

P-ISSN: 2774-4574; E-ISSN: 363-4582
TRILOGI, 6(2), April-Juni 2025 (21-30)
©2025 Lembaga Penerbitan, Penelitian,
dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP3M)
Universitas Nurul Jadid Paiton Probolinggo
DOI: [10.33650/trilogi.v6i2.11305](https://doi.org/10.33650/trilogi.v6i2.11305)

JURNAL TRILOGI
Ilmu Teknologi, Kesehatan, dan Humaniora

Pengaruh Media Edutainment terhadap Self-Efficacy Siswi dalam Menghadapi Menarche Ditinjau dari Pengetahuan dan Sikap

Monika Novitasari

Universitas Nurul Jadid, Indonesia
monikanovitasari12@gmail.com

Sri Astutik Andayani

Universitas Nurul Jadid, Indonesia
astutikandayani@unuja.ac.id

Zainal Munir

Universitas Nurul Jadid, Indonesia
zainalmunirnj@gmail.com

Abstract

Menarche is the first menstrual experience that often triggers anxiety, fear, and shame in adolescent girls, especially when there is a lack of adequate information. Low self-efficacy in facing menarche is often associated with insufficient knowledge and a lack of positive attitudes about menstruation. This study aims to analyze the influence of edutainment media on the self-efficacy of female students in facing menarche in terms of their knowledge and attitudes about menstruation. The research method used is a quasi-experimental approach with a pretest-posttest with control group design. A total of 60 students from SMP Negeri 3 Kota Probolinggo were divided into two groups, namely the intervention group and the control group, with 30 students in each. The intervention was provided in the form of menarche education using edutainment media. The results showed a significant increase in students' self-efficacy after receiving education through edutainment media, with an Asymp.Sig value of 0.00 ($p < 0.05$), indicating that the alternative hypothesis (H_a) was accepted. These findings demonstrate that edutainment media is effective in enhancing students' self-efficacy regarding menarche by strengthening their knowledge and promoting positive attitudes toward menstruation. Reproductive health education using interactive approaches such as edutainment is recommended as an educational strategy in school environments.

Keywords: Menstruation; Edutainment Media; Self-Efficacy; Knowledge; Health Education.

Abstrak

Menarche merupakan pengalaman pertama menstruasi yang seringkali memicu kecemasan, ketakutan, dan rasa malu pada remaja perempuan, terutama bila kurangnya informasi yang memadai. Rendahnya self-efficacy dalam menghadapi menarche kerap kali dikaitkan dengan minimnya pengetahuan dan sikap positif tentang menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk

menganalisis pengaruh media edutainment terhadap self-efficacy siswi dalam menghadapi menarche ditinjau dari pengetahuan dan sikap tentang menstruasi. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuasi-eksperimen dengan rancangan *pretest-posttest with control group design*. Sebanyak 60 siswi SMP Negeri 3 Kota Probolinggo dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol masing-masing sebanyak 30 orang. Intervensi diberikan dalam bentuk edukasi menarche berbasis media edutainment. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada self-efficacy siswi setelah mendapatkan edukasi melalui media edutainment, dengan nilai *Asymp.Sig* sebesar 0,00 ($p < 0,05$), yang mengindikasikan bahwa H_0 diterima. Temuan ini menunjukkan bahwa media edutainment efektif dalam meningkatkan self-efficacy siswi terkait menarche dengan memperkuat aspek pengetahuan dan sikap positif terhadap menstruasi. Edukasi kesehatan reproduksi dengan pendekatan interaktif seperti edutainment direkomendasikan sebagai strategi edukatif di lingkungan sekolah.

Katakunci: Menstruasi; Media Edutainment; Self-Efficacy; Pengetahuan; Pendidikan Kesehatan.

1 Pendahuluan

Menarche atau haid pertama adalah salah satu peristiwa penting dalam kehidupan seorang perempuan (Aprianto 2022; Fariqoini, Nugroho, and Andayani 2024). Sebagai indikator dimulainya masa pubertas, menarche bukan hanya merupakan peristiwa biologis, melainkan juga emosional dan sosial. Bagi remaja perempuan, menarche sering kali menjadi pengalaman yang membingungkan, memicu rasa takut, cemas, malu, bahkan trauma (Sihotang n.d.; Suherman 2023). Ketika menarche datang tanpa pengetahuan dan persiapan yang memadai, maka kemungkinan besar remaja akan mengalami krisis percaya diri atau rendahnya self-efficacy dalam menghadapi perubahan tersebut (Fariqoini et al. 2024).

Di Indonesia, pembahasan tentang menstruasi masih dianggap tabu dalam banyak keluarga dan komunitas (Khairani, Ritonga, and Riza 2023; Utami 2022). Komunikasi yang terbatas mengenai isu ini menyebabkan banyak anak perempuan tidak memahami secara utuh apa yang sedang terjadi pada tubuh mereka. Studi yang dilakukan oleh UNICEF 2015 menunjukkan bahwa 1 dari 4 remaja perempuan di Indonesia tidak tahu apa yang terjadi saat mereka mengalami menstruasi untuk pertama kalinya (Firdaus and Setyowati 2022). Kondisi ini mengindikasikan masih rendahnya tingkat literasi kesehatan reproduksi, khususnya terkait menstruasi.

