

# HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN MENSTRUASI DENGAN KESIAPAN MENARKHE SISWI SD KELAS 4, 5, DAN 6

Wahyu Surya Rhomawati<sup>1</sup>, Dwiana Estiwardani<sup>2</sup>, Heni Puji Wahyuningsih<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>wahyusuryarhomawati@gmail.com, Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta  
Jalan Mangkuyudan MJ III No. 304.

## ABSTRACT

*Indonesian population dominated by adolescent age group (10-19 years) of approximately 18%. State population dominated adolescence because teenagers pose new problems including the age group that needs special attention, especially in the reproduction rights. Lack of knowledge on adolescent girls about menstruation in particular reproduction is likely to have an impact on the attitude of facing menarkhe. The purpose to determine the relationship of the level of knowledge of menstruation with readiness menarkhe elementary school grades 4, 5, and 6 at SD Unggaran 1 Yogyakarta 2014. This research is an analytical survey correlational cross-sectional approach. The study was conducted in SD Unggaran 1 Yogyakarta on March 27, 2014 subjects were elementary school classes 4, 5, and 6 age 10-12 years who have not been menstruating by 43 respondents. Data collection instruments such as questionnaires. Data were analyzed using Chi Square. The results showed the highest level of knowledge is at the level quite as many as 19 (44.2%) respondents. On respondents knowledgeable enough knowledge obtained 10 (52.6%) respondents are ready to face and on the level of knowledge menarkhe less. The bivariate analysis using Chi Square test IBM SPSS 20 computer program with a 95% confidence level is obtained  $X^2$  count of 8.05. The amount is greater than the  $X^2$  table at  $df = 3-1: 1(2)$ , with a significance level of 0.05, which is worth 5.591. This means that the count  $X^2 > X^2$  table is  $8.05 > 5.59$ . In addition, the results obtained also that the  $p$ -value is 0.01 or ? count. This suggests that the ? count < ? of  $0.01 < 0.05$ . In conclusion there is a correlation with the level of knowledge menstrual menarkhe elementary school readiness classes 4, 5, and 6 at SD Unggaran 1 Yogyakarta in 2014.*

**Keywords:** knowledge, readiness, menarkhe

## INTISARI

Penduduk Indonesia didominasi kelompok usia remaja (10-19 tahun) sebanyak kurang lebih 18%. Keadaan penduduk yang didominasi usia remaja menimbulkan masalah baru karena remaja termasuk kelompok umur yang perlu mendapatkan perhatian khusus terutama dalam hak bereproduksi. Kurangnya pengetahuan pada remaja putri tentang reproduksi khususnya menstruasi kemungkinan dapat berdampak pada sikap menghadapi menarkhe. Tujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menarkhe siswi SD kelas 4, 5, dan 6 di SD Unggaran 1 Yogyakarta tahun 2014. Jenis penelitian ini adalah survei analitik korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilakukan di SD Unggaran 1 Yogyakarta pada 27 Maret 2014. Subjek penelitian adalah siswi SD kelas 4, 5, dan 6 usia 10-12 tahun yang belum menstruasi sebanyak 43 responden. Instrumen pengumpulan data berupa kuesioner. Analisis data menggunakan *Chi Square*. Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan paling tinggi berada pada tingkatan cukup sebanyak 19 (44,2%) responden. Pada responden berpengetahuan pengetahuan cukup didapatkan 10 (52,6%) responden yang siap menghadapi menarkhe dan pada tingkat pengetahuan kurang. Analisis bivariabel pada uji *Chi Square* menggunakan program komputer SPSS IBM 20 dengan tingkat kepercayaan 95% didapatkan hasil  $X^2$  hitung sebesar 8,05. Jumlah tersebut lebih besar bila dibandingkan dengan  $X^2$  tabel pada  $df = 3-1: 1(2)$ , dengan taraf signifikans 0,05 yang bernilai 5,591. Hal ini berarti bahwa  $X^2$  hitung  $> X^2$  tabel yaitu  $8,05 > 5,59$ . Selain itu didapat pula bahwa hasil  $p$ -value atau  $\alpha$  hitung adalah 0,01. Hal ini menunjukkan bahwa  $\alpha$  hitung  $< \alpha$  yaitu  $0,01 < 0,05$ . Kesimpulannya ada hubungan tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menarkhe siswi SD kelas 4, 5, dan 6 di SD Unggaran 1 Yogyakarta tahun 2014.

