

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA KOMIK TERHADAP KESIAPAN REMAJA MENGHADAPI MENARCHE**Syifa Iklima Sandi Oktaviani¹, Heni Purwaningsih², Sri Mintarsih³**[¹2020060167@students.itspku.ac.id](mailto:2020060167@students.itspku.ac.id), [²henipurwaningsih@itspku.ac.id](mailto:henipurwaningsih@itspku.ac.id), [³srिमintarsih@itspku.ac.id](mailto:srिमintarsih@itspku.ac.id)**ITS PKU Muhammadiyah Surakarta****ABSTRAK**

Masa remaja adalah masa transisi atau peralihan antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Saat masa pubertas, seorang remaja perempuan akan mengalami menstruasi pertama yang disebut dengan menarche. Kesiapan menghadapi menarche adalah kondisi yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu tanda kematangan fisik yaitu dimulainya menstruasi. Kurangnya kesiapan dalam menghadapi menarche dapat berdampak negatif pada remaja, dengan pendidikan kesehatan melalui media komik terkait menarche dapat memberikan kesiapan bagi remaja dalam menghadapi menarche. Tujuan: Mengetahui adanya pengaruh pendidikan kesehatan dengan media komik terhadap kesiapan remaja menghadapi menarche. Metode: Penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian quasi eksperiment design. Menggunakan rancangan one group pre-test and post-test. Pengambilan sampel penelitian dengan Teknik total sampling. Dari sampel yang telah diambil berjumlah 25 siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner kesiapan yang telah diuji validitas dan reliabilitas oleh peneliti sebelumnya. Uji analisa data bivariat yang digunakan adalah Uji-Wilcoxon signed - Test. Hasil: Dari Uji Wilcoxon signed – Test didapatkan hasil Asymp. Sig (2-Tailed) adalah $0,000 < 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulan: Terdapat pengaruh yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan Dengan Media Komik terhadap kesiapan remaja menghadapi menarche di MI Muhammadiyah Kemas Polokarto.

Kata Kunci: Komik, Menarche, Pendidikan Kesehatan.

ABSTRACT

Adolescence is a transition period or transition between childhood and adulthood. During puberty, a teenage girl will experience her first menstruation called menarche. Readiness to face menarche is a condition that shows that a person is ready to reach one of the signs of physical maturity, namely the onset of menstruation. Lack of readiness to face menarche can have a negative impact on adolescents, with health education through comic media related to menarche can provide readiness for adolescents in facing menarche. Objectives: This study is to determine the influence of health education with comic media on adolescents' readiness to face menarche. Methods: This study is quantitative with a quasi-experimental design research design. Using one group pre-test and post-test design. Sampling of research with total sampling technique. From the sample that has been taken, there are 25 students. The instrument used in this study is in the form of a readiness questionnaire that has been tested for validity and reliability by previous researchers. The bivariate data analysis test used is the Wilcoxon signed - Test test. Results: from the Wilcoxon Signed Test – Test obtained Asymp results. Sig (2-Tailed) is $0.000 < 0.05$. It can be concluded that H_0 is rejected and H_a is accepted. Conclusion: There is a significant influence before and after the provision of Health Education with Comic Media on the readiness of adolescents to face menarche at MI Muhammadiyah Kemas Polokarto.

Keyword: Comics, Health Education, Menarche.

PENDAHULUAN

Usia terjadinya menarche telah menurun selama sepuluh tahun terakhir; hal ini mungkin terjadi karena generasi sekarang lebih sehat dan sadar gizi (Rangkuti et al., 2021). Menarche (haid pertama) merupakan hasil dari sejumlah perubahan utama dan sekunder

yang dialami perempuan muda seiring bertambahnya usia, serta indikator kematangan reproduksi. Penting juga untuk diingat bahwa pikiran remaja masih berkembang dan mereka belum bisa mandiri secara sosial dan ekonomi. Selain menarche dini yang terjadi saat anak masih belum matang, ketidaktahuan mengenai menstruasi dapat menimbulkan rasa takut dan cemas pada remaja putri. Selain itu, pada masa menstruasi pertama, remaja sering kali mengalami rasa malu dan perasaan tidak bersih yang ekstrem (Delima et al., 2020).

