

EDUKASI "MENARCHE" MELALUI APLIKASI SIMEN PADA REMAJA PUTRI DI DESA KEMUNING LOR

**Gandu Eko Juliato Suyoso¹⁾, Bakhtiyar Hadi Prakoso¹⁾, Veronika Vestine¹⁾,
Surya Puspita Dewi¹⁾, Dina Fitriyah¹⁾**

¹⁾Jurusan Kesehatan, Politeknik Negeri Jember, Jl Mastrip 164, Jember, 68121
E-mail: gandu.eko.js@polije.ac.id

Abstract

Teenage girls are individuals who experience a transition period from child to adult. It starts from the first menstruation, or what is called menarche. One of the references about menarche for teenage girls is their parents. However, parents do not always educate about menarche as a whole. It may result in traumatic experiences for teenage girls and the development of various inappropriate mitoses. A solution to solve this problem is by educating the PKK cadre and teenage girls in Kemuning Lor Village, Jember Regency, to increase the readiness of parents and teenage girls for encountering the menarche phase by increasing the ease of information access through a mobile application containing educational content related to menarche and menstrual calendar. The activities method consist of literature study, field study, mobile app development, socialization and report. The results show that the community service activity went well. There is an increasing knowledge of most PKK cadres and the teenage girls of Kemuning Lor Village who attended the activity. The participants' high enthusiasm was also seen during the question and answer session regarding menarche. Most of the participants also state that the developed application is quite helpful.

Keywords: *education, menarche, application, android*

Abstrak

Remaja putri merupakan individu yang mengalami masa peralihan dari anak ke dewasa. Hal tersebut dimulai dari menstruasi untuk pertama kalinya atau yang disebut dengan *menarche*. Satu dari sekian banyak sumber rujukan pertama kali bagi remaja putri terkait dengan *menarche* ini adalah orang tua. Akan tetapi tidak selalu orang tua mengedukasi terkait dengan *menarche* ini secara menyeluruh. Hal ini dapat menimbulkan pengalaman traumatis pada remaja putri dan berkembangnya berbagai mitos yang kurang tepat. Upaya untuk mengatasi masalah tersebut adalah melalui edukasi terhadap ibu-ibu kader PKK dan remaja putri di Desa Kemuning Lor, Kabupaten Jember yang bertujuan meningkatkan kesiapan orang tua dan remaja putri dalam menghadapi menarche dalam bentuk peningkatan kemudahan akses informasi melalui suatu aplikasi *mobile* yang berisi tentang konten pembelajaran terkait menarche dan kalender menstruasi. Metode yang dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu studi literatur, studi lapangan, pembuatan aplikasi, sosialisasi dan pembuatan laporan. Hasil kegiatan edukasi menunjukkan bahwa kegiatan berjalan dengan baik, terjadi peningkatan pengetahuan pada sebagian besar kader PKK dan remaja putri Desa Kemuning Lor yang hadir dalam kegiatan tersebut. Antusiasme peserta yang tinggi juga tampak ketika sesi tanya jawab mengenai menarche. Sebagian besar peserta juga menyatakan cukup terbantu dengan aplikasi yang dikembangkan tersebut.

Kata Kunci: *edukasi, menarche, aplikasi, android*

PENDAHULUAN

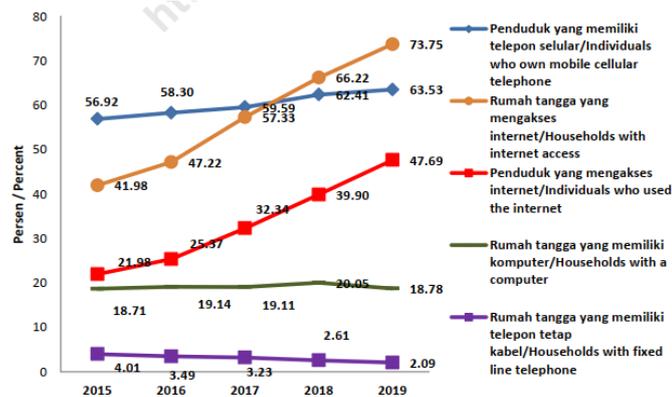
Remaja adalah suatu tahapan kehidupan manusia dimana terjadi peralihan secara berangsur-angsur mencapai kematangan seksual, perubahan jiwa anak-anak menjadi dewasa, dan perubahan keadaan ekonomi dari ketergantungan menjadi relatif mandiri. Menarche merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun. Pada masa pubertas terjadi serangkaian perubahan fisik maupun mental yang saling mempengaruhi dan semakin kompleks ketika seorang remaja putri mengalami *menarche*. Remaja putri dapat mengalami perubahan psikis yang traumatik pada saat *menarche*, hal ini dapat berdampak besar pada kehidupan di masa yang akan datang, baik secara langsung maupun tidak langsung (Anggraeni & Sari, 2018).