Menurut data dari BPS (Badan Pusat Statistik) dan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA)

tahun 2021, sekitar 49,2% remaja perempuan di Indonesia masih memiliki pengetahuan yang rendah mengenai menstruasi (Aini 2024). Pengetahuan ini mencakup pemahaman tentang proses biologis, manajemen kebersihan saat menstruasi, serta respons emosional yang tepat. Padahal, menurut Bandura (1997), self-efficacy atau keyakinan individu atas kemampuannya mengelola situasi baru sangat dipengaruhi oleh pengetahuan dan pengalaman sebelumnya (Tan et al. 2021).

Self-efficacy memiliki peran penting (Blom et al. 2021; Escobar et al. 2022) dalam menentukan bagaimana seseorang menghadapi tantangan, termasuk dalam hal ini adalah pengalaman menarche. Individu dengan self-efficacy tinggi cenderung memiliki motivasi dan kontrol diri yang lebih baik dalam menyikapi perubahan tubuh dan sosial (Celcima et al. 2024; Warner and Schwarzer 2020). Sebaliknya, rendahnya self-efficacy membuat remaja cenderung menarik diri, merasa tidak nyaman dengan tubuhnya, dan menunjukkan perilaku negatif terhadap pengalaman alami tersebut.

Selain faktor pengetahuan, sikap terhadap menstruasi juga memainkan peran penting. Sikap yang positif terhadap menstruasi terbentuk melalui pemahaman yang benar dan didukung oleh lingkungan yang terbuka terhadap diskusi seputar kesehatan reproduksi. Sikap yang negatif, seperti menganggap menstruasi sebagai sesuatu yang memalukan atau menjijikkan, akan memperburuk self-efficacy remaja dan menghambat proses adaptasi yang sehat.

Berbagai pendekatan telah dilakukan untuk meningkatkan literasi menstruasi pada remaja perempuan, salah satunya melalui pendidikan kesehatan berbasis sekolah. Namun, metode konvensional seperti ceramah masih dianggap kurang efektif dalam menjangkau minat belajar remaja. Oleh karena itu, pendekatan berbasis media edutainment mulai diperkenalkan sebagai alternatif yang interaktif, menarik, dan relevan dengan gaya hidup digital generasi Z.

Edutainment merupakan gabungan dari dua konsep yaitu education (pendidikan) dan entertainment (hiburan). Konsep ini bertujuan untuk menyampaikan pesan pendidikan melalui media yang menyenangkan seperti video animasi, permainan edukatif, drama pendek, dan konten interaktif lainnya. Penggunaan media edutainment secara signifikan dapat meningkatkan minat belajar dan pemahaman siswa terhadap topik-topik sensitif seperti kesehatan reproduksi (Kyegombe et al. 2022).

Dalam konteks Probolinggo, khususnya di SMP Negeri 3 Kota Probolinggo, masih ditemukan kendala dalam penyampaian materi kesehatan reproduksi yang menarik dan mudah diterima oleh siswi. Guru sering kali menghadapi hambatan baik dari sisi kurikulum maupun kesiapan siswi untuk membicarakan isu yang dianggap tabu. Berdasarkan observasi awal yang dilakukan peneliti, sebagian besar siswi merasa malu dan enggan bertanya ketika topik menstruasi dibahas di kelas, serta menunjukkan pemahaman yang kurang tepat mengenai manajemen kebersihan menstruasi.

Studi pendahuluan pada 30 siswi kelas VII SMP Negeri 3 Kota Probolinggo menunjukkan bahwa hanya 36% siswi yang memiliki pemahaman cukup mengenai menstruasi, sementara siswanya belum memahami proses biologis maupun cara menjaga kebersihan saat menstruasi dengan benar. Dari sisi sikap, 58% siswi masih menunjukkan respons negatif seperti merasa jijik, malu, atau takut saat membicarakan tentang menstruasi. Kondisi ini mengindikasikan perlunya pendekatan edukatif yang lebih menarik dan ramah remaja.

Penggunaan media edutainment dalam pembelajaran dapat menjawab tantangan tersebut. Media ini memungkinkan

penyampaian informasi dengan cara yang lebih visual dan emosional, sehingga dapat memperkuat pemahaman dan membentuk sikap positif siswi terhadap pengalaman biologisnya. Selain itu, edutainment juga dapat membantu meningkatkan self-efficacy siswi karena mampu menyampaikan pesan yang menggugah kepercayaan diri dan kesiapan menghadapi menarche.

Di Surabaya menunjukkan bahwa pemberian edukasi menarche melalui video animasi meningkatkan self-efficacy sebesar 25% dibandingkan metode ceramah (Alzahrani 2025; Schlosser and Paetsch 2023). Hasil serupa juga ditemukan dalam studi oleh P AGUSTINI, Y Yuniarti, E Eliana, DE Nugraheni (2021), di mana penggunaan drama interaktif sebagai media edutainment meningkatkan pemahaman dan sikap positif terhadap menstruasi secara signifikan pada siswi kelas VII (AGUSTINI et al. 2021).

