

**Efektifitas Aplikasi Kalender Menstruasi Terhadap  
Pengetahuan Remaja Putri**

**Destia Ayu Cahya Rosyida**

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Jl. Dukuh Menanggal XII/04 Surabaya Indonesia  
destia@unipasby.ac.id, aniklatifah@unipasby.ac.id

**ABSTRAK**

Kejadian hamil diluar nikah adalah salah satu contoh akibat pemahaman , pengetahuan, sikap dan pengetahuan yang masih kurang tentang kesehatan reproduksi. Salah satu upaya peningkatan pemahaman tersebut dikenalkan banyak cara tentang kesehatan reproduksi salah satunya mengenalkan cara mengetahui siklus menstruasi. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 20 februari 2019 di kelurahan gunung anyar dari 10 orang remaja putri tidak mengerti tentang kalender menstruasi. 7 tidak mengerti sama sekali , 3 hanya pernah dengar tentang kalender menstruasi tetapi tidak paham .Sehingga banyak dari mereka yang tidak memperhatikan siklus menstruasi. Maka dari itu peneliti ingin meneliti “Efektifitas Aplikasi Kalender Menstruasi terhadap Pengetahuan Remaja Putri di Kelurahan Gunung Anyar Kota Surabaya. Tujuan Penelitian ini adalah Mengetahui Efektifitas Aplikasi Kalender Menstruasi terhadap Pengetahuan Remaja Putri. Termasuk penelitian kuantitatif, desain penelitian (*Quasi Eksperiment Design*), rancangan *one groups comparasion pretest-posttest design*. Pada desain ini dilakukan perlakuan, kemudian diperbandingkan keadaan sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan, uji statistik menggunakan Wilcoxon Signed Ranks Test. Hasil analisis bivariat dengan Wilcoxon Signed Ranks Test menunjukkan Aplikasi Kalender Menstruasi efektif dengan nilai  $p=0,000$  terhadap pengetahuan remaja putri.

**Kata Kunci:** Kalender Menstruasi, Pengetahuan, Remaja Putri

**ABSTRACT**

*Out of wedlock pregnancy is an example of the lack of understanding, knowledge, attitudes and behavior regarding reproductive health. One effort to increase understanding is by introducing many ways about reproductive health, one of which is by introducing the way to know the menstrual cycle. Based on the results of a preliminary study conducted on February 20, 2019 at Gunung Anyar village, 10 adolescent girls did not understand the menstrual calendar, 7 did not understand at all, 3 had only heard about the menstrual calendar but did not understand. So many of them did not pay attention to the menstrual cycle. Therefore the researcher is interested to observe the "Effectiveness of Menstrual Calendar Application on Adolescent Girls' Knowledge at Gunung Anyar Village, Surabaya. This study aims to Know the Effectiveness of Menstrual Calendar Application on Adolescent Girls' Behavior. It was a quantitative study using Quasi Experiment with one group comparation pretest-posttest design. In this design the treatment is carried out, then the conditions before and after the treatment are compared. The statistical test used the Wilcoxon Signed Ranks Test. The results of the bivariate analysis using Wilcoxon Signed Ranks Test showed that Menstrual Calendar application was effective on adolescent girls' knowledge with a p value of 0.000.*

**Keywords:** Application, Menstrual Calendar, Knowledge

## Pendahuluan

Data kependudukan sangat penting dan mempunyai arti strategis dalam pembangunan khususnya di bidang kesehatan, hampir semua kegiatan pembangunan kesehatan obyeknya adalah masyarakat atau penduduk. Jumlah penduduk Surabaya tahun 2016 adalah 2.862.406 jiwa meliputi jumlah penduduk laki-laki 1.414.025 jiwa dan jumlah penduduk perempuan 1.448.381 jiwa dengan rasio jenis kelamin 97,63 dengan kepadatan penduduk 8.770 jiwa/km<sup>2</sup>. Jumlah remaja putri 70.250.528 (DepKes Jatim Surabaya 2016).

