

## APLIKASI REHAT REMAJA SEHAT UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA TENTANG MASA PUBERTAS

Ribkha Itha Idhayanti, Dini Patimah Nurhayati, Tuti Sukini, Masini  
Wahyu Joko Saputra  
Poltekkes Kemenkes Semarang  
email: [ribkhaitha@gmail.com](mailto:ribkhaitha@gmail.com)

Riwayat Artikel: Diterima: 24-08-2023, direvisi: 27-09-2023, dipublikasi: 29-11-2023

### ABSTRACT

*The changes that occur in puberty certainly require a good introduction, especially from the youth themselves. At this time adolescents also begin to experience changes marked by puberty. The results of the 2019-2021 Indonesian Youth Demographic and Health Survey stated that as many as 13.3% of adolescents did not know anything about their physical changes during puberty. The purpose of this study was to determine the effect of the Rest application to increase adolescent knowledge and attitudes about puberty. This research was conducted at Kramat 3 Public Elementary School, Magelang City with a eksperiment quation method with a one-group pre-test post-test research design. Population 31 respondents and sampling technic with total population. Data on knowledge and attitudes of adolescents was carried out by univariate mean analysis. Bivariate analysis and Wilcoxon test were conducted to determine the effect of Rest Application on knowledge and attitudes about puberty. The results showed a p value of  $0.000 < 0.05$  so that there was an effect of the Rest Application on the knowledge and attitudes of adolescents about puberty. It is recommended to use the healthy youth application to get to know more about teenage puberty.*

**Keywords:** Knowledge; attitude; adolescents

### ABSTRAK

Perubahan yang terjadi pada masa pubertas tentunya membutuhkan pengenalan yang baik terutama dari remaja itu sendiri. Pada masa ini remaja juga mulai mengalami perubahan yang ditandai dengan masa pubertas. Hasil Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia Remaja (SDKI-R) tahun 2019-2021 menyebutkan bahwa sebanyak 13,3% remaja tidak tahu sama sekali mengenai perubahan fisiknya pada masa pubertas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh aplikasi REHAT untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang masa pubertas. Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Kramat 3 Kota Magelang dengan metode kuasi eksperimen dengan desain penelitian *one group pre tes post test*. Jumlah sampel sebanyak 31 responden dengan teknik pengambilan sampel *total sampling*. Data pengetahuan dan sikap remaja dilakukan analisis univariate menggunakan mean. Analisis bivariat uji Wilcoxon dilakukan untuk mengetahui pengaruh Aplikasi REHAT terhadap pengetahuan dan sikap tentang masa pubertas. Hasil penelitian menunjukkan *p value* sebesar  $0.000 < 0.05$  sehingga ada pengaruh Aplikasi REHAT terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang masa pubertas. Disarankan untuk menggunakan aplikasi REHAT remaja sehat untuk mengenal lebih dalam tentang masa pubertas remaja.

**Kata Kunci:** Pengetahuan; sikap; remaja

## Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa peralihan anak-anak menuju dewasa. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Dalam rentang waktu ini terjadi pertumbuhan fisik yang cepat, termasuk pertumbuhan serta kematangan dari fungsi organ reproduksi. Seiring dengan pertumbuhan fisik, remaja juga mengalami perubahan emosi. Perubahan emosi mulai terjadi masa remaja. Remaja mulai mampu berpikir abstrak, mengkritik, dan ingin mengetahui hal baru. Apabila tidak didasari dengan pengetahuan cukup, remaja dapat mencoba hal baru yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi dan bisa memberikan dampak yang negatif (Handayani, 2020). Diperkirakan di dunia terdapat 1,2 miliar atau 16% dari jumlah penduduk dunia adalah remaja (UNICEF, 2021) Sekitar 46.351.348 jiwa atau 17% dari jumlah penduduk di Indonesia adalah remaja berusia 10-19 tahun

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2020 sampai 2021 tercatat jumlah remaja di Indonesia mengalami peningkatan dari 23.86% menjadi 23.9%. Jumlah remaja di Indonesia sebanyak 64,92 juta jiwa pada 2021, jumlah itu setara dengan 23,90 % dari total populasi Indonesia (BPS, 2021). Remaja memiliki peranan yang sangat penting untuk keberlangsungan masa depan suatu bangsa. Saat ini remaja di Indonesia banyak menghadapi permasalahan kesehatan reproduksi remaja salah satunya adalah masa pubertas. Perubahan yang terjadi pada periode ini membutuhkan pengenalan yang baik terutama dari remaja itu sendiri. Pada masa ini remaja juga mulai mengalami perubahan yang ditandai dengan perubahan fisik primer dan sekunder. Berdasarkan data Survei Kinerja dan Akuntabilitas Program (SKAP) tahun 2018 yang dilakukan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) diperoleh gambaran status kesehatan reproduksi remaja dengan KRR tentang masa pubertas sebesar 57,1% yang artinya sebagian besar status KRR masih dalam kategori rendah atau kurang

(BKKBN, 2020).

