

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI MEDIA LEAFLET  
MENSTRUASI TERHADAP PENGETAHUAN  
REMAJA TENTANG MENSTRUASI  
DI ESCOLA BÁSICA 3º CICLO HERA TIMOR-LESTE**

**Nivia Alda de Araújo Machado**

**<sup>1)</sup>, Desy Widyastutik <sup>\*2)</sup>, Hutari Puji Astuti <sup>3)</sup>**

<sup>1)</sup>Mahasiswa Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>2)</sup>Dosen Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>3)</sup>Dosen Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta

[niviamachado15@gmail.com](mailto:niviamachado15@gmail.com), [aliciadesy@gmail.com](mailto:aliciadesy@gmail.com), [uthe\\_dwi@yahoo.co.id](mailto:uthe_dwi@yahoo.co.id)

**ABSTRAK**

Haid atau menstruasi adalah perubahan fisiologis dalam tubuh perempuan yang terjadi secara berkala dan dipengaruhi oleh hormon reproduksi. Periode ini penting dalam reproduksi. Pada manusia, hal ini bisa terjadi setiap bulan antara usia pubertas dan menopause. Siklus Menstruasi ialah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Menstruasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi di Escola Básica 3º Ciclo Hera Timor-Leste. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini 52 dengan menggunakan rumus slovin. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan mayoritas tingkat pengetahuan remaja tentang menstruasi seperti pengertian mayoritas pengetahuannya kurang sebanyak 42 (80,8%). Tingkat pengetahuan remaja tentang menstruasi berdasarkan karakteristik dari umur mayoritas 13-14 tahun pengetahuannya kurang sebanyak kurang 42 orang (80,8%). Saran diharapkan agar remaja lebih memperhatikan lagi mengenai kesehatan reproduksinya dan secara aktif mencari informasi mengenai Menstruasi.

**Kata Kunci : Pengetahuan, Remaja, Leaflet Menstruasi**

**THE INFLUENCE OF HEALTH EDUCATION THROUGH MENSTRUATION  
LEAFLET MEDIA ON KNOWLEDGE  
TEENAGERS ABOUT MENSTRUATION  
AT 3RD CYCLE BASIC SCHOOL HERA TIMOR-LESTE**

**Nivia Alda de Araújo Machado**

<sup>1)</sup>, **Desy Widyastutik** <sup>\*2)</sup>, **Hutari Puji Astuti** <sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> Mahasiswa Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>2)</sup> Dosen Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>3)</sup> Dosen Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Kusuma Husada Surakarta

[niviamachado15@gmail.com](mailto:niviamachado15@gmail.com), [aliciadesy@gmail.com](mailto:aliciadesy@gmail.com), [uthe\\_dwi@yahoo.co.id](mailto:uthe_dwi@yahoo.co.id)

**ABSTRACT**

Menstruation or menstruation is a physiological change in a woman's body that occurs periodically and is influenced by reproductive hormones. This period is important in reproduction. In humans, this can occur every month between puberty and menopause. The Menstrual Cycle is the distance between the start date of the last menstruation and the start of the next menstruation. The aim of this research is to analyze the influence of health education through menstrual leaflets on adolescent knowledge about menstruation 3rd cycle basic school hera timor-leste. **Method:** This research uses a quantitative descriptive design. The sample in this study was 52 using the Slovin formula. Results: The results of the study showed that the majority of teenagers' knowledge level about menstruation, such as the understanding that the majority had insufficient knowledge, was 42 (80.8%). The level of knowledge of teenagers about menstruation based on the characteristics of the majority aged 13-14 years, the knowledge is less than 42 people (80.8%). It is hoped that teenagers will pay more attention to their reproductive health and actively seek information about menstruation.

