

# PENGARUH PENYULUHAN MENSTRUASI MENGGUNAKAN MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWI DALAM MENGHADAPI MENARCHE DI SEKOLAH DASAR

Mutia Sari Lubis<sup>1)</sup>, Cipta Pramana<sup>2)</sup>, dan Heru Subaris Kasjono<sup>3)</sup>

<sup>1,2,3</sup> Magister Kebidanan STIKES Guna Bangsa Yogyakarta, Indonesia

<sup>1,2,3</sup>Jl. Padjajaran Kel. Ngringin, Congdongcatur, Kec. Depok, Kab Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, 55283  
e-mail : mutiasarilubis499@gmail.com<sup>1)</sup>, pramanacipta@yahoo.com<sup>2)</sup>, heru.subarisk@poltekkesjogja.ac.id<sup>3)</sup>

## ABSTRAK

Remaja putri yang mengalami *menarche* (menstruasi pertama) akan merasa gelisah, bingung dan tidak nyaman. Pengetahuan yang kurang tentang menstruasi dapat menjadi penyebab masalah kesehatan reproduksi jangka panjang dan menjadikan remaja putri tidak siap dalam menghadapi menstruasi. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh penyuluhan menstruasi menggunakan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap siswi dalam menghadapi *menarche*. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen menggunakan desain *quasi experiment* dengan rancangan *control group pretest-posttest design*. Sampel penelitian sebanyak 54 siswi untuk kelompok eksperimen dengan media booklet dan 54 siswi untuk kelompok kontrol dengan media leaflet yang di dapat menggunakan rumus slovin dan pengambilan sampel dengan tehnik *simple random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, data dianalisis menggunakan *uji wilcoxon* dan *uji mann whitney*. Hasil penelitian *uji wilcoxon* pengetahuan dan sikap kelompok eksperimen dan kontrol diperoleh p(value) yang sama yaitu  $0,000 < 0,05$  dan *uji mann whitney* pengetahuan *pre-post test1* diperoleh p(value)  $0,001 < 0,05$ , *pre-post test2* diperoleh p (value)  $0,022 < 0,05$  dan sikap *pre-post test* diperoleh p(value)  $0,014 < 0,05$ , *pre-post test2* diperoleh p (value)  $0,035 < 0,05$ . Kesimpulan penelitian ini adalah ada pengaruh penyuluhan menstruasi menggunakan media booklet dan leaflet dan terdapat perbedaan penyuluhan menggunakan media booklet dan leaflet dengan perbandingan media booklet lebih efektif daripada media leaflet. Saran bagi tenaga kesehatan diharapkan untuk memberikan edukasi atau penyuluhan menstruasi khususnya kepada remaja putri yang belum mengalami menstruasi pertama (*menarche*).

**Kata Kunci:** *Menarche, Booklet, Leaflet, Pengetahuan, Sika*

## 1. PENDAHULUAN

Masa remaja atau masa puber, merupakan masa peralihan dari masa anak-anak sampai dewasa. Pada masa ini perubahan fisik dan psikologi seorang remaja mulai bertumbuh dan berkembang umumnya terjadi pada saat umur 11 sampai 16 tahun untuk laki-laki dan 10-15 tahun untuk perempuan (Purba, 2017).

Menurut *World Health Organization (WHO)* remaja memiliki usia antara 10 sampai 19 tahun, data Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014 remaja merupakan penduduk dalam rentang umur 10 sampai 18 tahun, menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) umur remaja berkisar antara 10 sampai 24 tahun serta belum menikah. Pada tahun 2013 data di Indonesia terdapat remaja sebanyak 64 juta jiwa. Data statistik pada tahun 2017 mengatakan banyaknya remaja putri di Indonesia sekitar 22 juta jiwa dengan umur 10 sampai 19 tahun (Infodatin, 2014). Datangnya menstruasi pada seorang remaja putri menandakan bahwa organ reproduksinya telah aktif (Ali, 2015). *Menarche* adalah menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. *Menarche* adalah perdarahan yang terjadi baik secara periodik maupun siklik dari rahim disertai pengelupasan atau dekuamasi dinding rahim

(Proverawati, 2014). Perasaan bingung, gelisah, tidak nyaman selalu menyelubungi perasaan seorang wanita yang mengalami menstruasi pertama kali (*menarche*). Gejala lain yang dirasakan yaitu sakit kepala, kram perut dan sakit perut. Sebelum periode ini terjadi, biasanya ada beberapa perubahan emosional seperti perasaan suntuk, marah dan sedih yang disebabkan oleh adanya pelepasan beberapa hormon (Lutfiyah, 2016)

Lamanya menstruasi antara 3 sampai 5 hari, namun terkadang menstruasi bisa terjadi antara 7 hari. Siklus menstruasi berkisar antara 21 sampai 35 hari (Khusen, 2017). Gangguan siklus menstruasi ditandai dengan kehamilan, gangguan endokrin, kelainan siklus pada remaja dan gizi yang kurang. Remaja putri rentan terkena infeksi pada saluran reproduksi (ISR). Pendidikan menstruasi yang tidak memadai menjadi penyebab masalah kesehatan reproduksi jangka panjang. Pemberian penyuluhan mengenai menstruasi dapat menjadikan remaja putri lebih memperhatikan pentingnya kesehatan pada remaja itu sendiri, sehingga kesehatan pada saat menstruasi dapat terjaga dengan baik dan meningkatkan pengetahuan mengenai kemungkinan terjadinya risiko penyakit organ reproduksi jika tidak menjaga personal hygiene ketika menstruasi (Febrina, 2020).