Rata-rata usia menarche di Indonesia adalah 12,4 tahun, dengan prevalensi 60%, diikuti oleh 2,6% pada usia 9–10 tahun, 30,3% pada usia 11–12 tahun, dan 30% pada usia 13 tahun (Rahmawati et al., 2023). Ketika seorang remaja sudah siap menarche, yaitu saat pertama kali muncul menstruasi dan bereaksi dengan cara tertentu, maka remaja tersebut dapat dianggap siap mengalami kematangan fisik. Kesiapan mental sangat penting sebelum menarche, karena dapat menghindari emosi takut, khawatir, dan ketidaktahuan akan perawatan diri yang diperlukan selama menstruasi. Respon seorang gadis remaja terhadap menstruasi pertamanya bergantung pada seberapa siap dia menghadapi menarche. Remaja yang tidak siap menarche akan merasa tidak aman dan bereaksi negatif, mengalami emosi antara lain terkejut, takut, sedih, malu, cemas, dan kebingungan (Sanjiwani & Pramitaresthi, 2020).

Kesiapan menarche pada remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain ketersediaan informasi dan dukungan sosial. Remaja putri percaya bahwa mereka menerima perhatian, pengetahuan, kasih sayang, dan ketenangan pikiran saat mereka bersiap menghadapi menarche jika mereka memiliki akses terhadap dukungan sosial dan informasi. Seseorang dapat memperluas pengetahuannya dengan mengubah pemikirannya, yang dimungkinkan oleh tersedianya informasi (Rahmawati et al., 2023).

Remaja yang tidak siap menghadapi menarche mungkin ingin menolak proses alami ini; mereka akan memandang siklus menstruasi sebagai hal yang berbahaya dan berbahaya, yang dapat menyebabkan hasil yang tidak menguntungkan lainnya. Berbeda dengan remaja yang dipersiapkan untuk menarche, mereka akan merasakan kebanggaan dan kebahagiaan karena mereka memandang dirinya sebagai orang dewasa yang matang secara fisiologis. Penyediaan layanan kesehatan atau pendidikan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kesiapsiagaan (Dwi, 2021).

Pendidikan adalah proses pembelajaran yang dilakukan secara informal maupun resmi dengan tujuan mendidik masyarakat, memberikan informasi, dan membantu mereka mencapai potensi maksimalnya sehingga dapat belajar lebih efektif. Dalam bidang keperawatan kesehatan dan komunitas, pendidikan didefinisikan oleh Kementerian Kesehatan RI (2021) sebagai suatu ikhtiar berupa proses bagi individu atau kelompok untuk meningkatkan dan memelihara kesehatannya dengan meningkatkan pengetahuan, kemampuan, dan kemauan yang didorong oleh faktor tertentu (Gradianto, 2022).

Edukasi mengenai topik menstruasi dapat mempengaruhi persepsi remaja terkait menarche. Salah satu hal yang membuat seseorang takut dan tidak siap menghadapi menstruasi serta membuat mereka sulit menghadapi menarche yaitu kurangnya pengetahuan. Dalam penelitian ini peran perawat dapat dikembangkan secara mandiri dalam upaya mempersiapkan remaja menghadapi menarche yaitu melalui pendidikan kesehatan (Sanjiwani & Pramitaresthi, 2020).

Saat ini, pendidikan kesehatan reproduksi diberikan secara luas, namun kurang spesifik dan kurang disukai oleh remaja putri seperti dulu. Oleh karena itu, mereka memerlukan pendidikan kesehatan yang menarik dan menyenangkan, dan salah satu cara untuk melakukannya adalah melalui penggunaan media komik instruksional. Komik adalah alat pengajaran yang berguna untuk menarik perhatian siswa dan meningkatkan hasil belajar mereka karena komik itu sendiri dapat membuat kelas menyenangkan dan hidup bagi guru

