

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Kondisi lokasi penelitian

Penelitian ini dilakukan di SDN 33 Dangin Puri yang berlokasi di jalan Gatot Subroto VI F, Dangin Puri Kaja, Kecamatan Denpasar Utara, Kota Denpasar, Provinsi Bali. SDN 33 Dangin Puri didirikan pada tanggal 1 Juli 1983 dengan Nomor SK Pendirian 028/8040/ORG yang berada dalam naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Dalam kegiatan pembelajaran, sekolah yang memiliki 330 siswa ini dibimbing oleh 17 guru yang profesional di bidangnya. Kepala Sekolah SDN 33 Dangin Puri saat ini adalah Made Angreni, S.Pd.

Sekolah ini memiliki beberapa ruangan lengkap dengan fasilitasnya yaitu 12 ruang kelas, 1 ruang UKS (Usaha Kesehatan Sekolah), 1 ruang BP (Bimbingan Konseling), 1 ruang kepala sekolah, 1 ruang guru, 1 ruang tata usaha, 8 toilet, 1 lapangan olahraga, 1 kantin, 1 perpustakaan, 1 padmasana, dan ruang terbuka hijau. Kegiatan ekstrakurikuler di SDN 33 Dangin Puri yaitu nyurat aksara bali, mesatua, menari, pramuka, mejejaitan, catur, menganyam adapun ekstra atletik seperti *taekondo* dan *petangque*.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu pengajar di SDN 33 Dangin Puri dalam kurikulum merdeka pada jenjang sekolah dasar pembahasan mengenai pengenalan organ reproduksi pada manusia mulai diajarkan di sekolah dasar kelas 5 dan secara mendalam di kelas 6, secara rinciannya

pengenalan organ reproduksi dan pubertas diberikan pada mata pelajaran IPAS (ilmu pengetahuan alam dan sosial), materi yang diajarkan di kelas 5 adalah sistem organ manusia termasuk sistem reproduksi serta pertumbuhan dan perkembangan manusia yang membahas mengenai pubertas meliputi perubahan fisik pada perempuan dan laki-laki, menstruasi yang akan dialami oleh perempuan, dan mimpi basah yang dialami oleh laki-laki. Pada kelas 6 mata pelajaran mengenai organ reproduksi akan dibahas mendalam tentang fungsi organ reproduksi, proses menstruasi, pembuahan, dan kehamilan secara sederhana serta pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi.

Hasil wawancara dengan salah satu pengajar di SDN 33 Dangin Puri mengatakan bahwa meskipun kurikulum sekolah dasar memuat materi tentang sistem reproduksi, perubahan fisik saat pubertas dan membahas mengenai menstruasi tetapi materi tersebut hanya diajarkan secara umum, tanpa menyinggung aspek emosional yang menyertai, seperti kecemasan atau ketakutan siswi dalam menghadapi *menarche*. Akibatnya, banyak siswi merasa cemas, bingung, atau bahkan takut ketika pertama kali mengalami menstruasi karena kurangnya pemahaman dan kesiapan mental.

2. Karakteristik subjek penelitian

Responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah 31 siswi kelas 4, 5, dan 6 di SDN 33 Dangin Puri. Karakteristik yang diteliti dalam penelitian ini adalah usia responden dan kelas responden disajikan dalam bentuk tabel berikut.

Tabel 3
Karakteristik Siswi kelas 4, 5, dan 6 di SDN 33 Dangin Puri

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia (Tahun)		
10	11	35,5
11	7	22,6
12	12	38,7
13	1	3,2
Total	31	100,0
Kelas		
4	11	35,5
5	10	32,3
6	10	32,3
Total	31	100,0

Hasil analisis karakteristik didapatkan bahwa sebagian besar responden berada pada usia 12 tahun yaitu sebanyak 12 (38,7%) dan sebagian besar responden sedang duduk di bangku sekolah dasar kelas 4 yaitu sebanyak 11 (35,55%).

