

# Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Menjelang Menarche Pada Siswi Kelas V di SD Negeri 3 Watopute Kabupaten Muna Tahun 2024

Ermawati<sup>1\*</sup>, Ririn Safitri<sup>2</sup>, Deni<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi S1 Keperawatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Avicenna, Kendari Email korespondensi: ermawati281@yahoo.co.id

## Info Artikel:

Diterima:  
16 Desember 2024  
Disetujui:  
26 Desember 2024  
Dipublikasi:  
Januari 2025

## Kata Kunci:

Menarche,  
Pengetahuan, Sikap

## Keywords:

*Menarche, Knowledge, Attitudes*

## Abstrak

**Latar Belakang:** Menarche merupakan peristiwa penting dalam perkembangan fisik remaja perempuan, namun banyak siswi yang belum memiliki pemahaman yang cukup mengenai proses ini. Penyuluhan kesehatan dapat menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap positif mengenai menarche, sehingga siswi dapat lebih siap menghadapi perubahan fisik yang terjadi. Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 3 Watopute Kabupaten Muna untuk mengetahui pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap siswi kelas V menjelang menarche. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Menjelang *Menarche* Pada Siswi Kelas V Di SD Negeri 3 Watopute Kabupaten Muna. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah *quasi eksperimental* dengan rancangan *non equivalent group pretest posttest*. Jumlah Populasi dan sampel yang diteliti 20 orang. Cara penarikan sampel dengan menggunakan teknik *total sampling*. **Hasil:** Berdasarkan hasil uji *T-Test* di peroleh data pengetahuan dan sikap menjelang menarche *pre- test* pada kelompok kontrol dengan nilai signifikan pengetahuan 0,010 dan sikap 0,423 yang mana nilai ini lebih dari signifikan 0,05 dan nilai t-hitung pengetahuan 2,571 dan sikap 0,840 yang mana kurang dari t-tabel pada  $df=9$  yaitu 1,833. Sedangkan *pre-post test* pada kelompok intervensi dengan nilai signifikan 0,000 dan 0,000 yang mana nilai ini kurang dari nilai signifikan 0,05 dan nilai t-hitung 10,614 dan 6,249 yang mana lebih dari t-tabel pada  $df=9$  yaitu 1,833. **Kesimpulan:** ada pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap menjelang menarche pada siswi kelas V di sd negeri 3 Watopute kabupaten muna tahun 2024.

## Abstract

**Background:** Menarche is an important event in the physical development of adolescent girls, but many schoolgirls do not have sufficient understanding of this process. Health counselling can be an effort to increase knowledge and positive attitudes about menarche, so that schoolgirls can be better prepared for the physical changes that occur. This study was conducted at SD Negeri 3 Watopute, Muna Regency to determine the effect of health counselling on the knowledge and attitudes of grade V students before menarche. **Objective:** This study aims to determine the effect of health counselling on knowledge and attitude. **Methods:** This type of research is quasi-experimental with a non-equivalent group pretest posttest design. The number of populations and samples studied was 20 people. The method of drawing samples using the total sampling technique. **Results:** Based on the results of the T-Test, data on knowledge and attitudes before menarche pre-test in the control group were obtained with a significant value of knowledge of 0.010 and an attitude of 0.423, which is more than a significant value of 0.05 and a t-count value of knowledge of 2.571 and an attitude of 0.840, which is less than the t-table at  $df = 9$ , which is 1.833. While the pre-post test in the intervention group with a significant value of 0.000 and 0.000, which is less than a significant value of 0.05 and a t-count value of 10.614 and 6.249, which is more than the t-table at  $df = 9$ , which is 1.833. **Conclusion:** There is an influence of health education on knowledge and attitudes before menarche in grade V female students at SDN 3 Watopute, Muna Regency in 2024.

## PENDAHULUAN

Di Amerika sekitar 95% anak perempuan mempunyai tanda pubertas pada umur 12 tahun dan umur rata-rata 12,5 tahun. *Menarche* atau menstruasi pertama merupakan salah satu perubahan pubertas yang pasti dialami setiap anak perempuan (Addy, 2019).

