

NASKAH PUBLIKASI

**PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA KOMIK DAN VIDEO
DALAM LAYANAN HOME CARE TERHADAP
PENGETAHUAN SEKS PRNIKAH PADA
REMAJA DI DUSUN CEMARE
DESA LEMBAR SELATAN**



**WINDA EKA SUSANTI
113421253**

**PROGRAM STUDI S1 PENDIDIKAN BIDAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKES) HAMZAR
LOMBOK TIMUR
2023**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

NASKAH PUBLIKASI

Skripsi atas nama Winda Eka Susanti NIM 113421253 dengan Judul "Pengaruh Penggunaan Media Komik dan Video dalam Layanan *Home Care* Terhadap Pengetahuan Seks Pranikah pada Remaja di Dusun Cemare Desa Lembar Selatan"

Telah memenuhisyarat dan disetujui

Pembimbing I

(Baiq Disnalia Siswari, SST, M.Kes)
NIDN. 0819128903

Tanggal

(27 - 3 - 2023)

Pembimbing II

(Eka Faizaturrahmi, S. ST., M.Kes)
NIDN. 0808108904

Tanggal

(27 - 3 - 2023)

Mengetahui
Program Studi S1 Pendidikan Bidan



Eka Faizaturrahmi, S. ST., M.Kes
NIDN. 0808108904

**PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA KOMIK DAN VIDEO
DALAM LAYANAN HOME CARE TERHADAP
PENGETAHUAN SEKS PRNIKAH PADA
REMAJA DI DUSUN CEMARE
DESA LEMBAR SELATAN**

Winda Eka Susanti¹, Baiq Disnalia Siswari², Eka Faizaturrahmi³

Mahasiswa S1 Pendidikan Bidan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar

³ Dosen Program Studi S1 Pendidikan Bidan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hamzar

ABSTRAK

Latar Belakang : Masa remaja adalah masa dimana terjadinya proses peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa (WHO, 2020). Di Indonesia, ada sekitar 4,5% remaja laki-laki dan 0,7% remaja perempuan usia 15 - 19 tahun yang mengaku pernah melakukan hubungan seksual pranikah. Pada usia tersebut dikhawatirkan mereka beresiko memiliki perilaku pacaran yang tidak sehat antara lain melakukan hubungan seksual pra nikah (Riskesdes, 2018). Peranan media layanan sangat penting dan bisa menjadi pilihan dalam memberikan konseling adalah komik dan video.

Tujuan : Untuk mengetahui pengaruh penggunaan media komik dan video terhadap pengetahuan remaja setelah dilakukannya intervensi.

Metode : Penelitian ini adalah penelitian Kuantitatif dengan jenis penelitian Quasi Eksperimental yang menggunakan pendekatan Two Group Pretest-Posttest Design. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja Dusun Cemare sebanyak 60 orang. Analisa data menggunakan uji Uji paired sample t-Test.

Hasil : Berdasarkan uji t dalam kelompok Komik didapatkan nilai t hitung - 11,384 dengan p-value sebesar 0,000. Oleh karena $p\text{-value } 0,000 < \alpha (0,05)$, sehingga H_a Diterima. Berdasarkan uji t dalam kelompok video didapatkan nilai t hitung -13,210 dengan p-value sebesar 0,000. Oleh karena $p\text{-value } 0,000 < \alpha (0,05)$, sehingga H_a Diterima

Kesimpulan : Dari penelitian yang telah dilakukan diperoleh kesimpulan bahwa media Komik dan Video sebagai media pembelajaran dapat mempengaruhi pengetahuan remaja tentang seks pra nikah di Dusun Cemare Desa Lembar Selatan

Kata Kunci : Pengetahuan Seks Pranikah, Media Komik, Media Video

**THE EFFECT OF USING COMIC AND VIDEO MEDIA
IN HOME CARE SERVICES ON THE KNOWLEDGE
OF PRE-MARRIAGE SEX IN TEENAGERS
IN CEMARE VILLAGE
SOUTH LEMBAR**

Winda Eka Susanti¹, Baiq Disnalia Siswari², Eka Faizaturrahmi³

¹ Midwifery Student, Hamzar Health Science College
^{2,3} Lecturer, Hamzar Health Science College

ABSTRACT

Background: Adolescence is a period when there is a process of transition from childhood to adulthood (WHO, 2020). In Indonesia, there are around 4.5% of male youth and 0.7% of female adolescents aged 15-19 who admit to having had premarital sex. At that age, it is feared that they are at risk of having unhealthy courtship behavior, including having premarital sex (Rikesdes, 2018). The role of service media is very important and can be an option in providing counseling, namely comics and videos.

The Aim: To determine the effect of the use of comic and video on adolescent knowledge after the intervention.

Methods: This research is a quantitative research with the type of quasi-experimental research using the Two Group Pretest-Posttest Design approach. The population in this study were 60 adolescents in Cemare village, South Lembar. Data analysis used paired sample t-test.

Results: Based on the t test in the Comics group, the t value was -11.384 with a p-value of 0.000. Because the p-value is $0.000 < (0.05)$, these results indicate that H_0 Accepted. Based on the t test in the video group, the t value was -13.210 with a p-value of 0.000. Because the p-value is $0.000 < (0.05)$, this indicates that H_0 Accepted.

In Conclusion: From the research that has been done, it can be concluded that comic and video as learning media can influence adolescents' knowledge about premarital sex in Cemare village, South Lembar.

Keywords: Knowledge of Premarital Sex, Comic , Video

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa dimana terjadinya proses peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa, rasa ingin tahu yang ditambah dengan timbulnya rasa ketertarikan pada lawan jenis adalah proses menuju kedewasaan yang dialami oleh sebagian besar remaja. (WHO,2020).

Jumlah penduduk berusia remaja 10-19 tahun lebih dari 16% dari populasi dunia. Dari jumlah tersebut angka kejadian seks bebas diseluruh dunia yaitu sebesar 43,1% (WHO,2020).

Di Indonesia, ada sekitar 4,5% remaja laki-laki dan 0,7% remaja perempuan usia 15 - 19 tahun yang mengaku pernah melakukan seksual pranikah. (Riskesdes, 2018). Hasil survei Departement of Health & Human Services (2018) di Indonesia didapatkan data 41% siswa pernah melakukan hubungan seksual (BKKBN,2017).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Lombok Barat ada 123.940 orang remaja di Lombok barat, dan jumlah kejadian seks pranikah di Lombok barat dari tahun 2021 sampai dengan tahun 2022 sebanyak 136 kasus (Dinas Kesehatan Kabupaten Lombok Barat, 2022) .

