

PENDEKATAN EDUKATIF STORYTELLING MOTION GRAPHIC MENARCHE UNTUK REMAJA PUTRI

Via Sondari

Prodi Pendidikan Seni Rupa, Universitas Negeri Jakarta, Jakarta Timur

E-mail: viasondari6@gmail.com

ABSTRAK

Menarche merupakan menstruasi pertama yang menandai awal kematangan reproduksi pada remaja putri. Stigma sosial dan rasa malu sering kali membuat pengalaman ini menimbulkan kecemasan, terutama ketika terjadi di ruang publik. Media pembelajaran konvensional terbatas dalam menjangkau aspek emosional dan psikologis remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji *storytelling* dalam animasi edukatif sebagai strategi untuk meningkatkan pemahaman, kesiapan mental, serta mengurangi stigma dan rasa malu terhadap *menarche*. Metode penelitian menggunakan *Design Thinking* (*empathize, define, ideate, prototype, test*). Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara dengan remaja putri, orang tua, guru, ahli media, dan uji coba prototipe animasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *storytelling* dalam animasi edukatif efektif membangun keterlibatan emosional, meningkatkan pemahaman praktis tentang *menarche*, dan memfasilitasi komunikasi terbuka mengenai menstruasi. Media ini berpotensi menjadi alternatif pembelajaran kesehatan reproduksi yang empatik, menarik, dan relevan dengan karakteristik remaja

Kata kunci

Storytelling, Animasi Edukatif, Menarche, Remaja Putri, Media Visual

ABSTRACT

Menarche is the first menstruation marking the onset of reproductive maturity in adolescent girls. Social stigma and feelings of shame often make this experience stressful, especially when it occurs in public spaces. Conventional learning media are limited in addressing adolescents' emotional and psychological needs. This study examines storytelling in educational animation as a strategy to enhance understanding, emotional readiness, and reduce stigma related to menarche. The research employs Design Thinking (empathize, define, ideate, prototype, test). Data were collected through observation, interviews with adolescent girls, parents, teachers, media experts, and animation prototype testing. Results indicate that storytelling in educational animation effectively fosters emotional engagement, practical understanding, and open communication about menstruation. This medium has strong potential as an empathetic, engaging, and adolescent-friendly alternative for reproductive health education

Keywords

Storytelling, Educational Animation, Menarche, Adolescent Girls, Visual Media

1. PENDAHULUAN

Menarche adalah menstruasi pertama yang dialami remaja putri sebagai indikator awal pubertas dan kematangan organ reproduksi (Prawirohardjo, 2014). Usia *menarche* umumnya terjadi pada rentang 12–14 tahun dan dipengaruhi oleh faktor genetik, lingkungan, serta kondisi psikologis remaja (Dewi & Pratiwi, 2021). Meskipun bersifat alami, *menarche* sering menjadi pengalaman yang menegangkan bagi remaja putri. Rasa takut, malu, dan kebingungan dapat muncul akibat kurangnya pengetahuan, ketidaksiapan mental, serta kuatnya stigma sosial terhadap menstruasi. Budaya yang menganggap menstruasi sebagai topik tabu turut membatasi komunikasi terbuka antara remaja dan orang dewasa, sehingga memperkuat kecemasan dalam menghadapi pengalaman *menarche* pertama (Dewi & Pratiwi, 2021).

Selain aspek sosial, pengalaman *menarche* juga berkaitan erat dengan kondisi psikologis remaja. Perubahan hormonal pada masa menstruasi dapat memunculkan gejala emosional dan fisik yang saling berkaitan, seperti kecemasan, ketegangan, perubahan suasana hati, serta ketidaknyamanan tubuh (Santosa, 2003). Rahmawati dan Setyawati (2011) menegaskan bahwa gejala menstruasi tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga mencakup aspek kognitif dan afektif, seperti kesulitan konsentrasi, mudah marah, dan kecemasan. Oleh karena itu, pengalaman menstruasi, termasuk *menarche*, perlu dipahami sebagai pengalaman biopsikososial yang memerlukan pendekatan edukatif yang menenangkan dan mendukung regulasi emosi remaja.

Pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah pada umumnya masih menggunakan metode konvensional berupa ceramah dan buku teks, yang dinilai kurang interaktif dan belum sepenuhnya menekankan aspek emosional remaja. Remaja sebagai generasi digital cenderung lebih responsif terhadap media visual dan audiovisual yang komunikatif, kontekstual, serta menarik secara emosional (Putra & Yulianti, 2023). Media edukasi yang tidak memperhatikan kondisi psikologis remaja berpotensi membuat materi kesehatan reproduksi sulit diterima secara optimal.

Storytelling dalam media visual menjadi pendekatan yang relevan untuk menjembatani kebutuhan edukasi dan kondisi emosional remaja. *Storytelling* dalam animasi edukatif memiliki keunggulan dalam menyampaikan informasi yang kompleks dan sensitif secara halus, membangun empati, serta menciptakan pengalaman belajar yang aman dan menyenangkan (Widyaningsih & Yulianti, 2022). Teknik narasi memungkinkan remaja mengidentifikasi diri dengan karakter fiktif, sehingga rasa malu dan kecemasan dapat berkurang, serta membuka ruang diskusi yang lebih terbuka mengenai *menarche*.

Pendekatan *storytelling* visual juga didukung oleh penelitian Prayitno, Rakhman, dan Moerdisuroso (2017) yang menunjukkan bahwa *storytelling* berbasis visual mampu mengangkat pengalaman personal dan lokal menjadi narasi yang bermakna serta membangun kedekatan emosional dengan audiens. Melalui proses observasi dan wawancara, *storytelling* visual tidak hanya berfungsi sebagai media penyampai informasi, tetapi juga sebagai sarana pembentukan empati dan pemahaman kontekstual. Prinsip ini relevan dalam perancangan animasi edukatif *menarche*, di mana pengalaman personal remaja dijadikan pusat narasi untuk meningkatkan penerimaan pesan edukatif.

Dengan demikian, integrasi aspek psikologis menstruasi, *storytelling* visual, dan pendekatan desain yang berpusat pada audiens menjadi landasan konseptual dalam perancangan animasi edukatif *menarche*. Pendekatan ini menempatkan kebutuhan emosional remaja sebagai bagian penting dari proses edukasi, sehingga animasi tidak hanya berfungsi sebagai media informasi kesehatan reproduksi, tetapi juga sebagai sarana pendukung kesiapan mental dan emosional remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

2. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan adalah *Design Thinking*, yaitu pendekatan perancangan berpusat pada pengguna untuk menghasilkan solusi berdasarkan empati terhadap kebutuhan audiens (Brown, 2009). Metode ini meliputi lima tahap: *empathize* (observasi dan wawancara untuk memahami pengalaman emosional remaja putri terkait *menarche*), *define* (perumusan masalah rendahnya kesiapan emosional dan keterbatasan media edukasi yang empatik), *ideate* (pengembangan ide melalui *storytelling* animatif yang relevan dengan pengalaman remaja), *prototype* (pembuatan *storyboard*, desain karakter,

dan animasi *motion graphic*), serta *test* (uji coba kepada remaja, guru, dan orang tua untuk menilai pemahaman, keterlibatan emosional, dan persepsi terhadap stigma menstruasi).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Karakteristik Responden

Penelitian ini melibatkan 53 responden remaja putri. Berdasarkan pengalaman *menarche*, responden terbagi menjadi dua kelompok, yaitu remaja yang belum mengalami *menarche* dan remaja yang sudah mengalami *menarche*. Distribusi responden disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian

Kategori Responden	Jumlah (n)	Presentase (%)
Belum <i>Menarche</i>	15	28,3
Sudah <i>Menarche</i>	38	71,7
Total	53	100

3.2 *Empathize*: Kesiapan Pengetahuan dan Emosional Remaja Putri

Hasil tahap *empathize* menunjukkan bahwa remaja putri masih menghadapi keterbatasan kesiapan dalam menghadapi *menarche*, baik sebelum maupun sesudah pengalaman menstruasi pertama. Pada kelompok remaja yang belum mengalami *menarche* (n = 15), ditemukan bahwa sebagian responden belum memiliki pemahaman dasar dan kesiapan emosional. Data tersebut disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Kesiapan Remaja Putri yang Belum Mengalami *Menarche*