Kurangnya pengetahuan remaja tentang masa pubertas salah satunya disebabkan oleh keterbatasan akses informasi bagi remaja Indonesia mengenai Kesehatan reproduksi yang didalamnya mencakup seksualitas karena masyarakat Indonesia masih beranggapan bahwa seksualitas adalah hal yang tabu dan tidak layak untuk dibicarakan secara terbuka. Orang tua biasanya merasa tidak nyaman untuk memberikan penjelasan mengenai masalah reproduksi dan seksualitas. Jumlah remaja di Indonesia sebanyak 64,92 juta jiwa pada 2021, jumlah itu setara dengan 23,90 % dari total populasi Indonesia. Oleh karena itu, Remaja memiliki peranan yang sangat penting untuk keberlangsungan masa depan suatu bangsa.

Saat ini remaja di Indonesia banyak menghadapi permasalahan terutama yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi remaja salah satunya adalah masa pubertas. Perubahan yang terjadi pada periode ini tentunya membutuhkan pengenalan yang baik terutama dari remaja itu sendiri. Pada masa ini remaja juga mulai mengalami perubahan yang ditandai dengan perubahan fisik primer dan sekunder. Berdasarkan data Survei Kinerja dan Akuntabilitas Program (SKAP) tahun 2018 yang dilakukan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) diperoleh gambaran status kesehatan reproduksi remaja dengan KRR tentang masa pubertas sebesar 57,1% yang artinya sebagian besar status KRR masih dalam kategori rendah atau kurang (BKKBN, 2020). Kurangnya pengetahuan remaja tentang masa pubertas salah satunya disebabkan oleh keterbatasan akses informasi bagi remaja Indonesia mengenai dampak dari masa pubertas yang didalamnya mencakup seksualitas (Handayani, 2020).

Berdasarkan Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia Remaja (SDKI-RI) tahun 2018 menyebutkan bahwa sebanyak 13,3% remaja putri tidak tahu sama sekali mengenai perubahan fisiknya saat puber. Bahkan 47,9% remaja putri tidak mengetahui waktu puber (BKKBN, 2020). Dampak dari kurangnya pengetahuan remaja tentang masa pubertas berpengaruh

terhadap perilaku seksualitas. Penelitian Litbang Kesehatan bersama Unesco menunjukkan sebanyak 5,6% remaja Indonesia sudah melakukan seks pranikah. Sehingga remaja beresiko terjadi kehamilan remaja dan penularan penyakit menular seksual. Hal itu juga didukung menurut hasil Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) Sebanyak 81% remaja wanita dan 84% remaja pria telah berpacaran dan sekitar 44% remaja wanita dan 46% remaja pria mulai berpacaran pada umur kurang dari 15 tahun. Data Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) pada tahun 2018 menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi remaja masih sangat rendah (BKKBN, 2020).

Berdasarkan data (Badan Pusat Statistika, 2021) wilayah Kota Magelang tahun 2021 kasus kekerasan seksual kepada anak merupakan yang paling tinggi dibanding kasus kekerasan lainnya (BPS, 2021). Kasus kekerasan seksual yang terjadi mayoritas pada remaja. Upaya promosi dan pencegahan terhadap dampak negative pada masa pubertas masa remaja, yang ditandai dengan terjadi peralihan dari masa anak menjadi dewasa. Perubahan-perubahan dari bentuk dan fungsi tubuh terjadi dalam waktu relatif cepat (Angraini, 2017). Menurut penelitian setyatama tentang KIE kesehatan reproduksi remaja salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan remaja adalah dengan konseling atau komunikasi dan pendidikan mengenai kesehatan reproduksi remaja Aplikasi REHAT merupakan media yang didisain khusus bagi remaja dan disesuaikan dengan kebutuhan remaja. Aplikasi ini memuat informasi tentang masa pubertas termasuk ciri-ciri primer dan sekunder masa pubertas, serta dampaknya pada remaja (Setyatama, 2022).

Dengan penggunaan media aplikasi "Remaja Sehat" diharapkan dapat menjadi media khususnya bagi remaja untuk memperoleh informasi tentang masa pubertas. Lembaga Pendidikan SD menjadi tempat anak mulai mengalami perubahan masa remaja. Studi pendahuluan yang dilaksanakan melalui wawancara kepada guru SD Kramat 3 Kota Magelang anak

anak kurang mengetahui dampak dari masa pubertas. Penggunaan media aplikasi REHAT dapat menarik anak dalam memahami informasi yang disampaikan karena di dalamnya terdapat tulisan, gambar, serta video.