Dari hasil penelitian (Chandra-mouli & Patel, 2017) remaja putri di Low Middle Income Country (ILMIC) sebesar 88,7% berfikir negatif dan tidak siap menghadapi menstruasi pertama. Informasi pertama kali mereka dapatkan dari ibu dan keluarga wanita lainnya yang dan belum tentu memberikan informasi yang tepat mengenai kebingungan yang dirasakan remaja putri saat datangnya *menarche*. Pengetahuan yang rendah dan rasa malu yang dirasakan remaja putri menyebabkan kesalahpahaman mengenai menstruasi yang menyebabkan remaja tidak siap dengan datangnya *menarche*. Sejalan dengan penelitian Fadriyana yang dikutip dari (Delima, 2020) dimana sebanyak 63% remaja tidak siap dengan datangnya *menarche* dikarenakan informasi yang kurang mengenai menstruasi.

Beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menambah pengetahuan remaja putri terhadap menstruasi seperti pemberian informasi melalui media cetak antara lain leaflet, poster, majalah, booklet, surat kabar, dan brosur. Media booklet adalah media komunikasi massa yang bertujuan untuk menyalurkan pesan dengan metode promosi, larangan-larangan, dan anjuran kepada masyarakat dengan bentuk cetakan. Kelebihan booklet yaitu mudah dibawa, sampai pada sasaran, dapat dibaca sewaktu-waktu, terdapat gambar-gambar yang menarik pada booklet. Penggunaan media leaflet karena merupakan media informasi sederhana dengan ukuran yang relatif kecil dan simpel dan mudah untuk dipahami, sehingga leaflet merupakan media yang sederhana sebagai pengingat pesan dimana leaflet tersebut dapat dibawa oleh pembaca dengan belajar secara mandiri dan bisa dibaca dimana pun berada (Fauziah, 2017)

Data yang didapatkan dari hasil wawancara pada bulan oktober dengan guru di kelas IV dan V di SD Negeri 200113 Padangsidempuan, didapatkan data dimana setiap tahun umumnya ada 3-5 siswi mengalami *menarche* dilingkungan sekolah dan ada yang menangis karena tidak tahu apa yang terjadi pada dirinya. Guru menyatakan bahwasanya penyuluhan mengenai menstruasi tidak pernah diberikan dengan media apapun terhadap siswi kelas IV dan V, penyampaian tentang menstruasi yang disampaikan kepada siswi biasanya disampaikan oleh guru agama pada saat pelajaran agama dimana datangnya menstruasi pertanda seorang anak perempuan sudah baligh (seseorang yang telah mencapai kedewasaan dalam agama Islam).

Sementara wawancara yang berlangsung terhadap guru dikelas IV dan V di SD Muhammadiyah 1 Padangsidempuan didapatkan informasi bahwa di SD tersebut belum pernah diberikan materi tentang menstruasi, dan setiap ada siswi yang mengalami menstruasi pada saat disekolah atau saat jam pelajaran berlangsung siswi akan menangis karena merasa takut dengan keluarnya darah di kemaluannya karena tidak mengetahui kalau dia sedang menstruasi dan guru hanya menjelaskan kepada siswi bahwa dia sedang menstruasi tetapi tidak menjelaskan dengan rinci mengenai

menstruasi dan kesehatan reproduksi. Sehingga siswi yang mengalami menstruasi tersebut akan disuruh pulang ke rumah untuk istirahat dan menggunakan pembalut. Guru juga mengatakan bahwa selama ini belum pernah dilakukan penelitian mengenai menstruasi di SD tersebut.

Berdasarkan latar belakang di atas maka perlu dilakukan penyuluhan tentang menstruasi karena kurangnya pengetahuan dan sikap siswi dalam menghadapi *menarche*, oleh karena itu peneliti tertarik melakukan penelitian dengan menggunakan media *booklet* dan *leaflet*. *Booklet* memiliki beberapa keunggulan seperti mudah dibawa, praktis, mencapai tujuan, mudah di baca setiap saat, dan tidak memerlukan listrik. Ini menarik karena *booklet* berisi gambar-gambar yang dirancang sendiri oleh peneliti dan *leaflet* merupakan media cetak berupa selebaran/kertas lipat. Penggunaan *leaflet* dalam penelitian ini karena merupakan salah satu media informasi yang sederhana, ukurannya relatif kecil dan mudah untuk dipahami, sehingga *leaflet* merupakan media yang sederhana untuk mengingatkan pesan dimana pembaca dapat membawa *leaflet* sambil belajar mandiri dan bisa dibaca dimana saja (Fauziah, 2017). Dengan adanya penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan serta sikap siswi dalam menghadapi menstruasi. Penelitian ini dilakukan di SDN 200113 dan SD Muhammadiyah 1 Padangsidempuan.