3. Hasil pengamatan terhadap subjek penelitian berdasarkan variabel penelitian

- a. Kecemasan siswi sekolah dasar menghadapi *menarche* sebelum diberikan edukasi tentang *menarche*

Tabel 4
Kecemasan Siswi Menghadapi *Menarche* Sebelum Diberikan Video Edukasi Tentang *Menarche*

Kecemasan	n	Minimal	Maksimal	Median	Mean	Std. Deviasi
Sebelum	31	18	39	30	29,84	6,05

Tabel di atas menunjukkan median kecemasan menghadapi *menarche* sebelum diberikan video edukasi *menarche* adalah 30 dengan nilai minimum 18, nilai maksimal 39 dengan nilai mean 29,84 dan standar deviasi yaitu 6,05.

- b. Kecemasan siswi sekolah dasar menghadapi *menarche* setelah diberikan video edukasi tentang *menarche*

Tabel 5
Kecemasan Siswi Menghadapi *Menarche* Setelah Diberikan Video Edukasi Tentang *Menarche*

Kecemasan	n	Minimal	Maksimal	Median	Mean	Std. Deviasi
Setelah	31	14	27	19	19,45	3,53

Tabel di atas menunjukkan median kecemasan menghadapi *menarche* setelah diberikan video edukasi *menarche* adalah 19 dengan nilai minimal 14, nilai maksimal 27 dengan nilai rata-rata 19,45 dan standar deviasi yaitu 3,53.

4. Hasil analisis data

- a. Uji normalitas data

Penelitian ini menggunakan uji normalitas *Shapiro-Wilk* karena jumlah sampel < 50 . Berikut hasil uji normalitas data.

Tabel 6
Hasil Uji *Shapiro-Wilk*

Kelompok	n	Nilai <i>p</i>
Nilai Kecemasan <i>pretest</i>	31	0,067
Nilai Kecemasan <i>Posttest</i>	31	0,103

Tabel di atas menunjukkan bahwa kedua data memiliki nilai *p pretest* 0,067 > 0,05 dan nilai *p posttest* 0,103 > 0,05, hal tersebut dapat disimpulkan bahwa kedua data berdistribusi normal sehingga analisis data dilanjutkan dengan Uji *Paired t test*.

b. Uji *Paired t test*.

Tabel 7
Perbedaan Kecemasan Siswi Sekolah Dasar Menghadapi *Menarche* Sebelum dan Sesudah Edukasi dengan Media Video

	n	Mean	SD	<i>t</i>	<i>p</i>
Pretest	31	29,84	6,056	10,132	0,000
Posttest	31	19,45	3,539		

Tabel di atas menunjukkan bahwa hasil uji *Paired t test* kecemasan sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan media video menunjukkan nilai *p value* 0,000 < 0,05, hal ini menunjukkan bahwa “Adanya Perbedaan Kecemasan Siswi Sekolah Dasar Menghadapi *Menarche* Sebelum dan Sesudah Edukasi dengan Media Video”.

B. Pembahasan

1. Kecemasan siswi sekolah dasar sebelum diberikan edukasi dengan media video

Hasil penelitian yang dilakukan pada 31 responden untuk mengetahui kecemasan siswi sekolah dasar mengenai *menarche* sebelum diberikan video edukasi mengenai *menarche* didapatkan hasil median 30, hasil rata-rata 29,84 dan untuk skor tertinggi 39 sedangkan skor terendah 18. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan siswi sekolah dasar menghadapi *menarche* sebelum diberikan video edukasi tentang *menarche* mengalami kecemasan sedang.

Berdasarkan hasil *pretest* dengan kuesioner kecemasan yang dilakukan terhadap siswi sekolah dasar mengenai kecemasan menghadapi *menarche*, ditemukan bahwa sebagian besar responden menunjukkan gejala kecemasan dalam berbagai bentuk, dari 14 pernyataan yang terdapat dalam kuesioner, pernyataan nomor 3 menjadi pernyataan yang paling banyak dijawab dengan nilai total sebesar 83, yang membahas tentang ketakutan menghadapi *menarche*. Skor ini mencerminkan bahwa ketakutan merupakan bentuk kecemasan paling dominan yang dialami oleh para siswi sebelum diberikan edukasi. Rasa takut tersebut kemungkinan besar disebabkan oleh minimnya pemahaman mengenai proses menstruasi, serta adanya stigma sosial atau cerita-cerita negatif yang mereka dengar dari lingkungan sekitar, seperti keluarga, teman sebaya, atau media yang tidak akurat (Audtya, 2024).

