

JURNAL SKRIPSI

**PENGARUH EDUKASI KESEHATAN TENTANG *MENARCHE* TERHADAP
KECEMASAN DAN KESIAPAN SISWI DALAM MENGHADAPI
MENARCHE DI SDN JATIJEJER KECAMATAN TRAWAS**



**ANJAR SHOLICHATU MUSABILLA
NIM. 2014201001**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MAJAPAHIT
MOJOKERTO
2024**

HALAMAN PENGESAHAN

JURNAL SKRIPSI

**PENGARUH EDUKASI KESEHATAN TENTANG *MENARCHE* TERHADAP
KECEMASAN DAN KESIAPAN SISWI DALAM MENGHADAPI
MENARCHE DI SDN JATIJEJER KECAMATAN TRAWAS**



ANJAR SHOLICHATU MUSABILLA

NIM. 2014201001

Pembimbing 1

Atikah Fatmawati, S.Kep., Ns., M., Kep
NIK. 220 250 155

Pembimbing 2

Nurul Mawaddah, S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 220 250 135

PERNYATAAN

Dengan ini kami selaku Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto :

Nama : Anjar Sholichatu Musabilla

NIM : 2014201001

Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan

Setuju naskah jurnal ilmiah yang disusun oleh yang bersangkutan setelah mendapat arahan dari pembimbing, dipublikasikan dengan mencantumkan nama tim pembimbing sebagai co-author.

Demikian harap maklum.

Mojokerto, Agustus 2024

Penulis

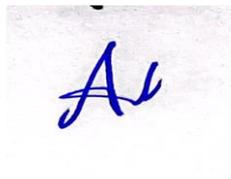


Anjar Sholichatu Musabilla

NIM. 2014201001

Menyetujui,

Pembimbing 1



Atikah Fatmawati, S.Kep., Ns., M., Kep
NIK. 220 250 155

Pembimbing 2



Nurul Mawaddah, S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 220 250 135

**PENGARUH EDUKASI KESEHATAN TENTANG *MENARCHE* TERHADAP
KECEMASAN DAN KESIAPAN SISWI DALAM MENGHADAPI
MENARCHE DI SDN JATIJEJER KECAMATAN TRAWAS**

Anjar Sholichatu Musabilla

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Majapahit Mojokerto
anjarsholichatu.m@gmail.com

Atikah Fatmawati

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Majapahit Mojokerto
tikaners87@gmail.com

Nurul Mawaddah

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Majapahit Mojokerto
mawaddah.ners@gmail.com

Abstrak - Masa pubertas dapat dialami anak di usia yang sangat dini, sehingga membuat bingung saat menghadapi *menarche*. *Menarche* dapat menimbulkan perasaan bingung, gelisah, dan tidak nyaman yang berdampak terhadap kecemasan dan kesiapan karena kurangnya pengetahuan mengenai *menarche*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis Pengaruh Edukasi Kesehatan tentang *Menarche* terhadap Kecemasan dan Kesiapan Siswi dalam menghadapi *Menarche*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *pra eksperimen* dan rancangan *the one group pretest-posttest design*. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi kecemasan SLKI dan kuesioner kesiapan. Sampel sebanyak 32 siswi dengan menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Penelitian dilakukan pada bulan Juli 2024. Hasil penelitian menunjukkan ada penurunan kecemasan pada indikator verbalisasi kebingungan, verbalisasi khawatir akibat kondisi yang dihadapi, perilaku gelisah, perilaku tegang, konsentrasi, dan ada peningkatan kesiapan sesudah diberikan edukasi kesehatan. Uji wilcoxon menunjukkan ada pengaruh edukasi kesehatan tentang *menarche* terhadap kecemasan dan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* di SDN Jatijejer Kecamatan Trawas (p value <0,05). Edukasi kesehatan tentang *menarche* membantu siswi dalam meningkatkan pengetahuan sehingga dapat menurunkan kecemasan dan meningkatkan kesiapan dalam menghadapi *menarche*.