**Keywords: Knowledge, Teenagers, Menstruation Leaflet**

## **PENDAHULUAN**

Menurut WHO (World Health Organisation) remaja merupakan individu yang mengalami pubertas dimana terjadi perubahan-perubahan dari kecil menuju masa dewasa, masa remaja dicirikan dengan berubahnya bentuk fisik, psikolog serta sudah matangnya reproduksi. Dimasa remaja seorang wanita, salah satu tanda primer adalah pubertas yakni terjadinya mens yang pertama kali keluar (Menarche). Kejadian penting pada masa pubertas adalah masa ketika seorang anak mengalami perubahan fisik dan psikis. Perubahan fisik pada masa pubertas ini ditandai dengan menarche. Menarche merupakan istilah dari menstruasi yang pertama kali terjadi pada wanita yaitu suatu proses pengeluaran darah dari uterus yang disertai dengan serpihan selaput dinding uterus pada wanita yang terjadi secara periodik. Menstruasi pertama pada remaja putri sering terjadi pada usia 11 tahun, namun tidak tertutup kemungkinan terjadi pada rentang usia 9 hingga 16 tahun. Remaja perempuan yang belum mendapatkan persiapan yang lebih baik, lebih banyak menampilkan perasaan negatif (takut, panik, kaget, sedih, marah, bingung, dan merasa direpotkan) dibandingkan perasaan positif saat memasuki menarche (Adelia, 2018).

Anak yang akan mengalami menarche membutuhkan kesiapan fisik, psikologis, serta keluarga sebagai sumber informasi yang baik. Menurut Jayanti F.N, remaja yang belum siap menghadapi menarche akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut. Remaja putri akan merasakan menstruasi sebagai sesuatu yang mengancam dan apabila tidak diatasi keadaan ini dapat berlanjut ke arah yang lebih negatif, namun berbeda bagi mereka yang telah siap dalam menghadapi menarche, mereka akan merasa senang dan bangga karena menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis.

Masa remaja atau adolescence merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju dewasa. Dalam bahasa latin disebut *adolescere* yang berarti tumbuh menjadi dewasa (Proverawati, A & Misaroh, 2012). Adolescence merupakan tahap kehidupan yang dimulai dengan munculnya tanda-tanda seks sekunder dan diakhiri dengan berhentinya pertumbuhan tubuh, berkisar antara usia 11-19 tahun (Dorland, 2012). Perubahan yang terjadi pada usia remaja adalah perubahan secara fisik maupun perubahan non fisik. Masa remaja dikatakan masa yang paling kritis dibandingkan dengan perkembangan kehidupan lainnya dikarenakan pada masa ini terjadi begitu banyak perubahan

dalam diri individu baik itu perubahan fisik maupun psikologis (Kusmiran, 2011).

Adapun beberapa faktor yang berpengaruh pada siklus menstruasi yaitu timbangan berat badan, aktivitas fisik yang dilakukan, faktor pikiran, diet, kondisi lingkungan dan tempat bekerja (Kusmiran, 2013). Tidak hanya itu Menurut Mulastin (2013), ada juga beberapa faktor yang berpengaruh pada siklus menstruasi seorang wanita yaitu ada faktor hormonal, psikis, aktivitas, asupan gizi dan juga pola makan sehari hari. Pada panjangnya siklus menstruasi seorang wanita faktor usia juga sangat mempengaruhi, berat badan, tingkatan stress yang dialami serta faktor genetik dan kecukupan gizi sehari hari (Isnaeni 2010).

Beberapa tahun terakhir masalah kesehatan reproduksi pada anak menjadi kepedulian Nasional karena disadari bahwa dalam hidupnya menghadapi berbagai masalah khususnya yang membutuhkan perhatian yang khusus pula. Kebutuhan terhadap kesehatan reproduksi pada anak sebenarnya merupakan permasalahan dunia, akan tetapi di Negara kita hal ini tidak mendapatkan perhatian yang memadai. Program kesehatan reproduksi merupakan upaya untuk membantu agar memiliki pengetahuan, kesadaran, sikap

dan perilaku kehidupan reproduksi sehat dan bertanggung jawab. Kesehatan reproduksi ini tidak saja bebas dari penyakit dan kecacatan, namun juga sehat mental dan social dari alat, sistem, fungsi serta proses reproduksi (Irmawati, 2011).

