

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DALAM MENGHADAPI KESIAPAN *MENARCHE* PADA REMAJA PUTRI DI SDN MANGUNJAYA 05 TAMBUN SELATAN KABUPATEN BEKASI TAHUN 2025

Aliszza Ulfa Hifdzilah^{1*}, Herlina Simanjuntak², Ika Kania Fatdo Wardani³, Hajar Nur Fathur Rohmah⁴

Program Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Medika Suherman, Jawa Barat, Indonesia^{1,2,3,4}

*Corresponding Author : aliszzaulfahifdzilah78@gmail.com

ABSTRAK

Menarche merupakan peristiwa biologis yang menandai awal kedewasaan reproduksi pada perempuan dan umumnya dialami pada masa remaja awal. Namun, kurangnya pengetahuan dan kesiapan dalam menghadapi menarche sering menimbulkan kecemasan, ketakutan, serta perilaku yang kurang tepat dalam menjaga kebersihan diri dan kesehatan reproduksi. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi pendidikan kesehatan yang efektif dan sesuai dengan karakteristik remaja usia sekolah dasar. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan dengan media audiovisual terhadap peningkatan pengetahuan dalam menghadapi kesiapan menarche pada remaja putri di SDN Mangunjaya 05 Tambun Selatan Kabupaten Bekasi Tahun 2025. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-eksperimental one group pretest–posttest. Sampel penelitian adalah seluruh siswi kelas IV dan V sebanyak 83 orang yang diambil dengan teknik total sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan tentang menarche yang telah diuji validitas. Intervensi dilakukan melalui pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, sebagian besar siswi memiliki pengetahuan pada kategori kurang dan cukup, yaitu masing-masing 28,9% dan 66,3%, sementara hanya 4,8% berada pada kategori baik. Setelah diberikan pendidikan kesehatan, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan, dengan 95,2% siswi berada pada kategori pengetahuan baik. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menandakan adanya pengaruh yang signifikan.

Kata kunci: media audio visual, pendidikan kesehatan, pengetahuan menarche, remaja putri

ABSTRACT

Menarche is a biological event that marks the beginning of reproductive maturity in girls and generally occurs in early adolescence. However, a lack of knowledge and preparedness for menarche often leads to anxiety, fear, and inappropriate behavior in maintaining personal hygiene and reproductive health. This situation indicates the need for effective health education interventions tailored to the characteristics of elementary school-aged adolescents. This study aims to analyze the effect of health education using audiovisual media on increasing knowledge and preparedness for menarche among adolescent girls at SDN Mangunjaya 05, South Tambun, Bekasi Regency, in 2025. This study used a quantitative approach with a pre-experimental one-group pretest-posttest design. The sample consisted of all 83 fourth and fifth grade female students, selected using a total sampling technique. The research instrument was a knowledge questionnaire about menarche that had been tested for validity. The intervention was carried out through health education using audiovisual media. Data analysis was performed using the Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed that before the intervention, the majority of female students' knowledge was in the poor and sufficient categories, namely 28.9% and 66.3%, respectively, while only 4.8% were in the good category. After receiving health education, there was a significant increase in

knowledge, with 95.2% of female students in the good knowledge category. The statistical test results showed a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a significant effect.

Keywords: *audio-visual media, health education, menarche knowledge, adolescent girls*

PENDAHULUAN

Menarche merupakan peristiwa biologis penting yang menandai dimulainya fungsi reproduksi pada perempuan dan menjadi indikator utama terjadinya pubertas. Peristiwa ini tidak hanya membawa perubahan fisik, tetapi juga perubahan psikologis dan sosial yang signifikan bagi remaja putri. Kurangnya pemahaman dan kesiapan dalam menghadapi menarche sering kali menimbulkan kecemasan, ketakutan, dan kebingungan, terutama pada remaja usia sekolah dasar dan menengah awal (Fitri & Kurnia, 2021). Ketidaksiapan tersebut dapat berdampak negatif terhadap sikap, perilaku, serta kesehatan reproduksi remaja dalam jangka panjang.