Pernyataan nomor 3 yang membahas mengenai ketakutan menghadapi *menarche* sebanyak 13 siswi menyatakan sering merasa takut menghadapi *menarche*, 11 siswi menjawab kadang-kadang, 5 siswi menjawab selalu, yang mengindikasikan bahwa mereka melihat menstruasi sebagai sesuatu yang mengancam atau menakutkan.

Perasaan takut ini bisa timbul akibat minimnya informasi atau edukasi mengenai proses menstruasi yang wajar. Menurut Renie dkk (2021), menyatakan bahwa anak perempuan yang kurang mendapat informasi tentang perubahan biologis cenderung mengalami kecemasan dan ketakutan ketika menghadapi masa pubertas. Ketidaktahuan akan apa yang terjadi pada tubuh mereka menyebabkan rasa tidak aman dan mengembangkan persepsi negatif terhadap perubahan tersebut.

Pernyataan nomor 1 mengenai perasaan cemas secara umum menghadapi *menarche* menempati skor tertinggi kedua, yaitu 79. Skor ini menunjukkan bahwa siswi tidak hanya takut terhadap proses *menarche* itu sendiri, tetapi juga mengalami kecemasan yang bersifat menyeluruh. Kecemasan tersebut bisa muncul karena adanya ketidaktahuan tentang perubahan yang akan dialami tubuh mereka, rasa khawatir terhadap respons lingkungan, serta ketidaksiapan dalam menghadapi perubahan peran sebagai perempuan. Masa pubertas adalah fase penuh transisi, dan ketidaktahuan dalam menghadapi perubahan biologis seringkali menimbulkan kecemasan yang cukup tinggi, terutama pada anak-anak yang belum mendapatkan informasi yang tepat dan mendalam (Suindri dkk, 2020).

Pernyataan nomor 4 yang berkaitan dengan gangguan tidur akibat kecemasan menghadapi *menarche*, diperoleh skor sebesar 70, yang menempati posisi ketiga tertinggi. Ini menunjukkan bahwa kecemasan yang dirasakan tidak hanya memengaruhi kondisi psikologis, tetapi juga berdampak secara fisik, terutama pada kualitas tidur siswi. Gangguan tidur merupakan indikator penting dari tekanan mental, di mana kecemasan berlebihan dapat menyebabkan siswi merasa gelisah, tidak nyaman, atau sulit tidur menjelang datangnya *menarche*. Kondisi ini memperkuat bahwa kecemasan yang mereka alami cukup serius dan berpotensi mengganggu

keseharian jika tidak segera ditangani dengan pendekatan edukatif dan psikologis yang tepat (Nisa dan Rosyid, 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Yuniza (2019) di Palembang yang menggunakan metode *pre experiment* dengan rancangan *one group pre-post test design*. Mengenai pengaruh pendidikan kesehatan dengan video animasi terhadap tingkat kecemasan anak *pramenarche* usia 10-12 tahun di sekolah dasar yang menyatakan dari 24 responden sebagian besar mengalami kecemasan sedang dengan rata-rata nilai kecemasan siswi sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 25,33 dengan standar deviasi 5,62.

Pada penelitian ini dapat diketahui kecemasan siswi SD sebelum edukasi dengan media video, mengalami berbagai bentuk kecemasan dalam menghadapi *menarche*. Bentuk kecemasan yang paling dominan adalah ketakutan, sebagaimana terlihat pada pernyataan nomor 3 dengan skor tertinggi sebesar 83. Selain itu, pernyataan nomor 1 yang membahas mengenai rasa cemas menghadapi *menarche* mendapat skor 79 dan gangguan tidur dengan skor 70 juga cukup tinggi, menandakan bahwa kecemasan tidak hanya berdampak emosional, tetapi juga fisik. Temuan ini mengindikasikan bahwa kurangnya pengetahuan dan kesiapan mental menjadi faktor utama penyebab kecemasan. Oleh karena itu, edukasi sejak dini melalui media video sangat penting untuk membantu siswi menghadapi *menarche* dengan lebih tenang dan percaya diri..