Indonesia menempati urutan nomor 4 di dunia dalam hal jumlah penduduk, dengan

remaja sebagai bagian dari penduduk yang ada. Masa remaja merupakan masa transisi yang unik dan ditandai oleh berbagai perubahan fisik, emosi dan psikis, masa remaja merupakan masa yang khusus dan penting karena merupakan periode pematangan organ reproduksi manusia sering disebut masa pubertas (Depkes, 2020). Masa ini merupakan periode yang sulit bagi remaja, disebabkan

karena adanya perubahan fisik dan biologis serta perubahan tuntutan dari lingkungan sehingga diperlukan suatu proses penyesuaian diri dari temannya tersebut. Adapun perubahan yang dialami oleh remaja putri meliputi perubahan secara sekunder (pertumbuhan payudara, rambut kemaluan, perubahan tinggi badan, dll) maupun perubahan secara primer yaitu dengan *menarche* (Zulkifli, 2024).

Haid pertama sering digunakan sebagai kriteria kematangan seksual anak perempuan, tetapi ini bukanlah perubahan fisik pertama dan terakhir yang terjadi selama masa puber. Haid pertama dapat menimbulkan reaksi yang positif dan juga negatif bagi masa remaja perempuan. Apabila mereka sudah dipersiapkan dan mendapat informasi tentang akan datangnya menstruasi maka mereka tidak akan mengalami kecemasan dan reaksi negatif lainnya, tetapi bila mereka kurang memperoleh informasi maka akan merasakan pengalaman yang negatif (Hurlock, 2019).

Rasa ketakutan dan kecemasan merupakan salah satu manifestasi psikologis yang membuktikan bahwa kurangnya kesiapan mental remaja putri dalam menghadapi masalah-masalah reproduksi termasuk menstruasi pertama (Sujardi, 2023) Usia remaja putri saat mengalami *menarche* bervariasi lebar, yaitu antara usia 10-16 tahun, tetapi rata-rata pada usia 12,5 tahun. Statistik menunjukkan bahwa usia *menarche* dipengaruhi faktor gizi, rangsangan audio visual dan lingkungan sosial (Proverawati dan Misaroh, 2020)

Menstruasi adalah sesuatu yang banyak ditakuti para gadis atau perempuan remaja. Mereka yang tidak mengenal tubuh mereka dan proses reproduksi dapat mengira bahwa haid merupakan bukti adanya penyakit atau bahkan hukuman akan tingkah laku yang buruk. Para gadis yang tidak diberi pemahaman yang benar bahwa haid sebagai fungsi tubuh normal, dapat mengalami rasa malu yang amat dan perasaan kotor saat haid pertama mereka datang. Bahkan saat haid akhirnya dikenali sebagai proses yang normal, perasaan yang kotor dapat tinggal

sampai masa dewasa.

Sikap yang ditunjukkan pada saat *menarche* tersebut merupakan gejala internal yang berdimensi efektif sebagai reaksi atau respon baik secara positif maupun negatif. Sikap remaja yang positif dapat menerima proses *menarche* sebagai suatu hal yang fisiologis atau normal yang merupakan pertanda yang baik terhadap kesehatan reproduksinya. Sebaliknya sikap negatif terhadap *menarche* seperti remaja berusaha menolak proses fisiologis tersebut maka akan berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan mental karena hal ini dianggap sebagai suatu penyakit atau beban baru baginya (Syah M, 2023).

Guna membentuk sikap positif remaja terhadap *menarche* maka perlu diberikan informasi dan pengetahuan yang berhubungan dengan *menarche*. Diharapkan para remaja mampu menangani *menarche* secara sehat. Remaja putri memerlukan kiat-kiat untuk mempertahankan diri secara fisik maupun psikis dan mental menghadapi *menarche*. Oleh karena itu perlu adanya pendidikan atau informasi tentang perubahan yang terjadi pada diri remaja setelah *menarche* (Depkes, 2020).