dan siswa. Telah dibuktikan bahwa penggunaan media komik dapat meningkatkan hasil belajar siswa sebesar 75%. Namun peningkatan hasil belajar tersebut didahului oleh peningkatan minat siswa terhadap materi pelajaran yang diajarkan. (Hidayah et al., 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Ranting (2022) didapatkan kesimpulan bahwa media pembelajaran menggunakan komik sangat tepat untuk menunjang proses pembelajaran di sekolah dasar. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa komik valid secara isi dan layak digunakan sebagai sumber pendidikan. Berdasarkan penelitian tersebut maka dapat dikatakan bahwa komik adalah media yang sangat cocok untuk dikembangkan sebagai alat pembelajaran bagi siswa sekolah dasar. Sekolah merupakan sarana strategis untuk memajukan dan meningkatkan sumber daya manusia, baik mental, fisik, moral, dan intelektual. Hal ini terutama berlaku untuk kesehatan anak-anak. Di antara inisiatif kesehatan masyarakat lainnya, pengajaran kesehatan di sekolah merupakan strategi yang berhasil. Hal ini terutama berlaku pada peran petugas kesehatan dalam hal ini (Usraleli & Magdalena, 2021).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan menggunakan metodologi desain quasi eksperimen. Satu kelompok digunakan untuk tes sebelum dan sesudah dalam desain penelitian ini. Penelitian ini dilaksanakan di MI Muhammadiyah Kemasan Polokarto pada tanggal 15 bulan Juni 2024, Populasi penelitian adalah dua puluh lima siswi MI Muhammadiyah Kemasan Polokarto kelas III dan IV dengan metode total sampling. Dengan kriteria inklusi siswi MI kelas 3 dan 4 di MI Muhammadiyah Kemasan Polokarto, belum menarche, usia 8-12 tahun dan bersedia menjadi responden dengan menyetujui inform concent. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan media komik edukasi yang dibuat dalam bentuk cerita bergambar.

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini yakni kuesioner kesiapan menarche modifikasi (Solehah, 2018) yang terdiri dari 22 item yang reliabel dan valid. Selanjutnya dilakukan analisis univariat dan bivariat berupa uji normalitas dan uji statistik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Kelas			
No	Karakteristik	F	%
1	Usia		
	Usia 9	6	24.0
	Usia 10	17	68.0
	Usia 11	2	8.0
	Total	25	100.00
2	Kelas	13	52.0
	Kelas 3	12	48.0
	Kelas 4	25	100.0
	Total		

Sumber : Data primer 2024

Tabel 1 menyajikan hasil yang menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia antara 10 dan 11 tahun; 17 siswi memiliki persentase 68% ke atas, 2 siswi memiliki persentase 8%, dan 13 siswi di kelas 3 memiliki persentase 52% ke atas dari rata-rata kelas yang berjumlah 12 siswi. 4 dengan tingkat 48 persen.

b. Kesiapan Remaja Menghadapi Menarche di MI Muhammadiyah Kemasan Polokarto

Tabel 2 Rata-rata Kesiapan Menarche Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan Dengan Media Komik

Kesiapan	Pretest		Posttest	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Tidak siap	20	80%	0	0%
Siap	5	20%	25	100%
Total	25	100%	0	100%

Sumber : Data Primer 2024

Tabel 2 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar remaja termasuk dalam kelompok “belum siap” yang berjumlah 20 siswi dan mewakili 80% dari total remaja dalam persiapan menghadapi menarche sebelum mendapat bantuan berupa pendidikan kesehatan. Setelah diberikan pendidikan kesehatan didapatkan 25 siswi pada kategori siap dengan persentase 100%.

Analisis Bivariat (Uji Wilcoxon)

Tabel 3 Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Komik Terhadap Kesiapan Remaja Menghadapi Menarche pada Siswi MI Muhammadiyah Kemas Polokarto

Pretest – Posttest	
Kesiapan	
Z	-4.391
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Sumber : Data primer 2024

Temuan Asymp berasal dari tabel 4.3 uji bertanda Wilcoxon - Tes. Mengingat nilai signifikansi dua sisi ($0,000 < 0,05$), maka dapat dikatakan H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan kesiapan remaja MI Muhammadiyah Kemas Polokarto dalam menghadapi menarche sebelum dan sesudah mendapat pendidikan kesehatan melalui media komik.

Pembahasan

Analisa Univariat

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Kelas

Berdasarkan penelitian pada 25 responden, didapatkan hasil mayoritas usia 10 tahun dengan jumlah 17 siswi (68%), usia 9 tahun 6 siswi (24%) dan paling sedikit pada usia 11 tahun 2 siswi (8%). Berdasarkan karakteristik kelas pada penelitian ini didapatkan hasil kelas 3 sebanyak 13 siswi (52%) dan kelas 4 sebanyak 12 siswi (48%).