Organisasi Kesehatan Dunia (World Health Organization/WHO) melaporkan bahwa terdapat sekitar 1,3 miliar remaja berusia 10–19 tahun di seluruh dunia yang sedang mengalami masa transisi biologis dan psikologis, termasuk pubertas dan menarche (WHO, 2023). Masa remaja merupakan fase kritis perkembangan manusia, di mana individu mengalami percepatan pertumbuhan fisik, kematangan seksual, serta pembentukan identitas diri. Apabila perubahan ini tidak diiringi dengan pengetahuan dan kesiapan yang memadai, remaja berisiko mengalami gangguan psikologis dan perilaku tidak sehat (Salihah et al., 2024).

Di Indonesia, berbagai penelitian menunjukkan bahwa kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche masih tergolong rendah. Studi Deade et al. (2022) menemukan bahwa kurangnya informasi tentang menstruasi dan kebersihan genitalia menyebabkan sebagian remaja mengalami trauma awal menstruasi, rasa malu berlebihan, serta praktik kebersihan yang tidak adekuat. Penelitian lain melaporkan bahwa sekitar 75% remaja putri di Indonesia merasa takut dan belum siap menghadapi menarche, sementara hanya 45% yang merasa siap menjalani masa pubertas (Fitri & Kurnia, 2021). Kondisi ini menunjukkan masih adanya kesenjangan pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja.

Berdasarkan data Sensus Penduduk 2020, sekitar 32% penduduk Provinsi Jawa Barat merupakan anak dan remaja usia 0–19 tahun. Pada tahun 2022, dari total penduduk Jawa Barat yang mencapai hampir 49,40 juta jiwa, sekitar 15,81 juta orang berada pada kelompok usia tersebut (Anisah et al., 2023). Komposisi ini menunjukkan bahwa Jawa Barat memiliki populasi remaja yang cukup besar dan memerlukan perhatian khusus dalam aspek kesehatan reproduksi. Penelitian Nuraeni et al. (2023) menunjukkan bahwa usia menarche terbanyak di Jawa Barat terjadi pada rentang usia 13–14 tahun (38,1%), diikuti usia 11–12 tahun (20,3%), dan usia 9–10 tahun (1,7%). Rentang usia ini menunjukkan bahwa sebagian remaja putri mengalami menarche saat masih duduk di bangku sekolah dasar.

Menarche dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi genetik atau riwayat menarche ibu, yang berhubungan dengan percepatan atau perlambatan usia menarche (Karmila & Perbata, 2022). Sementara itu, faktor eksternal meliputi status gizi, kondisi sosial ekonomi, lingkungan tempat tinggal, paparan media massa, serta gaya hidup. Pola konsumsi makanan cepat saji, rendahnya aktivitas fisik, dan paparan informasi yang tidak tepat dari media sosial turut berkontribusi terhadap terjadinya menarche dini dan berbagai masalah kesehatan reproduksi (Simanjuntak, 2024).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa menarche dini berhubungan dengan peningkatan risiko masalah kesehatan reproduksi, seperti keputihan patologis, infeksi saluran reproduksi, serta gangguan psikologis akibat ketidaksiapan mental (Karmila & Perbata, 2022; Salihah et al., 2024). Remaja yang belum siap menghadapi menarche cenderung menolak

proses fisiologis tersebut dan memandang menstruasi sebagai sesuatu yang menakutkan dan mengancam (Simanjuntak, 2024). Ketidaktahuan mengenai cara menjaga kebersihan genitalia selama menstruasi dapat meningkatkan risiko infeksi dan gangguan kesehatan reproduksi lainnya (Deade et al., 2022).

Sebaliknya, remaja yang memiliki pengetahuan dan kesiapan yang baik akan memandang menarche sebagai tanda kedewasaan biologis yang positif. Penelitian Fatdo Wardani (2025) menunjukkan bahwa kesiapan menghadapi menarche berhubungan dengan sikap yang lebih positif, rasa percaya diri yang lebih tinggi, serta perilaku menjaga kebersihan diri yang lebih baik. Oleh karena itu, kesiapan menarche menjadi aspek penting dalam pembentukan kesehatan reproduksi remaja putri.