Indikator	Presentase (%)
Tidak mengetahui istilah <i>menarche</i>	10,0
Tidak mengetahui perasaan yang akan dialami saat <i>menarche</i>	20,0
Tidak mengetahui pihak yang dapat dimintai bantuan	13,3
Menilai animasi sebagai media edukasi yang berguna	100

Data ini menunjukkan adanya potensi kecemasan dan kepanikan apabila *menarche* terjadi secara tiba-tiba, terutama di ruang publik, akibat kurangnya kesiapan informasi dan emosional. Pada kelompok remaja yang sudah mengalami *menarche* (n = 38), hasil survei menunjukkan bahwa pengalaman biologis tidak selalu diikuti dengan kesiapan mental dan pengetahuan yang memadai. Persepsi responden disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Persepsi Remaja Putri yang Sudah Mengalami *Menarche*

Indikator	Presentase (%)
Belum puas dengan kesiapan pengetahuan tentang <i>menarche</i>	38,5
Masih merasa malu membicarakan menstruasi	47,4
Menganggap <i>menarche</i> bukan hal yang perlu ditakuti	52,6
Menilai animasi edukatif sebagai media yang efektif	100

Hampir setengah responden masih mengalami rasa malu dalam membicarakan menstruasi, yang menunjukkan bahwa stigma sosial terhadap *menarche* masih cukup kuat meskipun pengalaman tersebut telah dilalui.

3.3 Ideate dan Prototype: Storytelling dalam Animasi Edukatif

Berdasarkan temuan pada tahap *empathize* dan *define*, pendekatan *storytelling* dalam animasi edukatif berbasis *motion graphic* dikembangkan sebagai solusi. *Storytelling* dirancang dengan mengangkat pengalaman nyata remaja putri, seperti *menarche* di sekolah atau ruang publik, sehingga memungkinkan audiens melakukan identifikasi diri dengan karakter dalam cerita.

Tabel 4. Beberapa Pengalaman *Menarche* Remaja Putri

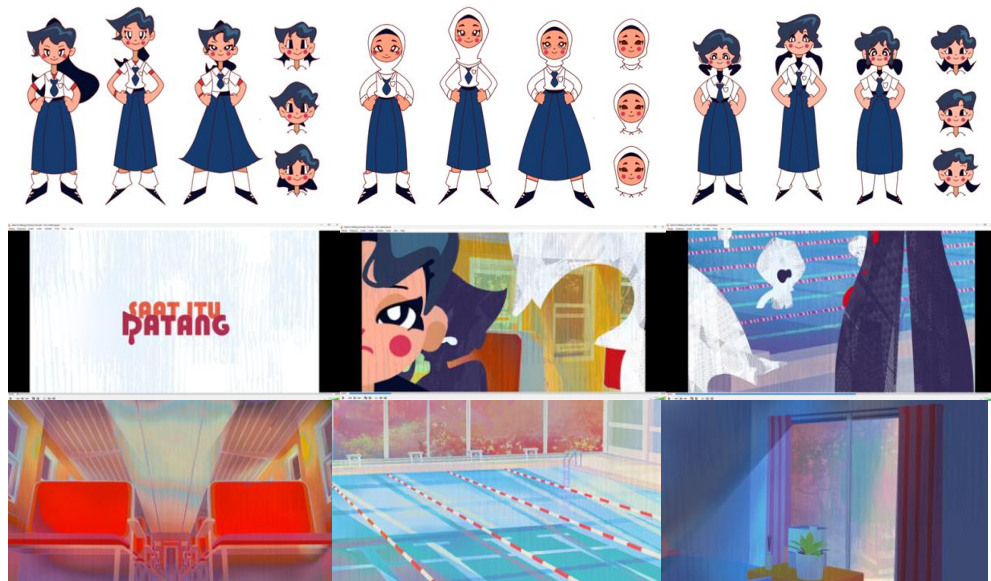
Remaja Putri	Rangkuman
Dyah Intan	Mengalami kebocoran saat <i>menarche</i> di sekolah, hal ini terlihat oleh anak lainnya. Sehingga menjadi bahan ejekan para murid terutama laki-laki pada saat itu.
Krety	Mengalami kebocoran saat <i>menarche</i> di kantin sekolah, saat itu ia tidak sadar terdapat bercak darah di roknya. Hal ini membuat para murid lainnya yang sadar akan bercak tersebut mengoloknya. Saat itu temannya yang tidak tahu menahu harus berbuat apa, hanya terdiam dan tidak berusaha membantunya menghadapi situasi tersebut.
Afiya Destiyanti	Mengalami <i>menarche</i> disaat sakit demam, gejala <i>menarche</i> di kala sakit membuat kondisinya memburuk. Panas demam tidak kunjung turun dan rasa mual selalu menghampirinya.
Via Sondari	Mengalami kebocoran saat <i>menarche</i> di sekolah, hal ini terlihat oleh anak lainnya. Sehingga menjadi bahan ejekan para murid pada saat itu.
Aswina Lutfia Adani	Mengalami kebocoran yang cukup banyak saat <i>menarche</i> di sekolah, hal ini terlihat oleh anak lainnya. Kejadian ini membuatnya merasa malu dan khawatir selama mengalami menstruasi.

