
Pengaruh Edukasi Menstrual Hygiene Menggunakan Video Animasi Terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi di SDN Kaliduren Moyudan Sleman

Farah Salsabila ^{(1)*}, Titik Endarwati ⁽¹⁾, Atik Badi'ah⁽¹⁾

⁽¹⁾ Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Sleman - Yogyakarta

Article Info

Article history:

Received Oct16th, 2024

Revised Mar 18th, 2025

Accepted May 26th, 2025

Keywords:

*Menstrual Hygiene,
Kesiapan,
Menarche*

ABSTRACT

Background: Currently, the age of menarche is getting attention because several studies show that there is a decrease in the age of menarche. Indonesia has experienced a decrease in menarche, namely there are 5.2% of children in Indonesia entering menarche under the age of 12 years. This age is entering the early phase of puberty, especially in elementary school children. Poor menstrual hygiene practices will result in susceptibility to disease, this is due to the lack of readiness of female students in facing menarche. This lack of readiness is caused by one of the knowledge factors. The better the knowledge about menstrual hygiene, the better the child will maintain personal hygiene during menstruation, therefore it is important to provide health education / education to children before menarche occurs.

Objective: To determine the effect of menstrual hygiene education using animated videos on readiness to face menarche in female students at SDN Kaliduren Moyudan Sleman.

Method: This type of research is quantitative with pre-experiment research design and pretest-posttest research design without control group (one group pre-test and post-test without control design). The sample size was 46 respondents with total sampling technique. Data collection using a menarche readiness questionnaire. Data analysis using Wilcoxon test.

Results: The results of data processing using the Wilcoxon test obtained p value = 0.000 (p value <0.05), so H_A is accepted.

Conclusion: Menstrual Hygiene education affects the readiness to face menarche in female students at Kaliduren State Elementary School, Moyudan Sleman.

Copyright © Jurnal Teknologi Kesehatan (Journal of Health Technology).
All rights reserved.

Corresponding Author:

Titik Endarwati

E-mail: endarwatitik@gmail.com

Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl. Tata Bumi No.3 Banyuraden, Sleman – Yogyakarta

1. PENDAHULUAN

Usia kejadian menarche di Indonesia menurut Kementerian Kesehatan RI (2018) rata-rata terjadi pada usia 12,4 tahun dengan prevalensi sebesar 60% ⁽¹⁾. Fenomena ini semakin mendapatkan perhatian karena sejumlah penelitian menunjukkan terjadinya penurunan usia menarche. Berdasarkan data Riskesdas 2013, tercatat sebanyak 5,2% anak perempuan di Indonesia mengalami menarche di bawah usia 12 tahun, yang berarti telah memasuki fase awal pubertas, bahkan saat masih duduk di bangku sekolah dasar.

Salah satu penyebab terjadinya menarche dini adalah meningkatnya standar perekonomian dan gizi, namun hal ini belum tentu diiringi dengan kesiapan psikologis anak. Ketidaksiapan tersebut menyebabkan anak belum memiliki pemahaman dan pengalaman menghadapi menstruasi pertama, yang dapat berdampak pada buruknya praktik kebersihan menstruasi. Praktik kebersihan menstruasi yang tidak tepat dapat meningkatkan risiko infeksi saluran reproduksi (ISR) (Hamidah, 2022)⁽²⁾. Apabila infeksi tersebut tidak ditangani secara menyeluruh, terlebih dengan kebiasaan buruk dalam menstrual hygiene, dapat menimbulkan komplikasi lebih lanjut hingga risiko kanker serviks (Febrianti, 2017)⁽³⁾. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Yogyakarta tahun 2016, terdapat 341 kasus kanker serviks di Kota Yogyakarta, dan Kabupaten Sleman menjadi wilayah dengan jumlah kasus terbesar kedua, yaitu 962 kasus ⁽⁴⁾. Hal ini menunjukkan pentingnya kesiapan siswi dalam menghadapi menarche sejak dini.