Ketidaksiapan dalam menghadapi menarche ini dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan anak tentang menstruasi. Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (Notoatmodjo, 2015). Menurut Lutfiya sebanyak 50% remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang tentang menstruasi dan mengatakan tidak siap untuk menghadapi menarche (Lutfiya, 2016). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rohmah, menyatakan bahwa remaja yang memiliki skor tinggi pada pengetahuan tentang menstruasi juga memiliki skor tinggi pada kesiapan menghadapi menarche (Rohmah, Djahamah dan Rahayu, 2015). Pengetahuan yang dimiliki oleh remaja putri akan mendorong ia untuk mempersiapkan diri dengan datangnya menarche.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Escola Básica 3º Ciclo Hera Timor-Leste pada hari Jumat tanggal 04 Juli 2023, kelas IX

terdiri dari 4 kelas dengan jumlah sebanyak 110 siswi. Hasil wawancara terhadap 10 remaja tentang tingkat pengetahuan terhadap Menstruasi sangat rendah dan bahkan semua remaja tidak tau sama sekali tentang Pengetahuan Menstruasi. Berdasarkan uraian latar belakang di atas penelitian tertarik untuk melakukan penelitian “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Menstruasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi” di Escola Básica 3º Ciclo Hera Timor-Leste.

#### **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan pendekatan *Pre-Experiment* dengan rancangan *one group pre-post test design* yaitu pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah diberikan media leaflet (Windhu, 2020).

Rancangan ini tidak ada kelompok perbandingan (Kontrol), jenis penelitian ini menggunakan cara dengan memberikan *pretest* (pengamatan awal) terlebih dahulu dan sebelum diberikan intervensi atau eksperimen, lalu dilakukan *posttest* (pengamatan terakhir) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah diberikan (eksperimen) (Desi, 2022). Kesimpulan hasil penelitian di dapat dengan cara membandingkan data *posttest* antar kelompok perlakuan, pada penelitian ini

peneliti tidak memakai roudominasi (Dharma, 2012).

Alat maupun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner.

Menurut Sugiyono (2017) tentang waktu penelitian tidak ada cara yang mudah untuk menentukan berapa lama penelitian yang akan dilaksanakan. Tetapi lamanya penelitian ini tergantung pada keberadaan sumber data dan tujuan penelitian. Selain itu waktu penelitian ini tergantung cakupan penelitian, dan bagaimana penelitian mengatur waktu yang digunakan. Penelitian Ini di Laksanakan pada bulan Juni 2023-Januari 2024.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Analisis data ini dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik responden sesuai dengan vairabel yang diteliti. Data ini adalah data yang didapatkan melalui pengisian kuesioner dengan menyajikan 52 responden yang meliputi : Nama, Umur, Jenis Kelamin.

**Tabel 4. 1 Jumlah Responden**

	<b>Nama Kelas</b>	<b>Jumlah Responden</b>
<b>1.</b>	Kelas A	16
<b>2.</b>	Kelas B	12

3.	Kelas C	10
4.	Kelas D	14
	Total	52

*Sumber Data : Output SPSS yang diolah*

**a. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur**

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase %
Baik	50	96,2
Cukup	2	3,8
Kurang	0	0
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>100,0</b>

**Tabel 4. 2 Karakteristik responden berdasarkan umur**

*Sumber Data : Data Primer, 2023*

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase %
Baik	0	0
Cukup	10	19,2
Kurang	42	80,8
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>100,0</b>

**Analisis Pengetahuan Menstruasi pada Remaja sebelum diberikan perlakuan.**

**Tabel 4. 3 Hasilukur pretest**

*Sumber data : OutPut Spss yang diperoleh*

Berdasarkan tabel 4.4 hasil penelitian tentang Pengaruh pendidikan kesehatan melalui media leaflet Menstruasi terhadap “pengetahuan remaja tentang Menstruasi” sebelum diberikan pendidikan kesehatan (pretest) kategori baik 0 (0%), cukup 10 (19,2%), kurang

No	Tingkat Usia	Jumlah	%
1	11-12 Tahun	0	0
2	13-14 Tahun	30	57,7
3	15-16 tahun	22	42,3
	Total	52	100,0

42 (80,8%) .

**b. Analisis Pengetahuan Menstruasi pada Remaja sesudah diberikan perlakuan.**

**Tabel 4. 4 Hasil ukur posttest**

*Sumber data : Output Spss yang diperoleh*

Berdasarkan tabel 4.5 hasil penelitian tentang Pengaruh pendidikan kesehatan melalui media leaflet Menstruasi terhadap “pengetahuan remaja tentang Menstruasi” sesudah diberikan pendidikan kesehatan (pretest)

kategori baik 50 (96,2%), cukup 2 (3,8%), kurang 0 (0%).

