

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN
TENTANG MENARCHE TERHADAP
TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG
MENARCHE PADA SISWI
KELAS V DAN VI**

Ellyzabeth Sukmawati
(Prodi D III Kebidanan,
STIKes Paguwarmas Maos Cilacap)
Norif Didik Nur Imamah
(Prodi D III Kebidanan,
STIKes Paguwarmas Maos Cilacap)
Indah Sulistyoningrum
(Prodi D III Kebidanan,
STIKes Paguwarmas Maos Cilacap)

ABSTRAK

Menarche merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang umur 10-16 tahun. Kurangnya informasi tentang kesehatan reproduksi menyebabkan pengetahuan remaja tentang kesehatan khususnya tentang menarche kurang. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang menarche terhadap tingkat pengetahuan tentang menarche pada siswi kelas V dan VI. Metode penelitian yang dilakukan yaitu quasi eksperimendengan rancangan pre – eksperimen design dan pendekatan “One Group Pretest-Posttest”. Teknik sampling menggunakan total sampling (44 siswi), instrument menggunakan kuesioner tertutup. Analisis menggunakan paired t test. Hasil penelitian menunjukan pengetahuan siswi kelas V dan VI sebelum diberikan pendidikan kesehatan paling banyak dalam kategori cukup sebanyak 21 orang (47,7%). Pengetahuan siswi kelas V dan VI sesudah diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar dalam kategori baik sebanyak 41 orang (93,2%), hal ini menunjukan ada peningkatan yang signifikan dari pretes terhadap posttes. Hasil uji t tes diperoleh harga t hitung = 11,084, df = 43 harga t tabel pada taraf signifikansi 5% sebesar 1,684 maka t hitung > t tabel (11,084 > 1,684) dan nilai p-value (0,000) < α (0,05). Simpulan penelitian ini ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menarche terhadap tingkat pengetahuan tentang menarche pada siswi kelas V dan VI.

Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan, Pengetahuan, Menarche.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan suatu masa peralihan dari umur kanak-kanak menuju umur dewasa (Sadarjoen, 2005). Pada masa remaja, wanita mengalami peristiwa yang paling penting yaitu menarche, sebagai pertanda siklus masa subur sudah dimulai dan menandakan seorang wanita telah benar-benar siap secara biologis untuk menjalankan fungsi kewanitaannya (Rosida, 2008). Menarche adalah haid atau menstruasi yang pertama kali di alami oleh seorang wanita dan terjadi di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. Menstruasi atau haid adalah perdarahan periodik dan siklik dari uterus disertai pengeluaran (deskuamasi) endometrium (Ezra, 2008).

Peristiwa menarche dianggap penting karena dapat disertai reaksi psikis maupun biologis seperti pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut daerah pubis dan aksila, serta distribusi lemak pada daerah pinggul. Datangnya menarche justru membuat sebagian remaja takut dan gelisah dan menganggap darah haid adalah suatu penyakit. Cepat lambatnya menarche tergantung pada faktor gizi, genetik, psikologi dan pergaulan dari remaja tersebut sehingga anak umur remaja sekarang cepat mengalami menstruasi dini. Umur menarche terjadi antara umur 10-16 tahun dengan siklus yang terjadi secara periodik antara 21-35 hari dihitung dari hari pertama menstruasi hingga hari pertama menstruasi berikutnya (Prawiroharjo, 2005).

Selama ini sebagian masyarakat merasa tabu untuk membicarakan tentang masalah menstruasi dalam keluarga, bahkan kurangnya perhatian orang tua terhadap remaja sehingga remaja awal kurang memiliki pengetahuan dan sikap yang cukup baik tentang perubahan-perubahan fisik dan psikologi terkait menarche selain itu juga kurangnya pengetahuan tentang perawatan diri yang diperlukan saat menstruasi (Proverawati & Misaroh, 2009). Pendidikan kesehatan merupakan upaya untuk memberikan penjelasan atau menyampaikan pesan kepada perorangan, kelompok atau masyarakat untuk menumbuhkan perhatian pengertian dan kesadaran mengenai perilaku sehat atau kehidupan yang sehat (Machfoed, 2003).