Penelitian ini mendukung temuan penelitian lain (Fathimi, 2020) bahwa usia berpengaruh signifikan terhadap kesiapan remaja menghadapi menarche. Seseorang akan melalui tahap pertumbuhan dan perkembangan fisik yang lebih matang seiring bertambahnya usia.

b. Kesiapan Menarche Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Pendidikan Kesehatan

Berdasarkan temuan penelitian, masing-masing 20 responden (atau 80%) dan 5 responden (20%) menyatakan belum siap menarche sebelum mendapat intervensi pendidikan kesehatan; Oleh karena itu, kesiapan menarche sebelum mendapat intervensi termasuk dalam kategori ini. Remaja yang tidak siap menghadapi menarche mungkin mengalami rasa tidak aman dan menunjukkan emosi yang tidak menyenangkan termasuk

terkejut, cemas, putus asa, malu, dan bahkan keinginan untuk menolak proses tersebut.

Menurut penelitian (Hidayah, 2021), ketidaktahuan remaja tentang menstruasi dan informasi yang tidak akurat menjadi penyebab remaja putri tidak siap menghadapi menarche. Karena menarche merupakan pengalaman baru bagi mereka, maka 75% remaja putri Indonesia merasa takut dan tidak siap, sementara hanya 45% dari mereka yang yakin siap memasuki masa pubertas. Selain itu, karena kurangnya kesadaran akan pendidikan kesehatan pra-pubertas, 70% remaja perempuan Indonesia mengalami kesulitan saat menarche. Remaja yang tidak mengetahui menstruasi mungkin akan mengalami kejadian buruk. Memberikan informasi atau edukasi yang akurat tentang menarche kepada remaja putri sangatlah penting untuk meningkatkan pandangan mereka terhadap proses tersebut. Oleh karena itu, pada saat menarche, remaja putri memerlukan konseling untuk menjaga kesehatan fisik dan mentalnya (Deade et al., 2021). 25 responden dipersiapkan untuk menarche berdasarkan temuan posttest setelah intervensi. Menurut penelitian (Rodiyah et al., 2023), setelah mendapat pendidikan kesehatan, siswi lebih siap menghadapi menarche. Penelitian ini mendukung temuan tersebut. Lebih lanjut, mayoritas siswi menyatakan tidak lagi menghadapi kebingungan atau kecemasan saat pertama kali mengalami menarche.

Menurut penelitian (Riyani et al., 2023), pemahaman responden terhadap menarche merupakan salah satu aspek yang dapat mempengaruhi persiapan mereka menghadapi menarche. Responden yang memiliki pengetahuan lebih mengenai menstruasi akan merasa lebih siap menghadapi menarche; sebaliknya, mereka yang berilmu kurang jadi tidak perlu banyak perencanaan ketika tiba waktunya menarche.

Analisa Bivariat

a. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Komik Terhadap Kesiapan Remaja Menghadapi Menarche

Penelitian yang dilakukan dengan Uji Wilcoxon diketahui bahwa faktor kesiapan pretest dan posttest mempunyai nilai p sebesar 0,000 atau ($p < 0,05$). Dengan demikian dapat dikatakan H_0 ditolak dan H_a diterima, atau terdapat pengaruh yang besar terhadap kesiapan menarche remaja baik sebelum maupun sesudah mendapat pendidikan kesehatan melalui komik. Hal ini menunjukkan bagaimana penggunaan buku komik dalam pendidikan kesehatan dapat mempengaruhi kesiapan remaja menghadapi menarche.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian (Hidayah et al., 2021) yang meneliti bagaimana media komik mempengaruhi sikap siswa dalam kesiapan menarche. Penelitian melibatkan 50 responden yang dibagi menjadi 25 kelompok kontrol dengan menggunakan pendekatan ceramah dan 25 kelompok intervensi (media komik dan metode ceramah). Uji Wilcoxon digunakan untuk menganalisis data, dan temuan uji statistik menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sikap kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah tes. Terdapat variasi pengetahuan dan sikap antara kelompok kontrol dan intervensi, dibuktikan dengan kecenderungan kelompok intervensi mempunyai sikap yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol ($p \text{ value} < 0,05$).

