
Optimalisasi Pemahaman tentang *Menarche* pada Kader PKK dan Remaja Putri di Desa Kemuning Lor, Jember

Gandu Eko Juliato Suyoso, Bakhtiyar Hadi Prakoso*, Veronika Vestine, Surya Dewi Puspita, Dina Fitriyah

Politkenik Negeri Jember

gandu.eko.js@polije.ac.id, bakhtiyar.hp@polije.ac.id, veronikavestine@polije.ac.id, dinafitriyah@polije.ac.id, surya_puspita@polije.ac.id

Abstrak

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan yaitu dengan beberapa perangkat desa. Saat ini desa kemuning lor masih minim sosialisasi terkait dengan Pendidikan *menarche*, sehingga banyak remaja Desa Kemuning Lor, Kecamatan Arjasa, Kabupaten Jember yang masih belum memahami *menarche*. Hal ini tentu saja berdampak pada kesehatan reproduksi dan psikologi remaja perempuan karena kurangnya pengetahuan tentang *menarche*. Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini akan dilakukan optimalisasi pemahaman *menarche* pada kader PKK dan remaja putri pada Desa Kemuning lor, dengan kegiatan sosialisasi dan pembelajaran aplikasi. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatnya pengetahuan tentang *menarche* baik pada Kader PKK maupun Remaja Putri. Dari tingkat pemahaman yang sebelumnya 30% yang termasuk kategori pengetahuan tinggi menjadi 85% setelah sosialisasi.

Kata Kunci: *menarche, sosialisasi, aplikasi*

Abstract

Based on the preliminary study that has been carried out, namely with several village officials. Currently, the village of Kemuning Lor still lacks socialization related to menarche education, so that many teenagers in Kemuning Lor Village, Arjasa District, Jember Regency still do not understand menarche. This of course has an impact on the reproductive health and psychology of adolescent girls because of the lack of knowledge about menarche. This community service activity will optimize the understanding of menarche among PKK cadres and young women in Kemuning lor Village, with socialization activities and application learning. The result of this community service activity is an increase in knowledge about menarche for both PKK Cadres and Young Women. From the level of understanding that was previously 30% which was included in the category of high knowledge to 85% after socialization.

Keywords : *menarche, socialization, application*

I. PENDAHULUAN

Fase remaja merupakan tahap kehidupan berikutnya setelah fase anak-anak yang dialami oleh setiap orang. Menurut Anggraeni dan Sari (2018) serta Juwita dan Yulita (2018), Pada fase remaja terjadi perubahan kematangan seksual, jiwa dan kemandirian. Perubahan tersebut memiliki perbedaan antara laki-laki dan perempuan. Salah satu tanda biologis bahwa anak perempuan masuk ke fase remaja adalah terjadinya *menarche*. Tanda biologis tersebut, *menarche*, bisa berdampak besar pada kondisi psikis remaja tersebut pada saat itu maupun di masa mendatang.

Mengingat besarnya dampak *menarche* pada remaja perempuan, maka mereka perlu memahami segala aspek terkait *menarche*. Anggraeni dan Sari (2018) serta Dentia dan Artini (2015) menjelaskan bahwa pendidikan untuk meningkatkan pemahaman *menarche* perlu dikenalkan sejak dini dan mendapat perhatian khusus dari orang tua. Lingkup keluarga merupakan lingkup terkecil yang menjadi sarana mutlak untuk pembelajaran awal bagi anak-anak, karena peran pendidik terkait reproduksi tidak bisa dipasrahkan pada lingkup sekolah dan pelayanan kesehatan. Sehingga Ibu sebagai pengampu pendidikan remaja perempuan

di lingkup keluarga menjadi sumber rujukan informasi utama mengenai *menarche* bagi putrinya. Pemberdayaan ibu sebagai motor penggerak kesehatan keluarga dapat dilakukan melalui PKK yang salah satu programnya adalah mewujudkan keluarga sehat (Kumolo, 2015).