Haid merupakan peristiwa yang harus dipahami oleh remaja putri, dengan demikian remaja putri harus diberikan penjelasan mengenai *menarche*. Remaja putri harus memiliki pengetahuan tentang menstruasi pertama, lamanya menstruasi, memahami siklus *menarche*, gangguan-gangguan yang dapat terjadi saat *menarche*, keluhan dan pengobatannya. Selain itu remaja putri harus memperhatikan kebersihan diri, seperti mengganti pembalut 4-5 kali sehari untuk menghindari pertumbuhan bakteri dan cara menggunakan pembalut. Dengan memberikan penjelasan kepada remaja putri mengenai *menarche* diharapkan dapat mengurangi aspek negatif dari menstruasi pertama seperti kerepotan, kekotoran, ketidaknyamanan fisik yang menyebabkan keterbatasan tingkah laku dan rasa kecemasan dan ketakutan dalam menghadapi *menarche*, dan mampu untuk mengatasi setiap gangguan-

gangguan yang terjadi pada saat *menarche*. *Menarche* merupakan tanda awal masuknya seorang perempuan dalam masa reproduksi. Rata-rata usia *menarche* pada umumnya adalah 12-14 tahun. *Menarche* dapat terjadi lebih awal pada usia 9-10 tahun atau lebih lambat pada usia 17 tahun.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan metode wawancara didapatkan bahwa dari 20 siswi kelas V di SD Negeri 3 Watopute ada 1 siswi yang sudah mengalami *menarche* mengatakan sudah mengetahui sebelumnya tentang menstruasi dari kakak perempuannya dan ibunya, tetapi mereka mengaku pengetahuan yang di dapatkan masih kurang lengkap, karena saat mengalami *menarche* mereka masih merasa minder, takut keluar rumah, takut tembus, takut orang lain tahu. 19 siswi belum mengalami *menarche*, dimana 2 siswi mengatakan belum siap mendapatkan menstruasi pertama kali dan menunjukkan sikap kurang menerima (negatif) dengan memberikan penolakan, karena malu. Sedangkan 1 siswi mengatakan sudah siap mendapatkan menstruasi karena merupakan kodrat mereka sebagai perempuan. Pada saat peneliti mewawancarai guru di SD Negeri 3 Watopute bahwa murid tersebut belum pernah diberikan penyuluhan mengenai kesehatan reproduksi khususnya tentang *menarche*.

Perasaan bingung, gelisah, tidak nyaman selalu menyelubungi perasaan seorang wanita yang mengalami menstruasi untuk pertama kali (*menarche*). Menstruasi pertama kali atau *menarche* adalah hal yang wajar yang pasti dialami oleh setiap wanita normal dan tidak perlu digelisahkan. Namun hal ini akan semakin parah apabila pengetahuan remaja mengenai menstruasi ini sangat kurang dan pendidikan dari orang tua yang kurang. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai “Pengaruh Penyuluhan kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Menjelang *Menarche* Pada Siswi Kelas VI di SD Negeri 3 Watopute Tahun 2024”.

**METODE**

Jenis penelitian ini adalah *quasi eksperiment* dimana bentuk desain yang dipakai adalah desain *non equivalent group pretest posttest*. Dimana dalam penelitian ini kelompok pertama diberi perlakuan dan kelompok yang lain tidak. Kelompok yang diberi perlakuan disebut kelompok eksperimen dan kelompok yang tidak diberi perlakuan disebut kelompok kontrol. sehingga peneliti dapat menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya perlakuan (*post-test*). Rancangan tersebut dapat digambarkan sebagai berikut (Notoatmodjo, 2012) :

Pretest Perlakuan Posttest

Kelompok Eksperimen	01	X	02
Kelompok Control	01		02

Keterangan :

