

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN KESIAPAN MENGHADAPAI MENARCHE PADA SISWI KELAS V DAN VI SDN 11 NAN SABARIS KABUPATEN PADANG PARIAMAN

RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE LEVEL AND READINESS TO FACE MENARCHE IN GRADE V AND VI STUDENTS OF SDN 11 NAN SABARIS, PADANG PARIAMAN REGENCY

Yesi Maifita¹, Welliani Safitri^{1*}

¹ STIKes Pila Sakti Pariaman

Jl. Diponegoro, Kp. Pd., Pariaman Tengah, Kota Pariaman, Sumatera Barat 25512 HP: 0812374499579

*Email: 28yesimaifita@gmail.com

Naskah Masuk: 02-06-2024

Naskah Diterima: 03-06-2024

Naskah Disetujui: 03-06-2024

ABSTRACT

Knowledge of adolescent girls related to early signs of puberty in the form of menarche (first menstruation) is still low in Padang Pariaman Regency. Meanwhile, adolescent girls should have sufficient knowledge and information to face menarche. The purpose of this study was to determine the relationship between the level of knowledge and readiness to face menarche in grade V and VI students of SDN 11 Nan Sabaris, Padang Pariaman Regency. The method used in this study was descriptive analytical using a cross-sectional approach. The population in this study were 30 grade V and VI students of SDN 11 Nan Sabaris. Sampling was done using the total sampling technique so that the sample size was 30 people. The instrument in this research was questionnaire. Data processing was computerized with Chi-Square analysis at $\alpha = 5\%$. The results showed that 66.7% of respondents had high knowledge and 70.0% of respondents were ready to face menarche. Bivariate chi square analysis showed that $p\text{-value} = 0.00$ which means there is a significant relationship between the level of knowledge and readiness to face menarche in grade V and VI students of SDN 11 Nan Sabaris ($p\text{-value} = 0.00 < \alpha = 0.05$). The conclusion of this study is that the level of adolescent knowledge in facing menarche in grade V and VI students of Nan Sabaris is related to their readiness.

Keywords: Menarche, Adolescent, Puberty

ABSTRAK

Pengetahuan remaja putri terkait tanda awal pubertas berupa *menarche* (menstruasi pertama) masih rendah di Kabupaten Padang Pariaman. Sementara itu, remaja putri seharusnya memiliki pengetahuan dan informasi yang cukup untuk menghadapi *menarche*. Tujuan penelitian mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswa kelas V dan VI SDN 11 Nan Sabaris, Kabupaten Padang Pariaman. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah deskriptif analitik menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas V dan VI SDN 11 Nan Sabaris sebanyak 30 orang. Pengambilan sampel dengan teknik total sampling sehingga sampel berjumlah 30 orang. Alat pengumpulan data berupa kuisioner. Pengolahan data secara komputerisasi dengan analisis Chi-Square pada $\alpha = 5\%$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 66.7% responden berpengetahuan tinggi dan 70.0% responden sudah siap dalam menghadapi *menarche*. Analisis bivariat *chi square* menunjukkan bahwa $p\text{-value} = 0.00$ yang bermakna ada hubungan signifikan antara tingkat

pengetahuan dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI SDN 11 Nan Sabaris ($p\text{-value} = 0.00 < \alpha = 0.05$). Kesimpulan penelitian ini adalah tingkat pengetahuan remaja menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI Nan Sabaris berhubungan dengan kesiapannya.

Kata Kunci: *Menarche, Remaja, Pubertas*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan suatu tahap antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Masa ini biasanya diawali pada usia 14 tahun pada laki-laki dan 10 tahun pada perempuan. Batasan usia remaja menurut WHO adalah umur 12-24 tahun (Saryomo, 2011). Pada saat itu remaja mengalami pubertas, khususnya pada remaja putri terlihat dimulainya perkembangan payudara pada usia 10-13 tahun dan puncaknya saat terjadi menstruasi pertama (*menarche*).

Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI), masa remaja adalah umur 10 sampai 19 tahun dan belum kawin. Masa remaja merupakan masa transisi yang unik dan ditandai oleh berbagai perubahan fisik, emosi dan psikis serta merupakan masa khusus dan penting. Pada masa ini disebut juga dengan periode pematangan organ reproduksi manusia atau diistilahkan masa pubertas (Diyastusi, 2015).

Menurut Price & Wilson (2014), *menarche* yaitu mulainya menstruasi pertama, yang biasanya terjadi antara

usia 12-13 tahun dengan kisaran dari usia 9.1 tahun hingga 12.88 tahun. Dewati (2014) mengatakan *menarche* adalah haid yang pertama terjadi, yang merupakan ciri khas kedewasaan seorang wanita yang sehat dan tidak hamil. *Menarche* ditandai dengan keluarnya darah dari vagina akibat peluruhan lapisan endometrium. *Menarche* terjadi pada periode pertengahan pubertas atau biasa terjadi 6 bulan setelah mencapai puncak pencepatan pertumbuhan. Banyak hal yang mempengaruhi *menarche*, antara lain adanya perubahan hormon yang mempengaruhi kematangan sel (Afifah, 2016).

Menstruasi pertama atau *menarche* adalah hal wajar yang pasti dialami oleh setiap wanita normal dan tidak perlu digelisahkan. Namun hal ini akan semakin parah apabila pengetahuan remaja mengenai menstruasi ini sangat kurang dan pendidikan dari orang tua yang kurang. Pengetahuan tentang menstruasi sangatlah penting bagi setiap remaja putri untuk menghadapinya karena ada perubahan fisik. Pengetahuan yang kurang tentang menstruasi salah

satunya dapat menyebabkan infeksi saluran kemih (ISK). Hal itu dapat terjadi karena kurangnya higienitas secara personal yang disadari kurangnya pengetahuan. Oleh sebab itu, menstruasi merupakan peristiwa yang harus dipahami oleh remaja putri (Yulia, 2011).

Hasil Survei Kesehatan Republik Indonesia (SKRRI), 2014 menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri usia 12-19 tahun tentang tanda pubertas mengenai pertumbuhan rambut pada sekitar kemaluan dan ketiak sekitar 17.3%, pertumbuhan dada sekitar 53.5%, peningkatan gairah seksual sekitar 5.2%, haid sebagai tanda pubertas sekitar 75.4%, dan sekitar 13.5% remaja tidak mengetahui apapun tentang tanda pubertas pada wanita.

Remaja membutuhkan kesiapan mental yang baik untuk menghadapi *menarche*. Kesiapan ini merupakan keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satunya kematangan fisik yaitu datangnya *menarche*. Remaja yang belum siap *menarche* akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut. Remaja tersebut lebih bersikap merasa haid sebagai sesuatu kejam dan mengancam sehingga

keadaan ini dapat berlanjut kearah yang lebih negatif. Hal yang berbeda terjadi pada remaja yang telah siap menghadapi *menarche* Mereka merasa senang dan bangga dikarenakan mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis (Yusuf, 2014).

Pengetahuan dan informasi yang cukup sangat dibutuhkan remaja terutama tentang *menarche*. Pengetahuan dan informasi yang kurang jelas tentang perubahan fisik saat pubertas sering membuat rasa cemas, takut, malu, merasa lain dan bingung. Perubahan berat badan dan bentuk tubuh saat memasuki pubertas pada remaja putri terkadang mengganggu gerak bila ingin terlihat menarik di depan lawan jenisnya (Gunarsa, 2012). Pengetahuan juga merupakan salah satu komponen dalam pembentukan sikap seseorang. Pengetahuan pubertas yang tidak memadai pada remaja putri membuat remaja cenderung mengambil sikap salah dan cenderung bersikap negatif tentang seksualitas (Ali dan Asrori, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Afifah (2016), remaja yang siap menghadapi *menarche* ada sekitar 61.8% Sisanya 17.6% memiliki pengetahuan cukup dan 11.8% tidak mengetahui persiapan menghadapinya.

