

**LITERATURE REVIEW : PENGARUH PENDIDIKAN  
 KESEHATAN MENGGUNAKAN MEDIA AUDIOVISUAL  
 TENTANG *MENARCHE* TERHADAP KESIAPAN SISWI SD  
 MENGHADAPI *MENARCHE***

Tanti Suryawantie<sup>1</sup>, K. Dewi Budiarti<sup>2</sup>, Siti Rahmalia Nuraeni<sup>3</sup>,

<sup>1,3</sup> Prodi S1 Keperawatan STIKes Karsa Husada Garut

<sup>2</sup> Prodi D3 Keperawatan STIKes Karsa Husada Garut

Email : tugasdosentanti2020@gmail.com

**ABSTRACT**

*Physical and mental readiness is needed before menarche because pre-puberty girl may feel anxiety and fear. Health education is one way that can be done because it will increase knowledge and information about menstruation so it will affect on good perceptions of menstruation and increase readiness in dealing with menarche. This research aimed to analyse the influence of health education by using audiovisual media on readiness to face menarche. This study uses the literature review method. The research was conducted by using Google Scholar and Proquest databases with keywords to find articles which are appropriate the inclusion and exclusion criteria to be reviewed. The results on reviewed articles, 3 articles prove that audiovisual education about menarche effective to increase readiness in dealing with menarche, 2 other articles prove that audiovisual media is more effective than the education without audiovisual media and leaflets. The conclusion based on 5 reviewed articles proves that audiovisual health education about menarche given to premenarche elementary student affect their readiness to face menarche because it can provide stimulus of sense for hearing and vision, so that the results obtained are more optimal. This review of the information on reproductive health can be used in the fields of education, approval, and community service regarding reproductive health in elementary school students.*

**Keywords:** *health education, audiovisual, readiness, menarche.*

**PENDAHULUAN**

Masa remaja merupakan masa perubahan secara fisik dan emosi serta masa pubertas dan pertumbuhan secara psikologis.. Pada saat ini, anak cenderung mencapai pubertas pada usia yang semakin dini, sehingga membuat mereka menjadi bingung dan kesulitan menghadapi keadaan yang masih baru ini (Proverawati & Misaroh, 2009). Pubertas dini yang terjadi dapat membuat anak-anak merasa cemas dan terganggu. Bagi anak-anak yang telah

mengalami menstruasi pertama baik yang mengalami nyeri ataupun tidak, mereka mungkin mengalami siklus yang anovular, sehingga menimbulkan ketakutan dan mengalami distress (Andrews, 2010).

Gadis remaja pada *menarche* dini mengalami lebih banyak skor depresi daripada gadis remaja dengan *menarche* terlambat (Bhanu & Ramaswamy, 2018). Usia *menarche* yang lebih dini lebih rentan terhadap

gejala depresi melalui peningkatan reaktivitas terhadap stressor masa remaja yang berasal dari tekanan lingkungan dan menjadi periode kritis untuk memberi intervensi terkait peningkatan kesehatan mental (Trépanier et al., 2013).

Pubertas merupakan masa peralihan pada anak-anak yang ditandai dengan adanya perubahan fisik, psikis, serta pematangan fungsi seksual. Masa pubertas pada perempuan biasanya dimulai pada usia 8 hingga 10 tahun dan berakhir pada usia 15 hingga 16 tahun (Proverawati & Misaroh, 2009). Ciri seks primer pada perempuan yaitu kematangan organ-organ reproduksinya ditandai dengan berkembangnya rahim, vagina dan ovarium. Pada masa ini terjadi *menarche*. Ciri seks sekunder pada perempuan yaitu tumbuh rambut pubis disekitar kemaluan, bertambah besar buah dada, bertambah besar panggul, kulit halus dan suara melengking tinggi (Nirwana, 2011).

*Menarche* atau menstruasi pertama merupakan tanda pubertas pada anak perempuan yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja dan sebelum memasuki masa reproduksi. *Menarche* terjadi bersamaan dengan perubahan fisik seperti perkembangan payudara, dan lain-lain (Proverawati & Misaroh, 2009).

