

## MODEL PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP DALAM KESIAPAN MENGHADAPI *MENARCHE* DI SEKOLAH DASAR

Herwati, Murniati Muchtar  
(Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang)

### ABSTRAK

Remaja putri mengalami menstruasi pertama kali atau disebut menarche, tidak seimbang perubahan fisik, kejiwaan dan mental emosional, kurangnya kesiapan mental, pengetahuan, perawatan diri yang diperlukan saat menstruasi, ada rasa takut, dan menyesali kenapa semua ini didapatnya. Riset Kesehatan Dasar tahun 2010 sebanyak 5,2% anak-anak di 17 provinsi di Indonesia telah memasuki usia menarche di bawah usia 12 tahun. Tujuan Penelitian untuk mengetahui perbedaan sebelum dan sesudah intervensi Model Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Dalam Kesiapan Menghadapi Menarche di SD Negeri No 27 Sungai Sapih Padang Tahun 2016. Penelitian dilakukan bulan Mei sampai Oktober 2016, Populasi penelitian seluruh siswi kelas V dan VI SD No 27 Sungai Sapih Padang, sebanyak 36 orang, seluruh siswi kelas V dan Kelas VI dijadikan sampel penelitian. Jenis penelitian *Quasy eksperiment*, dengan rancangan yang digunakan adalah rancangan *Two Group pretest-Posttest Design*, Dalam penelitian ini peneliti menggunakan dua kelompok subjek serta melakukan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan. Hasil penelitian rata-rata pengetahuan hasil sebelum diberikan model pendidikan kesehatan adalah 11,83 dengan standar deviasi 5,732 dan sesudah diberikan model pendidikan kesehatan rata-rata pengetahuan adalah 17,56 dengan standar deviasi 2,55. Terlihat nilai mean perbedaan antara hasil pengetahuan sebelum dan hasil pengetahuan sesudah adalah sebesar -5.722 dengan standar deviasi 5.86.  $p= 0,001$ , ada perbedaan signifikan antara pengetahuan sebelum dan pengetahuan sesudah. Rata-rata sikap hasil sebelum adalah 8,00 dengan standar deviasi 3,10 dan sesudah adalah 11,11 dengan standar deviasi 1,27. Terlihat nilai mean perbedaan antara sikap sebelum dan sesudah adalah - 3.11 dengan standar deviasi 3.27.  $p= 0,001$ , ada perbedaan signifikan antara sikap sebelum dan sesudah diberikan model pendidikan kesehatan. Disarankan kepada tenaga kesehatan untuk bekerjasama melaksanakan kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah untuk memberikan model pendidikan kesehatan dan penyuluhan kesehatan.

**Kata Kunci : Pendidikan, Kesehatan, Menarche**

### ABSTRACT

At the first menstruation or called menarche for adolescent girls, will feel unbalanced changes in physical, mental and emotional mental, lack of mental readiness, knowledge, self-care. There will be fear, and regret feeling questioning this situation. Health Research Association in 2010 showed as 5.2% of children in 17 provinces in Indonesia have entered the age of menarche under the age of 12 years. The objective of this research was to know the difference before and after the intervention of Education Knowledge and Attitudes Model toward health preparedness in menarche at Primary School No. 27 Sungai Sapih Padang Year 2016. The study was conducted from May until October 2016, the entire study population grader V and VI Elementary School No 27 Sungai Sapih Padang, 36 people, all students in grade V and class VI research sample. The experiment type was quasy design, the design used was the Twou Design Group Pretest-Posttest design. In this study, researchers used two groups of subjects and take measurements before and after the treatment. The results of the study the average knowledge of the results before being given health education model is 11.83 with a standard deviation of 5.732 and after given health education model the average knowledge was 17.36 with a standard deviation of 2.55. It can be seen the mean difference between the results of knowledge before and after results of knowledge is at -5722 with a standard deviation of

5.86.  $p = 0.001$ , no significant difference between knowledge before and after knowledge. It was suggested for health workers to work together to implement activities of the school health program to provide models of health education and health counseling.