Penelitian Sularmi (2014) menunjukkan bahwa dari 10 siswi yang sudah mengalami *menarche* merasa belum mempunyai kesiapan dan ada hal yang dirasakan dalam bentuk kecemasan dan takut karena harus melihat begitu banyak darah dari organ vital nantinya yang keluar, rasa malu karena harus mengalami *menarche* di sekolah, dan reaksi dari teman-teman di sekolah yang kurang menyenangkan.

Studi awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 21 April 2017 di SDN 11 Nan Sabaris menunjukkan siswi perempuan kelas V dan VI adalah sebanyak 30 orang. Dari 30 orang siswi, peneliti mewawancarai 10 orang siswi yang berusia 11-12, 5 mengatakan paham terkait *menarche* dan mempunyai kesiapan dalam menghadapi *menarche*, 3 mengatakan masih mencari informasi yang berhubungan dengan *menarche* dan masa pubertas dan masih belum memiliki kesiapan jika terjadi *menarche*, dan 2 orang masih takut, cemas, malu, dan tidak percaya diri jika mengalami *menarche*.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti telah melakukan penelitian tentang hubungan tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswa kelas V dan VI di SDN 11

Nan Sabaris tahun 2017. Tujuan penelitian mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI di SDN 11 Nan Sabaris Tahun 2017.

METODOLOGI

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, yaitu penelitian ilmiah yang sistematis terhadap bagian-bagian dan fenomena serta hubungan-hubungannya. Desain penelitian menggunakan deskriptif analitik pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan dari Agustus sampai September 2017 di SDN 11 Nan Sabaris. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas V dan VI yang berjumlah 30 Siswi. Metode pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu teknik total sampling, sebanyak 30 orang sampel. Kriteria inklusi dalam pengambilan sampel penelitian yaitu bersedia menjadi responden, hadir dari awal sampai akhir, dan belum *menarche*. Data primer diperoleh dari survei lapangan dan hasil wawancara serta kuesioner kepada kepala siswi kelas V dan VI SDN 11 Nan Sabaris. Data sekunder berupa data umum lokasi penelitian dan jumlah

siswi yang di dapat dari SDN 11 Nan Sabaris, informasi dari guru bimbingan konseling dan juga studi kepustakaan. Pengumpulan data dengan wawancara dan kuesioner lembaran pertanyaan terkait persiapan *menarche*). Analisis data menggunakan uji *chi square* pada $\alpha = 5\%$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran kebiasaan merokok responden dalam penelitian ini terkait dengan kejadian hipertensi pada pasien pokli penyakit dalam RSUD Pariaman dapat terlihat pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan remaja putri terkait *menarche* di SDN 11 Nan Sabaris

Tingkat Pengetahuan	f	%
Rendah	10	33.3
Tinggi	20	66.7
Jumlah	30	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 30 siswi kelas V dan VI, 33.3% (10 orang) memiliki pengetahuan yang rendah terkait persiapan *menarche*, 66.7% (20 orang) sudah memiliki pengetahuan yang baik terkait persiapan *menarche*. Sementara itu, frekuensi kesiap-siagaan siswi kelas V dan VII SDN 11 Nan Sabaris terhadap *menarche* dapat terlihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi frekuensi hipertensi pasien yang berobat pada poli penyakit dalam RSUD Pariaman

Kesiapan	f	%
Tidak siap	9	30.0
Siap	21	70.0
Jumlah	30	100

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui dari 30 orang siswi kelas V dan VI SDN 11 Nan Sabaris, 30.0% (9 orang) belum siap untuk menghadapi datangnya *menarche*, 70.0% (21 orang) sudah siap untuk menghadapinya. Hasil analisis data terhadap hubungan pengetahuan dan kesiapan siswi SDN 11 Nan Sabaris kelas V dan VI dalam menghadapi datangnya *menarche* dapat terlihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hubungan tingkat pengetahuan dan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SDN 11 Nan Sabaris