Remaja memiliki rasa keingintahuan yang besar dan cenderung ingin mengeksplorasi dunia. Seringkali hasrat untuk menjelajahi segala hal ini tidak dibarengi dengan pertimbangan yang matang, hingga terkadang tindakan-tindakannya berisiko tinggi baik bagi diri sendiri, orang lain, dan lingkungan di sekitarnya (Anonim, 2010). Apabila tidak diberi perhatian dan dibiarkan tanpa pengawasan, perbuatan berisiko ini dapat memunculkan berbagai masalah. Salah satu masalah yang bisa timbul akibat pengetahuan tersebut adalah masalah kesehatan reproduksi (Almawaliy, 2010).

Kejadian hamil diluar nikah adalah salah satu contoh akibat pemahaman, pengetahuan, sikap dan perilaku yang masih kurang tentang kesehatan reproduksi (Sarwono, 2014). Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja akan merugikan remaja itu sendiri dan juga keluarga, sebab masa ini remaja mengalami perkembangan yang penting yaitu kognitif, emosi, sosial dan spiritual (Susanti, 2014). Salah satu upaya peningkatan pemahaman tersebut dikenalkan banyak cara tentang kesehatan reproduksi salah satunya mengenalkan cara mengetahui siklus menstruasi (BKKBN, 2015).

Kesehatan reproduksi sering disalah artikan secara sempit hanya sebagai hubungan seksual saja, sehingga banyak orang tua yang merasa bahwa topik pembicaraan ini tidak pantas untuk dibicarakan dengan remaja (Ali Imron, 2014). Padahal, kesehatan reproduksi merupakan keadaan kesehatan fisik, mental,

dan sosial yang sangat penting untuk dimengerti oleh remaja, sehingga tidak melulu membahas mengenai hubungan seksual (Jahja, 2011).

Kesehatan reproduksi adalah keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan yang berkaitan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi (Prawirohardjo, 2014). Menstruasi merupakan perdarahan dari uterus yang terjadi secara periodik dan siklik. Hal ini disebabkan karena pelepasan (Deskuamasi) endometrium akibat hormon ovarium (estrogen dan progesteron) mengalami penurunan terutama progesteron, pada akhir siklus ovarium, biasanya dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi (Kusmiran, 2012). Meskipun menstruasi proses alamiah yang dialami oleh perempuan, hal ini menjadi masalah utama Dalam masyarakat jika terjadi gangguan menstruasi (Kollman, 1998).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 20 februari 2019 di kelurahan gunung anyar dari 10 orang remaja putri tidak mengerti tentang kalender menstruasi. 7 tidak mengerti sama sekali, 3 hanya pernah dengar tentang kalender menstruasi tetapi tidak paham. Sehingga banyak dari mereka yang tidak memperhatikan siklus menstruasi. Dijaman yang sekarang dengan kecanggihan teknologi sebetulnya memudahkan setiap orang untuk memperoleh informasi melalui internet. maka setiap orang sebenarnya bisa menggunakan aplikasi yang ada di handphone. Sehingga setiap remaja bisa mengetahui siklus menstruasi dengan baik dan tahu berapa lama siklus menstruasinya. Maka dari itu peneliti ingin meneliti "Efektifitas Aplikasi Kalender Menstruasi terhadap Pengetahuan Remaja Putri di Kelurahan Gunung Anyar Surabaya.

## Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian (*Quasi Eksperiment Design*) (Dahlan, 2013), dengan rancangan yang digunakan *one groups comparasion pretest-postest design*. Pada desain ini dilakukan perlakuan, kemudian diperbandingkan keadaan

sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan (Sugiyono, 2014).

Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret 2019 – April 2019 di Perumahan Wisma Indah RW 7, Kelurahan Gunung Anyar T, Kecamatan Gunung Anyar Kota Surabaya.

Populasi pada penelitian ini adalah semua remaja putri usia 10-22 tahun di Perumahan Wisma Indah RW 7 Kelurahan Gunung Anyar, Kecamatan Gunung Anyar Kota Surabaya.

Sampel minimal yang dibutuhkan dalam penelitian ini menurut (Suharsini, 2006), menyatakan bahwa “apabila subyek kurang dari 100, lebih baik sampel diambil semua sehingga penelitian merupakan penelitian populasi selanjutnya jika jumlah subyek besar dapat diambil antara 10%-15% atau 20%-25% atau lebih”. Oleh karena jumlah populasi kurang dari 100 yaitu sebanyak ± 20 orang/bulan, maka keseluruhan remaja usia 10-22 tahun ada 34 orang.