Pendidikan reproduksi remaja merupakan masalah penting yang perlu mendapatkan perhatian dari semua pihak. Tidak hanya oleh petugas di institusi pelayanan kesehatan saja, namun juga orang tua, kerabat terdekat, guru, tokoh agama, serta masyarakat di lingkungan sekitarnya berperan dalam memberikan informasi sejak dini dan dukungan emosional. Pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja putri sangat penting sebagai bekal remaja putri dalam menghadapi *menarche* (Anggraeni & Sari, 2018).

Ibu merupakan sumber informasi yang paling banyak dijadikan rujukan oleh anak-anak perempuan tentang menstruasi, namun tidak selalu memberikan informasi yang akurat dan menyeluruh. Akibat kurangnya informasi yang benar, banyak miskonsepsi terkait menstruasi yang berasal dari orang tua. Misalnya, larangan kepada anak perempuan untuk makan daging ketika menstruasi. Padahal ini justru menimbulkan risiko kurang gizi pada anak perempuan. Anak laki laki juga harus mendapatkan informasi mengenai menstruasi agar mereka menghormati perempuan yang sedang menstruasi (Direktur Pembinaan Sekolah Dasar, 2017).

Salah satu program prioritas di PKK adalah program kesehatan berupa mewujudkan keluarga sadar sehat melalui sosialisasi pada keluarga (Tim Penggerak PPK Pusat, 2015). Lebih lanjut PKK juga sangat membantu dalam masyarakat melalui pelayanan kesehatan seperti posyandu, posyandu merupakan bagian vital dalam meningkatkan partisipasi ibu, anak, dan lansia untuk mengikuti kegiatan posyandu (Agustin et al., 2019). Mengingat perannya yang begitu penting, PKK juga bisa menjadi penggerak edukasi kesehatan reproduksi remaja di masyarakat.

Berdasarkan data yang dikeluarkan oleh Badan Pusat Statistik Indonesia, Penduduk Indonesia pada tahun 2019 yang memiliki perangkat seluler mengalami peningkatan sejak tahun 2015 sampai dengan 2019. Tercatat bahwa pada tahun 2019 sebanyak 63, 53 persen dari jumlah penduduk Indonesia. Dan Jumlah penduduk yang mengakses internet sebanyak 73.53 persen. Nilai tersebut cukup besar di era Revolusi Industri 4.0 saat ini (Deputi Bidang Statistik Distribusi dan Jasa, 2020).



Gambar 1. Persentase Pengguna Internet di Indonesia

Sumber: Statistik Telekomunikasi Indonesia 2019

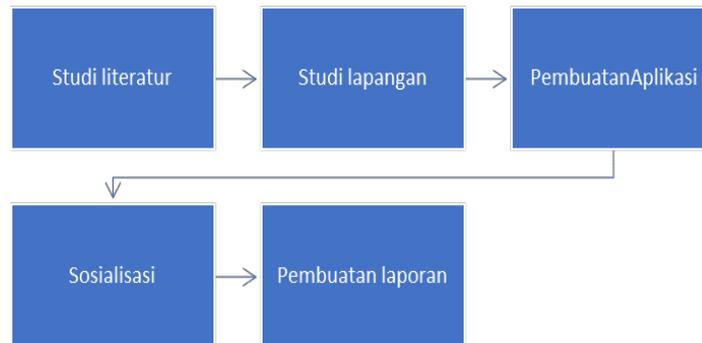
Dengan akses internet yang semakin mudah dijangkau, dan banyaknya penduduk yang mempunyai smartphone. Maka smartphone menjadi sebuah kebutuhan yang primer bagi penduduk. Penggunaan smartphone yang dulunya hanya dipakai untuk mengakses internet kini telah berkembang sebagai media pembelajaran khususnya dalam bidang Kesehatan. Sebagai contoh terdapat pengembangan aplikasi berbasis mobile yang dipergunakan untuk pembelajaran kesehatan reproduksi remaja pada tingkat SMA (Novaeni et al., 2018).

Berdasar latar belakang yang telah dijelaskan pada paragraf sebelumnya maka dalam program pengabdian akan dilakukan edukasi terhadap remaja putri di Desa Kemuning Lor dengan melalui sosialisasi langsung dan penggunaan aplikasi *menarche* (SIMEN) berbasis android sebagai media pembelajaran. Berbeda dengan aplikasi kesehatan reproduksi yang telah dijelaskan pada paragraf sebelumnya, aplikasi yang dibangun ini tentunya akan merangkul kearifan lokal yang ada di wilayah mitra. Sebagian besar dari penduduk di Desa Kemuning Lor merupakan suku bangsa Madura. Oleh karena itu,

aplikasi ini nantinya akan memiliki fitur 2 bahasa, bahasa Indonesia dan bahasa Madura untuk memudahkan penyampaian informasi kepada sasaran.

