



Pengaruh Video Edukasi tentang Pubertas terhadap Pengetahuan Remaja di SMP Negeri 06 Satu Atap Sintang Kalimantan Barat

Selvi Reina Sukardi¹, Zesika Intan Navelia², Chentia Misse Issabella³

^{1,2,3}STIKES Guna Bangsa Yogyakarta, Indonesia

Abstract. *Background:* Teenagers' lack of knowledge about puberty will have a negative impact both physically and socially on teenagers. Teenagers will feel anxious and afraid when physical changes occur. Data shows that the rate of early marriage in West Kalimantan is 25%. Researchers are interested in conducting research on the effect of educational videos on increasing teenagers' knowledge about puberty. *Research Methods:* This research design is a pre-experiment with a one group design model. The sample amounted to 61 female students using simple random sampling technique. The research location was at SMP N 06 One Roof Sintang, Sintang Regency. This research instrument uses a knowledge questionnaire with 30 questions. *Statistical tests using the wilcoxon.* *Research Results:* The level of knowledge before being done students who have less knowledge 73.8%, students who have sufficient knowledge 24.6% and who have knowledge 1.6%. have good knowledge or 98.4% and 1 student has sufficient knowledge or 1.6%. With a p-value test result of $0.001 < 0.05$. The mean difference between pretest and posstest knowledge is 36.18, which means that there is an effect of educational videos on adolescents' knowledge about puberty at SMP N 06 One Roof Sintang. *Conclusion:* There is an influence of educational video media about puberty on adolescents in SMP N 06 One Roof Sintang, Sintang Regency.

Keywords: Adolescents, Educational Video, Puberty.

Abstrak. Latar Belakang: Kurang nya pengetahuan remaja tentang pubertas akan memberikan dampak yang *negative* baik secara fisik dan social remaja. Remaja akan merasa cemas dan takut ketika terjadi perubahan fisik yang dialaminya. Data menunjukkan angka pernikahan dini di kalimanan barat sebesar 25%. peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh video edukasi terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang pubertas. Metode Penelitian: Rancangan penelitian ini *pre eksperimen* dengan model rancangannya adalah *one group design*. Sampel berjumlah 61 siswi dengan teknik *simple random sampling*. Lokasi penelitian di SMP N 06 Satu Atap Sintang Kabupaten Sintang. Instrument penelitian ini menggunakan kuesioner pengetahuan dengan jumlah pertanyaan 30. Uji statistic menggunakan uji *wilcoxon*. Hasil Penelitian: Tingkat pengetahuan sebelum dilakukan siswa yang memiliki pengetahuan kurang 73,8%, siswa yang memiliki pengetahuan cukup 24,6% dan yang memiliki pengetahuan 1,6%. memiliki pengetahuan baik atau 98,4% dan 1 orang siswa memiliki pengetahuan cukup atau 1,6%. .Dengan hasil uji p-value $0,001 < 0,05$. Beda mean pengetahuan pretest dan posstest adalah 36,18 yang artinya ada pengaruh video edukasi terhadap pengetahuan remaja tentang pubertas di SMP N 06 Satu Atap Sintang. Kesimpulan: Ada Pengaruh Media Video Edukasi Tentang Pubertas Terhadap Remaja di SMP N 06 Satu Atap Sintang Kabupaten Sintang.

Kata Kunci: Pubertas, Remaja, Video Edukasi.

1. PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan fisik pada manusia dimulai pada saat berada di masa remaja yang merupakan awal permulaan dari kesehatan reproduksi. Masa remaja dimulai saat seseorang berada pada usia 10 sampai 18 tahun. Pada masa ini banyak terjadi perubahan didalam tubuh seorang manusia, baik dari system reproduksi, pencernaan, hormon dan lainnya (Hariyani Sulistyoningih and Sinta Fitriani, 2022).

Masa remaja juga sering disebut sebagai masa transisi atau perubahan dari masa anak-anak menjadi dewasa yang juga disertai dengan pertumbuhan dan perkembangan psikologis,

perkembangan dan pertumbuhan fisik yang cepat serta adanya perkembangan sosial yang dipengaruhi oleh lingkungan sekitar. Remaja digambarkan sebagai pemilik peran yang penting dalam proses perkembangan Kesehatan reproduksi, karena pada saat remaja lah awal dari pertumbuhan organ reproduksi dimulai (Hariyani Sulistyoningsih and Sinta Fitriani, 2022).

Remaja akan melewati masa pubertas dimana remaja akan mengalami kematangan organ seksualnya dan remaja mulai melakukan fungsi reproduksinya. Remaja akan memulai masa pubertasnya pada usia 12 sampai 14 tahun beberapa perubahan yang dialami oleh remaja saat menginjak masa pubertas yaitu : adanya pertumbuhan dan perkembangan yang berkaitan dengan perubahan fisik, baik penambahan berat badan dan peningkatan tinggi (Anggela, 2021).