**Keywords: education, health, menarche**

## PENDAHULUAN

Remaja putri mengalami haid atau menstruasi pertama kali atau disebut *menarche* salah satu tanda memasuki masa pubertas, tanda awal berfungsinya sistem reproduksi dan memasuki tahap kematangan organ seksual dalam tubuhnya, banyak muncul perubahan secara fisiologis yang meliputi perubahan fisik dan mental. merupakan puncak perubahan yang terjadi pada seseorang remaja putri yang sedang menginjak dewasa dan sebagai tanda bahwa ia sudah mampu hamil (Proverawati A, Maisaroh S, 2009)

Masa peralihan dari anak ke dewasa baik secara jasmani maupun rohani pada masa remaja ditandai oleh berbagai perubahan organ fisik, emosi, psikis, yang menentukan bagi pribadi remaja dalam proses pertumbuhan fisik, kematangan kognitif dan psikososial dan perubahan tersebut terjadi tidak seimbang dengan perubahan kejiwaan dan mental emosional (Widyastuti, 2009).

Fase perkembangan pubertas manusia yang spesifik berada fase umur remaja berkisar antara umur 10-12 tahun, terjadinya kesadaran akan pembatasan hubungan antar gender, kemandirian, tekanan dari lingkungan sekitar, dan perilaku pengambilan resiko (Proverawati A, Maisaroh S, 2009).

*Menarche* salah satu tanda bahwa remaja tersebut telah mengalami perubahan didalam dirinya dan juga disertai dengan berbagai masalah dan perubahan-perubahan baik fisik, biologi, psikologi maupun sosial, harus dihadapi oleh remaja karena ini merupakan masa yang sangat penting karena merupakan masa peralihan kemasa dewasa (Gayatri, 2014).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2010 sebanyak 5,2% anak-anak di 17 provinsi di Indonesia telah memasuki usia menarche di bawah usia 12 tahun. Membaiknya standar kehidupan berdampak pada penurunan usia menarche ke usia yang lebih muda (Susanti, 2012). Rata-rata perempuan di Sumatera Barat mengawali usia reproduksi pada umur 13 tahun, (DepkesRI, 2010). Data hasil penelitian pada salah satu SMP di Kota Padang usia menarche lebih dini dari 12,5 tahun menjadi 11,5 tahun, (Diayah Ayu, 2014)

Pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi, untuk meningkatkan pengetahuan dan kualitas hidup, Oleh sebab itu, makin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka makin mudah menerima informasi, lebih mudah menerima nilai-nilai yang baru di kembangkan, (Nursalam 2001)

Pengetahuan tentang reproduksi dapat memberitahukan apa yang dialami oleh seorang perempuan yang sedang dalam masa puber adalah normal. Adanya perasaan bingung saat pertama kali mengalami menstruasi disebabkan oleh remaja putri tersebut kurang pengetahuan tentang menstruasi, Ilmu pengetahuan dapat memberikan rasa aman kepada manusia. (Darvill & Powell, 2003).

Sikap merupakan reaksi yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial. Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku (Marhamatunnisa, 2012).

Hasil penelitian Anggarini Titis, 2013, Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Menstruasi terhadap Tingkat Pengetahuan dan Kecemasan menghadapi Menarche pada Siswi Kelas IV dan V SD Negeri Bantul Yogyakarta, didapatkan pengetahuan siswi tentang menstruasi sebelum diberikan pendidikan kesehatan dan sesudah perlakuan ada peningkatan dengan nilai  $p = 0,001$

Ketidaktahuan remaja putri tentang perubahan- perubahan fisiologis sehingga menstruasi dianggap sebagai hal yang tidak baik, kurang kesiapan mental dan pengetahuan tentang perawatan diri. Diperlukan peran orang tua maupun guru disekolah untuk memberikan pendidikan kesehatan atau informasi yang benar tentang kondisi perubahan pada masa remaja (Dariyo, 2005).

Remaja putri mengalami kondisi psikologis seperti cemas, stres, takut, depresi karena perubahan fisik yang terjadi selama menarche dan mempunyai perasaan bingung, gelisah, tidak nyaman, perubahan fisik yang dapat mengakibatkan dampak negatif seperti malu dan menghindari dari pergaulan teman-temannya, (Santrock, 2002, Proverawati, Misaroh, 2009).

Akibat perubahan psikis serta fisiologis membuat anak yang mengalami haid menjadi murung, dan nampak kurang bergairah (Herdiyanti, 2011). Banyak efek yang terjadi baik psikologis dan fisiologis pada saat mengalami menarche, maka remaja putri perlu mendapatkan informasi pengetahuan tentang menarche dan bagaimana menghadapi menarche agar tidak menimbulkan masalah dan tidak berdampak negatif.