Pemerintah Indonesia telah melakukan berbagai upaya untuk meningkatkan kesehatan reproduksi remaja. Melalui Undang-Undang Nomor 10 Tahun 1992, pemerintah menegaskan pentingnya perlakuan yang setara dalam aspek kesehatan reproduksi. Selain itu, berbagai program kesehatan remaja telah dikembangkan, seperti advokasi kesehatan reproduksi, peningkatan kegiatan positif remaja, pengembangan komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE), serta penyuluhan kesehatan remaja (Mardisentosa et al., 2020). Namun demikian, efektivitas program-program tersebut masih perlu ditingkatkan, khususnya pada kelompok usia sekolah dasar.

Salah satu strategi yang dinilai efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan remaja adalah pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual. Media audiovisual mampu merangsang lebih dari satu indera, yaitu penglihatan dan pendengaran, sehingga pesan yang disampaikan lebih mudah dipahami dan diingat (Wahyuningsih et al., 2023). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan media audiovisual dalam pendidikan kesehatan menstruasi secara signifikan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche dibandingkan metode ceramah konvensional (Putri et al., 2021; Rahmawati & Sari, 2022).

Berdasarkan uraian tersebut, masih ditemukan rendahnya tingkat pengetahuan dan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche, khususnya akibat kurangnya informasi yang tepat dan menarik. Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan media audiovisual terhadap peningkatan pengetahuan dalam menghadapi kesiapan menarche pada remaja putri di SDN Mangunjaya 05 Tambun Selatan Kabupaten Bekasi tahun 2025.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain pre-eksperimental one group pretest–posttest. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei tahun 2025 di SDN Mangunjaya 05 Tambun Selatan, Kabupaten Bekasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas IV dan kelas V di SDN Mangunjaya 05 Tambun Selatan. Sampel penelitian berjumlah 83 siswi, yang terdiri dari 36 siswi kelas IV dan 47 siswi kelas V, dengan teknik total sampling, sehingga seluruh anggota populasi dijadikan sebagai responden penelitian.

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel independen, yaitu pendidikan kesehatan dengan media audiovisual, dan variabel dependen, yaitu pengetahuan remaja putri dalam menghadapi menarche. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan tentang menarche yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya dan telah melalui uji validitas. Kuesioner digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi pendidikan kesehatan.

Prosedur penelitian dilakukan dengan memberikan kuesioner pretest kepada responden untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal, kemudian dilanjutkan dengan pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual, dan setelah itu responden kembali mengisi kuesioner posttest. Analisis data dilakukan secara bertahap, dimulai dengan

uji normalitas menggunakan Kolmogorov–Smirnov. Hasil uji menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), sehingga analisis perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test.

Penelitian ini telah memenuhi aspek etika penelitian, yang meliputi pemberian informasi kepada responden, persetujuan menjadi responden (informed consent) melalui pihak sekolah dan orang tua/wali, kerahasiaan identitas responden, serta prinsip keadilan dan keamanan bagi seluruh responden selama proses penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Dalam Menghadapi Kesiapan Menarce Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audio Visual.

No.	Pengetahuan	Pre-Test		Post-Test	
		Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Pengetahuan Kurang	24	28.9%	-	-
2.	Pengetahuan Cukup	55	66.3%	4	4.8%
3.	Pengetahuan Baik	4	4.8%	79	95.5%
	Total	83	100%	83	100%

Berdasarkan data pada Tabel 1 terlihat adanya perubahan tingkat pengetahuan remaja putri Pre-Test dan Post-Test memperoleh pendidikan kesehatan melalui media audio visual terkait menarce. Pre-Test intervensi dilakukan, sebanyak 24 remaja putri (28,9%) berada pada kategori pengetahuan kurang, 55 remaja putri (66,3%) berada pada kategori pengetahuan cukup, dan hanya 4 remaja putri (4,8%) yang memiliki pengetahuan baik. Post-Test diberikannya pendidikan kesehatan dengan menggunakan media audio visual, terjadi peningkatan yang signifikan. Jumlah remaja putri dengan pengetahuan cukup menurun drastis menjadi 4 orang (4,8%), sementara mayoritas yaitu 79 orang (95,2%), telah mencapai tingkat pengetahuan yang baik dalam menghadapi menarce.

Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dalam Menghadapi Kesiapan Menarce Pada Remaja Putri Di Mangunjaya 05 Tambun Selatan Kabupaten Bekasi 2025

Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audio Visual	Pengetahuan				
	Median	Min	Max	Z-	p-Value
Pre-Test	13	8	16	-7.746	0.00*
Post-Test	18	12	20		
				Pengetahuan	
Positive Rank				79	
Negative Rank				0	
Ties				4	
Total				83	

Berdasarkan Tabel 2, diperoleh hasil analisis mengenai perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri Pre-test dan Post-test diberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan menggunakan media audio visual. Analisis ini dilakukan dengan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test, karena data yang digunakan bersifat non-parametrik dan berpasangan. Hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai median pengetahuan Pre-test diberikan intervensi adalah 13, dengan rentang nilai antara 8 hingga 16. Dan Post-test diberikan intervensi, median pengetahuan meningkat menjadi 18, dengan nilai minimum 12 dan maksimum 20. Dari total 83 responden sebanyak 79 responden mengalami peningkatan pengetahuan, tidak ada yang mengalami penurunan dan 4 responden tetap sama. Uji

Wilcoxon menghasilkan nilai $Z = -7.746$ dengan tingkat signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan secara statistik antara Pre-test dan Post-test setelah diberikannya pendidikan kesehatan dengan media audio visual. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan melalui media audio visual terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang menarche.

Pembahasan

Hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai median pengetahuan Pre-test diberikan intervensi adalah 13, dengan rentang nilai antara 8 hingga 16. Dan Post-test diberikan intervensi, median pengetahuan meningkat menjadi 18, dengan nilai minimum 12 dan maksimum 20. Dari total 83 responden sebanyak 79 responden mengalami peningkatan pengetahuan, tidak ada yang mengalami penurunan dan 4 responden tetap sama. Uji Wilcoxon menghasilkan nilai $Z = -7.746$ dengan tingkat signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan secara statistik antara Pre-test dan Post-test setelah diberikannya pendidikan kesehatan dengan media audio visual.

Proses kognitif setelah seseorang atau individu melakukan penginderaan pada objek. Secara umum, pengetahuan dapat diperoleh melalui indera, terutama pendengaran dan penglihatan, yang kemudian diperkuat oleh berbagai sumber informasi. Informasi tersebut dapat disampaikan melalui berbagai media, baik media audiovisual seperti perangkat elektronik, video, VCD, radio, dan televisi, maupun media cetak seperti buku, majalah, leaflet, booklet, serta poster. Untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan seseorang penyuluhan atau pendidikan kesehatan sangat diperlukan dan penting. Dalam penyampaian pendidikan kesehatan yang baik pesan yang dibuat disesuaikan dengan pemilihan media (Imtisalillah & Rohmah, 2024). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan media audio visual sebagai sarana penyampaian informasi mengenai menstruasi kepada remaja putri. Penggunaan media ini terbukti memberi pengaruh yang signifikan pada peningkatan pengetahuan. Keunggulan ini disebabkan oleh karakteristik khas media audio visual yang menggabungkan unsur visual dan auditori, sehingga dapat menarik perhatian remaja dengan lebih optimal. Unsur visual seperti animasi gerak yang ditampilkan dalam media tersebut menjadi daya tarik tersendiri bagi remaja, yang pada akhirnya membantu mereka mengingat informasi dalam jangka waktu yang lebih lama (Anggraeni & Lubis, 2021).

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Widyastutik et al., 2022) bahwa tingkat pengetahuan responden pre-test diberikan pendidikan kesehatan berada pada angka rata-rata 72,61 atau sebesar 86,44%, dan Post-test mendapatkan intervensi pendidikan kesehatan (post-test), terjadi peningkatan menjadi 80,61 atau sebesar 95,96%. Penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh (Nopia et al., 2020) yang mengungkapkan bahwa pre-test intervensi diberikan, dari total 15 responden, sebanyak 9 orang (60%) berada pada kategori pengetahuan rendah, dan 6 orang (40%) memiliki pengetahuan tinggi. Dan Post-test intervensi dilakukan, terjadi perubahan distribusi pengetahuan, yaitu 7 responden (46,7%) masih berada pada kategori pengetahuan rendah, sementara 8 responden (53,3%) menunjukkan peningkatan dan masuk dalam kategori pengetahuan tinggi.

