

The Effect of Animated Health Education Videos on Menarche Preparedness Among Adolescent Girls at SDN Talaga Kulon I

Pengaruh Video Animasi Pendidikan Kesehatan terhadap Kesiapan Menarche pada Remaja Putri di SDN Talaga Kulon I

Tintin Purnamasari^{*1}

^{*1}Fakultas Kesehatan, Universitas Sindang Kasih Majalengka, Indonesia

*Corresponding email: tintinpurnamasari56@gmail.com

Received: January 17, 2025; Accepted: March 12, 2025; Published: March 31, 2025.

ABSTRACT

Menarche marks the onset of menstruation in adolescent girls, yet many lack sufficient knowledge to face it confidently, potentially impacting their physical and emotional health. This study aims to evaluate the effectiveness of animated video media in improving knowledge about menarche among female students at SDN Talaga Kulon I. A quantitative descriptive method was used involving five sixth-grade students who had not yet experienced menarche. Data were collected through pre-test and post-test assessments following a health education intervention using animated videos. The results revealed a significant improvement in knowledge levels: before the intervention, 100% of participants had low knowledge, while after the intervention, 60% achieved good knowledge and 40% moderate knowledge. These findings suggest that animated video media can serve as an effective educational tool in increasing menarche awareness among pre-adolescent girls. This study contributes to the development of engaging, age-appropriate reproductive health education strategies in elementary school settings.

Keywords: Adolescent Girls, Menarche, Health Education, Animated Video, Knowledge Level

ABSTRAK

Menarche merupakan tanda awal menstruasi pada remaja putri dan seringkali tidak disertai pemahaman yang memadai. Kurangnya pengetahuan tentang menarche dapat berdampak pada kesehatan fisik dan mental remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas media video animasi dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang menarche di SDN Talaga Kulon I. Metode penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan melibatkan lima siswi kelas VI yang belum mengalami menarche. Data diperoleh melalui pre-test dan post-test setelah intervensi pendidikan kesehatan menggunakan video animasi. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan: sebelum intervensi, seluruh responden (100%) memiliki pengetahuan rendah, sedangkan setelah intervensi, 60% responden memiliki pengetahuan baik dan 40% cukup. Temuan ini menunjukkan bahwa media video animasi efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja tentang menarche. Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan metode edukatif yang menarik dan sesuai usia dalam pendidikan kesehatan reproduksi dasar.

Kata Kunci: Remaja Putri, Menarche, Pendidikan Kesehatan, Video Animasi, Tingkat Pengetahuan

1. Pendahuluan

Menarche merupakan tanda awal menstruasi dan menjadi bagian penting dalam perkembangan biologis dan psikologis remaja putri (Susanti, 2025). Kurangnya pemahaman tentang menarche dapat menyebabkan kecemasan, salah persepsi, serta praktik kebersihan menstruasi yang buruk, yang pada akhirnya berdampak pada kesehatan reproduksi (Muatingsih & Nurvika, 2023). Masa remaja dibedakan menjadi tiga bagian yaitu masa remaja awal (10-13 tahun), masa remaja tengah (14-16 tahun), dan masa remaja akhir (17-19 tahun) (Usman et al., 2022). Terdapat beberapa perubahan fisik yang dapat dilihat pada remaja putri adalah perubahan pada dada (mammae), tumbuhnya rambut kemaluan, dan juga pembesaran panggul dan akan mengalami menarche (haid pertama) (Astuti et al., 2023; Janssen, 2024). Usia menarche rata-rata bervariasi, rentang umur 10 hingga 16 tahun (Karim et al., 2021; Wronka & Kliš, 2022).