2. Kecemasan siswi sekolah dasar setelah diberikan edukasi dengan media video

Hasil penelitian yang dilakukan pada 31 responden untuk mengetahui kecemasan siswi sekolah dasar menghadapi *menarche* setelah diberikan video edukasi mengenai *menarche* didapatkan hasil median 19, hasil rata-rata 19,45 dan untuk skor tertinggi 27 sedangkan skor terendah 14. Hasil ini menunjukkan bahwa kecemasan

siswi sekolah dasar menghadapi *menarche* setelah diberikan video edukasi tentang *menarche* mengalami penurunan kecemasan dari sedang menjadi kecemasan ringan.

Berdasarkan hasil *posttest* yang dilakukan setelah pemberian intervensi edukasi menggunakan media video selama dua minggu, ditemukan adanya penurunan yang signifikan terhadap gejala kecemasan siswi sekolah dasar dalam menghadapi *menarche*. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian informasi yang tepat dan menarik secara visual mampu memberikan dampak positif terhadap kesiapan mental dan emosional siswi menghadapi perubahan biologis pada masa pubertas (Nora, 2020).

Pernyataan nomor 3 yang sebelumnya mencapai skor 83 menurun menjadi 48. Penurunan ini mencerminkan bahwa intervensi edukasi melalui media video berkontribusi positif dalam mengurangi rasa takut dan cemas, serta meningkatkan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche*. Sementara itu, pernyataan nomor 12 tentang kecemasan menghadapi *menarche* dan pernyataan nomor 3 mengenai ketakutan menghadapi *menarche* masing-masing memperoleh skor 48, yang menunjukkan penurunan signifikan dibandingkan skor *pretest*,

Pernyataan nomor 7 membahas mengenai perasaan was-was saat mendengar informasi tentang *menarche*, pada *pretest* memperoleh skor 66 dan menurun menjadi 55 setelah intervensi edukasi melalui media video. Meskipun terjadi penurunan skor, nilai ini masih tergolong tinggi dibandingkan pernyataan lainnya pada *posttest*, yang menunjukkan bahwa sebagian siswi masih mengalami reaksi emosional berupa kegelisahan atau ketidaknyamanan saat menerima informasi tentang *menarche*. Berdasarkan distribusi jawaban, sebanyak 12 siswi menyatakan tidak lagi merasa was-was, 15 siswi menjawab kadang-kadang merasa was-was, sementara 3 siswi menyatakan sering, dan 1 siswi menyatakan selalu merasa was-was. Temuan ini

mengindikasikan bahwa meskipun intervensi telah membantu menurunkan tingkat kecemasan, aspek emosional terkait *menarche* masih memerlukan pendekatan lanjutan, terutama untuk membangun rasa nyaman dalam menerima informasi dan diskusi seputar *menarche* (Nisa dan Rosyid, 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sunarti (2020), mengenai pengaruh pendidikan kesehatan dengan video animasi terhadap tingkat kecemasan anak *pramenarche* usia 10-12 tahun di sekolah dasar menunjukkan bahwa 24 responden (100%) mengalami penurunan kecemasan setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan dengan video animasi. Menunjukkan terjadinya penurunan nilai rata-rata tingkat kecemasan menjadi 15,29 dan nilai standar deviasi menjadi 0,85.

Menurut Agustia dkk (2024) pemberian pendidikan kesehatan dengan menggunakan media video mampu meningkatkan pemahaman anak terhadap materi sehingga stimulus yang diberikan lebih efektif. Selain itu pembelajaran lewat video sangat mudah untuk diakses kapan saja dan dimana saja sehingga memberikan fleksibilitas bagi siswi untuk belajar sesuai dengan jadwal mereka sendiri, hal ini sangat mendukung pembelajaran mandiri dan pengulangan materi.