Mengacu pada hasil-hasil penelitian tersebut, dapat diasumsikan bahwa media edutainment memiliki potensi besar dalam membentuk pemahaman yang lebih kuat dan sikap yang lebih positif terhadap menstruasi, serta meningkatkan self-efficacy remaja perempuan dalam menghadapi menarche (Hasanah, Rahman, and Khotimah 2024). Dalam kerangka teori Bandura tentang self-efficacy, paparan terhadap informasi yang dapat dipercaya dan model perilaku yang positif dapat meningkatkan keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri.

Penelitian ini menjadi penting karena menyoroti tiga komponen penting sekaligus: (1) meningkatkan pengetahuan siswi tentang menstruasi, (2) membentuk sikap positif terhadap proses alami tersebut, dan (3) memperkuat self-efficacy siswi dalam menghadapi menarche melalui pendekatan edutainment. Ketiganya merupakan elemen kunci dalam menciptakan remaja perempuan yang sehat secara fisik maupun psikologis.

Dengan demikian, tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis efektivitas media edutainment terhadap self-efficacy siswi dalam menghadapi menarche ditinjau dari aspek pengetahuan dan sikap tentang menstruasi. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi landasan dalam pengembangan program edukasi kesehatan

reproduksi di sekolah dengan pendekatan yang lebih ramah, kreatif, dan berdampak jangka panjang.

2 Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan **kuantitatif** dengan jenis penelitian **quasi-eksperimen** atau eksperimen semu. Metode ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengetahui pengaruh suatu perlakuan terhadap subjek tanpa harus melakukan randomisasi secara penuh. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah **pretest-posttest with control group design**, yaitu desain eksperimen di mana terdapat dua kelompok, yakni kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kedua kelompok diberikan pretest untuk mengukur kondisi awal. Setelah itu, kelompok intervensi mendapatkan perlakuan berupa **edukasi menarche menggunakan media edutainment**, sedangkan kelompok kontrol tidak menerima perlakuan apa pun. Kemudian, kedua kelompok diberi posttest untuk mengetahui perbedaan hasil setelah intervensi.

Desain penelitian ini dapat dijelaskan secara skematis sebagai berikut:

- **Kelompok Intervensi:** O1 → X → O2
- **Kelompok Kontrol:** O1 → - → O2

Di mana O1 menunjukkan pretest, X menunjukkan perlakuan berupa media edutainment, dan O2 adalah posttest. Desain ini digunakan untuk mengetahui efektivitas perlakuan terhadap peningkatan self-efficacy siswi dalam menghadapi menarche, dengan mempertimbangkan aspek pengetahuan dan sikap terhadap menstruasi.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII di SMP Negeri 3 Kota Probolinggo. Populasi ini dipilih karena mereka berada pada fase usia pubertas awal yang sangat relevan untuk diberikan edukasi menarche. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah **total sampling**, yaitu seluruh anggota populasi dijadikan sampel karena jumlahnya relatif kecil dan karakteristiknya homogen. Total sampel sebanyak **60 orang**, yang terdiri dari **30 siswi untuk kelompok intervensi** dan **30 siswi untuk kelompok kontrol**.

Desain eksperimen penelitian ini dirangkum dalam Tabel berikut:

Tabel 1. Desain Eksperimen

Kelompok	Pret est (O1)	Perlakuan (X)	Posttest (O2)	Jumlah Responden
Kelompok Intervensi	Ya	Media Edutainment	Ya	30
Kelompok Kontrol	Ya	-	Ya	30

Untuk mengumpulkan data, digunakan instrumen berupa **angket skala Likert**. Instrumen ini dirancang untuk mengukur tiga variabel utama: (1) pengetahuan tentang menstruasi, (2) sikap terhadap menstruasi, dan (3) self-efficacy dalam menghadapi menarche. Setiap variabel dijabarkan ke dalam sejumlah indikator yang relevan berdasarkan literatur dan teori yang berlaku. Masing-masing indikator diukur melalui serangkaian pernyataan positif dan negatif yang disesuaikan dengan kondisi psikososial remaja perempuan.

Rincian variabel dan indikator pengukuran dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Operasional Variabel Penelitian

Variabel	Indikator	Skala Pengukuran	Jumlah Item
Pengetahuan tentang Menstruasi	Pemahaman fisiologi menstruasi, mitos dan fakta menstruasi	Likert (1-5)	10
Sikap terhadap Menstruasi	Respons emosional, kenyamanan berdiskusi, persepsi terhadap haid	Likert (1-5)	10
Self-Efficacy	Keyakinan diri dalam menghadapi	Likert (1-5)	10

menarche, kesiapan mengelola emosi

Skor angket disusun dalam bentuk skala 1 hingga 5, dengan kategori: **Sangat Tidak Setuju (1), Tidak Setuju (2), Netral (3), Setuju (4), dan Sangat Setuju (5)**. Sebelum digunakan secara penuh, instrumen ini telah melalui uji validitas isi oleh pakar di bidang kesehatan dan pendidikan serta diuji reliabilitasnya pada sampel terbatas yang memiliki karakteristik serupa dengan populasi penelitian.