Kata kunci : Edukasi Kesehatan, Kecemasan, Kesiapan, Menarche

Abstract – Puberty can be experienced by children at a very early age, making it confusing when facing *menarche*. *Menarche* can cause feelings of confusion, anxiety, and discomfort which have an impact on anxiety and readiness due to lack of knowledge about *menarche*. This study aims to analyze The Influence of Health Education about *Menarche* on Female Students Anxiety and Readiness in Facing *Menarche*. This study used a quantitative method with a pre-experimental design and a one group pretest-posttest design. The instruments used were SLKI anxiety observation sheet and readiness questionnaire. The sample was 32 female students

using proportionate stratified random sampling technique. The research was conducted in July 2024. The results showed that there was a decrease in anxiety in the indicators of verbalization of confusion, verbalization of worry due to the conditions faced, agitated behavior, tense behavior, concentration, and there was an increase in readiness after being given health education. Wilcoxon test shows that *The Influence of Health Education about Menarche on Female Students Anxiety and Readiness in Facing Menarche at SDN Jatijejer, Kecamatan Trawas (p value <0.05)*. Health education about menarche helps female students increase knowledge so that it can reduce anxiety and increase readiness in facing menarche.

Keywords: Health Education, Anxiety, Readiness, Menarche

PENDAHULUAN

Memasuki usia pubertas merupakan masa yang paling kritis dari kehidupan seseorang, karena mengalami perubahan secara fisik, emosional, dan pertumbuhan secara psikologis. Masa pubertas dapat dialami anak usia di usia yang sangat dini, sehingga membuat mereka bingung dan kesulitan saat menghadapi munculnya menstruasi pertama kali atau *menarche* (Ardayani et al., 2020). Remaja putri pada *menarche* dini lebih banyak mengalami kecemasan daripada remaja putri dengan *menarche* terlambat (Dirgahayu, 2020). Menstruasi pertama (*menarche*) dapat menimbulkan perasaan bingung, gelisah, dan tidak nyaman yang selalu menyelimuti perasaan seorang remaja putri. Kesiapan dalam menghadapi *menarche* sangat diperlukan oleh remaja putri untuk mengurangi kebingungan, ketakutan, dan kecemasan yang berlebihan. Remaja dengan pengetahuan yang baik memiliki kesiapan yang lebih baik dibandingkan remaja dengan pengetahuan yang kurang (Dwi Wahyuni Ambali et al., 2022).

Survei Kesehatan Nasional pada tahun 2018 menunjukkan rata-rata remaja putri mengalami usia *menarche* di Indonesia adalah 12,96 tahun dengan penurunan 0,145 tahun perdekade, kebanyakan remaja putri di Indonesia mulai *menarche* pada usia 12 tahun sebesar 31,33%, usia 13 tahun sebesar 31,30%, dan usia 14 tahun sebesar 18,24%. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, angka kejadian *menarche* pada remaja putri di Indonesia ialah sebesar 55,12% (Riskesdas, 2018).

Penelitian Sulistioningsih dalam (Yanti, R. D., & Handayani, I. 2018) mengungkapkan bahwa sebanyak 46,7% remaja putri di Kabupaten Jember belum memiliki kesiapan dalam menghadapi *menarche*. Sekitar 70% siswi mengaku takut bila dalam waktu dekat akan mengalami *menarche*, 60% mereka tidak tahu apa

yang harus diperbuat dan 40% siswi tidak memiliki persiapan khusus jika akan mengalami menstruasi. Berdasarkan hasil studi pendahuluan oleh peneliti di SDN Jatijejer Kecamatan Trawas pada tanggal 30 Maret 2024 didapatkan bahwa dari 5 siswi yang belum *menarche* yang dilakukan *interview* secara langsung dengan menggunakan lembar observasi tingkat ansietas di SLKI, didapatkan data bahwa 5 siswi tersebut mengatakan cemas dikarenakan merasa bingung apa saja yang harus dilakukan saat *menarche*, 5 siswi tersebut juga mengatakan bahwa tidak tahu menahu mengenai *menarche*, 5 siswi tersebut mengatakan bahwa merasakan khawatir saat terjadi *menarche* pada dirinya, pada saat berdiskusi tentang *menarche* 5 siswi tersebut terlihat cemas dan tidak tenang, 5 siswi terlihat tegang, tidak santai saat berdiskusi tentang *menarche*, 5 siswi juga terlihat tidak fokus dan tidak memperhatikan saat berdiskusi tentang *menarche*, 5 siswi tersebut mengatakan bahwa merasakan malu terhadap teman-teman sebaya dan lingkungan sekitar, dan 5 siswi tersebut mengatakan bahwa tidak siap dikarenakan persoalan *personal hygiene* yang harus dilakukan saat *menarche*. Selain itu, di dapatkan juga informasi dari guru pendidik di Sekolah Dasar bahwa belum adanya edukasi terkait kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche*.