Kesiapan siswi dalam menghadapi menarche dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup pengetahuan, usia, persepsi diri, dan sikap terhadap menstruasi sebelum anak mengalami menarche. Sementara faktor eksternal meliputi dukungan lingkungan dan ketersediaan sumber informasi (Djafar, 2019)⁽⁵⁾. Semakin baik pengetahuan anak mengenai personal hygiene saat menstruasi, maka semakin baik pula perilakunya dalam menjaga kebersihan selama menstruasi (Pratamawati, 2020)⁽⁶⁾. Di sisi lain, sumber informasi yang dapat diakses anak—baik dari jalur formal seperti sekolah dan puskesmas, maupun nonformal seperti orang tua dan lingkungan sekitar—sangat berperan dalam membentuk kesiapan tersebut. Dukungan sosial pun turut memengaruhi kesiapan anak menghadapi menarche.

Keluarga, khususnya orang tua, memiliki peran utama dalam memberikan edukasi terkait menstruasi. Namun faktanya, sebagian besar orang tua baru memberikan informasi setelah menarche terjadi. Hanya sekitar 13,6% orang tua yang secara proaktif memberikan edukasi tentang menstruasi dan kebersihan menstruasi sebelumnya (Hastuti, dkk, 2019)⁽⁷⁾. Penelitian Rangkuti (2021) menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara pendidikan kesehatan terhadap kesiapan menghadapi menarche pada siswi SD 060963, yang memperkuat pentingnya pemberian edukasi sejak dini ⁽⁸⁾.

Media edukasi yang tepat sangat dibutuhkan dalam menyampaikan informasi kepada anak usia sekolah dasar. Salah satu media yang dianggap efektif adalah video animasi. Anak usia sekolah dasar cenderung berpikir dengan cara imajinatif, sehingga media visual seperti video animasi dinilai lebih menarik, mudah dipahami, dapat meningkatkan konsentrasi, serta bisa diakses secara berulang (Sari, 2022)⁽⁹⁾.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SDN Kaliduren pada 8 November 2023, diketahui bahwa sebagian besar siswi belum pernah mendapatkan penyuluhan mengenai menstruasi dan kebersihan menstruasi. Saat ditanyakan mengenai kesiapan menghadapi menstruasi, sebagian besar siswi menyatakan belum siap. Hasil wawancara dengan guru pun menunjukkan bahwa pembelajaran mengenai sistem reproduksi baru diberikan di kelas 5 dan belum membahas secara detail tentang menstruasi. Guru IPA juga menyatakan hanya memberikan pengenalan singkat sejak kelas 4.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi menstrual hygiene menggunakan video animasi terhadap kesiapan menghadapi menarche pada siswi SDN Kaliduren Moyudan Sleman. Meskipun pengaruh edukasi melalui video animasi telah terbukti efektif pada berbagai konteks sebelumnya, namun penelitian ini memiliki kebaruan (*novelty*) dalam hal penerapannya secara spesifik pada siswi sekolah dasar di wilayah pedesaan yang belum pernah mendapatkan penyuluhan sebelumnya. Dengan kondisi tersebut, penelitian ini tidak hanya mengukur efektivitas media video, tetapi juga menjawab kesenjangan akses edukasi yang masih terjadi. Oleh karena itu, studi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi baru dalam model intervensi edukasi yang kontekstual dan aplikatif bagi populasi serupa.

2. METHODS

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain pre-eksperiment dengan menggunakan rancangan penelitian pretest-posttest tanpa kelompok kontrol (one group pre-test and post-test without control design). Populasinya seluruh siswi kelas IV, V, dan VI yang belum mengalami menarche di SDN Kaliduren Moyudan Sleman. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini yaitu total sampling yang berjumlah 46 siswi.

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 29 Maret dan 4 April 2024 di SDN Kaliduren Moyudan. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah edukasi menstrual hygiene sedangkan variabel terikat pada penelitian ini yaitu kesiapan menghadapi menarche. Pengumpulan data pada penelitian ini dengan cara

