

Volume 4 Nomor 2 (2022)
Journal of Midwifery Science:
Basic and Applied Research
e-ISSN: 2774-2270

The Effect of Health Education on Menstruation with Audiovisual Media on Anxiety Levels in Facing Menarche in Elementary School Students 1 and 2 Ngadimulyo

Siti Rohana¹ Dhita Aulia Octaviani² Heny Rosiana³
^{1,2,3}Department of Midwifery, Poltekkes Kemenkes Semarang, Indonesia

Corresponding author: Siti Rohana
Email: sit.rohana@gmail.com

ABSTRACT

Background: Menarche is the first menstruation which is a sign that a teenage girl has reached the maturity of her sexual function. Anxiety is influenced by several factors, one of which is knowledge, with ignorance of information it can cause anxiety. Health education with audiovisual media involves the senses of sight and hearing to receive the information provided, so that it will be more easily accepted. The purpose of this study was to determine the effect of health education on menstruation on the level of anxiety in dealing with menarche in students of SD Negeri 1 and 2 Ngadimulyo. **This research** was a quantitative research, used the one-group pre-post test design method. The research population was 38 female students, with the sample collection technique used non-random sampling technique, namely the total sample of 38 respondents. Anxiety measuring instrument used in this study using the ZSAS questionnaire. **The results** showed that the level of anxiety before the intervention there were 26 (68.4%) respondents experienced mild anxiety and 12 (31.6%) respondents experienced moderate anxiety, while after being given the intervention there were 36 (94.7%) respondents experienced mild anxiety and 2(5.3%) respondents experienced moderate anxiety, and the results of the Wilcoxon statistical test obtained a p-value of 0.000 or <0.5, which means that there is an effect of health education about menstruation on the level of anxiety in dealing with menarche in students of SD Negeri 1 and 2 Ngadimulyo. It is hoping that the existence of health education about menstruation through school business activities can increase the readiness of students in facing menarche.

Keyword : Anxiety, Menarche, Health Education, Audiovisual

Introduction
(*Pendahuluan*)

Remaja menurut WHO adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-24 tahun dan belum menikah, dan berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 remaja merupakan masyarakat rentang usia 10-18 tahun. Di dunia jumlah remaja diperkirakan berjumlah 1,2 milyar atau 18 % dari jumlah penduduk dunia (WHO,2014). Berdasarkan sensus

penduduk 2010 Jumlah remaja putri di Indonesia usia 10-19 tahun sebanyak 21.275.092 jiwa, di Jawa Tengah jumlah remaja putri rentang usia 10-19 tahun sebanyak 2.761.489 jiwa [1]. Pada masa remaja merupakan masa terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik fisik maupun psikis [2]. Pada masa remaja ini mulai tercapai kematangan seksual atau pubertas yaitu mulai berfungsi organ reproduksi. Pada perempuan, masa ini ditandai dengan *menarche* atau menstruasi pertama kali. Biasanya terjadi sekitar 10-16 tahun [3].

Usia *menarche* belakangan ini menjadi perhatian karena beberapa peneliti menunjukkan adanya penurunan usia *menarche* atau usia datangnya menstruasi semakin dini [4]. Penelitian [5] menyatakan rata-rata usia *menarche* remaja usia 10-19 tahun di Indonesia adalah 12,96 tahun [5]. WHO (2017) menyatakan dari remaja usia rentang 10-19 tahun remaja mengalami *menarche* rata-rata usia 13 tahun, dan di Indonesia gadis remaja mengalami *menarche* bermacam-macam antara 10-16 tahun dengan rata-rata usia *menarche* 12,5 tahun [6].