Analisis bivariat ini digunakan untuk mengetahui Pengaruh Pendidikan kesehatan melalui media leaflet Menstruasi terhadap pengetahuan remaja tentang Menstruasi di Escola Básica 3º Ciclo Hera Timor-Leste.

**a. Uji Normalitas**

**Tabel 4. 5 Uji Normalitas**

Variabel	Statistic	Df	Sig
Pengetahuan (Pretest)	0,174	52	0,000
Pengetahuan (Posttest)	0,227	52	0,000

*Sumber data : Ouput Spss yang diperoleh*

Berdasarkan Tabel 4.6 menunjukkan bahwa pada uji normalitas dengan menggunakan uji kolmogorov-smirnov yang didapatkan nilai p sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan pengetahuan tentang Menstruasi yaitu  $p = 0,000$ , begitu juga sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan interaksi sosial diperoleh nilai  $p = 0,000$ . Hal ini menunjukkan bahwa nilai  $p \leq 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa data tidak mendekati distribusi normal atau tidak normal, sehingga uji yang

digunakan untuk melihat pengaruh sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berbasis media leaflet yaitu menggunakan uji Wilcoxon.

**c. Uji Wilcoxon**

**Tabel 4. 6 Uji Wilcoxon**

Variabel	Nilai z	P value
Posttest-Pengetahuan	-	0,000
Pretest	6,291 <sup>b</sup>	

*Sumber data : Output Spss yang diolah*

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukan hasil uji wilcoxon yang didapatkan nilai z (-6,291<sup>b</sup>) dan Pengetahuan remaja tentang Menstruasi  $p value = 0,000$  ( $p value < 0,05$ ), maka dapat diambil kesimpulan bahwa hipotesis (Ha) diterima sehingga antar variabel bebas dan variabel terikat mempunyai hubungan signifikan.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti tentang Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Menstruasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi di Escola Básica 3º Ciclo Hera Timor-Leste pada Remaja SMP kelas IX bulan Juli-September diperoleh sebagai berikut :

**Karakteristik Responden Berdasarkan Umur**

Sebagian besar responden berusia 13-14 Tahun yaitu 30 responden (57,7%). Pertumbuhan dan perkembangan remaja dibagi menjadi tiga yaitu : remaja awal dimulai dari usia 11-14 tahun, remaja tengah dimulai dari 14-17 tahun dan remaja akhir dimulai dari usia 17-20 tahun. Menarche adalah menstruasi pertama kali yang dialami perempuan yang merupakan tanda awal dimulainya kehidupan baru sebagai remaja, menarche yang normal berkisar usia 12-13 tahun. Sebagian besar dari kelompok eksperimen dan kontrol, memiliki usia menarch  $\leq$  12 tahun. Hal ini sesuai dengan Riskesdas tahun 2010 bahwa rata-rata remaja di Indonesia mengalami menarch terbanyak pada usia 12-13 tahun. Sehingga pada usia menarche ini waktu yang tepat untuk mendapatkan pengetahuan tentang menstruasi, karena usia dapat mempengaruhi pengetahuan dalam mencerminkan kematangan seseorang dalam menerima materi. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya akan semakin baik. Pada periode ini, remaja membutuhkan pendidikan kesehatan untuk diserap, dalam hal ini peneliti memberikan remaja pendidikan kesehatan tentang pengetahuan menstruasi menggunakan media leaflet.

Dari uraian ini maka dapat kita simpulkan bahwa bertambahnya umur orang dapat berpengaruh pada penambahan pengetahuan yang diperolehnya.

### **Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**

Sebagian responden berdasarkan jenis kelamin paling banyak jenis kelamin perempuan yaitu 52 Responden (100 %). Dari hasil penelitian terlihat bahwa peneliti melakukan penelitian hanya dengan perempuan/remaja putri. Distribusi jenis kelamin di Escola Básica 3° Ciclo Hera Timor-Leste lebih tertuju ke jenis kelamin perempuan. Saat ini responden masih tergolong pada usia remaja awal-tengah. Menurut Wong tahun 2019, apabila dilihat dari pertumbuhan dan perkembangannya maka akan terjadi hentakan-hentakan aktivitas baik pada anak laki-laki maupun perempuan pada anak perempuan pada masa remaja awal ini dicirikan dengan peningkatan aktivitas, hanya bentuk dan isinya dari pada aktivitas tersebut yang berada pada anak perempuan.