## Metode

Penelitian ini menggunakan metode *quasy eksperimen* dengan rancangan *One Group Pre Test-Post Test Design*. Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Kramat 3 Kota Magelang. Populasi pada penelitian ini yaitu siswa kelas 6 SD Negeri Kramat 3 sebanyak 31 responden usia 11-13 tahun. Teknik pengambilan sampel yang dipakai dalam penelitian ini yaitu *total sampling* Uji validitas menggunakan *expert judgement*. Analisis data bivariate yang digunakan pada penelitian ini adalah *uji Wilcoxon* (Notoadmojo, 2020).

## Hasil dan Pembahasan

Penelitian penggunaan media aplikasi "Remaja Sehat" telah dilakukan. Hasil penelitian pada tabel 1 menjelaskan bahwa tingkat pengetahuan 31 siswa SD Negeri Kramat 3 Kota Magelang sebelum diberikan intervensi aplikasi REHAT menunjukkan peningkatan rata-rata 86,13 menjadi 98,23 dengan nilai minimal 65 menjadi 90 dan nilai maksimal 100.

**Tabel 1.** Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Masa Pubertas Sebelum dan sesudah Menggunakan Aplikasi REHAT.

Variabel	n	Mean	Minimal	Maksimal
Pretest	31	86,13	65	100
Post test	31	98,23	90	100

Tingkat pengetahuan 31 siswa SD Negeri Kramat 3 Kota Magelang sebelum diberikan intervensi aplikasi REHAT menunjukkan peningkatan rata-rata 86,13 menjadi 98,23 dengan nilai minimal 65 menjadi 90 dan nilai maksimal 100.

Tingkat pengetahuan siswa kelas 6 SD Negeri Kramat 3 Kota Magelang sebanyak 31 responden sebelum diberikan intervensi media aplikasi REHAT diperoleh hasil pengetahuan rata-rata sebesar 86.13. dan sesudahnya menjadi 98,23.

Pengetahuan tentang pubertas yang perlu ditingkatkan yakni tentang masa peralihan dari anak - anak menuju remaja ditandai dengan perubahan ciri-ciri fisik baik primer maupun sekunder. Pengetahuan mengenai masa pubertas remaja yang harus banyak digali dimana remaja mengalami permasalahan salah satunya perilaku seks beresiko yang diakibatkan karena kurangnya pengetahuan remaja tentang masa pubertas dan dampaknya. Pengetahuan sangat penting bagi remaja untuk dapat memahami fungsi tubuh dan dampak yang diakibatkan (Idhayanti, 2020).

Penyampaian informasi tentang masa pubertas tentunya memerlukan media . media yang digunakan dalam penelitian ini yaitu Aplikasi REHAT merupakan aplikasi berbasis online yang bisa menampilkan tulisan (visual) dan juga video serta gambar (audio visual) yang menarik remaja untuk melihat, membaca dan mendengarkan informasi yang disampaikan di dalam media Aplikasi REHAT. Menurut (Ribkha et al., 2023). peningkatan pengetahuan remaja putri sebelum dan setelah pemberian edukasi kesehatan yang berarti terdapat pengaruh edukasi kesehatan dengan media prototype aplikasi terhadap pengetahuan remaja putri mengenai keputihan dengan p-value 0,000. Media yang menarik yang berisi tulisan gambar dan suara dapat meningkatkan pengetahuan siswi karena mereka cenderung lebih senang membaca dan mempelajari sesuatu yang baru dan menarik.

Menurut (Idhayanti, Munayarokh, & Herawati, Tati Nuril, 2022). menyatakan bahwa kegiatan penyuluhan berbasis dengan promosi kesehatan yang dilakukan secara langsung atau tidak langsung menggunakan media penyuluhan berpengaruh pada peningkatan tingkat pengetahuan remaja tentang masa pubertas. Menurut (Meilina Ayu Meidiastuti et al., 2022). menyatakan bahwa kegiatan penyuluhan dengan media aplikasi dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang masa pubertas awal. Pernyataan tersebut ditunjukkan dengan hasil pretest dan posttest yaitu sebesar 27.9% menjadi 80.9%. Hasil p value sebesar  $0.001 < 0.05$  yang berarti terdapat peningkatan pengetahuan setelah dilakukan kegiatan penyuluhan

dengan media aplikasi tentang masa pubertas awal.