Menarche dini memungkinkan remaja perempuan lebih cepat bersentuhan dengan kehidupan seksual sehingga kemungkinan remaja untuk hamil dan menjadi seorang ibu lebih besar (Zalni, 2023). Menarche dini dapat menimbulkan resiko berbagai penyakit seperti kanker payudara, obesitas, dan penyakit kardiovaskuler (Mawikere et al., 2025). Sementara itu, data dari Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) di Indonesia menstruasi yang terjadi pertama kali (menarche) pada remaja putri datang lebih awal (Agusputri et al., 2023; Asrullah et al., 2022; Sobaria & Lestari, 2024). Perempuan di Indonesia mendapatkan haid untuk pertama kalinya pada usia kurang dari 10 tahun sampai dengan 17 tahun, dengan persentase <10 tahun (20%), 11-13 tahun (60,7%) dan sisanya 14-17 tahun. Dan juga diskusi tentang haid pertama lebih banyak dilakukan dengan teman (57,5%) dan sisanya dengan ibu, ayah, saudara, keluarga, guru, petugas kesehatan dan lain-lain (Usman et al., 2022). Hasil penelitian lain, didapatkan 51% siswa tidak memiliki pengetahuan sedikitpun tentang menstruasi, 35% sedikit mengetahui menstruasi, dan 14% siswa mengetahui menstruasi (Fadella & Didi, 2019).

Berdasarkan hal tersebut dukungan sosial yang diterima remaja putri terkait menarche akan menyebabkan remaja putri merasa mendapatkan perhatian, informasi, cinta, kasih sayang, dan rasa nyaman sehingga membantunya mempersiapkan diri dalam menghadapi menarche (Sobaria & Lestari, 2024). Sedangkan ketersediaan informasi (accessibility of information) dapat meningkatkan intuisi. sehingga pengetahuan yang didapatkan bisa bertambah. Informasi yang diperoleh akan menambah wawasan remaja putri, mengurangi kesalahan dalam mengambil keputusan serta meningkatkan gambaran yang positif terhadap menarche. Bertambahnya pengetahuan mengenai menarche dapat membuat remaja putri menjadi siap dalam menghadapi menarche (Novita et al., 2020). Karena kewajiban menjaga kesehatan dan kebersihan terkait haid atau menstruasi di banyak tempat hampir diabaikan oleh banyak orang (Habtegiorgis et al., 2021). Banyak faktor yang menyebabkannya, bisa karena ketidaktahuan atau karena kurangnya perhatian dalam mengikuti apa yang seharusnya dilakukan.

Usia menarche yang datang lebih awal dapat menjadi suatu masalah bagi remaja putri jika remaja putri tersebut belum siap. Karena menarche dapat menimbulkan perubahan psikologis berupa emosional yaitu perasaan cemas (Hayati & Gustina, 2020; Rizkia et al., 2019). Dengan begitu kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche merupakan suatu keadaan bahwa remaja putri tersebut siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*) (Baroroh & Artanti, 2022). Juga mengacu pada teori perilaku Karr (Luqman et al., 2023), kesiapan remaja putri untuk menerima menarche tergantung beberapa hal, antara lain dukungan sosial (*social support*) dan ketersediaan informasi (*accessibility of information*).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Hanifah et al. (2021) didapatkan bahwa, sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak 34 siswi (61,8%), sedangkan 21 siswi lainnya (38,2%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik. Pendidikan kesehatan dengan metode yang efektif dapat meningkatkan pengetahuan remaja dalam menghadapi menarche, informasi tentang menstruasi bisa didapatkan dari media cetak, media elektronik, maupun keluarga (orang tua), dan tenaga kesehatan (bidan, dokter, perawat) (Dewi & Ulfah, 2021; Hanifah et al., 2021). Faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seperti fasilitas media, kondisi ruangan dan lingkungan yang baik serta pemberi materi dalam proses pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan (Diniarti et al., 2023; Istianah et al., 2024; Jannah et al., 2024; Jha & Jha, 2024; Mileniaputri & Sulaiman, 2024; Rosmalina et al., 2023).

Pendidikan kesehatan adalah suatu upaya atau kegiatan untuk menciptakan perilaku masyarakat yang kondusif untuk kesehatan (Indriati & Novayelinda, 2023; Istichomah et al., 2024; Nurfikri & Roselina, 2022; Roselina & Muhammad, 2023). Artinya, pendidikan kesehatan berupaya agar masyarakat menyadari atau mengetahui bagaimana cara memelihara kesehatan mereka, bagaimana menghindari atau mencegah hal-hal yang merugikan kesehatan mereka dan kesehatan orang lain, kemana seharusnya mencari pengobatan jika sakit, dan sebagainya. Pendidikan kesehatan sangat penting untuk membekali remaja dengan informasi yang benar, terutama dengan metode yang menarik dan sesuai usia. Media video animasi terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman karena mampu menyampaikan materi secara visual dan interaktif