Peningkatan aktivitas tersebut bukan berarti peningkatan agresivitas. Akan tetapi hal ini merupakan proses intensifikasi dari pada daya adaptasi terhadap realita dunia serta usaha untuk menguasai lingkungannya, juga untuk mengatasi kesulitan-kesulitan hidup.

Jenis kelamin dalam hubungannya dengan Menstruasi lebih mengarah kepada pergaulan. Semakin banyak bergaul dengan lingkungan luar semakin tinggi tingkat pengetahuannya, tetapi juga semakin berisiko pada hal-hal negatif untuk ikut terbawa dengan lingkungan yang berdampak pada kesehatan misalnya resiko tinggi untuk hamil (Depkes RI, 2020; Desmita, 2010).

Menurut Haery (2017) Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk dikuasai, karena dengan mengetahui sesuatu, kita dapat menjadikan pedoman untuk tindakan selanjutnya, pengetahuan siswi mengenai menstruasi merupakan dasar untuk pembentukan sikap agar bisa memahami apa yang dimaksud dengan menstruasi. berikut peneliti akan membahas gambaran pengetahuan siswa mengenai menstruasi.

#### **Analisis Pengetahuan Menstruasi pada remaja sebelum diberikan perlakuan.**

Dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebelum diberikan perlakuan melalui media leaflet Menstruasi responden dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 0 responde dengan (0%), responden dengan pengetahuan cukup sebanyak 10 responde dengan (19,2%) sedangkan responden dengan pengetahuan kurang sebanyak 42 responde dengan (80,8%).

Menurut Budiman, dkk 2013 bahwa Seseorang dengan pengetahuan sebelum diberikan perlakuan berupa media leaflet Menstruasi besar kemungkinan dipengaruhi oleh pendidikan, informasi/media massa, sosial, budaya dan ekonomi, lingkungan, pengalaman dan usia.

#### **Analisis Pengetahuan Menstruasi pada Remaja sesudah diberikan perlakuan.**

Dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sesudah diberikan perlakuan melalui media leaflet Menstruasi responden dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 50 responde dengan (96,2%), responden dengan pengetahuan cukup sebanyak 2 responde dengan (3,8%) sedangkan responden dengan pengetahuan kurang sebanyak 0 responde dengan (0%).

Maka dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sesudah diberikan perlakuan media leaflet Menstruasi terhadap pengetahuan remaja dengan kategori baik yang dari sebelum memberikan perlakuan sebanyak 0 responden dan sesudah diberikan perlakuan didapatkan 50 orang dengan katategori baik sehingga meningkat dari 0 responden menjadi sebanyak 50 responden dengan kategori baik, namun sebagian besar masih unggul di kategori cukup yang dari sebelum diberikan perlakuan sebanyak 10 responden dan

sesudah diberikan perlakuan menurun sebanyak 8 responden hingga kategori cukup menjadi 2 responden, dan di kategori kurang dari sebelum memberikan perlakuan sebanyak 42 responden dan sesudah diberikan perlakuan menurun sebanyak 42 responden hingga kategori kurang menjadi 0 responden dalam sesudah memberikan perlakuan dengan media leaflet Menstruasi.

Maka dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sesudah diberikan perlakuan media leaflet Menstruasi yang sangat berpengaruh pada pengetahuan remaja, yang awalnya pengetahuan rendah menjadi pengetahuan yang baik, pengetahuan merupakan faktor penentu yang terpenting untuk mengubah perilaku kesehatan seseorang.

Menurut Notoatmodjo, 2018 bahwa pengetahuan seseorang dapat dilihat dari berbagai cara yaitu: cara coba salah, secara kebetulan, cara otoritas atau kekuasaan, yang berdasarkan pengalaman pribadi seperti akal sehat, kebenaran secara mutlak, kebenaran dari hati, melalui jalan pikiran, induksi dan melalui edukasi.

Maka dari hasil penelitian, teori dan penelitian terkait peneliti ini berasumsi sesudah dilakukan pendidikan kesehatan melalui media Leaflet Menstruasi secara otomatis pengetahuan responden ini

sangat berpengaruh pada remaja dalam pengetahuan Menstruasi.