Prosedur penelitian terdiri atas lima tahap utama: (1) **Persiapan**, meliputi penyusunan instrumen, pengembangan media edutainment (berupa video animasi edukatif), serta koordinasi dengan pihak sekolah; (2) **Pretest**, yaitu pengukuran awal tingkat pengetahuan, sikap, dan self-efficacy pada kedua kelompok; (3) **Pelaksanaan Intervensi**, hanya pada kelompok intervensi, yaitu berupa edukasi menarche menggunakan media edutainment selama tiga sesi (masing-masing ±45 menit) secara interaktif; (4) **Posttest**, untuk mengukur perubahan pada kedua kelompok setelah intervensi dilakukan; dan (5) **Dokumentasi dan Evaluasi**, mencakup catatan observasi partisipatif dan dokumentasi visual selama proses edukasi.

Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik non-parametrik karena data yang diperoleh berupa data ordinal dari skala Likert. Analisis dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS versi terbaru. Untuk menguji perbedaan nilai antara pretest dan posttest dalam kelompok yang sama digunakan **uji Wilcoxon**, sedangkan untuk menguji perbedaan antara kelompok intervensi dan kontrol digunakan **uji Mann-Whitney U**. Tingkat signifikansi ditetapkan pada $\alpha = 0,05$. Hasil pengujian statistik akan menjadi dasar untuk menyimpulkan efektivitas media edutainment dalam meningkatkan self-efficacy siswi terhadap menarche.

Melalui metode ini, penelitian diharapkan dapat memberikan bukti empiris mengenai efektivitas pendekatan edutainment dalam konteks pendidikan kesehatan reproduksi remaja. Selain itu, hasilnya juga diharapkan dapat menjadi rujukan bagi sekolah dan instansi terkait dalam merancang strategi edukasi yang lebih inovatif dan ramah terhadap kebutuhan siswi di masa pubertas.

3 Hasil dan Diskusi

Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas media edutainment dalam meningkatkan self-efficacy siswi dalam menghadapi menarche, dengan mempertimbangkan dua variabel pendukung, yaitu tingkat pengetahuan dan sikap terhadap menstruasi. Pengumpulan data dilakukan melalui metode pretest dan posttest, yang diberikan kepada dua kelompok responden, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi menerima perlakuan berupa edukasi tentang menarche menggunakan media edutainment, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan apa pun selama proses penelitian.

Setelah dilakukan proses intervensi selama tiga sesi, hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang sangat signifikan pada skor rata-rata self-efficacy, pengetahuan, dan sikap dalam kelompok intervensi. Sebaliknya, pada kelompok kontrol, peningkatan nilai tidak signifikan secara statistik dan cenderung stagnan.

Berikut ini adalah ringkasan data hasil pretest dan posttest dari masing-masing kelompok:

Tabel 1. Hasil Pretest dan Posttest Kelompok Intervensi dan Kontrol

Kelompok	Waktu	Rata Rata Self-Efficacy	Rata Rata Pengetahuan	Rata Rata Sikap
Intervensi	Pretest	62.5	59.0	60.5
Intervensi	Posttest	84.3	83.7	81.9
Kontrol	Pretest	61.8	58.2	61.1
Kontrol	Posttest	65.2	60.4	63.0

Interpretasi:

1. **Self-Efficacy:** Terdapat peningkatan signifikan dalam kelompok intervensi dari skor rata-rata 62,5 menjadi 84,3 setelah intervensi. Ini menunjukkan bahwa media edutainment mampu meningkatkan rasa percaya diri siswi dalam menghadapi menarche.
2. **Pengetahuan:** Peningkatan dari 59,0 ke 83,7 menunjukkan bahwa materi yang disampaikan melalui media edutainment efektif dalam membentuk pemahaman konseptual tentang menstruasi.
3. **Sikap:** Skor sikap meningkat dari 60,5 menjadi 81,9, yang mengindikasikan adanya perubahan dalam cara siswi memandang dan menyikapi pengalaman menarche setelah diberikan pemahaman yang komprehensif dan empatik melalui media.