Notoatmodjo (2010), pendidikan kesehatan adalah proses untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkat kesehatannya. Selain itu untuk mencapai derajat kesehatan yang sempurna baik fisik, mental, dan social, maka masyarakat harus mampu mengenal dan mewujudkan aspirasinya, kebutuhannya dan mampu mengubah atau mengatasi lingkungannya (lingkungan fisik, social, budaya, dan sebagainya).

Pengetahuan dan kognitif merupakan domain yang sangat penting terbentuknya tindakan seseorang, dengan pendidikan kesehatan masyarakat akan mampu meningkatkan Pengetahuan pada hakekatnya yang dituntut atau ingin dicapai tujuannya adalah mencapai kebenaran, dengan mengetahui yang benar kita dapat mengetahui yang salah, Sikap adalah respon tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu, yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan (Notoatmodjo. 2010).

Pengetahuan dan kognitif tentang menarche diperlukan, merupakan suatu tanda yang penting bagi seorang wanita yang menunjukkan adanya produksi hormone yang normal yang dibuat oleh hypothalamus dan kemudian diteruskan pada ovarium dan uterus (Widyasih, 2010). Menarche salah satu tanda bahwa remaja tersebut telah mengalami perubahan didalam dirinya dan juga disertai dengan berbagai masalah dan perubahan-perubahan baik fisik, biologi, psikologi maupun sosial, harus dihadapi oleh remaja karena ini merupakan masa yang sangat penting karena merupakan masa peralihan kemasadewasaan, (Gayatri, 2014).

Masalah usia menstruasi yang terlalu muda perlu mendapat perhatian khusus karena seringkali akan menimbulkan dampak psikologis, perubahan emosi yang kuat dan sulit terkontrol sehingga anak menjadi mudah marah, menangis, cemas, takut atau ketidaksiapan mental dan risiko untuk hamil pra nikah (Pieter, Herri zan dkk 2011).

Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2012 umur 15-24 tahun yang sudah haid, mendiskusikan dengan orang lain tentang haid sebelum mereka mengalami haid yang pertama, persentase orang yang diajak diskusi tentang haid, dengan teman (53,6%), dengan guru 13,5% dan satu dari empat wanita tidak mendiskusikan tentang haid dengan orang lain sebelum mengalami haid yang pertama. Akses media massa yang paling sering diakses para remaja wanita adalah televisi sebanyak 88 % dan media cetak merupakan media massa yang paling tidak digemari, sebanyak 20% remaja wanita membaca surat kabar atau majalah paling sedikit sekali seminggu. Oleh sebab itu Perlu informasi yang benar dan terkontrol dalam kesiapan menghadapi menarche melalui pendidikan kesehatan bekerjasama dengan tenaga kesehatan melalui kegiatan UKS.

Remaja putri akan dapat menerima dan memahami bahwa proses menstruasi itu terjadi secara alami pada semua remaja putri, dengan cara dipersiapkan dalam menghadapi menstruasi dan merasa bangga sehingga dapat melakukan penerimaan terhadap menstruasi, (Soetjningsih, 2010)

Survei awal yang dilakukan didapatkan dari hasil wawancara di SD Negeri no 27 Sungai Sapiah, Kelurahan Sungai Sapiah, Kecamatan Kuranji mengemukakan bahwa selama

ini siswi di SD 27 Sungai Sapiah belum begitu mendapat penjelasan secara terbuka dan mendalam informasi tentang menarche dan proses menstruasi.

Kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) masih kurang digunakan secara maksimal, informasi pendidikan kesehatan yang diperoleh siswi terutama tentang menarche dan proses menstruasi belum dibicarakan secara terbuka, dari segi Pendidikan orang tua siswi umumnya Sekolah Menengah kebawah, selain itu pada kehidupan sehari-hari orang tua belum membicarakan dan merasa tabu untuk membicarakan masalah menarche, akibatnya para remaja kurang mendapatkan informasi pengetahuan dan sikap tentang kesehatan dan reproduksi, perubahan- perubahan fisik dan psikologis terkait menstruasi. Hal tersebut tentu akan sangat berpengaruh pada kehidupan sehari-hari remaja putri, termasuk juga kehidupan di sekolahnya karena kesiapan mental dalam menghadapi menstruasi sangat diperlukan terutama untuk mengatasi dampak negatif baik psikologis dan fisiologis pada saat mengalami menarche, ketakutan yang tidak jelas, dapat dihindari dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang menarche.