Pada penelitian ini dapat diketahui bahwa edukasi melalui media video efektif dalam mengurangi kecemasan. Penurunan kecemasan ditunjukkan oleh berkurangnya jumlah siswi yang merasa was-was, takut, serta mengalami gangguan konsentrasi dan gejala sensorik. Hal ini menunjukkan bahwa penyampaian informasi melalui media video mampu memberikan pemahaman yang lebih baik, menenangkan, serta meningkatkan kesiapan mental siswi dalam menghadapi *menarche*. Oleh karena itu, pendekatan edukatif dengan media visual seperti video sangat direkomendasikan

dalam pendidikan kesehatan reproduksi di tingkat sekolah dasar sebagai upaya preventif dan promotif dalam mengurangi kecemasan pada masa pubertas.

3. Perbedaan kecemasan siswi sekolah dasar menghadapi menarche sebelum dan sesudah edukasi dengan media video

Hasil penelitian ini didapatkan nilai p sebesar 0,000 yang berarti adanya perbedaan kecemasan siswi sekolah dasar menghadapi *menarche* di SDN 33 Dandin Puri tahun 2025 sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan media video. Edukasi dengan media video dalam penelitian ini berdurasi 8 menit dikemas untuk dapat secara informatif meningkatkan pengetahuan dan dapat mempengaruhi perubahan kecemasan siswi. Video yang ditampilkan dikemas dengan alur yang jelas dan mudah dipahami agar penyampaian informasi dengan mudah diterima oleh responden. Terbukti pada penelitian ini edukasi dengan media video dapat menurunkan kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche*. Hal ini dapat disebabkan karena media video yang digunakan dapat meningkatkan pengetahuan siswi dan mempengaruhi kecemasan siswi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Yuwanita dkk (2018) yang membahas mengenai keefektifan penggunaan media video sebagai pembelajaran untuk meningkatkan pengetahuan siswi, dimana rata-rata nilai sebelum dan sesudah menggunakan video edukasi sebagai pembelajaran mendapatkan peningkatan hasil belajar, sebelum diberikan pembelajaran lewat media video dan hanya mendapatkan pembelajaran langsung secara tatap muka dengan guru didapat nilai rata-rata 78,02 dan setelah menggunakan media video sebagai pembelajaran didapat rata-rata nilai 85,43 dari hasil penelitian tersebut dapat dibuktikan dengan menggunakan suatu media video sebagai pembelajara besar kemungkinan membantu pemahaman siswa karena

dapat menampilkan suara, gambar bergerak sehingga membangkitkan kinerja mata dan telinga.

Hasil penelitian ini senada dengan hasil penelitian Sunarti (2020), mengenai pengaruh pendidikan kesehatan dengan video animasi terhadap tingkat kecemasan anak *pramenarche* usia 10-12 tahun di sekolah dasar menunjukkan hasil *p-value* yaitu 0,001 yang artinya $p\text{-value} < 0,05$ sehingga dapat diartikan bahwa pendidikan kesehatan dengan media video animasi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan dengan video animasi.

Pada hasil penelitian ini yang mengacu pada teori serta beberapa hasil penelitian yang mungkin sejalan didapatkan bahwa adanya perbedaan kecemasan siswi menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah edukasi dengan media video di SDN 33 Dangen Puri. Sebelum intervensi, sebagian besar siswi menunjukkan gejala kecemasan, seperti merasa takut, perasaan cemas, serta mengalami gangguan tidur.

Namun setelah diberikan edukasi dengan media video selama dua minggu, terjadi penurunan yang nyata pada berbagai indikator kecemasan. Misalnya, jumlah siswi yang merasa cemas menghadapi *menarche* menurun dari skor 83 menjadi 48, perasaan cemas dari skor 79 menjadi 40. Hasil ini mengindikasikan bahwa metode penyampaian informasi yang menarik, visual, dan mudah dipahami sangat berperan dalam meningkatkan kesiapan psikologis siswi terhadap perubahan fisik dan emosional yang mereka alami saat pubertas.

C. Keterbatasan Penelitian

1. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *one group pretest-posttest* tanpa kelompok kontrol sebagai pembanding, sehingga tidak dapat sepenuhnya

mengeliminasi kemungkinan adanya faktor luar yang mempengaruhi hasil penelitian selain intervensi yang diberikan. Hal ini dapat mempengaruhi validitas internal penelitian, karena perubahan tingkat kecemasan responden mungkin juga dipengaruhi oleh variabel lain di luar perlakuan edukasi video.