Terjadinya *menarche* pada setiap orang berbeda-beda karena dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya ada faktor keturunan, status gizi, ekonomi, dan juga faktor lingkungan [7]. Mengalami *menarche* yang lebih awal saat belum mencapai kedewasaan pemikiran dan ditambah dengan faktor kurangnya pengetahuan menyebabkan beragam respon psikologi pada anak. Anak yang mengalami *menarche* terlalu dini mereka merasa hal tersebut adalah sesuatu yang menakutkan dan bahkan mereka menganggap bahwa menstruasi adalah suatu hal yang menjijikan. Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar pada tahun 2010, menyatakan bahwa terdapat 5,2% anak-anak di 17 provinsi di Indonesia telah memasuki usia *menarche* dibawah usia 12 tahun. [8].

Menarche adalah suatu proses yang normal namun sering ditakuti oleh para gadis remaja. Mereka yang tidak mengetahui tubuhnya dan proses reproduksi mengira *menarche* atau haid pertama kali merupakan suatu penyakit sehingga mereka merasa takut dan gelisah ketika mengalami *menarche*. Serta ditambah ketidaknyamanan fisik yang sering dialami pada beberapa hari sebelum periode *menarche* datang [9].

Masa remaja merupakan fase perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa dimana akan terjadi banyak perubahan baik secara psikologis, biologis, maupun sosial. Sehingga rentan mengalami depresi. Pada masa remaja ini terjadi dua fase, yaitu fase remaja awal berkisar 10 sampai 14 tahun, dan fase remaja akhir di usia 14 sampai 17 tahun, pematangan fisik terjadi lebih cepat dibandingkan pematangan kejiwaan (psikosial). Kondisi inilah yang membuat remaja gampang mengalami depresi dan sedih berlebih. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan prevalensi gangguan jiwa yang ditunjukkan dengan gejala depresi pada usia 15 tahun ke atas mencapai 6,1%. Prevalensi rumah tangga dengan ART Gangguan Jiwa Skizofrenia/Psikosis sekitar 282 ribu orang atau

6,7%. Sementara itu, sekitar penderita gangguan mental emosional ada pada rentang usia 15-24 tahun 10% [1].

Kecemasan merupakan perasaan tidak jelas suatu bentuk kekhawatiran yang menyebabkan suatu ketidakseimbangan perubahan psikologis dapat mengakibatkan minimnya kemampuan remaja untuk menguasai dan mengontrol emosi [10]. Kondisi ini dapat membuat remaja putri menjadi kurang bertenaga, bosan pada setiap kegiatan yang melibatkan perorangan, kurang semangat dalam melaksanakan tugas-tugas disekolah yang menyebabkan tidak stabilnya prestasi remaja putri [8]. Pengetahuan remaja mengenai menstruasi akan mempengaruhi kesiapan dalam menghadapi *menarche* [11]. Mereka yang telah mengetahui atau yang pernah berbicara mengenai menstruasi sebelum mengalami *menarche* akan lebih siap dalam menghadapi *menarche*, dibandingkan mereka yang belum sama sekali mengetahui tentang *menarche* [12]. Pada remaja yang belum siap secara mental menghadapi *menarche* atau mengalami *menarche* dini akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut, mereka akan merasa haid sebagai sesuatu yang kejam dan mengancam, keadaan ini dapat berlanjut ke arah yang lebih negatif [13]. Mereka akan merasa malu, takut, traumatis, dan panik ketika mengalami menstruasi untuk yang pertama kali [14]. Berbeda dengan mereka yang telah siap dalam menghadapi *menarche*, mereka akan merasa senang dan bangga, dikarenakan mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis [6]. Dan mereka tidak akan merasa bingung ketika mengalami menstruasi pertama (Hardjanti, 2018).