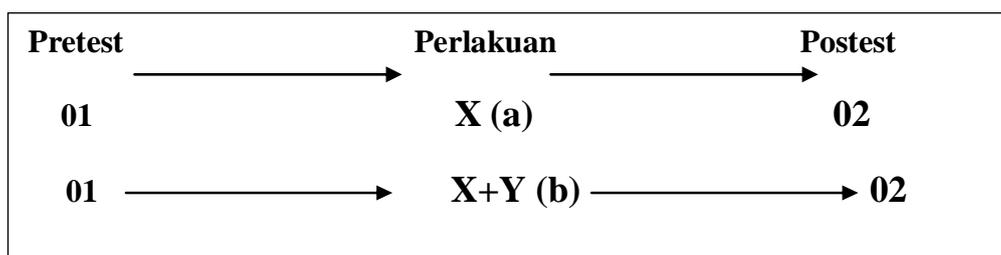
Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2010 sebanyak 5,2% anak-anak di 17 provinsi di Indonesia telah memasuki usia menarche di bawah usia 12 tahun. Membaiknya standar kehidupan berdampak pada penurunan usia menarche ke usia yang lebih muda (Susanti, 2012).

Berdasarkan uraian-uraian diatas maka dilakukan penelitian tentang “ Model Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Dalam Kesiapan Menghadapi Menarche di SD .

## METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *Quasy eksperiment* yang bertujuan untuk mengungkap hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan kelompok kontrol disamping kelompok eksperimen, pemilahan kedua kelompok tersebut tidak dengan teknik random, Penelitian ini melihat ada tidaknya “Perbedaan Rata-rata Model Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Dalam Kesiapan Menghadapi Menarche di SD Negeri No 27 Sungai Sapiah Padang Tahun 2016”, dengan rancangan yang digunakan adalah rancangan *Twou Group pretest–Postest Design* (Notoatmodjo, 2010).

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan dua kelompok subjek serta melakukan pengukuran sebelum dan sesudah pemberian perlakuan pendidikan kesehatan tentang menarche pada subjek. Perbedaan kedua hasil pengukuran dianggap sebagai efek dari perlakuan pada remaja putri. Secara sistematik langka kerja digambarkan sebagai berikut :



Pada gambar diatas menunjukkan gambaran proses penelitian yang berlangsung. Diawali dengan pengumpulan data awal oleh peneliti sebelum responden dilakukan perlakuan (*Pretest*), kemudian dilakukan perlakuan dengan memberikan Model *Theory of reasoned action (TRA)* pendidikan kesehatan tentang menarche menggunakan video kesehatan reproduksi, dan dilakukan pengambilan data pengetahuan dan sikap menggunakan kuesioner, sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan (*Posttest*).

01 = membagikan angket dengan instrumen kuesioner untuk melihat pengetahuan dan sikap sebelum diberikan perlakuan dengan metode konvensional berbentuk ceramah

X(a) = Intervensi pendidikan kesehatan dengan konvensional berbentuk cramah tentang kesehatan reproduksi remaja

X+Y (b) = Intervensi pendidikan kesehatan dengan konvensional berbentuk ceramah ditambah Model *Theory of reasoned action (TRA)* dengan memutar video kesehatan reproduksi 02 = membagikan angket dengan instrumen kuesioner untuk melihat pengetahuan dan sikap setelah diberikan perlakuan

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri No 27 Sungai Sapih Padang Tahun 2016 Padang, dan penelitian ini sudah lulus ethical Clearance pada Universitas Andalas tanggal 31 Agustus 2016. Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmodjo 2010). Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas V dan VI SD No 27 Sungai Sapih Padang dengan jumlah 36 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah ditentukan seluruh siswi kelas V dan VI SD Negeri No 27 Sungai Sapih Padang sebanyak 36 orang siswi, dengan kriteria sampel berusia 10 tahun sampai dengan 14 tahun dan hadir pada saat penelitian, Intervensi dilakukan pre test dan post test. Data yang Dikumpulkan dari pada siswi kelas V dan VI SD No 27 Sungai Sapih Padang sebelum dan sesudah diberikan Model pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap dalam kesiapan menghadapi menarche, secara konvensional dan konvensional ditambah pemutaran video. Analisis data Uji statistik yang digunakan adalah uji t-test Dependen. Nilai signifikansi yang digunakan  $p \leq pvalue$  0,05 untuk melihat perbedaan Rata-rata pendidikan kesehatan model pendidikan terhadap pengetahuan dan sikap dalam kesiapan menghadapi menarche di SD No 27 Sungai Sapih Padang Tahun 2016. Analisis data untuk melihat perbedaan rata-rata Model pendidikan Kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap dalam kesiapan menghadapi menarche di SD no 27 sungai sapih Padang dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1**