Jumlah remaja yang tinggal di wilayah kerja UPT BLUD Puskesmas Jembatan Kembar sebanyak 4.842 orang. Dan jumlah kejadian seks pranikah dari Tahun 2021 sampai dengan 2022 sebanyak 30 orang dengan 12 diantaranya masih berada di usia remaja (19 Tahun). Dan sebanyak 7 kasus tersebut ditemukan di desa Lembar Selatan dengan proporsi 1 kasus di dusun Cemare (UPT BLUD PKM Jembatan Kembar ,2022).

Desa Lembar selatan adalah desa yang menaungi wilayah Pelabuhan Lembar dan juga Merupakan sebuah Desa Wisata dimana kegiatan Perpariwisataannya berpusat di Dusun Cemare yang memiliki jumlah Populasi Penduduk Remaja sebesar 150 orang remaja. Dusun cemare memiliki angka kunjungan wisatawan mancanegara sebesar 2004 orang pada tahun 2018 sebelum pandemic Covid-19 (Pokdarwis

Lembar Selatan, 2018). Oleh karena tingginya angka kunjungan wisatawan mancanegara yang tentunya memiliki budaya dan kebiasaan yang berbeda dengan masyarakat Indonesia dikhawatirkan dapat memberikan efek negative terhadap perilaku Remaja dikawasan wisata.

Berdasarkan Studi pendahuluan yang dilakukan pada Remaja di Dusun Cemare yang dilaksanakan dengan menggunakan teknik wawancara, dengan jumlah sampel 10 orang remora ada 7 orang remaja mengatakan tidak pernah memperoleh pendidikan Seks Pranikah dan 3 lainnya pernah memperoleh informasi mengenai seks pranikah melalui Seminar dan Internet. Hal tersebut menunjukkan bahwa masih kurangnya Pendidikan Kesehatan remaja tentang bahaya seks pranikah, sehingga dipandang perlu untuk diberikan pendidikan kesehatan bagi remaja di Dusun Cemare Desa Lembar Selatan .

Menurut Ramos et al., (2017) mayoritas remaja pernah melakukan hubungan seks dan mereka juga menjelaskan terkait tidak terpenuhinya informasi tentang kesehatan reproduksi, kurangnya pengetahuan dan pendidikan kesehatan terkait kesehatan reproduksi sehingga remaja melakukan perilaku seksual pranikah yang berdampak pada pernikahan dini.

Tugas tenaga kesehatan, khususnya bidan dalam melakukan promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif dalam kesehatan reproduksi remaja adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan melalui pelayanan home care atau kunjungan rumah, menurut Utami Ningrum et al (2017) pemberian home care dengan konseling dapat memberikan pemahaman yang lebih kepada klien, selain itu juga pemaparan materi dalam memberikan konseling perlu dikemas dengan media yang sesuai dengan keadaan dan kondisi di lapangan untuk menarik minat remaja dalam belajar (Laras, 2019).

Peranan media layanan konseling tidak dapat diabaikan, media sangat

penting dan bisa menjadi pilihan dalam memberikan konseling diantaranya adalah komik dan video. Komik adalah media cetak yang selain dapat memberikan pengetahuan, komik juga dapat berfungsi sebagai hiburan, komik yang digunakan adalah jenis komik edukasi (Astuti et al., 2019).

Video merupakan media penyampaian informasi atau pesan kesehatan. Media video dapat menarik perhatian untuk periode singkat, rekaman dapat diputar berulang dan keras dan lemah suara yang ada dapat diatur bila akan disisipi komentar yang akan didengar (Lisa & Putri, 2018).

Menurut Nopalinda (2019) dalam penelitiannya yang berjudul “Efektifitas layanan informasi menggunakan media video untuk meningkatkan pengetahuan seks bebas peserta didik kelas VIII SMPN 01 Gedung Surian” menunjukkan hasil adanya peningkatan pengetahuan peserta didik tentang seks bebas setelah melakukan layanan bimbingan dan konseling dengan layanan informasi.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Majid et al (2020) dalam penelitiannya yang berjudul “Media komik edukasi dan video sebagai media promosi kesehatan tentang karies gigi pada anak Sekolah Dasar” menunjukkan hasil adanya perbedaan pengetahuan pencegahan karies gigi sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan dengan media komik edukasi di SDN 82 Palembang Tahun 2019.

Berdasarkan hal tersebut peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Penggunaan Media Komik dan Video dalam Layanan Home Care Terhadap Pengetahuan Seks Pranikah pada Remaja di Dusun Cemare Desa Lembar Selatan”. Diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang bahaya seks pranikah sehingga mengurangi kejadian seks pranikah pada remaja.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian Kuantitatif dengan jenis penelitian Quasi Eksperimental yang menggunakan pendekatan Two Group Pretest-Posttest Design. Sample dalam penelitian ini adalah 60 orang Remora Dusun cemare, desa Lembar selatan yang di bagi menjadi dua Kelompok yakni kelompok Komik dan kelompok Video. Analisa data yang digunakan yaitu dengan Uji Pired Sample t-Test

HASIL

Dusun Cemare merupakan salah satu dari 11 Dusun yang Ada di desa Lembar Selatan, kecamatan Lembar, kabupaten Lombok barat yang memiliki luas wilayah sebesar 62,30 m². Jumlah KK yang ada di Dusun Cemare desa Lembar Selatan adalah 435 KK yang terbagi dalam 8 RT. Sedangkan jumlah Remora yang ada di dusun cemare adalah sejumlah 150 orang Remaja.

1. Analisa Univariat

a. Pretest Media Komik

Pengukuran tingkat pengetahuan Remaja sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan dengan media Komik.

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi pengetahuan responden sebelum diberikan pendidikan Kesehatan dengan media komik.

Pengetahuan	Pretest	
	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	0	0,0
Cukup	12	40,0
Kurang	18	60,0
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 4.1 diatas dapat diketahui bahwa dari 30 orang Responden sebagian besar Responden yakni 18 orang responden (60 %) memiliki pengetahuan Kurang dan sebagian kecilnya memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak 12 orang atau 40%.

b. Posttest Media Komik

Pengukuran tingkat pengetahuan Remaja setelah diberikan Pendidikan

Kesehatan dengan media Komik.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi pengetahuan responden setelah diberikan pendidikan Kesehatan dengan media komik.