memberikan pretest dengan menggunakan kuesioner kesiapan menghadapi menarche, kemudian melakukan intervensi yaitu memberikan edukasi *menstrual hygiene*. Pengisian post-test dilakukan 6 hari setelah dilakukannya intervensi guna mengetahui adanya retensi memori yang ditandai dengan tidak ada peningkatan skor pengetahuan. Pengolahan data terdiri dari editing, scoring, coding, entry data, dan tabulating. Analisa data yang digunakan pada penelitian ini yaitu analisa univariat untuk mengetahui distribusi karakteristik responden dan analisa bivariat menggunakan uji Shapiro-Wilk pada uji normalitas dan uji Wilcoxon untuk melihat perbedaan rata-rata dua sampel yang berpasangan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Kelompok Eksperimen	
		f	%
1	Usia		
	9 tahun	3	6,52
	10 tahun	10	21,74
	11 tahun	17	36,96
	12 tahun	16	34,78
No	Karakteristik	Kelompok Eksperimen	
		f	%
	Total	46	100
2	Keterpaparan Informasi		
	Sudah	43	93,48
	Belum	3	6,52
	Total	46	100
3	Sumber Informasi Utama		
	Ibu/orang tua	31	72,09
	Guru	5	11,63
	Teman	4	9,30
	Penyuluhan	3	6,98
	Media sosial	0	0,00
	Total	43	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa hampir setengah responden berada pada usia 11 tahun yaitu berjumlah 17 siswa (36,96%) dan hampir seluruh responden sudah pernah mendapatkan informasi tentang *menstrual hygiene* sebanyak 43 responden (93,48%). Sebagian besar sumber informasi utama mengenai *menstrual hygiene* yaitu berasal dari ibu/orang tua sebanyak 31 responden (72,09%).

2. Kesiapan Siswi Menghadapi Menarche Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi *Menstrual Hygiene*

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kesiapan Menghadapi *Menarche* Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi *Menstrual Hygiene*

Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
	f	%	f	%
1. Siap	26	57	40	87
2. Tidak Siap	20	43	6	13
Total	46	100	46	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa kesiapan menghadapi *menarche* pada responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi *menstrual hygiene* adalah pada kategori siap jumlah responden meningkat dari 26 (57%) menjadi 40 (87%) dan pada kategori tidak siap jumlah responden menurun dari

20 (43%) menjadi 6 (13%) responden. Hal ini dikarenakan responden antusias mengikuti proses penelitian tentang topik yang belum pernah didapatkan sebelumnya sehingga informasi yang didapat dari edukasi lebih mudah dipahami. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswi memiliki kesiapan psikologis yang bersifat positif untuk menghadapi *menarche* yakni memiliki kecenderungan tindakan mendekati, menyenangkan, dan mengharapkan suatu objek tertentu (Anggraini, 2019)⁽¹⁰⁾.

Kesiapan adalah keseluruhan kondisi yang membuatnya siap untuk memberi respon atau jawaban di dalam cara tertentu terhadap suatu situasi. Kesiapan responden setelah diberikan edukasi dengan menggunakan media video meningkat sehingga menunjukkan respon yang positif dari siswi saat mengikuti edukasi. Sejalan dengan penelitian Anggraini (2019) bahwa seseorang akan mudah menerima dan memberikan respon positif terhadap suatu keadaan apabila seseorang mampu memahami secara mendalam mengenai suatu kondisi⁽¹⁰⁾. Sehingga hal tersebut menunjukkan bahwa siswi siap untuk menghadapi *menarche*.

3. Pengaruh Edukasi *Menstrual Hygiene* Menggunakan Video Animasi Terhadap Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi di SDN Kaliduren Moyudan Sleman

Tabel 3. Hasil Uji *Wilcoxon* Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi *Menstrual Hygiene*

Uji Wilcoxon		N	Mean Rank	Sum of Ranks	Asymp. Sig	Z
<i>Post-test</i>	Negative	0a	.00	.00	.000	-5,733b
	Ranks					
Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i> - <i>Pretest</i>	Positive	43b	22.00	946.00		
	Ranks					
Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>	Ties	3c				
	Total	46				

Berdasarkan hasil uji beda (*Uji Wilcoxon*), *pretest-posttest* kesiapan menghadapi *menarche* adalah 0,000 karena $p\text{ value} < 0,05$ maka dapat diartikan terdapat perbedaan bermakna sebelum dan sesudah diberikan edukasi *menstrual hygiene* pada responden. Hasil tersebut didapatkan nilai yang signifikan dimana H_0 ditolak dan H_A diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini terdapat pengaruh edukasi *menstrual hygiene* menggunakan video animasi terhadap kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi di SDN Kaliduren Moyudan Sleman. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahmawati, dkk (2023) mengenai edukasi menstruasi melalui media tiktok terhadap kesiapan menghadapi *menarche* dengan hasil yang signifikan yaitu $p\text{ value} 0,000 (< 0,05)$ ⁽¹¹⁾. Selain itu hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Lisa, dkk (2020) bahwa adanya pengaruh edukasi melalui media video dan leaflet terhadap kesiapan menghadapi menstruasi pertama pada remaja di SDN 2 Toili Kec. Mailong Kab. Banggai⁽¹²⁾.