### **Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Menstruasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi di Escola Básica 3º Ciclo Hera Timor-Leste.**

Berdasarkan *uji wilcoxon* yang dilakukan penelitian, didapatkan nilai *p value* sebesar 0,000, hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan melalui media leaflet Menstruasi terhadap pengetahuan remaja tentang Menstruasi di Escola Básica 3º Ciclo Hera Timor-Leste sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan melalui media leaflet. Menurut Tindaon (2017), pengetahuan adalah hasil pengetahuan manusia dari kombinasi atau kerja sama antara subjek yang diketahui dan objek yang diketahui. Segala sesuatu diketahui tentang suatu objek tertentu.

Adanya peningkatan terhadap pengetahuan remaja tentang Menstruasi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pendidikan kesehatan melalui media leaflet ini sesuai dengan penelitian Yanti, Nopita (2023), yang mengatakan bahwa ada peningkatan nilai rata-rata mengenai pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja tentang Menstruasi di SMP NUSA PENIDA Jl. Setia Budi

Tj. Sari Medan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Didukung oleh penelitian Fatia. (2009) dalam penelitian Kusmiran E, (2011) menyatakan bahwa terjadi peningkatan saat memberikan pendidikan kesehatan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan, sehingga mempengaruhi tingkat pengetahuan Menstruasi pada remaja. Selain itu penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kumala, (2018) di SMA Semen Gresik tentang pengaruh penyuluhan kesehatan tentang Menstruasi terhadap tingkat pengetahuan siswa SMA) dalam penelitian di dukung oleh Laazulva, I. (2014) di SMA Semen Gresik tentang pengaruh penyuluhan kesehatan tentang Menstruasi terhadap tingkat pengetahuan siswa SMA menyatakan bahwa terdapatnya pengaruh penyuluhan kesehatan tentang Menstruasi yang dapat meningkatnya pengetahuan remaja tentang Menstruasi. Penelitian ini juga didukung oleh peneliti Wiliyani Elisabeth, (2015) menyatakan bahwa remaja putri SMA mengalami peningkatan yang baik dengan adanya pemberian pendidikan kesehatan dengan penyuluhan.

Maka dari hasil penelitian ini memiliki perbandingan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pendidikan kesehatan melalui media leaflet Menstruasi bahwa sebelum

memberikan pendidikan kesehatan melalui media leaflet terdapat 0 responden dengan (0%) dengan kategori berpengetahuan baik dan sesudah memberikan perlakuan pendidikan kesehatan dengan media leaflet terjadi peningkatan sebanyak 50 dengan (96,2%) dengan kategori berpengetahuan baik, namun sebagian besar 10 responden dengan (19,2%) dengan kategori cukup dan setelah memberikan perlakuan melalui media leaflet terjadi penurunan sebanyak 2 dengan (3,8%), sebelum diberikan perlakuan sebanyak 42 dengan (80,8%) menurun menjadi 0 responden dengan (0%) yang berkategori kurang.

Sesuai dengan teori yang dikemukakan Nirman, 2017 dalam penelitian Romliyadi, (2022) bahwa Pendidikan kesehatan sangat penting diberikan oleh tenaga kesehatan untuk mengubah perilaku individu, keluarga dan masyarakat sehingga mencapai perilaku hidup yang sehat. Dengan melalui pendidikan kesehatan yang diberikan peneliti mengharapkan individu, masyarakat serta keluarga sehingga mengalami perubahan pada cara bersikap, berperilaku maupun berfikir hingga dapat membantu untuk mengetasi masalah keperawatanyang ada, serta membantu keberhasilan terapi medik yang dijalani, dan mencegah terulangnya

atu terjadinya penyakit dan membentuk perilaku dengan hidup sehat.

Masa remaja dikatakan usia bermasalah karena tindakan-tindakan remaja selalu mengarah kepada keinginan untuk menyendiri (desire of isolation), kejemuhan (boredom), kegelisahan (restlessness), kurang percaya diri (lack of self-confidence), kekuasaan berkhayal (day dreaming), masa remaja disebut juga periode ambivalen karena disatu sisi remaja menginginkan kebebasan, tetapi disisi lain dia masih takut bertanggung jawab dan ragu atas kemampuannya. Selama masa ambivalen remaja menjadi frustrasi dan mengalami konflik. (Tindaon, 2017).