Kata Kunci: pengetahuan, kesiapan, menarkhe

## PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara dengan jumlah penduduk nomor empat di dunianya yang diestimasikan sebanyak 237,6 juta jiwa<sup>1</sup>. Menurut *World Health Organization* (WHO), jumlah tersebut didominasi usia 10-19 tahun sebanyak kurang lebih 18% dari total jumlah penduduk. Sementara itu, jumlah remaja di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) yang berumur 10-19 tahun sebesar 538.376 orang, atau sekitar 15,57% dari total jumlah penduduk di DIY<sup>4</sup>. Jumlah yang sangat besar dan sangat mempengaruhi kekuatan bangsa Indonesia dalam menjalankan kehidupannya<sup>2</sup>. Keadaan penduduk yang didominasi usia remaja menimbulkan masalah baru karena remaja termasuk kelompok umur yang perlu mendapatkan perhatian khusus terutama dalam hak bereproduksi<sup>16</sup>. Hasil Riskesdas tahun 2010 menunjukkan bahwa rata-rata usia menarche di Indonesia adalah 13 tahun dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun<sup>5</sup>. Provinsi DIY tahun 2010 menempati urutan ketiga setelah Provinsi DKI Jakarta dan Provinsi Bali terkait kasus menarche dini. Menarche dini ini didominasi anak di perkotaan. Menurut Janiwarti, menarche yang datang lebih awal ini dapat menjadi *problem* sehingga perlu dipersiapkan.

Menurut Erickson, masa pubertas jika tidak dipersiapkan akan menjadi hal yang traumatik<sup>16</sup>. Kejadian traumatik yang terjadi akan membuat remaja depresi. Manifestasi depresi biasanya berkaitan dengan perasaan sedih, murung, putus asa, merana, dan tidak bahagia. Selain itu, kematangan seksual juga mengakibatkan remaja mulai tertarik terhadap anatomi fisiologi tubuhnya, kecemasan-kecemasan, dan pertanyaan-pertanyaan seputar menstruasi atau hal-hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi lainnya. Secara umum untuk mengatasi perubahan-perubahan tersebut, kebutuhan remaja meliputi kebutuhan fisik, sosial, dan emosional. Pemenuhan kebutuhan, khususnya untuk remaja putri menjadi sangat penting karena akses informasi remaja pada kesehatan reproduksinya sangat terbatas. Duarsamengatakan bahwa waktu dan kurikulum sekolah sangatlah terbatas untuk memberikan semua yang dianggap perlu oleh remaja termasuk dari aspek kesehatan reproduksi dan topik-topik lain<sup>16</sup>.

Kurangnya pengetahuan tentang reproduksi khususnya menstruasi berdampak pada sikap menghadapi menstruasi. Hal ini dikarenakan, pengetahuan akan membawa remaja putri untuk berusaha siap menghadapi menarche. Informasi sebagai sumber pengetahuan diperlukan agar dapat menentukan sikap dan perilaku

bertanggungjawab dalam menjaga kesehatan reproduksi. Sehingga, apabila mereka sudah dipersiapkan dan mendapat informasi tentang menstruasi, maka mereka tidak akan mengalami kecemasan dan reaksi negatif lainnya<sup>16</sup>.

Sementara itu, jumlah sekolah dasar tiga tahun terakhir di kota Yogyakarta sejumlah 168 SD<sup>7</sup>. Dari data tersebut diketahui jumlah siswi kelas 4,5, dan 6 SD tiga besar terbanyak berada di SD Muh Sapien 1, SD Muh Sapien 2, dan SD Ungaran 1. Ketiga SD tersebut mempunyai karakteristik sama yaitu dengan populasi siswa lebih dari 200 orang dan berada di kawasan kota Yogyakarta<sup>7</sup>. Dari studi pendahuluan pada sepuluh siswi kelas 4,5, dan 6 masing-masing SD tersebut, diketahui siswi yang sudah mengalami menarche paling sedikit di SD Ungaran 1 Yogyakarta. Selain itu, hampir semua siswi baik yang sudah atau yang belum menarche di SD tersebut mengatakan tidak tahu beberapa hal terkait dengan menstruasi seperti siklus. Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk mengetahui "Hubungan Tingkat Pengetahuan Menstruasi dengan Kesiapan Menarche Siswi SD Kelas 4, 5, dan 6 di SD Ungaran 1 Yogyakarta Tahun 2014".

Tujuan umum dari penelitian ini adalah diketahuinya hubungan tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menarche responden. Di samping itu tujuan khusus dalam penelitian ini adalah diketahuinya karakteristik responden meliputi umur, sumber informasi tentang menstruasi, tingkat pengetahuan tentang menstruasi dan kesiapan menarche. Ruang lingkup penelitian ini adalah pelaksanaan pelayanan kebidanan yang berfokus masalah kesehatan reproduksi remaja di awal memasuki masa pubertas. Manfaat dari penelitian ini diharapkan mampu menambah ilmu bagi pembacanya serta menjadi sumber informasi pentingnya pemberian informasi tentang menstruasi pada responden. Selain itu, hasil penelitian dapat dijadikan dasar penyusunan program penyuluhan kesehatan maupun konseling terkait kesiapan menghadapi menarche bagi siswi SD kelas 4, 5, dan 6 di SD Ungaran 1 Yogyakarta.