Analisa data Bivariat, Dalam penelitian ini menggunakan Wilcoxon Signed Ranks Test yaitu salah satu jenis uji berkorelasi yang dilakukan pada dua variabel, yaitu efektivitas aplikasi kalender menstruasi dan pengetahuan remaja putri di mana skala data kedua Nominal adalah nominal (Sugiyono, 2013).

## Hasil dan Pembahasan

### 4.1 Hasil Analisis Karakteristik Responden di Kelurahan Gunung Anyar Kota Surabaya 2019 (n=34).

Karakteristik (n=34)	Perlakuan	
	3 kali	2 kali
<b>Umur Remaja Putri</b>		
Mean ±SD	17,03	15,25
Median	17,00	15,50
Min±max	14±19	14±16
<b>Pendidikan</b>		
SMP	66,7%	33,3%
SMA	100%	0%

**Tabel 4.1** menggambarkan karakteristik responden yang meliputi umur dan pendidikan. Hasil analisis karakteristik responden yang didapatkan rata-rata

usia yang menggunakan aplikasi kalender menstruasi selama 3 kali dalam siklus menstruasi selama 3 bulan berusia 17,03 tahun yaitu masuk dalam kategori remaja akhir 66,7% berpendidikan SMP dan 100% berpendidikan SMA. Kemudian rata-rata usia yang menggunakan aplikasi kalender menstruasi 2 kali dalam 3 kali siklus menstruasi berusia 15,25 tahun yaitu masuk dalam kategori remaja menengah yang 33,3% berpendidikan SMP.

### 4.2 Perubahan Pengetahuan pada Responden di Kelurahan Gunung Anyar Kota Surabaya 2019 (n=34).

Perubahan Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Negatif	11	32,4
Positif	23	67,6
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100</b>

**Tabel 4.2** Menunjukkan Bahwa adanya perubahan pengetahuan pada responden yaitu Perubahan pengetahuan negatif 11 remaja putri (32,4%) dan perubahan pengetahuan positif 23 remaja putri (67,6%).

### 4.3 Hasil Uji Normalitas

Variabel (n=34)	t-statistik	Sig	Ket
Pengetahuan Pre	0,944	0,083	Normal
Pengetahuan Post	0,642	0,001	Tidak normal

**Tabel 4.3** Berdasarkan hasil uji normalitas dengan Shapiro-Wilk didapatkan hasil  $p < 0.05$  artinya distribusi tidak normal. Hal ini bertujuan untuk menentukan analisa bivariat yang akan digunakan Wilcoxon Signed Ranks Test.

#### 4.4 Tabel Efektivitas Pengetahuan Sebelum dan Setelah dilakukan Penggunaan Aplikasi Kalender Menstruasi di Kelurahan Gunung Anyar Kota Surabaya Tahun 2019 (n=34).

Variabel (n=34)	P Value $\alpha =$
	<b>0,05</b>
Pengetahuan Pre- Pengetahuan Post	0,000

**Tabel. 4.4** Hasil analisis bivariat dengan Wilcoxon Signed Ranks Test menunjukkan Aplikasi Kalender Menstruasi efektif dengan nilai  $p=0,000$  terhadap pengetahuan remaja putri.

### Pembahasan

#### Karakteristik Responden

##### 1. Usia

Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi suatu pengetahuan seseorang. Semakin tua usia akan semakin meningkat pengetahuan dan pengetahuan seseorang. Menurut Soeprihanto (2011) seorang yang lebih dewasa cenderung memiliki keterampilan dan kemampuan serta prestasi di dibandingkan dengan usia di bawahnya. Meningkatkan usia seseorang seringkali berbanding lurus dengan pengalaman dan membaiknya kinerja individu. Hasibuan (2015) juga menjelaskan bahwa usia akan memengaruhi kondisi fisik, mental, kemampuan kerja dan tanggung jawab seseorang.

Usia menurut Elizabeth yang dikutip Nursalam (2008), usia adalah umur individu yang dihitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Sedangkan menurut Hucklok (1998) semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir. Pada usia yang relative muda dimungkinkan kurang pengalaman seseorang untuk mendapatkan informasi (Prawirohardjo, 2014), termasuk informasi mengenai pentingnya mengetahui apakah siklus menstruasi lancar atau tidak dan manfaat aplikasi kalender menstruasi.

Responden pada penelitian ini rata-rata apa kategori remaja akhir 17 tahun yang duduk di bangku SMA yang kematangannya sudah terbentuk untuk mengambil keputusan dan pemahaman mengenai aplikasi kalender menstruasi. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan Piaget bahwa proses belajar harus sesuai dengan tahap perkembangan kognitif (Suciati, 2015). Sebagaimana yang dijelaskan oleh Siagian (2011) bahwa semakin bertambah usia akan berkaitan erat dengan pengetahuan dan pengetahuan kedewasaan pribadi. Kedewasaan dalam sisi usia sangat dibutuhkan dalam rangka menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan reproduksi seseorang remaja.

##### 2. Pendidikan.

Karakteristik responden yang berkaitan dengan pendidikan memberikan gambaran bahwa pendidikan berfungsi sebagai sarana pemberdayaan individu meningkatkan pengetahuan dan pengetahuan dalam rangka pengembangan potensi diri dan oleh sebab itu responden memiliki pengetahuan dan pendidikan tinggi akan selalu mengembangkan wawasan dan mengikuti perkembangan khususnya tentang kesehatan reproduksi melalui penggunaan aplikasi kalender menstruasi. Hal ini bisa dilakukan melalui memanfaatkan media yang tersedia karena informasi yang diperoleh lebih banyak.

Hal ini sesuai dengan pendapat Wardhani yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan formal berhubungan dengan pemanfaatan sumber informasi (Desmita & Suryanti, 2015). Pendidikan mempengaruhi daya serap seseorang terhadap informasi yang diterima. Seseorang dengan pendidikan yang lebih tinggi akan lebih matang terhadap proses perubahan pada diri remaja tersebut, sehingga lebih mudah menerima pengaruh luar yang positif. Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Octaviana pada tahun (2017) mengenai gambaran pengetahuan dan pengetahuan remaja mengenai pemeriksaan kesehatan reproduksi di kelurahan Petisah Tengah Sumatra Utara, diperoleh bahwa responden yang

mempunyai pendidikan tinggi mempunyai pemahaman yang lebih baik tentang kesehatan reproduksi. Dengan kata lain tingkat pendidikan mencerminkan intensitas terjadinya proses belajar meskipun kadang hasil tidak sesuai dengan yang diharapkan. Sebagaimana penelitian Imelda pada tahun (2018) yang bertujuan untuk mengetahui pendidikan terhadap pengetahuan dan pengetahuan remaja dalam masalah kesehatan reproduksi didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara tingkat pendidikan remaja terhadap pengetahuan dan pengetahuan remaja mengenai masalah kesehatan reproduksi.

### Hasil Analisis Bivariat

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa ada efektifitas aplikasi kalender menstruasi terhadap pengetahuan remaja putri. Dalam penelitian ini ada perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi, yaitu pemahaman remaja mengenai menstruasi dan kesehatan reproduksi lebih baik atau positif.

Pada penelitian menunjukkan bahwa terdapat perubahan pengetahuan pada responden yaitu Perubahan pengetahuan negatif 11 remaja putri (32,4%) dan perubahan pengetahuan positif 23 remaja putri (67,6%). Pada pengetahuan terdapat perubahan pengetahuan pada responden yaitu pengetahuan negatif 13 remaja putri (38,2%) dan perubahan pengetahuan positif 21 remaja putri (61,8%). Hasil analisis bivariat dengan Wilcoxon Signed Ranks Test menunjukkan Aplikasi Kalender Menstruasi efektif dengan nilai  $p=0,000$  terhadap pengetahuan remaja putri.

### Simpulan

Rata-rata usia responden yaitu 17 tahun yang masuk dalam kategori remaja akhir (66,7%) dan rata-rata pendidikan responden yang aktif menggunakan aplikasi kalender menstruasi yaitu SMA (100%). Pengetahuan remaja putri berpengetahuan positif (61,8%). Adanya Efektifitas Aplikasi Kalender Menstruasi terhadap Pengetahuan Remaja Putri.

Sebaiknya bidan meningkatkan kualitas KIE dan penyuluhan kepada remaja putri pentingnya kesehatan reproduksi. Sebaiknya peneliti lebih mengembangkan metode penyuluhan pemberian informasi dan edukasi mengenai penanganan adanya tanda dan gejala patologis.

### Ucapan Terimakasih

Pada kesempatan ini taklupa peneliti ucapkan terimakasih, kepada :

1. Drs, Djoko Adi Walujo, ST.,M.M,DBA selaku Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya atas kesempatan yang telah diberikan;
2. Dr. Dra. Sukarjati, M.Kes, selaku Kepala LPPM Universitas PGRI Adi Buana Surabaya atas semua bimbingannya;
3. Setiawandari, SST.M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan yang sudah memberikan izin penelitian;
4. Itaqawati Oetami, SE.MM, selaku Lurah Gunung Anyar Surabaya;
5. Bidan Penanggungjawab wilayah Gunung Anyar Surabaya;
6. Semua pihak yang turut membantu dalam menyelesaikan laporan penelitian ini.

### Daftar Pustaka

- Ali Imron. *Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja*. Ar-Ruzz: Yogyakarta. 2014
- Almawaliy, H. (20 Agustus 2010,P.2). Opini Edisi 30: Kesehatan Reproduksi bagi Remaja  
[http://www.rahima.or.id/index.php?option=com\\_content&view=article&id551:opini-edisi-30-kesehatan-reproduksi-bagi-remaja&catid=33:opini-suara-rahima&Itemid=305](http://www.rahima.or.id/index.php?option=com_content&view=article&id551:opini-edisi-30-kesehatan-reproduksi-bagi-remaja&catid=33:opini-suara-rahima&Itemid=305) [online 20 April 2019]
- Anonim. 2009. Remaja Indonesia masih sangat membutuhkan informasi kesehatan reproduksi.  
[http://scbsradio.co.cc/2009/02/remaja-indonesia-masih-sangat-membutuhkan-informasi-kesehatan-reproduksi/\[online\]](http://scbsradio.co.cc/2009/02/remaja-indonesia-masih-sangat-membutuhkan-informasi-kesehatan-reproduksi/[online]) [20 April 2019]
- BKKBN. 2015. Pedoman Pengelolaan Pusat Informasi dan Konseling Remaja dan Mahasiswa. Jakarta: Direktorat Bina Kesehatan Remaja.

- Dahlan.2013. Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel. Jakarta: Salemba Medika.
- Desmita. 2015. *Karakteristik dan persepsi penelitian terhadap sumber daya perpustakaan dan hubungannya dengan pemanfaatan koleksi*. <http://www.pustaka-deptan.go.idpublicationpp14105.pdf>. diunduh 13 Juni 2019
- Hasibun. 2015. *Manajemen Sumber Daya. Edisi Revisi*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Jahja, Yudrik. 2011. *Psikologi Perkembangan*: Jakarta. Kencana.
- Kollman, N. (1998). *Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: Lembaga Konsumen Indonesia.
- Kusmiran, E.2012 *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medik.
- Nursalam, 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*: Jakarta: Salemba Medika.
- Octavia. 2017. *Gambaran pengetahuan ibu mengenai pemeriksaan papsmear di kelurahan petisah tengah*. Fakultas Kedokteran Universitas Sumatra Utara Medan. digilib. Diunduh tanggal 28 Juni 2019.
- Prawirohardjo, Sarwono. 2014. *Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Sarwono. 2014. *Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Siagian .2011. *Manajemen sumber daya manusia*. Jakarta: Bina.
- Soeprihanto, J. 2011. *Penilaian Kinerja dan Pengembangan Karyawan*. Yogyakarta: BPFE
- Suciati. 2015. *Teori belajar dan motivasi*. Dirjen Dikti Departemen Nasional.
- Sugiyono. 2013. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.