Pengetahuan	Postest	
	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	9	30,0
Cukup	19	63,3
Kurang	2	6,7
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 4.2, diatas dapat diketahui bahwa dari 30 orang Responden sebagian besar Responden yakni 19 orang responden (63,7 %) memiliki pengetahuan cukup dan sebagian kecilnya memiliki pengetahuan Kurang yaitu sebanyak 2 orang atau 6,7%.

c. Pretest Media Video

Pengukuran tingkat pengetahuan Remaja sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan dengan media video

Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi pengetahuan responden sebelum diberikan pendidikan Kesehatan dengan media video.

Pengetahuan	Pretest	
	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	0	0,0
Cukup	12	40,0
Kurang	18	60,0
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 4.3 diatas dapat diketahui bahwa dari 30 orang Responden sebagian besar Responden yakni 18 orang responden (60 %) memiliki pengetahuan Kurang dan sebagian kecilnya memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak 12 orang atau 40%.

d. Postest Media Video

Pengukuran tingkat pengetahuan Remaja setelah diberikan Pendidikan Kesehatan dengan media Video.

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi pengetahuan responden setelah diberikan pendidikan Kesehatan dengan media Video.

Pengetahuan	Postest
-------------	---------

	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	15	50,0
Cukup	14	46,7
Kurang	1	3,3
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 4.4, diatas dapat diketahui bahwa dari 30 orang Responden sebagian besar Responden yakni 15 orang responden (50,0 %) memiliki pengetahuan baik dan sebagian kecilnya memiliki pengetahuan Kurang yaitu sebanyak 1 orang atau 3,3%.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan media komik dan video terhadap pengetahuan remaja tentang seks pranikah di Dusun Cemare Desa Lembar Selatan. Untuk menguji pengaruh ini dilakukan uji perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan menggunakan uji t yaitu dengan uji Paired Sample t-Test dengan syarat data berdistribusi normal.

Untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak, dilakukan uji normalitas dengan menggunakan uji Saphiro Wilk, dimana hasilnya disajikan sebagai berikut :

a. Uji Normalitas

Tabel 4.5 Uji Normalitas

Variabel	Perlakuan	N	p-value	Kesimpulan
Pengetahuan	Sebelum Komik	30	0.052	Normal
	Sesudah Komik	30	0.098	Normal
	Sebelum Video	30	0.229	Normal
	Sesudah Video	30	0.094	Normal

Berdasarkan tabel 4.5 di atas, dapat diketahui bahwa dari uji normalitas menggunakan uji Saphiro Wilk diperoleh p-value pretest dan posttest komik sebesar 0,052 dan 0,098. Sedangkan p-value untuk pretest dan posttest video masing-masing sebesar 0,229 dan 0,094 > α (0,05). Oleh karena semua p-value > α (0,05) maka disimpulkan bahwa semua data dapat dinyatakan berdistribusi normal. Dengan demikian pra syarat uji t telah terpenuhi, sehingga dapat digunakan pengujian selanjutnya.

b. Uji Paired Sample t-Test

Karena data yang diperoleh berdistribusi normal, maka pengujian pengaruh media komik dan video terhadap pengetahuan remaja dilakukan dengan uji Paired Sample t-Test dimana hasilnya disajikan berikut ini.

1. Pengaruh Media Komik terhadap Pengetahuan Remaja tentang Seks Pra Nikah

Tabel 4.6 Pengaruh Media Komik terhadap Pengetahuan Remaja tentang Seks Pra Nikah

Pendidikan Kesehatan dengan Media komik	Pengetahuan			p-value
	Baik	Cukup	Kurang	
	n %	n %	n %	
Pretest	0(0%)	12(40%)	18(60%)	0,000
Posttest	9(30%)	19(63,3 %)	2(6,7%)	

Berdasarkan tabel 4.6 diatas, dapat diketahui bahwa berdasarkan uji t didapatkan nilai t hitung -11,384 dengan p-value sebesar 0,000. Oleh karena $p\text{-value } 0,000 < \alpha (0,05)$, maka hasil ini menunjukkan bahwa ada pengaruh secara signifikan pendidikan kesehatan dengan media komik terhadap pengetahuan remaja tentang seks pra nikah di Dusun Cemare Desa Lembar Selatan. Ini juga menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dengan media video efektif dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang seks pra nikah di Dusun Cemare Desa Lembar Selatan.

2. Pengaruh Media Video terhadap Pengetahuan Remaja tentang Seks Pra Nikah

Tabel 4.7 Pengaruh Media Video terhadap Pengetahuan Remaja tentang Seks Pra Nikah

Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video	Pengetahuan	
	Baik	Cukup
	n %	n %
Pretest	0(0%)	12(40)
Posttest	15(50%)	14(46,7)

Berdasarkan tabel 4.6 di atas, dapat diketahui bahwa Berdasarkan uji t didapatkan nilai t hitung -13,210 dengan p-value sebesar 0,000. Oleh karena $p\text{-value } 0,000 < \alpha (0,05)$, maka dapat ini menunjukkan bahwa ada pengaruh secara signifikan pendidikan kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan remaja tentang seks pra nikah di Dusun Cemare Desa Lembar Selatan. Ini juga menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dengan media video efektif dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang seks pra nikah di Dusun Cemare Desa Lembar Selatan.

A. Pembahasan

1. Analisis Univariat

a. Identifikasi pengetahuan remaja sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tentang seks pranikah dengan media Komik

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa pengetahuan remaja tentang seks pra nikah sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media komik, sebagian besar remaja memiliki pengetahuan dalam kategori kurang yaitu sejumlah 18 remaja (60,0%).

Menurut Notoatmodjo yang menyatakan bahwa Kesehatan reproduksi dapat dicapai dengan pengetahuan dan

sikap tentang kesehatan reproduksi yang benar dan komprehensif, pengetahuan dan sikap tersebut didapatkan melalui berbagai sarana, salah satunya pendidikan. Pendidikan merupakan cara yang paling penting dan efektif untuk memperoleh pengetahuan dan sikap tentang kesehatan reproduksi (Notoatmodjo, 2014).

Hal tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya yakni penelitian yang dilakukan oleh Putri Farmi Thalia Abudi (2020) yang berjudul Pengaruh Penyuluhan Tentang Seks Pranikah Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Dalam Pencegahan Penyakit Menular Seksual Pada Siswa kelas X di SMK Baramuli diperoleh hasil pengetahuan tentang seks Pranikah pada saat pretest adalah sebesar 21 orang dari 26 responden memiliki pengetahuan yang kurang (80,8%)

Dari hasil penelitian dan teori yang ada maka peneliti berpendapat bahwa sebagian besar remaja memiliki pengetahuan yang kurang tentang seks pranikah. Hal tersebut dikarenakan remaja belum mendapatkan pendidikan kesehatan mengenai seks pranikah yang memadai. Sehingga Pemberian pendidikan kesehatan melalui media buku komik tentang seks pranikah pada remaja diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang seks pranikah.

b. Identifikasi pengetahuan remaja setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang seks pranikah dengan media komik

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa

pengetahuan remaja tentang seks pra nikah setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media komik, sebagian besar remaja memiliki pengetahuan dalam kategori baik yaitu sebesar 9 orang (30%) dan 19 orang memiliki pengetahuan yang Cukup (63,3%).