Melihat tingginya ketidaksiapan remaja dalam menghadapi menarche, diperlukan upaya edukatif yang inovatif. Salah satu pendekatan edukatif yang dinilai efektif adalah penggunaan media animasi. Video animasi merupakan salah satu

media pendidikan kesehatan yang dapat diberikan kepada siswi sekolah dasar. Video animasi mampu menyampaikan suatu konsep yang kompleks menjadi menarik secara visual dan juga dinamik. Video animasi sendiri termasuk alat bantu yang menggabungkan teknologi audio dan visual secara bersamaan sehingga menghasilkan suatu tayangan yang dinamis dan menarik. Berdasarkan kerucut pengalaman dari teori Edgar Dale, media visual mampu diserap penerima sebanyak 30% (Suhariono, 2021).

Pemilihan media dan metode dalam penyampaian pendidikan kesehatan juga berpengaruh pada daya tarik dan kemudahan responden dalam memahami materi sehingga menjadikan responden mudah menangkap dan memahami materi yang disampaikan serta mudah dalam mengingat materi tersebut. Hal ini membuat responden paham dengan yang dimaksud peneliti. Berdasarkan studi awal di SDN Talaga Kulon I, ditemukan bahwa 15 dari 36 siswi belum mengetahui tentang menarche dan merasa takut serta bingung saat membayangkan pengalaman tersebut. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas media video animasi dalam meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang menarche di SDN Talaga Kulon I.

2. Metode

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Dalam penelitian ini penulis ingin melihat bagaimana hasil dari Implementasi Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Awal Dalam Menghadapi Menarche Kelas VI Di SDN Talaga Kulon I dengan menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini yaitu berjumlah 15 Remaja Putri di SDN Talaga Kulon I Kelas VI. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik purposive sampling. Dalam penelitian ini penulis mendapatkan sampel yang berjumlah 5 responden, yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner tingkat pengetahuan menarche yang diadopsi peneliti sebelumnya yaitu Ibrah, Video animasi, dan SAP untuk memperoleh gambaran dari para responden.

Proses pengumpulan data dilaksanakan melalui beberapa tahap yaitu tahap persiapan, tahap penatalaksanaan, dan tahap pengumpulan data. Dengan hasil menggunakan pendekatan kuesioner pre test dan post test sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan tentang menarche melalui video animasi dan sap. Setelah pengambilan dan pengolahan data, maka data-data tersebut kemudian dianalisis. Peneliti melakukan analisis terhadap data yang sudah terkumpul dengan cara peneliti setelah mengolah data, melakukan pengelompokan, atau mengkategorikan tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah dilakukan Implementasi Pendidikan Kesehatan menggunakan media video animasi terhadap pengetahuan remaja dalam menghadapi menarche, kemudian mengintespretasikan dengan menggunakan skala Guttman (Maggino, 2024). Baik: Hasil presentasi 76%-100%. Cukup: Hasil presentasi 56%-75%. Kurang: Hasil presentasi <56%.

3. Hasil

Implementasi Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Animasi Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche di SDN Talaga Kulon I Tahun 2024." Yang dilaksanakan pada tanggal 11 Mei 2024. Dengan jumlah responden 5 anak remaja putri yang belum mengalami menstruasi, penelitian ini dilakukan dengan memberikan penekes dan menggunakan video animasi serta kuesioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang menghadapi menarche yang bisa di aplikasikan terhadap remaja yang belum mengalami menarche sebelum dan sesudah dilakukan penelitian. Penulis mendokumentasikan hasil penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 11 Mei 2024 di SDN Talaga Kulon I. Data diperoleh dari hasil wawancara dan observasi dapat diketahui bahwa pengetahuan para remaja putri tersebut kurang maksimal dan belum cukup baik. Dari hal itu juga sangat dibutuhkannya sebuah pendidikan kesehatan agar terciptanya derajat kesehatan yang baik dan menambah tingkat pengetahuan para kalangan remaja putri.

a. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Sebelum Penatalaksanaan Implementasi Pendidikan Kesehatan Melalui Video Animasi di SDN Talaga Kulon I