Keaslian penelitian diambil dari penelitian Ninawati dan Kuryadi tentang "Hubungan antara Sikap terhadap Menstruasi dengan Kecemasan terhadap Menarche"<sup>10</sup>. Hasil penelitian menunjukkan ada korelasi antara sikap terhadap menstruasi dengan kecemasan menarche. Kesamaan penelitian meliputi beberapa tinjauan teori, penggunaan kelas responden dan rancangan penelitiannya. Perbedaan terletak pada variabel

independen dan dependen, serta jumlah sampel. Sampel yang digunakan pada penelitian ini sejumlah 137. Selain itu, keaslian diambil juga dari penelitian "Deskripsi Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Anak dalam Menghadapi Menarche di SD Negeri Kretek Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes Tahun 2011"<sup>8</sup>. Hasil dari penelitian, secara garis besar 13 (27,08%) anak usia 10 tahun tidak siap menghadapi menarkhe, berdasarkan sumber informasi 17 (56,25%) anak tidak siap menghadapi menarkhe, sementara itu 38 (79,17%) anak mempunyai respon yang buruk terhadap menarkhe. Kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti adalah beberapa tinjauan teori, penggunaan kelas responden dan rancangan penelitian yang digunakan. Perbedaannya terletak pada variabel yang diteliti, jenis penelitian, dan jumlah sampel.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode survei analitik korelasional. Rancangan penelitian menggunakan pendekatan waktu *cross-sectional*. Pengambilan data dilakukan pada 27 Maret 2014. Penelitian dilakukan di SD Ungaran 1 Yogyakarta, Jalan Serma Taruna Ramli No.3 Kotabaru Gondokusuman. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi SD kelas 4,5,dan 6 di SD Ungaran 1 Yogyakarta tahun 2014 sejumlah 215 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswi SD kelas 4, 5, dan 6 di SD Ungaran 1 Yogyakarta pada tahun 2014 yang memenuhi kriteria. Dari seluruh siswi yang memenuhi kriteria sejumlah 52 orang dilakukan *proporsional random sampling*. *Proporsional random sampling* dilakukan untuk memenuhi jumlah besar sampel minimal yang dihitung dengan rumus sampel tunggal untuk estimasi proporsi suatu populasi menurut Sastroasmoro<sup>15</sup>. Dalam perhitungan tersebut didapatkan besar sampel minimal sejumlah minimal 43 responden.

Instrumen penelitian dalam penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner yang digunakan diuji validitas dan reliabilitasnya. Pada penelitian ini, uji validitas dibantu program komputer R comender dengan rumus korelasi *product moment*<sup>14</sup>. Hasilnya didapatkan soal valid masing-masing 25 soal pada kuesioner tingkat pengetahuan menstruasi dan kuesioner kesiapan menarkhe. Setelah itu dilakukan uji reliabilitas. Dalam perhitungan

reliabilitas koefisien korelasi dikatakan reliabel jika nilai alphanya  $>0,75^{14}$ . Nilai alpha dari uji reliabilitas kuesioner tingkat pengetahuan yaitu 0,92 dan kuesioner menghadapi menarkhe 0,91.

Analisis univariabel dalam penelitian ini, adalah menghitung distribusi frekuensi karakteristik meliputi umur, sumber informasi tentang menstruasi, tingkat pengetahuan tentang menstruasi, dan kesiapan menghadapi menarkhe. Analisis bivariabel pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan kedua variabel, meliputi variabel independen yaitu tingkat pengetahuan tentang menstruasi dan variabel dependen yakni kesiapan menghadapi menarkhe. Uji statistik yang dilakukan pada analisis bivariabel ini menggunakan *chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95%<sup>14</sup>. Kesimpulan diambil dengan cara membandingkan *p-value* (nilai signifikansi) dengan  $\alpha$  (0,05). Bila  $p\text{-value} > \alpha(0,05)$  maka hipotesis  $H_0$  diterima atau dengan kata lain tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarkhe. Sebaliknya bila  $p\text{-value} < \alpha(0,05)$ , maka dapat disimpulkan ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarkhe.

## HASIL

### Usia Responden

Penelitian ini menggunakan responden dari siswi SD kelas 4, 5, dan 6 di SD Ungaran 1 Yogyakarta tahun 2014. Dari data yang terkumpul didapatkan persebaran usia sebagai berikut.

Tabel 1  
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur pada Siswi SD Kelas 4, 5, dan 6 di SD Ungaran 1 Yogyakarta Tahun 2014

No	Usia (Tahun)	Frekuensi	Persentase (%)
1	10	24	55,8
2	11	10	23,3
3	12	9	20,9
Jumlah		43	100,0

Sumber : data primer 2014

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi responden berdasarkan umur pada siswi SD kelas 4, 5, dan 6 di SD Ungaran 1 Yogyakarta tahun 2014 diketahui jumlah responden sebanyak 43. Umur terbanyak 10 tahun sebanyak 24(55,8 %) responden.

### Sumber Informasi

Hasil penelitian terkait sumber informasi dan jumlah sumber informasi menstruasi didapatkan distribusi frekuensi sebagai berikut.



Tabel 2.