Menurut Notoatmodjo (2012) komik merupakan alat bantu lihat (visual aids) yang dapat digunakan dalam proses pendidikan. Visual aids menstimulus indra penglihatan pada waktu terjadinya proses pendidikan. Menurut berbagai penelitian para ahli, indra yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata. Tampilan buku komik dianggap lebih menarik dibandingkan buku pelajaran pada umumnya, sehingga tingkat keberhasilan penggunaan komik ini lebih tinggi dibandingkan media baca yang lain dalam merubah pengetahuan dan sikap remaja (Notoatmodjo, 2012)

Hal tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya yakni penelitian yang dilakukan oleh Putri Farmi Thalia Abudi (2020) yang berjudul Pengaruh Penyuluhan Tentang Seks Pranikah Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Dalam Pencegahan Penyakit Menular Seksual Pada Siswa kelas X di SMK Baramuli diperoleh hasil pengetahuan tentang seks Pranikah pada saat postest adalah sebesar 15 orang dari 26 responden memiliki pengetahuan yang baik (57,7%)

Dari hasil penelitian dan teori yang ada maka peneliti berpendapat bahwa sebagian besar remaja mengalami peningkatan pengetahuan setelah mendapatkan pendidikan

kesehatan dengan menggunakan media komik. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya peningkatan nilai dari sebelum diberikannya pendidikan kesehatan dengan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang seks pranikah pada remaja. Pada saat menerima pendidikan kesehatan dengan media komik remaja tampak antusias dalam menerima pendidikan kesehatan tentang seks pranikah pada remaja.

c. Identifikasi pengetahuan remaja sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tentang seks pranikah dengan media video

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa pengetahuan remaja tentang seks pra nikah sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media video, sebagian besar remaja memiliki pengetahuan dalam kategori kurang yaitu sejumlah 18 remaja (60,0%).

Menurut pendapat Notoatmodjo yang menyatakan bahwa Kesehatan reproduksi dapat dicapai dengan pengetahuan dan sikap tentang kesehatan reproduksi yang benar dan komprehensif, pengetahuan dan sikap tersebut didapatkan melalui berbagai sarana, salah satunya pendidikan. Pendidikan merupakan cara yang paling penting dan efektif untuk memperoleh pengetahuan dan sikap tentang kesehatan reproduksi (Notoatmodjo, 2014).

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Eva Nopalinda (2019) yang berjudul epektifitas layanan informasi menggunakan media video untuk meningkatkan pengetahuan seks bebas peserta

didik kelas VIII SMPN 01 Gedung Surian dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan hasil pengetahuan tentang seks bebas pada saat pretest adalah sebesar 16 orang dari 26 responden memiliki pengetahuan yang rendah (61,5%) .

Dari hasil penelitian dan teori yang ada maka peneliti berpendapat bahwa sebagian besar remaja memiliki pengetahuan yang kurang tentang seks pranikah. Hal tersebut dikarenakan remaja belum mendapatkan pendidikan kesehatan mengenai seks pranikah yang memadai, media penyampaian informasi yang tidak menarik, dan bahkan juga kurangnya pengetahuan remaja ini dikarenakan seks masih dianggap tabu untuk dibicarakan sehingga remaja merasa enggan untuk mencari informasi seputar seks pranikah.

d. Identifikasi pengetahuan remaja setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang seks pranikah dengan media video

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa pengetahuan remaja tentang seks pra nikah setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media video, sebagian besar remaja memiliki pengetahuan dalam kategori baik yaitu sejumlah 15 orang (50,0%).

Menurut Nursalim dalam buku Pengembangan media bimbingan dan konseling, Salah satu media bimbingan dan konseling yang dapat digunakan dalam penyampaian informasi adalah media Vidio yang mana Vidio tersebut berisikan film yang biasa disebut gambar hidup (capyion Pictures), serangkaian

gambar diam (still picture) yang meluncur secara cepat dan diproyeksikan sehingga menimbulkan kesan hidup dan bergerak. Vidio merupakan media yang menyajikan pesan audiovisual dan gerak (Nursalim, 2013).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Eva Nopalinda (2019) yang berjudul epektifitas layanan informasi menggunakan media video untuk meningkatkan pengetahuan seks bebas peserta didik kelas VIII SMPN 01 Gedung Surian dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan hasil pengetahuan tentang seks bebas pada saat postest adalah sebesar 26 orang memiliki pengetahuan sedang (100%) .

Dari hasil penelitian dan teori yang ada maka peneliti berpendapat bahwa sebagian besar remaja mengalami peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah mendapatkan pendidikan kesehatan dengan menggunakan media video . Hal tersebut dibuktikan dengan adanya peningkatan nilai dari sebelum diberikannya pendidikan kesehatan dengan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang seks pranikah pada remaja. Hal tersebut dikarenakan pemberian pendidikan kesehatan melalui media video lebih menarik minat siswa dalam menerima informasi karena lebih cepat dalam hal penyampaian sehingga tidak membosankan dan juga video dapat diputar berulang-ulang sesuai keinginan responden.

2. Analisis bivariat

a. Pengaruh penggunaan media komik terhadap pengetahuan seks pranikah pada remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan Pengetahuan remaja tentang seks pra nikah sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media komik, sebagian besar dalam kategori kurang, yaitu sejumlah 18 remaja (60,0%). Kemudian setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media komik ada sebanyak 9 orang (30%) responden memiliki pengetahuan baik dan sebanyak 19 orang (63,3%) memiliki pengetahuan Cukup. Kemudian dari hasil uji paired sample t test diperoleh hasil rata-rata skor pengetahuan remaja tentang seks pra nikah sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media komik sebesar 53,33 kemudian meningkat menjadi 73,00 sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media komik. Berdasarkan uji t didapatkan nilai t hitung -11,384 dengan p-value sebesar 0,000. Oleh karena $p\text{-value } 0,000 < \alpha (0,05)$, maka hasil ini menunjukkan bahwa ada pengaruh secara signifikan pendidikan kesehatan dengan media komik terhadap pengetahuan remaja tentang seks pra nikah di Dusun Cemare Desa Lembar Selatan.