- 01 = dilakukan pengukuran sebelum adanya perlakuan (*pre-test*)
- X = dilakukan perlakuan berupa penyuluhan menjelang *menarche*
- 02 = dilakukan pengukuran setelah adanya perlakuan (*post-test*)

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Distribusi Responden**

**Tabel 1.** Distribusi Responden Berdasarkan Umur Di Sekolah Dasar Negeri 3 Watopute Kabupaten Muna Tahun 2024

Umur Siswa	Perlakuan		Control		Jumlah	
	n	%	N	%	n	%
10 Tahun	6	30	4	20	10	50
11 tahun	3	15	3	15	6	30
12 tahun	1	5	3	15	4	20
Total	10	50	10	50	20	100

Pada tabel menunjukkan bahwa dari 20 responden terdapat 10 responden yang berada pada umur 10 tahun (50%), 6 responden yang berada pada umur 11 tahun (30%) dan 4 responden yang berada pada umur 12 tahun (20%). Dimana terdiri dari 10 orang kelompok Pada kelompok perlakuan terdapat 6

responden yang berada pada umur 10 tahun (30%), 3 responden yang berada pada umur 11 tahun (15%) dan 1 responden yang berada pada pada umur 12 tahun (5%) sedangkan 10 orang kelompok kontrol terdapat 4 responden

**Pengetahuan siswi menjelang menarache pada kelas kontrol dan kelas perlakuan**

**Tabel 2.** Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Terhadap Menjelang Menarache Pada Kelompok Kontrol dan perlakuan Di Sekolah Dasar Negeri

Pengetahuan	Kontrol				Perlakuan			
	n	%	N	%	n	%	n	%
Baik	0	0	1	5	0	0	9	45
Kurang	10	50	9	45	10	50	1	5
Jumlah	10	50	10	50	10	50	10	50

pada 10 responden pada kelompok perlakuan, pada saat *pre test* tidak ada responden yang mempunyai pengetahuan yang baik dan 10 responden (50%) yang mempunyai pengetahuan yang kurang. Sedangkan pada saat *post test* sebanyak 9 responden (45%) yang mempunyai pengetahuan yang baik dan 1 responden (5%) yang mempunyai pengetahuan yang kurang di sebabkan kurang memperhatikan saat pemberian penyuluhan.

**Sikap Siswi Menjelang Menarache Pada Kelompok Kontrol dan kelas perlakuan**

**Tabel 3 :** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap Terhadap Menjelang Menarache Pada Kelompok Kontrol dan perlakuan Di Sekolah Dasar

Sikap	Kelompok kontrol				Kelompok perlakuan			
	n	%	n	%	n	%	n	%
Baik	1	5	2	10	2	10	10	50
Kurang	9	45	8	40	8	40	0	0
Jumlah	10	50	10	50	10	50	10	50

Pada tabel menunjukkan bahwa 10 responden pada kelompok kontrol, pada saat

yang berada pada umur 10 tahun (20%), 3 responden yang berada pada umur 11 tahun (15%) dan 3 responden yang berada pada umur 12 tahun (15%). Jadi yang paling banyak yaitu pada umur 11 tahun *pre test* 1 responden (5%) yang mempunyai sikap baik tentang menjelang *menarache* dan 9 responden (45%) mempunyai sikap kurang. Sedangkan pada saat *post test* sebanyak 2 responden (10%) yang memiliki sikap baik dan 8 responden (40%) yang mempunyai sikap yang kurang .

Pada 10 responden pada kelompok perlakuan, pada saat *pre test* 8 responden (40%) yang mempunyai sikap kurang dan 2 responden (10%) yang mempunyai sikap baik. Sedangkan pada saat *post test* tidak ada responden yang mempunyai sikap kurang dan sebanyak 10 responden (100%) yang memiliki sikap baik setelah diberikannya penyuluhan tentang menjelang *menarache* serta mereka akan lebih siap jika mengalami menstruasi karena kodrat sebagai seorang wanita.

**Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Menjelang Menarache**

**Tabel 4 :** Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Menjelang Menarache Pada Siswi

T-Tes for equality of Mean	Kelompok kontrol		Kelompok perlakuan	
	Pre test	Post test	Pre test	Post test
Mean	2,80	4,00	2,60	7,80
Std Dev	1,033	1,49	0,96	1,549
		1	6	
T hitung	2,571		10,614	
T tabel (df=8)	1,833		1,833	
Sig	0,030		0,000	

Berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan *paired sampel t test* di peroleh nilai t hitung (2,571%) sedangkan nilai t tabel pada df=9 taraf signifikan 0,05 dan taraf kepercayaan 95% adalah (1,833) dan p (0,030) > nilai  $\alpha$  (0,05 sehingga Ho di tolak

dan  $H_a$  di terima yang berarti penyuluhan kesehatan tidak berpengaruh terhadap pengetahuan menjelang *menarche*, sedangkan pada kelompok intervensi, pada saat *pre test* tidak ada responden yang mempunyai pengetahuan baik sedangkan pada saat *post test* meningkat sebanyak 10 responden (50%) yang mempunyai pengetahuan baik menjelang *menarche*. Peningkatan pengetahuan ini karena adanya pemberian informasi, dimana didalamnya terdapat proses belajar. Proses belajar dapat diartikan sebagai proses untuk menambah pengetahuan, pemahaman dan keterampilan yang dapat diperoleh melalui pengalaman atau melakukan studi (proses belajar mengajar). Dengan belajar, individu diharapkan mampu menggali apa yang terpendam dalam dirinya dengan mendorongnya untuk berpikir dan mengembangkan kepribadiannya dengan membebaskan diri dari ketidaktahuannya. Sedangkan pada saat *pre test* yang mengalami pengetahuan kurang menjelang *menarche* 1 responden (5%) dan pada saat *post test* menurun menjadi tidak ada responden yang mempunyai pengetahuan kurang karena sudah mendapatkan penyuluhan.

Berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan *paired sampel t test* di peroleh nilai  $t$  hitung (10,614%) sedangkan nilai  $t$  tabel pada  $df=9$  taraf signifikan 0,05 dan taraf kepercayaan 95% adalah 1,833 dengan nilai  $p$  (0,000). Karena nilai  $t$  hitung (10,614) >  $t$  tabel (1,833) dan  $p$  (0,000) < nilai  $\alpha$  (0,05) sehingga  $H_a$  di terima dan  $H_o$  di tolak yang berarti penyuluhan kesehatan menjelang *menarche* berpengaruh terhadap pengetahuan siswi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa dengan di berikannya penyuluhan ada perubahan yang sangat signifikan pada pengetahuan siswi sangat berbeda pada kelompok kontrol, pada *post test* menunjukkan tidak ada perubahan yang sangat signifikan karena pada kelompok kontrol tidak di berikan penyuluhan. Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa telah terjadi perubahan pengetahuan seperti yang di harapkan dari

penyuluhan kesehatan dimana dari tidak tahu menjadi tahu dan di harapkan pengetahuan ini dapat merubah sikap siswi terhadap menjelang *menarche*.

Hasil ini juga didukung oleh penelitian Pinandhika (2022) bahwa penyuluhan kesehatan dapat berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan siswi dan di harapkan nantinya pengetahuan ini dapat merubah sikap siswi menjelang *menarche* karena termotivasinya seseorang dipengaruhi oleh tingginya pengetahuan yang di peroleh dari penyuluhan kesehatan yang berdampak positif dalam perubahan perilaku akibat proses belajar sebab belajar adalah proses perubahan dari tidak tahu menjadi tahu.

Hal ini menunjukan bahwa penyuluhan kesehatan dapat di jadikan sebagai salah satu usaha untuk membantu individu untuk meningkatkan kemampuan dalam hal tingkat pengetahuan. (Azwar. S, 2020).