## 2. RUANG LINGKUP

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penyuluhan menstruasi menggunakan media *booklet* dan *leaflet* terhadap pengetahuan dan sikap siswi dalam menghadapi *menarche* di SD Kota Padangsidempuan.

## 3. BAHAN DAN METODE

Berikut bahan dan metodologi yang terkait dengan penelitian ini

### 3.1 Desain dan Sampel

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain *quasi experiment* dengan rancangan *control group pretest-posttest design*. Sampel penelitian sebanyak 54 siswi kelompok eksperimen dengan media booklet dan 54 siswi kelompok kontrol dengan media leaflet sesuai dengan kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu siswi yang berusia 10 tahun, siswi yang belum mengalami menstruasi, dan siswi yang bersedia menjadi responden yang di dapat menggunakan rumus slovin dan pengambilan sampel dengan teknik *simple random sampling*. Sedangkan kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah siswi yang sudah mengalami menstruasi. Instrumen dalam penelitian menggunakan kuesioner. Penelitian ini dilakukan di SDN 200113 dan SD Muhammadiyah 1 Padangsidempuan pada tanggal 28 Juni sampai dengan 13 Juli 2021.

### 3.2 Analisis Penelitian

Analisis univariat untuk mendeskripsikan data tiap variabel. Analisis bivariat untuk mengetahui pengaruh penyuluhan menstruasi menggunakan media *booklet* dan *leaflet* terhadap pengetahuan dan sikap siswi dalam menghadapi *menarche* menggunakan *uji wilcoxon* dengan nilai statistik  $p\text{ value} > 0,05$  yang berarti ada pengaruh dan untuk mengetahui perbedaan atau perbandingan penyuluhan menstruasi menggunakan media *booklet* dan *leaflet* terhadap pengetahuan dan sikap siswi dalam menghadapi *menarche* menggunakan *uji mann whitney*  $p\text{ value} > 0,05$  yang berarti ada perbedaan. Data terlebih dahulu diuji normalitas nya menggunakan *uji kolmogorov smirnov* karena sampel  $> 50$  responden dengan menggunakan bantuan software untuk mengetahui data terdistribusi normal atau tidak. Apabila  $p\text{ value} > 0,05$  artinya data terdistribusi normal, apabila  $p\text{ value} < 0,05$  artinya data terdistribusi tidak normal.

### 4. PEMBAHASAN

Karakteristik responden berdasarkan umur yaitu diketahui bahwa umur pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sama rata per kelas pada usia 10 dan 11 sebanyak 27 (50%). Hasil analisis uji homogenitas didapatkan nilai  $p\text{ value} 1,000$  ( $p > 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan tidak ada perbedaan umur antara kelompok eksperimen dan kontrol dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1. Distribusi karakteristik umur responden**

Karakteristik	Parameter	Eksperimn (N=25)		Kontrol (N=25)		P value
		F	%	F	%	
Umur	10 tahun	27	50,0	27	50,0	1,000
	11 tahun	27	50,0	27	50,0	
	Total	54	100	54	100	

Berdasarkan sumber informasi responden pada kelompok eksperimen mayoritas tidak mendapatkan informasi yaitu sebanyak 35 (64,7%) dan pada kelompok kontrol mayoritas tidak mendapatkan informasi yaitu sebanyak 34 (63,0%). Hasil analisis uji homogenitas didapatkan hasil  $p\text{ value} 0,843$  ( $p > 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan tidak ada perbedaan sumber informasi (homogen) antara kelompok eksperimen dan kontrol dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 2. Distribusi frekuensi sumber informasi responden kelompok eksperimen dan kontrol**

Aspek Sumber Informasi	Eksperimen		Kontrol		P value
	F	%	F	%	
Keluarga	11	20,4	8	14,8	0,843
Teman	4	7,4	9	3,7	
Media cetak	1	1,9	2	1,9	
Tenaga kesehatan	3	5,6	1	1,9	
Tidak mendapat informasi	35	64,7	34	63,0	
Total	54	100,0	54	100,0	

Pengetahuan responden menggunakan media *booklet* berdasarkan hasil nilai rata-rata mengalami peningkatan pengetahuan sesudah dilakukan penyuluhan dengan media *booklet*. Pengetahuan siswi sebelum dilakukan penyuluhan sebesar  $5,02 \pm 1,868$  dan setelah dilakukan penyuluhan post test1 sebesar  $9,91 \pm 1,444$ , post test2 sebesar  $12,33 \pm 2,1614$ . Dimana nilai  $p\text{ value}$  sebesar  $0,000 < 0,05$  yang artinya ada pengaruh penyuluhan menstruasi menggunakan media *booklet* terhadap pengetahuan responden.