Usia termuda *menarche* pada remaja putri di Indonesia adalah 9 tahun dan usia tertua *menarche* adalah 18 tahun. Sebagian besar usia *menarche* remaja putri di Indonesia adalah pada usia 12-14 tahun dengan rata-rata usia 12,96 tahun (Batubara et al., 2010). Di Indonesia terjadi penurunan rata-rata usia *menarche* yang signifikan selama 40 tahun sebelum tahun 2010. Penurunan usia *menarche* berubah dari usia 14,43 tahun menjadi 13,63 tahun. Rata-rata usia *menarche* diprediksi akan

menurun 0,0245 tahun pada setiap tahunnya (Wahab et al., 2018).

Menstruasi pertama dapat menimbulkan perasaan bingung, gelisah, dan tidak nyaman yang selalu menyelimuti perasaan seorang remaja. Namun hal ini akan semakin parah apabila pengetahuan remaja mengenai menstruasi ini sangat kurang ditambah lagi pendidikan dari orang tua yang kurang dan mereka menganggap bahwa anak akan mengetahui dengan sendirinya (Proverawati & Misaroh, 2009). Siswi dengan pengetahuan yang baik memiliki kesiapan yang lebih baik (82,4%) dibandingkan siswi dengan pengetahuan kurang (17,6%) (Nurmawati & Erawantini, 2018).

Salah satu cara yang dapat dilakukan pada anak perempuan untuk kesiapan menghadapi *menarche* adalah dengan memberikan informasi dan perhatian, maka perempuan akan merasa lebih tenang dan siap menghadapi datangnya *menarche*. kesiapan menghadapi *menarche* merupakan suatu kondisi yang siap dalam menghadapi salah satu kematangan fisik yaitu *menarche* (Fajri & Khairani, 2011).

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan dan kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* diantaranya sumber informasi, usia, sikap, pendidikan, dukungan sosial ibu, sosial budaya dan lingkungan (Wawan & Dewi, 2011). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* diantaranya adalah pengetahuan, sikap, dan dukungan keluarga (Hartatin et al., 2013). Penelitian lain oleh Ismail et al (2018), menunjukkan bahwa tidak ada hubungan pengetahuan dengan sikap remaja dalam menghadapi *menarche* ( $p=1,00$ ). Sedangkan menurut Lutfiya

(2016) faktor yang mempengaruhi kesiapan siswi sekolah dasar dalam menghadapi *menarche* adalah tingkat pengetahuan siswi ( $p=0,012$ ).

Pendidikan kesehatan tentang menstruasi merupakan proses penyampaian informasi mengenai menstruasi kepada remaja putri sebagai pengetahuan mengenai menstruasi dan hal-hal yang perlu dilakukan pada saat menstruasi. Sehingga remaja putri menjadi siap, tidak merasa cemas ataupun takut dalam menghadapi *menarche* atau menstruasi pertama (Notoatmodjo, 2007). Semakin tinggi pengetahuan yang dimiliki tentang menstruasi maka akan semakin siap pula remaja putri dalam menghadapi *menarche* (Rohmah et al., 2018).

Seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK), penggunaan media pembelajaran menjadi semakin interaktif dan beragam yang mampu meningkatkan minat dan motivasi untuk belajar (Khalid, 2012). Penggunaan video sebagai media pembelajaran yang memiliki unsur audio dan visual dapat menghadirkan peristiwa yang tidak mungkin secara fisik dihadirkan di dalam kelas, sehingga siswa dapat mengetahui lebih dalam tentang peristiwa tersebut (Hadi, 2017). Berdasarkan hasil penelitian Papiyaya et al (2016) perbandingan penggunaan media audio visual dengan media audio menunjukkan perubahan hasil yang lebih baik pada penggunaan media audio visual dengan perubahan perilaku pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut pada peningkatan nilai rerata dari 42,14 menjadi 46,64 sedangkan penggunaan media audio terjadi perubahan rerata dari 41,93 menjadi 42,68.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang pendidikan kesehatan dengan

audiovisual terhadap kesiapan dalam menghadapi *menarche*.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kepustakaan atau kajian literatur (*literature review*), yaitu memuat ringkasan secara lengkap dan mutakhir mengenai topik tertentu yang ditemukan dalam artikel jurnal dan buku ilmiah. Tujuan dari dilakukannya literatur review untuk mendapatkan teori mendukung pemecahan masalah yang sedang diteliti (Siregar; Harahap, 2019).