Hasil penelitian terhadap 5 responden berdasarkan tingkat pengetahuan sebelum penatalaksanaan pendidikan kesehatan tentang menarche dapat dilihat pada tabel 1 berikut

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan

No	Responden	Presentase	Kriteria
1	Ny. F	33%	Pengetahuan Kurang
2	Ny. N	33%	Pengetahuan Kurang
3	Ny. R	26%	Pengetahuan Kurang
4	Ny. K	33%	Pengetahuan Kurang
5	Ny. A	13%	Pengetahuan Kurang

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan menunjukkan dari 5 responden (100%) memiliki kriteria tingkat pengetahuan kurang.

b. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Sesudah Penatalaksanaan Implementasi Pendidikan Kesehatan Melalui Video Animasi di SDN Talaga Kulon I

Hasil penelitian terhadap 5 responden berdasarkan tingkat pengetahuan sesudah penatalaksanaan pendidikan kesehatan tentang menarche dapat dilihat pada tabel 2 berikut.

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan

No	Responden	Presentase	Kriteria
1	Ny. F	73%	Pengetahuan Cukup
2	Ny. N	80%	Pengetahuan Baik
3	Ny. R	86%	Pengetahuan Baik
4	Ny. K	53%	Pengetahuan Cukup
5	Ny. A	86%	Pengetahuan Baik

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa sesudah diberikan pendidikan kesehatan menunjukkan dari 5 responden (100%) dengan 2 responden (40%) memiliki kriteria tingkat pengetahuannya cukup dan 3 responden (60%) memiliki kriteria tingkat pengetahuan yang baik.

c. Proses Penatalaksanaan Sebelum Dan Sesudah Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Dalam Kesiapan Menghadapi Menarche di SDN Talaga Kulon I

Hasil analisa penatalaksanaan pendidikan kesehatan tentang menarche terhadap tingkat pengetahuan remaja putri di SDN TALAGA KULON I dapat dilihat pada tabel 3 berikut.

Tabel 3. Perubahan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan

No	Responden	Pre	Kriteria	No	Responden	Post	Kriteria
1	Ny. F	33%	Pengetahuan Kurang	1	Ny. F	73%	Pengetahuan Cukup
2	Ny. N	33%	Pengetahuan Kurang	2	Ny. N	80%	Pengetahuan Baik
3	Ny. R	26%	Pengetahuan Kurang	3	Ny. R	86%	Pengetahuan Baik
4	Ny.K	33%	Pengetahuan Kurang	4	Ny.K	53%	Pengetahuan Cukup
5	Ny. A	13%	Pengetahuan Kurang	5	Ny. A	86%	Pengetahuan Baik

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa sebelum dilakukan pendidikan kesehatan menunjukkan dari 5 responden (100%) memiliki kriteria tingkat pengetahuan kurang. Selanjutnya, setelah dilakukan pendidikan kesehatan menunjukkan bahwa dari 5 responden (100%) yaitu 2 responden (40%) dikategorikan memiliki kriteria tingkat pengetahuan yang cukup dan 3 responden (60%) dikategorikan memiliki kriteria tingkat pengetahuan yang baik.

4. Pembahasan

Kurangnya pengetahuan pada remaja putri yang belum mengalami menarche yaitu salah satunya karena faktor pengetahuan kesehatan yang rendah (Ambali et al., 2022). Dibuktikan dengan hasil wawancara bahwa sebanyak 5 responden belum mengetahui tentang menarche. Selain itu responden mengatakan belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan mengenai menarche juga belum pernah mengikuti pendidikan kesehatan sebelumnya. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka belum mendapatkan informasi yang lengkap mengenai menstruasi, sehingga membuat mereka tidak siap untuk menarche dan membuat mereka menganggap menarche sebagai suatu kesulitan. Sejalan dengan penelitian Ramulya et al. (2022), sumber informasi yang banyak diperoleh seseorang akan memberikan berbagai macam pilihan untuk menentukan sikap, hal ini sangat berpengaruh terhadap persepsi dan kesiapan anak dalam menghadapi serta menanggapi menarche tersebut. Informasi serta pemahaman yang kurang akan menjadikan anak tidak siap menghadapi menarche.