Buku komik merupakan jenis media yang digunakan dalam penelitian ini. Komik adalah karya tulis dengan gambar yang dimaksudkan untuk mendidik pembaca. Komik selalu menggunakan ruang gambar dalam tata letaknya, tempat visual berada Ia menceritakan sebuah cerita dengan bentuk dan simbol sebagai karakter utamanya. Selain itu, kartun juga merupakan karya sastra yakni sastra bergambar. Jenis alat pendidikan lain yang dapat bermanfaat bagi siswa dan berperan sebagai guru baik dalam kegiatan pembelajaran di dalam kelas maupun di luar kelas adalah media komik. Motivasi, minat, dan keinginan siswa untuk memahami seluruh materi yang coba diajarkan oleh instruktur dapat ditingkatkan dengan menggunakan komik sebagai alat pengajaran (Guntur et al., 2023).

Ide Edgar Gale menggambarkan derajat ingatan dengan menyajikan informasi melalui indera. Meskipun mendengar dan menonton dapat mengingat 50% informasi, penonton yang melihat grafik hanya dapat mengingat 30%. Delapan puluh tiga persen informasi diserap oleh penglihatan dan sembilan puluh persen oleh pendengaran dapat diproses. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan buku komik dalam perkuliahan dapat meningkatkan retensi hingga 90% dan meningkatkan asupan pengetahuan hingga 80%.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang membandingkan kesiapan remaja menarche sebelum dan sesudah mendapat intervensi, pendidikan kesehatan melalui komik memberikan dampak terhadap kesiapan menarche remaja di MI Muhammadiyah Kemasan Polokarto.

DAFTAR PUSTAKA

- Deade, F., Ernita, L., Ade Nugrahmi, M., Studi, P. D., & Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat, K. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Terhadap Kesiapan Remaja Putri Pra-Pubertas Dalam Menghadapi Menarche Di Panti Asuhan Aisyiyah Bukittinggi Tahun 2021. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Delima, M., Andriani, Y., & Lestari, T. (2020). Pendidikan Kesehatan tentang Menstruasi terhadap Kesiapan dalam Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas V dan VI. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2(2), 97–104. <https://doi.org/10.31539/jka.v2i2.1617>
- Dwi, D., Ambali, W., Allo, L. B., Roreng', D., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Toraja, T. (2021). LPPM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif.
- Gradianto, R. (2022, May). Edukasi Menurut Para Ahli Beserta Tujuan dan Manfaatnya.
- Hidayah, N., Ramadhany, S., Tamar, M., Purnama, F., Indah, S., Noer, R. M., Makassar, H., Kharisma Persada, S., Selatan Banten, T., Ners, P. P., Awal, S., & Batam, B. (2021). Pengaruh Media Komik Terhadap Sikap Siswa Dalam Kesiapan Menghadapi Menarche The Influence Of Comic Media On Students Attitudes In Menarche Readiness. In *Jurnal Ilmiah Kebidanan* (Vol. 8, Issue 1).
- Rahmawati, A., Nurdianti, R., & Puspitasari, G. (2023). Edukasi Menstruasi Melalui Media Tiktok Terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche.
- Ranting, N. W., & Citra Wibawa, I. M. (2022). Media Komik Digital pada Topik Sumber Energi. *Jurnal Edutech Undiksha*, 10(2), 262–270. <https://doi.org/10.23887/jeu.v10i2.47743>
- Riyani, S., Mintarsih, S., & Sulastri. (2023). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche Relationship Of Knowledge About Menstruation With Readiness Young Women Facing Menarche. 5(1).
- Rodiyah, Andayani, S. R. D., & Anis Satus Syarifah. (2023). Pendidikan Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri Pandanwangi Jombang. *DEDIKASI SAINTEK Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 137–146. <https://doi.org/10.58545/djpm.v2i2.175>
- Saddiyah Rangkuti, J., Studi Kebidanan, P., & Haji Sumatera Utara, U. (2021). J U R K E S M A S Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Persiapan Menghadapi Menarche pada Siswa SD 060963 Tahun 2020 Saddiyah Rangkuti A B S T R A K. 1(1). <https://journal.physan.id/index.php/jkm>
- Sanjiwani, I. A., & Pramitaresthi, G. A. (2020). Gambaran Kesiapan Menarche Siswi Di SD 2 Dalung. 8(2).
- Solehah, K. (2018). Gambaran Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Sekolah Dasar Negeri Sumber Kalong 01 Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember. Universitas Jember.
- Usraleli, U., & Magdalena, M. (2021). Pengaruh Terapi Kelompok Terapeutik dan Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Menghadapi Menarche pada Siswi Di Kelurahan Delima Kecamatan Tampan Pekanbaru. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(2), 818. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i2.1569>