Kenyataannya yang ada di masyarakat kita, masih banyak konsep yang salah mengenai menstruasi karena kurangnya informasi, khusus tentang *menarche*. Adapun adanya akses informasi juga berisiko memberikan pemahaman yang salah karena saat ini informasi yang kurang kredibel juga melimpah dan bisa diakses siapa pun. Hal tersebut malah bisa berdampak pada kesehatan reproduksi dan psikologi remaja perempuan (Direktur Pembinaan Sekolah Dasar, 2017). Hal tersebut yang saat ini dialami oleh Desa Kemuning Lor, Kecamatan Arjasa, Kabupaten Jember. Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan yaitu dengan beberapa perangkat desa. Saat ini desa kemuning lor masih minim sosialisasi terkait dengan Pendidikan *menarche*, sehingga banyak remaja Desa Kemuning Lor yang masih belum memahami *menarche*.

Jumlah penduduk Indonesia yang memiliki telepon seluler mengalami peningkatan dalam beberapa tahun terakhir. Hal ini juga diikuti dengan peningkatan penduduk yang menggunakan akses internet (Deputi Bidang Statistik Distribusi dan Jasa, 2020). Dari jumlah total penduduk yang memiliki telepon seluler, 26% telah memanfaatkan gawainya sebagai media pembelajaran (Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia, 2019). Hal ini tak lepas dari banyaknya pengembang aplikasi android yang telah menghasilkan aplikasi pembelajaran, termasuk diantaranya adalah aplikasi pembelajaran pendidikan kesehatan (Novaeni *et al.*, 2018). Aplikasi tersebut bisa menjadi sarana penunjang Pendidikan reproduksi pada remaja putri selain metode pendidikan konvensional.

Berdasarkan latar belakang tersebut, dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan edukasi dalam bentuk sosialisasi mengenai *menarche*. Agar kegiatan sosialisasi dapat secara optimal kegiatan sosialisasi dilakukan pertama secara tatap muka dan dalam bentuk sosialisasi penggunaan aplikasi pendidikan kesehatan reproduksi di Desa Kemuning Lor, Kecamatan Arjasa, Kabupaten Jember. Dan yang berikutnya yaitu melalui aplikasi. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai *menarche*.

II. METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari beberapa tahap yaitu:

1. Studi lapangan

Pada tahapan ini dilakukan survei pada lokasi yang dipergunakan untuk kegiatan pengabdian masyarakat. Hasil dari survei ini diperoleh bahwa objek dari program kegiatan ini merupakan remaja putri yang bertempat tinggal di Desa Kemuning Lor, Kecamatan Arjasa, Kabupaten Jember. Tim memutuskan untuk tidak hanya mengundang remaja putri, namun juga kader PKK Desa Kemuning Lor, mengingat fungsi kader PKK sebagai penggerak kesehatan keluarga.

2. Studi literatur

Pada tahapan ini dilakukan studi terkait dengan materi yang diberikan yaitu tentang *menarche*. Proses studi literatur juga berkolaborasi dengan dosen sekaligus bidan aktif yang memang berkompeten dalam penyampaian materi reproduksi. Materi yang disampaikan adalah tentang anatomi dan fisiologi reproduksi wanita secara umum, serta *menarche* secara khusus.

3. Pembuatan aplikasi

Pembuatan aplikasi dilakukan melalui proses analisa kebutuhan, perancangan aplikasi, pembuatan aplikasi dan uji coba. Aplikasi yang dibuat berbasis android, dengan bahasa pemrograman kotlin dan target SDK minimal 21 supaya kompatibel dengan mayoritas perangkat seluler yang tersedia di pasaran saat ini. Aplikasi ini memiliki fitur dua bahasa, yaitu madura (sebagai bahasa lokal di desa tersebut) dan bahasa

Indonesia, serta terdiri dari konten tulisan dan video animasi mengenai materi *menarche*. Aplikasi tersebut saat ini tersedia di *google play*, karena aplikasi tidak hanya diperkenalkan dan dipergunakan oleh obyek kegiatan ini, namun juga untuk masyarakat luas.