Mengingat bahwa pentingnya pengetahuan bagi remaja putri mengenai menarche ini dapat di aplikasikan oleh remaja putri untuk persiapan menghadapi menarche nanti. Selain itu, responden juga harus sering mencari tahu informasi dari berbagai sumber yang ada di sekitar, sehingga pendidikan kesehatan menjadi penting untuk di berikan kepada remaja putri untuk menghadapi menarche.

a. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Sesudah Penatalaksanaan Implementasi Pendidikan Kesehatan Melalui Video Animasi

Hasil ini menunjukkan bahwa media video animasi efektif sebagai metode penyuluhan karena mampu menyampaikan informasi secara visual dan menarik, sehingga memudahkan pemahaman. Temuan ini sejalan dengan penelitian Sulyastini et al. (2024) yang menunjukkan bahwa penggunaan video animasi dalam pendidikan kesehatan berhasil meningkatkan pengetahuan dan sikap siswi tentang menarche secara signifikan. Begitu pula studi oleh Fauziah et al. (2025) menemukan peningkatan skor pengetahuan setelah intervensi berbasis video animasi, mengindikasikan bahwa visualisasi konsep-konsep kompleks dalam bentuk narasi animasi dapat meningkatkan daya serap informasi pada usia sekolah dasar. Media ini terbukti mendukung proses pembelajaran aktif, karena dapat membangun ketertarikan dan membantu mengatasi kebingungan atau rasa takut yang kerap dialami remaja saat membicarakan topik sensitif seperti menstruasi. Dengan demikian, implementasi video animasi dalam pendidikan kesehatan menjadi strategi efektif untuk membekali remaja putri dengan pemahaman yang lebih baik dan kesiapan mental dalam menghadapi menarche.

Selain meningkatkan pemahaman, penggunaan video animasi juga berperan dalam menciptakan pengalaman belajar yang menyenangkan dan interaktif, yang sangat penting bagi remaja putri usia sekolah dasar. Dalam konteks pendidikan kesehatan, media visual terbukti lebih mudah diterima dan diingat dibandingkan metode ceramah konvensional. Hal ini didukung oleh teori Edgar Dale tentang kerucut pengalaman, yang menyatakan bahwa pembelajaran yang melibatkan media visual dan audio akan lebih mudah diserap oleh peserta didik (Suhariono, 2021). Penelitian Bekak et al. (2025) juga memperkuat temuan ini, bahwa penggunaan media animasi dalam pendidikan kesehatan memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan pemahaman dan retensi informasi. Oleh karena itu, strategi pendidikan dengan pendekatan visual tidak hanya meningkatkan pengetahuan jangka pendek, tetapi juga berkontribusi dalam membentuk kesiapan jangka panjang remaja putri dalam menghadapi perubahan biologis seperti menarche.

b. Penatalaksanaan Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Dalam Kesiapan Menghadapi Menarche di SDN Talaga Kulon I.

Penatalaksanaan pendidikan kesehatan tentang menarche di SDN Talaga Kulon I memberikan dampak signifikan terhadap kesiapan remaja putri dalam menghadapi perubahan biologis yang pertama kali mereka alami. Pendidikan kesehatan yang diberikan secara langsung mampu menjawab kebutuhan informasi yang sebelumnya belum mereka dapatkan baik dari keluarga maupun lingkungan sosial. Kesiapan menghadapi menarche bukan hanya ditentukan oleh aspek biologis, tetapi juga dipengaruhi oleh pemahaman kognitif dan dukungan emosional. Dalam konteks ini, pendidikan kesehatan berfungsi sebagai intervensi preventif yang memfasilitasi pemahaman yang komprehensif, serta mendorong sikap positif terhadap proses menstruasi sebagai bagian dari tumbuh kembang. Hal ini sejalan dengan Shimazaki et al. (2022) dan Hayden (2022) bahwa perubahan pengetahuan dapat memengaruhi perilaku seseorang dalam merespons kondisi kesehatan. Ketika informasi disampaikan melalui pendekatan yang sistematis dan komunikatif, individu lebih siap dalam mengelola perubahannya secara mandiri dan bijak.