Menurut asumsi peneliti, peningkatan pengetahuan merupakan proses berkembangnya kemampuan remaja putri dalam memahami informasi, yang diperoleh melalui pendalaman materi dari berbagai sumber, termasuk media audio visual. Ketika seseorang memperoleh pengetahuan yang baik, umumnya akan tercermin dalam sikap yang positif. Pengetahuan yang dimiliki remaja putri mengenai menarche akan memengaruhi kesiapan mereka dalam menghadapinya. Peningkatan pengetahuan ini berdampak langsung terhadap kesiapan remaja dalam menghadapi menarche. Penggunaan media video audio visual memiliki sejumlah

keunggulan dibandingkan media lain, karena mampu menyajikan penjelasan yang lebih komprehensif melalui visualisasi animasi yang bergerak, sehingga materi menjadi lebih menarik, bermakna, mudah diterima, dan dipahami. Dengan diterapkannya pendidikan kesehatan melalui media audio visual, tingkat pengetahuan remaja putri di SDN Mangunjaya 05 menunjukkan peningkatan yang signifikan (Hanifah et al., 2021).

Remaja yang baru memasuki masa pubertas awal umumnya mengalami ketidaksiapan dan kurangnya pengetahuan dalam menghadapi menarche, yang dapat memicu kecemasan akibat perubahan fisik dan psikologis yang berlangsung cepat, serta perkembangan mental yang juga pesat di tahap ini. Perubahan-perubahan tersebut menimbulkan kebutuhan akan penyesuaian diri serta informasi yang memadai dari lingkungan sekitar. Melalui pendidikan kesehatan yang disampaikan menggunakan media audio visual, informasi dapat diterima dengan lebih mudah, dipahami secara efektif, dan diingat dalam jangka panjang. Hal ini berkontribusi pada peningkatan pengetahuan remaja putri dalam menghadapi menarche (Imtisalillah & Rohmah, 2024).

Media audio visual adalah media yang mencampurkan unsur gambar dan suara, sehingga memiliki keunggulan dalam menyampaikan informasi secara lebih efektif. Kombinasi kedua unsur tersebut menjadikan media audio visual mampu meningkatkan pemahaman secara optimal. Rendahnya pemahaman mengenai cara mempersiapkan diri menghadapi menarche memerlukan penggunaan media yang tepat agar anak, termasuk dengan kebutuhan khusus, dapat lebih cepat menerima informasi yang disampaikan. Salah satu media yang dapat mendukung tujuan ini adalah media audio visual, karena kemampuannya dalam menyampaikan materi melalui visualisasi dan auditory secara bersamaan (Risnawati et al., 2022).

Hasil penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh (Winarti et al., 2023), yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual berkontribusi terhadap penurunan tingkat kecemasan terkait menarche. Pada kelompok yang menerima intervensi, sebelum diberikan edukasi melalui media audiovisual, mayoritas responden menunjukkan tingkat kecemasan ringan terhadap menarche, yakni sebesar 40%. Namun, setelah intervensi dilakukan, terjadi penurunan signifikan, di mana mayoritas responden (75%) berada dalam kategori kecemasan terhadap menarche yaitu normal. Sementara itu, pada kelompok kontrol, sebelum mendapatkan edukasi, sebagian besar responden juga mengalami kecemasan terhadap menarche ringan (50%), dan setelah edukasi diberikan, terjadi peningkatan ke kategori normal, namun hanya sebesar 60%. Pada hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa media audiovisual dapat menjadi metode yang efektif dalam mengurangi tingkat kecemasan, terhadap menarche khususnya pada kelompok remaja. Dan Sejalan juga dengan penelitian dari (Salihah et al., 2024) yaitu Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja putri dalam menghadapi menarche, dengan nilai rata-rata yang meningkat dari 6,00 menjadi 9,00. Peningkatan ini turut berkontribusi terhadap kesiapan remaja putri dalam menyambut menarche dengan lebih baik dan mengalami peningkatan dari nilai rata-rata 20,00 menjadi 24,00. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh $p\text{-value} < 0,001$ ($p < 0,05$), Disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari edukasi menggunakan media audiovisual terhadap peningkatan pengetahuan dan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche.