**Perbedaan Rata-Rata Pengetahuan dan Sikap Sebelum dan Sesudah Model pendidikan Kesehatan terhadap pengetahuan Dalam kesiapan menghadapi menarche di sd no 27 sungai sapih Padang Tahun 2016**

Variabel	Mean	SD	P value	N
Pengetahuan Pre test	11,83	5,73		
Post test + Video	17,56	2,55	0,001	18
<b>Perbedaan</b>	5,73	2,98		
Variabel	Mean	SD	P value	N
Sikap Pre Test	8,00	3,10	0,001	18
Sikap Post test+ Video	11,11	1,27		
<b>Perbedaan</b>	3,11	1,73		

Berdasarkan tabel 1. Uji t dependen terlihat perbedaan rata-rata sebelum dan sesudah diberikan Model pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dalam kesiapan menghadapi menarche di SD No 27 sungai sapih Padang Tahun 2016 sebelum diberikan Pengetahuan 11,83 dengan standar deviasi 5,72 dan sesudah diberikan pengetahuan + Video 17,56 dengan standar deviasi 2,55. Dapat dilihat adanya perbedaan nilai mean antara sebelum dan sesudah diberikan model pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan 5,73. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $P = 0,001$ , maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dengan hasil pengetahuan sesudah.

Rata-rata sikap pengukuran sebelum perlakuan adalah 8,00 dengan standar deviasi 3,10, dan sesudah diberikan model pendidikan kesehatan sikap + dengan Video didapatkan rerata sikap 11,11 dengan standar deviasi 1,27. Dapat dilihat adanya perbedaan nilai mean antara sebelum dan sesudah diberikan model pendidikan kesehatan terhadap sikap -3,11. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p = 0,001$ , maka dapat disimpulkan adanya perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dengan hasil pengetahuan sesudah.

Perbedaan Rata-rata Pengetahuan dan Sikap Sebelum dan Sesudah Diberi Model Pendidikan Kesehatan Di SD No 27 Sungai Sapih Padang Tahun 2016. Berdasar hasil penelitian dari 18 orang responden sebelum diberikan intervensi model pendidikan kesehatan

berupa pemberian pengetahuan berupa konvensional dan sesudah diberikan pengetahuan dengan video, didapatkan rerata pengetahuan siswi sebelum diberi model pendidikan kesehatan 11,83 dengan standar deviasi 5,73 dan rata-rata sikap siswi 8,00 dengan standar deviasi 3,10.

Hasil penelitian sesudah diberikan pengetahuan model pendidikan kesehatan didapatkan hasil rerata pengetahuan dengan video 17,56 dengan standar deviasi 2,55, dapat dilihat rerata perbedaan pengetahuan antara hasil sebelum dan sesudah diberi intervensi -5,72 dengan standar deviasi 5,86. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p= 0,001$  maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberi model pendidikan kesehatan.

Hasil penelitian sesudah diberikan sikap model pendidikan kesehatan didapatkan hasil rerata sikap dengan video 11,11 dengan standar deviasi 1,27, dapat dilihat rerata perbedaan sikap antara hasil sebelum dan sesudah diberi intervensi -3,11 dengan standar deviasi 3,27. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p= 0,001$  maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara sikap sebelum dan sesudah diberi model pendidikan kesehatan.

Berdasarkan hasil dari kuesioner penelitian model pendidikan kesehatan yang disebarkan melalui angket tentang pengetahuan menarche, rata-rata pengetahuan siswi banyak kurang mengetahui tentang apa yang dilakukan cara menjaga kesehatan reproduksi saat menarche atau menstruasi, faktor- faktor apa saja yang dapat mempengaruhi menarche, Priode dan fase dari mulai regenerasi menarche sampai terjadi menarche atau menstruasi, petunjuk kepada siapa menanyakan tentang menarche dan kepada siapa seharusnya menanyakannya.

Hasil dari kuesioner penelitian model pendidikan kesehatan tentang sikap siswi didapatkan siswi mempunyai rerata sikap banyak yang kurang baik yaitu tentang menarche merupakan peristiwa tidak menyenangkan, mencari pengetahuan tentang menarche belum menggunakan sumber buku, surat kabar, menerima menarche merupakan keadaan normal dan sehat, bertanya tentang menarche pada teman sebaya.