Tujuan dari penelitian literature review ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual terhadap kesiapan siswi SD menghadapi *menarche*.

Untuk memperoleh data dalam *literature review* ini dilakukan melalui penelusuran artikel penelitian yang sudah terpublikasi. Artikel yang digunakan dalam *literature review* didapatkan melalui database *Proquest* dan *Google Scholar* yang diterbitkan dari Januari 2010 hingga Juni 2020 berdasarkan judul penelitian pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual terhadap kesiapan siswi SD menghadapi *menarche*. Artikel yang ditemukan disesuaikan dengan kriteria inklusi dan eklusi untuk dijadikan sebagai literatur dalam penulisan *literature review*.

Kata kunci digunakan penulis pada saat penulis melakukan pencarian artikel pada website [www.search.proquest.com](http://www.search.proquest.com) dan [www.scholar.google.com](http://www.scholar.google.com). Peneliti menuliskan kata kunci dengan menggunakan *Medical Subject Heading* (MeSH) yaitu : (“*health education*”[MeSH] OR “*health promotion*”[MeSH] OR “*menstrual*

*health education*”)) AND  
 ((“*audiovisual media*”)) AND  
 (“*readiness*” OR “*preparation*”) AND  
 ((“*menarche*”[MeSH] OR “*first  
 menstrual cycle*”)) dan dipilih full text  
 dalam format pdf.

Kriteria pemilihan/kriteria  
 inklusi dan eksklusi (menggunakan  
 PICOS) dalam penelitian ini adalah  
 sebagai berikut:

**Tabel. 1 Kriteria Inklusi dan Eksklusi**

No	PICOS	Kriteria Inklusi	Kriteria Eksklusi
1	<i>Population</i> , yaitu populasi yang digunakan dalam penelitian sesuai dengan tema penelitian	Subjek penelitian siswi sekolah dasar usia pubertas	Subjek penelitian siswi sekolah menengah usia remaja
2	<i>Intervention</i> , yaitu suatu tindakan penatalaksanaan terhadap kasus perorangan atau masyarakat serta pemaparan tentang penatalaksanaan studi sesuai dengan tema penelitian	Pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual	Bukan pendidikan kesehatan, pendidikan kesehatan menggunakan media leaflet, booklet, dll
3	<i>Comparison</i> , yaitu intervensi atau penatalaksanaan lain yang digunakan sebagai pembanding	Tidak ada perlakuan, pendidikan kesehatan menggunakan media selain audiovisual	Pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual sebagai pembanding (bukan intervensi utama)
4	<i>Outcome</i> , yaitu hasil atau luaran yang diperoleh pada studi terdahulu	Kesiapan menghadapi <i>menarche</i>	Tidak terkait dengan kesiapan menghadapi <i>menarche</i>
5	<i>Study design</i> , yaitu desain penelitian yang digunakan dalam artikel yang akan di review	<i>Research article : quasy experimental design (pre-post one group, pre-post control group)</i>	Lembar opini, ulasan
6	Tahun Publikasi	Januari 2010 – Juni 2020	< Tahun 2010

## HASIL

Berdasarkan berdasarkan kata kunci yang telah ditetapkan pada database Google Scholar dan Proquest didapatkan sebanyak 442 artikel diantaranya dari database Google scholar sebanyak 247 artikel, dan Proquest sebanyak 195 artikel. Kemudian sebanyak 438 artikel dikeluarkan karena tidak sesuai dengan

topik penelitian ( $n=231$ ) serta tidak tersedia dalam bentuk full-text pdf ( $n=144$ ), sehingga tersisa 11 artikel (Google scholar 9 artikel; Proquest 2 artikel). Pada tahap kedua dilihat kelayakan sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan, maka jumlah artikel yang akan di *review* adalah sebanyak 5 artikel.