Lebih jauh, pentingnya pelaksanaan pendidikan kesehatan ini juga terlihat dari keterlibatan aktif siswa dalam proses pembelajaran yang menggunakan media animasi. Interaksi antara media visual, audio, dan narasi edukatif menjadikan materi lebih mudah dicerna dan menarik minat belajar siswa. Menurut Anagnostidou et al. (2025), media visual seperti video animasi mampu mengubah materi abstrak menjadi lebih konkret dan aplikatif dalam kehidupan sehari-hari, terutama bagi peserta didik usia sekolah dasar. Pendekatan edukatif ini tidak hanya memberikan pengetahuan teoritis, tetapi juga membangun kesiapan mental dan emosional dalam menghadapi menarche, yang sebelumnya kerap dianggap sebagai pengalaman yang mengejutkan atau menakutkan. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan yang terstruktur dan berbasis media interaktif perlu dijadikan strategi utama dalam program promotif dan preventif kesehatan reproduksi di sekolah dasar.

5. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang menarche sebelum diberikan pendidikan kesehatan melalui media video animasi tergolong rendah, dengan seluruh responden (100%) berada pada kategori pengetahuan kurang. Setelah diberikan intervensi, terjadi peningkatan signifikan, yaitu sebanyak 60% responden memiliki tingkat pengetahuan baik dan 40% cukup. Temuan ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan berbasis video animasi dapat menjadi metode yang efektif dalam meningkatkan kesiapan remaja putri menghadapi menarche, terutama di lingkungan sekolah dasar.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain jumlah sampel yang sangat kecil serta ruang lingkup yang terbatas pada satu sekolah saja, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan secara luas. Selain itu, penelitian tidak mengukur efek jangka panjang dari intervensi. Meski demikian, penelitian ini memberikan kontribusi dalam pengembangan metode edukasi kesehatan reproduksi di tingkat dasar. Hasil ini dapat menjadi dasar bagi guru, orang