Terjadinya peningkatan pengetahuan responden tentang menjelang *menarche* pada penelitian ini juga dipengaruhi oleh faktor individu, dimana responden adalah para siswi SD yang masih dalam masa remaja yang mempunyai rasa keingintahuan yang tinggi sehingga masih bersemangat untuk belajar untuk menjawab rasa keingintaannya tersebut.

Identitas diri yang dicari remaja berupa usaha untuk menjelaskan siapa dirinya dan apa perannya dalam masyarakat dengan mempunyai kemauan, semangat dan motivasi belajar yang tinggi sesuai dengan tahap perkembangannya yaitu operasional formal dimana remaja sudah memiliki kerangka berpikir dan penerimaan yang baik sehingga memungkinkan remaja mudah menerima informasi. Remaja seringkali mudah terpengaruh karena masih merupakan masa labil sehingga dengan penyuluhan kesehatan yang diberikan diharapkan remaja terpengaruh untuk menjadi lebih baik (Hurlock, 2020). Pada masa pubertas remaja akan mengalami perubahan yang berbeda-beda ketika

mengalami *menarche* tergantung dari informasi yang di peroleh dan kemampuan adaptasinya

### Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Sikap Menjelang Menarche

**Tabel 5 :** Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Sikap Menjelang Menarche

T-Tes for equality of Mean	Kelompok kontrol		Kelompok perlakuan	
	Pre test	Post test	Pre test	Post test
Mean	11,80	12,20	12,40	15,60
Stdr Dev	1,033	1,751	1,506	1,075
T hitung	0,840		6,249	
T tabel (df=8)	1,833		1,833	
Sig	0,423		0,000	

Berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan *paired sampel t test* di peroleh nilai t hitung (0,840%) sedangkan nilai t tabel pada  $df=9$  taraf signifikan 0,05 dan taraf kepercayaan 95% adalah (1,833) dan  $p (0,423) > \text{nilai } a (0,05)$  sehingga  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  di terima yang berarti penyuluhan kesehatan tidak berpengaruh terhadap pengetahuan menjelang *menarche*, sedangkan pada kelompok intervensi, pada saat *pre test* 2 responden yang mempunyai pengetahuan baik sedangkan pada saat *post test* meningkat sebanyak 10 responden (50%) yang pengetahuan baik menjelang *menarche* karena sudah mendapat penyuluhan. Melihat kenyataan ini pemberian penyuluhan kesehatan dapat dipandang sebagai suatu cara pemberian informasi, yang pada akhirnya akan membentuk pengalaman pada diri individu, sehingga individu akan memiliki sikap yang baik berdasarkan pengalaman yang dimilikinya tersebut. Sedangkan pada saat *pre test* yang mengalami pengetahuan kurang menjelang

*menarche* 8 responden (40%) dan pada saat *post test* menurun menjadi tidak ada responden yang mempunyai pengetahuan kurang.

Berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan *paired sampel t test* di peroleh nilai t hitung (6,249%) sedangkan nilai t tabel pada  $df=9$  taraf signifikan 0,05 dan taraf kepercayaan 95% adalah 1,833 dengan nilai  $p (0,000)$ . Karena nilai t hitung (6,249)  $>$  t tabel (1,833) dan  $p (0,000) <$  nilai  $a (0,05)$  sehingga  $H_a$  di terima dan  $H_0$  di tolak yang berarti penyuluhan kesehatan menjelang *menarche* berpengaruh terhadap sikap siswi.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa dengan di berikannya penyuluhan ada perubahan yang sangat signifikan pada pengetahuan siswi sangat berbeda pada kelompok kontrol, pada *post test* menunjukkan tidak ada perubahan yang sangat signifikan karena pada kelompok kontrol tidak di berikan penyuluhan. Hasil penelitian di atas menunjukan bahwa telah terjadi perubahan sikap seperti yang di diharapkan dari penyuluhan kesehatan dimana dari tidak tahu menjadi tahu dan di diharapkan pengetahuan ini dapat merubah sikap siswi terhadap menjelang *menarche*.