**Tabel 2. Hasil Penelitian**

No	Peneliti, Tahun Publikasi	Judul	Metode (Desain, Sampel, Analisis)	Hasil	Ringkasan dan Kesimpulan
1	Herwati, Muchtar (2017)	Model Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan	<b>Desain:</b> <i>Quasy eksperiment</i> dengan rancangan <i>Two Group pretest–</i>	Hasil uji statistik didapatkan nilai $p=0,001$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang	Dengan diberikannya pendidikan kesehatan reproduksi, siswi dapat meningkatkan pengetahuan dan

No	Peneliti, Tahun Publikasi	Judul	Metode (Desain, Sampel, Analisis)	Hasil	Ringkasan dan Kesimpulan
		Dan Sikap Dalam Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i> Di Sekolah Dasar	<i>Posttest</i> <b>Sampel:</b> 36 responden siswi kelas V dan VI SD No 27 Sungai Sapiah Padang, usia 10 - 14 tahun <b>Analisis:</b> uji <i>t-test dependen</i>	signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberi model pendidikan kesehatan dengan media video. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p=0,001$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara sikap sebelum dan sesudah diberi model pendidikan kesehatan dengan media video.	sikap dan serta memahami bahwa <i>menarche</i> itu hal yang wajar. Sarana media yang digunakan pada penyuluhan dapat membuat siswi antusias, serius dan semangat memperhatikan saat diberikan model pendidikan yang ditambah dengan menggunakan infokus dan video yang dimodifikasi dari berbagai buku sumber dengan memakai gambar dan warna yang menarik.
2	Laili, Choirin (2018)	<i>Audio-visual Media and Flyers to Reduce the Anxiety of Elementary School Students in Dealing with Menarche</i>	<b>Desain :</b> <i>quasy experimental</i> dengan pendekatan a <i>pre-test and post-test</i> <b>Sampel :</b> 27 siswi berusia 11-13 tahun dan belum mengalami <i>menarche</i> <b>Analisis :</b> uji <i>t-test</i>	Tingkat kecemasan mengalami penurunan setelah diberikan intervensidengan audiovisual ( $p=0,000$ ) dan <i>flyer</i> ( $p=0,000$ ). Hasil analisis data menunjukkan adanya perbedaan tingkat kecemasan remaja antara sebelum dan sesudah intervensi, dengan $p\text{-value} = 0,000$	Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa audio-visual dan <i>flyer</i> , keduanya efektif digunakan sebagai media pendidikan kesehatan bagi siswa sekolah dasar di Kabupaten Bangkalan dalam rangka menghadapi <i>menarche</i> . Dalam hal ini, media audio-visual memiliki tingkat efektivitas yang lebih tinggi.
3	Suwarnisih, Sari (2019)	Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Tentang <i>Menarche</i> Pada Siswi Kelas IV, V Dan VI di SDN 03 Jaten Karanganyar	<b>Desain :</b> <i>quasy experiment</i> dengan rancangan <i>one group pre-test post-test</i> . <b>Sampel :</b> 100 siswi perempuan kelas IV-VI <b>Analisis :</b> uji <i>t-dependent</i>	Hasil skor rata-rata peserta setelah diberikan pendidikan terjadi peningkatan pengetahuan tentang <i>menarche</i> sebesar 17,2%. Hasil uji <i>t-dependent</i> tentang <i>menarche</i> sebelum dan sesudah intervensi menunjukkan nilai $p\text{-value}$	Audiovisual memberikan kontribusi yang sangat besar dalam perubahan perilaku masyarakat, terutama dalam aspek informasi dan persuasi. Media ini memberikan stimulus pada pendengaran dan penglihatan, sehingga hasil yang