Sikap perilaku yang didasari pengetahuan dan kesadaran dan sikap positif, akan bersifat langsung pada hasil, didapatkan hasil setelah diberikan model pendidikan kesehatan didapatkan hasil perilaku baru dimulai pada kognitif, stimulus dari materi dan menimbulkan respon dalam bentuk sikap dan berlanjut dalam bentuk tindakan, ( Notoatmodjo, 2007)

Pengetahuan tentang reproduksi dapat memberitahukan apa yang dialami oleh seorang perempuan yang sedang dalam masa puber adalah normal. Adanya perasaan bingung saat pertama kali mengalami menstruasi disebabkan oleh remaja putri tersebut kurang pengetahuan tentang menstruasi, Ilmu pengetahuan dapat memberikan rasa aman kepada manusia. ( Darvill & Powell, 2003).

Pengetahuan dapat dipengaruhi media masa/elektronik. Media masa sangat efektif untuk menyampaikan informasi terutama juga untuk mempromosikan hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi, (Soetjiningsih, 2010).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Qarioh Novrianti, (2012) Penelitian studi komparasi pendidikan kesehatan melalui ceramah dan peer education terhadap perilaku remaja dalam menghadapi perubahan sistem reproduksi di Jogjakarta. Terdapat perbedaan yang bermakna pengetahuan sesudah perlakuan ceramah dan peer education ( $p=0,008$ ), bahwa rerata pengetahuan pada kelompok ceramah sebelum dan sesudah diberikan perlakuan mengalami peningkatan yaitu dari 10,58 menjadi 12,19 dengan  $p= 0,000$  menunjukkan pengaruh pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan, Perbedaan penelitian ini adalah penelitian pendidikan kesehatan dalam bentuk penyuluhan berupa ceramah, dan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Perbedaan dengan penelitian ini berupa alat yang digunakan dari cara pemberian model pendidikan kesehatan menggunakan model Video. Video yang dibuat merupakan model yang didesain atau dimodifikasi dari materi teori dan gambar- gambar berbagai buku sumber.

Pendidikan kesehatan adalah proses untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan. Sedang dalam keperawatan, pendidikan kesehatan

merupakan satu bentuk intervensi keperawatan yang mandiri untuk membantu klien baik individu, kelompok, maupun masyarakat dalam mengatasi masalah kesehatannya melalui kegiatan pembelajaran, yang didalamnya perawat berperan sebagai perawat pendidik. (Notoatmodjo, 2010)

Salah satu cara pendidikan kesehatan untuk mencapai kesehatan yang optimal dengan menggunakan sarana media elektronik seperti Video, leaflet, lembar balik merupakan bahagian dari media pendidikan kesehatan, dapat meningkatkan perubahan perilaku, sikap, kepada yang lebih baik. (Notoatmodjo, 2010) Model pendidikan kesehatan dibuat menggunakan video yang didesain dengan cara memodifikasi dari berbagai buku sumber dan materi dibuat dengan berbagai gambar dan warna yang menarik bagi remaja siswi. Hasil penelitian ini didapatkan rata-rata pengetahuan dan sikap remaja siswi meningkat setelah diberikan model pendidikan kesehatan dengan video, salah satu faktor yang mempengaruhi dalam pendidikan kesehatan adalah sarana media yang digunakan pada penyuluhan pemberi materi dan sasaran juga disebabkan siswi antusias, serius dan semangat memperhatikan saat diberikan model pendidikan ditambah dengan menggunakan infokus dan video yang dimodifikasi dari berbagai buku sumber tentang materi menarche dengan memakai gambar dan warna yang menarik dapat menambah siswi mersa lebih ingin tahu dan memperhatikan dengan serius sehingga siswi dapat memahami yang diberikan dengan model pendidikan kesehatan tersebut, yang sebelumnya pengetahuan tentang menarche ini belum didapatkan siswi, dan ditunjang oleh lingkungan yang baik seperti guru kelas ikut bekerjasama lacarnya pelaksanaan, ruangan tempat pelaksanaan nyaman, merupakan hal yang mendukung pelaksanaan penelitian. Cara menjaga kesehatan alat reproduksi jika menstruasi, setelah diberikan model pendidikan kesehatan ditambah pemberian dengan video, rerata pengetahuan siswi meningkat, dengan mengetahui siklus menstruasi maka siswi tidak merta takut jika menstruasi yang pertama dialaminya.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seperti fasilitas media, Video, Power point, Leaflet yang tersedia, kondisi ruangan baik dan lingkungan yang tersedia, pemberi materi yang didapatkan dalam proses pendidikan kesehatan, dapat meningkatkan pengetahuan dalam memberikan pendidikan kesehatan, ( Djamarah, Zain, 2006)