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sumber Informasi dan Jumlah Sumber tentang Menstruasi pada Siswi SD Kelas 4, 5, dan 6 di SD Ungaran 1 Yogyakarta Tahun 2014

Karakteristik	Frekuensi(n)	Persentase (%)
<b>Sumber Informasi tentang Menstruasi:</b>		
Teman	12	17,6
Petugas Kesehatan	2	1,5
Orang tua	34	50,0
Televisi	6	8,8
Guru	9	13,2
Radio	0	0,0
Koran/Majalah	6	8,8
Internet	0	0,0
<b>Jumlah Sumber Informasi tentang Menstruasi:</b>		
Belum mendapatkan informasi	4	9,3
Satu sumber informasi	18	41,9
Dua sumber informasi	15	34,9
Tiga sumber informasi	4	9,3
Empat sumber informasi	2	4,7
<b>Jumlah</b>	<b>43</b>	<b>100,0</b>

Sumber : data primer 2014

Dari tabel 2, sumber informasi paling banyak berasal dari orang tua yaitu 34(50,0 %) jawaban. Jumlah sumber informasi, paling banyak mendapat sumber informasi dari satu sumber yaitu sebanyak 18(41,9%) responden. Bahkan ada responden yang belum mendapatkan informasi menstruasi sebanyak 4(9,3%) responden.

### Tingkat Pengetahuan Menstruasi

Hasil penelitian terkait tingkat pengetahuan didapatkan distribusi frekuensi responden sebagai berikut.

Tabel 3.

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan tentang Menstruasi pada Siswi SD Kelas 4, 5, dan 6 di SD Ungaran 1 Yogyakarta Tahun 2014

No	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	14	32,6
2	Cukup	19	44,2
3	Kurang	10	23,3
<b>Jumlah</b>		<b>43</b>	<b>100,0</b>

Sumber : data primer 2014

Pada tabel 3 distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan tentang menstruasi, diketahui bahwa tingkat pengetahuan paling tinggi berada pada tingkatan cukup yaitu sebanyak 19 (44,2%) responden dan yang paling sedikit berada pada tingkat pengetahuan kurang yaitu 10(23,3%) responden.

### Kesiapan Menarkhe

Hasil penelitian terkait kesiapan menarkhe didapatkan distribusi frekuensi responden sebagai berikut.

Tabel 4.

Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Kesiapan Menghadapi Menarkhe pada Siswi SD Kelas 4, 5, dan 6 di SD Ungaran 1 Yogyakarta Tahun 2014

No	Sikap	Frekuensi	Persentase (%)
1	Siap	23	53,5
2	Tidak Siap	20	46,5
<b>Jumlah</b>		<b>43</b>	<b>100,0</b>

Sumber : data primer 2014

Dari tabel 5 distribusi frekuensi responden berdasarkan kesiapan menghadapi menarche diketahui bahwa sebanyak 23 (53,5%) responden mempunyai sikap siap dalam menghadapi menarkhe. Sisanya, sebanyak 21 (46,5%) responden mempunyai sikap tidak siap dalam menghadapi menarkhe. Jumlah responden yang siap dan tidak siap menghadapi menarkhe hampir sama, hanya terpaut tiga responden.

### Hubungan Tingkat Pengetahuan Menstruasi dengan Kesiapan Menarkhe

Analisis bivariabel dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan kedua variabel, meliputi variabel independen yaitu tingkat pengetahuan tentang menstruasi dan variabel dependen yakni kesiapan menghadapi menarkhe.

Tabel 5.

Tabel Silang Tingkat Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi Menarkhe pada Siswi SD Kelas 4, 5, dan 6 di SD Ungaran 1 Yogyakarta Tahun 2014

No	Tingkat Pengetahuan tentang Menstruasi	Sikap Menghadapi Menarkhe		Jumlah	$\chi^2$	p-value
		Siap	Tidak Siap			
		f %	f %	f %		
1	Baik	11 78,6	3 21,4	14 100,0	8,0	0,01
2	Cukup	10 52,6	9 47,4	19 100,0		
3	Kurang	2 20,0	8 80,0	10 100,0		
<b>Jumlah</b>		<b>23 53,5</b>	<b>20 46,5</b>	<b>43 100,00</b>		

Sumber : data primer 2014

Dari tabel 5 menunjukkan bahwa responden berpengetahuan baik didapatkan 11(78,6%) responden siap menghadapi menarkhe. Pada tingkat pengetahuan cukup didapatkan 10(52,6%) responden yang siap menghadapi menarkhe dan pada tingkat pengetahuan kurang, hanya 2(20,0%) responden yang siap menarkhe. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarkhe pada responden paling banyak berada pada tingkatan kurang dan tidak siap menghadapi menarkhe dengan persentase 80%. Akan tetapi, hasil tersebut tidak terpaut jauh dengan persentase responden berpengetahuan menstruasi baik dan siap menarkhe yaitu 78,6%. Dari hasil perhitungan menggunakan uji statistik menggunakan *chi-square* pada program komputer SPSS IBM 20 dengan tingkat kepercayaan 95% didapatkan hasil *chi square* ( $\chi^2$ ) hitung sebesar 8,05. Jumlah tersebut lebih besar bila dibandingkan dengan *chi square* ( $\chi^2$ ) tabel pada  $df=3-1:1(2)$ , dengan taraf signifikans 0,05 yang bernilai 5,991. Hal ini berarti bahwa  $\chi^2$  hitung >  $\chi^2$  tabel yaitu  $8,05 > 5,99$ . Selain itu didapat pula bahwa hasil *p-value* atau  $\alpha$  hitung adalah 0,01. Hal ini menunjukkan bahwa  $\alpha$  hitung <  $\alpha$  yaitu  $0,01 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada



hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menarkhe.