Hal ini didukung oleh pernyataan Salim Ahli dalam Buku Pendidikan Kesehatan mengenai bahaya Seks bebas , dimana pendidikan seks dibedakan menjadi Sex Instruction menyangkut penerangan seks dalam hal perubahan anatomi dan organ reproduksi, Sex Education menyangkut perihal etika, moral, fisiologi, ekonomi dan pengetahuan lainnya agar seseorang memahami dirinya merupakan individu seksual dan mengadakan hubungan

interpersonal yang baik. Kedua hal ini saling berhubungan dalam pemahaman seksual remaja (Ahli. Salim, 2017). Pemberian home care dengan konseling dapat memberikan pemahaman yang lebih kepada klien, selain itu juga pemaparan materi dalam memberikan konseling perlu dikemas dengan media yang sesuai dengan keadaan dan kondisi di lapangan untuk menarik minat remaja dalam belajar (Laras, 2019). Peranan media sangat penting dan bisa menjadi pilihan dalam memberikan konseling diantaranya dengan media komik. Komik adalah media cetak yang selain dapat memberikan pengetahuan, komik juga dapat berfungsi sebagai hiburan, komik yang digunakan adalah jenis komik edukasi (Astuti et al., 2019).

Zahra Adiba Harka Cendikia (2020) yang berjudul pengaruh penggunaan media Komik "isi Piringku" sebagai media edukasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang isi piringku pada siswa sekolah dasar. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Ada pengaruh penggunaan media komik "isi Piringku" sebagai media edukasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang isi piringku pada siswa sekolah dasar yang dibuktikan dengan nilai p value sebesar $0,000 < \alpha (0,05)$.

Dari hasil penelitian dan teori yang ada maka peneliti berpendapat bahwa pemberian pendidikan kesehatan melalui media buku komik tentang seks pranikah pada remaja dapat menjadi alternative pemberian pendidikan kesehatan mengenai seks pranikah yang tepat. Pemilihan media edukasi yang menarik terbukti memberikan

pengaruh yang positif dalam meningkatkan pengetahuan remaja dan meningkatkan minat remaja dalam mengikuti pendidikan kesehatan yang diberikan. Ditambah lagi masa remaja merupakan masa yang emosinya masih labil, sehingga mudah terpengaruh oleh orang lain, maka dari itu remaja perlu memperkokoh diri mereka dengan iman yang kuat serta informasi yang tepat dan akurat melalui media yang sesuai dengan minat dan keinginan remaja tentang kesehatan reproduksi remaja sehingga tidak terjerumus kedalam tindakan perilaku seks pranikah.

b. Pengaruh penggunaan media video terhadap pengetahuan seks pranikah pada remaja sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan Pengetahuan remaja tentang seks pra nikah sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media video, sebagian besar dalam kategori kurang, yaitu sejumlah 18 remaja (60,0%). Kemudian setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media video meningkat menjadi sebanyak 15 orang (50%) responden memiliki pengetahuan baik dan sebanyak 14 orang (46,7%) memiliki pengetahuan Cukup. Kemudian dari hasil uji paired sample t test diperoleh hasil rata-rata skor pengetahuan remaja tentang seks pra nikah sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media video sebesar 54,00 kemudian meningkat menjadi 76,33

sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media video. Selain itu juga diperoleh nilai t hitung sebesar -13,210 dengan p-value sebesar 0,000. Oleh karena p-value $0,000 < \alpha (0,05)$, maka hasil ini menunjukkan bahwa ada pengaruh secara signifikan pendidikan kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan remaja tentang seks pra nikah di Dusun Cemare Desa Lembar Selatan.

Hal ini didukung oleh pernyataan Setiawan Devi yaitu pada masa remaja hubungan seks bebas dipengaruhi oleh media informasi yang mendorong seksual permissive, perilaku agresif (seksual aggressiveness), konsumerisme dan sekularisme, masih minimnya pengetahuan mengenai seks pranikah (Devi Setiawati, 2017). Sehingga Media promosi memiliki peran penting dalam pendidikan kesehatan yang merupakan sarana atau upaya untuk menampilkan pesan informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator, baik itu melalui media cetak , elektronik, dan media luar ruang sehingga sasaran dapat meningkatkan pengetahuannya yang pada akhirnya diharapkan dapat merubah perilaku kearah yang positif terhadap pengetahuan (Notoatmodjo, 2012), pendidikan kesehatan tidak dapat terlepas dari peranan media . dalam hal ini media yang digunakan adalah media video. Media video merupakan gambar – gambar dalam frame yang di proyeksikan melalui lensa proyektor secara mekanis sehingga pada layar terlihat gambar hidup (Azhar, 2011), Vidio merupakan media yang menyajikan pesan audiovisual dan gerak, Video merupakan media penyampaian

infomasi atau pesan kesehatan. Media video dapat menarik perhatian untuk periode singkat, rekaman dapat diputar berulang, keras dan lemah suara yang ada dapat diatur bila akan disisipi komentar yang akan didengar (Lisa &Putri, 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh ida ayu wardani (2018) yang berjudul pengaruh media video terhadap pengetahuan dalam upaya pencegahan perilaku seks pranikah pada siswa kela VIII di SMP Nuri Samarinda dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan Ada pengaruh penggunaan media video dalam mencegah perilaku seks pranikah yang dibuktikan dengan nilai p value $0.025; R^2=0,249$ dengan uji regresi linear sederhana.

Dari hasil penelitian dan teori yang ada maka peneliti berpendapat bahwa pemberian pendidikan kesehatan melalui media video dapat lebih menarik perhatian remaja, Lebih modern dan dapat meningkatkan pemahaman tentang seks pranikah pada remaja. Karena video dapat diputar secara berulang sesuai dengan keinginan remaja pada waktu dan tempat yang diinginkan. Mengingat pembahasan masalah seks masih menjadi hal yang tabu untuk dibicarakan didepan umum sehingga adanya pendidikan kesehatan melalui media video ini dapat menjadi solusi yang bermanfaat dalam memberikan pendidikan kesehatan bagi Remaja. Penggunaan media video ini juga lebih modern mengingat perkembangan tekhnologi yang kian pesat dapat mengimbangi kehidupan di era modern pada saat ini. perkembangan tekhnologi ini memungkinkan

para remaja untuk dapat mengakses video tersebut di handphone masing-masing mengingat penggunaan media video ini memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan remaja tentang seks pranikah .

c.

1. Karakteristik Responden

a. Data Karakteristik Responden Menurut Usia

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik menurut usia.

Hasil analisis pada tabel 4.1 di atas diperoleh 21 responden (61,8%) berada pada usia 48-50 tahun dan 13 responden (38,2%) berada pada rentang usia 45-47 tahun. Sehingga dapat disimpulkan bahwa karakteristik usia responden dalam penelitian ini sebagian besar berada pada rentang usia 48-50 tahun.

b. Data Karakteristik Responden Menurut Pendidikan

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik menurut pendidikan

Karakteristik responden berdasarkan tingkat Pendidikan adalah 23 responden (67,6%) tidak tamat SD, 7 responden (20,6%) tamat SD dan 4 responden (11,8%) tamat SMP. Sehingga dapat disimpulkan

bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki karakter tingkat pendidikan yang rendah.

c. Tingkat kecemasan ibu perimenopause sebelum diberikan terapi relaksasi dzikir

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Kecemasan sebelum melakukan terapi relaksasi dzikir

No.	Kecemasan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Tidak Ada Kecemasan	0	0,0
2	Kecemasan Ringan	10	29,4
3	Kecemasan Sedang	12	35,3
4	Kecemasan Berat	12	35,3
Jumlah		34	100

Hasil analisis pada tabel 4.3 di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan ibu sebelum diberikan terapi relaksasi dzikir adalah pada seluruh responden memiliki rasa kecemasan dalam menghadapi masa menopause, sebagian besar responden memiliki kecemasan sedang dan berat masing-masing sebanyak 12 orang (35,5).

d. Tingkat kecemasan ibu perimenopause setelah diberikan terapi relaksasi dzikir

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Kecemasan setelah melakukan terapi

No.	Pendidikan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Tidak Tamat SD	23	67,6
2.	Tamat SD	7	20,6
3.	Tamat SMP	4	11,8
Jumlah		34	100

i dzikir

No.	Kecemasan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
	Tidak Ada Kecemasan	0	0,0
1	Kecemasan Ringan	25	73,5
2	Kecemasan Sedang	8	23,5
3	Kecemasan Berat	1	2,9
4	Jumlah	34	100

Hasil analisis pada tabel 4.4 di atas menunjukkan bahwa tingkat kecemasan ibu perimenopause setelah diberikan terapi relaksasi dzikir adalah sebagian besar responden mengalami penurunan tingkat kecemasan berat dari 12 orang menjadi 1 orang, tingkat kecemasan sedang dari 12 orang menjadi 8 orang, dan 25 orang mengalami kecemasan ringan.

e. Uji Normalitas Data

Tabel 4.5 Uji Normalitas Shapiro-Wilk

Variabel	N	Uji Shapiro-Wilk		
		Statistic	Df	Sig.
Pre Test	34	0,954	34	0,159
Post Test	34	0,954	34	0,163

Tabel 4.5 merupakan hasil uji normalitas data Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa nilai Signifikansi pada variable pre-test sebesar 0,159 dan variable post-test sebesar 0,163 dimana nilai sig. > 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa data Pre-Test dan Post-Test berdistribusi normal, sehingga pengujian data dapat dilanjutkan dengan menggunakan uji T berpasangan (Paired Sample t-Test).

a. Uji Pengaruh Terapi Relaksasi Dzikir terhadap tingkat kecemasan Ibu Perimenopause.

Tabel 4.6 Uji T Test

	Kecemasan	Frekuensi (f)	t	Sig. (2-tailed)
PRE TEST	Tidak Ada Kecemasan	0	20,136	0,000
	Kecemasan Ringan	10		
	Kecemasan Sedang	12		
	Kecemasan Berat	12		
POST TEST	Tidak Ada Kecemasan	0	20,257	0,000
	Kecemasan Ringan	25		
	Kecemasan Sedang	8		
	Kecemasan Berat	1		

Tabel 4.6 merupakan hasil uji T Test (Uji Pengaruh relaksasi dzikir terhadap tingkat kecemasan ibu perimenopause) dari hasil uji T Test menunjukkan bahwa nilai Signifikansi pada variable Pre Test sebesar 0,000 dan variable Post Test sebesar 0,000 dimana nilai Sig (2-tailed) < 0,05 maka keputusannya adalah H_a diterima H_0 ditolak, artinya terdapat pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan pada ibu perimenopause.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik responden berdasarkan umur

Pada karakteristik responden ibu perimenopause berdasarkan umur yaitu terdapat 21 responden (61.8%) berusia 48-51 tahun. Menurut Black (2014) penuaan adalah salah satu faktor resiko yang menimbulkan kecemasan / stres, umumnya terjadi perubahan-perubahan dalam kehidupan yang dapat menimbulkan kecemasan/stres pada individu. Pada saat kecemasan meningkat maka sistem saraf simpatis meningkatkan rangsangan atau memacu organ tubuh, memacu meningkatkan denyut jantung dan pernafasan serta menimbulkan penyempitan pembuluh darah tepi (peripheral) dan pembesaran pembuluh darah pusat.

Pada penelitian Suratun,dkk (2015) memperoleh adanya pengaruh usia pada

tingkat kecemasan yang dialami pasien pasca stroke di rumah sakit muhammadiyah Palembang. Sejalan dengan penelitian Indra Kurniawan (2018) yaitu sebanyak 67,8% lansia dengan hipertensi memiliki tingkat kecemasan tinggi.

Menurut asumsi peneliti bahwa faktor usia sangat berpengaruh dalam proses terjadinya kecemasan pada seseorang, semakin bertambahnya usia maka sangat rentan mengalami gangguan emosional sehingga mereka lebih cenderung mengalami gangguan kecemasan atau emosional dalam hidupnya. Dengan berzikir akan terjadi relaksasi yang dapat mengurangi kecemasan.

2. Karakteristik responden berdasarkan Pendidikan

Pada karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan terdapat 23 responden (67,6%) Tidak Tamat Pendidikan Sekolah Dasar, tingkat pendidikan seseorang dapat mempengaruhi kemampuan kognitif. Kemampuan kognitif membentuk kemampuan berfikir seseorang, meliputi kemampuan untuk memahami faktor-faktor yang berkaitan kondisi yang dialaminya tetapi bukan berarti bahwa seseorang yang berpendidikan rendah pastilah berpengetahuan rendah pula. Karena peningkatan pengetahuan seseorang tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal tetapi juga dapat diperoleh dari sumber informasi lain.

Penelitian Wowiling (2013) menemukan bahwa tidak ada hubungan antara pendidikan dengan tingkat kecemasan, sejalan dengan penelitian Suratun,dkk (2015) memperoleh tidak adanya pengaruh pendidikan dengan tingkat kecemasan yang dialami pasien pasca stroke di rumah sakit muhammadiyah Palembang.