Tingkat Pengetahuan	Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>				Total		P Value
	Tidak Siap		Siap		n	%	
	F	%	F	%			
Rendah	8	80,0	2	20,0	10	100	0,000
Tinggi	1	5,0	19	95,0	20	100	
Jumlah	9	30,0	21	70,0	30	100	

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan yang rendah berkaitan dengan ketidaksiapan siswi SDN 11 Nan Sabaris terkait datangnya *menarche*. Berdasarkan Tabel 3 diatas dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan berhubungan signifikan dengan kesiapan

siswi kelas V dan VI SDN 11 Nan Sabaris dalam menghadapi datangnya *menarche* ($p\text{-value} = 0.001 < \alpha = 5\%$).

Hasil penelitian Afifah (2016) menunjukkan ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan remaja menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI di SDN Dangkel, Temanggung. Penelitian Yusuf (2014) menemukan pengetahuan sebagian responden baik (37.1%), cukup (45.7%), dan kurang (17.1%) terkait persiapan menghadapi *menarche* di SMPN 3 Tidore Kepulauan.

Hasil penelitian yang telah didapatkan menunjukkan sebagian besar siswi berpengetahuan tinggi memperoleh banyak paparan informasi tentang *menarche* baik di sekolah atau di lingkungan siswi. Sebaliknya, pengetahuan siswi yang rendah tentang menstruasi dikarenakan kurangnya informasi tentang menstruasi yang diperoleh, sehingga membawa dampak negatif bagi perkembangan yaitu mengalami ketidaksiapan dalam menghadapi menstruasi khususnya *menarche*. Kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* akan tampak pada sikap dan tingkah laku siswi yaitu lebih percaya diri karena menyadari bahwa dirinya telah beranjak dewasa,

sedangkan responden yang belum siap akan merasa cemas dan gelisah dengan peristiwa yang dialaminya.

Berdasarkan hasil penelitian tentang kesiapan menghadapi *menarche*, ditemukan lebih dari sebagian siswi yaitu 21 orang (70.0%) sudah siap dalam menghadapi *menarche*.

Menurut Anggraini (2011), kesiapan (*readiness*) mengacu pada kemampuan yang adekuat dalam hubungannya dengan tuntunan penyelesaian tugas. Kesiapan menghadapi *menarche* adalah suatu kemampuan dan kesediaan seseorang dalam menerima perubahan dan perkembangan biologis khususnya menstruasi pertama (Paath dkk, 2015).

Hasil penelitian ini sama dengan yang dilakukan oleh Yanti (2014) yang menemukan ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* di SMPN 3 Tidore Kepulauan yaitu 62.9%) sudah memiliki kesiapan untuk menghadapi *menarche*. Penelitian Dewi (2011) juga menunjukkan bahwa sebagian besar siswi (58.34%) sudah siap dalam menghadapi *menarche*.

Kesiapan seseorang dalam menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki siswi tentang

menstruasi. Pengetahuan yang tinggi tentang menstruasi dapat membuat remaja memiliki kesiapan yang lebih dalam menghadapi *menarche*, sedangkan siswi yang tidak siap dalam menghadapi *menarche* juga memiliki pengetahuan yang kurang tentang menstruasi. Pemberian informasi yang positif dengan penuh kehangatan dan disertai sikap dukungan serta pengertian akan mengurangi rasa kekhawatiran, rasa terbebani maupun kesedihan akibat datangnya *menarche*.