Tabel 5. Alur Cerita Animasi Edukasi *Menarche* Berdasarkan Pengalaman Remaja Putri

Alur Cerita	Rangkuman
1	Karin mengalami haid pertama di bus sekolah, menghadapi ejekan dan rumor menyakitkan. Edukasi guru dan dukungan ibu membantunya bertahan, meski trauma masih tersisa.

- 2 **Rani**, yang mengalami kebocoran saat les renang, menghadapi rasa malu akibat ketidaksengajaan temannya, Kyara. Melalui permintaan maaf, edukasi dari pelatih, dan empati, pengalaman pahit itu berubah menjadi ikatan persahabatan dan kisah inspiratif yang dituangkan dalam komik. membantunya menghadapi situasi tersebut.
- 3 **Rara** mengalami haid pertama saat sakit dan dirawat di rumah sakit. Rasa malunya perlahan berubah menjadi keberanian setelah ia membagikan kisahnya melalui komik yang mendapat respons luas dari remaja lain.

Ketiga kisah ini saling menguatkan. Terinspirasi oleh cerita Rani dan Rara, Karin menggunakan bakat menggambar untuk menciptakan animasi edukatif tentang *menarche*, yang didukung sekolah dan sahabatnya. Animasi tersebut menjadi media empati dan edukasi, menegaskan pesan utama: menstruasi adalah proses alami, remaja putri tidak sendiri, dan dukungan serta edukasi mampu mengubah rasa malu menjadi kekuatan.



Prototipe animasi dikembangkan dengan gaya visual semi figuratif, penggunaan warna lembut, serta alur narasi yang sederhana dan emosional. Pendekatan ini bertujuan menciptakan rasa aman, mengurangi kecanggungan, dan mempermudah pemahaman informasi praktis mengenai *menarche* tanpa membebani kognisi remaja.

3. 4 Test: Evaluasi Efektivitas Prototipe Animasi Edukatif

Tabel 6. Hasil Evaluasi Prototipe Animasi Edukatif *Menarche*

Pernyataan	Sangat Setuju (%)	Setuju (%)	Netral (%)	Tidak Setuju (%)
Animasi mudah dipahami	81,1	18,9	0	0
Animasi membantu memahami <i>menarche</i>	77,4	22,6	0	0

Animasi meningkatkan pengetahuan praktis	73,6	26,4	0	0
Animasi mengurangi rasa malu dan kecemasan	69,8	30,2	0	0
Animasi menarik bagi remaja putri	84,9	15,1	0	0
Animasi layak sebagai media pembelajaran	79,2	20,8	0	0

Hasil evaluasi pada tahap *test* menunjukkan bahwa mayoritas responden memberikan penilaian positif terhadap animasi edukatif berbasis *storytelling*. Lebih dari 69% responden menyatakan “sangat setuju” bahwa animasi mampu mengurangi rasa malu dan kecemasan, sementara seluruh responden menyatakan setuju atau sangat setuju terhadap aspek kemudahan pemahaman, daya tarik visual, dan kelayakan media sebagai sarana pembelajaran *menarche*. Temuan ini mengindikasikan bahwa animasi edukatif berbasis *storytelling* diterima dengan baik oleh remaja putri sebagai media edukasi kesehatan reproduksi.