Edukasi merupakan proses interaktif yang mampu mendorong pembelajaran. Pembelajaran merupakan upaya penambahan pengetahuan baru, sikap, dan keterampilan melalui penguatan praktik dan pengalaman tertentu (Rahmawati, dkk 2023)⁽¹¹⁾. Sejalan dengan penelitian Suryanti (2021) bahwa pendidikan kesehatan atau edukasi kesehatan mampu merubah perilaku seseorang karena selain diberikan dengan metode ceramah secara langsung dengan pendekatan interpersonal, responden juga diberikan media seperti video yang dapat membantu dalam proses belajar. Media video merupakan salah satu jenis media audiovisual yang dapat menggambarkan suatu objek yang bergerak bersama-sama dengan suara alamiah atau suara yang sesuai⁽¹³⁾. Kemampuan video melukiskan gambar hidup dan suara memberikan daya tarik tersendiri. Video dapat menyajikan informasi, memaparkan proses, menjelaskan konsep-konsep yang rumit, mengajarkan keterampilan, meningkatkan atau memperpanjang waktu, dan memengaruhi sikap (Arsyad, 2019)⁽¹⁴⁾. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Saputra (2018) menyatakan adanya peningkatan yang signifikan pada sikap responden sebelum dan sesudah mendapatkan pendidikan kesehatan melalui media audiovisual⁽¹⁵⁾. Media audiovisual lebih menarik perhatian, menghemat waktu dan dapat diputar berulang-ulang.

Pemberian edukasi dapat membuat responden memiliki sikap yang siap dalam menghadapi menstruasi pertama. Berkaitan dengan hasil penelitian yang menunjukkan adanya peningkatan kesiapan siswi sesudah diberikan edukasi tentang menstruasi maupun *menstrual hygiene*, maka pemberian

berbagai informasi tentang *menarche* dan *menstrual hygiene* perlu dilakukan agar pengetahuan yang dimiliki siswi tentang menjadi lebih baik sehingga terwujud sikap dan perilaku siswi yang menunjukkan kesiapan dalam menghadapi menstruasi pertamanya

4. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh edukasi *menstrual hygiene* menggunakan video animasi terhadap kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi di SDN Kaliduren Moyudan Sleman.

SARAN

Bagi guru IPA di SDN Kaliduren Moyudan, berdasarkan hasil penelitian yang sudah didapatkan, diharapkan dapat memberikan masukan bagi guru IPA di SDN Kaliduren Moyudan untuk dapat mensosialisasikan tentang menstruasi dan *menstrual hygiene* agar siswi dapat memahami dan siap untuk menghadapi *menarche*.

Bagi siswi di SDN Kaliduren kelas IV, V, dan IV di SDN Kaliduren agar dapat termotivasi untuk menambah informasi mengenai *menstrual hygiene* secara lebih detail untuk mempersiapkan diri menghadapi *menarche*. Selain itu diharapkan siswi bisa melakukan *menstrual hygiene* yang baik dan benar agar tidak mengalami penyakit akibat perilaku kebersihan menstruasi yang salah.

Bagi tenaga kesehatan di Puskesmas Moyudan diharapkan dapat memberikan penyuluhan mengenai menstruasi maupun *menstrual hygiene* kepada siswi khususnya siswi usia sekolah dasar tingkat tinggi yang akan menghadapi *menarche*.