tua, dan tenaga kesehatan dalam menyusun pendekatan edukatif yang lebih menarik dan efektif untuk mempersiapkan remaja putri menghadapi menarche dengan lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusputri, L. N. D., Youwena, C., & Salim, L. A. (2023). Relationship between Sexual Behavior and Early Menarche in Indonesian Adolescents. *Media Gizi Kesmas*, 12(2), 790–794.
- Ambali, D. D. W., Banne, L., & Roreng, D. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Mesntruasi Pertama Pada Siswa Kelas V Dan Vi Di SDN 1 Denpina Kabupaten Toraja Utara Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif*, 6(2), 121–133.
- Anagnostidou, M. A., Psoma, A., & Theodosiadou, S. (2025). Visual literacy in kindergarten as media play: a multi case study of stop motion animation videos. *Journal of Visual Literacy*, 44(2), 141–161. <https://doi.org/10.1080/1051144X.2025.2496027>
- Asrullah, M., L'Hoir, M., Feskens, E. J. M., & Melse-Boonstra, A. (2022). Trend in age at menarche and its association with body weight, body mass index and non-communicable disease prevalence in Indonesia: evidence from the Indonesian Family Life Survey (IFLS). *BMC Public Health*, 22(1), 628. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-12995-3>
- Astuti, N. T., Kep, M., Mat, S., Saudah, N., Lastari, A. A. I. F., Dafroyati, Y., Widiastuti, Y. P., Kep, M., Rahayu, N. D. S., & Rochmaedah, N. S. (2023). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Mahakarya Citra Utama Group.
- Baroroh, I., & Artanti, S. (2022). Persepsi Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche di Sekolah Dasar. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 9(2), 86–92.
- Bekak, T. M. A., Diah, S. P. A., Klaran, A. A., LelanTakaeb, A. E., & Marni, M. (2025). Penggunaan Video Animasi Sebagai Media Promosi Kesehatan Masyarakat. *Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial*, 8(9), 151–160.
- Dewi, M., & Ulfah, M. (2021). *Buku ajar remaja dan pranikah untuk mahasiswa profesi bidan*. Universitas Brawijaya Press.
- Diniarti, F., Said, M. S. M., & Rashid, N. A. (2023). The Impact of Health Education through Lecture-Discussion Methods on Enhancing Hepatitis B Knowledge. *International Journal of Educational Qualitative Quantitative Research*, 2(2), 26–33. <https://doi.org/10.58418/ijeqqr.v2i2.101>
- Fadella, C., & Didi, N. (2019). Menstruasi: Pengalaman dan Pengetahuan Siswa SD Negeri Prawoto 01. *Jurnal of Biology Education*, 2.
- Fauziah, Z. I., Kamillah, S., & Daeli, W. (2025). Pengaruh Edukasi Menstruasi Menggunakan Media Video Animasi dan Leaflet Terhadap Kesiapan Menarche pada Anak Usia 9-12 Tahun di SDN Bojong 2 Cianjur. *VitaMedica: Jurnal Rumpun Kesehatan Umum*, 3(2), 1–10.
- Habtegiorgis, Y., Sisay, T., Kloos, H., Malede, A., Yalew, M., Arefaynie, M., Damtie, Y., Kefale, B., Tegegne, T. B., Addisu, E., Lingerew, M., Berhanu, L., Berihun, G., Natnael, T., Abebe, M., Feleke, A., Gizeyatu, A., Ademas, A., Fentaw, Z., ... Adane, M. (2021). Menstrual hygiene practices among high school girls in urban areas in Northeastern Ethiopia: A neglected issue in water, sanitation, and hygiene research. *PLOS ONE*, 16(6), e0248825. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0248825>
- Hanifah, R., Oktavia, N. S., & Nelwatri, H. (2021). Perbedaan Efektifitas Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Animasi Dan Power Point Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(2), 74–81.
- Hayati, F., & Gustina, G. (2020). Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP Negeri 13 Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(2), 149–153.
- Hayden, J. (2022). *Introduction to health behavior theory*. Jones & Bartlett Learning.
- Indriati, G., & Novayelinda, R. (2023). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Pemenuhan Kebutuhan Cairan pada Anak. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 12(1), 104–111.
- Istianah, I., Said, F. B. M., Nambiar, N., Tohri, T., Ramadhan, M. D., Purwanti, T. F., & Juwita, N. A. (2024). Nursing Knowledge and Practice in Self-Care Compliance in Heart Failure Patients: A Systematic Review. *International Journal of Nursing Information*, 3(1), 7–15. <https://doi.org/10.58418/ijni.v3i1.59>
- Istichomah, I., Sansuwito, T. Bin, & Situmorang, B. (2024). Bibliometric Study on Digital Education of Knowledge and Skill using VOS Viewer. *International Journal of Educational Qualitative Quantitative Research*, 3(1), 1–8. <https://doi.org/10.58418/ijeqqr.v3i1.58>
- Jannah, N., Winta, M. V. I., & Pratiwi, M. M. S. (2024). Enhancing Maternal Mental Health Knowledge through Hypnocomfort Pregnancy Multimodal Psychoeducation Media. *International Journal of Educational Qualitative Quantitative Research*, 3(2), 15–24. <https://doi.org/10.58418/ijeqqr.v3i2.107>
- Janssen, D. F. (2024). Developing sex: From recremental semen to developmental endocrinology. *Journal of the Tintin Purnamasari / Pengaruh Video Animasi Pendidikan Kesehatan terhadap Kesiapan Menarche pada Remaja Putri di SDN Talaga Kulon I*