Interpretasi dari data penelitian menunjukkan bahwa intervensi menggunakan media edutainment memberikan dampak yang signifikan terhadap peningkatan *self-efficacy*, pengetahuan, dan sikap siswi dalam menghadapi menarche. Pada aspek *self-efficacy*, terjadi peningkatan skor rata-rata dari 62,5 pada saat pretest menjadi 84,3 setelah diberikan intervensi. Hal ini menggambarkan bahwa media edutainment berperan secara efektif dalam menumbuhkan rasa percaya diri siswi untuk menghadapi proses biologis alami tersebut, termasuk dalam mengelola emosi, kesiapan mental, dan tindakan yang diperlukan selama menstruasi pertama. Peningkatan ini menunjukkan bahwa representasi visual dan narasi interaktif dalam media edutainment mampu membentuk persepsi positif terhadap kemampuan diri sendiri, sebagaimana diteorikan oleh Bandura dalam konsep *self-efficacy*. Selanjutnya, peningkatan skor pengetahuan dari 59,0 menjadi 83,7 menegaskan bahwa materi yang dikemas secara menarik dan kontekstual mampu menyampaikan informasi secara jelas, tepat, dan mudah dipahami oleh siswi. Hal ini mencerminkan keberhasilan media edutainment dalam membentuk pemahaman konseptual yang kuat mengenai aspek biologis, higienitas, dan mitos-mitos seputar menstruasi. Terakhir, perubahan pada variabel sikap dari 60,5 menjadi 81,9 mengindikasikan pergeseran cara pandang

siswi terhadap menarche. Setelah mendapatkan edukasi yang empatik dan menyeluruh, siswi menunjukkan respons emosional yang lebih terbuka, menerima, dan positif dalam menyikapi pengalaman menstruasi pertamanya. Kombinasi dari peningkatan ketiga aspek ini membuktikan bahwa media edutainment tidak hanya berfungsi sebagai alat bantu belajar, tetapi juga sebagai sarana transformasi sikap dan psikologis yang konstruktif pada remaja perempuan.

Sementara pada kelompok kontrol, perbedaan antara pretest dan posttest hanya berkisar antara 2 sampai 3 poin, yang tidak menunjukkan pengaruh berarti terhadap perkembangan pengetahuan, sikap, maupun *self-efficacy*.



Gambar 1. Grafik Perbandingan Self-Efficacy Kelompok Intervensi dan Kontrol

Grafik menunjukkan bahwa skor *self-efficacy* kelompok intervensi meningkat tajam setelah intervensi, sementara kelompok kontrol hanya mengalami peningkatan kecil. Hal ini memberikan bukti empiris tentang pengaruh signifikan dari pendekatan media edutainment dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Diskusi

1. Efektivitas Media Edutainment terhadap Self-Efficacy

Media edutainment menggabungkan unsur edukasi dan hiburan dalam bentuk visual, suara, dan narasi yang mampu menyentuh aspek emosional dan kognitif peserta didik secara bersamaan. Hal ini sejalan dengan prinsip pembelajaran multimodal yang dikemukakan oleh Mayer (2009), di mana peserta didik akan lebih mudah memahami dan mengingat informasi jika disajikan dalam bentuk visual dan audio secara simultan.

Dalam konteks penelitian ini, pendekatan edutainment mampu meningkatkan *self-efficacy* siswi terhadap menarche karena media yang digunakan menampilkan representasi visual tokoh remaja perempuan yang mengalami menarche dan berhasil menghadapinya. Pengalaman vicarious atau pembelajaran melalui pengamatan yang dikemukakan oleh Bandura (1997) menjadi relevan dalam menjelaskan bagaimana siswi yang menyaksikan cerita tersebut merasa bahwa dirinya pun mampu menghadapi pengalaman serupa.

Peningkatan *self-efficacy* sangat penting, karena remaja yang percaya diri dalam menghadapi menarche cenderung lebih siap secara psikologis dan tidak mengalami kecemasan berlebihan. Mereka juga akan lebih mampu mengelola diri, menjaga kebersihan, dan mencari bantuan atau informasi bila diperlukan.

2. Peningkatan Pengetahuan dan Pemahaman tentang Menstruasi

Salah satu kendala utama yang dihadapi oleh remaja perempuan dalam menyambut menarche adalah kurangnya informasi yang akurat. Banyak dari mereka hanya mendapatkan informasi dari teman sebaya, media sosial, atau bahkan mitos yang menyesatkan. Melalui media edutainment, siswi tidak hanya memperoleh informasi yang benar, tetapi juga disajikan secara menarik, sehingga mendorong keterlibatan emosional dan minat belajar.

Pengetahuan yang meningkat pasca intervensi menunjukkan bahwa konten visual seperti animasi, infografis, dan cerita pendek efektif digunakan dalam menyampaikan informasi medis dan biologis yang biasanya dianggap kaku atau membosankan jika disampaikan secara konvensional.

3. Pembentukan Sikap Positif terhadap Menstruasi

Sikap terhadap menstruasi tidak terbentuk hanya dari informasi, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh cara informasi itu disampaikan. Pendekatan edutainment yang mengangkat sisi empati, penerimaan diri, dan pemberdayaan perempuan berkontribusi dalam membentuk persepsi yang positif dan sehat terhadap menarche.

Sikap yang positif ditandai dengan hilangnya rasa malu, keengganan untuk

berdiskusi, dan munculnya keberanian siswi untuk berbicara, bertanya, dan berbagi pengalaman terkait menstruasi. Hal ini menjadi penting karena sikap yang positif akan menjadi fondasi untuk perilaku sehat jangka panjang.