Kurangnya pengetahuan remaja tentang pubertas tentu saja akan memberikan dampak yang negative baik secara mental, fisik dan sosial remaja. Saat remaja tidak tahu akan perubahan fisik yang dialaminya akan ada perasaan malu, cemas dan takut ketika remaja tidak mampu mengelola perubahan fisik yang terjadi didalam dirinya. Dampak lainnya remaja akan melakukan hubungan seksual yang tidak aman dan berisiko sehingga terjadilah kehamilan yang tidak diinginkan serta infeksi menular seksual (Rubiah, Jasmawati and Hakim, 2023).

Data menunjukkan bahwa angka pernikahan dini yang terjadi di Indonesia mengalami peningkatan dari setiap tahun, pada tahun 2023 sebanyak di Kalimantan Barat tinggi sebesar 21% berdasarkan hasil Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) 2021, penyumbang terbesar angka pernikahan dini salah satunya yang tertinggi adalah Kabupaten Sintang sebesar 25% dengan rentang usia pernikahan 16 -18 tahun, sehingga perlu adanya strategi pencegahan perkawinan anak di Kalimantan Barat pada periode 2024-2026. Target pemerintah pusat dalam menurunkan kasus pernikahan dini pada anak tahun 2024 di angka 8,74 % (Profil Dinkes Kalbar, 2023). Dari data yang terdapat di Kantor Urusan Agama Kabupaten Sintang tercatat ada 8 pernikahan usia remaja 15-18 tahun yang terjadi pada tahun 2023. Kecamatan tertingginya yaitu Kecamatan Kelam Permai, Kecamatan Tempunak dan Kecamatan Sintang.

Data lainnya menunjukkan bahwa angka infeksi menular seperti HIV pada remaja terbilang masih tinggi di Kabupaten Sintang yaitu 4,5% atau 24 kasus terlapor. Selain itu data infeksi menular seksual pada remaja di kabupaten Sintang juga masih tinggi dengan presentase 12% di usia 14-17 tahun atau sebanyak 37 kasus. Dari data tersebut kasus IMS tertinggi terdapat pada masing-masing kecamatan yaitu Kecamatan Sintang, Tempunak dan Sepauk. Sedangkan untuk jumlah kasus HIV tertinggi terdapat pada kecamatan Sintang, Tempunak dan Dedai (Profil Kesehatan Kabupaten Sintang,2022).

Salah satu upaya pemerintah daerah yang dapat dilakukan untuk menekan angka tersebut adalah dengan pemberian edukasi tentang kesehatan reproduksi remaja, kehamilan dini, edukasi tentang pendewasaan usia pernikahan dan edukasi kesehatan tentang perkembangan remaja saat pubertas. Hal tersebut sangat diperlukan sebagai upaya preventif untuk menekan terjadinya kasus pernikahan dini (Profil Dinkes Kalbar, 2023).

Peraturan Pemerintah No 61 tahun 2014 pasal 11 tentang pelayanan kesehatan reproduksi pada remaja menyebutkan bahwa salah satu tujuan dari pelayanan kesehatan reproduksi pada remaja adalah mempersiapkan remaja untuk menjalani kehidupan reproduksi yang sehat dan bertanggung jawab. Pelaksanaan pelayanan kesehatan reproduksi pada remaja ini dilakukan dengan memberikan KIE (komunikasi, informasi dan edukasi), konseling atau pelayanan medis yang disesuaikan dengan kebutuhan remaja (Kemenkes RI, 2019).

Media video edukasi memberikan ingatan yang kuat karena melibatkan berbagai macam Indera tubuh sehingga lebih baik daripada hanya sekedar membaca atau mendengarkan saja. Dengan video edukasi seseorang akan melibatkan emosional dan perasaannya sehingga lebih mudah dalam mengingat dan menangkap informasi yang diberikan (Kemendikbud, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Reggy tahun 2021 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan tingkat pengetahuan sebesar 3,41 dengan nilai p -value $0,000 < 0,05$ yang artinya ada pengaruh signifikan video edukasi dengan pengetahuan remaja tentang pubertas. Selain diharapkan mampu mengubah pengetahuan pada remaja, video edukasi juga banyak digunakan untuk mengubah sikap remaja. Dengan adanya video edukasi remaja bisa melihat bagaimana perubahan-perubahan yang terjadi di masa pubertas sehingga mereka akan menyadari perubahan yang terjadi di dirinya sendiri. Dengan visual yang menarik pula remaja akan lebih senang menonton karena tidak membosankan dan didukung dengan gambar yang nyata sehingga mereka bisa langsung membayangkan perubahan yang terjadi pada diri mereka (Anggela, 2021).