Menurut asumsi peneliti bahwa pengetahuan tidak hanya diperoleh dalam pendidikan formal tetapi banyak media yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan. Sehingga tidak adanya pengaruh kecemasan yang dialami ibu perimenopause terhadap tingkat pendidikannya.

3. Tingkat kecemasan ibu perimenopause sebelum diberikan terapi relaksasi dzikir

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa sebelum melakukan terapi relaksasi dzikir seluruh responden memiliki kecemasan, baik kecemasan ringan, kecemasan sedang hingga kecemasan berat. Dari data pretest

terdapat 10 responden mengalami kecemasan ringan, 12 responden mengalami kecemasan berat, dan 12 responden mengalami kecemasan berat. Mayoritas memiliki kecemasan sedang dan berat yaitu sebanyak 12 orang (35,5%).

Tingkat kecemasan yang dirasakan oleh responden dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain yaitu usia, nilai budaya dan spiritual, pendidikan, keadaan fisik, dukungan sosial, tahap perkembangan, pengalaman masa lalu. Perbedaan kecemasan yang dialami responden pun berbeda antara yang satu dengan yang lainnya. Hal ini dikarenakan masing-masing responden memiliki keadaan psikis yang berbeda sehingga mereka juga mempunyai sikap yang berbeda dalam menyikapi setiap perubahan yang terjadi pada saat menopause (Thbihari, Andreecia an senilo, 2015).

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Farhatun Hayati (2017), intervensi yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan terapi music klasik diberikan pada wanita menopause yang mengalami tingkat kecemasan ringan dan tingkat kecemasan sedang. Hasil uji statistic menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna sebelum diberikan terapi music klasik dengan sesudah diberikan terapi relaksasi music klasik dengan nilai p value 0,000 atau $p < 0,005$.

Menurut asumsi peneliti bahwa berbagai perubahan fisik dan psikologis seperti rasa panas (hot flushes),berkeringat di malam hari (night sweats), inkontinensiaurin, gangguan tidur, disfungsi seksual, depresi, kecemasan, suasana hati tidak stabil, kehilangan ingatan, kelelahan, sakit kepala, nyeri pada tulang dan berat badan berlebihan sehingga kondisi seperti ini perlu segera diatasi karna akan mempengaruhi pemikiran dan emosi ibu perimenopause tersebut sehingga akan mengakibatkan proses kehidupannya terganggu.

4. Tingkat kecemasan ibu perimenopause setelah diberikan terapi relaksasi dzikir

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan yaitu tingkat kecemasan berat dari 12 orang menjadi 1 orang (2,9%), tingkat kecemasan sedang dari 12 orang menjadi 8 orang (23,5%) dan 25 orang mengalami kecemasan ringan (73,5%). Artinya terdapat

penurunan tingkat kecemasan setelah diberikan terapi relaksasi dzikir.

Manfaat dzikir yaitu menentramkan dan menghilangkan rasa takut, membuat hati menjadi damai dan rasa takut yang meliputi jiwa perlahan-lahan dapat ditundukan. Apabila manusia mengalami kesulitan, kesusahan dan kegelisahan maka berdzikirlah. Melalui dzikir, hati menjadi tenang, damai, melalui kedamaian ini maka jiwa dipenuhi oleh emosi positif seperti bahagia dan optimis dalam menghadapi masa menopause. (Samsul Munir Amin & Haryanto, 2017).

Temuan penelitian ini sejalan dengan temuan (Farhatun hayati, 2017) yaitu sesudah diberikan terapi music klasik dari 10 responden yang mengalami kecemasan ringan menjadi 8 responden yang tidak mengalami kecemasan, dan dari 12 responden yang mengalami kecemasan sedang menjadi 14 responden yang mengalami kecemasan ringan. Artinya ada penurunan tingkat kecemasan sebelum diberikan terapi music klasik dari kecemasan ringan menjadi tidak ada kecemasan, dan kecemasan berat menjadi kecemasan ringan.

Menurut asumsi peneliti bahwa setelah melakukan terapi relaksasi dzikir yaitu dengan membaca dzikir al baqiyatushalimah sebanyak 33x setiap selesai solat 5 waktu selama 7 hari dapat memberikan respon relaksasi yang dapat menimbulkan perasaan tenang, tenang juga memberikan perasaan lebih dekat dengan Allah SWT yang dapat memberikan ketenangan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yaitu dengan tingkat kepercayaan 95% nilai Sig (2-tailed) $< \alpha$ maka H_0 ditolak atau Terdapat pengaruh pemberian terapi relaksasi dzikir dengan tingkat kecemasan pada wanita menopause di posyandu lansia desa Kopang **rembiga**.

5. Pengaruh Terapi Relaksasi Dzikir terhadap tingkat kecemasan Ibu Perimenopause

Hasil Penelitian menunjukkan bahwa uji normalitas pada data menunjukkan nilai Signifikansi pada variabel Pre Test dan variabel Post Test memiliki nilai Sig. $> 0,05$ yang artinya data berdistribusi normal, sehingga analisis uji pengaruh yang

digunakan adalah Uji T Test.

Hasil Uji Pengaruh relaksasi dzikir terhadap tingkat kecemasan ibu perimenopause variabel Pre Test dan variabel Post Test memiliki nilai signifikansi $< 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan pada ibu perimenopause.

Kecemasan digambarkan sebagai suatu perasaan tidak menentu yang memiliki kemampuan untuk berdampak pada psikologis manusia, yang melibatkan perasaan, perilaku, dan respon-fisiologis. Orang yang mengalami kecemasan dapat terjadi gangguan keseimbangan pribadi seperti tegang, resah, gelisah, takut, dan berkeriang. Orang dengan kecemasan akan merasa jauh dari perasaan bebas (Hayat, 2014).

Terapi dzikir sendiri merupakan bentuk perlakuan atau pengobatan dengan menggunakan kalimat-kalimat zikir yang dihayati dan dibaca secara berulang-ulang dengan tujuan untuk mengurangi gejala negatif. Manusia adalah makhluk spiritual karena itu tentu saja kita tidak bisa melepaskan diri dari kebermaknaan spiritual, sering kali orang-orang yang meninggalkan dunia spritualnya menjadi mudah terombang-ambing dalam keseimbangan, keraguan, dan kehilangan makna dalam hidupnya (Endah wulandari dan Fuad Nashori, 2014).