4. Perbandingan dengan Kelompok Kontrol

Data pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa tanpa adanya intervensi edukatif yang menarik dan sistematis, perubahan yang terjadi dalam hal pengetahuan, sikap, dan *self-efficacy* sangat kecil. Hal ini memperkuat temuan bahwa pemberian informasi secara pasif atau tidak terstruktur tidak memberikan dampak yang berarti, terutama pada isu-isu sensitif seperti kesehatan reproduksi. Dengan demikian, pendekatan pembelajaran berbasis edutainment terbukti lebih unggul dalam mengatasi tantangan komunikasi dan psikologis yang selama ini menjadi penghalang utama dalam pendidikan kesehatan remaja.

Implikasi dan Relevansi Penelitian

Hasil penelitian ini memberikan sejumlah implikasi penting yang dapat menjadi bahan pertimbangan bagi berbagai pihak yang terlibat dalam pengembangan pendidikan kesehatan reproduksi remaja, baik di tingkat sekolah, lembaga pendidikan tinggi, maupun pembuat kebijakan di tingkat daerah dan nasional. Pertama, dari perspektif **lembaga pendidikan formal**, khususnya sekolah menengah pertama, penggunaan media edutainment dapat menjadi alternatif strategis dalam penyampaian materi yang selama ini dianggap tabu, sensitif, atau kurang diminati seperti topik menstruasi, pubertas, dan kesehatan reproduksi. Materi semacam ini sering kali hanya disampaikan secara formal melalui kurikulum biologi atau pendidikan jasmani, dan bahkan tidak jarang hanya bersifat teoritis dan minim pendekatan psikososial. Dengan adanya media edutainment yang dikemas dalam bentuk visual menarik, narasi remaja yang relatable, serta pendekatan humanistik dan inklusif, siswa merasa lebih terlibat, tidak dihakimi, dan lebih nyaman dalam menyerap informasi. Implikasi ini menunjukkan bahwa sekolah perlu membuka diri terhadap inovasi pembelajaran yang menyentuh dimensi emosional dan sosial siswa, terutama pada fase perkembangan yang sangat rentan

seperti masa pubertas. Selain itu, pendekatan ini juga mendukung visi Kurikulum Merdeka yang mendorong pembelajaran berbasis proyek dan konteks kehidupan nyata siswa.

Kedua, bagi **guru bimbingan konseling (BK)** serta guru mata pelajaran yang relevan seperti biologi atau pendidikan kesehatan, hasil penelitian ini menjadi rujukan bahwa materi-materi terkait pubertas dan psikologi remaja sebaiknya tidak hanya disampaikan melalui ceramah satu arah, tetapi dikembangkan dalam bentuk yang lebih interaktif. Interaktivitas menjadi kata kunci dalam menjembatani kebutuhan emosional siswa terhadap topik-topik sensitif. Guru BK, yang secara langsung berhadapan dengan dinamika psikologis siswa, dapat memanfaatkan video, animasi, drama pendek, atau permainan edukatif sebagai media konseling dan edukasi. Media ini terbukti lebih efektif dalam meningkatkan partisipasi aktif siswa, membangun suasana yang suportif, dan mengurangi resistensi siswa dalam berbicara mengenai pengalaman pribadi seperti menarche. Bahkan, pendekatan edutainment dapat diintegrasikan ke dalam program layanan dasar atau layanan responsif dalam struktur layanan BK. Guru BK juga dapat menjalin kolaborasi dengan guru mata pelajaran lain untuk menyampaikan materi secara tematik dan lintas disiplin, misalnya menyatukan antara aspek biologi menstruasi dengan aspek emosional dan sosial remaja yang diangkat melalui cerita visual.

Ketiga, dari sudut pandang **pemerintah daerah**, baik Dinas Pendidikan maupun Dinas Kesehatan, temuan ini menekankan pentingnya kebijakan yang mendukung penyusunan modul edukasi pubertas dan kesehatan reproduksi yang tidak hanya berbasis pada sains dan medis, tetapi juga berbasis budaya lokal serta pendekatan pedagogis modern. Pemerintah daerah dapat menyusun program atau modul berbasis sekolah yang menyertakan media edutainment sebagai bagian dari Gerakan Sekolah Sehat atau program kesehatan remaja lainnya. Modul yang dikembangkan bisa melibatkan konten lokal, bahasa daerah, atau cerita yang berasal dari lingkungan sekitar siswa agar lebih mudah dipahami dan diterima. Dengan memasukkan konten berbasis nilai-nilai lokal dan agama,

pendekatan ini juga akan lebih diterima oleh orang tua dan masyarakat yang selama ini mungkin menolak pembahasan terbuka tentang menstruasi karena dianggap tidak pantas. Pemerintah daerah juga dapat menggandeng lembaga penyiaran lokal, studio animasi, atau mahasiswa kampus desain dan komunikasi untuk menciptakan konten edukatif yang kontekstual dan sesuai kebutuhan daerah masing-masing. Kolaborasi lintas sektor ini akan menciptakan ekosistem pendidikan kesehatan reproduksi yang terintegrasi dan berkelanjutan.