Menurut asumsi peneliti, pendidikan kesehatan yang disampaikan melalui media audio visual terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri. Tingkat efektivitas ini sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor dalam proses edukasi, salah satunya adalah pemilihan media penyampaian informasi yang tepat. Materi pendidikan kesehatan akan lebih mudah diterima oleh siswa jika disampaikan melalui media yang mampu menarik minat mereka. Penggunaan media video, misalnya, dapat memberikan pengalaman belajar yang lebih menarik dan bervariasi, sehingga membantu meningkatkan pemahaman serta

pengetahuan remaja putri mengenai menarche. Dengan demikian, mereka dapat lebih memahami berbagai aspek terkait menarche, termasuk langkah-langkah yang perlu dipersiapkan sebelumnya, sehingga informasi yang diperoleh menjadikan mereka lebih siap dalam menghadapinya (Salihah et al., 2024).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh pendidikan kesehatan dengan media audiovisual terhadap pengetahuan remaja putri dalam menghadapi menarche di SDN Mangunjaya 05 Tahun 2025, dapat disimpulkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual, sebagian besar remaja putri masih memiliki tingkat pengetahuan yang belum optimal. Hasil pretest menunjukkan bahwa sebanyak 24 remaja putri (28,9%) berada pada kategori pengetahuan kurang, 55 remaja putri (66,3%) berada pada kategori pengetahuan cukup, dan hanya 4 remaja putri (4,8%) yang memiliki pengetahuan baik dalam menghadapi menarche. Kondisi ini menggambarkan bahwa mayoritas siswi belum memiliki pemahaman yang memadai terkait kesiapan menghadapi menarche.

Setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual, terjadi peningkatan pengetahuan yang sangat signifikan pada remaja putri. Hasil posttest menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah mencapai tingkat pengetahuan yang baik, yaitu sebanyak 79 remaja putri (95,2%), sementara hanya 4 remaja putri (4,8%) yang berada pada kategori pengetahuan cukup, dan tidak ditemukan lagi responden dengan kategori pengetahuan kurang. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan dengan media audiovisual efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai menarche.

Lebih lanjut, hasil analisis statistik menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat pengetahuan remaja putri dalam menghadapi menarche di SDN Mangunjaya 05 Tahun 2025. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna secara statistik antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Dengan demikian, pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual dapat disimpulkan sebagai metode yang efektif dalam meningkatkan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Universitas Medika Suherman yang telah memberikan dukungan akademik dan fasilitas dalam proses penelitian ini. Terima kasih juga kepada pihak SDN Mangunjaya 05 Tambun Selatan Kabupaten Bekasi yang telah memberikan izin serta kesempatan untuk melaksanakan penelitian. Terima kasih kepada seluruh responden, yaitu siswi kelas IV dan V, yang telah bersedia berpartisipasi dengan penuh antusias sehingga penelitian dapat berjalan lancar. Terima kasih juga ditujukan kepada dosen pembimbing serta tim peneliti yang telah memberikan arahan, masukan, dan motivasi hingga terselesaikannya penelitian ini. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang kesehatan reproduksi remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, L., & Lubis, D. R. (2021). Hubungan Kecerdasan Emosional Dan Kecerdasan Spiritual Dengan Indeks Prestasi Mahasiswa Program Studi Kebidanan. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 5(1), 81–86. <https://doi.org/10.32536/Jrki.V5i1.137>
- Deade, F. M., Ernita, L., & Nugrahmi, M. A. (2022). Gambaran Tingkat Pengetahuan Terhadap Kesiapan Remaja Putri Pra-Pubertas Dalam Menghadapi Menarche Di Panti

- Asuhan Aisyiyah Bukittinggi Tahun 2021. *Jurnal Ners*, 6(1), 67–74. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/3911>
- Fatdo Wardani, I. K. (2025). Edukasi Pemanfaatan Olahsan Kurma Dan Air Kelapa (Kupa) Sebagai Minuman Sehat Guna Mencegah Anemia Bagi Ibu Hamil Dan Ibu Menyusui. *Proficio*, 6(2), 475–484. <https://doi.org/10.36728/jpf.v6i2.4922>
- Fitri, D. E., & Kurnia, E. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Focus Group Discussion Terhadap Pengetahuan Siswi Tentang Persiapan Dalam Menghadapi Menarche. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 10(2), 297–304. <https://doi.org/10.36763/healthcare.v10i2.154>
- Hanifah, R., Oktavia, N. S., & Nelwatri, N. (2021). Media Video Animasi Dan Power Point Terhadap Menghadapi Menarche. 4(2), 74–81.
- Imtisalillah, M., & Rohmah, H. N. F. (2024). Audio Visual Methods On The Knowledge And Attitudes Of Teenagers Regarding Hiv-Aids At Sman 2 Central Cikarang In 2023. *Siklus: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 13(1), 48–54.
- Karmila, D., & Perbata, D. P. (2022). Hubungan Keterpaparan Media Massa Dengan Usia Terjadinya Menarche Pada Siswi Smp. *Jurnal Keperawatan*, 14(S1), 155–160. <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/68>
- Mardisentosa, B., Nurhasanah, S., Pratiwi, A., Puspita Sari, D. N., & Sartika, I. (2020). Status Gizi Terhadap Usia Menarche Pada Seluruh Siswi Di Smp Negeri 5 Pasar Kemis Kabupaten Tangerang. *Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 122. <https://doi.org/10.52031/edj.v4i2.65>
- Nuraeni, N., Mulyanti, S., Handayani, H., Herdiani, I., Setiawan, A., Gunawan, I., Saefulloh, M., Nuriwyani, N., & Maulinda, H. P. (2023). Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Pada Siswi Kelas 4 Di Sd Negeri Cilolohan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Balarea*, 2(1), 18–22. <https://journal.umtas.ac.id/index.php/balarea/article/view/3711/1651>
- Risnawati, I., Hasan, L., & Ediyono, S. (2022). Edukasi Audio Visual Terhadap Pengetahuan Tentang Menarche Pada Anak Dengan Kebutuhan Khusus. *Jurnal Indonesia Kebidanan*, 6nomor 2(2), 55–60.
- Salihah, K. A., Palupi, R., & Putri, R. H. (2024). Pengaruh Edukasi Audiovisual Tentang Menarche Terhadap Pengetahuan Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Di Sdn 01 Serupa Indah Way Kanan. 2(6), 337–346.
- Simanjuntak, H. (2024). Pemberdayaan Pada Anak Remaja Dalam Meningkatkan Pengetahuan Tentang Menstruasi Untuk Kesiapan Menarch Di Smpn 2 Tambun Utara Bekasi. *Proficio*, 5(2), 368–372.
- Wahyuningsih, A., Wahyuni, S., & Adi Anggraini, L. (2023). Efektifitas Penyuluhan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Pengetahuan Siswi. *Involusi: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 13(1), 1–5. <https://doi.org/10.61902/involusi.v13i1.549>
- Who. (2023). *World Health Statistics 2023: Monitoring Health For The Sdgs, Sustainable Development Goals*. In *The Milbank Memorial Fund Quarterly* (Vol. 27, Issue 2). <https://www.who.int/publications/book-orders>.
- Widyastutik, D., Hapsari, E., Yessy M, M., Rohmatika, D., & Hapsari, Y. (2022). Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Dengan Metode Audiovisual Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 13(1), 18–23. <https://doi.org/10.34035/jk.v13i1.815>
- Winarti, A., Permatasari, D., Khayati, F. N., & Utami, A. F. A. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Audiovisual Terhadap Kecemasan Remaja Awal Menghadapi Menarche Di Sd N Kalikebo. *The 1st Conference Of Health And Social Humaniora Universitas Muhammadiyah Klaten*, 01(1), 1–7.