4. Sosialisasi

Pada tahap ini dilakukan edukasi berupa sosialisasi *menarche* terhadap remaja putri dan kader PKK Desa Kemuning lor. Sosialisasi materi *menarche* dilakukan oleh dosen sekaligus bidan. Materi yang diberikan adalah seputar dasar anatomi, fisiologi dan tindakan rawat mandiri terkait *menarche* secara khusus, serta materi reproduksi wanita secara umum. Sosialisasi berikutnya yaitu dengan menggunakan aplikais. Aplikasi yang dibuat berupa konten pembelajaran *menarche* yang dapat dipeleajari sendiri oleh remaja Desa Kemuning Lor.

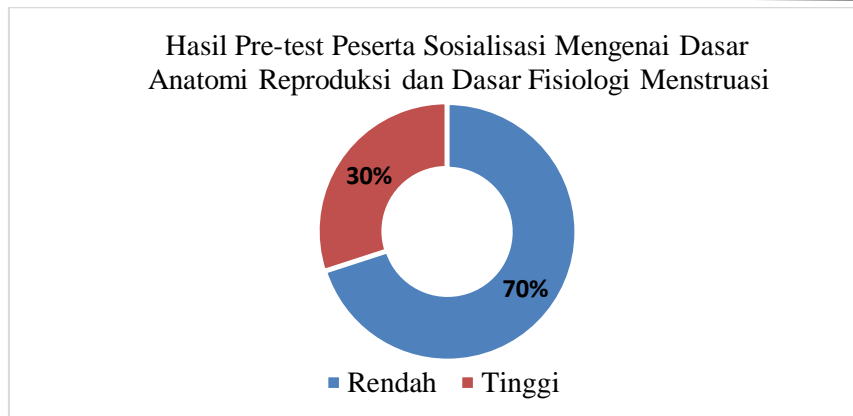
III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Balai Desa Kemuning lor, dengan peserta remaja putri dan kader PKK Desa Kemuning lor. Sebelum dan sesudah tahap sosialisasi tim pengabdian memberikan *pre-test* dan *post-test*. Pada tahap *pre-test* dan *post-test*, peserta diberikan pertanyaan tertulis mengenai dasar anatomi reproduksi (5 soal) dan dasar fisiologi menstruasi wanita (5 soal). Adapun *post-test* yang diberikan terdiri dari 2 tahap yaitu, *post-test* setelah sosialisasi dan *post-test* setelah peserta menggunakan aplikasi simen. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah menggunakan aplikasi simen.

Pada tahap *pre-test* dan *post-test*, peserta diberikan pertanyaan tertulis mengenai dasar anatomi reproduksi (5 soal) dan dasar fisiologi menstruasi wanita (5 soal). Adapun *post-test* yang diberikan terdiri dari 2 tahap yaitu, *post-test* setelah sosialisasi dan *post-test* setelah peserta menggunakan aplikasi simen. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah menggunakan aplikasi simen.



Gambar 1. Peserta sosialisasi sedang mengerjakan soal pre-test

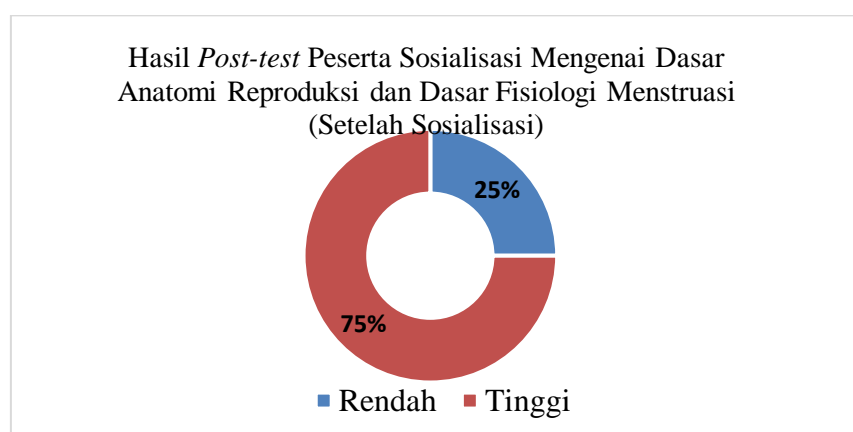


Gambar 2. Hasil *pre-test* peserta sosialisasi mengenai dasar anatomi reproduksi dan dasar fisiologi *menarche*

