningkatan kecemasan sedangkan 23 siswi lainnya memiliki nilai tingkat kecemasan yang sama setelah diberikan edukasi. Dari hasil analisis didapatkan ada pengaruh edukasi melalui video terhadap tingkat kecemasan, dengan *p-value* 0,000 pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Rohana et al., 2022)

dengan nilai *P-Value* 0,000 pada siswi SD Negeri 1 dan 2 Ngadimulyo, pendidikan kesehatan tentang menstruasi melalui media audio visual memiliki dampak yang signifikan terhadap tingkat kecemasan mereka terhadap *menarche*. Selain itu, penelitian yang dilakukan (Tamara et al., 2024) yang menunjukkan bahwa edukasi mempengaruhi tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian, dengan *p-value* 0,000.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perbandingan tingkat kecemasan siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi dari hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat 17 siswi mengalami penurunan tingkat kecemasan dan tidak terdapat siswi yang mengalami peningkatan tingkat kecemasan dan tiga siswi menunjukkan tingkat kecemasan yang sama setelah diberikan edukasi. Dari hasil analisis didapatkan ada pengaruh media leaflet terhadap tingkat kecemasan, dengan *p-value* 0,000 pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi memiliki tingkat kecemasan yang berbeda sebelum dan sesudah penggunaan metode ceramah menunjukkan bahwa terdapat 25 siswi mengalami penurunan tingkat kecemasan hasil analisis menunjukkan bahwa ada pengaruh melalui ceramah terhadap tingkat kecemasan siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi, dengan *p-value* 0,000.

Menurut penelitian (Djennan et al., 2024) yang menemukan *p-value* 0,001, pendidikan kesehatan tentang menstruasi terkait dengan tingkat kecemasan siswa di SD Negeri 25 Manado. Selain itu, menurut penelitian (Dianawati et al., 2021) yang menemukan *p-value* 0,000, pendidikan kesehatan tentang menstruasi terkait dengan tingkat kecemasan *menarche*.

Teori kognitif menyatakan bahwa kesalahan mental menyebabkan reaksi kecemasan, karena menginterpretasikan situasi yang dianggap mengancam. Kesiapan adalah faktor individu yang sangat mempengaruhi tingkat kecemasan, dengan siswi yang memiliki tingkat kecemasan yang rendah (Pratiwi et al., 2022).

Hasil penelitian sudah sesuai dengan teori dan peneliti sebelumnya yaitu pemberian edukasi melalui media video, leaflet, dan ceramah efektif digunakan. Penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan edukasi tentang *menarche* membuktikan bahwa siswi telah mampu memahami dan menerima menstruasi pertama sebagai tanda wanita sudah beranjak dewasa dan merupakan proses yang alami.

Analisis Pengaruh Edukasi Edukasi Video, Leaflet, Ceramah Terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas VI Di Kabupaten Sukabumi

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa perbandingan kesiapan siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi untuk *menarche* sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media video, dari hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat 17 siswi siap menghadapi *menarche*. Dari hasil analisis didapatkan *P-Value* 0,000 menunjukkan bahwa ada media video terhadap kesiapan siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi untuk menghadapi *menarche*.

Menurut penelitian (Salihah et al., 2024) pendidikan audiovisual tentang *menarche* berdampak pada kesiapan di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan yang ditunjukkan dengan nilai *P-Value* 0,001. Begitupula dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al., 2023) dengan hasil *P-Value* 0,000 di SDN Jawa Martapura, siswi kelas V dan VI melihat

dampak pendidikan yang diberikan melalui media video terhadap persiapan untuk *menarche*.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil terdapat 6 siswi siap menghadapi *menarche* dan tidak terdapat siswi yang tidak siap menghadapi *menarche* serta terdapat 14 siswi yang memiliki jawaban yang sama setelah diberikan edukasi. Dari hasil analisis didapatkan ada pengaruh edukasi melalui leaflet terhadap kesiapan menghadapi *menarche* dengan *p-value* 0,014 pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi.

Menurut penelitian (Purbowati et al., 2021) ada pengaruh media *leaflet* edukasi terhadap kesiapan menghadapi *menarche* dengan *p-value* 0,012.

Penelitian didapatkan ditemukan perbandingan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media ceramah, dari hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat 10 siswi siap menghadapi *menarche* dan tidak terdapat siswi yang tidak siap menghadapi *menarche* serta terdapat 15 siswi yang memiliki jawaban yang sama setelah diberikan edukasi. Dari hasil analisis didapatkan *P-Value* 0,002 maka ada pengaruh edukasi melalui media ceramah terhadap kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi. Penelitian (Fatmawati et al., 2022) menemukan bahwa edukasi media ceramah memiliki pengaruh terhadap kesiapan menghadapi *menarche* di SDN 2 Sidomoro Gresik dengan nilai *P-Value* 0,000.