- History of Biology*, 57(1), 113–151.
- Jha, A., & Jha, M. (2024). The Hidden Dangers: How Synthetic Organic Compounds Impact Health and the Environment. *International Journal of Nursing Information*, 3(2), 9–21. <https://doi.org/10.58418/ijni.v3i2.104>
- Karim, A., Qaisar, R., & Hussain, M. A. (2021). Growth and socio-economic status, influence on the age at menarche in school going girls. *Journal of Adolescence*, 86(1), 40–53. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2020.12.001>
- Luqman, N. K., Raodhah, S., & Wijaya, D. R. (2023). Exposure to Reproductive Health Information and Behavior in Islamic Boarding School, Sinjai District. *Diversity: Disease Preventive of Research Integrity*, 45–53.
- Maggino, F. (2024). Guttman Scale. In *Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research* (pp. 2877–2881). Springer.
- Mawikere, J. E., Marunduh, S. R., & Sapulete, I. M. (2025). Hubungan Usia Menarche dengan Indeks Massa Tubuh pada Siswi Sekolah Menengah Atas. *E-CliniC*, 13(1), 62–66.
- Mileniaputri, N. P. R., & Sulaiman, L. (2024). Edukasi Media Poster Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Terkait Anemia di Yayasan Panti Asuhan Dharma Laksana. *WIDYA LAKSANA*, 13(2).
- Muaningsih, M., & Nurvika, N. (2023). Hubungan Pengetahuan Siswi Sekolah Dasar Tentang Kesehatan Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche. *Jurnal Fenomena Kesehatan*, 6(2), 33–39.
- Novita, D., Purwaningsih, H., & Susilo, E. (2020). Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Anak Sekolah Dasar Sebelum Dan Setelah Diberikan Pendidikan Kesehatan. *The Shine Cahaya Dunia S-1 Keperawatan*, 5(2).
- Nurfikri, A., & Roselina, E. (2022). Evaluation of Referral Ratios in Facing Universal Health Coverage in Primary Healthcare Centers. *International Journal of Nursing Information*, 1(2), 1–6. <https://doi.org/10.58418/ijni.v1i2.26>
- Ramulya, A. M., Nurafriani, N., & Kasim, J. (2022). Gambaran Pengalaman, Persepsi dan Kesiapan Anak dalam Menghadapi Menarche Dini di SD Min Banta-Bantaeng Kota Makassar. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2(3), 302–308.
- Rizkia, M., Setyowati, & Ungsanik, T. (2019). Female Adolescents' Preparations, Knowledge, and Emotional Response toward Menarche: A Preliminary Study. *Comprehensive Child and Adolescent Nursing*, 42(sup1), 108–114. <https://doi.org/10.1080/24694193.2019.1578431>
- Roselina, E., & Muhammad, R. (2023). Education Programs in the Prevention of Sexually Transmitted Diseases in Adolescents. *International Journal of Educational Qualitative Quantitative Research*, 2(2), 9–18. <https://doi.org/10.58418/ijeqqr.v2i2.48>
- Rosmalina, A., Elrahman, H., Handayani, H., & Affendi, H. (2023). Islamic Mental Health Education for Adolescents in the Digital Era. *International Journal of Educational Qualitative Quantitative Research*, 2(1), 18–26. <https://doi.org/10.58418/ijeqqr.v2i1.39>
- Shimazaki, T., Okoshi, H., Yamauchi, T., Takenaka, K., & Suka, M. (2022). The process of behavioral change in individuals who are uninterested in health: a qualitative study based on professional health knowledge. *Environmental Health and Preventive Medicine*, 27, 22–00072. <https://doi.org/10.1265/ehpm.22-00072>
- Sobaria, W., & Lestari, N. E. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Dukungan Sosial dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Anak Sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Sirojul Athfal: The Relationship between Levels of Knowledge and Social Support with Readiness to Face Menarche in School Children. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 3(2), 1107–1114.
- Suhariono, A. (2021). Pemanfaatan Media dan Audio Visual Dalam Penyampaian Firman Tuhan. *ELEOS: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, 1(1), 1–12.
- Sulyastini, N. K., Wulandari, M. R. S., Pasek, M. S., & Pratiwi, M. D. (2024). Peningkatan Pengetahuan Dan Kesiapan Menarche: Program Pendidikan Kesehatan Di Sd No. 1 Canggu, Bali. *Jurnal Abdimas ITEKES Bali*, 4(1), 32–39.
- Susanti, L. (2025). Edukasi Kesiapan Remaja Dini dalam Menghadapi Menarche di SD 7 Muhammadiyah Palembang. *Khidmah*, 7(1), 136–142.
- Usman, H., Tondong, H. I., & Kuswanti, F. (2022). Upaya Menghadapi Menarche dengan Meningkatkan Pengetahuan Remaja Putri Melalui Menstrual Hygiene Management Comic Book Di Pondok Pesantren Hidayatullah. *Jurnal ABIDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 6(2), 475–485.
- Wronka, I., & Kliś, K. (2022). Effect of air pollution on age at menarche in polish females, born 1993–1998. *Scientific Reports*, 12(1), 4820. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-08577-3>
- Zalni, R. I. (2023). *Usia Menarche pada Siswi Sekolah Dasar*. Penerbit NEM.