Berdasarkan gambar 1, hasil *pre-test* menunjukkan bahwa peserta sosialisasi sebagian besar memiliki tingkat pemahaman yang rendah mengenai dasar anatomi reproduksi dan dasar fisiologi menstruasi wanita (70%). Adapun hal ini dimungkinkan karena ada beberapa istilah yang baru mereka ketahui pertama kali pada *pre-test* tersebut.



Gambar 3. Pemateri sedang memberika edukasi mengenai dasar anatomi reproduksi dan dasar fisiologi *menarche*



Gambar 4. Hasil *Post-test* Peserta Sosialisasi Mengenai Dasar Anatomi Reproduksi dan Dasar Fisiologi Menstruasi

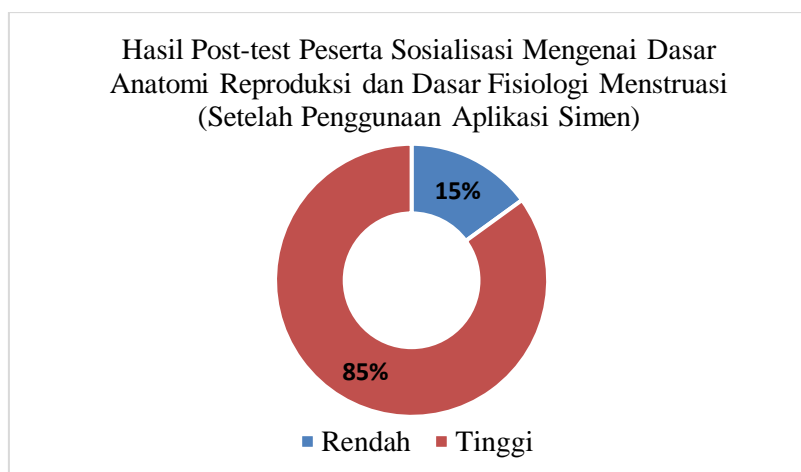
Berdasarkan gambar 2, Hasil *post-test* setelah sosialisasi menunjukkan bahwa peserta sosialisasi mengalami peningkatan pemahaman mengenai dasar anatomi reproduksi dan dasar fisiologi menstruasi wanita. Tingkat pemahaman peserta yang berkategori tinggi menjadi 75%. Berangkat dari hasil *pre-test* awal, pemateri dalam sosialisasi ini berusaha menggunakan bahasa yang bisa lebih dimengerti oleh kalangan awam.



Gambar 5. Peserta sosialisasi sedang mengerjakan soal *post-test* setelah edukasi mengenai materi *menarche*



Gambar 6. Peserta sosialisasi sedang menggunakan aplikasi pendidikan kesehatan reproduksi dipandu mahasiswa



Gambar 7. Hasil *Post-test* Peserta Sosialisasi Mengenai Dasar Anatomi Reproduksi dan Dasar Fisiologi Menstruasi (Setelah Penggunaan Aplikasi Simen)

Berdasarkan gambar 7, Hasil *post-test* setelah penggunaan aplikasi simen menunjukkan bahwa tingkat pemahaman peserta sosialisasi mengalami peningkatan lagi. Tingkat pemahaman peserta tentang dasar anatomi reproduksi dan dasar fisiologi menstruasi berkategori tinggi yang tadinya 75% menjadi 85%. Hal ini dimungkinkan karena adanya konten belajar mandiri dalam bahasa madura dan konten video animasi yang membuat peserta bisa lebih memahami deskripsi materi tersebut. Hal ini sejalan dengan Dinengsih dan Hakim (2020), yang menyebutkan bahwa penggunaan aplikasi dapat meningkatkan pengetahuan mengenai reproduksi. Berkembangnya teknologi saat ini telah merevolusi kegiatan pembelajaran yang berbasis digital, yang dulunya bersifat tatap muka langsung, saat ini mulai tergantikan pembelajaran mandiri (Efendi, 2019).