Kesiapan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) adalah tanda bahwa seseorang siap untuk mencapai kematangan fisik, yaitu datangnya menstruasi pertama yang terjadi pada waktu tertentu dan berulang. Kesiapan menghadapi *menarche* ditandai dengan

memiliki pemahaman yang mendalam tentang proses menstruasi sehingga menerima dan mengalami menstruasi pertama sebagai proses normal.

Berdasarkan hasil penelitian sudah sesuai dengan teori dan penelitian sebelumnya yaitu pemberian edukasi melalui media video, *leaflet*, dan ceramah dapat membuat siswi siap untuk *menarche* sehingga mereka dapat memahami menstruasi secara positif sehingga menimbulkan kesiapan menghadapi *menstruasi* di dalam diri.

Analisis Perbedaan Pengaruh Edukasi Tentang *Menarche* Dengan Media Video, Leaflet Dan Ceramah Antara Eksperimen Dengan Kontrol Baik Itu Tingkat Kecemasan Dan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas VI Di Kabupaten Sukabumi.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan pada variabel tingkat kecemasan didapatkan *P-Value* 0,000 maka ada perbedaan pengaruh edukasi tentang *menarche* dengan media video dan media ceramah terhadap tingkat kecemasan pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi. Penelitian (Wahyuni et al., 2019) menemukan bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan melalui media video memiliki korelasi dengan tingkat kecemasan siswi yang menghadapi *menarche*

Pada variabel kesiapan menghadapi *menarche* didapatkan *p-value* 0,702 maka ada perbedaan pengaruh edukasi tentang *menarche* dengan media video dan media ceramah terhadap kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi.

Hal ini bertentangan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Amalia & Suryaningsih, 2023), yang menemukan bahwa sikap individu terhadap *menarche* berubah setelah instruksi audiovisual diberikan. Hal ini juga berlaku untuk penelitian yang

dilakukan (Utami et al., 2024), yang menemukan bahwa kesiapan individu untuk *menarche* dipengaruhi oleh instruksi dengan media video.

Video edukasi harus memiliki isi yang jelas selain durasi. Apabila video diputar terlalu lama dan tidak memiliki alur yang jelas, perhatian remaja dengan pola pikir abstrak akan cepat teralihkan (Anwar et al., 2022). Menurut (Sekti & Fayasari, 2019) media video dapat meningkatkan perhatian, konsentrasi, dan imajinasi anak-anak. Selain itu, diharapkan anak-anak mulai belajar menerapkan apa yang mereka pelajari untuk membentuk sikap dan pengetahuan mereka sendiri.

Penelitian ditemukan pada variabel tingkat kecemasan didapatkan *P-Value* 0,046 maka ada perbedaan pengaruh edukasi tentang *menarche* dengan media *leaflet* dan media ceramah terhadap tingkat kecemasan pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi.

Pada variabel kesiapan menghadapi *menarche* didapatkan *p-value* 0,491 yaitu $> 0,05$ yang artinya tidak ada perbedaan pengaruh edukasi tentang *menarche* dengan media *leaflet* dan media ceramah terhadap kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi.

Berdasarkan hasil penelitian sudah sesuai dengan teori dan peneliti sebelumnya yaitu edukasi melalui video mungkin lebih efektif untuk meningkatkan pemahaman karena visualisasi. Ceramah dapat membangun hubungan interpersonal dan mengatasi kesalahpahaman secara langsung. *Leaflet* berguna sebagai pengingat dan penguatan informasi. Kesiapan menghadapi *menarche* bisa juga dipengaruhi oleh variabel tambahan yang belum dipelajari.

SIMPULAN

Hasil penelitian disimpulkan terdapat pengaruh edukasi video, *leaflet*, ceramah terhadap tingkat kecemasan menghadapi *menarche* dan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi. Serta Terdapat perbedaan pengaruh edukasi tentang *menarche* melalui media video dengan kelompok kontrol serta *leaflet* dengan kelompok kontrol terhadap tingkat kecemasan. Tidak terdapat perbedaan pengaruh edukasi tentang *menarche* melalui media video dengan kelompok kontrol serta *leaflet* dengan kelompok kontrol terhadap kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VI di Kabupaten Sukabumi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, N. I., & Suryaningsih, M. (2023). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Dan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche*.
<https://doi.org/10.1787/f945a7f8-he>
- Anwar, M. D., I, Juniarta, G. N., & I. (2022). *Perbandingan Efektivitas Penggunaan Video Animasi Dengan Video Demonstrasi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Bantuan Hidup Dasar Remaja*. 14, 55–66.
<http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Dianawati, E., Cahyaningtyas, A. Y., & Rahmayanti, Y. N. (2021). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Menstruasi terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche pada Siswi di SD Neg*. *Jurnal Stethoscope*, 2(1), 70–74.
<https://doi.org/10.54877/stethoscope.v2i1.837>
- Djanaan, F. E., Rimporok, M. H., & Wahyuni, S. (2024). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang*

- Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Siswi di SD Negeri 25 Manado. *Protein : Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan.*, 2(1), 94–104. <https://doi.org/10.61132/protein.v2i1.67>
- Fatmawati, L., Syaiful, Y., & Tamada, M. (2022). Pendidikan Kesehatan Meningkatkan Pengetahuan Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Usia 9-12 Tahun. *Journals of Ners Community*, 13(1), 51–63. <https://doi.org/10.55129/jnerscommunity.v13i1.1626>
- Herliasari, Z., Indriyani, T., & Widowati, R. (2022). Analisis Kesiapan Menghadapi Menarche Remaja Awal di SDN Jakasampurna X Kota Bekasi Tahun 2022. *JAKHJK*, 1, 7823–7830.
- Mann, P., & TS, P. (2023). Premenstrual Syndrome, Anxiety, and Depression Among Menstruating Rural Adolescent Girls: A Community-Based Cross-Sectional Study. *Cureus*, 15(12). <https://doi.org/10.7759/cureus.50385>
- Mukaromah, Y., Latief, V. L., Lestari, S., & Permana, I. (2023). Buku Pedoman Kesehatan Jiwa Remaja Jenjang SMP. In *Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi* (Vol. 01).
- Pratiwi, R., Dian Kusuma Ningsih, E., & Arfahmi, K. (2022). Pengaruh Media Audio-Visual Dalam Pembelajaran Bahasa Arab Terhadap Siswa Kelas V Di Mis Al-Hidayah Ck. *SIWAYANG Journal: Publikasi Ilmiah Bidang Pariwisata, Kebudayaan, Dan Antropologi*, 1(2), 85–92. <https://doi.org/10.54443/siwayang.v1i2.190>
- Purbowati, N., Follona, W., & Wijayanti, M. E. (2021). Pengaruh Video dan Leaflet tentang Menstruasi terhadap Kesiapan dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Bidan Cerdas*, 3(1), 1–9. <https://doi.org/10.33860/jbc.v3i1.239>
- Rohana, S., Octaviani, D. A., & Rosiana, H. (2022). Volume 4 Nomor 2 (2022) *Journal of Midwifery Science: Basic and Applied Research The Effect of Health Education on Menstruation with Audiovisual Media on Anxiety Levels in Facing Menarche in Elementary School Students 1 and 2 Ngadimulyo*. 4, 62–68. http://ejournal.poltekkes_smg.ac.id/ojs/index.php/JOMISBAR
- Salihah, K. A., Palupi, R., & Putri, R. H. (2024). Pengaruh Edukasi Audiovisual Tentang Menarche Terhadap Pengetahuan dan Kesiapan Menghadapi Menarche di SDN 01 Serupa Indah Way Kanan. 2(6), 337–346.
- Sari, D. W., Hardiyanti, D., & Pertiwi, M. R. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Animasi Terhadap Kesiapan dan Pengetahuan dalam Menghadapi Menarche. *Lentora Nursing Journal*, 4(1), 10–19. <https://doi.org/10.33860/lmj.v4i1.3410>
- Sekti, R. M., & Fayasari, A. (2019). Nutrition Education with Audiovisual Media on Fruit and Consumption of Junior School Students in East Jakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 1(2), 77–88. <https://doi.org/10.36590/jika.v1i2.15>
- Tamara, S. R., Hendriani, D., & Adib, N. (2024). The Effect Of Health Education with Audiovisual Media

- about Menarche on Knowledge and Anxiety Among Fifth and Sixth Grade Student in SDN 020 Tenggarong Sinta. *Sports Culture*, 15(1), 72–86.
<https://doi.org/10.25130/sc.24.1.6>
- Utami, L. S., Retno, S. N., Puspita, L., & Komalasari. (2024). *The Effect Of Video-Based Health Promotion On Knowledge And Readiness To Face Menarche Among Female Students At MI Nurul Ihsan Buminabung Timur , Central Lampung Regency*. 15(04), 1292–1302.
<https://doi.org/10.54209/eduhealth.v15i04>
- Wahyuni, E. E., Majid, Y. A., & Dekawaty, A. (2019). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Di Sekolah Dasar Negeri 88 Palembang Tahun 2019*. 2.
- Yunike, T. H., & Agustin, W. R. (2023). Pengaruh edukasi kesehatan dengan media video animasi tentang menarche (menstruasi pertama) terhadap tingkat kecemasan siswi sekolah dasar. *Jurnal Keperawatan*, 3(4).