Sedangkan pengetahuan responden menggunakan media *leaflet* berdasarkan hasil nilai rata-rata terdapat peningkatan pengetahuan sesudah dilakukan penyuluhan dengan media *leaflet*. Pengetahuan siswi sebelum dilakukan penyuluhan sebesar  $5,28 \pm 2,050$  dan setelah dilakukan penyuluhan post test1 sebesar  $9,28 \pm 1,832$ , post test2 sebesar  $12,06 \pm 2,149$ . Dimana nilai  $p\text{ value}$  sebesar  $0,000 < 0,05$  yang artinya ada pengaruh penyuluhan menstruasi menggunakan media *leaflet* terhadap pengetahuan responden dapat dilihat pada tabel 3.

**Tabel 3. Pengaruh penyuluhan menstruasi menggunakan media *booklet* dan *leaflet* terhadap pengetahuan responden**

Kelompok	Eksperimen	Kontrol
Pretest (Mean±SD)	$5,02 \pm 1,868$	$5,28 \pm 2,050$
Posttest1 (Mean±SD)	$9,91 \pm 1,444$	$9,28 \pm 1,832$
Posttest2 (Mean±SD)	$12,33 \pm 1,614$	$12,06 \pm 2,149$
Pvalue	0,000	0,000

Berdasarkan penyuluhan menstruasi menggunakan media *booklet* dan *leaflet* terhadap pengetahuan responden diketahui ada pengaruh penyuluhan menstruasi menggunakan media *booklet* terhadap pengetahuan responden. Sejalan dengan penelitian (Puspitaningrum, 2017) dimana pendidikan kesehatan dengan media *booklet* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri terkait kebersihan dalam menstruasi. Penelitian (Ramadhanti, 2019) juga menunjukkan bahwa

penyuluhan dengan media *leaflet* dapat meningkatkan pengetahuan ibu terhadap tumbuh kembang balita. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan menstruasi menggunakan media *leaflet* dapat menambah pengetahuan responden.

Untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan seseorang penyuluhan atau pendidikan kesehatan sangat diperlukan. Dalam penyampaian pendidikan kesehatan yang baik pesan yang dibuat disesuaikan dengan pemilihan media, dalam penelitian ini peneliti menggunakan media *leaflet* terhadap kelompok kontrol untuk menyampaikan informasi menstruasi yang memberikan efek yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan. Menurut teori Bloom yang dikutip dari (Alestari, 2019) mengklarifikasi tingkat pengetahuan terbagi 6 tingkat yaitu, pertama tahu, mengingat kembali sesuatu yang sudah dipelajari, seseorang dikatakan tahu jika ia mampu menguraikan, menyebutkan, menyatakan, dan mendefinisikan. Kedua memahami, yaitu kemampuan dalam menjelaskan secara benar mengenai suatu hal serta dapat menerapkan materi dengan baik dan benar. Ketiga aplikasi, yaitu kemampuan dalam memaparkan materi yang dipelajari terhadap kondisi sebenarnya. Keempat analisa, yaitu mampu menguraikan sesuatu kedalam komponen. Kelima sintesis memperlihatkan suatu kemampuan dalam mempertemukan bagian-bagian dalam satu bentuk keseluruhan. Keenam evaluasi, kemampuan dalam melakukan penilaian materi objek (Alestari, 2019).

Penyuluhan ini bertujuan untuk menambah pengetahuan siswi terhadap menstruasi. Peningkatan pengetahuan siswi yang dilakukan dalam penyuluhan ini merupakan langkah yang tepat karena kegiatan remaja umur sekolah merupakan anak yang tergolong mudah dalam menangkap informasi sehingga mudah dibimbing, diarahkan dan ditanamkan kebiasaan-kebiasaan yang baik (Notoatmodjo, 2014). Pengetahuan tentang menstruasi yang kurang dapat menyebabkan siswi menganggap datangnya menstruasi pertama sama dengan gejala dari datangnya suatu penyakit, sehingga menyebabkan kepanikan dan sebagian siswi merasa tidak bersih saat menstruasi pertama, oleh karena itu siswi akan malu dengan ketika menstruasi serta tidak siap dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) (Trismiyana, 2020).