IV. KESIMPULAN

Kegiatan optimalisasi pemahaman tentang *menarche* ini berjalan sesuai harapan. Penyampaian materi baik dalam bentuk edukasi lisan maupun menggunakan aplikasi *smartphone* dapat meningkatkan pemahaman remaja putri dan kader PKK. Adapun peningkatan pemahaman yang terjadi cukup bermakna. Harapan kami, ke depan, agar dapat dilakukan sosialisasi yang berkesinambungan baik dalam bentuk digital maupun konvensional terkait *menarche* mengingat pentingnya hal tersebut bagi remaja putri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terima kasih kepada pihak pemerintah desa, Ketua dan Kader PKK serta remaja putri Desa Kemuning Lor yang telah berpartisipasi dalam kegiatan ini baik sebagai peserta maupun sebagai fasilitator. Kami ucapkan terima kasih juga kepada Politeknik Negeri Jember yang telah mendanai kegiatan ini melalui dana hibah PNPB 2021.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, W. and Sari, K. I. P. (2018) 'Hubungan Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas Iv Dan V Sdi Darul Hikmah Krian Sidoarjo', *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan*, 7(1), pp. 80–85. doi: 10.36720/nhjk.v7i1.36.
- Dentia, W. and Artini, B. (2015) 'GAMBARAN PERAN ORANG TUA DALAM PERSIAPAN MENGHADAPI MENARCHE PADA REMAJA PUTRI DI SDN KEDURUS II SURABAYA', *Jurnal Kebidanan*, 4(1 SE-Articles). Available at: <http://jurnal.stikeswilliambooth.ac.id/index.php/Keb/article/view/225>.
- Deputi Bidang Statistik Distribusi dan Jasa (2020) *Statistik Telekomunikasi Indonesia*. Edited by Sub Direktorat Statistik Komunikasi dan Teknologi Informasi. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Dinengsih, S. and Hakim, N. (2020) 'PENGARUH METODE CERAMAH DAN METODE APLIKASI BERBASIS ANDROID TERHADAP PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA', *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(4), pp. 515–522. doi: 10.33024/JKM.V6I4.2975.
- Direktur Pembinaan Sekolah Dasar (2017) *Panduan Manajemen Kebersihan Menstruasi Bagi Guru dan Orang Tua*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Efendi, N. M. (2019) 'Revolusi Pembelajaran Berbasis Digital (Penggunaan Animasi Digital Pada Start Up Sebagai Metode Pembelajaran Siswa Belajar Aktif)', *Habitus: Jurnal Pendidikan, Sosiologi, &*

Antropologi, 2(2), p. 173. doi: 10.20961/habitus.v2i2.28788.

Juwita, S. and Yulita, N. (2018) 'Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche', *JOMIS (Journal Of Midwifery Science)*, 2(2), pp. 50–54. Available at: <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jomis/article/view/411>.

Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia (2019) 'Survey Pengguna TIK Serta Implikasinya terhadap Aspek Sosial, Budaya dan Ekonomi Masyarakat'.

Kumolo, E. (2015) *Pemberdayaan Dan Kesejahteraan Keluarga*. Jakarta: Tim Penggerak Pusat PKK.

Novaeni, N. *et al.* (2018) 'Pengembangan Aplikasi Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja Berbasis Android Untuk Pembelajaran Biologi Di Sma Pius Kabupaten Purworejo Tahun 2017', *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 6(1), pp. 138–147.