No	Peneliti, Tahun Publikasi	Judul	Metode (Desain, Sampel, Analisis)	Hasil	Ringkasan dan Kesimpulan
				value sebesar $0,000 < \alpha (0,005)$ , artinya ada perbedaan yang signifikan mean pengetahuan tentang <i>menarche</i> sebelum dan sesudah diberikan intervensi.	diperoleh lebih maksimal.
4	Hendriani, Chifdillah, Tamara (2019)	Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Tentang <i>Menarche</i> Terhadap Pengetahuan Dan Kecemasan Siswa	<b>Desain :</b> <i>pre experimental designs</i> dengan rancangan <i>one group pretest posttest</i> . <b>Sampel :</b> 37 siswi yang belum mengalami <i>menarche</i> <b>Analisis :</b> <i>Wilcoxon Test</i>	Nilai mean pretest dan posttest variabel pengetahuan mengalami peningkatan nilai mean sebesar 2,06. dengan <i>p-value</i> $0,000 (< 0,05)$ . Peningkatan nilai mean pada variabel kecemasan sebesar 3,78 dengan <i>p-value</i> $0,000 (< 0,05)$ . Hal ini menggambarkan ada perbedaan yang signifikan terhadap pengetahuan dan kecemasan siswi sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media audiovisual tentang <i>menarche</i> .	Pemberian pendidikan kesehatan dengan menggunakan audiovisual efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan mengurangi angka kecemasan siswa yang hendak menghadapi <i>menarche</i> .
5	Wahyuni, Majid, Dekawaty (2019)	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Kecemasan Menghadapi <i>Menarche</i> Pada Siswi Kelas V di Sekolah Dasar Negeri 88 Palembang Tahun 2019	<b>Desain :</b> <i>pre eksperiment</i> dengan rancangan <i>one group pre post test without control</i> <b>Sampel :</b> 120 responden siswi kelas V <b>Analisis :</b> Uji <i>Wilcoxon</i>	Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi antara sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan nilai $p=0,023$ . Berbeda dengan kelompok kontrol mempunyai nilai 0,234 dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan pada kelompok kontrol.	Di sekolah dasar audio visual menjadi salah satu pembelajaran yang tepat untuk mengembangkan kemampuan dan proses pembelajaran. Audio visual menjadi media yang baik untuk menyampaikan informasi, mempengaruhi sikap dan emosi seseorang.

## PEMBAHASAN

Kesiapan menstruasi remaja putri ditandai dengan individu memahami, menghargai dan menerima tanda pubertas tersebut. Adanya respon kecemasan, rasa takut dan distress disebabkan karena remaja putri kurang pengetahuan tentang menstruasi. Maka untuk mengatasi respon ini antara lain dengan memberikan informasi melalui pendidikan kesehatan berkaitan dengan perubahan-perubahan fisik dan psikis yang terjadi pada masa remaja (Qur'aini et al., 2019).

Kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan anak tidak siap menerima datangnya *menarche*, sehingga akan mempengaruhi sikap yang kurang baik terhadap datangnya *menarche*. Maka remaja perlu untuk mengetahui tentang menstruasi agar lebih siap pada saat mengalami menstruasi untuk pertama kali. Suwarnisih & Sari (2019) menyatakan bahwa pendidikan kesehatan dengan audiovisual efektif meningkatkan pengetahuan responden. Panca indera yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak sebanyak 75% - 87% adalah mata dan 13% - 25% adalah organ panca indera yang lain. Media audiovisual ini efektif menstimulus indera penglihatan dan pendengaran sehingga informasi yang diperoleh lebih maksimal.

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan karena dapat meningkatkan pengetahuan dan memiliki tujuan untuk mencapai perubahan perilaku yang diinginkan (Setiawati & Dermawan, 2008). Dalam pendidikan kesehatan terdapat media pembelajaran yang dapat mempengaruhi kualitas dari proses penyampaian informasi. Media pembelajaran dapat meningkatkan kualitas pembelajaran, serta lebih menarik karena konsep yang baru (Purwono et al., 2014).

Penelitian oleh Herwati & Muchtar (2017) membuktikan bahwa dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* menggunakan media video kesehatan reproduksi, dapat mempengaruhi peningkatan pengetahuan tentang menstruasi dan mengubah sikap remaja siswi menjadi positif terhadap *menarche*. Penambahan media video menunjukkan hasil yang lebih efektif, karena media audiovisual ini mampu menarik perhatian dan minat yang lebih daripada siswi yang hanya mendapat materi dengan ceramah saja.

Media audio visual memainkan peranan penting dalam proses pendidikan, terutama digunakan oleh guru dan siswa. Media audiovisual memberikan banyak stimulus kepada siswa karena bersifat suara dan gambar. Audio visual memperkaya lingkungan belajar, memelihara eksplorasi, eksperimen dan penemuan, serta mendorong siswa untuk mengembangkan pembicaraan dan mengungkapkan pikirannya (Purwono et al., 2014).

Pengetahuan yang kurang juga akan berdampak pada kecemasan sebagai respon ketidaksiapan dalam menghadapi *menarche*. Laili, et al (2018) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa pendidikan dengan audiovisual efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*. Hal ini sejalan dengan penelitian Hendriani, et al (2019) bahwa pendidikan dengan audiovisual ini akan berpengaruh pada peningkatan pengetahuan sehingga dapat mengatasi kecemasan sebagai respon kesiapan dalam menghadapi *menarche*.