Pemberian penyuluhan menggunakan media *booklet* bisa meningkatkan pengetahuan dan informasi yang efektif dipahami oleh responden, sehingga nilai sebelum diberikan penyuluhan dan setelah diberikan penyuluhan mengalami peningkatan. Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan terjadi sesudah seseorang melakukan pengindraan kepada obyek tertentu. Mayoritas pengetahuan manusia didapatkan melalui telinga, mata dan sumber informasi melalui beberapa media, seperti media audiovisual (elektronik, video, vcd, radio, dan tv) dan media cetak (buku, majalah, *leaflet*, *booklet*, poster) (Efendi, 2011). *Booklet* merupakan cetakan yang istimewa, dengan penyajian dan isi yang lebih singkat

dibandingkan buku pada umumnya, dan penyusunan isi *booklet* dengan materi semenarik mungkin, dan sisi tampilan *booklet* yang dapat menarik perhatian pembacanya. Sesuai dengan (Kholid, 2012) menyebutkan kalau ingin berkompentensi bersifat memahami isian bacaan maka media *booklet* yang menjadi pilihan efektif untuk digunakan.

*Leaflet* adalah media informasi yang cenderung memperlihatkan visualnya, visualnya merupakan alat komunikasi yang mudah dimengerti dan diingat oleh pembaca. *Leaflet* bisa digunakan sebagai alat informasi, penyampaian promosi, dan alat pengumuman. Beberapa keuntungan *leaflet* antara lain sangat ekonomis, dapat membaca isinya di waktu santai, dan pembaca bisa belajar mandiri serta praktis karena mengurangi kebutuhan mencatat. Beberapa informasi yang disampaikan dan telah dibaca oleh sasaran sehingga bisa didiskusikan dan bisa menyampaikan informasi yang lengkap yang mana tidak dapat diberikan secara lisan, mudah dibuat, diperbanyak, dan diperbaiki serta mudah disesuaikan dengan kelompok sasaran (Alestari, 2019).

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa sikap responden menggunakan media *booklet* berdasarkan hasil nilai rata-rata terdapat peningkatan pengetahuan sesudah dilakukan penyuluhan dengan media *booklet*. Sikap siswi sebelum dilakukan penyuluhan sebesar  $5,13 \pm 1,100$  dan setelah dilakukan penyuluhan post test1 sebesar  $9,83 \pm 1,930$ , post test2 sebesar  $12,61 \pm 1,764$ . Dimana nilai *p value* sebesar  $0,000 < 0,05$  yang artinya ada pengaruh penyuluhan menstruasi menggunakan media *booklet* terhadap sikap responden. Sedangkan sikap responden menggunakan media *leaflet* berdasarkan hasil nilai rata-rata terdapat peningkatan sikap sesudah dilakukan penyuluhan dengan media *leaflet*. Sikap siswi sebelum dilakukan penyuluhan sebesar  $4,74 \pm 1,185$  dan setelah dilakukan penyuluhan post test1 sebesar  $8,41 \pm 1,654$ , post test2 sebesar  $11,54 \pm 2,288$ . Dimana nilai *p value* sebesar  $0,000 < 0,05$  yang artinya ada pengaruh penyuluhan menstruasi menggunakan media *leaflet* terhadap sikap reponden dapat dilihat pada tabel 4.

**Tabel 4. Pengaruh penyuluhan menstruasi menggunakan media *booklet* dan *leaflet* terhadap sikap responden**

Kelompok	Eksperimen	Kontrol
Pretest (Mean±SD)	5,13±1,100	4,74±1,185
Posttest1 (Mean±SD)	9,83±1,930	8,41±1,654
Posttest2 (Mean±SD)	12,61±1,764	11,54±2,288
Pvalue	0,000	0,000

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh penyuluhan menstruasi menggunakan media *booklet* dan *leaflet* terhadap sikap responden diketahui bahwa ada pengaruh

penyuluhan menstruasi menggunakan media booklet terhadap sikap responden. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Puspitaningrum, 2017) dimana pendidikan kesehatan dengan media booklet memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan sikap remaja putri terkait kebersihan dalam menstruasi. Penelitian (Putri, 2017) juga menunjukkan sikap santriwati tentang pencegahan penyakit gastritis mengalami peningkatan sikap setelah diberikan penyuluhan dengan media *leaflet*.

Penyuluhan atau pendidikan kesehatan adalah suatu proses perubahan pengetahuan yang merubah perilaku yang tidak sehat menjadi sehat oleh seorang penyampai edukasi kepada orang lain (Untari, 2017). Penyuluhan merupakan sarana atau upaya dalam menampilkan informasi atau pesan yang akan disampaikan komunikator, baik melalui media elektronika, cetak, dan media luar ruang sehingga dapat meningkatkan pengetahuan sasaran dengan harapan dapat mengubah perilakunya ke yang positif. Media cetak berdasarkan fungsinya termasuk *leaflet*, *flipchart*, *flyer*, *booklet*, rubrik/majalah, foto dan poster dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap seseorang. Oleh karena itu *booklet* mengenai menstruasi pada penelitian ini merupakan salah satu media pembelajaran yang bisa dibaca berulang-ulang dan bisa meningkatkan pengetahuan serta merubah sikap yang lebih positif terkait menstruasi (Sormin, 2019).