Peneliti melakukan studi pendahuluan dengan melihat data yang ada di Puskesmas Sintang terkait jumlah kasus kesehatan reproduksi pada remaja. Tercatat di Puskesmas Sintang bahwa pada tahun 2023 ada 5 ibu hamil dengan usia berisiko yaitu usia terlalu muda atau kurang dari 20 tahun yaitu usia 15-18 tahun. Pemilihan tempat di Kecamatan Sintang berdasarkan data yang ada dari Dinkes Kabupaten Sintang bahwa Kecamatan Sintang merupakan salah satu Kecamatan tertinggi dengan kasus kesehatan reproduksi pada remaja seperti HIV, IMS dan pernikahan dini.

Peneliti melakukan studi pendahuluan pada Desember 2023 dengan mewawancarai beberapa siswa yang berbeda dari SMP N 06 Satu Atap Sintang Kalimantan Barat tentang pubertas. Wawancara dilakukan secara acak kepada 8 orang siswa. 4 siswa menjawab dengan baik tentang pubertas (pengertian, ciri-ciri pubertas dan perubahan fisik dan psikologis), 2 orang menjawab dengan ragu dan 2 lainnya tidak mengetahui apa itu pubertas dengan benar. Wawancara dilakukan dengan panduan kuesioner.

Studi pendahuluan ini diperkuat dengan wawancara langsung dari 2 siswa yang menyampaikan dalam mengalami kekhawatiran dan kecemasan ketika menghadapi masa pubertas karena ada perubahan baik secara fisik maupun psikologis seperti haid pertama, perubahan payudara, perubahan mood dan emosional. Oleh sebab itu hal tersebut harus di atasi dengan pemberian edukasi secara lengkap dan dapat dipahami siswa agar dapat menangani kekhawatiran dan kecemasan saat masa pubertas. Pemberian pendidikan kesehatan pada masa pubertas merupakan langkah efektif yang dapat mencegah terjadinya masalah kesehatan mental, kecemasan dan stress pada siswa (Wulaningtyas *et al.*, 2023).

Dari kasus di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh video edukasi terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang pubertas di SMP Negeri 06 Satu Atap Sintang Kalimantan Barat. Peneliti ingin membantu remaja dalam menyadari berbagai macam perubahan fisik dan psikologis yang sedang mereka alami agar tidak ada lagi terjadinya ketidaktahuan remaja tentang masa pubertas.

2. TINJAUAN PUSTAKA

Pengertian Remaja

Remaja merupakan kelompok populasi yang besar, yaitu sekitar 20% dari polulasi dunia dan 85% di antaranya tinggal di negara berkembang. Masa remaja adalah masa pergantian dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Masa remaja ditandai dengan perubahan pertumbuhan dan perkembangan secara fisik, psikologis, emosional, hormonal dan mental yang berkaitan dengan kematangan seksual (Sebtalesy, 2022).

Pengertian *pubertas*

Pengertian *pubertas* ditandai oleh adanya perubahan-perubahan fisik, terutama dalam perubahan hal yang menyangkut ukuran tubuh, perubahan posisi tubuh, perkembangan ciri-ciri seks primer, dan perkembangan seks sekunder (Bahij, Nurfadillah and Indarti, 2020)

Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa dan peraba. Pengetahuan yang diperoleh dapat menjadi suatu hal yang sangat berguna karena dapat digunakan untuk melakukan peramalan tentang peristiwa di masa depan, dan bila demikian halnya maka kemungkinan lain adalah bahwa pengetahuan tersebut dipakai untuk mengendalikan hal-hal atau peristiwa yang mungkin ingin dihindari (Notoatmodjo, 2018)

Media Video Edukasi

Video adalah media berupa audio dan visual yang menggunakan penggabungan antara gambar bergerak dan suara yang dibuat semenarik mungkin untuk memberikan fokus pada audiensi. Tujuan pemberian video edukasi adalah mengubah perilaku individu dari yang tidak sehat menjadi sehat. (Siregar, Harahap and Aidha, 2020).

Pengaruh Video edukasi terhadap pengetahuan remaja tentang pubertas

Upaya perlindungan diri remaja salah satunya dapat dilakukan dengan memberikan edukasi video agar remaja dapat mengetahui dan memahami pengetahuan tentang pubertas yang terkait dengan kesehatan reproduksi pada remaja. Pengetahuan remaja dapat meningkat melalui proses pembelajaran, video merupakan salah satu media yang dapat digunakan sebagai sumber informasi dalam memperoleh pengetahuan karena media video lebih udah dipahami dalam penyampaiannya. Media video adalah salah satu media informasi yang dapat memungkinkan remaja dalam memperoleh pengetahuan melalui audio dan visual sehingga lebih mudah dipahami secara langsung dan menarik. Penyampaian materi dikemas melalui penampilan gambar animasi melalui cerita dan memiliki suara sehingga lebih menarik perhatian (Anggella, 2021).

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di SMP N 06 Satu Atap Sintang Kabupaten Sintang Kalimantan Barat. Penelitian ini dilakukan pada Maret – Agustus 2024. Desain Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang menggunakan metode *pre-experimental design* yaitu penelitian yang melibatkan observasi terhadap suatu objek atau sekelompok setelah diberikan sebuah intervensi apakah ada perubahan pada objek yang akan diteliti. Penelitian ini menggunakan

pendekatan 1 kelompok atau *one group design* yaitu mengamati satu kelompok yang telah diberi terapi atau intervensi yang bisa menyebabkan perubahan.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 06 Satu Atap Sintang berjumlah 159 orang. Besaran sampel dalam penelitian ini adalah 61 siswi.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Gambaran tempat penelitian

Penelitian dilakukan di SMP Negeri 06 Satu Atap Sintang yang terletak di Jalan Mengkurai kelurahan Mengkurai, Kabupaten Sintang, Kalimantan Barat. Luas sekolah yaitu 5318 m². Jumlah guru yang tersedia sebanyak 24 orang dan tenaga TU sebanyak 2 orang. Jumlah siswa pada tahun 2024 sebanyak 248 siswa.

SMP Negeri 06 Satu Atap Sintang memiliki ruangan kelas sebanyak 7 lokal, 1 ruang guru, 1 ruang kepala sekolah, 1 lab computer dan 1 UKS. Visi SMP Negeri 06 Satu Atap Sintang, Satu Atap yaitu “Membangun Generasi Muda Berakhlak Mulia yang Kompeten, Kompetitif dan Berwawasan Lingkungan”. Visi ini menjiwai warga sekolah untuk selalu mewujudkannya setiap saat dan berkelanjutan dalam mencapai tujuan sekolah.

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Remaja Di SMP N 06 Sintang Satu Atap

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	25	41
Perempuan	36	59
Total	61	100
Usia		
12 tahun	16	26,2
13 tahun	21	34,4
14 tahun	12	19,7
15 tahun	12	19,7
Total	61	100

Hasil distribusi frekuensi karakteristik remaja di SMP Negeri 06 Satu Atap Sintang yang ada pada tabel 7 dapat dilihat bahwa dari 61 siswa terdapat 36 responden berjenis kelamin perempuan atau sebanyak 59% dan 25 responden berjenis kelamin laki-laki atau sebanyak 41%. Dari 61 responden dan sebanyak 21 responden berada pada umur 13 tahun atau sebanyak 34,4%, responden yang berada pada umur 12 tahun sebanyak 16 responden atau 26,2%, jumlah responden yang ada di usia 14 tahun sebanyak 12 responden atau 19,7% dan jumlah responden yang ada di umur 15 tahun sebanyak 12 responden atau 19,7%.

Pengetahuan Remaja sebelum Diberikan Medi Video Edukasi tentang Pubertas

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Sebelum di Berikan Media Video Edukasi

Pengetahuan	Pretest	
	N	%
Baik	1	1,6
Cukup	15	24,6
Kurang	45	73,8
Total	61	100

Hasil distribusi frekuensi pengetahuan remaja tentang pubertas di SMP Negeri 06 Satu Atap Sintang yang ada pada tabel 8 dapat dilihat saat pretest dilakukan siswa yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 45 responden atau 73,8%, siswa yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 15 responden atau 24,6% dan yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 1 orang atau 1,6.

Pengetahuan Remaja sesudah Diberikan Media Video Edukasi tentang Pubertas

Table 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Sesudah diberikan Media Video Edukasi

Pengetahuan	Posttest	
	N	%
Baik	60	98,4
Cukup	1	1,6
Kurang	0	0
Total	61	100

Hasil distribusi frekuensi pengetahuan remaja tentang pubertas di SMP Negeri 06 Satu Atap Sintang yang ada pada tabel 8 dapat dilihat saat pretest dilakukan siswa yang memiliki pengetahuan, Hasil perhitungan juga menunjukkan bahwa pengetahuan remaja saat dilakukan posttest sebanyak 60 siswa memiliki pengetahuan baik atau 98,4% dan 1 orang siswa memiliki pengetahuan cukup atau 1,6%.

Pengaruh Video Edukasi terhadap Pengetahuan Remaja tentang Pubertas

Tabel 4. Tabel Pengaruh Video Edukasi dan Pengetahuan Remaja tentang Pubertas

Variabel	N	Mean	Beda Mean	Z	P-value
Pengetahuan					
Pretest	61	48,66	36,18	6,794	0,001
Posttest	61	84,84			

Hasil dengan menggunakan uji Wilcoxon antara video edukasi dan pengetahuan remaja tentang pubertas didapatkan hasil ada pengaruh yang signifikan antara video edukasi terhadap pengetahuan remaja tentang pubertas dengan $p\text{-value } 0,001 < 0,05$. Beda mean pengetahuan pretest dan posstest adalah 36,18 yang artinya ada pengaruh video edukasi terhadap pengetahuan remaja tentang pubertas di SMP N 06 Satu Atap Sintang.

Pembahasan

Karakteristik Remaja

a. Jenis Kelamin

Sebagian responden berjenis kelamin Perempuan sebanyak 36 responden atau 59%. Jenis kelamin perempuan dan laki-laki memiliki kaitannya dengan minat dan motivasi dalam mencari pengetahuan tentang pubertas. Remaja putri lebih memiliki motivasi dan rasa ingin tahu tentang perubahan fisik dan psikis yang terjadi pada masa pubertas. Biasanya remaja putri akan bertanya kepada ibu dan saudara perempuannya. Berbeda dengan remaja laki-laki, mereka lebih segan untuk membicarakan yang berkaitan dengan masa pubertas (Idhayanti *et al.*, 2023).

Remaja yang tidak memiliki keinginan untuk bertanya dan mencari informasi yang berkaitan dengan pubertas akan mengalami ketidakpercayaan diri. Remaja laki-laki cenderung memiliki sikap acuh dan malu untuk mencari informasi tentang masa pubertas berbeda dengan remaja Perempuan. Para orangtua biasanya akan lebih memperhatikan masa pubertas pada remaja putri terutama ketika anak sudah mulai menstruasi dan nampak perubahan fisiknya (Rosita, Ikawati and Saleh, 2023).

Peneliti memiliki pendapat bahwa remaja tidak boleh dibedakan dalam pemberian informasi dan perhatian terhadap masa pubertas. Hal ini akan berdampak pada pengetahuan remaja baik pada perubahan psikis maupun pada perubahan fisik anak tersebut. Dengan informasi yang baik remaja bisa menempatkan diri dan menentukan bagaimana harus bersikap Ketika masa pubertas.

b. Umur Remaja

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden berusia 12 sampai 15 tahun dan Sebagian besar responden berumur 13 tahun sebanyak 21 responden atau 34,4%. Umur remaja berkaitan dengan kemampuan berpikir remaja, semakin bertambahnya usia maka semakin berkembang juga cara berpikirnya. remaja yang mampu berpikir logis akan mampu menarik kesimpulan tentang apa informasi yang didapatkan.

Remaja yang masih berada di umur yang belum mampu berpikir dengan logis harus mendapatkan bimbingan dan dukungan dari lingkungan remaja tersebut baik dari lingkungan keluarga, sekolah maupun teman sebaya. Pada usia remaja sangat memungkinkan mereka untuk mencari informasi atau mengakses informasi dari berbagai media elektronik. Sehingga sangat diperlukan pengawasan orangtua agar informasi yang didapatkan remaja tidak salah dan remaja menjadi salah dalam bertindak (Anggela, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Prihartini dan Maesaroh tahun 2022 menyebutkan bahwa gambaran usia 13 tahun remaja masih memiliki pengetahuan yang rendah tentang pubertas. Hal ini sangat erat kaitannya dengan sumber informasi yang didapatkan remaja. Saat mulai masuk masa perubahan fisik pubertas remaja akan mencari informasi tentang apa saja yang dialaminya sehingga bila tidak didampingi oleh orang tua maka remaja akan mengalami kebingungan dan ketidakpercayaan diri (Rubiah, Jasmawati and Hakim, 2023).

Pengetahuan remaja sebelum intervensi video edukasi

Variabel Pengetahuan sebelum intervensi video edukasi dilakukan sebagian besar siswa memiliki pengetahuan kurang sebanyak 45 responden atau 73,8%. Pengetahuan yang kurang disebabkan remaja tidak mendapatkan informasi yang cukup tentang pubertas. Banyak faktor yang menyebabkan hal tersebut ada faktor internal dan eksternal. Faktor internal berasal dari individu seperti motivasi untuk belajar dan rasa ingin tahu tentang pubertas. Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar individu seperti sumber informasi dan dukungan dari lingkungan sekitar (Rubiah, Jasmawati and Hakim, 2023).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan dengan (Sulistiyanti and Jifaniata, 2021) yang menyebutkan bahwa pengetahuan remaja tentang pubertas sebelum diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar memiliki pengetahuan cukup sebanyak 66,2%. Penelitian ini juga menyebutkan bahwa pengetahuan yang kurang tentang pubertas dapat menyebabkan remaja gagal dalam melalui masa pubertasnya sehingga akan menimbulkan kecemasan yang dialami oleh remaja (Hariyani Sulistyoningsih and Sinta Fitriani, 2022).

Bagi remaja sangat penting mencari informasi mengenai pubertas karena remaja harus tahu apa saja perubahan fisik dan psikologis yang terjadi didalam dirinya sehingga tidak ada lagi kebingungan saat remaja mengalaminya. Selain itu pendidikan kesehatan juga dapat menjadi pencegahan utama dalam penyimpangan reproduksi remaja (Rosita, Ikawati and Saleh, 2023). Hal ini karena saat masa remaja adalah merupakan masa yang memiliki risiko

tinggi dan masa rentan akan penularan penyakit menular seksual sehingga penting bagi remaja dilakukan pemberian pendidikan kesehatan di masa awal mereka menjadi dewasa atau pubertas (Rosita, Ikawati and Saleh, 2023)

Pengetahuan remaja sesudah intervensi video edukasi

Variabel pengetahuan remaja setelah dilakukan intervensi media video edukasi sebagian besar remaja memiliki pengetahuan baik sebanyak 98,4%. Pengetahuan remaja akan bertambah berkaitan dengan informasi yang didapatkan tentang pubertas melalui video edukasi. Dengan adanya video edukasi remaja memberikan motivasi kepada remaja untuk menambah wawasannya karena dengan adanya video edukasi memberikan stimulus yang bisa menimbulkan respon sikap dan keterampilan (Anggela, 2021).

Meningkatnya pengetahuan remaja tentang pubertas ini dipengaruhi oleh pendidikan kesehatan yang diberikan melalui video edukasi yang memuat informasi tentang pubertas. Video edukasi merupakan salah satu media pendidikan yang sering digunakan dalam sasaran kepada remaja. Media ini dapat memberikan daya Tarik tersendiri sehingga konsentrasi remaja menjadi lebih fokus dan melibatkan emosional remaja (Rubiah, Jasmawati and Hakim, 2023). Media audiovisual ini efektif digunakan karena bisa menghemat waktu dan bisa di tonton berulang kali. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wulaningtyas *et al.*, 2023) yang menyebutkan bahwa video edukasi dapat mengubah pengetahuan remaja dari tidak tahu menjadi tahu tentang pubertas. Dengan meningkatkan pengetahuan remaja tentang pubertas maka perilaku menyimpang seksual yang bisa merugikan remaja dapat dicegah sedini mungkin.

Pengaruh Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Pubertas

Hasil analisis uji wilcoxon didapatkan hasil nilai $p = 0,001$ lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$ yang artinya ada Pengaruh Video Edukasi Tentang Pubertas Terhadap Pengetahuan Remaja di SMP Negeri 06 Satu Atap Sintang Kalimantan Barat. Pengetahuan remaja dapat meningkat melalui proses pembelajaran video merupakan salah satu media yang dapat digunakan sebagai sumber informasi dalam memperoleh pengetahuan karena media video lebih dipahami dalam penyampaian. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggela (2021) yang menyebutkan bahwa ada pengaruh edukasi video kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan masa pubertas pada remaja putri dengan $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ (Anggela, 2021).

Remaja yang sudah masuk masa pubertas memiliki sifat sering menyendiri, sering memberontak, memiliki kecemasan yang tinggi dan rasa takut akan yang menyebabkan

hilangnya kepercayaan diri. Saat masa inilah remaja harus mendapatkan pendampingan dari orang-orang terdekat seperti keluarga dan sekolah. Informasi atau pengetahuan yang kurang bisa menyebabkan kurangnya informasi pendidikan tentang pubertas sehingga remaja berada dalam masa bingung (Hariyani Sulistyoningsih and Sinta Fitriani, 2022).

Kurangnya akses informasi, komunikasi remaja dan orangtua yang tidak baik serta adanya rasa malu untuk bertanya karena merasa pubertas merupakan hal yang dianggap tabu sehingga banyak remaja yang berperilaku menyimpang. Pendidikan kesehatan reproduksi khususnya tentang pubertas adalah suatu upaya yang bisa dilakukan untuk menyadarkan remaja dan pemberian informasi kesehatan tentang perkembangan seksual sesuai dengan usianya.

Remaja dalam menyambut masa pubertas perlu diberikan dukungan berupa pengetahuan yang cukup dan akses informasi yang memadai sehingga setiap remaja akan mampu mempersiapkan diri saat perubahan fisik dan emosional masa remajanya mulai terjadi. Pendidikan yang cukup pada saat persiapan pubertas ini akan memberikan Gambaran kepada remaja tentang tahap perkembangan kedewasaan baik dari sisi fisik maupun psikologis remaja tersebut (Wulaningtyas *et al.*, 2023).

Salah satu cara meningkatkan pengetahuan remaja tentang pubertas yaitu dengan menggunakan video edukasi dimana metode ini sudah efektif dilakukan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rubiah, Jasmawati and Hakim, 2023) dengan p-value 0,000 yang menyebutkan bahwa ada pengaruh video edukasi terhadap peningkatan mean pengetahuan remaja tentang pubertas.

Media video edukasi adalah salah satu metode yang melibatkan Indera penglihatan dan pendengaran secara bersamaan sehingga mampu menimbulkan rasa empati bagi seseorang yang melihatnya. Selain itu dengan media video remaja bisa berulang kali menontonnya karena lebih menarik perhatian, menghemat waktu juga bisa dilakukan dimana saja.

Remaja akan lebih tertarik pada materi yang disampaikan melalui video edukasi ini karena mampu memusatkan perhatian konsentrasi sehingga mampu melibatkan emosi dan sikap remaja dan membantu remaja yang memiliki keterbatasan dalam pemahaman isi materi dari suatu materi serta membantu remaja yang memiliki daya ingat yang lemah dalam membaca (Hanifah, Oktavia and Nelwatri, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh (Vidayanti, Tungkaki dan Retnaningsih, 2020) menyebutkan bahwa pemberian pendidikan kesatan melalui video edukasi dapat mengubah pengetahuan dan sikap seseorang dalam mengambil Keputusan. Sehingga remaja bisa mendapatkan pendidikan tentang pubertas dan menambah pengetahuan remaja.