Setiap remaja putri pasti akan mengalami haid. Meskipun hal ini normal, namun memerlukan suatu pendidikan kesehatan agar remaja putri tidak mengalami kesulitan khususnya dalam menghadapi *menarche* [10]. Pendidikan kesehatan merupakan upaya menyampaikan suatu informasi kesehatan kepada individu ataupun kelompok untuk meningkatkan pengetahuan. Pengetahuan tentang *menarche* perlu dimiliki oleh gadis remaja sejak dini karena pengetahuan mengenai *menarche* memengaruhi kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* [15]. Berdasarkan penelitian Trya Aryaputri Sudjana (2015), tentang pengaruh pendidikan kesehatan mengenai *menarche* terhadap penurunan kecemasan siswi SMP kelas VII menjelang *menarche* di SMP Negeri 1 Semarang menyatakan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan mengenai *menarche* terhadap penurunan

kecemasan siswi SMP kelas VII menjelang *menarche* di SMP Negeri 1 Semarang [11].

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SD Negeri 1 dan 2 Ngadimulyo pada tanggal 23 November 2020 terdapat 2 siswi yang mengalami *menarche* ketika kelas V dan 4 siswi yang mengalami *menarche* ketika kelas VI mereka mengatakan bahwa mereka merasa takut dan kaget ketika mengalami *menarche*, karena mereka sebelumnya belum mengetahui tentang menstruasi dan belum pernah membicarakan tentang menstruasi dengan teman, saudara perempuan, maupun ibu mereka. Mereka mengira bahwa darah yang keluar dari alat kelamin mereka bukan suatu hal yang normal, mereka mengira bahwa darah *menarche* tersebut suatu penyakit karena mereka juga mengalami rasa sakit di perut sehingga mereka merasa takut dan kaget ketika mengalami *menarche*. Dan bahkan mereka merasa malu untuk bercerita kepada teman ketika mengalami *menarche*. SD Negeri 1 dan 2 Ngadimulyo adalah SD yang terletak di Desa Ngadimulyo, dimana mayoritas orang tua siswi bekerja sebagai petani dan masih kental dengan adat istiadat. Orang tua terutama ibu masih jarang yang menceritakan tentang menstruasi kepada anak gadis remaja mereka, dengan alasan tabu. Sehingga pengetahuan anak gadis remaja di SD Negeri 1 dan 2 Ngadimulyo tentang menstruasi masih kurang.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan media audio visual terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi SD Negeri 1 dan 2 Ngadimulyo.

Methods (Metode Penelitian)

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *pra-eksperimen* dengan *one group pre-post test design* [16]. Dilaksanakan pada bulan April 2021 pada siswi kelas V dan VI SD Negeri 1 dan 2 Ngadimulyo. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi kelas V dan VI SD Negeri 1 dan 2 Ngadimulyo yang belum mengalami *menarche* dan bersedia menjadi responden yaitu sejumlah 38 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah non random sampling atau *nonprobability sampling* yaitu teknik yang tidak memberikan peluang atau kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel, dengan teknik sampling jenuh atau total sampling yaitu pengambilan sampel dengan cara seluruh anggota

populasi dijadikan sampel yaitu sebesar 38 responden.

Analisis ini dilakukan untuk mengetahui deskripsi distribusi frekuensi dan persentase karakteristik responden, yang meliputi tingkat kecemasan sebelum diberi pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan media audio visual dan tingkat kecemasan sesudah diberi pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan media audio visual [17]–[19][17], [18].

Uji statistik yang digunakan adalah uji t berpasangan. Tetapi karena salah satu kelompok data memiliki sebaran data yang tidak normal jadi uji statistik yang digunakan adalah uji statistik *wilcoxon*, karena analisis bivariat pada data ini adalah uji hipotesis komparatif variabel numerik berdistribusi tidak normal, dua kelompok berpasangan [20], [21]

Results and Discussion (Hasil dan Pembahasan)

Hasil

a. Tingkat kecemasan sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan media audio visual

Variabel tingkat kecemasan sebelum diberikan pendidikan kesehatan dalam penelitian ini terdiri dari 4 kategori yaitu ringan, sedang, berat, dan sangat berat atau panik.

Tabel 1. Tingkat Kecemasan sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Menstruasi

Tingkat Kecemasan Sebelum Intervensi	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Ringan	26	68,4
Sedang	12	31,6
Berat	0	0
Panik	0	0
Total	38	100

Berdasarkan hasil distribusi pada tabel 1. menunjukkan bahwa tingkat kecemasan responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi adalah 26 responden (68,4%) memiliki tingkat kecemasan ringan, dan 12 responden (31,6%) mengalami menstruasi memiliki tingkat kecemasan sedang, serta tidak ada responden yang memiliki tingkat kecemasan berat ataupun panik.

- b. Tingkat kecemasan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan media audio visual

Variabel tingkat kecemasan setelah diberikan pendidikan kesehatan dalam penelitian ini terdiri dari 4 kategori yaitu ringan, sedang, berat, dan sangat berat atau panik.

Tabel 1. Tingkat Kecemasan setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Menstruasi

Tingkat Kecemasan Setelah Intervensi	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Ringan	36	94,7
Sedang	2	5,3
Berat	0	0
Panik	0	0
Total	38	100

Berdasarkan hasil distribusi pada tabel 2., menunjukkan bahwa tingkat kecemasan responden setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi adalah 36 responden (94,7 %) memiliki tingkat kecemasan ringan, dan 2 responden (5,3%) memiliki tingkat kecemasan sedang, serta tidak ada responden yang memiliki kecemasan berat ataupun panik.

- c. Pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan media audio visual terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*

Analisa bivariat untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan media audiovisual terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*. Dalam penelitian ini hasil uji normalitas *shapiro-wilk* didapatkan nilai *P value* data pre tes adalah 0,501 atau $>0,05$ yang artinya data tersebut berdistribusi normal. Sedangkan hasil uji normalitas data post tes didapatkan nilai *p value* 0,000 atau $<0,05$ yang artinya data tersebut tidak berdistribusi normal, dan setelah dilakukan transformasi data kemudian dilakukan uji normalitas *shapiro-wilk* kembali didapatkan nilai *p value* = 0,005 atau $<0,05$ yang artinya data post tes tetap tidak berdistribusi normal. Sehingga untuk analisa bivariat dalam penelitian ini dilakukan *Uji Wilcoxon*.

Tabel 3. Pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*

	N	Mean	P
Kecemasan sebelum intervensi	38	38,63	0,000
Kecemasan setelah intervensi		27,24	

Berdasarkan hasil distribusi pada tabel 4.4, menunjukkan bahwa nilai *mean* skor kecemasan sebelum diberikan intervensi adalah 38,63 sedangkan *mean* skor kecemasan setelah diberikan intervensi adalah 27,24. Hasil ini menunjukkan adanya penurunan *mean* skor sebelum dan sesudah intervensi sebesar 11,41. Hasil uji statistik *wilcoxon* memperoleh nilai *P-value* 0,000 atau $<0,05$ ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan media audio visual terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi SD Negeri 1 dan 2 Ngadimulyo.

Pembahasan

- a. Tingkat kecemasan sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan media audio visual.

Variabel tingkat kecemasan sebelum diberikan pendidikan kesehatan dalam penelitian ini terdiri dari 4 kategori yaitu ringan, sedang, berat, dan sangat berat atau panik. Hasil penelitian yang telah dilaksanakan di SD Negeri 1 dan 2 Ngadimulyo diketahui terdapat 26 responden (68,4%) mengalami kecemasan ringan dan 12 responden (31,6%) mengalami kecemasan sedang dan tidak ada responden yang mengalami kecemasan berat ataupun panik. Hal ini menunjukkan bahwa responden mengalami perasaan cemas terhadap datangnya menstruasi. Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah peneliti laksanakan perasaan yang paling sedikit dirasakan oleh responden pada saat pre tes adalah perasaan sering pingsan atau merasa seperti pingsan dengan total skor 50 dan perasaan yang paling banyak dirasakan oleh responden pada saat post tes adalah merasa badan terasa lemah dan mudah lelah dengan total skor 96.

Kecemasan ini merupakan kecemasan yang timbul karena datangnya peran baru yang harus dialami oleh responden. Kecemasan yang dialami oleh responden dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah pengetahuan tentang menstruasi. Sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan

hal ini mungkin dikarenakan sebagian responden pernah bercerita dengan teman tentang menstruasi atau mengetahui melalui internet karena mereka sudah diperbolehkan menggunakan *handphone*. Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada responden mereka mengatakan bahwa mereka belum pernah mendapatkan sosialisasi ataupun pelajaran tentang menstruasi. Sehingga mereka hanya mengetahui bahwa suatu saat nanti mereka akan menstruasi tetapi belum mengetahui menstruasi secara detailnya.

Nixon (2016) menyebutkan bahwa tingkat kecemasan dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah umur, jenis kelamin, pengalaman hidup, pengetahuan, pendidikan dan kepribadian. Pada penelitian ini jenis kelamin responden semua berjenis kelamin perempuan. Nixon (2016) menyatakan kecemasan lebih sering dialami oleh perempuan daripada laki-laki [22]. Diananda (2019) menyatakan masa remaja adalah masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang dimulai saat terjadinya kematangan seksual. Pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik maupun mental sehingga untuk kedewasaan psikologinya masih masa peralihan atau belum dewasa secara penuh serta pengalaman yang mereka miliki masih minim. Mereka mengetahui bahwa suatu saat nanti akan mengalami menstruasi akan tetapi mereka belum begitu jelas atau mengetahui detail tentang menstruasi karena mereka juga belum pernah mendapatkan materi tentang menstruasi. Dengan ketidaktahuan akan informasi tentang suatu hal dapat menyebabkan suatu kecemasan dan pada penelitian ini adalah dengan minimnya pengetahuan tentang menstruasi dapat menimbulkan kecemasan dalam menghadapi *menarche*. Berdasarkan faktor-faktor yang memengaruhi kecemasan dalam menghadapi *menarche*, pengetahuan adalah faktor yang bisa diperbaiki untuk menurunkan tingkat kecemasan dibandingkan dengan faktor umur dan jenis kelamin. Maka dari itu pemberian pendidikan kesehatan tentang menstruasi dapat menjadi solusi untuk mengatasi masalah ini. Dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang menstruasi diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan responden tentang menstruasi sehingga dapat menurunkan tingkat kecemasan yang dialami responden dalam menghadapi *menarche*

Pendidikan kesehatan merupakan suatu proses pembelajaran yang terencana dan bersifat dinamis pada individu, kelompok masyarakat, ataupun program kesehatan untuk peningkatan ketrampilan, pengetahuan, maupun perubahan sikap yang berkaitan dengan perbaikan pola hidup ke arah yang lebih sehat. Program pembelajaran dalam konsep pendidikan kesehatan ini adalah adanya perubahan dari tidak tahu menjadi tahu dan dari tidak mampu melakukan menjadi mampu dan dapat dipraktikkan oleh siapa pun, di mana pun, dan kapan pun. Dengan bertambahnya pengetahuan responden tentang menstruasi menjadikan tingkat kecemasan responden dalam menghadapi *menarche* menjadi menurun. [23]

- b. Pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan media audio visual terhadap tingkat kecemasan.

Pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan media audio visual bertujuan untuk memberikan informasi kepada responden tentang pengertian menstruasi, faktor-faktor yang mempengaruhi usia *menarche*, kapan menstruasi terjadi, hal yang harus dilakukan ketika mengalami menstruasi. Dengan pemberian informasi tersebut diharapkan pengetahuan responden tentang menstruasi meningkat pula. Tujuan dari pendidikan kesehatan tersebut sesuai dengan [23] yang mendefinisikan pendidikan kesehatan merupakan suatu proses pembelajaran yang terencana dan bersifat dinamis pada individu, kelompok masyarakat, ataupun program kesehatan untuk peningkatan ketrampilan, pengetahuan, maupun perubahan sikap yang berkaitan dengan perbaikan pola hidup ke arah yang lebih sehat. Program pembelajaran dalam konsep pendidikan kesehatan ini adalah adanya perubahan dari tidak tahu menjadi tahu dan dari tidak mampu melakukan menjadi mampu dan dapat dipraktikkan oleh siapa pun, di mana pun, dan kapan pun. Dengan bertambahnya pengetahuan responden tentang menstruasi menjadikan tingkat kecemasan responden dalam menghadapi *menarche* menjadi menurun.

Wahyuni (2019) dalam penelitiannya menyatakan bahwa media video cukup efektif dalam menurunkan kecemasan pada siswi ditandai dengan penurunan angka kecemasan sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan dengan media

video (audio visual) efektif digunakan sebagai media pembelajaran karena media video (audio visual) menggunakan panca indera penglihatan dan pendengaran, menurut kerucut pengalaman Edgar Dale penyerapan informasi yang didapat dari pendengaran sebesar 20% sedangkan melalui visual atau indera penglihatan sebesar 30%. Hal ini menunjukkan bahwa ketika pendidikan kesehatan menggunakan kedua panca indera tersebut yaitu indera penglihatan dan indera pendengaran informasi yang didapat akan lebih banyak. Dengan memiliki informasi yang lebih banyak dapat meningkatkan pengetahuan [8].

Nixson (2016) menyatakan salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah pengetahuan, dengan ketidaktahuan akan suatu informasi dapat memunculkan suatu kecemasan. Pada penelitian ini adalah dengan ketidaktahuan akan informasi tentang menstruasi dapat memunculkan suatu kecemasan dalam menghadapi menstruasi pertama kali atau *menarche*. Sehingga dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang menstruasi dapat meningkatkan pengetahuan responden tentang menstruasi sehingga menyebabkan tingkat kecemasan responden dalam menghadapi *menarche* menurun atau berkurang [22].

Hasil uji statistik *wilcoxon* pada data hasil penelitian antara data tingkat kecemasan sebelum dan sesudah intervensi diperoleh nilai *mean* skor kecemasan sebelum diberikan intervensi adalah 38,63 sedangkan *mean* skor kecemasan setelah diberikan intervensi adalah 27,24. Hasil ini menunjukkan adanya penurunan *mean* skor sebelum dan sesudah intervensi sebesar 11,41. Hasil uji statistik *wilcoxon* memperoleh nilai *p-Value* 0,000 atau $< 0,05$ ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan media audio visual terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi SD Negeri 1 dan 2 Ngadimulyo.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh [9] tentang “Pengaruh Edutainment dengan Media Ular Tangga terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi di SD Negeri 02 Tawang Sari” hasil uji *wilcoxon* memperoleh nilai *p-Value* 0,000 atau $< 0,05$ yang artinya bahwa *edutainment* dengan media ular tangga dapat memberikan pengaruh yang

bermakna terhadap tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi di SDN Negeri 02 Tawang Sari. Diperkuat dengan penelitian [8] tentang “Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Video terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* pada Siswi kelas V di Sekolah Dasar Negeri 88 Palembang Tahun 2019” menyatakan hasil uji *Wilcoxon sign rang test* memperoleh nilai *p-Value* 0,000 atau $< 0,05$ yang artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap tingkat kecemasan menghadapi *menarche*

Conclusion (Simpulan)

Dari penelitian yang telah dilaksanakan dan berdasarkan hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh dari pemberian pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan media audio visual terhadap tingkat kecemasan siswi SD Negeri 1 dan 2 Ngadimulyo dalam menghadapi *menarche*.