Ketidaksiapan dalam menghadapi *menarche* akan mengakibatkan kepanikan dan menimbulkan anggapan bahwa peristiwa tersebut sebagai gejala suatu timbulnya penyakit. Fitria (2007) menjelaskan bahwa remaja yang tidak dipersiapkan dengan pengetahuan tentang *menarche* mudah merasakan peristiwa tersebut sebagai hal yang mengecewakan sehingga akan merasa malu karena merasa sangat kotor saat menstruasi pertama.

Berdasarkan hasil uji statistik di dapatkan hasil $p\text{-value} = 0,000 < \alpha 0,05$ yang berarti terdapat hubungan tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi Menarche pada siswi kelas V dan VI di SDN 11 Nan Sabaris Tahun 2017. Menurut Sukmadinata (2009)

faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* antara lain faktor internal dan eksternal. Faktor internal dipengaruhi oleh pengetahuan, usia anak saat mengalami *menarche*, persepsi terhadap dirinya, dan sikap terhadap menstruasi sebelum anak mengalami *menarche*. Dukungan dari lingkungan, sumber informasi tentang menstruasi sebelum anak mengalami *menarche*.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Yani (2014) bahwa ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* ($p\text{-value} = 0.017 < \alpha = 0.05$). Hasil penelitian Afifah (2016) juga menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara hubungan tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi *menarche* ($p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0.05$). Pemahaman yang mendalam tentang proses menstruasi dapat membuat remaja siap menerima dan mengalami menstruasi pertama (*menarche*) sebagai proses yang normal (Ayu Putu, 2013).

KESIMPULAN

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan yang

signifikan antara pengetahuan remaja dengan kesiapan siswi kelas V dan VI SDN 11 Nan Sabaris tahun 2017.

REKOMENDASI

Saran tim peneliti adalah memberikan edukasi kepada para orang tua terkait pendidikan seksualitas dalam menghadapi perkembangan remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, A. (2016). Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada siswi kelas V dan VI di SDN Dangkel Temanggung, Tahun 2016. *Jurnal Kebidanan*.
- Anggraini, T. (2013). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Kecemasan Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas IV-V SD Negeri Sonosewu Ngestiharjo Kasihan Bantul Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta : UMY.
- Depkes RI. (2011). *Kajian Profil Penduduk Remaja*. Diambil dari <http://www.depkesri.go.id>. Diakses tanggal 3 Juni 2017.
- Dewati, A.I. (2014). Studi Fenomenologi Pengalaman Menarche pada Remaja Perempuan Di RW 07 Kelurahan Cakung Barat Jakarta Timur. *Skripsi*. Jakarta: Universitas Islam Negeri.
- Dewi, K. (2011). Tingkat Pengetahuan Siswi Kelas VI Tentang Menarche di SDN 3 Plosorejo Porwodadi. *Karya Tulis Ilmiah*. Surakarta: STIKes Kusuma Husada. Diambil dari www.stikeskusumahusada.ac.id/. Diakses tanggal 7 Juni 2011.
- Fitria, A. (2007). *Panduan Lengkap Kesehatan Wanita, Gala Ilmu Semester*. Yogyakarta.
- Sukmadinata, N. (2009). *Landasan Psikologi Proses Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- WHO. (2016). Diambil dari http://www.who.int/topics/adolescence_health/en/. Diakses tanggal 15 Mei 2016.
- Yanti, Y. (2014). Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan remaja putrid dalam menghadapi menarche di SMP 5 Darul Makmur kecamatan Darul Makmur Kabupaten Neganraya. *Skripsi*. Diakses tanggal 11 Juli 2014. Diambil dari <http://simptakp.uui.ac.id>.
- Yulia, Vemmy Veronica. (2011). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Keterlambatan Usia Menarche pada Remaja Putri di SLTP Kecamatan Situjuh Lima Nagari Kabupaten Lima Puluh Kota. *Skripsi*. Diambil dari <http://www.unand.ac.id>. Diakses 15 Juni 2011.
- Yusuf. (2014). *Pengantar Ilmu Pendidikan*. Jakarta : Ghalia Indonesia.