## PEMBAHASAN

### Usia

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa usia responden paling banyak adalah 10 tahun. Usia responden yang didominasi pada umur 10 tahun tersebut sama dengan hasil penelitian Purwanti dan Jayanti yang meneliti tentang deskripsi faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan anak dalam menghadapi menarkhe di SDN Kretek Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes tahun 2011<sup>8</sup>. Pada penelitian tersebut siswi yang paling banyak berada pada usia 10 tahun. Usia seseorang juga merupakan salah satu faktor yang akan mempengaruhi tingkat pengetahuan. Menurut Notoatmodjo, bertambahnya umur seseorang mempengaruhi perubahan pada aspek fisik dan psikologis (mental)<sup>12</sup>. Pada aspek psikologis atau mental taraf berfikir seseorang semakin matang dan dewasa. Selain itu, menurut Soedjiningsih, usia 10 tahun masuk dalam tahap remaja awal yang biasanya mulai bersikap ingin bebas, lebih banyak memperhatikan penampilan, dan lebih dekat dengan teman sebaya. Oleh karena itu, dibutuhkan pendampingan yang baik pada anak-anak dalam usia tersebut.

### Sumber Informasi tentang Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian terkait dengan sumber informasi tentang menstruasi, informasi terbanyak berasal dari orang tua sedangkan terbanyak kedua berasal dari teman sebaya. Hal ini berbeda dengan hasil penelitian Purwanti dan Jayanti menunjukkan bahwa sumber informasi tentang menstruasi diperoleh paling banyak berasal dari teman sebaya<sup>8</sup>. Menurut Middlebrook<sup>1</sup> hal tersebut dimungkinkan karena pada masa anak-anak dan remaja orang tua biasanya menjadi figur paling berarti. Lebih jauh, menurut Yusuf informasi terkait menstruasi dapat diperoleh dari keluarga.<sup>18</sup> Hal ini menunjukkan bahwa orang tua sangat dimungkinkan sebagai informan tentang menstruasi bagi anak-anaknya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Muriyana, orang tua secara lebih dini harus memberikan penjelasan tentang menarkhe pada anak perempuannya agar anak lebih mengerti dan siap dalam menghadapi menarkhe. Oleh karena itu, orang tua harus lebih bisa memberikan informasi yang dianggap perlu agar anaknya lebih siap menghadapi menarkhe.

Informasi yang didapat selain dari orang tua juga berasal dari teman sebaya. Hal ini juga sesuai dengan pendapat Yusuf yang secara lebih detail menjelaskan bahwa kelompok teman sebaya sebagai lingkungan sosial bagi remaja mempunyai peranan yang cukup penting bagi perkembangan kepribadian<sup>18</sup>. Peranan itu semakin penting, karena perubahan struktur masyarakat pada beberapa tahun terakhir didominasi oleh kelompok remaja. Pengaruh kelompok teman sebaya terhadap remaja berkaitan erat dengan kondisi keluarga remaja sendiri. Remaja yang memiliki hubungan yang baik dengan orang tuanya cenderung mampu menghindarkan diri dari pengaruh negatif teman sebayanya, dibandingkan dengan remaja yang hubungan dengan orang tuanya kurang baik. Hubungan kelompok teman sebaya dengan kesiapan menghadapi menarkhe yaitu, informasi menarkhe ternyata diperoleh juga dari kelompok teman sebaya. Apabila informasi-informasi tentang menstruasi tidak benar, maka persepsi siswi tentang menarkhe akan negatif, sehingga siswi tersebut merasa malu dan tidak siap saat mengalami menarkhe. Oleh karena itu, keluarga khususnya orang tua harus mengawasi pergaulan anak dan temannya.

Informasi tentang menstruasi yang didapatkan siswi SD kelas 4, 5, dan 6 di SD Ungaran 1 Yogyakarta tahun 2014 juga berasal dari, koran/majalah, televisi, dan petugas kesehatan. Menurut Azwar, berbagai media massa seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, dan lainnya berpengaruh besar dalam pembentukan opini dan kepercayaan<sup>1</sup>. Media televisi dan koran/majalah menurut hasil penelitian menempati urutan ketiga. Menurut Mubarak dkk, informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non-formal dapat memberikan pengaruh<sup>9</sup>. Berkembangnya teknologi akan menyediakan bermacam-macam media massa yang akan berpengaruh pada pembentukan opini dan kepercayaan. Kemudahan memperoleh suatu informasi dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh pengetahuan yang baru. Oleh karena itu sumber informasi dari media televisi dan koran/majalah hendaknya memuat informasi yang benar dan sesuai dengan perkembangan psikologis remaja pada tahap awal perkembangan.

Sumber informasi paling sedikit didapat dari petugas kesehatan. Padahal, petugas kesehatan merupakan sumber informan yang paling lengkap dan terpercaya. Oleh karena itu, dibutuhkan akses yang lebih untuk menjangkau tenaga kesehatan

terkait pemberian informasi mengenai menstruasi untuk meningkatkan kesiapan menghadapi menarkhe.

Di sisi lain, hasil penelitian terkait dengan jumlah sumber informasi tentang menstruasi, paling banyak responden menjawab mendapatkan informasi hanya dari satu sumber informasi. Bahkan ada responden yang belum mendapat informasi sama sekali terkait dengan menstruasi. Hal yang sama juga terjadi pada penelitian yang dilakukan oleh Purwanti dan Jayanti<sup>8</sup>. Pada penelitian tersebut didapati sebanyak 30,77% responden belum mendapatkan sama sekali informasi mengenai menstruasi. Padahal menurut Notoatmodjo, informasi merupakan salahsatu faktor yang mempengaruhi pengetahuan<sup>11</sup>. Menurut Suryani dan Widyasih, jika peristiwa menarkhe tersebut tidak disertai dengan informasi-informasi yang benar maka akan timbul beberapa gangguan-gangguan baik fisik maupun psikologis<sup>17</sup>. Gangguan-gangguan tersebut berasal dari penolakan terhadap gejala fisik dan psikologis saat akan menarkhe atau menstruasi. Menurut Janiwarty dan Pieter (2013), gejala fisik tersebut diantaranya adanya perubahan berat badan, pembengkakan pada perut, ketidaknyamanan payudara, terasa nyeri dan kaku bila ditekan, sakit kepala, nyeri dan pegal otot, dismenore kongesif, perubahan nafsu makan dan berkurangnya air kencing, keram perut, dll. Selain itu, gejala psikologis yang terjadi yaitu rasa berdosa saat menstruasi, jijik, kurang disiplin menjaga kebersihan badan, bahkan menganggap menstruasi sebagai pengalaman yang tidak menyenangkan. Sehingga, menurut Janiwarty dan Pieter perubahan tersebut meliputi perubahan emosional, perasaan cemas, stress, bahkan depresi. Oleh karena itu, pemberian informasi tentang menstruasi sangatlah penting sehingga diperlukan sumber terpercaya agar informasi yang diterima dapat membantu menghadapi menarkhe.

### Tingkat Pengetahuan Menstruasi

Hasil pengukuran tingkat pengetahuan menstruasi menggunakan kuesioner didapatkan pengetahuan paling rendah berada pada subvariabel adaptasi masa pubertas, faktor-faktor yang mempengaruhi menarkhe, perubahan fisik masa remaja, dan gangguan proses menstruasi. Pada subvariabel tersebut, responden yang menjawab benar kurang dari 50%. Minimnya pengetahuan terkait hal-hal yang terjadi di masa pubertas merupakan faktor yang mempengaruhi ketidaksiapan menarkhe. Selaras dengan pendapat Janiwarty dan Pieter (2013) pada responden yang

berpengetahuan kurang dikhawatirkan terjadi ketidaksiapan dalam menghadapi menarkhe. Oleh karena itu dibutuhkan upaya untuk meningkatkan pengetahuan menstruasi khususnya pada sub variabel adaptasi masa pubertas. Menurut Azwar, pengetahuan yang baru akan memberikan landasan kognitif baru bagi pembentukan sikap terhadap suatu hal tertentu. Apabila pengetahuan yang diperoleh cukup kuat, maka akan membentuk dasar efektif dalam bersikap kearah tertentu. Selaras dengan Middlebrook pengetahuan yang cukup kuat tentang menstruasi akan menentukan kesiapan menghadapi menarkhe seseorang. Berkaitan dengan hal tersebut, hendaknya orang tua, guru, dan petugas kesehatan berupaya meningkatkan pengetahuan menstruasi<sup>1</sup>.

### Kesiapan Menghadapi Menarkhe

Kesiapan menarkhe siswi SD kelas 4,5,dan 6 usia 10-12 tahun di SD Ungaran 1 Yogyakarta tahun 2014 menurut hasil penelitian mayoritas berada dalam kateogori siap. Kesiapan dalam penelitian ini merupakan sikap atau kesediaan untuk bertindak menghadapi menarkhe. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswi SD kelas 4, 5, dan 6 usia 10-12 tahun di SD Ungaran 1 Yogyakarta tahun 2014 mempunyai perasaan positif dalam menghadapi menarkhenya. Sehingga dapat diartikan pula bahwa responden mempunyai kemampuan fisik dan mental yang cukup dalam menghadapi menarkhe seperti yang dikemukakan Dalyono bahwa kesiapan diartikan kemampuan cukup baik fisik dan mental<sup>6</sup>. Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian Purwanti dan Jayanti yaitu responden mayoritas tidak siap menarkhe<sup>8</sup>. Dalam penelitian tersebut dibahas bahwa secara emosional kesiapan anak menghadapi menarkhe menunjukkan bahwa hampir semua perasaan responden mengalami cemas, bingung, takut dan deg-degan. Sementara itu, hasil penelitian yang dilakukan Ninawati dan Kuryadi tentang hubungan antara sikap terhadap menstruasi dengan kecemasan terhadap menarkhe menunjukkan bahwa semakin positif sikap terhadap menstruasi maka semakin kurang kecemasan<sup>10</sup>. Berkaitan dengan hasil penelitian kesiapan menarkhe siswi SD kelas 4,5,dan 6 usia 10 - 12 tahun di SD Ungaran 1 Yogyakarta tahun 2014 yang mayoritas siap menghadapi menarkhe diharapkan kecemasan atau perasaan buruk lain terhadap menarkhe juga berkurang. Janiwarty dan Pieter (2013), mengemukakan bahwa masalah psikologis yang sering muncul yaitu tidak ada kesiapan menerima perubahan fisik. Oleh karena itu, diperlukan upaya mempersiapkan seseorang

menghadapi menarkhe. Upaya tersebut bisa dilakukan orang tua, guru, petugas kesehatan, atau media massa dengan meningkatkan pengetahuan tentang menstruasi.

### **Hubungan Tingkat Pengetahuan Menstruasi dengan Kesiapan Menarkhe**

Hasil penelitian tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menarkhe siswi usia 10-12 tahun SD Ungaran 1 Yogyakarta tahun 2014, menunjukkan jumlah terbanyak berada pada tingkat pengetahuan baik dan siap menghadapi menarkhe. Namun persentase terbesar berada pada tingkat pengetahuan kurang dan tidak siap menghadapi menarkhe. Persentase responden yang berpengetahuan baik dan siap menghadapi menarkhe hampir sama dengan responden berpengetahuan kurang dan tidak siap menghadapi menarkhe. Melihat hal tersebut, hendaknya orang tua, guru, dan petugas kesehatan melakukan upaya untuk meningkatkan pengetahuan menstruasi agar responden khususnya dan seluruh siswi usia 10-12 tahun umumnya, siap menghadapi menarkhe.

Selain itu, persentase dan jumlah responden yang hampir sama berada pada tingkat pengetahuan cukup dan siap menghadapi menarkhe serta responden yang berpengetahuan cukup dan tidak siap. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang cukup masih berpotensi menimbulkan ketidaksiapan dalam menarkhe. Oleh karena itu, untuk membuat seseorang lebih siap menghadapi menarkhe, maka pengetahuan tentang menstruasi yang dibutuhkan harus lebih dari cukup.

Di sisi lain, hasil penelitian hubungan tingkat pengetahuan menstruasi dan kesiapan menarkhe siswi SD kelas 4,5, dan 6 usia 10-12 tahun di SD Ungaran 1 Yogyakarta tahun 2014 menunjukkan hubungan positif antara pengetahuan menstruasi dan kesiapan menarkhe. Responden yang mempunyai pengetahuan baik lebih banyak yang siap menghadapi menarkhe. Sebaliknya, responden yang berpengetahuan kurang lebih banyak yang kurang siap menghadapi menarkhe. Bila dibandingkan dengan penelitian Ninawati dan Kuryadi tentang hubungan antara sikap terhadap menstruasi dengan kecemasan terhadap menarkhe menunjukkan bahwa semakin positif sikap terhadap menstruasi maka semakin kurang kecemasan.<sup>10</sup> Sehingga kesiapan menarkhe nantinya akan mempengaruhi sikap saat menstruasi.

Hasil penelitian juga sesuai dengan pendapat Suryani dan Widayasi yaitu anak yang mempunyai sikap positif akan senang dan bangga

karena mereka menganggap sudah dewasa secara biologis dan anak yang mempunyai sikap negatif tentang menarkhe akan menolak dan menganggap menarkhe sebagai beban baru yang tidak menyenangkan<sup>17</sup>. Oleh karena itu, diperlukan pengetahuan menstruasi yang baik benar untuk menghadapi menarkhe. Selaras dengan hal tersebut, orang tua, guru, dan petugas kesehatan hendaknya berupaya meningkatkan pengetahuan untuk mempersiapkan menghadapi menarkhe.

### **Kesulitan dan Keterbatasan Penelitian**

Pada saat pelaksanaan pengisian kuesioner, ada beberapa responden takut mengisi salah sehingga muncul pertanyaan klarifikasi terhadap soal dan suasana menjadi sedikit canggung. Selain itu, pada saat pengisian kuesioner, responden duduk berdekatan sehingga ditakutkan ada bias data. Penelitian ini mempunyai keunggulan mudah dilaksanakan, sederhana, ekonomis dalam hal waktu, dan hasilnya cepat diperoleh. Akan tetapi, penelitian ini mempunyai keterbatasan diantaranya sebagai berikut. Responden dalam penelitian ini hanya berjumlah 43 orang, menurut peneliti diperlukan responden penelitian yang lebih besar agar dapat menggambarkan hubungan antara variabel tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menarkhe secara lebih akurat. Keakuratan data pengetahuan menstruasi dan kesiapan menarkhe paling lemah bila dibandingkan dengan rancangan penelitian yang lain. Hal ini dikarenakan, pengukuran sikap (kesiapan) paling baik adalah dengan mengamati secara terus-menerus. Penelitian ini kurang valid untuk meramalkan suatu kecenderungan, misalnya seseorang yang berpengetahuan baik akan selalu siap menarkhe. Hal ini dikarenakan, menurut Notoatmodjo, rancangan penelitian *cross-sectional* mempunyai kesimpulan korelatif faktor risiko dan faktor efek paling lemah. Tidak ada intervensi dan evaluasi setelah diberikan kuesioner<sup>13</sup>.

### **KESIMPULAN**

Dari hasil penelitian hubungan tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menarkhe siswi SD kelas 4, 5, dan 6 di SD Ungaran 1 Yogyakarta Tahun 2014, sejumlah 43 responden dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut. Sejumlah 55,8% responden berusia 10 tahun dan sumber informasi tentang menstruasi terbanyak berasal dari orangtua yaitu sebesar 50%. Mayoritas tingkat pengetahuan menarkhe responden adalah cukup yaitu sebesar 44,2%. Mayoritas kesiapan menarkhe



responden adalah baik yaitu sebesar 53,5%. Ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menarkhe siswi SD kelas 4, 5, dan 6 di SD Ungaran 1 Yogyakarta tahun.

## SARAN

Penelitian ini dapat digunakan Kepala SD Ungaran 1 Yogyakarta untuk merencanakan dan menyusun program sebagai upaya peningkatan pengetahuan tentang menstruasi bagi siswi SD kelas 4, 5, dan 6 di SD Ungaran 1 Yogyakarta. Penelitian juga dapat digunakan bidan penanggungjawab bidang kespro Puskesmas di Kota Yogyakarta untuk merencanakan, mengoptimalkan, melaksanakan pelayanan dan pembinaan kesehatan reproduksi remaja khususnya remaja awal mengenai pengetahuan menstruasi dan kesiapan menarkhe lewat instansi sekolah dasar (SD). Hasil penelitian ini dapat membantu untuk dilakukan penelitian lebih lanjut yaitu untuk membuat metode atau media dalam meningkatkan pengetahuan tentang menstruasi untuk meningkatkan kesiapan menghadapi menarkhe.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Azwar, S. Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2013.
2. Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). Populasi Remaja Indonesia. Jakarta: BKKBN; 2011.
3. Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). Pendewasaan Usia Perkawinan dan Hak-Hak Reproduksi Bagi Remaja Indonesia. Jakarta: BKKBN; 2010.
4. Badan Pusat Statistik (BPS). Sensus Penduduk Antar Sensus; 2010. Diunduh 20 Januari 2014 dari <http://sp2010.bps.go.id/index.php>.
5. Balitbangkes Kemenkes RI. Riset Kesehatan Dasar 2010. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2010.
6. Dalyono. Psikologi Pendidikan. Jakarta: Rineka Cipta; 2005.
7. Dinas Pendidikan Kota Yogyakarta. Daftar Satuan Pendidikan Dasar Penerima Hibah. Yogyakarta: Dinas Pendidikan Kota Yogyakarta; 2013.
8. Jayanti, N., Purwanti, S. Deskripsi Fakiro-faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Anak dalam Menghadapi Menarche di SD Negeri 1 Kretek Kecamatan Pagayungan Kabupaten Brebes Tahun 2011. Diunduh tanggal 20 Febuari 2014 dari Jurnal Ilmiah Kebidanan; 2012: Vol.3 No.1 Edisi Juni.
9. Mubarak, W. I., Chayatin, M., Rozikin, A., Supradi. Promosi Kesehatan Sebuah Pengantar Belajar Mengajar dalam Pendidikan. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2007.
10. Ninawati, Kuryadi, D. Hubungan antara Sikap terhadap Menstruasi dengan Kecemasan terhadap Menarche. Jakarta: Universitas Tarumanegara Jakarta; 2006.
11. Notoatmodjo, S. Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni. Jakarta: Rineka Cipta; 2007.
12. Notoatmodjo, S. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta; 2007.
13. Notoatmodjo, S. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2010.
14. Riwidikdo, H. Statistik Kesehatan. Yogyakarta: Mitra Cendikia; 2010.
15. Sastroasmoro, S. Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis. Jakarta: Sagung Seto; 2011.
16. Soetjiningsih. Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Jakarta: Sagung Seto; 2010.
17. Suryani, E., Widyasih, H. Psikologi Ibu dan Anak. Yogyakarta: Fitramaya; 2009.
18. Yusuf, S. Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja (Edisi revisi). Bandung: PT Remaja Rosdakarya; 2010.