References (Daftar Pustaka)

- [1] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. 2019.
- [2] Kementrian Kesehatan RI, *Infodatin Reproduksi Remaja-Ed.Pdf*. 2017.
- [3] A. Proverawati and S. Misaroh, *menarche: Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2009.
- [4] Mariene Wiwin Dolang and J. A. D. Titirloloby, “Hubungan Usia Mearche Ibu Dan Keterpaparan Media Massa Dengan Usia Menarche Pada Siswi Smp Negeri 1 Salahutu,” vol. 2, no. 1, pp. 1–13, 2018.
- [5] Sudikno and Sanjaya, “Usia Menarche Perempuan Indonesia Semakin Muda: Hasil Analisis Riskesdas 2010,” *Jurnal kesehatan reproduksi*, vol. 10, no. 2, pp. 163–171, 2019, doi: 10.22435/kespro.v10i2.2568.163-171.
- [6] L. Suarni, “Deskripsi Tingkat Kecemasan Remaja Putri Yang Mengalami Menarch Di Smp Islam Terpadu Kholisaturrahmi Binjai,” *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, vol. 5, no. 1, p. 46, 2020, doi: 10.30829/jumantik.v5i1.6391.

- [7] A. Proverawati and S. Misaroh, *Menarche: Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2009.
- [8] E. eka Wahyuni, Y. Abdul Majid, and A. Dekawaty, "Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap kecemasan menghadapi menarche pada siswi kelas V di sekolah dasar Negeri 88 Palembang tahun 2019," *Healting nursing journal fakultas ilmu kesehatan UMTAS*, vol. 2, no. 1, p. 13, 2019.
- [9] P. S. K. Utami, "Pengaruh Edutainment Dengan Media Ular Menghadapi Menarche Pada Siswi," 2020.
- [10] I. Pertiwi, "Kecemasan," pp. 9–33, 2012.
- [11] Trya Aryaputri Sudjana, N. K. A. Sawitri, and I. G. A. Triyani, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Mengenai Menarche Terhadap Penurunan Kecemasan Siswi Smp Kelas Vii Menjelang Menarche Di Smp Negeri 1 Semarang," vol. 3511351, no. 24, pp. 1–261, 2015.
- [12] D. Suhaidah, "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Perempuan Dalam Menghadapi Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Kelurahan Pulo Gebang Jakarta Timur," 2013.
- [13] P. D. Wulansari, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Kecemasan Siswi Dalam Menghadapi Menarche Di Sd N Blimbing 01 Gatak Sukoharjo," 2017.
- [14] T. S. Hardjanti, "Perbedaan Tingkat Pengetahuan Tentang Menarche Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan pada Siswi Kelas 5 dan 6 MI Muhammadiyah Kertek Kecamatan Kertek Kabupaten Wonosobo Tahun 2018," 2018.
- [15] Susilo, "Pengertian Penkes," pp. 9–34, 2012.
- [16] A. Riyanto, *Aplikasi Etodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2019.
- [17] W. Gulo, *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Grasindo, 2016.
- [18] W. Gulo, *metodologi penelitian*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia, 2002.
- [19] W. Gulo, *Metodologi Penelitian*. Grasindo. doi: 9796956454.
- [20] M. S. Dahlan, *statistik untuk kedokteran dan kesehatan edisi 5 deskriptif, Bivariat, dan Multivariat, Dilengkapi dengan menggunakan SPSS*, vol. 01, no. 01. Jakarta: Salemba Medika, 2013.
- [21] M. S. Dahlan, *statistik untuk kedokteran dan kesehatan edisi 6 deskriptif, Bivariat, dan Multivariat, Dilengkapi dengan menggunakan SPSS*, 6th ed. Jakarta: salemba medika, 2014.
- [22] N. Manurung, *Terapi REMINISCENCE Solusi Pendekatan Sebagai Upaya Tindakan Keperawatan dalam Menurunkan Kecemasan, Stess dan Depresi*. Jakarta: trans info media, 2016.
- [23] I. Nurmala, *Promosi Kesehatan*. Surabaya: Airlangga University Press, 2018. doi: 6024730403.