Kehadiran *menarche* pada remaja putri merupakan suatu fenomena yang tidak bisa dilewatkan karena pertama kalinya seorang remaja putri akan mengalami fase yang baru, belum pernah dirasakan, dan sesuatu yang alamiah. Fase tersebut setiap remaja putri akan menimbulkan respon yang berbeda-beda setiap mengalami *menarche*. Dapat menggambarkan siap atau tidaknya menghadapi *menarche* dari hasil penelitian terdahulu banyak yang menyatakan bahwa peran orang tua sangat dibutuhkan dalam fase menghadapi *menarche* (Patimah, Papat., dkk, 2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* yaitu pengetahuan, peran orang tua, dan sumber informasi (Hayuningtyas, 2017).

Dampak dari kurangnya pengetahuan ataupun informasi yang tepat terutama dari ibu tentang *menarche* pada remaja putri akan berpengaruh terhadap kecemasan dan kesiapan dalam menghadapi *menarche* dimana individu tersebut memiliki gambaran fantasi yang sangat aneh (Rahmawati, Ai., dkk, 2023). *Menarche* dini memiliki tingkat kecemasan yaitu berupa takut, khawatir, gelisah, tidak ingin menceritakan kepada orang lain bahwa sudah menstruasi karena malu

terutama bercerita kepada teman, dan tidak siap menghadapi *menarche* (Fadhillah & Wijayanti, 2022).

Pemberian edukasi kesehatan merupakan solusi yang sangat dianjurkan untuk mengatasi hal tersebut. Pengetahuan tentang *menarche* perlu diketahui remaja putri sejak dini karena pengetahuan ini nantinya akan berpengaruh terhadap kesiapan dan mengurangi kecemasan remaja putri menghadapi *menarche* (Sudjana, T.A., dkk, 2015). Intervensi edukasi kesehatan yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan pendekatan intervensi SIKI (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia). Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “ Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang *Menarche* Terhadap Kecemasan dan Kesiapan Siswi Dalam Menghadapi *Menarche* di SDN Jatijejer Kecamatan Trawas ”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *pra eskperimen* dan rancangan *the one group pretest-posttest design*. Penelitian ini dilakukan di SDN Jatijejer Kecamatan Trawas. Penelitian dilakukan pada tanggal 26 Juli 2024 dengan jumlah populasi 35 siswi yang belum *menarche* dan sampel yang diambil sejumlah 32 responden dengan teknik *proportionate stratified random sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah dengan lembar observasi kecemasan SLKI dan kuesioner kesiapan mengadopsi dari penelitian (Solehah, 2018). Uji yang digunakan untuk menganalisis pengaruh adalah Uji Wilcoxon. Penelitian ini telah lolos uji etik penelitian dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit dengan nomor 105/EC-SM/2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian diperoleh data umum dan data khusus, sebagai berikut :

1. Data umum

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

Kelas	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Kelas 4	15	46,9
Kelas 5	11	34,4
Kelas 6	6	18,8
Jumlah	32	100

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Umur	Frekuensi (f)	Presentase (%)
9 Tahun	17	53,1
10 Tahun	9	28,1
11 Tahun	5	15,8
12 Tahun	1	3,1
Jumlah	32	100

2. Data khusus

- a. Kecemasan dan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* sebelum diberikan intervensi edukasi kesehatan

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kecemasan Siswi Dalam Menghadapi *Menarche* Sebelum Diberikan Intervensi Edukasi Kesehatan pada Indikator Verbalisasi Kebingungan, Verbalisasi Khawatir Akibat Kondisi Yang Dihadapi, Perilaku Gelisah, dan Perilaku Tegang

Kategori	Indikator Kecemasan							
	Verbalisasi Kebingungan		Verbalisasi Khawatir Akibat Kondisi yang dihadapi		Perilaku Gelisah		Perilaku Tegang	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Meningkat	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Cukup	16	50,0	16	50,0	0	0,0	17	53,1
Meningkat Sedang	16	50,0	16	50,0	32	100,0	15	46,9
Cukup Menurun	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Menurun	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Jumlah	32	100	32	100	32	100	32	100

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kecemasan Siswi Dalam Menghadapi *Menarche* Sebelum Diberikan Intervensi Edukasi Kesehatan Pada Indikator Konsentrasi

Kategori	Konsentrasi	
	f	%
Memburuk	0	0,0
Cukup Memburuk	0	0,0
Sedang	32	100,0
Cukup Membaik	0	0,0
Membaik	0	0,0
Jumlah	32	100