METODE

Metode pelaksanaan yang digunakan dalam program pengabdian adalah sebagai berikut.



Gambar 2. Alur metode pelaksanaan pengabdian

1. Studi literatur

Pada tahapan ini dilakukan pendalaman teori tentang topik yang dibahas pada program pengabdian kepada masyarakat. Topik yang dibahas adalah terkait dengan *menarche*. Proses studi literatur dimulai dengan mencari artikel penelitian dan teori terkait dengan topik. Pencarian dilakukan melalui buku maupun sumber dari internet. Studi literatur yang dilakukan bertujuan untuk menggali informasi seputar isu atau permasalahan tentang *menarche*.

2. Studi lapangan

Setelah dilakukan proses tahapan studi literatur tahapan selanjutnya dilakukan studi lapangan. Dari isu yang didapatkan pada tahapan studi literatur, didapatkan tempat untuk program pengabdian kepada masyarakat ini adalah Desa Kemuning Lor, Kecamatan Arjasa, Kabupaten Jember.

3. Pembuatan Aplikasi

Langkah ini merupakan pembuatan aplikasi yang digunakan sebagai media pembelajaran. Aplikasi yang dibangun berbasis *mobile* (android) yang didalamnya terdapat fitur perhitungan kalender menstruasi, artikel pembelajaran, dan video pembelajaran.

4. Sosialisasi

Kegiatan sosialisasi merupakan kegiatan inti dari program pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan ini melibatkan penduduk remaja Desa Kemuning Lor, Kec. Arjasa, Kab. Jember. Dalam kegiatan sosialisasi akan diberikan pretest dan posttest. untuk menilai

5. Pembuatan laporan

Setelah program sosialisasi telah terlaksana proses terakhir dalam kegiatan program pengabdian kepada masyarakat ini adalah pembuatan laporan dan artikel

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada hari Jumat tanggal 27 Agustus 2021 di kantor Desa Kemuning Lor, Kecamatan Arjasa, Kabupaten Jember. Acara sosialisasi dihadiri oleh 20 orang yang terdiri dari ibu PKK dan remaja putri. Pada program pengabdian ini terdapat dua acara utama yaitu sosialisasi terkait dengan *menarche* dan yang kedua adalah sosialisasi aplikasi pembelajaran *menarche*.

1. Sosialisasi materi *menarche*

Dalam kegiatan ini para peserta diberikan sebuah *pre test* untuk mengetahui seberapa dalam pemahaman peserta terhadap topik materi yang disampaikan. Hasil pre test pada tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih memiliki pengetahuan yang kurang mengenai *menarche*.

Tabel 1

Hasil <i>pre test</i> responden mengenai <i>menarche</i>	
Tingkat Pengetahuan	Persentase (%)
Rendah	70
Tinggi	30



Gambar 2. (Kiri) Peserta mengerjakan soal *pre test*; (kanan) Pemateri menyampaikan edukasi mengenai *menarche*

Pemaparan materi *menarche* kepada peserta dilakukan selama kurang lebih 1,5 jam dengan materi tentang anatomi dan fungsi alat reproduksi wanita. Antusiasme peserta semakin meningkat saat memasuki sesi tanya jawab seputar permasalahan *menarche* secara khusus serta menstruasi secara umum. *Post test* diberikan setelah sesi tanya jawab untuk melihat seberapa dalam pemahaman para peserta terhadap materi yang telah disampaikan sebelumnya.

Tabel 2

Hasil <i>post test</i> responden mengenai <i>menarche</i>	
Tingkat Pengetahuan	Persentase (%)
Rendah	15
Tinggi	85

Pada tabel 2, menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan peserta terhadap materi meningkat setelah dilakukan pemberian materi *menarche*. Bila dibandingkan antara hasil pre test dan post test nampak ada peningkatan pengetahuan peserta. Pada sosialisasi, seseorang akan belajar untuk mengenal, menghayati norma-norma serta nilai-nilai masyarakat sehingga terjadi pembentukan sikap. Dalam perkembangannya sosialisasi menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang (Abdullah & Nasionalita, 2018).