Bagi mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi terutama di bidang keperawatan.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini misalnya untuk mengetahui pengaruh edukasi *menstrual hygiene* dengan media video animasi dan booklet terhadap kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penelitian ini dapat dilakukan dengan baik berkat bantuan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada: enumerator, SDN Kaliduren, dan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Riskesdas 2018. Diakses melalui: https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf pada tanggal 4 Desember 2023.
2. Hamidah, E.N., Friska, R., dan Meilia, R.K. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi Pada Remaja Putri: *Literature Review. Community of Publishing in Nursing (COPING)*. Vol. 10, No. 3. Diakses melalui: <https://ojs.unud.ac.id/index.php/coping/article/download/85601/44933> pada tanggal 11 Desember 2023.
3. Febrianti, S.D. (2017). Hubungan Pengetahuan Narapidana Wanita Mengenai Menstruasi Terhadap Perilaku Menstruasi Hygiene Di Lapas Kelas Iia Wirogunan Yogyakarta Blok Wanita Tahun 2017. Diakses melalui: <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1571/1/1.%20SKRIPSI.pdf> pada tanggal 7 Desember 2023.
4. Dinas Kesehatan DIY. (2016). Profil Kesehatan Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta 2015. Diakses melalui: https://kesehatan.jogjakota.go.id/uploads/dokumen/profil_dinkes_2016_data_2015.pdf pada tanggal 7 Desember 2023.
5. Djafar, M.A.H. (2019). Perilaku Remaja Putri Usia Pubertas Dalam Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Smp Negeri 13 Kota Ternate Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Serambi Sehat*. Vol. 12 No. 2. Diakses melalui: <https://www.jurnal.umm.ac.id/index.php/serambisehat/article/view/545> pada tanggal 7 Desember 2023.
6. Pratamawati, R.G.A.D. (2020). Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi Pertama Pada Remaja Putri. Diakses melalui: http://digilib.unisayogya.ac.id/5300/1/Rika%20Gustin%20Ayu%20Dwi%20Pratamawati_1610104037_D4%20Kebidanan_Nakah%20Publikasi%20-%20Rika%20Gustin%20Ayu%20Dwi%20Pratamawati.pdf pada tanggal 11 Desember 2023.
7. Hastuti., Rika, K.D, Rezanti, P.P. (2019). *Menstrual Hygiene Management (MHM): A Case Study of Primary and Junior High School Students in Indonesia. SMERU Research Report*. Diakses melalui: http://www.smeru.or.id/sites/default/files/publication/mkm_en_0.pdf pada tanggal 4 Oktober 2023.
8. Rangkuti, S. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Persiapan Menghadapi *Menarche* pada Siswa

- SD 060963 Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Vol. 1, No. 1. Diakses melalui: <https://journal.physan.id/index.php/jkm/article/view/6/14> pada tanggal 10 Desember 2023.
9. Sari, N. A., dkk. (2022). Pengaruh Edukasi Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Tindakan Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Anak Usia SD. *Jurnal Pendidikan Teknologi Informasi*, Vol. 5 No. 2. Diakses melalui: <https://ojs.cbn.ac.id/index.php/jukanti/article/view/534/257> pada tanggal 10 Desember 2023.
 10. Anggraini, R. (2019). Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Putri di SD Muhammadiyah Mlangi Gamping Sleman. Diakses melalui: <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/3557/> pada tanggal 29 November 2023.
 11. Rahmawati, A., Nurdianti, R., dkk. (2023). Edukasi Menstruasi Melalui Media Tiktok Terhadap Kesiapan Menghadapi *Menarche*. *HealthCare Nursing Jurnal*, Vol. 5 No.1. Diakses melalui: <https://journal.umtas.ac.id/index.php/healthcare/article/download/2878/1435/11123> pada tanggal 12 Desember 2023.
 12. Lisa, L. H., Kurnaesih, E., & Sundari. (2020). Pengaruh Edukasi Melalui Media Video Dan Leaflet Terhadap Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama Pada Remaja Di SDN 2 Toili Kec. Mailong Kab. Banggai. *Journal of Aafiyah Health Research (JAHR)*. Vol. 1, No. 1, 19–27. Diakses melalui: <https://doi.org/10.52103/jahr.v1i1.92> pada tanggal 13 Mei 2024.
 13. Suryanti, Y. (2021). Pengaruh Penkes Menggunakan Metode Ceramah Dan Leaflet Terhadap Tingkat Kecemasan Primigravida. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*. Vol. 11, No. 22, 110–118. Diakses melalui: <https://doi.org/10.52047/jkp.v11i22.118> pada tanggal 13 Mei 2024.
 14. Arsyad. (2019). Edukasi Gizi dengan Media Audiovisual terhadap Pola Konsumsi Sayur Buah pada Remaja SMP di Jakarta Timur. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, Vol. 1, No. 2, 77–88.
 15. Saputra. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Inisiasi Menyusu Dini Di Kota Yogyakarta. Universitas Yogyakarta, 'Aisyiyah 1–28.