Tabel 5. Kesiapan Siswi Dalam Menghadapi *Menarche* Sebelum Diberikan Intervensi Edukasi Kesehatan

Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Tidak Siap	24	75,0
Siap	8	25,0
Jumlah	32	100

- b. Kecemasan dan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* sesudah diberikan intervensi edukasi kesehatan

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kecemasan Siswi Dalam Menghadapi *Menarche* Sesudah Diberikan Intervensi Edukasi Kesehatan Pada Indikator Verbalisasi Kebingungan, Verbalisasi Khawatir Akibat Kondisi Yang Dihadapi, Perilaku Gelisah, Dan Perilaku Tegang

Kategori	Indikator Kecemasan							
	Verbalisasi Kebingungan		Verbalisasi Khawatir Akibat Kondisi yang dihadapi		Perilaku Gelisah		Perilaku Tegang	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Meningkat	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Cukup	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Meningkat								
Sedang	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Cukup	17	53,1	15	46,9	32	100,0	7	21,9
Menurun								
Menurun	15	46,9	17	53,1	0	0,0	25	78,1
Jumlah	32	100	32	100	32	100	32	100

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kecemasan Siswi Dalam Menghadapi *Menarche* Sesudah Diberikan Intervensi Edukasi Kesehatan Pada Indikator Konsentrasi

Kategori	Konsentrasi	
	F	%
Memburuk	0	0,0
Cukup Memburuk	0	0,0
Sedang	0	0,0
Cukup Membaik	32	100,0
Membaik	0	0,0
Jumlah	32	100

Tabel 8. Kesiapan Siswi Dalam Menghadapi *Menarche* Sesudah Diberikan Intervensi Edukasi Kesehatan

Kategori	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Tidak Siap	14	43,8
Siap	18	56,3
Jumlah	32	100

- c. Pengaruh edukasi kesehatan tentang *menarche* terhadap kecemasan dan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* terhadap kecemasan dan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* di SDN Jatijejer Kecamatan Trawas

Tabel 9. Analisis Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang *Menarche* Terhadap Kecemasan Siswi Dalam Menghadapi *Menarche* Di SDN Jatijejer Kecamatan Trawas

Kategori Pretest- Posttest	Verbalisasi Kebingungan		Verbalisasi Khawatir Akibat Kondisi Yang Dihadapi		Perilaku Gelisah		Perilaku Tegang		Konsentrasi	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
	Skor tetap	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0
Skor menurun	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Skor meningkat	32	100%	32	100%	32	100%	32	100%	32	100%
<i>p value</i>	.000		.000		.000		.000		.000	

Tabel 10. Analisis Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang *Menarche* Terhadap Kesiapan Siswi Dalam Menghadapi *Menarche* Di SDN Jatijejer Kecamatan Trawas

Kesiapan	Pretest		Posttest	
	f	%	f	%
Tidak Siap	24	75,0	14	43,8
Siap	8	25,0	18	56,3
<i>p value</i>	0,002			

PEMBAHASAN

1. Kecemasan dan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* sebelum diberikan edukasi kesehatan tentang *menarche* di SDN Jatijejer Kecamatan Trawas.

Sebelum diberikan intervensi edukasi kesehatan, kecemasan siswi menghadapi *menarche* menunjukkan hasil sebagai berikut, pada indikator verbalisasi kebingungan dan khawatir akibat kondisi yang dihadapi, masing-masing 50% responden berada pada kategori cukup meningkat dan 50% pada kategori sedang. Pada indikator perilaku gelisah dan konsentrasi, semua responden (100%) berada pada kategori sedang. Pada indikator perilaku tegang, sebagian besar (53,1%) berada pada kategori cukup meningkat. Kesiapan menghadapi *menarche* sebelum diberikan intervensi edukasi kesehatan, sebagian besar siswi (75,0%) berada pada kategori tidak siap.

Berdasarkan hasil crosstab mengenai usia dan kecemasan sebelum diberikan intervensi, menunjukkan bahwa anak usia 9 tahun mengalami kecemasan dan ketidaksiapan lebih tinggi dibandingkan dengan anak usia 11-12 Tahun. Seiring bertambahnya usia, individu biasanya mengalami peningkatan kematangan psikologis yang signifikan, yang berdampak positif pada kemampuan mereka dalam mengatasi kecemasan. Menurut teori Erik Erikson, setiap tahap kehidupan melibatkan krisis atau tantangan tertentu yang harus diatasi untuk mencapai kematangan psikologis. Pada tahap kedewasaan, individu diharapkan mengembangkan kebijaksanaan dan integritas yang mempengaruhi cara mereka menangani stres dan tantangan hidup.