Maka dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan melalui media leaflet Menstruasi terhadap pengetahuan remaja tentang Menstruasi di Escola Básica 3º Ciclo Hera Timor-Leste sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

## **KESIMPULAN**

Media leaflet berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap siswa tentang pengetahuan Menstruasi sebelum dan sesudah karena leaflet menggunakan pesan singkat, gambar dan warna yang menarik serta dapat dibawa pulang sehingga dapat

digunakan kembali untuk belajar mandiri.

Berdasarkan hasil dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut

a. Karakteristik Responden  
Berdasarkan usia remaja awal, tengah dan akhir.

b. Analisis pengetahuan Menstruasi sebelum diberikan perlakuan didapatkan 52 responden pengetahuan dengan kategori baik sebanyak 0 responden dengan (0%) responden dengan cukup sebanyak 10 responden dengan (19,2%) responden dengan kurang sebanyak 42 responden dengan (80,8%). Maka dari analisis pengetahuan Menstruasi sesudah diberikan perlakuan didapatkan 52 responden pengetahuan dengan kategori baik sebanyak 50 responden dengan (96,2%) responden dengan cukup sebanyak 2 responden dengan (3,8%) responden dengan kurang sebanyak 0 responden dengan (0%).

c. Ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Menstruasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi di Escola Básica 3º Ciclo Hera Timor-Leste ada

peningkatan dalam pengetahuan remaja sebelum dan sesudah diberikan Informasi mengenai Menstruasi. Berdasarkan dari tabel 4.7 terlihat dari *uji wilcoxon* yang didapatkan nilai  $z$  (-6,291<sup>b</sup>) dan pengetahuan remaja tentang Menstruasi  $p$  value = 0,000 ( $p$  value <0,05) yang artinya media leaflet dapat meningkat pengetahuan remaja tentang Mesntruasi.

#### **SARAN**

##### **Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai pengembangan ilmu dan mendapatkan pengalaman dalam melaksanakan penelitian Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Menstruasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Mesntruasi.

##### **Bagi Responden**

Hasil penelitian ini bagi siswi Diharapkan agar lebih memperhatikan lagi mengenai kesehatan reproduksinya dan secara aktif mencari informasi mengenai Menstruasi.

##### **Bagi Masyarakat**

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan gambaran

mengenai Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Menstruasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi.

##### **Bagi Tempat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Menstruasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi.

##### **Bagi Instansi**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai sumber informasi dan menambah referensi pada perpustakaan tentang memberikan gambaran mengenai Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Menstruasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi.

##### **Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan dapat mendapatkan populasi yang lebih besar sehingga tidak terfokus pada satu tempat saja, sehingga dapat membandingkan dengan tempat lain dengan jumlah sampel yang lebihbanyak.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Ahyar, H., Maret, U. S., Andriani, H.,

- Sukmana, D. J., & Mada, U. G. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif* (Issue April).
- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Budiman, dkk. 2013. *Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Depkes RI. 2010. *Sistem Kesehatan Nasional*, Jakarta
- Kumala, D. 2008. *Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja SMA Semen Gresik Setelah Mendapatkan Penyuluhan Kesehatan Reproduksi*.
- Laazulva, I. 2014. *Masalah Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Indonesia Masih Terabaikan* <http://www.kapanlagi.com/h/000076310.html>. (11 Februari 2009)
- Mubarak, W, I & Chayatin, N (2009). *Ilmu Keperawatan Komunitas Pengantar dan Teori*. Jakarta : Salemba Medika.
- Nadhilah, P. (2015). *Pengaruh Pola Makan terhadap Siklus Menstruasi pada Siswi Madrasah Tsanawiyah Negeri 4*.
- Notoatmodjo. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka cipta.
- Notoatmodjo, S., 2010, *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Malang: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- World Health Organization (WHO). (2019). *Adolescent health* ; Available from:
- Windhu, P. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*.
- Yanti, Nopita . (2023). *Jurnal Kebidanan Flora*. “Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi Di SMP Nusa Penida Medan”; Volume 16 No 1 Tahun; E-ISSN:2089-4252 P-ISSN:2622-9072
- Yolandiani, R. P., Fajria, L. & Putri, Z. M. *Faktor – faktor yang mempengaruhi ketidakteraturan Siklus menstruasi pada remaja*. Fak. Keperawatan Univ. Andalas 11 (2021).