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Dwi Astuti (2019) dengan tujuan mengetahui pengaruh terapi relaksasi dzikir terhadap penurunan tingkat kecemasan pada pasien post SC. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menggambarkan tingkat kecemasan pasien post SC sebelum diberikan perlakuan. Kelompok intervensi memiliki nilai mean lebih tinggi daripada kelompok control, demikian pula pada nilai mediannya.

Untuk tingkat tingkat kecemasan terendah pada kelompok intervensi adalah 10 dan tertinggi adalah 31, sedangkan pada kelompok kontrol tingkat kecemasan terendah adalah 6 dan tertinggi adalah 17. Dari hasil uji paired t Test diperoleh ada perbedaan (perubahan) tingkat kecemasan pasien post SC sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi dzikir pada kelompok intervensi dengan nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,005$.

Menurut asumsi peneliti bahwa dzikir sebagai terapi adalah pondasi dari

setiap bentuk terapi sufistik yang tujuannya membimbing pasien untuk kembali kepada Allah SWT dan senantiasa mengingatkannya. Sehingga kecemasan yang dialami oleh ibu perimenopause akan teratasi apabila selalu menerapkan dzikir sebagai relaksasi pada dirinya.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

1. Karakteristik responden berdasarkan umur yaitu ibu perimenopause yang berusia 45 – 47 tahun sebanyak 13 responden (38,2 %), ibu perimenopause yang berusia 48 – 50 tahun sebanyak 21 responden (61,8%). Sedangkan karakteristik responden berdasarkan pendidikan yaitu ibu perimenopause yang tidak tamat SD sebanyak 23 responden (67,6%), ibu perimenopause yang tamat SD sebanyak 7 responden (20,6%), dan ibu perimenopause yang tamat SMP sebanyak 4 orang (11,8%).
2. Tingkat kecemasan ibu perimenopause di Posyandu Lansia Kopang Rembiga sebelum melakukan terapi relaksasi dzikir mayoritas memiliki kecemasan sedang dan berat yaitu sebanyak 12 orang (35,5%).
3. Tingkat kecemasan setelah diberikan terapi relaksasi dzikir yaitu tingkat kecemasan berat dari 12 orang menjadi 1 orang (2,9%), tingkat kecemasan sedang dari 12 orang menjadi 8 orang (23,5%) dan 25 orang mengalami kecemasan ringan (73,5%).
4. Terdapat pengaruh pemberian terapi relaksasi dzikir dengan tingkat kecemasan pada ibu perimenopause di posyandu lansia dusun bora desa Kopang rembiga dengan nilai p value = 0,000 atau $p < 0,005$ yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan pada ibu perimenopause.

SARAN

1. Bagi Ibu Perimenopause

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan referensi dan informasi tentang adanya pengaruh terapi relaksasi dzikir dalam menurunkan tingkat kecemasan pada ibu perimenopause sehingga dapat menangani masalah kecemasan yang

terjadi pada ibu perimenopause.

2. Bagi Bidan di Puskesmas

Penelitian mengenai terapi relaksasi dzikir ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan bagi bidan atau tenaga kesehatan untuk menjadikan terapi tersebut sebagai salah satu intervensi mandiri dalam membantu meringankan kecemasan pada ibu perimenopause yang mengalami kecemasan, baik kecemasan ringan maupun kecemasan sedang.

3. Bagi Dinas Kesehatan Kabupaten Lombok Tengah

Bagi Dinas Kesehatan Kabupaten Lombok Tengah diharapkan dapat memberikan informasi tentang adanya pengaruh pemberian terapi relaksasi dzikir terhadap tingkat kecemasan pada ibu perimenopause sehingga dapat menangani kecemasan yang dialami.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi Institusi Pendidikan diharapkan dapat menambawah wawasan dan pengetahuan tentang terapi reaksi dzikir dalam penanganan kecemasan, kemudian dapat digunakan sebagai bahan tambahan untuk penelitian lebih lanjut serta sebagai keperluan referensi ilmu kebidanan dalam penanganan kecemasan bagi wanita yang sudah memasuki masa perimenopause.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini direkomendasikan untuk penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh terapi relaksasi dzikir pada wanita menopause yang mengalami kecemasan atau jenis kecemasan lainnya dengan jumlah responden yang lebih banyak dan menggunakan desain metode penelitian eksperimen dengan adanya kelompok kontrol.

DAFTAR PUSTAKA

Anggraini, W. N., & Subandi, S. (2014). Pengaruh Terapi Relaksasi Zikir untuk Menurunkan Stres pada Penderita Hipertensi Esensial. JIP (Jurnal Intervensi Psikologi).

Arif Rifa'i, Muh. Nasib.(2017).Taisiru al

- Alliyul qadir li Iktishari Tafsir Ibnu Katsir, Riyadh: Maktabah Ma'arrif, 1989. Terjemahan, Syihabuddin, Jakarta: Gema Insani Press
- Maguwoharjo Depok Seleman Yogyakarta. Jurnal.
- Badan Pusat Statistik Indonesia (BPS). (2020). Presentase Penduduk Indonesia Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin.
- GuytonA, HallJ. (2012). Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. 11th ed. Jakarta: EGC
- Basit Abdul. (2017). Impact of Leadership Style on Employee Performance (A Case Study On a Private Organisation In Malaysia). Jurnal.
- Black, Joyce., & Hawks, Jane Hokanson. (2014). Keperawatan Medikal Bedah: Manajemen Klinisi untuk Hasil yang diharapkan. Edisi Bahasa Indonesia. Penerjemah Mulyanto J. Dkk. Edisi 8. Buku 3. Elsevier. Singapore.
- Chand, S. P., & Marwaha, R. (2021). Anxiety (1st ed). Stat Pearls Publishing LLC.
- Dahlan, S.M. 2013. Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel. Jakarta: Salemba Medika.
- Daimul Ikhsan, Muhamad Irsyadi Fahmi, & Asep Mafan (2017). Model Psikoterapi Zikir dalam Meningkatkan Kesehatan Mental. Jurnal of Multidisciplinary Studies. Vol.1
- Endah Wulandari, & Fuad Nashori, (2014). Pengaruh Terapi Zikir Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Lansia. JIP (Jurnal Intervensi Psikologi), 6(2), 235–250.
- Faradini., Rosdiana, D (2016). Gambaran Tekanan darah Pra dan Pasca Berdzikir Pada Anggota Majelis Dzikir Al-Hidayah Pekanbaru. JOM FK Vol.3 No.2
- Farida Kartini, Ingrid, Farahdiba, Latihani. (2020) Pengaruh Penyuluhan Menopause Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Premenopause dalam Menghadapi Menopause di Padukuhan Kalongan