Peneliti memiliki asumsi bahwa dengan dilakukannya pemberian materi kesehatan tentang pubertas melalui video edukasi akan membuat remaja mendapatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksinya sedini mungkin. Sehingga remaja tahu dan siap akan perubahan yang akan terjadi di dalam dirinya dan tahu bagaimana merespon tubuh bila perubahan sedang terjadi. Peneliti memberikan saran kepada pihak sekolah untuk aktif juga memberikan video edukasi kepada siswa-siswa lainnya yang belum menjadi responden penelitian sehingga pengetahuan tentang pubertas ini dapat di rasakan oleh seluruh siswa yang ada di SMP N 06 Satu Atap Sintang.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang nantinya bisa diperbaiki yaitu :

- 1) Peneliti menggunakan metode preeksperimen sehingga hanya bisa mengukur pretest dan posttest di satu waktu saja.
- 2) Intervensi yang mampu dilakukan hanya 1 saja sehingga mungkin belum mampu mewakili metode pendidikan kesehatan yang paling tepat untuk meningkatkan pengetahuan.

5. PENUTUP

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut: Pertama, karakteristik remaja berdasarkan umur responden menunjukkan bahwa dari 61 responden, sebagian besar berusia 13 tahun, sebanyak 21 responden atau 34,4%. Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan, yaitu sebanyak 36 responden atau 59%. Kedua, sebelum diberikan media video edukasi tentang pubertas, 45 responden memiliki pengetahuan kurang (73,8%), 15 responden memiliki pengetahuan cukup (24,6%), dan 1 responden memiliki pengetahuan baik (1,6%). Ketiga, setelah diberikan media video edukasi tentang pubertas, 60 responden memiliki pengetahuan baik (98,4%), dan 1 responden memiliki pengetahuan cukup (1,6%). Keempat, hasil uji Wilcoxon menunjukkan bahwa terdapat pengaruh video edukasi terhadap pengetahuan remaja tentang pubertas, dengan p-value 0,001, yang berarti ada pengaruh signifikan dari video edukasi tentang pubertas terhadap pengetahuan remaja di SMP Negeri 6 Satu Atap Sintang, Kalimantan Barat.

Adapun saran dari penelitian ini adalah sebagai berikut: Bagi remaja, disarankan untuk aktif mencari informasi tentang pubertas agar dapat mempersiapkan diri dalam menghadapi perubahan tubuh yang terjadi selama masa pubertas. Bagi SMP Negeri 6 Satu Atap Sintang, sebaiknya instansi sekolah memfasilitasi remaja dalam memperoleh pengetahuan tentang

pubertas dengan menjajaki kerjasama dengan petugas kesehatan terdekat, sehingga remaja dapat lebih memahami kesehatan reproduksi mereka. Bagi instansi pelayanan kesehatan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bahwa masih ada lapisan masyarakat yang belum terpapar pendidikan kesehatan dasar, khususnya bagi remaja. Oleh karena itu, petugas kesehatan penting untuk melakukan penyuluhan kepada remaja agar mereka dapat memenuhi hak reproduksi mereka dengan baik. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menambahkan variabel dan intervensi lain agar dapat membandingkan berbagai metode pendidikan kesehatan yang lebih efektif.

REFERENSI

- Anggela, R.C. (2021). *Pengaruh edukasi video tentang kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan masa pubertas pada remaja putri di SMP N 14 Kota Bengkulu tahun 2021*. Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
- Anggella, R.C. (2021). *Pengaruh edukasi video tentang kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan masa pubertas pada remaja putri di SMP N 14 Kota Bengkulu tahun 2021*. Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
- Bahari, R., et al. (2021). Effect of health education program on puberty knowledge among visually impaired female adolescent students. *MJIRI*, 35, 74. <https://doi.org/10.47176/mjiri.35.74>. eCollection 2021.
- Bahij, A. Al, Nurfadillah, & Indarti, E. (2020). *Remaja juara cerdas menghadapi pubertas*. Perpustakaan Nasional RI.
- Cahyaningrum, L. (2022). Pengaruh peer group education terhadap pengetahuan dan sikap anak remaja tentang pencegahan perilaku seks bebas pada siswa SMP Negeri 16 Semarang. *Repository Unissula*. http://repository.unissula.ac.id/27034/1/Ilmu%20Keperawatan_30902000128_fullpdf.pdf
- Eghba, S.B., et al. (2023). The effectiveness of educational program based on health belief model on promotion of puberty health concepts among teen girls: A cross-sectional study in north of Iran. *BMC Women's Health*, 23, 391. <https://doi.org/10.1186/s12905-023-02391-3>
- Ekawati, D., et al. (2021). Efektivitas penyuluhan tentang perubahan fisik pada masa pubertas terhadap peningkatan pengetahuan siswa di SDN No.29 Cini Ayo Jeneponto. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(7).
- Fatmawati, Z., Barir, B., & Hidayah, A. (2023). *Asuhan kebidanan remaja dan perimenopause*. Malang: PT. Rena Cipta Mandiri.
- Hamdanah, & Surawan. (2022). *Remaja dan dinamika: Tinjauan psikologi dan pendidikan*. Yogyakarta: CV. K-Media.