Hasil ini juga didukung oleh penelitian Pinandhika (2006) bahwa pemberian penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan sikap responden seperti meningkatnya pengetahuan. Hal ini dikarenakan didalam pendidikan kesehatan terkandung unsur-unsur komunikasi dan khususnya dalam upaya mengubah sikap individu, strategi yang dapat di gunakan adalah strategi persuasif.

Pemberian penyuluhan kesehatan dapat di gunakan sebagai salah satu cara untuk merubah sikap remaja terhadap menstruasi pertama karena penyuluhan kesehatan mampu mempengaruhi pada tingkatan sikap sampai menerima (*receiving*) yaitu mau dan memperhatikan stimulus dan merespon (*responding*) dengan memberikan jawaban ketika ditanya walaupun belum sampai pada tahapan menghargai (*valuing*) yaitu mengajak

orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu objek ataupun bertanggung jawab (*responsible*) atas sesuatu yang dipilih dengan segala resiko yang merupakan tingkatan sikap tertinggi. Memang sikap harus dipandang sebagai suatu predisposisi perilaku akan tampak aktual bila kesempatan untuk menyatakannya terbuka luas. Namun juga tidak boleh dilupakan bahwa tanpa dinyatakan dalam perilaku maka sikap pun menjadi kehilangan maknanya. Menurut Mann yang dikutip oleh Azwar S (2020) sekalipun sikap diasumsikan merupakan predisposisi evaluatif yang banyak menentukan bagaimana individu bertindak, akan tetapi sikap dan tindakan nyata seringkali jauh berbeda. Hal ini dikarenakan tindakan nyata tidak hanya ditentukan oleh sikap semata, akan tetapi oleh berbagai faktor eksternal lainnya.

#### KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dalam penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa : ada pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap menjelang menarache pada siswi kelas V di sd negeri 3 Watopute kabupaten muna tahun 2024

#### DAFTAR PUSTAKA

- Addy, (2019). *Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarache*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Asrinah, Syarifah, J., Suciyanti. 2021. *Menstruasi dan Permasalahannya*. Yogyakarta: Pustaka Panasea.
- Depkes RI, 2020. *Hak-hak Reproduksi. Kementerian Pemberdayaan Perempuan Republik Indonesia*, Jakarta
- Depkes RI. 2016. *Majalah Kedokteran Indonesia*. [http://www.depkesRI.go.id/reproduktif, health/](http://www.depkesRI.go.id/reproduktif_health/) Indonesia

Magazine

- Herwani. 2020. *Pendidikan kesehatan dalam keperawatan*. Jakarta : EGC
- Hurlock, 2020. *Psikologi Perkembangan*. Edisi 5, Jakarta : Erlangga
- Jalal, abd. 2010. *Pengertian Pengetahuan (knowledge)*. [http://G:/pengertianPENGETAHUAN\(KNOWLEDGE\).html](http://G:/pengertianPENGETAHUAN(KNOWLEDGE).html) 20 Maret, 2022
- Manuaba, (2019). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*, EGC: Jakarta
- Nursalam, 2018. *Konsep dan Penerapan Metodologi Ilmu Penelitian Keperawatan*. Salemba Medika Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2021. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2021. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- physician.html 15 Maret, 2012. Hidayat, A.M. 2021. *Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisis Data*. Jakarta:
- Prawirohardjo, S. 2020. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Tridasa Printer.
- Proverawati, A., Misaroh, S. 2020. *Menarache*. Yogyakarta: Mulia Medika.
- Pinandhika. 2020. *Perbedaan Pengetahuan Dan Sikap Siswa Sebelum dan Sesudah Pemberian Pendidikan Kesehatan Tentang Bahaya Rokok di Sma Negeri 1 Semarang*. Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro
- Riwidikdo, H. 2019. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta : Mitra Cendikia.
- Zein AY dan Suryani E, 2024. *Psikologi Ibu dan Anak*. Jakarta: Fitramaya.