Berdasarkan perhitungan dengan menggunakan data hasil kombinasi pemetaan dan verifikasi menunjukan perkiraan angka nasional kejadian aborsi sebesar 1.982.880 kasus pertahun yang berarti terjadi 37 aborsi per 1000 perempuan usia 15-49 tahun atau 43 aborsi per 1000 kelahiran hidup (30% dari kehamilan) (BKKBN dan UNFPA, 2005 di kutip dari WHO, 1998: 70). Melihat data tersebut tingginya angka aborsi dikalangan remaja disebabkan karena saat ini remaja putri telah melakukan seks pranikah, sehingga ketidaksiapan remaja terhadap kehamilan dini meningkatkan angka aborsi dikalangan remaja. Itu semua bersumber pada kurangnya pengetahuan mereka tentang tahapan reproduksi salah satunya menarche yang merupakan tanda permulaan pubertas bagi remaja putri dan merupakan tanda permulaan pemasakan seksual, sehingga apabila remaja putri ini tidak diberikan pengarahan tentang pendidikan kesehatan, terjadi masalah yang bisa mempengaruhi masa depan mereka (Wilopo, 2003).

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Menarche Pada Siswi Kelas V dan Kelas VI.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang dilakukan yaitu eksperimental dengan rancangan pre – eksperimen design dan pendekatan "One Group Pretest-Posttest". Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus 2016 di SD Negeri 01 Binangun Kecamatan Binangun Kabupaten Cilacap. Teknik Pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan jumlah sampel 44 siswi dengan data primer dan sekunder, instrument menggunakan kuesioner tertutup dengan skala ordinal. Analisis menggunakan Uji Statistik paired t test berpasangan yang terlebih dahulu diuji normalitas data dengan Kolmogorov-Smirnov Test. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara teknik *purposive sampling*, yaitu total sampling dengan jumlah 44 sampel yaitu siswa kelas V dan VI.

Prosedur penelitian yaitu peneliti meminta izin pada kepala sekolah tempat dilakukan penelitian kemudian peneliti melakukan kontrak waktu dengan kepala

sekolah, setelah itu peneliti menjelaskan cara pengisian kuesioner yang sudah terlampir dengan identitas responden dan lembar informed consent. Selanjutnya kuesioner tentang menarche diberikan pada siswi sebagai *pretest* 20 menit. Setelah *pretest* 20 menit selanjutnya peneliti melakukan penyuluhan atau pendidikan kesehatan tentang menarche sesuai materi didalam SAP kemudian peneliti membagikan kembali kuesioner yang sama sebagai *posttest* 20 menit sesudah dilakukannya penyuluhan atau pendidikan kesehatan dengan jumlah dan pernyataan yang sama pada kuesioner pertama. Kemudian peneliti diperiksa kelengkapan data pengisian dan dilakukan pengolahan data lebih lanjut yang digunakan untuk pengumpulan data adalah dengan menggunakan kuesioner tertutup dimana responden tinggal memilih jawaban yang telah disediakan. Pembagian kuesioner tentang pengetahuan menarche terdiri dari 20 pernyataan. Jumlah pernyataan *favourabel* (sifatnya positif) sebanyak 12 soal dengan skor yang diberikan yaitu jika responden memilih jawaban Benar maka skornya (1), dan jika responden memilih jawaban Salah maka skornya (0), sedangkan untuk pernyataan *unfavourabel* (sifatnya negatif) jumlah pernyataan 8 pernyataan dengan skor yang diberikan yaitu jika responden memilih jawaban Benar maka skornya (0), dan jika responden memilih jawaban Salah maka skornya (1). Skoring untuk penarikan kesimpulan ditentukan dengan jumlah jawaban responden dibagi jumlah skor dikali 100%. Analisis menggunakan *Paired t test*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Pengetahuan Tentang Menarche Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Berdasarkan Umur Responden.

Umur	Pengetahuan Sebelum Pendidikan Kesehatan			Total
	Baik	Cukup	Kurang	
9 Tahun	2 orang (4,5%)	1 orang (2,3%)	0 orang (0,0%)	3 orang (6,8%)
10 Tahun	8 orang (18,2%)	8 orang (18,2%)	2 orang (4,5%)	18 orang (40,9)
11 Tahun	2 orang (4,5%)	9 orang (20,5%)	7 orang (15,9%)	18 orang (40,9%)
12 Tahun	1 orang (2,3%)	3 orang (6,8%)	1 orang (2,3%)	5 orang (11,4%)
Total	13 orang (29,5%)	21 orang (47,7%)	10 orang (22,7%)	44 orang (100%)

Tabel 2. Pengetahuan Tentang Menarche Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Berdasarkan Riwayat Menstruasi Responden

Riwayat Menstruasi	Pengetahuan Sebelum Pendidikan Kesehatan			Total
	Baik	Cukup	Kurang	
Sudah	1 orang (2,3%)	2 orang (4,5%)	2 orang (4,5%)	5 orang (11,4%)
Belum	12 orang (27,3%)	19 orang (43,2%)	8 orang (18,2%)	39 orang (88,6%)
Total	13 orang (29,5%)	21 orang (47,7%)	10 orang (22,7%)	44 orang (100%)

Tabel 3. Pengetahuan Tentang Menarche Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan

Pernyataan	Soal	Benar		Salah	
		f	(%)	f	(%)
Pengertian menarche	1.	41	93,2	3	6,8
	2.	42	95,5	2	4,5
Proses terjadinya menarche	3.	37	84,1	7	15,9
	4.	22	50	22	50
Umur terjadinya menarche	5.	36	81,8	8	18,2
	6.	32	72,7	12	27,3
Faktor yang mempengaruhi menarche	7.	21	47,7	23	52,3
	8.	7	15,9	37	84,1
Perubahan masa pubertas bersamaan dengan terjadinya menarche	9.	21	47,7	23	52,3
	10.	30	68,2	14	31,8
Gejala sebelum menstruasi	11.	37	84,1	7	15,9
	12.	35	79,5	9	20,5
Penanganan pre menstruasi syndrome	13.	24	54,5	20	45,5
	14.	22	50	22	50
Personal hygiene pada saat menstruasi	15.	43	97,7	1	2,3
	16.	42	95,5	2	4,5
	17.	12	27,3	32	72,7
	18.	18	40,9	26	59,1
	19.	44	100	0	0
	20.	38	86,3	6	13,7

Tabel 4. Pengetahuan Tentang Menarche Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan di SD Negeri 01 Binangun Kecamatan Binangun Kabupaten Cilacap Tahun 2014 Berdasarkan Umur Responden.

No	Umur	Pengetahuan Sesudah Pendidikan kes			Total
		Baik	Cukup	Kurang	
1	9 tahun	3 orang (6,8%)	0 orang (0,0%)	0 orang (0,0%)	3 orang (6,8%)
2	10 tahun	18 orang (40,9%)	0 orang (0,0%)	0 orang (0,0%)	18 orang (40,9%)
3	11 tahun	15 orang (34,1%)	3 orang (6,8%)	0 orang (0,0%)	18 orang (40,9%)
4	12 tahun	5 orang (11,4%)	0 orang (0,0%)	0 orang (0,0%)	5 orang (11,4%)
Total		41 orang (93,2%)	3 orang (6,8%)	0 orang (0,0%)	44 orang (100%)

Tabel 5. Pengetahuan Siswi Kelas V dan VI Tentang Menarche Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Berdasarkan Riwayat Menstruasi Responden

No Riwayat Menstruasi	Pengetahuan Sesudah Pendidikan Kesehatan			Total
	Baik	Cukup	Kurang	
1 Sudah	5 orang (11,4%)	0 orang (0,0%)	0 orang (0,0%)	5 orang (11,4%)
2 Belum	36 orang (81,8%)	3 orang (6,8%)	0 orang (0,0%)	39 orang (88,6%)
Total	41 orang (93,2%)	3 orang (6,8%)	0 orang (0,0%)	44 orang (100%)

Tabel 6. Pengetahuan Tentang Menarche Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan

Pernyataan	Soal	Benar		Salah	
		f	(%)	f	(%)
Pengertian menarche	1.	44	100	0	0
	2.	44	100	0	0
Proses menarche	3.	43	97,7	1	2,3
	4.	38	86,4	6	13,6
Umur terjadinya menarche	5.	44	100	0	0
	6.	39	88,6	5	11,4
Faktor yang mempengaruhi menarche	7.	34	77,3	10	22,7
	8.	34	77,3	10	22,7
Perubahan masa pubertas bersamaan dengan terjadinya menarche	9.	34	77,3	10	22,7
	10.	42	95,5	2	4,5
Gejala sebelum menstruasi	11.	40	90,9	4	9,1
	12.	42	95,5	2	4,5
Penanganan untuk mengatasi pre menstruasi syndrome	13.	37	84,1	7	15,9
	14.	43	97,7	1	2,3
Personal hygiene pada saat menstruasi	15.	44	100	0	0
	16.	44	100	0	0
	17.	37	84,1	7	15,9
	18.	43	97,7	3	6,8
	19.	43	97,7	1	2,3
	20.	43	97,7	1	2,3

Tabel 7. Pengetahuan di SD Negeri 01 Binangun Kecamatan Binangun Kabupaten Cilacap Tahun 2016 Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan.

No	Kategori pengetahuan	Pretest		Posttest	
		Frekuensi	Presen	Frekuensi	Presen
1	Baik	13	29,5	41	93,2
2	Cukup	21	47,7	3	6,8
3	Kurang	10	22,7	0	0,0
Jumlah		44	100	44	100

Berdasarkan tabel tersebut menunjukkan pada pretest sebagian besar responden mempunyai pengetahuan tentang menarche dalam kategori cukup sebanyak 21 orang (47,7%).

Sedangkan pada posttest sebagian besar terjadi peningkatan pengetahuan pada responden yaitu sebagian besar responden mempunyai pengetahuan tentang menarche dalam kategori baik sebanyak 41 orang (93,2%). Hal ini menunjukkan bahwa sesudah diberikannya pendidikan kesehatan yang kemudian dilakukan posttest pengetahuan responden terjadi peningkatan hal ini dapat terlihat dari beberapa pernyataan responden yang menjawab benar semua (100%).

Tabel 8. Pengetahuan Sebelum (Pre Test) dan Sesudah (Post Test) dilakukan Pendidikan Kesehatan

Pengetahuan	Mean	SD	N
Pengetahuan sebelum pendkes	13,72	2.52	44
Pengetahuan sesudah pendkes	18,4	1.58	44

Pengetahuan responden sebelum dilakukan pendidikan kesehatan rata-rata mencapai 13,72 dengan standar deviasi 2,52 dan sesudah dilakukan intervensi rata-rata pengetahuan responden mencapai 18,4 dengan standar deviasi 1,58.

Tabel 9. Hasil Uji t Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Menarche di SD Negeri 01 Binangun Kecamatan Binangun Kabupaten Cilacap Tahun 2016.

t hitung	Df	t table	Sig
11,084	43	1,684	0,00

Pengujian data menggunakan uji statistik paired t Test menunjukkan t hitung = 11,084 dengan df = 43, t_{tabel} 1,684 dan dalam penelitian kuesioner dipakai nilai *level of significant* 5% atau 0,05 berdasarkan hasil penelitian nilai signifikan sebesar 0,00 artinya nilai tersebut (0,00) dibawah nilai signifikan yang dapat ditolerir (0,05) sehingga nilai t tabel signifikan dan dapat digunakan, dimana nilai t hitung > t tabel (11,084 > 1,684) menyimpulkan bahwa H₀ ditolak dan H_a diterima yang berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menarche terhadap tingkat pengetahuan tentang menarche pada siswi kelas V dan VI.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian seperti yang terlihat pada gambar 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden di kelas V berumur 10 tahun yaitu sebanyak 15 orang (34,1%), dan dari kelas VI berumur 11 tahun sebanyak 15 orang (34,1%).

Umur remaja awal (pubertas) yang mengalami perkembangan fisik maupun psikologis misalkan payudara membesar, jerawat, tumbuh rambut ketiak dan disekitar alat kelamin, dan salah satunya ditandai dengan datangnya menstruasi pertama (menarche). Sehingga pada masa-masa ini remaja putri perlu diberikannya informasi atau pendidikan kesehatan reproduksi secara dini khususnya berkaitan dengan menarche, sehingga pengetahuan mereka lebih baik lagi, serta lebih mengetahui lagi tentang kesehatannya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden belum mengalami menstruasi yaitu dari kelas VI sebanyak 20 orang (45,5%), kelas V sebanyak 19 orang (43,2%), dan yang sudah mengalami menstruasi sebagian besar dari kelas VI sebanyak 3 orang (6,8%), kelas V sebanyak 2 orang (4,5%), dan seluruh siswi baik dari kelas V dan VI yang sudah mengalami menstruasi semuanya berumur 11 tahun (remaja awal) yang perlunya diberikan pendidikan kesehatan agar mereka mendapat informasi yang baik dan benar tentang menarche dan untuk yang belum menstruasi mendapatkan informasi yang benar pula sehingga mereka lebih siap lagi dalam menghadapi menarche nanti.

Pengetahuan Tentang Menarche Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukan bahwa pengetahuan tentang menarche sebelum diberikan pendidikan kesehatan dilihat dari umur responden paling banyak dalam kategori cukup sebanyak 21 orang (47,7%), masing-masing dari umur 9 tahun sebanyak 1 orang (2,3%), dari umur 10 tahun sebanyak 8 orang (18,2%), umur 11 tahun sebanyak 9 orang (20,5%), dan dari umur 12 sebanyak 3 orang (6,8%).

Sedangkan untuk pengetahuan responden tentang menarche dilihat dari

karakteristik riwayat menstruasi yang paling banyak dalam kategori cukup sebanyak 21 orang (47,7%), masing-masing dari yang belum menstruasi sebanyak 19 orang (43,2%), dan yang sudah menstruasi 2 orang (4,5%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswi kelas V dan VI memiliki pengetahuan sebelum pendidikan kesehatan dalam kategori cukup. Dalam penelitian ini semua responden masih dalam tingkat pendidikan dasar yaitu sekolah dasar (SD) dengan umur berkisar antara umur 9-12 tahun (remaja awal) menurut WHO tahun 1945 (Notoatmodjo, 2003).

Pengetahuan umur remaja yang sebagian besar cukup dikarenakan juga remaja masih dalam taraf perkembangan yaitu mulai dapat berpikir logis, abstrak, hipotetis, dan memikirkan masa depan. Pengetahuan remaja yang cukup pada saat ini juga didukung oleh majunya perkembangan media teknologi terutama elektronik seperti internet dan televisi.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2010) bahwa untuk pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor yang melatarbelakangi seperti pendidikan, sumber informasi, umur, dan pengalaman. Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu, penginderaan terjadi melalui penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba serta pengalaman pribadi mendorong seseorang untuk mencari informasi tentang sesuatu yang pernah dialaminya (Notoatmodjo, 2003). Datangnya menstruasi pertama tidak sama pada setiap remaja, ada remaja perempuan mendapat menarche umur 9-10 tahun namun ada pula yang pada umur 14 tahun. Akan tetapi umumnya menarche pada umur 12 tahun (Proverwati & Misaroh, 2010).

Berdasarkan hasil penelitian siswi yang mengalami menarche yaitu umur 11 tahun baik dari kelas V maupun kelas VI, hal ini sesuai dengan yang dikemukakan menurut Pearce bahwa menarche diartikan sebagai permulaan menstruasi pada seorang gadis pada masa pubertas yang muncul pada usia 11-14 tahun. Sehingga pada masa ini baik remaja yang sudah menarche ataupun yang belum menarche perlu diberikannya informasi ataupun pendidikan tentang kesehatan reproduksi khususnya menarche. Semakin muda umur

remaja putri mendapat informasi atau pendidikan kesehatan tentang menarche pengetahuan mereka lebih baik, lebih memahami menarche dengan baik, menganggap menarche sebagai suatu peristiwa yang wajar.

Bagi mereka yang sudah mengalami menarche mengetahui bahwa menstruasi pertama yang terjadi pada dirinya dahulu disebut dengan menarche yang merupakan peristiwa yang wajar terjadi pada diri seorang perempuan, sikap dan kepribadian jauh lebih tenang tanpa merasa takut lagi dalam menghadapi gejala-gejala sebelum menstruasi, mereka juga akan lebih menjaga personal hygienya ketika mendapatkan menstruasi dan lebih mempersiapkan lagi ketika menstruasi datang bulan berikutnya.

Sedangkan bagi remaja yang belum mengalami menarche pengetahuan mereka tentang menarche sebelum datangnya menarche akan lebih baik, mereka akan lebih siap lagi ketika terjadi menarche sehingga pada saat menarche benar-benar terjadi remaja putri sudah tidak panik atau cemas lagi karena mereka sudah dibekali dengan pendidikan kesehatan khususnya tentang menarche secara dini.

Berdasarkan hasil jawaban responden terhadap kuesioner tentang pengetahuan menarche yang peneliti sebar pada kelas V dan VI sebelum diberikan pendidikan kesehatan untuk tingkat pengetahuan tentang menarche masih kurang.

Berdasarkan hasil jawaban responden tentang pengetahuan menarche masih kurang hal ini disebabkan karena kurangnya informasi yang disampaikan baik dari orang tua ataupun guru, sehingga perlunya diberikan informasi tentang kesehatan reproduksi khususnya tentang menarche yaitu dengan penyuluhan atau diberikannya pendidikan kesehatan yang tujuannya untuk meningkatkan pengetahuan dan menambah wawasan remaja tentang kesehatannya dan untuk mengubah perilaku orang tua atau masyarakat dari perilaku tidak sehat menjadi perilaku sehat menurut WHO tahun 1954 (Notoatmodjo, 2003).

Pengetahuan Siswi Kelas V dan VI Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan

Hasil penelitian sesudah diberikan pendidikan kesehatan didapatkan bahwa

pengetahuan siswi kelas V dan VI terjadi peningkatan pengetahuan pada responden yaitu dilihat dari karakteristik umur responden sebagian besar responden mempunyai pengetahuan tentang menarche dalam kategori baik yaitu sebanyak 41 orang (93,2%) masing-masing dari umur 9 tahun sebanyak 3 orang (6,8%), dari umur 10 tahun sebanyak 18 orang (40,9%), dari umur 11 tahun sebanyak 15 orang (34,1%), dan dari umur 12 tahun sebanyak 5 orang (11,4 %).

Sedangkan untuk pengetahuan responden tentang menarche dilihat dari karakteristik riwayat menstruasi yang paling banyak dalam kategori baik sebanyak 41 orang (93,2%) yaitu masing-masing dari yang sudah menarche semuanya pengetahuan baik sebanyak 5 orang (11,4%), dari yang belum menarche sebanyak 36 orang (81,8%).

Berdasarkan hasil penelitian dapat membuktikan bahwa pendidikan kesehatan dapat menciptakan perubahan pada diri seseorang dan dapat merubah pengetahuan seseorang. Hal ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2003) bahwa pendidikan kesehatan merupakan suatu proses perubahan pada diri seseorang yang dihubungkan dengan pencapaian tujuan kesehatan individu dan masyarakat.

Selain itu pendidikan kesehatan merupakan suatu proses perkembangan yang berubah secara dinamis, yang didalamnya seseorang dapat menerima atau menolak informasi, sikap maupun praktek baru yang berhubungan dengan tujuan hidup sehat.

Dengan adanya informasi tentang kesehatan reproduksi khususnya tentang menarche pada siswi kelas V dan VI tingkat pengetahuan siswi meningkat menjadi baik dari yang pretest tingkat pengetahuan tentang menarche sebagian besar dalam kategori cukup setelah diberikan pendidikan kesehatan kemudian dilakukan posttest sebagian besar menjadi kategori baik.

Berdasarkan hasil jawaban responden terhadap kuesioner tentang pengetahuan menarche yang peneliti sebar pada siswi kelas V dan VI di sesudah diberikan pendidikan kesehatan untuk tingkat pengetahuan tentang menarche sebagian besar dalam kategori baik.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan maka sesudah diberikan pendidikan kesehatan tingkat pengetahuan tentang menarche menjadi baik karena dalam hal

ini siswi diberikannya informasi tentang kesehatan reproduksi khususnya tentang menarche.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Menarche

Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan program SPSS 16. Pengujian statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah Uji statistik paired t Test (Riwidikdo, 2012). Tahap yang dilakukan terlebih dahulu yaitu dengan melakukan uji normalitas dengan Kolmogorov-Smirnov Test diperoleh nilai sebesar 0,811 dan Asymp.sig. Sebesar 0,526 > 0,05 sehingga dapat disimpulkan data berdistribusi normal (Pratisto, 2009).

Kemudian dilakukan pengujian uji statistik paired t test dengan hasil menunjukkan t hitung = 11,084 dengan df = 43, t tabel = 1,684 dan dalam penelitian kuesioner dipakai nilai *level of significant* 5% atau 0,05 berdasarkan hasil penelitian nilai signifikan sebesar 0,00 artinya nilai tersebut (0,00) dibawah nilai signifikan yang dapat ditolerir (0,05) sehingga nilai t tabel signifikan dan dapat digunakan, dimana nilai t hitung > t tabel (11,084 > 1,684) menyimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti sesuai dengan hipotesis penelitian yaitu “ ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menarche terhadap pengetahuan.

Hal ini disebabkan adanya pendidikan kesehatan atau penyuluhan tentang kesehatan, penyuluhan sama dengan proses belajar. Belajar adalah perubahan yang relatif permanen dalam perilaku atau potensi perilaku sebagai hasil dari pengalaman atau latihan yang diperkuat. Belajar merupakan akibat adanya interaksi antara stimulus dan respon. Seseorang dianggap telah belajar sesuatu jika dia dapat menunjukkan perubahan perilakunya (Alin, 2011).

Selain itu pemberian informasi yang benar tentang menarche melalui penyuluhan dapat mengurangi kecemasan yang merupakan gejala yang sering terjadi pada peristiwa menarche dan dengan mengikuti penyuluhan remaja putri akan dapat memahami bahwa menarche dan datangnya menstruasi merupakan peristiwa yang penting bagi dirinya yang menjadi pertanda dari kematangan seksual dan erat hubungannya dengan fungsi reproduksi

(Kartono, 2006). Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh Alin (2009) yang menyatakan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap kesiapan menghadapi menarche. Informasi yang diperoleh dari berbagai sumber mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Bila seseorang banyak memperoleh informasi maka ia cenderung mempunyai pengetahuan yang lebih luas (Notoadmodjo, 2003).

Hal ini sejalan dengan pendapat Nasria Putriani (2010) yang menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi terutama tentang menarche berdasarkan informasi kesehatan reproduksi, sumber kesehatan reproduksi melalui internet, TV, tenaga kesehatan. Sehingga dalam masa-masa ini sangat dibutuhkan pendidikan kesehatan dan informasi tentang kesehatan reproduksi remaja khususnya tentang menarche. Informasi ini dapat diperoleh dari beberapa sumber antara lain TV, radio, koran, kader, bidan, puskesmas, majalah, sehingga dengan adanya penyampaian informasi mereka akan mengetahui secara dini tentang kesehatannya dan pengetahuan mereka pun tentang menarche akan bertambah.

Penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyu (2009) dengan judul "Hubungan antara pengetahuan siswi Sekolah Dasar (SD) tentang menstruasi dengan kesiapannya menghadapi menarche di SD Negeri 03 Maos Kidul - Cilacap" yang hasilnya menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan siswi SD tentang menstruasi dengan kesiapannya menghadapi menarche.

Hasil penelitian ini juga mendukung teori yang dikemukakan oleh Machfoedz & Suryani (2008) bahwa pendidikan kesehatan merupakan suatu proses perubahan pada diri manusia yang ada hubungannya dengan tercapainya tujuan kesehatan perorangan dan masyarakat dengan proses perkembangan yang selalu berubah secara dinamis dimana seseorang dapat menerima atau menolak keterangan baru, sikap baru dan perilaku baru yang ada hubungannya dengan tujuan hidup. Dari berbagai penelitian ditemukan bahwa permasalahan utama kesehatan reproduksi remaja adalah masalah perilaku, kurangnya akses pelayanan dan kurangnya informasi

yang benar dan dapat dipertanggungjawabkan.

Berdasarkan hasil penelitian dapat membuktikan bahwa pendidikan kesehatan dapat menciptakan perubahan pada diri seseorang dan dapat merubah pengetahuan seseorang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan siswi kelas V dan VI sebelum diberikan pendidikan kesehatan paling banyak dalam kategori cukup sebanyak 21 orang (47,7%). Pengetahuan siswi kelas V dan VI sesudah diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar dalam kategori baik sebanyak 41 orang (93,2%), hal ini menunjukkan ada peningkatan yang signifikan dari pretes terhadap posttes. Hasil uji t tes diperoleh harga t hitung = 11,084, df = 43 harga t tabel pada taraf signifikansi 5% sebesar 1,684 maka t hitung > t tabel (11,084 > 1,684) dan nilai p-value (0,000) < α (0,05). Simpulan penelitian ini ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menarche terhadap tingkat pengetahuan tentang menarche pada siswi kelas V dan VI di SD Negeri 01 Binangun Kecamatan Binangun Kabupaten Cilacap Tahun 2016.