3.5 Pembahasan

Temuan penelitian menunjukkan bahwa permasalahan *menarche* pada remaja putri tidak hanya bersifat biologis, tetapi juga mencakup aspek psikologis dan sosial. Tingginya persentase rasa malu dan ketidaksiapan emosional memperkuat urgensi penggunaan media edukasi yang empatik dan relevan dengan karakteristik remaja.

Pendekatan *storytelling* dalam animasi edukatif, yang dikembangkan melalui metode *Design Thinking*, terbukti mampu meningkatkan keterlibatan emosional, memperjelas pemahaman praktis, serta membantu mengurangi stigma terhadap menstruasi. Dengan demikian, *storytelling* menjadi strategi desain visual yang efektif dalam pendidikan kesehatan reproduksi remaja putri.

4. KESIMPULAN

Animasi edukatif berbasis *storytelling* memiliki potensi besar sebagai alternatif media pembelajaran *menarche* karena mampu menjawab kebutuhan emosional dan kognitif remaja secara empatik, mengurangi stigma dan rasa malu terkait menstruasi, serta meningkatkan keterlibatan dan pemahaman praktis melalui desain visual dan narasi yang kontekstual. Oleh karena itu, animasi *storytelling* layak diintegrasikan ke dalam kurikulum pendidikan kesehatan reproduksi maupun platform media digital bagi remaja.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, R., & Pratiwi, D. (2020). *Pembelajaran berbasis pengalaman dalam pendidikan kesehatan remaja*. Jurnal Pendidikan Kesehatan.
- Brown, T. (2009). *Change by design: How design thinking creates new alternatives for business and society*. Harvard Business Press.

- Dewi, N. K., & Pratiwi, D. (2021). *Studi kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche di SDN Panduwangi*. Jurnal Kesehatan STIKES PID, 2(1), 10–18.
<https://jurnal.stikespid.ac.id/index.php/JKPID/article/view/29>
- Dewi, N. P., & Hamidah, R. (2023). *Pemanfaatan media digital dalam edukasi kesehatan reproduksi wanita*. Jurnal Abdi, 5(2), 15–21.
<https://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Abdi/article/download/afiskamedia/afiskamedia>
- Prawirohardjo, S. (2014). Ilmu Kandungan. Jakarta: Bina Pustaka.
- Prayitno, E. H., Rakhman, R. T., & Moerdisuroso, I. (2017). *Photography storytelling sebagai branding Desa Cisaat, Subang, Jawa Barat*. Jurnal Pendidikan dan Budaya Kreatif, 2(1), 1–12.
<https://journal.widyatama.ac.id/index.php/visualideas/article/view/1114>
- Primasita, N. (2021). *Peran visual art sebagai media komunikasi isu sosial pada generasi muda*. Jurnal Seni & Desain, 12(2), 88–97.
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/seni-dan-desain/article/view/38988>
- Primasita, R. (2021). *Strategi komunikasi visual dalam edukasi isu sensitif melalui animasi*. Jurnal Komunikasi Visual, 7(2), 115–124.
<https://journal.uui.ac.id/JurnalKomunikasiVisual/article/view/18153>
- Putra, I. W. Y., & Yulianti, N. N. (2023). *Penggunaan media animasi sebagai sarana edukasi kesehatan reproduksi*. Jurnal Pendidikan Teknik dan Vokasi, 9(1), 88–97.
<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/IPTV/article/view/56289>
- Rahmawati, & Setyawati, R. (2011). *Pengaruh relaksasi otot progresif terhadap premenstrual syndrome (PMS) pada remaja putri Pondok Pesantren Fathul Huda Kebondalem Purwokerto*. Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling, 1(1), 64–73.
<https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/IPBK/article/view/1896>
- Widyaningsih, A., & Yulianti, D. (2022). *Edukasi kesehatan reproduksi remaja menggunakan media video animasi*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 11(2), 34–41.
<https://jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/index.php/JKM/article/download/2196/592>
- Widyaningsih, I., & Yulianti, D. (2022). *Pengaruh media motion graphic terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan reproduksi*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 10(3), 115–122.
<https://jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id/index.php/JKM/article/download/2196/592>