Pemberian edukasi menggunakan media aplikasi REHAT dalam sebuah kelompok belajar dapat memudahkan dalam penyampaian dan membuat suasana belajar menyenangkan karena adanya interaksi hal itu sejalan dengan yang dikemukakan (Idhayanti et al., 2020) . Pemberian pendidikan kesehatan reproduksi tentang seksual pranikah menggunakan aplikasi android pada siswa dan siswi SMK X Sleman Yogyakarta melalui pembelajaran kelompok intervensi maupun kelompok kontrol dan mengalami peningkatan dalam perubahan perbaikan sikap dan perilaku seksual pranikah dengan hasil signifikan (Wijanarko & Yustin, 2020).

**Tabel 2.** Sikap Remaja Tentang Masa Pubertas Sebelum dan Sesudah Menggunakan Aplikasi REHAT.

Variabel	N	Mean	Minimal	Maksimal
Pretest	31	79,52	55	95
Post test	31	97,90	90	100

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sesudah diberikan intervensi media aplikasi REHAT menggambarkan bahwa sikap responden terjadi peningkatan seperti pada tabel 2 dimana sebelum dilakukan intervensi pada 31 responden rata-rata 79,52 menjadi 90 setelah dilakukan intervensi dengan nilai minimal 55 menjadi 90 dan nilai maksimal 95 menjadi 100.

Media aplikasi REHAT memudahkan siswa kelas 6 SD Negeri Kramat 3 Kota Magelang mempelajari bagaimana harus menyikapi tentang masa pubertas. Kemudahan dalam memperoleh suatu informasi, dapat mempercepat seseorang untuk mendapatkan sikap yang baru (Soekidjo Notoatmojo, 2014) Di era digital seperti saat ini mendorong masyarakat untuk menyikapi memanfaatkan media social karena mudah untuk mendapatkan informasi menuntaskan rasa penasaran remaja untuk mengakses apa yang mereka harapkan. Perkembangan teknologi saat ini memungkinkan semua kalangan dapat mengakses internet, termasuk kalangan pelajar atau dalam hal ini adalah remaja (Idhayanti, Munayarokh, Nikmawati, et al., 2022).

**Tabel 3** Pengaruh Aplikasi REHAT Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Masa Pubertas.

No	Perubahan Pengetahuan	n	z	p value
1.	Meningkat	27	-4.563	0,000
2.	Menurun	0		
3.	Tetap	4		

Pada tabel 3 menunjukkan bahwa hasil analisis data pada tingkat pengetahuan remaja sebelum dan sesudah menggunakan Aplikasi REHAT didapatkan pengaruh yang didapatkan Z hitung sebesar -4.563 dan *p value* sebesar  $0.000 < 0.05$  sehingga  $H_a$  diterima yang bermakna terdapat pengaruh Aplikasi REHAT terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang masa pubertas. Responden dalam penelitian ini merupakan remaja kelas 6 di SD Negeri Kramat 3 di Kota Magelang berusia 11-13 tahun yang memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang masa pubertas.

Penelitian ini memakai konsep kelas dalam penyampaian cara penggunaan Aplikasi REHAT “Remaja Sehat” kepada remaja. Kelas ini berisi kegiatan penyuluhan dan penjelasan tata cara pengoperasian media Aplikasi REHAT “Remaja Sehat” untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang masa pubertas. Menurut (Angraini, 2017) daya ingat responden dengan diberikan edukasi menggunakan komunikasi verbal (audio) saja sebesar 70%, menggunakan media visual 72% dan menggunakan media audio visual dapat meningkatkan daya ingat sebesar 85%. Hal ini terbukti dari hasil penelitian bahwa setelah mendapatkan edukasi dengan media aplikasi berbasis webtingkat pengetahuan responden meningkat berdasarkan uji *Wilcoxon* didapatkan *p-value* sebesar 0,000 ( $p\text{-value} < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa adanya edukasi menggunakan aplikasi berbasis web dapat memberikan pengaruh terhadap pengetahuan responden tentang pernikahan dan kehamilan usia dini.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu yang didapatkan dari proses pengamatan terhadap obyek tertentu. Proses pengamatan dilakukan dengan memakai lima indera manusia meliputi

indera penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, dan peraba (Pakpahan, 2021) Tingkatan pengetahuan terdiri dari tahu (*know*), memahami (*comprehension*), aplikasi (*application*), sintesis (*syntesis*), dan evaluasi (*evaluation*). Dalam penelitian ini tingkatan pengetahuan yang diharapkan untuk dicapai oleh remaja putri yaitu pada tahap aplikasi (*application*). Aplikasi merupakan kemampuan remaja dalam melakukan redemonstrasi informasi yang telah disampaikan pada keadaan yang nyata (Pakpahan, 2021) Dalam penelitian ini diharapkan remaja mengetahui cara penggunaan Aplikasi REHAT dan mampu menerapkan informasi yang disampaikan dalam kegiatan sehari-hari kaitanya dengan masa pubertas. Penelitian ini didukung dengan media yang digunakan yaitu Aplikasi REHAT dimana didalamnya terdapat tulisan, gambar dan video. Menurut penelitian Idhayanti 2020 bahwa video sebagai media pendidikan kesehatan dapat memperkokoh proses belajar maupun nilai hiburan dari penyajian. Video dapat menunjukkan kembali gerakan tertentu/ dapat diulang-ulang. (Ribkha ltha Idhayanti, Munayarokh, 2019)

Gerak yang ditunjukkan dapat berupa rangsangan yang serasi atau berupa respons yang diharapkan dari penonton. Penonton mendapatkan isi dan susunan yang utuh dari materi pelajaran atau pelatihan. Penonton juga dapat belajar secara mandiri dengan kecepatan masing-masing. Selain itu dengan melihat video, penonton seperti berada di suatu tempat yang sama dengan program yang ditayangkan video sehingga video lebih menarik menyebutkan bahwa dengan menggunakan video pesan yang disampaikan lebih menarik perhatian dan motivasi bagi penonton. Pesan yang disampaikan lebih efisien karena gambar bergerak dapat mengkomunikasikan pesan.

Media Aplikasi REHAT menggunakan indra penglihatan dan pendengaran. Berbeda dengan media leaflet yang hanya menggunakan indra penglihatan saja hal ini di kuatkan dengan hasil penelitian Idhayanti dkk pengaruh media leaflet ibu hamil hanya memperoleh materi dengan mengandalkan indra penglihatan saja. Penyajian materi kurang menarik dan

daya serap yang diperoleh lebih sedikit dibandingkan dengan penyampaian materi dengan media video yang mengandalkan indra penglihatan dan indra pendengaran. Daya serap manusia dengan indra penglihatan dan indra pendengaran sebesar 93% (Idhayanti, Munayarokh, Nikmawati, et al., 2022).

Dalam Aplikasi ini pengetahuan dan sikap menjadi poin penting sebelum penggunaan. Saat ini remaja di Indonesia banyak menghadapi permasalahan terutama yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi remaja terutama pada masa pubertas awal. Perubahan yang terjadi pada periode ini sehingga membutuhkan pengenalan yang baik terutama dari remaja itu sendiri. Proses perkembangan remaja sangat rawan dan penuh resiko sehingga membutuhkan kesehatan diri yang baik. Pada masa ini remaja juga mulai mengalami perubahan yang ditandai dengan masa pubertas. Masa pubertas pada remaja ditandai dengan perubahan primer dan sekunder. Tanda kelamin primer merupakan keadaan dimana organ seksual baik yang ada di dalam maupun di luar tubuh mulai dapat berfungsi dalam proses reproduksi. Terdapat perbedaan ciri atau tanda kelamin primer dan sekunder pada laki-laki dan perempuan.

Hasil penelitian yanita 2020 tentang kesiapan remaja awal dalam menghadapi masa pubertas menunjukkan bahwa, pengetahuan remaja awal tentang pubertas hampir setengah dari responden berpengetahuan kurang sebanyak 16 responden (44,4%). Sedangkan kesiapan remaja awal menghadapi pubertas sebagian besar tidak siap menghadapi pubertas sebanyak 20 responden (55,6%). Masa pubertas merupakan masa awal dimana remaja mengalami banyak perubahan sehingga remaja perlu mendapatkan banyak informasi. Penyampaian informasi melalui media dapat memudahkan remaja dalam memahami apa yang disampaikan sehingga digunakan aplikasi. Hal ini didukung hasil penelitian (Sukini & Siti, 2020) bahwa simulasi ular tangga dapat dikatakan sebagai media pembelajaran baru bagi responden karena sebelumnya responden hanya mendapatkan informasi melalui penyuluhan/penyuluhan pada saat

kunjungan Posbindu. Kegiatan edukasi dalam penelitian ini berjalan sesuai rencana dan seluruh responden dapat bermain aktif serta dapat memberikan feedback yang positif. Permainan simulasi memberi peserta kesempatan untuk terlibat dalam situasi kehidupan nyata, permainan mendorong pemikiran yang lebih fleksibel.

Responden dapat terlibat dalam perencanaan strategis, kerja sama tim dan keterampilan berpikir yang berbeda. Selain itu, Game edukasi telah diusulkan untuk menggabungkan antara pendekatan pengajaran aktif dan pengalaman yang meningkatkan kemampuan pemecahan masalah dan mendorong refleksi pada perolehan keterampilan sebelumnya. Hal ini sejalan dengan penelitian (Rosyidah & Rofiah, 2022) pengaruh promosi kesehatan dengan media website pekatanhayalan terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil tentang tanda bahaya kehamilan dengan hasil analisa data berdistribusi tidak normal sehingga dilakukan uji statistik menggunakan *uji Wilcoxon* didapatkan hasil  $p\text{ value}=0,000$  ( $p\text{ value} \leq 0,05$ ). Penelitian ini menggunakan website sebagai media dalam melaksanakan promosi kesehatan tentang tanda bahaya kehamilan.

Pesan yang terdapat di dalam media online dapat menciptakan suatu informasi dengan penyebaran yang cepat, mudah dan serentak. Kemudahan akses media digital membuat perilaku membaca masyarakat berubah. Sehingga edukasi berbasis website pada swamedikasi *acne vulgaris* lebih efektif dibandingkan edukasi media leaflet dengan perbedaan yang signifikan ( $p=0,000$ ) terhadap rata-rata perubahan skor pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi (Rosyidah et al., 2021)

Kemunculan media digital dan kemudahan aksesnya meningkatkan minat baca masyarakat karena kenyamanan dalam menggunakan teknologi dari pada penggunaan media cetak Hal ini di dukung penelitian (Tristiya et al., 2016) pengaruh media CD interaktif diperoleh peningkatan rata-rata pengetahuan remaja dari 54% menjadi 62 %. Hal tersebut dipengaruhi oleh hasil belajar responden secara optimal karena media CD interaktif menggabungkan beberapa komponen seperti audio, visual,

dan kinestetik secara bersamaan.

Aplikasi media REHAT “Remaja Sehat” menggabungkan media visual dan audiovisual yang menarik minat anak untuk belajar hal tersebut didukung dengan penelitian (Idhayanti, Sukini, & Anggraeni, 2022) dalam penelitiannya yang berjudul pengaruh model belajar “ceria” terhadap pengetahuan dan empati remaja tentang pernikahan dini yaitu dengan membuat bahan ajar berupa video edukasi dengan tema pernikahan dini. Pembelajaran inovatif mengarahkan pada pembelajaran yang variatif sehingga proses belajar tidak membosankan dan dapat melibatkan peserta didik, pengajar dan siswa akan menjadi lebih paham dan memiliki wawasan yang luas terhadap materi yang akan dipelajari. Sehingga dengan menggunakan media Aplikasi REHAT diharapkan dapat menarik minat anak untuk belajar.

Penelitian ini menggunakan metode *Quasi Eksperimen* yaitu metode dengan kelompok belajar, hal ini sejalan dengan penelitian Dewi tentang efektifitas penyuluhan sadari (Permatasari, 2013) dalam penelitiannya menggunakan metode *Quasi Experiment* dengan *One group pretest-posttest* didapatkan hasil nilai Z hitung sebesar -8.211 dengan *p value*  $0.000 < 0.1$  yang bermakna bahwa pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi efektif dalam meningkatkan pengetahuan. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Irfaniah, 2016) dengan metode *Quasi Experiment pretest-posttest without control group* desain didapatkan hasil Z hitung sebesar -7.686 dan *p value* sebesar  $0.000 < 0.05$  (Permatasari, 2013).

**Tabel 4.** Pengaruh Aplikasi REHAT Terhadap Sikap Remaja Tentang Masa Pubertas.

No	Perubahan Sikap	N	z	p value
1.	Meningkat	30	-4.796	0,000
2.	Menurun	0		
3.	Tetap	1		

Pada tabel 4 menunjukkan bahwa hasil analisis data menggunakan uji statistik *Wilcoxon* sikap remaja sebelum dan sesudah menggunakan Aplikasi REHAT

didapatkan pengaruh yang didapatkan Z hitung sebesar -4.796 dan *p value* sebesar  $0.000 < 0.05$  sehingga  $H_0$  diterima yang bermakna terdapat pengaruh Aplikasi REHAT terhadap sikap remaja tentang masa pubertas. Responden dalam penelitian ini merupakan remaja kelas 6 di SD Negeri Kramat 3 di Kota Magelang berusia 11-13 tahun yang memiliki sikap yang kurang dalam menghadapi masa pubertas.

Kelas merupakan sekelompok pelajar yang berkumpul dalam waktu yang bersamaan dan mendapatkan pelajaran dari pengajar yang sama (Suryana, 2022). Secara fisik kelas diartikan sebagai ruangan yang memiliki batas empat dinding dan sebagai tempat berkumpul para pelajar untuk mengikuti proses belajar mengajar. Peneliti mengambil konsep kelas untuk menyampaikan cara penggunaan Aplikasi REHAT kepada responden. Kelas terdiri dari penjelasan cara penggunaan dan demonstrasi penggunaan Aplikasi REHAT tentang masa pubertas oleh siswa. Setelah didapat hasil dan dibandingkan hal ini sejalan dengan penelitian dengan teori dan penelitian terdahulu, penggunaan edukasi menggunakan aplikasi berbasis web berpengaruh secara signifikan terhadap sikap remaja mengenai pernikahan dan kehamilan usia dini. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dinyatakan oleh (Maulina Ayu Meidiastuti et al., 2022) bahwa website menyajikan informasi yang lebih cepat, fleksibel dan praktis, serta pengguna dapat mengaksesnya kapanpun dan dimanapun.