Ada beberapa rekomendasi untuk penelitian yang akan datang. Peneliti menggunakan desain pre test-posttest design dengan jenis pretest-posttest, yaitu hanya menguji pengaruh pendidikan kesehatan tentang menarche terhadap satu kelompok saja yang pengukurannya dilakukan sebelum dan setelah intervensi. Sebaiknya penelitian selanjutnya menggunakan dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan intervensi, agar tingkat pengetahuan tentang menarche sebelum pendidikan kesehatan dan sesudah pendidikan kesehatan lebih terlihat pengaruhnya, perbedaannya dan hasilnya. Pengambilan data dengan menyebarkan kuesioner yang dilakukan dalam kelas memungkinkan terjadinya bias dikarenakan diskusi yang dilakukan antar siswi bisa berpengaruh terhadap hasil jawaban yang cenderung seragam.

DAFTAR PUSTAKA

Alin, P. 2011. Pengaruh Penyuluhan Tentang Menarche Terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi

- Kelas IV Dan V Di SD Negeri Gendengan 1 Margodadi Seyegan Sleman (Skripsi). Laporan Penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Jurusan Kebidanan Yogyakarta. Jawa Tengah."
- Andrews, G. 2010. Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Wanita, edisi 2. EGC. Jakarta.
- Arikunto S. 2006. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Rineka Cipta Jakarta.
- Arpiyanto, Teguh., 2008. Hubungan Antara Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi Terhadap Mekanisme Koping Adaptasi Menarche Pada Siswi Kelas VIII Mts Marbaul Ulum Karangawen Demak (Skripsi). Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan. Semarang: Universitas Muhammadiyah Semarang.
- BKKBN, dan UNFPA, 2005. Buku sumber untuk advokasi keluarga berencana. Kesehatan reproduksi. Gender, dan pembangunan kependudukan, edisi revisi BKKBN dan UNFPA. Dikutip dari WHO, 1998: 70. Jakarta.
- Josep, HK dan Nugroho S. 2010. Ginekologi Obstetri (Obstet). Muha Medika. Yogyakarta.
- Kartono K. 2006. Psikologi Wanita 1 Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa. Bandung : CV Mandar Maju.
- Kusmiran, E. 2013. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Salemba Mudika. Jakarta.
- Machfoedz, I dan Suryani, 2008, Pendidikan Kesehatan Bagiandari Promosi Kesehatan. Fitramaya. Yogyakarta.
- Nasria. Skripsi : Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan Remaja tentang Kesehatan Reproduksi di SMA Negeri 1 Mojogedang. Semarang. Undip. 2010
- Notoatmodjo S, 2010. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta.
- Pratisto, A. 2009. Statistik menjadi mudah dengan SPSS17. Elex Media Komputindo: Jakarta.
- Proverawati & Misaroh, 2009, Menarche (Menstruasi Pertama Penuh Makna). Nuha Medika. Jakarta.
- Riwidikdo, 2012, Statistik Kesehatan. Nuha Medika. Yogyakarta.
- Rosida, I. 2006. Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi Pertama (Menarche) Pada Siswi SMP Harapan Desa Paya Bakung Kecamatan Hamparan Perak. <http://www.helvetia.ac.id/library>.
- Santrock J, 2003, Adolescence Perkembangan Remaja, Edisi VI. Erlangga. Jakarta.
- Setiawan, A dan Saryono, 2011. Metodologi Penelitian Kebidanan. Nuha Medika. Yogyakarta.
- Sri, E., 2010. Hubungan pengetahuan tentang menarche dengan kesiapan menghadapi menarche dini pada siswi kelas IV dan V di SD Muhammadiyah Sleman Yogyakarta. (skripsi). Laporan Penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Jurusan Kebidanan. Jawa Tengah.
- Sugiyono, 2010. Statistik Untuk Penelitian. CV Alfabeta : Bandung.
- Sulistyo, J. 2010. 6 Hari Jago SPSS 17. Cakrawala : Yogyakarta.
- Waryana. 2010. Gizi Reproduksi. Pustaka Rihama: Yogyakarta.
- Wawan, A dan Dewi, M, 2010. Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Manusia. Nuha Medika. Yogyakarta.