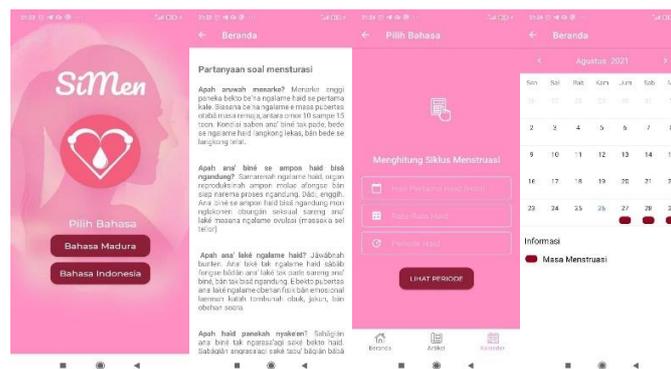
Kegiatan ini tidak hanya menghadirkan remaja putri tapi juga ibu si remaja putri. Peran ibu dalam mempersiapkan remaja putri dalam menghadapi *menarche* adalah sebagai pendidik, teman, panutan, pengendali, dan pendukung mereka (Rachmawati & Oktaviani, 2017). Hidayah dalam Lutfiya (2017) menyebutkan lebih lanjut bahwa faktor lain yang mempengaruhi kesiapan *menarche* adalah kelekatan aman anak dan ibu. Semakin tinggi kelekatan anak dan ibu semakin tinggi tingkat kesiapan anak.

2. Sosialisasi aplikasi pembelajaran *menarche*

Sosialisasi yang kedua dilaksanakan berupa sosialisasi aplikasi pembelajaran *menarche*. Aplikasi pembelajaran *menarche* dibuat berdasarkan kebutuhan pembelajaran *menarche* bagi remaja putri maupun ibu-ibu PKK. Aplikasi mempunyai dua fitur utama yaitu artikel pembelajaran dan yang kedua yaitu aplikasi perhitungan siklus menstruasi.



Gambar 3. (Kiri) Pemateri menyampaikan cara instalasi dan penggunaan aplikasi simen; (Kanan) Mahasiswa membantu proses instalasi pada gawai peserta.



Gambar 4. Tampilan aplikasi SiMen

Fitur artikel pembelajaran dibuat berdasarkan materi yang telah dipaparkan pada saat kegiatan sosialisasi sesi pertama yang terdiri dari dua bahasan utama antara lain tentang anatomi alat reproduksi wanita dan tanya jawab seputar permasalahan menstruasi. dari hasil evaluasi terhadap aplikasi yang dibuat. Dari hasil pengisian kuisioner yang telah dilakukan, sebanyak 85 persen peserta cukup terbantu dengan adanya aplikasi SiMen.

SIMPULAN

Program Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat cukup menarik antusiasme para peserta sosialisasi. Dari segi kedalaman pengetahuan peserta sosialisasi cenderung kurang. Setelah diadakan sosialisasi masyarakat Desa Kemuning Lor, terutama para kader PKK dan remaja putri semakin memahami hal terkait *menarche*. Media pembelajaran berupa aplikasi yang dibuat juga cukup membantu peserta dalam memahami materi yang telah disampaikan. Dalam acara kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini tentunya ada beberapa hal yang dapat dilakukan agar ke depannya program ini lebih baik lagi yaitu

memperkaya konten pembelajaran pada aplikasi sehingga program edukasi ini tidak terputus hanya pada kegiatan sosialisasi secara langsung saja, tetapi dapat berlanjut melalui media aplikasi *mobile* (android).

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, N. N., & Nasionalita, K. (2018). Pengaruh Sosialisasi Terhadap Pengetahuan Pelajar Mengenai Hoax (Studi Pada Program Diseminasi Informasi Melalui Media Jukrak Di SMKN 1 Pangandaran). *CHANNEL: Jurnal Komunikasi*, 6(1), 120. <https://doi.org/10.12928/channel.v6i1.10217>
- Agustin, N. L., Muchsin, S., & Roni Pindahanto Widodo. (2019). Pemberdayaan Perempuan Melalui Gerakan Pkk Dalam Menangani. *Jurnal Respon Publik*, 13(2), 33–38. <http://riset.unisma.ac.id/index.php/rpp/article/view/2112/2024>
- Anggraeni, W., & 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), 80–85. <https://doi.org/10.36720/nhjk.v7i1.36>
- Direktur Pembinaan Sekolah Dasar. (2017). Panduan Manajemen Kebersihan Menstruasi Bagi Guru dan Orang Tua. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan..
- Deputi Bidang Statistik Distribusi dan Jasa. Statistik Telekomunikasi Indonesia. (2020). Sub Direktorat Statistik Komunikasi dan Teknologi Informasi, editor. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Lutfiya, I. (2017). 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>
- Novaeni, N., Dharminto, D., Agusyahbana, F., & Mawarni, A. (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), 138–147.
- Rachmawati, A. N., & Oktaviani, A. R. (2017). Peran Orangtua Dalam Mempersiapkan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di Kelurahan Kadirejo Kecamatan Karangnom Kabupaten Klaten. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 170–176. <https://doi.org/10.34035/jk.v8i2.238>