Di era teknologi digital sekarang, responden banyak menggunakan handphone untuk berkomunikasi serta mencari berbagai informasi secara cepat dan luas, oleh karena itu dengan pemberian edukasi melalui aplikasi berbasis online dapat diakses remaja dimana dan kapan saja melalui handphone berpeluang untuk meningkatkan pengetahuan responden dan berakibat juga terhadap perubahan sikap responden kearah yang lebih baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah ada sebelumnya (Devi, 2023) menyebutkan bahwa penggunaan aplikasi pendidikan M-Health dengan media smartphone

berbasis android dengan nama aplikasi "Mama ASIX" untuk ibu hamil trimester ketiga terbukti dapat meningkatkan sikap ibudalam menyusui dengan perbedaan rata-rata sebesar 17,27 dengan p-value sebesar 0,029.

Aplikasi smartphone berbasis android bersifat fleksibel yang bisa digunakan dimanapun dan kapanpun karena ukuran perangkatnya kecil, praktis dibawa, dan memiliki tampilan yang menarik untuk memudahkan pemahaman pengguna, dan dapat diakses berkali-kali oleh pengguna. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa hasil analisis didapatkan perbedaan peningkatan signifikan pada pengetahuan dan sikap ibudalam pencegahan stunting, terdapat perubahan peningkatan nilai pre-test dan post-testsaat diterapkan intervensi edukasi menggunakan media aplikasi android (Fitriami & Galaresa, 2022).

Media aplikasi REHAT sekaligus menjadi media interaktif dalam penerimaan informasi. Hal tersebut didukung dengan penelitian (Rosyidah et al., 2021) yaitu pengaruh media website terjadi suatu proses pengolahan informasi dalam system kognitif seseorang. Kelompok eksperimen yang mendapat tambahan stimulus berupa gambar ilustratif berwarna. Mereka menemukan bahwa warna meningkatkan pengenalan terhadap pemandangan yang alami sekitar 5%. Telah dikatakan sebelumnya bahwa pemberian atau tidaknya gambar ilustratif berwarna berpengaruh pada perbedaan skor daya ingat yang didapat. Dimana skor daya ingat pada kelompok eksperimen memiliki nilai yang lebih tinggi, dengan kata lain pemberian gambar ilustratif berwarna dapat meningkatkan daya ingat, yang telah dibuktikan melalui skor tersebut.

## Kesimpulan

Penggunaan media Aplikasi REHAT "Remaja Sehat" terbukti dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang masa pubertas dikarenakan pengetahuan dan sikap remaja kelas 6 di SD Negeri Kramat 3 Kota Magelang usia 11-13 tahun mengalami peningkatan signifikan. Media

Aplikasi REHAT mempunyai kelebihan yaitu terdapat tulisan (visual) , gambar dan video (audio visual) membuat remaja tertarik untuk membaca, melihat serta mendengar informasi yang disampaikan di dalam aplikasi. Antusias dan menarik rasa penasaran remaja tentang apa yang ada di dalam aplikasi REHAT tersebut, selain media aplikasi REHAT dapat diaplikasikan dalam berbagai macam metode belajar karena mencakup keseluruhan aspek yaitu mendengar, berbicara, membaca, menulis dikarenakan dilengkapi oleh gambar dan warna. Sehingga ada pengaruh aplikasi REHAT untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang masa pubertas.

## Daftar Pustaka

- Angraini, R. (2017). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja dan Lansia*. Universitas Airlangga.
- Badan Pusat Statistika. (2021). *Data Badan Pusat Statistika Kabupaten Magelang 2021*.
- BKKBN. (2020). *Laporan SKAP 2018*. BKKBN.
- BPS. (2021). *Data Badan Pusat Statistika Kabupaten Magelang 2021*. Badan Pusat Statistik Kabupaten Magelang.
- Devi, A. (2023). Pengaruh Penggunaan Aplikasi Berbasis Web Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Pernikahan dan Kehamilan Usia Dini. *Repositori Poltekkes Semarang*. [https://repository.poltekkes-smg.ac.id/index.php?p=show\\_detail&id=35977&sec=author](https://repository.poltekkes-smg.ac.id/index.php?p=show_detail&id=35977&sec=author)
- Fitriami, E., & Galaresa, A. V. (2022). Edukasi Pencegahan Stunting Berbasis Aplikasi Android Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Ibu. *Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung*, 5(2). <https://media.neliti.com/media/publications/369157-none-c8b076ac.pdf>
- Handayani. (2020). *Dinamika Perkembangan Remaja*. Kencana.
- Idhayanti, R. I. (2020). *Komunikasi Dan Konseling Dalam Praktik Kebidanan*. Graha Ilmu.
- Idhayanti, R. I., Ayuningtyas, & Maryani, S.