Selanjutnya, bagi **peneliti dan akademisi**, studi ini membuka ruang eksplorasi yang sangat luas dalam pengembangan pendekatan pembelajaran berbasis edutainment. Salah satu arah penelitian lanjutan yang sangat potensial adalah memperluas cakupan subjek penelitian tidak hanya terbatas pada siswa sekolah menengah, tetapi juga siswa laki-laki, siswa sekolah dasar, bahkan kelompok masyarakat dewasa yang juga membutuhkan literasi kesehatan reproduksi. Selain itu, jenis media interaktif yang digunakan dalam pendekatan edutainment dapat divariasikan dan dikaji lebih lanjut efektivitasnya. Misalnya, penggunaan **game edukatif** berbasis mobile, simulasi virtual reality (VR), atau pembelajaran berbasis augmented reality (AR) yang mulai banyak digunakan dalam pendidikan di berbagai negara maju. Penelitian juga dapat difokuskan pada komparasi antar media: apakah video animasi lebih efektif daripada komik digital, atau apakah pendekatan teater remaja lebih berdampak dibandingkan media sosial interaktif. Peneliti juga bisa meneliti dampak jangka panjang dari media edutainment ini terhadap perilaku nyata siswa dalam menjaga kebersihan menstruasi, membangun hubungan sosial yang sehat, atau mengatasi kecemasan menghadapi pubertas. Dengan kata lain, pendekatan edutainment memiliki potensi menjadi kerangka metodologis baru dalam pendidikan kesehatan berbasis partisipatif dan konstruktif.

Lebih jauh, implikasi dari penelitian ini juga menyentuh dimensi **kesetaraan gender dan pemberdayaan remaja perempuan**. Dengan meningkatnya self-efficacy remaja perempuan dalam menghadapi menarche, maka secara tidak langsung mereka telah

diberdayakan untuk memahami tubuh mereka sendiri dan mampu mengambil keputusan yang lebih tepat dalam merawat dirinya. Di tengah maraknya kasus perundungan, pelecehan, dan rendahnya literasi kesehatan reproduksi di kalangan remaja Indonesia, media edutainment dapat menjadi alat transformasi sosial yang kuat. Hal ini sekaligus mendorong pemangku kepentingan untuk meninjau kembali peran sekolah dalam mendidik siswa tidak hanya secara akademik, tetapi juga secara afektif dan sosial.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini memiliki dampak yang tidak hanya terbatas pada peningkatan skor pengetahuan atau self-efficacy semata, tetapi juga membuka peluang untuk reformulasi pendekatan pembelajaran, pengembangan modul edukatif, dan inovasi kebijakan pendidikan yang lebih responsif terhadap kebutuhan remaja masa kini. Implikasi ini menunjukkan bahwa media edutainment bukan hanya alat bantu ajar, tetapi merupakan pendekatan strategis dalam membangun generasi muda yang sehat, percaya diri, dan siap menghadapi tantangan perkembangan diri secara konstruktif.

4 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media edutainment secara signifikan efektif dalam meningkatkan *self-efficacy* siswi dalam menghadapi menarche di SMP Negeri 3 Kota Probolinggo, yang ditinjau dari aspek pengetahuan dan sikap terhadap menstruasi. Peningkatan rerata skor self-efficacy, pengetahuan, dan sikap yang jauh lebih tinggi pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol menunjukkan bahwa pendekatan edukatif berbasis edutainment tidak hanya mampu menyampaikan informasi secara menarik, tetapi juga memengaruhi cara pandang dan kepercayaan diri remaja perempuan dalam memahami serta menyikapi perubahan biologisnya. Dengan menggabungkan unsur pendidikan dan hiburan dalam bentuk media visual yang kontekstual dan empatik, edutainment terbukti mampu menumbuhkan keterlibatan emosional dan kognitif siswa secara menyeluruh. Oleh karena itu, pendekatan ini

direkomendasikan sebagai strategi pembelajaran yang inovatif dan relevan dalam pendidikan kesehatan reproduksi remaja, baik di lingkungan sekolah maupun komunitas yang lebih luas.