Dalam penyampaian informasi dibutuhkan sumber informasi yang menjadi perantara dalam penyampaian informasi, merangsang pikiran dan kemampuan (Notoadmojo, 2003). Siwi SD No 27 sungai Sapiah Padang pada dasarnya belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang menarche baik dari orang tua maupun tenaga kesehatan dan guru di sekolah, sesudah diberikan pendidikan kesehatan siswi jadi lebih memahami bagai mana cara mengatasi dalam menghadapi menarche.

Pendidikan kesehatan adalah suatu upaya atau kegiatan untuk menciptakan perilaku masyarakat yang kondusif untuk kesehatan. Artinya, pendidikan kesehatan berupaya agar masyarakat menyadari atau mengetahui bagaimana cara memelihara kesehatan mereka, bagaimana menghindari atau mencegah hal – hal yang merugikan kesehatan mereka dan kesehatan orang lain, kemana seharusnya mencari pengobatan jika sakit, dan sebagainya. (Notoatmodjo, 2007).

Faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan diantaranya lingkungan adalah segala sesuatu yang ada disekitar individu, baik lingkungan fisik/ biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Dalam Nursalam (2010), pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi, untuk meningkatkan pengetahuan dan kualitas hidup, Oleh sebab itu, makin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka makin mudah menerima informasi, lebih mudah menerima nilai-nilai yang baru di kembangkan. Dengan demikian pengetahuan siswi akan meningkat, karna dipengaruhi oleh lingkungan fisik dan sosial yang diberikan oleh tenaga kesehatan sebagai sumber materi dan lingkungan yang nyaman.

Setelah diberikan intervensi berupa Pendidikan kesehatan merupakan bimbingan yang diberikan pada siswi agar mereka dapat memahami bagai mana cara menghadapi menarche.

Pengetahuan siswi sebelum diberikan intervensi kurang mengetahui tentang salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya menarche, setelah diberikan pengetahuan dengan memakai konvensional ditambah dengan menayang video yang telah peneliti modifikasi dari berbagai buku sumber, dalam hal ini siswi lebih tertarik dan antusias melihat video dengan gambar yang disukai siswi sekolah dasar.

Pendidikan kesehatan bertujuan untuk mengubah pemahaman individu, kelompok, dan masyarakat di bidang kesehatan agar menjadikan kesehatan sebagai sesuatu yang bernilai, mandiri dalam mencapai tujuan hidup sehat, serta dapat menggunakan fasilitas pelayanan kesehatan yang ada dengan tepat dan sesuai. (Suliha, 2002)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ni Ketut Mendri, (2012) pengaruh penggunaan modul tentang menarche terhadap pengetahuan dan kesiapan menghadapi menarche pada siswi kelas V sekolah dasar di kecamatan gamping kabupaten sleman yogyakarta dengan hasil penelitiannya ada pengaruh menggunakan leaflet tentang menarche terhadap pengetahuan tentang menarche dan kesiapan menghadapi menarche pada siswi kelas V Yogyakarta.

Kegiatan menggunakan Model pendidikan kesehatan dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak hanya sadar, tahu dan mengerti tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Ircham Machfoedz, 2005)

Berdasarkan pendapat peneliti, ketidaktahuan siswi tentang menarche dapat mengakibatkan siswi sulit untuk menerima menarche, kurang pengetahuan dan sikap siswi akibat belum terbuka dan menganggap masih tabu membicarakan tentang menarche, ini perlu diluruskan karena ini dapat menyebabkan kurangnya informasi pendidikan kesehatan khususnya terhadap pengetahuan dan sikap dalam kesiapan menghadapi menarche yang didapatkan oleh siswi, hal ini dapat mengakibatkan remaja merasa takut, tidak siap menghadapi menarche, mencemaskan, merasakan hal ini tidak normal. Informasi berupa pengetahuan dan sikap yang didapatkan siswi dari guru, orang tua, tenaga kesehatan terkait pada kegiatan UKS, belum memadai. Setelah diberikan model pendidikan kesehatan dapat meningkatkan Pengetahuan dan sikap tentang menarche, dengan menggunakan sarana seperti media elektronik berupa konvensional tambah video, sarana lingkungan yang menunjang, seperti ruangan tenang, tidak panas, lingkungan sosial yang menunjang diberikan oleh tenaga kesehatan.