Wahyuni, et al (2019) dalam penelitiannya membuktikan bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan terjadi penurunan tingkat kecemasan

menjadi kecemasan ringan, dimana hal ini menunjukkan bahwa mereka telah mampu memahami, menghargai dan menerima adanya menstruasi sebagai tanda kedewasaan wanita. (Wahyuni et al., 2019)

Penyampaian informasi menggunakan media pembelajaran audiovisual mengacu pada konsep bahwa media pembelajaran mengandung komponen dalam bentuk visual (pemandangan atau gambar atau tampilan atau melihat gambar) dan audio (suara atau mendengar). Gambar atau foto dalam video yang diisi dengan suara lebih realistis menunjukkan materi pelajaran karena menggunakan gabungan indera penglihatan dan pendengaran sehingga akan lebih diingat oleh siswa dibandingkan dengan media yang lainnya seperti media flyer atau cetak yang hanya menggunakan satu indera yaitu penglihatan. Selain itu media audiovisual sifatnya konkret, dan cocok untuk segala usia, sehingga kesalahpahaman dapat dicegah.

Berdasarkan kelima hasil penelitian terkait menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan dengan media audiovisual dapat memperbaiki pembelajaran cukup tinggi karena media ini menggunakan panca indera penglihatan dan pendengaran hal ini berarti informasi yang didapat akan lebih banyak meningkatkan pengetahuan. Apabila pengetahuan tentang *menarche* semakin meningkat, kecemasan ketika menghadapi *menarche* akan menurun sehingga mereka siap menghadapi *menarche*.

Banyak anak yang terlalu dini mengalami *menarche* memiliki pemahaman dan persepsi yang kurang baik terkait menstruasi, karena kurang mendapat informasi menjelang *menarche* sebab dirasa tabu untuk mengetahuinya terlalu dini (Proverawati & Misaroh, 2009). Persiapan

menghadapi masa pubertas sangat diperlukan karena jika tidak dibekali pengetahuan atau secara psikologis tidak dipersiapkan, pengalaman ini bisa menjadi pengalaman traumatis (Hurlock dalam Batubara, 2010). Salah satu faktor yang mempengaruhi kesiapan dalam menghadapi *menarche* adalah pengetahuan (Hartatin et al., 2013). Maka dari itu, pendidikan kesehatan yang diterapkan pada remaja wanita *pramenarche* dengan menggunakan audiovisual adalah teknik yang tepat dan perlu menjadi perhatian karena dapat mempersiapkan mereka untuk permulaan periode pubertas.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan lima artikel penelitian yang direview menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual tentang *menarche* terhadap kesiapan secara fisik dan psikologis menghadapi *menarche* dengan meningkatkan pengetahuan serta mengatasi kecemasan terhadap *menarche*. Media ini memberikan stimulus pada pendengaran dan penglihatan, sehingga hasil yang diperoleh lebih maksimal.