- Hanifah, R., Oktavia, N.S., & Nelwatri, H. (2021). Perbedaan efektivitas pendidikan kesehatan melalui media video animasi dan power point terhadap pengetahuan remaja putri dalam menghadapi menarche.
- Hariyani Sulistyoningih, & Sinta Fitriani. (2022). Pemanfaatan media sosial Instagram untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang pubertas. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 223–228. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i1.5140>
- Honggowiyono, P. (2015). *Buku ajar pertumbuhan dan perkembangan peserta didik untuk guru dan calon guru*. Malang: CV. Gunung Samudera.
- Idhayanti, R.I., et al. (2023). Aplikasi rehat remaja sehat untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang masa pubertas. *Jurnal Sains Kesehatan*, 5(2), 10253. <https://doi.org/10.31983/jsk.v5i2.10253>
- Kemendikbud. (2020). Mengenal konsep piramida belajar. *Badan Pengembangan Keprofesian Pendidikan Kalimantan Selatan*. <https://bgpkalsel.kemdikbud.go.id/bgp/post/detail/mengenal-konsep-piramida-belajar/259>
- Kemenkes RI. (2019). *Buku panduan untuk siswa hidup sehat sejak sekarang untuk remaja kekinian*. <https://www.unicef.org/indonesia/media/2806/file/Aksi-Bergizi-Siswa-2019.pdf>
- Kurniawati, N., & Nurmayanti, M.W. (2021). Hubungan tingkat pengetahuan tentang pubertas dengan sikap menghadapi perubahan fisik pada remaja awal.
- Latif, S.A., Muna, N., & Wahyuni, S. (2023). *Promosi kesehatan dan praktik penyuluhan kesehatan* (1st ed.). Jakarta: Trans Info Media.
- Melchiorre, K., Giorgione, V., & Thilaganathan, B. (2020). *Am J Obstet Gynecol* [Preprint]. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33771361/>
- Noor, M.S., et al. (2020). *Panduan kesehatan reproduksi pada remaja* (1st ed.). Edited by A. Rahayu & F.I. Muddin. Yogyakarta: CV. Mine.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan* (3rd ed.). Jakarta: Rineka Cipta.
- Profil Kesehatan Kabupaten Sintang. (2022). *Profil Kesehatan Kabupaten Sintang*. https://drive.google.com/file/d/1HEW6G9-A2ZtN6_3_4AtgGAzXEStBRI0k/view
- Profil Kesehatan Kalimantan Barat, K.B. (2022). *Profil kesehatan Provinsi Kalimantan Barat*.
- Rahmat, P.S. (2018). *Perkembangan peserta didik*. Jakarta Timur: PT. Bumi Aksara.
- Rosita, R., Ikawati, N., & Saleh, S. (2023). Penyuluhan tentang pubertas dalam menghadapi perubahan fisik pada remaja. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 7(1), 213. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i1.11982>
- Rosyida, D.A.C. (2023). *Kesehatan reproduksi remaja dan wanita*. Yogyakarta: PT. Pustaka Baru Press.

- Rubiah, S., Jasmawati, & Hakim, L. (2023). Pengaruh pendidikan kesehatan melalui video terhadap tingkat pengetahuan dan sikap tentang kesehatan reproduksi remaja di SD Muhammadiyah Tanjung Selor. <https://doi.org/10.55681/saintekes.v2i4.2233>
- Sebtalesy, C.Y. (2022). Sosialisasi persiapan menghadapi menarche dan pencegahan dismenorea di SDN Purworejo 3. *Empowerment: Jurnal...*, 1, 90–95.
- Siregar, P.A., Harahap, R.A., & Aidha, Z. (2020). *Promosi kesehatan lanjutan dalam teori dan aplikasi* (1st ed.). Jakarta: Kencana.
- Sulistiyanti, A., & Jifaniata, A.A. (2021). Tingkat pengetahuan dan sikap pada remaja putri tentang perubahan fisik pubertas pada siswi SMP Negeri 1 Sukoharjo, 11(1).
- Utami, F.P., & Musvita Ayu, S. (2018). *Buku ajar kesehatan reproduksi remaja*. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.
- Wulaningtyas, E.S., et al. (2023). Pengaruh pengetahuan remaja putri tentang perilaku pubertas pada usia 13–15 tahun. *Jurnal Kebidanan*, 13(1), 41–46. <https://doi.org/10.35874/jib.v13i1.1189>