Pengetahuan, keyakinan, emosi, dan pikiran merupakan peranan penting dalam pembentukan sikap yang utuh. Pengetahuan yang baik akan menjadikan seseorang dapat berpikir dan berperilaku dalam melakukan sesuatu lebih baik lagi. Hal ini bisa terjadi karena secara teori sering kali dinyatakan bahwa sikap merupakan penentu yang memunculkan adanya perilaku yang sesuai dengan sikapnya. Sikap tumbuh dikarenakan pengetahuan yang dipersepsikan sebagai suatu hal yang baik (positif) maupun tidak baik (negatif), kemudian diinternalisasikan kedalam dirinya (Herfanda, 2018). Peningkatan sikap didasari oleh meningkatnya pengetahuan, sikap seseorang terhadap sesuatu didasari dengan adanya pengetahuan hasil pendalaman materi dari beberapa sumber informasi, dimana setelah seseorang memperoleh pengetahuan yang baik mereka biasanya menunjukkan sikap yang baik. Sesuai dengan tujuan penyuluhan dengan *booklet* yaitu untuk meningkatkan pengetahuan yang akan mempengaruhi perubahan sikap (Puspitaningrum, 2017). Sikap tumbuh didasari dengan pengetahuan yang baik sebagai suatu hal yang baik (positif) ataupun tidak baik (negatif) selanjutnya diinterpretasikan ke dalam diri. Penyuluhan yang efektif akan meningkatkan pengetahuan dan dapat merubah sikap seseorang.

Sejalan dengan penelitian (Ulfa, 2014) pendidikan kesehatan merupakan suatu usaha atau cara membantu individu, kelompok atau masyarakat dalam meningkatkan kemampuan berperilaku dan merubah sikap menjadi lebih baik. Dengan adanya penyuluhan menstruasi menggunakan media *leaflet* dapat

meningkatkan sikap siswi lebih positif dan siap dalam menghadapi *menarche*. Sikap terbagi dalam berbagai tingkatan, seperti yang dipaparkan dalam buku (Wawan & Dewi, 2011), pertama menerima, yaitu orang (subjek) mau dan mengemukakan stimulus yang diberikan (objek). Kedua merespon, yaitu seseorang mau memberikan jawaban ketika ditanya. Ketiga menghargai, mengajak orang lain memecahkan suatu masalah. Keempat bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah diperbuat dengan segala resiko dan mempunyai sikap yang paling tinggi. Sama dengan ketika penelitian dilangsungkan, responden cenderung diam pada saat penyuluhan berlangsung, tetapi ketika dilakukan pertemuan kedua untuk post tes responden lebih aktif dari yang sebelumnya artinya responden bisa menerima dan merespon dibuktikan pada saat responden bisa memberikan jawaban ketika diberikan pertanyaan, hal ini membuktikan bahwa media *leaflet* mampu menumbuhkan sikap baik (positif) responden

Berdasarkan pengetahuan responden pre-post1 kelompok eksperimen *mean rank* sebesar 64,65, kelompok kontrol *mean rank* sebesar 44,44. Pengetahuan kelompok eksperimen setelah dilakukan penyuluhan menggunakan media booklet lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol menggunakan media *leaflet* dengan nilai  $p$  value  $0,001 < 0,05$  yang artinya ada perbedaan yang signifikan antara peningkatan pengetahuan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Sedangkan pada pre-post2 kelompok eksperimen *mean rank* sebesar 61,34, kelompok kontrol *mean rank* sebesar 47,66. Pengetahuan kelompok eksperimen setelah diberikan penyuluhan menggunakan media booklet lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol menggunakan media *leaflet* dengan nilai  $p$  value  $0,022 < 0,05$  yang artinya ada perbedaan yang signifikan antara peningkatan pengetahuan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Sedangkan sikap responden pre-post1 kelompok eksperimen *mean rank* sebesar 61,77, kelompok kontrol *mean rank* sebesar 47,23. Sikap kelompok eksperimen setelah diberikan penyuluhan menggunakan media booklet lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol menggunakan media *leaflet* dengan nilai  $p$  value  $0,014 < 0,05$  yang artinya ada perbedaan yang signifikan antara peningkatan sikap kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Sedangkan pada pre-post2 kelompok eksperimen *mean rank* sebesar 60,74, kelompok kontrol *mean rank* sebesar 48,26. Sikap kelompok eksperimen setelah diberikan penyuluhan menggunakan media booklet lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol menggunakan media *leaflet* dengan nilai  $p$  value  $0,035 < 0,05$  yang artinya ada perbedaan yang signifikan antara peningkatan pengetahuan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel 5.

**Tabel 5. Perbedaan penyuluhan menstruasi menggunakan media *booklet* dan *leaflet* terhadap pengetahuan dan sikap kelompok eksperimen dan kontrol**

Variabel pengetahuan	Pre-posttes1		Pre-posttes2	
	Mean Rank	P value	Mean Rank	P value
Eksperimen	64,65	0,001	61,34	0,022
Kontrol	44,44		47,66	

  

Variabel sikap	Pre-posttes1		Pre-posttes2	
	Mean Rank	P value	Mean Rank	P value
Eksperimen	61,77	0,014	60,74	0,035
Kontrol	47,23		48,26	

Perbedaan penyuluhan menstruasi menggunakan media *booklet* dan *leaflet* terhadap pengetahuan responden berdasarkan hasil penelitian diketahui ada perbedaan penyuluhan menstruasi menggunakan media *booklet* dan *leaflet* terhadap pengetahuan responden. Marhaeni (2015) mengemukakan bahwa indera yang paling banyak menyampaikan pengetahuan ke otak, kurang lebih 75% - 87%, pengetahuan manusia diperoleh dan disalurkan melalui mata. Sedangkan 13% - 25% lainnya tersampaikan melalui indera lain. Media cetak bisa meningkatkan pengetahuan jadi lebih baik. *Booklet* adalah media yang dipilih dalam penyampaian informasi tentang menstruasi, *booklet* disusun menggunakan desain dan gambar-gambar yang mendukung dan penjelasan isi materi yang mudah dipahami, ukurannya kecil praktis mudah dibawa kemana pun dan bisa dibaca berulang-ulang. Sehingga responden mampu memahami materi yang disampaikan dalam *booklet* (Marhaeni, 2015). Sedangkan *leaflet* adalah salah satu media yang disusun atas dasar prinsip bahwa pengetahuan manusia ditangkap atau diterima oleh panca indera. *Leaflet* memiliki isian yang terbatas dengan desain yang kurang menarik, *leaflet* berbentuk selebaran kertas timbal balik yang berisikan mudah hilang, jika tampilan visualnya kurang menarik hal tersebut bisa membuat pembaca hanya membacanya sekali, dan jika kurang berminat pembaca bisa dengan mudah membuangnya. Hasil penelitian diketahui bahwa penyuluhan menggunakan media *booklet* lebih efektif dibandingkan dengan *leaflet*.

Berdasarkan hasil penelitian perbedaan penyuluhan menstruasi menggunakan media *booklet* dan *leaflet* terhadap sikap responden diketahui ada perbedaan penyuluhan menstruasi menggunakan media *booklet* dan *leaflet* terhadap sikap responden. Pada hasil penelitian dapat dilihat sikap kelompok eksperimen setelah diberikan penyuluhan melalui media *booklet* lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol dengan penyuluhan media *leaflet*. Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan kepada tempat penelitian untuk menggunakan *booklet* sebagai media dalam memberikan informasi kesehatan kepada siswa-siswi, khususnya informasi mengenai menstruasi pada siswi. *Booklet* adalah sebuah buku yang digunakan dalam menampilkan berbagai catatan dengan

tulisan serta gambar dengan tampilan menarik (Imtihana, 2014).

Beberapa manfaat *booklet* antara lain : menimbulkan gairah belajar, mengatasi keterbatasan ruang, waktu, tenaga, dan daya indera, memperjelas pesan agar tidak terlalu verbalistis, memungkinkan komunikasi belajar mandiri sesuai dengan bakat dan kemampuan visual, interaksi lebih langsung antara komunikasi dengan sumber belajar, auditori. Proses pembelajaran mengandung lima komponen komunikasi yaitu media pembelajaran, bahan pembelajaran, komunikator, komunikasi, dan tujuan pembelajaran (Daryanto, 2013).

*Leaflet* merupakan bentuk penyampaian informasi kesehatan dengan lembaran yang dilipat. Adapun keuntungan menggunakan *leaflet* antara lain sasaran dapat menyesuaikan dan belajar mandiri serta praktis karena mengurangi kebutuhan mencatat. Sasaran dapat melihat isinya di waktu santai dan sangat ekonomis. Sementara itu ada beberapa kelemahan dari *leaflet* yaitu, mudah hilang dan tidak tahan lama, *leaflet* akan menjadi percuma jika sasaran tidak diikutsertakan secara aktif. Dari hasil penelitian diketahui bahwa penyuluhan menggunakan media *booklet* lebih efektif daripada media *leaflet*.

## 5. KESIMPULAN

Adanya pengaruh penyuluhan menstruasi menggunakan media *booklet* dan *leaflet* dan terdapat perbedaan penyuluhan menggunakan media *booklet* dan *leaflet* dengan perbandingan media *booklet* lebih efektif daripada media *leaflet* dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswi dalam menghadapi *menarche*.

## 6. SARAN

Karena ada pengaruh yang positif penggunaan media *booklet* dan *leaflet* terhadap pengetahuan dan sikap siswi sekolah dasar dalam menghadapi *menarche*, maka disarankan untuk dapat digunakan media tersebut di sekolah dasar yang lain. Dan bisa dilakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar lagi atau menggunakan perbandingan dengan media lainnya.

## 7. DAFTAR PUSTAKA

- Alestari, R. O., Arsesiana, A., & Widyandini, M. (2019). Penyuluhan kesehatan menggunakan survivor dengan non-survivor untuk meningkatkan perilaku tentang pemeriksaan payudara sendiri pada usia subur di Yogyakarta, *1*(1), 205–216. <https://doi.org/https://doi.org/10.33859/psmumns.v0i1.44>
- Ali, P. D. M., & Asrori, P. D. M. (2015). *Psikologi Remaja* (Cetakan ke). Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Chandra-mouli, V., & Patel, S. V. (2017). Mapping the knowledge and understanding of *menarche*, menstrual hygiene and menstrual health among adolescent girls in low- and middle-income countries. *Reproductive Health*, 1–16. <https://doi.org/10.1186/s12978-017-0293-6>

- Daryanto. (2013). *Inovasi Pembelajaran Efektif*. Bandung: Yrma Widya.
- 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, 97–104.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jka.v2i2.1617>
- Efendi, F., & Makhfudli. (2011). *Keperawatan kesehatan komunitas teori dan praktik dalam keperawatan*. Jakarta: Salemba medika.
- Fauziah, A. N., Maesaroh, S., & Sulistyorini, E. (2017). Penggunaan leaflet terhadap peningkatan pengetahuan tentang pemeriksaan payudara sendiri, *XV*(2), 204–2015.
- Febrina, R. (2020). Edukasi menstruasi pada remaja putri di pondok pesantren. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(3), 201–204.
- Herfanda, E., & Heldi, Z. S. (2018). Pengaruh penyuluhan kanker payudara dengan pemberian booklet terhadap sikap sadari pada remaja putri di SMU Muhammadiyah 3 Yogyakarta, 54–59.
- Imtihana, M., F. Putut Martin, H. ., & Priyono, B. (2014). Pengembangan buklet berbasis penelitian sebagai sumber belajar materi pencemaran lingkungan di SMA. *Unnes Journal of Biology Education*, 3(2), 186–192.
- Infodatin. (2014). Pusat data dan informasi kementerian kesehatan RI.
- Kholid, A. (2012). *Promosi kesehatan dengan pendekatan teori perilaku, media, dan aplikasinya*. Jakarta: Rajawali Press. <https://doi.org/978-979-769-464-7>
- Khusen, D. (2017). *Rahasia Kesehatan Wanita* (Cetakan ke). Jakarta: UI Publishung.
- Lutfiyah, I. (2016). Analisis kesiapan siswi Sekolah Dasar dalam menghadapi menarche. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 5, 135–145.
- Marhaeni, G. A., Hadi, M. C., & Armini, N. W. (2015). Intervensi penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap remaja tentang HIV-AIDS di SMA 1 Sidemen Kabupaten Karangasem, Provinsi Bali. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 6(1), 1–8.
- Notoatmodjo. (2014). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Proverawati, A., & Misaroh, S. (2014). *Menarche Menstruasi pertama penuh makna* (Cetakan Pe). Yogyakarta: Nuha Medika.
- Purba, V. M. (2017). Hubungan fungsi keluarga dengan kecemasan menghadapi menarche pada remaja putri usia Sekolah Dasar Di SD Negeri 064988 Medan. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran Dan Ilmu Kebidanan*, 1(52), 138–144.
- Puspitaningrum, W., Agushybana, F., Mawarni, A., & Nugroho, D. (2017). Pengaruh booklet terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri terkait kebersihan dalam menstruasi di pondok pesantren al-ishlah demak triwulan II tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(4), 274–281.
- Putri, A. T., & Akifah, F. R. (2017). Efektifitas media audio visual dengan leaflet terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan pencegahan penyakit gastritis pada santriwati di pondok pesantren Hidayatullah putri dan Ummusshabri Kota Kendari Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 2(6), 1–11.
- Ramadhanti, C. A., Adespin, D. A., & Julianti, H. P. (2019). Perbandingan penggunaan metode penyuluhan dengan dan tanpa media leaflet terhadap pengetahuan dan sikap ibu tentang tumbuh kembang balita. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 8(1), 99–120.
- Sormin, T., & Puri, A. (2019). Perbedaan pengetahuan dan sikap ibu yang mendapat penyuluhan menggunakan media aplikasi android dan yang mendapat penyuluhan menggunakan booklet tentang senam hamil. *Jurnal Keperawatan*, 10(3), 438–444.
- Trismiyana, E., & Zofitri, I. R. (2020). Penyuluhan kesehatan tentang menarche menggunakan metode ceramah pada siswi kelas VI. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(2), 170–176.
- Ulfa, M. (2014). Pengaruh penyuluhan tentang menarche terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri pra menstruasi. *Jurnal Ners Dan Kebidanan*, 1(3), 197–201.  
<https://doi.org/10.26699/jnk.v1i3.ART.p196-199>
- Untari, I. (2017). *7 Pilar utama ilmu kesehatan masyarakat*. Yogyakarta: Thema Publishing.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2011). *Teori dan pengukuran pengetahuan sikap dan perilaku manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.