### **Saran**

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan kajian untuk penelitian selanjutnya dengan menerapkan penggunaan media audiovisual sebagai media pembelajaran dalam pendidikan kesehatan terutama pada anak prapubertas yang hendak menuju periode *menarche* pertama kali sebagai pembekalan pengetahuan dan kesiapan psikologis. Bagi institusi kesehatan diharapkan dapat mengaplikasikan hasil penelitian ini pada bidang pendidikan, pengajaran, dan pengabdian pada masyarakat tentang kesehatan reproduksi pada siswi Sekolah Dasar.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Ketua STIKes Karsa Husada Garut, Staff Prodi S1 Keperawatan dan semua pihak yang terlibat yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu pelaksanaan literature review ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Andrews, G. (2010). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Wanita Edisi 2*. EGC.
- Bhanu, B. M., & Ramaswamy. (2018). Assessment of depression among adolescent girls with early and late menarche-influence of area and socio-economic status. *International Journal of Psychology and Psychiatry*, 6(2), 76. <https://doi.org/10.5958/2320-6233.2018.00015.9>
- Batubara, J. R. (2010). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21. <https://doi.org/10.14238/sp12.1.2010.21-9>
- Batubara, Soesanti, F., & Waal, H. D. (2010). Age at menarche in Indonesian girls: a national survey. *Acta Medica Indonesiana*, 42(2), 78–81.
- Fajri, A., & Khairani, M. (2011). Hubungan Antara Komunikasi Ibu-Anak Dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) Pada Siswi Smp Muhammadiyah Banda Aceh. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2), 133–143. <https://doi.org/10.14710/jpu.10.2.133-143>
- Hadi, S. (2017). Efektivitas penggunaan video sebagai media pembelajaran untuk siswa sekolah dasar. *Seminar Nasional Teknologi Pembelajaran Dan Pendidikan Dasar 2017*, 96–102. <http://pasca.um.ac.id/conferences/index.php/sntepnpdas/article/view/849/521>
- Hartatin, Y., Hariani, & Hasanuddin, N. (2013). Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di Smp Negeri 4 Parepare. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 2(3), 1–7.
- Hendriani, D., Chifdillah, N. A., & Tamara, S. R. (2019). Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Tentang Menarche Terhadap Pengetahuan Dan Kecemasan Siswa. *Mahakam Midwifery Journal*, 3(1), 55–61.
- Herwati, & Muchtar, M. (2017). Model pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap dalam kesiapan menghadapi menarche di sekolah dasar. *Jurnal Menara Ilmu*, XI(75), 106–114.
- Khalid, A. (2012). *Promosi Kesehatan : Dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media, dan Aplikasinya Untuk Mahasiswa dan Praktisi Kesehatan*. Rajagrafindo Persada.
- Laili, A. N., Surabaya, P. K., & Surabaya, P. K. (2018). Audio-visual Media and Flyers to Reduce the Anxiety of Elementary School Students in Dealing with Menarche. *Humanistic Network for Science and Technology Health Notions*, Volume 2 Number . 2(8), 883–887
- Lutfiya, I. (2016). Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 5(2), 135. <https://doi.org/10.20473/jbk.v5i2.2016.135-145>
- Nirwana, A. (2011). *Psikologi Kesehatan Wanita (remaja, menstruasi, menikah, hamil, nifas,*

- dan menyusui). Nuha Medika.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta.
- Papilaya, E. A., Zuliari, K., & . J. (2016). Perbandingan pengaruh promosi kesehatan menggunakan media audio dengan media audio-visual terhadap perilaku kesehatan gigi dan mulut siswa SD. *E-GIGI*, 4(2), 1–5. <https://doi.org/10.35790/eg.4.2.2016.14261>
- Purwono, J., Yutmini, S., & Anitah, S. (2014). Penggunaan Media Audio-Visual Pada Mata Pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam Di Sekolah Menengah Pertama Negeri. *Jurnal Teknologi Pendidikan Dan Pembelajaran*, 2(2), 127–144.
- Proverawati, A., & Misaroh. (2009). *Menarche Menstruasi Penuh Makna*. Nuha Medika
- Qur'aini, F., Hidayanti, R. ., & Triwibowo, H. (2019). Hubungan Pengetahuan Menarche Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di SD Islam Ababil Sukodono Kabupaten Sidoarjo. *Manuskrip*.
- Rohmah, E., Djamahar, R., & Rahayu, S. (2018). Relationship between Knowledge of Menstruation with the Female Teenage Readiness in Facing Menarche. *Biosfer: Jurnal Pendidikan Biologi*, 8(1), 1–9. <https://doi.org/10.21009/biosferjpb.8-1.1>
- Setiawati, S., & Dermawan. (2008). *Proses Pembelajaran dalam Pendidikan Kesehatan*. Trans Info Media.
- Siregar, Z.A, Harahap N (2019). *Strategi dan Teknik penulisan karya tulis ilmiah dan publikasi*. Yogyakarta: Deepublish.
- Suwarnisih, & Sari, R. P. (2019). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audio- Visual Tentang Menarche Pada Siswi Kelas Iv , V Dan Vi Di Sdn 03 Jaten Karanganyar. *MATERNAL*, III(1), 26–30.
- Wahyuni, E. eka, Majid, Y. abdul, & Dekawaty, A. (2019). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media vidio terhadap kecemasan menghadapi menarche pada siswi kelas V di sekolah dasar Negeri 88 Palembang tahun 2019. *Healting Nursing Journal Fakultas Ilmu Kesehatan UMTAS*, 2(1), 13.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2011). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika.