

# PENGEMBANGAN PENGGUNAAN MEDIA PUZZEL UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI PADA REMAJA

YusnindarSoamole<sup>1</sup> Siti Nurunnayah, S. ST., M. Kes<sup>2</sup> Sari Ardiyanti, S. ST.,M.  
Keb<sup>2</sup>

---

## INTISARI

**Latar Belakang** :Di Indonesia usia seorang anak perempuan mulai mendapat *menarche* sangat bervariasi, terdapat kecenderungan bahwa saat ini anak mendapatkan menstruasi pada usia yang lebih muda. Ada yang memulai pada saat usia 8 tahun, dan terdapat juga pada usia 16 tahun baru mulai siklusnya. Akan tetapi rata-rata anak indonesia mendapatkan menstruasi pertamanya yaitu pada usia 12 tahun.

**Tujuan** : Untuk mengetahui pengembangan penggunaan media pazzel untuk meningkatkan pengetahuan tentang menstruasi pada remaja di pondok pasantren an nasyath.

**Metode** :Penelitian ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan(*Researh and Development*), yang mengacu pada teori Borg dan yaitu analisis kebutuhan produk, desain produk awal, uji validasi ahli, revisi produk, dan pembuatan produk

**Hasil** : Berdasarkan hasil uji validitas yang terdiri dari (1) Kesesuaian media pembelajaran *puzzelt* dengan KI dan KD, (2) Kebenaran substansi materi berdasarkan refrensi buku, jurnal dan sumber lain, (3) Bermanfaat untuk menambah wawasan remaja, (4) Menimbulkan rasa ingin tahu remaja, (5) Gambar untuk menarik minat membaca, (6) Penggunaan font jelas dan terbaca dengan baik, (7) Kesesuaian bentuk, ukuran dan tata letak, (8) Desain tampilan media *puzzel* untuk keterkaitan belajar mandiri, (9) Kesesuaian bahasa dengan tingkat perkembangan remaja, (10) Kalimat menggunakan bahasan indonesia yang baik dan benar, (11)Peristilahan sesuai dengan apa yang ingin dijelaskan dari 11 item tersebut berdasarkan validasi ahli dinyatakan valid.

**Kesimpulan** Media edukasi berbentuk *puzzel* di kembangkan berdasarkan hasil studi pendahuluan dan bisa diuji valid

**Kata kunci** : Media *puzzel*, menstruasi, remaja

---

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan Universitas Alma Ata Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen Pembimbing Program Studi DIII Kebidanan Universitas Alma Ata Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen Pembimbing Program Studi DIII Kebidanan Universitas Alma Ata Yogyakarta

## THE DEVELOPMENT OF THE USE OF PUZZEL MEDIA TO INCREASE KNOWLEDGE ABOUT MENSTRUATION IN ADOLESCENTS

Yusnindar Soamole<sup>1</sup> Siti Nurunnayah, S. ST., M. Kes<sup>2</sup> Sari Ardiyanti, S. ST.,M. Keb<sup>2</sup>

### ABSTRAK

**Background :** In Indonesia, the age at which a girl begins to receive menarche varies widely, there is a tendency that children are currently menstruating at a younger age. Some start at the age of 8 years, and there are also at the age of 16 years just starting the cycle. However, on average, Indonesian children get their first menstruation at the age of 12 years.

**Purpose :** To find out the development of the use of puzzle media to increase knowledge about menstruation in adolescents in an Nasyath Islamic boarding school.

**Methods:** This study uses research and development methods, which refer to the Borg theory and namely product requirements analysis, initial product design, expert validation tests, product revisions, and product manufacture.

**Results:** Based on the results of the validity test consisting of (1) the suitability of the puzzle learning media with KI and KD, (2) the truth of the substance of the material based on references to books, journals and other sources, (3) Useful for adding insight to teenagers, (4) Generating a sense of curious teenagers, (5) Pictures to attract reading interest, (6) Use of clear and legible fonts, (7) Appropriateness of shape, size and layout, (8) Design of puzzle media display for self-study linkage, (9) The suitability of language with the level of adolescent development, (10) Sentences using good and correct Indonesian language, (11) The terms according to what you want to explain from the 11 items based on expert validation are declared valid.

**Conclusion:** Conclusion: Educational media in the form of a puzzle was developed based on the results of a preliminary study and can be tested valid.

**Keywords:** Puzzle media, menstruation, teenagers.

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan Universitas Alma Ata Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen Pembimbing Program Studi DIII Kebidanan Universitas Alma Ata Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen Pembimbing Program Studi DIII Kebidanan Universitas Alma Ata Yogyakarta

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Diperkirakan di dunia kelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk di dunia. Menurut *World Health Organization* (WHO) remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun 2017. Dan remaja Indonesia, berjumlah sekitar 43 juta jiwa atau sekitar 20% dari jumlah penduduk. Ini sesuai dengan proporsi remaja di dunia dimana, jumlah remaja diperkirakan 1,2 miliar atau sekitar 1/5 dari jumlah penduduk dunia [1]

Pubertas merupakan suatu tahapan yang sangat penting bagi wanita. Periode pubertas, akan terjadi perubahan dari masa anak-anak menjadi dewasa. Perubahan tersebut meliputi perubahan hormon, perubahan fisik, perubahan psikologi dan sosial. Pubertas adalah proses suatu perubahan ketidakmatangan fisik maupun seksual untuk menuju kematangan fisik dan seksual. Fase kematangan fisik dan seksual dapat membuat organ reproduksi seorang remaja, dapat berfungsi untuk bereproduksi [2]

Pubertas adalah suatu pencapaian dari kematangan seksual, pada anak perempuan yaitu dengan terjadinya menarche. Menarche adalah perdarahan yang terjadi pertama kali dari uterus. Menarche pada perempuan terjadi pada masa pubertas sekitar dengan 12–14 tahun. Usia menarche bervariasi pada setiap individu dan wilayah tempat tinggal. Usia 2 menarche dapat dikatakan normal apabila terjadi pada usia 12–14 tahun [3]

Usia seorang anak perempuan di Indonesia mulai mendapat *menarche* sangat bervariasi, kecenderungan saat ini bahwa terdapat anak mendapatkan menstruasi pada usia yang lebih muda.

Dan ada pula yang memulai pada saat usia 8 tahun, dan terdapat juga pada anak umur 16 tahun baru mengalami siklusnya. Akan tetapi rata-rata anak di Indonesia mendapatkan menstruasi pertama yaitu pada usia 12 tahun.

Selama ini sebagian masyarakat di Indonesia masih kurang menceritakan tentang masalah menstruasi dalam keluarga. Sehingga remaja pada awalnya tidak memahami pengetahuan dan perilaku yang cukup baik tentang perubahan-perubahan fisik dan psikologis yang terkait masalah pada *menarche*. [4]

Dalam mempersiapkan datangnya *menarche* remaja memerlukan dukungan baik secara informasi, emosional, dan instrumental. Dukungan yang didapatkan bukan lagi dari lingkungan sekitar terutama keluarga (orang tua), lingkungan sekolah (guru), lingkungan teman sebaya, dan lingkungan masyarakat, (sosial budaya dan media massa). [5]

Seorang remaja ketika tidak diberikan pemahaman tentang *menarche* dan tidak dipersiapkan dalam menghadapi *menarche*, akan ada timbul perasaan dalam menerima dan akan menolak proses fisiologis, remaja terkadang akan menimbulkan tanggapan yang salah mengenai menstruasi. Remaja akan beranggapan bahwa menstruasi itu sesuatu yang kotor dan ternoda. [6]

Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia Remaja (SDKI-R) tahun 2012 menyebutkan sebanyak 13,3% remaja putri, tidak akan mengetahui sama sekali mengenai perubahan fisiknya pada saat pubertas. Dan 47,9% remaja putri tidak mengetahui pubertas. [7] Remaja tidak mengerti mengenai perubahan yang terjadi kepada mereka merupakan sesuatu yang alami, dan setiap remaja putri pasti akan mengalami hal tersebut. Akibatnya remaja putri cenderung memiliki tingkat stress, yang lebih tinggi terutama masalah perubahan pada tubuh. Pada dasarnya sikap yang sering ditunjukkan remaja putri adalah merasa malu dengan perubahan yang terjadi seperti penambahan besar, perubahan pada payudara, haid yang pertama (*menarche*), bertambahnya berat badan, tinggi badan dan mulai

tumbuh jerawat yang membuat remaja putri tidak percaya diri dan kadang belum merima sesuatu yang dialami sekarang. [7]

PERPUSTAKAAN ALMA ATA

Usia remaja perempuan jumlah penduduk rentang usia 10-24 tahun pada Provinsi DIY tahun 2015 adalah 368.948. Kabupaten bantul merupakan jumlah remaja terbanyak (Dinas Kesehatan Provinsi Yogyakarta, 2015). Adapun kabupaten Kulon Progo terdapat 41,264, Bantul terdapat 105,544, Gunung Kidul terdapat 68,429, Sleman terdapat 105.204, Kota Yogyakarta terdapat 48.507 (Dinas Kesehatan Provinsi Yogyakarta, 2015). Hal ini menunjukkan bahwa jumlah penduduk kelompok remaja harus mendapatkan perhatian lebih serius lagi mengingat mereka masih dalam masa sekolah dasar dan memasuki usia dimana organ reproduksi mulai bekerja.

Berdasarkan permasalahan diatas, maka dengan ini penulis mengambil judul tentang pengembangan penggunaan media pazzel untuk meningkatkan pengetahuantentang menstruasi pada remaja putri di Pondok Pasantren An Nasyath pada bulan Februari 2020 jumlah remaja putri usia 8-16 tahun sebanyak 39 orang. Setelah dilakukan wawancara pada tanggal 27 Februari 2020 kepada 10 remaja putri tentang menstruasi didapatkan 3 remaja yang sudah mengetahui tentang menstruasi dan 7 remaja belum mengetahui tentang menstruasi.

Dari teori yang dijabarkan diatas maka studi pendahuluan yang akan dilakukan oleh peneliti bahwa ditemukan adanya kesenjangan antara teori dan fakta terkait peningkatan pengetahuan remaja tentang menstruasi menggunakan media *puzzel*. Sehingga peneliti merumuskan masalah penelitian ini dengan judul “Pengembangan Penggunaan Media Puzzel Untuk Meningkatkan Pengetahuan Tentang Menstruasi Pada Remaja.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang maka rumusan masalah penelitian adalah pengembangan penggunaan media pazzel untuk meningkatkan pengetahuan tentang menstruasi pada remaja.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Untuk mengetahui pengembangan penggunaan media pazzel untuk meningkatkan pengetahuan tentang menstruasi pada remaja.

## **2. Tujuan khusus**

- a. Mengembangkan Media pembelajaran pazzel sebagai media pembelajaran tentang menstruasi.
- b. Mengetahui tingkat kevalidan Media pembelajaran pazzel sebagai media pembelajaran tentang menstruasi

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teori**

Hasil penelitian dapat dijadikan tambahan pengetahuan tentang pengembangan penggunaan media pazzel untuk meningkatkan pengetahuan tentang menstruasi pada remaja.

### **2. Manfaat praktik**

#### **a. Bagi Pofesi Kebidanan**

Hasil penelitian diharapkan menjadi bahan pustaka untuk menambah informasi tentang ilmu kesehatan

#### **b. Bagi peneliti**

Penelitian ini dapat menambah kemampuan bagi peneliti untuk menyampaikan ilmu yang sudah dipelajari dan memberikan informasi kepada siswi maupun masyarakat untuk tetap meningkatkan pengetahuan mengenai menstruasi

## E. Keaslian Penelitian

**Tabel 1.1 Keaslian Penelitian Pengembangan Penggunaan Media Puzzel Untuk Meningkatkan Pengetahuan Tentang Menstruasi Pada Remaja.**

NO	Nama peneliti ( tahun )	Judul Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1	Okta Rianingtias, 2019	Pengembangan Game Edukasi berbasis android sebagai media pembelajaran biologi bernuansa motivasi siswa kelas XI SMA/MA	Hasil penelitian Game Edukasi berbasis android bahwa yang dikembangkan telah berhasil dan memenuhi kategori valid	1. Jenis pengembangan( <i>Researh and Development</i> ) 2. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian sebelumnya adalah penelitian dan pengembangan 3. Uji validitas yang dilakukan oleh para ahli	1. Variabel dependen mata pelajaran biologi 2. Tempat penelitian disiswa kelas XI MIA 1 Madrasah Aliyah Alaluddin Pao-pao dan man 1 makassar
2	Ammi Prayoga.,2017	Pengembangan media <i>game</i> berbasis komputer untuk bimbingan kesehatan reproduksi bagi siswa	Hasil penelitian media <i>game</i> berbasis komputer bahwa yang dikembangkan telah berhasil dan memenuhi kategori valid	1. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian dan pengembangan 2. Uji validitas yang dilakukan oleh para ahli	1. Jenis penelitian model ADDIE ( <i>analysis, design, development, implementasion,</i>



sekolah menengah pertama

3 Rizki Raharyu Noviami, 2013 Pengembangan media *digital games based learning* (DGBL) pada pembelajaran sistem reproduksi manusia disekolah menengah pertama (SMP) Hasil penelitian yang diperoleh dari validasi media *digital games based learning* (DGBL) disekolah menengah pertama (SMP) menunjukkan nilai 29,41 dengan kriteria baik dengan kesimpulan produk yang dikembangkan layak untuk diuji cobakan dengan perbaikan sesuai sasaran

1. Jenis penelitian pengembangan (*Research and Development*)
2. Metode penelitian yang digunakan penelitian dan pengembangan
3. Uji validitas yang dilakukan oleh para ahli

- and evaluatin*)
2. Variabel dependen bimbingan kesehatan reproduksi
  3. Tempat penelitian SMP N 1 Kretek
  1. Variabel dependen mata pelajaran sistem reproduksi manusia
  2. Tempat penelitian SMP kartika III-I Semarang

## DAFTAR PUSATAKA

- [1] I. e. a. Wijaya, "Pengetahuan, Sikap Dan Aktivitas Remaja SMA Dalam Kesehatan Reproduksi Di Kecamatan Buleleng.," *Jurnal Kemas* pp. 10(10:33-34, 2014.
- [2] Verawati, SN and Liswidyawati, R, Merawat dan Menjaga Kesehatan Seksual Wanita., Bandung : PT Grafindo Media Pratama, 2012.
- [3] A. Susanti, "Faktor Resiko Kejadian Menarche Dini pada Remaja di SMP N 30 Semarang," *Journal of Nutrition College.* , pp. 1(1): 386-40., 2012.
- [4] "Sukarni, I dan Margareth, Z.H. (2013). *Kenamulan, Persalinan dan Nifas*, Yogyakarta: Nuha Medika".
- [5] "Aryani, R. Ns.S.Kep.2010. *Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika".
- [6] "Mansur, Herawati, & Pujiarti, Temu. 2014. *Psikologi Ibu dan Anak : Untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika".
- [7] "BKKBN, 2017 *Laporan Akuntabilitas Kerja Instansi Pemerintah*. Jakarta: BKKBN."
- [8] R. Pratiwi, "Kesehatan Remaja di Indonesia," [hht://idai.or.id/public-articles/seputar-kesehatan-anak/kesehatan-remaja-di-indonesia.html](http://idai.or.id/public-articles/seputar-kesehatan-anak/kesehatan-remaja-di-indonesia.html), Dinkes pad. 13 April 2017, 2013.
- [9] S. Sarwono, *Psikologi Remaja*. Edisi Revisi., Jakarta: Rajawali Pers, 2011.
- [10] M. d. Ali, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik.*, Jakarta: PT Bumi Aksara, 2011.

- [11] N. S, Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan, Jakarta : PT Rineka Cipta, 2012.
- [12] N. S, Ilmu Perilaku Kesehatan, Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- [13] "Notoatmodjo S. 2012. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan, Jakarta: PT Rineka Cipta.".
- [14] "Clontz, S. (2018). Puzzle Types. Diakses dari <http://clontz.org/puzzles/types/>. pada tanggal 20 Oktober 2020,".
- [15] E. Sinaga, Manajemen kesehatan menstruasi. E-book., Jakarta, 2017.
- [16] "Lowdermilk, D, L., Perry Shannon E, Cashion Kitty (2013). Buku Keperawatan Maternitas Edisi 8 – Buku 2, Penerjemah :dr. Felicia Sidartha & dr. Anesia Tania. Elsevier (Singapura) Pte Ltd. Salemba Medika".
- [17] "Irianto, K. 2015. Memahami Berbagai Penyakit. Bandung: Alfabeta".
- [18] "Kowalak. 2011. Buku Ajar Patofisiologi. Jakarta: EGC".
- [19] Samsulhadi., Haid dan siklusnya. Dalam: Anwar M, Baziad A, Prabow P, penyunting. Ilmu kandungan. Edisi ke-3., Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo Hm. 73-4, 2011.
- [20] "Guyton, A. C., Hall, J. E., 2014. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 12 Jakarta :EGC, 1022".
- [21] "Samsulhadi (2011).Haid dan Siklusnya. Dalam Anwar, M. Baziad, A. Prabowo, P. (2011). Ilmu kandungan (hal. 73-91). Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirihardjo.".
- [22] Sherwood, Fisiologi reproduksi wanita. Dalam: Yesdelita N. fisiologi manusia dari sel ke sistem. Edisi ke-6., Jakarta: EGC. hlm.843-4., 2011.

- [23] H. J. E. Guyton A C, Dalam: Irawati, Ramadani D, Indriyani F. Buku ajar fisiologi kedokteran. Edisi-12., Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC. hlm. 1077-81, 2014.
- [24] A. Hackey, Sex Hormones, Exercise and Women, Springer , 2016 .
- [25] I. Milanti, "Gambaran Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Mulawarman.," p. 8, 2017.
- [26] "Wronka et al. (2013). The Influence of Age at Menarche on the Prevalence of Disorder of the Menstrual Cycle Among Healthy University Students.".
- [27] A. Rakhmawati, "Hubungan obesitas dengan dengan kejadian gangguan siklus menstruasi pada wanita dewasa muda," Eprints.undip.ac.id, Solo, 2012.
- [28] "Aljadidi et al. (2016). The Influence of Exam Stress on Menstrual Dysfunctions In Saudi Arabia. J Health Edu Res,4(4):1-4.".
- [29] "Anindita, P., Darwin, E., Afriwardi. 2016. Hubungan Aktivitas Fisik Harian dengan Gangguan Menstruasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Jurnal Kesehatan Andalas. Vol.4(8). Tersedia dalam <http://jurnal.fk.unand.ac.id>."
- [30] "Ahrens. (2015). Pengaruh aktivitas fisik di seluruh siklus menstruasi fungsi reproduksi. Ann Epidemiol. Naskah penulis; tersedia di PMC".
- [31] "Jayakumari S, Prabhu K, Johnson, kalaiselvi. (2016). Pola siklus menstruasi dalamkaitannya dengan IMT, kebiasaan makan dan hal yang sama pada mereka orangtua. Int. J. Pharm. Sci. Rev. Res. 37 (2): 37-9.".
- [32] L. Prasetya , "Hubungan Pengetahuan Menstruasi dan Komunikasi Teman Sebaya Dengan Personal Hygiene Selama Mestruasi Pada Siswi SMA,"

surakarta, 2014.

- [33] A. Mianoki, *Majalah Kesehatan Muslim : Tetap prima saat Haid Tiba.*, Yogyakarta: Pustaka Muslim, 2014.
- [34] "Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Afabeta".
- [35] Sugiyono, "Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan kuantitatif, Kualitatif dan R&D)," Alfabet, Bandung, 2013.
- [36] V. A. Seyawati and A. H. Bambang, "Model Edukasi Gizi Berbasis E-booklet untuk Meningkatkan Pengetahuan Gizi Ibu Balita," *jurnal Informatika UPGRIS*, 2015.
- [37] Shimp and A. Terrence, "Periklanan dan Promosi: Aspek Tambahan Komunikasi Pemasaran Terpadu ." Erlangga, Jakarta, 2010.
- [38] S. Susiana, "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sikap Remaja Putri tentang Flour Albous di SMP Negeri 2 Trucuk Kabupaten Sleman," *Jurnal Ners dan Midwifery Indonesia*, Yogyakarta, 2014.
- [39] W. Anggi, S. F. Fatma and R. Wahyu, "Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Kecemasan tentang Menarche pada Siswi Kelas V Sekolah Dasar," <http://ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI>, Yogyakarta, 2017.
- [40] Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*, Bandung: Alfabeta, 2010.
- [41] Sugiyono, *Metode Penelitian Manajemen*, Bandung: Alfabeta, 2014.