- (2020). *Komunikasi dalam Praktik Kebidanan*. Graha ilmu.
- Idhayanti, R. I., Munayarokh, Herawati, T., & Nikmawati, N. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tablet Fe. *Jurnal Update Keperawatan*, 2(1), 18–24.
- Idhayanti, R. I., Munayarokh, M., Nikmawati, N., & Herawati, T. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Vidio Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tablet FE. *Juru Rawat*, 2(1). <https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JUK/article/view/8787/2678>
- Idhayanti, R. I., Sukini, T., & Anggraeni, D. F. (2022). Pengaruh Model Belajar CERIA Terhadap Pengetahuan Dan Empati Remaja Tentang Pernikahan Dini. *Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 74–81. <https://doi.org/https://doi.org/10.51544/jmkm.v7i2.3434>
- Irfaniah, R. (2016). *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI) Terhadap Tingkat Pengetahuan SADARI di SMP Islam Harunyah Kota Pontianak*. 147(March), 11–40.
- Meidiastuti, Maulina Ayu, Widiyanto, B., & Ulfah, M. (2022). Pengaruh Pemberian Edukasi Dengan Media Prototype Aplikasi Panduan Keputihan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Di Smp Negeri 3 Suruh Kab. Semarang. In *Jurnal Update Keperawatan* (Vol. 2, pp. 1–11).
- Meidiastuti, Meilina Ayu, Widiyanto, B., & Ulfah Maria. (2022). Pengaruh Pemberian Edukasi Dengan Media Prototype Aplikasi Panduan Keputihan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Di Smp Negeri 3 Suruh Kab. Semarang. *Jurnal Update Keperawatan*, 2(1–11). <https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JUK/article/view/8805>
- Notoadmojo, S. (2020). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Pakpahan. (2021). *Promosi kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. EGC.
- Permatasari, D. (2013). Efektivitas Penyuluhan Sadari Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswi Sma Negeri 2 Di Kecamatan Pontianak Barat Tahun 2013. *Jurnal Mahasiswa PSPD FK Universitas Tanjungpura*, 3(1).
- Ribkha, I. I., Felicia, tara M., Masini, & Arfiana. (2023). Pengaruh Peergroup Suami Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Penggunaan Alat Kontrasepsi Dalam rahim. *Repositori DIV Kebidanan Magelang*.
- Ribkha Itha Ihdhayanti, Munayarokh, M. (2019). Terapi Dalam Mengatasi Disminore Primer Pada Remaja Putri Jendela Inovasi Daerah. *Jendela Inovasi Daerah*, 2(2), 32–42.
- Rosyidah, A., & Rofiah, S. (2022). *Health Promotion With Pekatanhayalan Website Media On Knowledge Level Of Pregnant Mothers About Pregnancy Hazard Sign*.
- Rosyidah, A., Rofiah, S., & Sukini, T. (2021). Promosi Kesehatan Dengan Media Website “Pekatanhayalan” Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Kehamilan. *Repository Poltekkes Semarang*.
- Setyatama. (2022). Komunikasi informasi edukasi (KIE) kesehatan reproduksi remaja (KRR) pada masa pandemi covid 19 di SMP N 1 Dukuhwaru Kec. Dukuhwaru Kab. Tega. *Jurnal Abdimas Bhakti Indonesia*, 3(1), 21–30., 3(1), 21–30.
- Soekidjo Notoatmojo. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Sukini, T., & Siti, C. (2020). Media Edukasi Berbasis Visual Berupa Tangga Untuk Meningkatkan Sikap Penerimaan pada Masa Menopause. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 2(4), 99–103.
- Suryana, N. (2022). *Konsep Kelas*. Indonesia Emas Grup.
- Tristiya, A. B., Sukini, T., & Dewi, C. H. T. (2016). Pemanfaatan Media CD Interaktif Kebidanan Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Try Out Uji Kompetensi D III Kebidanan. *Repositori Poltekkes Semarang*, 55.
- UNICEF. (2021). *Profil Remaja 2021*. UNICEF.

Wijanarko, A., & Yustin, E. (2020). Efektivitas aplikasi android kesehatan reproduksi remaja terhadap perbaikan perilaku seksual pranikah di SMK X Yogyakarta. *Journal Of Health Studies*, 4(1).