Menurut peneliti, kecemasan dan kesiapan sebelum diberikan intervensi edukasi kesehatan disebabkan karena kurangnya pengetahuan dan faktor usia, dimana usia 9 tahun lebih banyak mengalami kecemasan dan tidak siap menghadapi *menarche* dikarenakan dikarenakan masih belum terpapar informasi mengenai *menarche* sehingga masih beranggapan bahwa menstruasi bukan hal yang normal dialami oleh remaja, menstruasi itu sakit, dan merasa malu ketika mengalami menstruasi. Untuk menurunkan kecemasan dan meningkatkan kesiapan menghadapi *menarche*, penting untuk memberikan edukasi yang komprehensif dan dukungan emosional sejak dini. Intervensi edukasi yang memadai, seperti penjelasan tentang perubahan tubuh, teknik relaksasi, dan strategi koping, dapat membantu siswi merasa lebih siap dan mengurangi kecemasan mereka.

2. Kecemasan dan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* sesudah diberikan edukasi kesehatan tentang *menarche* di SDN Jatijejer Kecamatan Trawas.

Kecemasan sesudah diberikan intervensi edukasi kesehatan pada indikator verbalisasi kebingungan, sebagian besar berada pada kategori cukup menurun (53,1%). Sedangkan pada indikator verbalisasi khawatir akibat kondisi yang dihadapi, sebagian besar berada pada kategori menurun (53,1%). Sedangkan pada indikator perilaku gelisah, seluruhnya berada pada kategori cukup menurun (100%). Sedangkan pada indikator perilaku tegang hampir seluruhnya berada pada kategori menurun (78,1%). Sedangkan pada indikator konsentrasi, seluruhnya berada pada kategori cukup membaik (100%). Sedangkan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* sesudah diberikan edukasi kesehatan, sebagian besar berada pada kategori siap (56,3%).

Berdasarkan hasil crosstab kelas dengan kecemasan dan kesiapan sesudah diberikan intervensi, siswi kelas 6 mengalami penurunan kecemasan dan kesiapan yang lebih baik dalam menghadapi *menarche* sesudah diberikan intervensi edukasi kesehatan. Ada peningkatan skor tingkat kecemasan sesudah diberikan edukasi kesehatan dimana siswi Menurut teori perkembangan kognitif Piaget, siswi kelas 6 berada pada tahap operasi konkret, di mana mereka mampu memahami informasi yang kompleks tentang *menarche* dengan

lebih baik. Hal ini membantu mereka merasa lebih siap dan mengurangi kecemasan.

Menurut peneliti, penurunan kecemasan dan peningkatan kesiapan sesudah diberikan intervensi edukasi kesehatan disebabkan karena faktor pengetahuan yang meningkat. Penurunan kecemasan dan peningkatan kesiapan dialami oleh siswi yang berada di kelas 6 dimana siswi lebih siap dalam menghadapi *menarche* dan tidak merasa cemas karena sudah paham dan tidak bingung apa yang harus dilakukan saat menstruasi pertama, lebih mengetahui cara menjaga *personal hygiene* saat menstruasi dengan baik, dan siap dalam perubahan-perubahan yang terjadi saat menstruasi.

3. Pengaruh edukasi kesehatan tentang *menarche* terhadap kecemasan dan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* di SDN Jatijejer Kecamatan Trawas.

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai signifikansi kecemasan ($p < 0.000$) dan kesiapan ($p < 0.002$) yang artinya ada pengaruh edukasi kesehatan terhadap kecemasan dan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* di SDN Jatijejer Kecamatan Trawas. Hasil penelitian menunjukkan ada penurunan kecemasan dan peningkatan kesiapan responden sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan. Edukasi kesehatan efektif menurunkan kecemasan sebagian besar responden setelah ± 15 menit pemberian intervensi dilakukan pada indikator verbalisasi kebingungan, verbalisasi khawatir akibat kondisi yang dihadapi, dan konsentrasi, dan efektif menurunkan kecemasan sebagian kecil responden setelah ± 5 menit pemberian intervensi dilakukan pada indikator perilaku gelisah dan perilaku tegang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuniza (2018) dengan judul Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Siswi dalam Menghadapi *Menarche* yang menunjukkan ada penurunan sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan dengan *p value* 0,021 ($p < 0,05$). Penelitian ini menggunakan media audio visual dan leaflet. Berdasarkan pengamatan pada saat penelitian menunjukkan bahwa media audiovisual dan leaflet memberikan persepsi yang sangat baik, dimana dapat memberikan stimulus pada pendengaran dan penglihatan dalam menyalurkan pengetahuan. Dalam penelitian ini responden yang akan

mengalami *menarche* dijadikan satu kelompok perlakuan dengan diberikan edukasi kesehatan 1 kali pertemuan dengan durasi 30 menit dan evaluasi posttest setelah diberikan edukasi kesehatan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi kesehatan tentang *menarche* terhadap kecemasan dan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* di SDN Jatijejer Kecamatan Trawas.