Selanjutnya diharapkan lingkungan sosial yang menunjang seperti diperlukan pengasuhan orang tua, guru disekolah, diaktifkan kegiatan UKS bekerjasama dengan tenaga kesehatan untuk peningkatan pengetahuan dan sikap dalam menghadapi menarche di Sekolah Dasar SD 27 sungai sapiah Padang. Siswi dapat memahami bahwa menarche itu hal yang wajar. mendapatkan informasi pengetahuan dan sikap yang benar, dapat mengetahui dan memahami tentang menarche, peningkatan pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan diperlukan .

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti tentang Model pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap dalam kesiapan menghadapi menarche di SD No 27 Sungai sapiah Padang Tahun 2016 dapat di simpulkan sebagai berikut :

1. Rata-rata sebelum diberikan Pengetahuan 11,83 dengan standar deviasi -5,72 dan sesudah diberikan pengetahuan + Video 17,56 dengan standar deviasi 2,55.
2. Rata-rata sikap pengukuran sebelum perlakuan adalah 8,00 dengan standar deviasi 3,10, dan sesudah diberikan model pendidikan kesehatan sikap + dengan Video didapatkan rerata sikap 11,11 dengan standar deviasi 1,27.
3. Terdapat perbedaan nilai mean antara sebelum dan sesudah diberikan model pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan 5,73. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $P= 0,001$ , maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dengan hasil pengetahuan sesudah.

4. Terdapat perbedaan nilai mean sikap antara sebelum dan sesudah diberikan model pendidikan kesehatan terhadap sikap -3,11. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p = 0,001$ , maka dapat disimpulkan adanya perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dengan hasil pengetahuan sesudah

#### Saran

1. Bagi Sekolah Dasar N0 27 Sungai Sapiah Padang diharapkan model pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap dalam kesiapan menghadapi menarche di laksanakan secara berkesinambungan pada kegiatan UKS, dilakukan bekerjasama dengan tenaga kesehatan puskesmas setempat, tentang pengetahuan dan sikap tentang menarche.
2. Bagi peneliti selanjutnya untuk melanjutkan penelitian model pendidikan kesehatan yang dengan variabel yang berbeda dan dalam jumlah sampel yang lebih besar

#### DAFTAR PUSTAKA

- Dariyo 2005, Psikologi Perkembangan Remaja Jakarta Ghalia Indonesia
- Depkes RI, 2010. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta.
- Darvill, Powell, Kelsey. 2003. The Puberty Book Panduan Untuk Remaja. Jakarta: Sun.
- Gayatri, Dyah Ayu, 2014. Hubungan Keterpaparan Media Massa Elektronik dan Status Gizi
- Machfoedz, Ircham, dkk, (2005), Pendidikan Kesehatan Bagian dari Promosi Kesehatan, Fitramaya, Jogyakarta
- Notoatmojo, Soekidjo, 2007, *Pengantar Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku Kesehatan*. Andi Offset. Jakarta.
- Notoatmodjo, S., 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan, Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2010. Ilmu Kesehatan Masyarakat, Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoadmojo, Soekidjo. Promosi Kesehatan dan Prilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
- Proverawati A, Maisaroh S, 2009, Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna. Yogyakarta: Nuha Medika; 2009.
- Pieter, Herri dan dkk 2011, Pengantar Psikologi untuk Kebidanan. Jakarta: Kencana Prenada media group; 2011.
- Santrock, J.W. (2002). Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup. Edisi Kelima. Jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Soetjiningsih, (2010). Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya, Jakarta: EGC
- Suliha, Uha, dkk, (2002), Pendidikan Kesehatan Dalam Keperawatan, EGC, Jakarta
- Susanti, Agres Vivid an Sunarto. Faktor resiko kejadian menarche dini pada remaja di SMP N 30 Semarang [skripsi]. Semarang: Universitas Diponegoro; 2012.
- Djamarah dan Aswan Zain, 2006, Strategi belajar mengajar, Jakarta: Rineka Cipta
- Widyastuti 2009, Yani, dkk. Kesehatan Reproduksi. Yogyakarta: Fitramaya; 2009.