5 Referensi

- AGUSTINI, PERTIWI, Yuniarti Yuniarti, Eliana Eliana, Diah Eka Nugraheni, and Desi Widiyanti. 2021. "Pengaruh Edukasi Dengan Media Ludo King Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Dalam Upaya Pencegahan Seks Pranikah Diwilayah Kerja Puskesmas Basuki Rahmat Kota Bengkulu Tahun 2021."
- Aini, Lutfia Nur. 2024. "PERAN UNFPA DAN UNICEF DALAM PEMENUHAN DAN PENINGKATAN KESEHATAN SEKSUAL REPRODUKSI PEREMPUAN DAN ANAK PEREMPUAN DI INDONESIA MELALUI PROGRAM."
- Alzahrani, F. M. 2025. "Effectiveness of Animation as a Learning Tool in Applied Medical Sciences Education: A Comparative Cross-Sectional Study among University Students." *Pakistan Journal of Medical Sciences* 41(4):1116–20. doi: 10.12669/pjms.41.4.11204.
- Aprianto, Muhammad Ridho Fajar. 2022. "Peran Guru Pai Dalam Mencegah Perilaku Negatif Siswa Pada Masa Pubertas (Studi Deskriptif) Di SMP Negeri 1 Jenangan."
- Blom, V., E. Drake, L. V Kallings, M. M. Ekblom, and C. F. J. Nooijen. 2021. "The Effects on Self-Efficacy, Motivation and Perceived Barriers of an Intervention Targeting Physical Activity and Sedentary Behaviours in Office Workers: A Cluster Randomized Control Trial." *BMC Public Health* 21(1). doi: 10.1186/s12889-021-11083-2.
- Celcima, D., F. Osmani, E. K. Bardhi, and E. M. Icka. 2024. "THE RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC MOTIVATION AND SELF-EFFICACY IN UNDERGRADUATE STUDENTS: KOSOVO CASE." *Revista de Gestao Social e Ambiental* 18(1). doi: 10.24857/rgsa.v18n1-193.
- Escobar, M., H. M. Majewski, M. Qazi, and Y. Rawajfih. 2022. "Self-Efficacy in STEM." Pp. 388–94 in *International Encyclopedia of Education: Fourth Edition*.
- Fariqoini, Ayyul, Setiyo Adi Nugroho, and Sri Astutik Andayani. 2024. "Efektivitas Tapid Sponge Dan Foot Bath Terhadap Nyeri Desminorea Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Miftahul Ulum Wongsorejo Banyuwangi." *TRILOGI: Jurnal Ilmu Teknologi, Kesehatan, Dan Humaniora* 5(1):20–28. doi: <https://doi.org/10.33650/trilogi.v5i1.73>

- 00.
- Firdaus, Moh Akbar, and Rr Nanik Setyowati. 2022. "PERNIKAHAN DINI AKIBAT PEMALSUAN UMUR STUDI KASUS DI DESA PANGELAN KEC. SAMPANG KAB. SAMPANG: PERNIKAHAN DINI AKIBAT PEMALSUAN UMUR." *Kajian Moral Dan Kewarganegaraan* 10(3):698-712. doi: <https://doi.org/10.26740/kmkn.v10n3.p698-712>.
- Hasanah, Nurul, Handono Fatkhur Rahman, and Husnul Khotimah. 2024. "Hubungan Family Support, Self Care, Dan Self Efficacy Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien DM Di Puskesmas Kraksaan." *TRILOGI: Jurnal Ilmu Teknologi, Kesehatan, Dan Humaniora* 5(3):408-16. doi: <https://doi.org/10.33650/trilogi.v5i3.8755>.
- Khairani, Aulia, Muhammad Husni Ritonga, and Faisal Riza. 2023. "Analisis Konten Pendidikan Seksualitas Bagi Para Remaja Pada Akun Instagram@ Tabu. Id." *SIBATIK JOURNAL: Jurnal Ilmiah Bidang Sosial, Ekonomi, Budaya, Teknologi, Dan Pendidikan* 2(4):1107-16. doi: <https://doi.org/10.54443/sibatik.v2i4.724>.
- Kyegombe, N., T. Zuma, S. Hlongwane, M. Nhlenyama, N. Chimbindi, I. Birdthistle, S. Floyd, J. Seeley, and M. Shahmanesh. 2022. "A Qualitative Exploration of the Salience of MTV-Shuga, an Edutainment Programme, and Adolescents' Engagement with Sexual and Reproductive Health Information in Rural KwaZulu-Natal, South Africa." *Sexual and Reproductive Health Matters* 30(1). doi: 10.1080/26410397.2022.2083809.
- Schlosser, A., and J. Paetsch. 2023. "The Role of Emotion and Reflection in the Development of Student Teachers' Self-Efficacy When Analyzing Video Lessons." *Frontiers in Psychology* 14. doi: 10.3389/fpsyg.2023.1080883.
- Sihotang, Quinta Geledis Elisabeth. n.d. "HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN KECEMASAN REMAJA PUTRI KELAS VIII DI SMP NEGERI 3 PEMATANG SIANTAR TAHUN 2021."
- Suherman, Ai Rita. 2023. "Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Siklus Menstruasi Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Sukaresmi."
- Tan, Felicia Clara Jun Hui, Prawira Oka, Hajira Dambha-Miller, and Ngiap Chuan Tan. 2021. "The Association between Self-Efficacy and Self-Care in Essential Hypertension: A Systematic Review." *BMC Family Practice* 22:1-12. doi: <https://doi.org/10.1186/s12875-021-01391-2>.
- Utami, Dinny Sri. 2022. "Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Pada Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smp Negeri 1 Cimalaka." *JIKSA-Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April* 4(1):48-56.
- Warner, L. M., and R. Schwarzer. 2020. "Self-Efficacy and Health." P. V2:605-V2:613 in *The Wiley Encyclopedia of Health Psychology: Biological Bases of Health Behavior: Volume 1, The Social Bases of Health Behavior: Volume 2, Clinical Health Psychology and Behavioral Medicine: Volume 3, Special Issues in Health Psychology: Volume 4*.