Maka bagi tempat penelitian disarankan untuk para pendidik bekerja sama dengan UKS dan Puskesmas untuk merancang program edukasi kesehatan di sekolah untuk mempersiapkan siswi dalam menghadapi menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardayani, T., Sitorus, N., Tinggi, S., Kesehatan, I., Bandung, I., No, J. K., Kidul, K. B., Bandung, K., & Barat, J. (2020). Peningkatan Pengetahuan Tentang Puberitas Pada Siswa Kelas 4 . 5 . 6 kematangan dan pertumbuhan yang terjadi ketika organ reproduksi remaja mulai. *Jurnal Ilmiah Kesehatan, 1*(4), 252–261.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018
- Dirgahayu, J. K. (2020). *LITERATURE REVIEW : PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MENGGUNAKAN MEDIA AUDIOVISUAL TENTANG MENARCHE TERHADAP KESIAPAN SISWI SD. 2*, 13–22.
- Dwi Wahyuni Ambali, D., Banne, L., & Roreng, D. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Mesntruasi Pertama Pada Siswa Kelas V Dan Vi Di Sdn 1 Denpina Kabupaten Toraja Utara Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif, 6*(2), 121–133. <https://doi.org/10.56437/jikp.v6i2.65>
- Fadhillah, M. I. A., & Wijayanti, Y. (2022). Literature Review : Hubungan Usia Menarche Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi. *Borneo Student Research, 3*(2), 1643-1655.
- Hayuningtyas, D. (2017). *Hubungan Peran Ibu dengan Sikap Remaja Putri Menghadapi Menarche di SDN 01 Taman Madiun.*
- Patimah, Papat, Dhinny Novryhanti, And Muhammad Jafar Sidiq. "Hubungan Persepsi Remaja Mengenai Peran Orang Tua Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menachere Di SDN Bojong Herang." *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia 3*, No. 1 (2024): 400-411.

- Pratiwi, F. B., Wirawati, M. K., & Aini, D. (2022). Pengaruh Edukasi Terhadap Tingkat Kecemasan Keluarga Dalam Merawat Penderita Hipertensi Di Kelurahan Cangkiran. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 239-246.
- Rahmawati, Ai, Reni Nurdianti, And Gita Puspitasari. "Edukasi Menstruasi Melalui Media Tiktok Terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche." *Healthcare Nursing Journal* 5, No. 1 (2023): 551-557.
- SABILA, D. B. Y. (2022). *FAKTOR FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESIAPAN MENARCHE PADA REMAJA PUTRI LITERATURE REVIEW* (Doctoral Dissertation, STIKES HANG TUAH SURABAYA).
- Solehah, K. (2018). *Gambaran Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Sekolah Dasar Negeri Sumber Kalong 01 Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember*. 1–108.
- Sudjana, T. A., Ari Sawitri, N. K., & Triyani, I. (2015). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Mengenai Menarche Terhadap Penurunan Kecemasan Siswi Smp Kelas Vii Menjelang Menarche Di Smp Negeri 1 Semarang. *Coping Ners Journal*, 44-50
- Sulistioningsih, E. (2014). *Hubungan Kesiapan Menghadapi Menarche Dengan Perilaku Vulva Hygiene Remaja Putri Di Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebonsari 04 Kecamatan Sumbersari Kabupaten Jember*.
- Wahyuni, E. E., Majid, Y. A., & Dekawaty, A. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Di Sekolah Dasar Negeri 88 Palembang Tahun 2019. *Healthcare Nursing Journal*, 2(1).
- Yanti, R. D., & Handayani, I. (2018). Premenarche Class Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswa SMP. *Jurnal Keperawatan Terapan*, 4(1), 65-73.
- Yuniza. (2018). PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP KECEMASAN SISWI DALAM MENGHADAPI MENARCHE. 8-17.

