



HUBUNGAN PENGETAHUAN SISWI SEKOLAH DASAR TERHADAP KESIAPAN DALAM MENGHADAPI MENARCHE TAHUN 2023

Septi Maisyaroh U.P¹, Erika Fariningsih², Diana Aritonang³

^{1,2,3}Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan, Ilmu Kesehatan, Universitas Awal Bros
septi.panggabean190989@gmail.com¹, rika_fn@yahoo.com², Cutediana1976@gmail.com³

Abstrak

Kesiapan menghadapi menarache merupakan salah satu kondisi yang memerlukan penyesuaian fisik, psikologis dan sosial dari seseorang remaja putri. Faktor yang mempengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi menarache, salah satu faktornya adalah komunikasi ibu dengan anak tentang menstruasi dan kesehatan reproduksi dapat mendukung kesiapan remaja dalam menghadapi menarache. Kesiapan atau ketidaksiapan menghadapi menarache berdampak terhadap reaksi individual remaja putri pada saat datangnya menstruasi yang pertama. Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan cross-sectional. Populasi pada penelitian ini adalah siswa-siswi kelas V dan VI SDN 009 Botania Batam sebesar 73 orang. Pengambilan sampel secara Total Sampling. Pengumpulan data dengan observasi dan pembagian kuisioner. Uji statistik menggunakan uji parametrik Chi-square. Hasil analisis univariat mayoritas pengetahuan responden cukup dengan jumlah 39 orang (53,4%) dan mayoritas responden siap dengan menarache dengan jumlah 55 orang (75,3%). Hasil analisis bivariat terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan siswi sekolah dasar terhadap kesiapan dalam menghadapi menarache. (p.value 0.000). Kesimpulan penelitian ini hubungan yang signifikan antara pengetahuan siswi sekolah dasar terhadap kesiapan dalam menghadapi menarache. Diharapkan agar pihak instansi pendidikan dapat menjalin kerja sama lintas sektoral dengan Intitusi Pelayanan Kesehatan dan Puskesmas dalam mempersiapkan siswi SD menghadapi menarache.

Kata Kunci: Menarache, menstruasi, remaja, kecemasan

Abstract

Readiness to face menarache is one condition that requires physical, psychological and social adjustment from a young woman. Factors that affect adolescent readiness in facing menarache, one factor is mother-child communication about menstruation and reproductive health can support adolescent readiness in facing menarache. Readiness or unpreparedness for menarache affects the individual reactions of young women at the time of the arrival of the first menstruation. This research used analytical methods with a cross-sectional approach. The population in this study was 73 students of V and VI grades in Public Elementary School 009 Botania Batam. Purposive Sampling Process used Total Sampling. Data collection by observation and questionnaire distribution. This statistical test using Chi-square parametric test. The results of the univariate analysis of the majority of respondents' knowledge were sufficient with 39 people (53.4%) and the majority of respondents were ready with menarache with 55 people (75.3%). The results of the bivariate analysis showed a significant relationship between the knowledge of elementary school students and readiness to face menarache. (p.value 0.000). It is hoped that the educational institution can establish cross-sectoral cooperation with the Health Service Institute and Puskesmas in preparing elementary school students to face menarache.

Keywords: Menarache, menstruation period, teenager

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO) sekitar seperlima penduduk dunia dari remaja berumur 10-19 tahun sudah mengalami menstruasi (menarche). Amerika Serikat, sekitar 95% wanita remaja mempunyai tanda-tanda pubertas dengan menarche pada umur 12 tahun dan umur rata-rata 12,5 tahun yang diiringi dengan pertumbuhan fisik saat menstruasi (menarche) (WHO, 2022). Data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menyebutkan bahwa 70,1% remaja putri yang berusia 10-19 tahun telah mengalami menstruasi dan sebanyak 29,9% belum mendapatkan haid/menstruasi. Sedangkan menurut Badan Statistik Kepulauan Riau pada tahun 2018 jumlah remaja awal putri 179.855,00 jiwa . Menurut Badan Statistik Kota Batam pada tahun 2020 Jumlah remaja awal putri dengan usia 10-14 tahun sebanyak 28.016 jiwa . (Dinas Kesehatan Kota Batam, 2018)

Remaja yang belum siap menghadapi menarche akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut, mereka akan merasa haid sebagai sesuatu yang kejam dan mengancam, keadaan ini dapat berlanjut ke arah yang lebih negatif. Berbeda bagi mereka yang telah siap dalam menghadapi menarche, mereka akan merasa bangga dan senang, dikarenakan mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis, faktor yang mempengaruhi kesiapan salah satunya adalah faktor dari ilmu pengetahuan (Dwi Wahyuni Ambali et al., 2022).

Bagi remaja putri, menstruasi pertama selalu diikuti dengan rasa malu dan takut. Remaja hendaknya di bekali dengan pemahaman bahwa menstruasi harus dilalui dengan ketenangan. Datangnya menarche pada remaja perempuan dapat menimbulkan reaksi yang positif maupun negatif, bila mereka sudah dipersiapkan dan mendapat informasi tentang akan datangnya menstruasi, maka mereka tidak akan mengalami kecemasan dan reaksi negative lainnya yaitu gangguan pada psikologis maupun gangguan fisik, tapi bila mereka kurang memperoleh informasi maka akan merasakan pengalaman yang negatif. Pendidikan kesehatan terhadap peningkatan tingkat pengetahuan tentang menarche mengungkapkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan tingkat pengetahuan tentang menarche (Mena Deade et al., 2022).

Umur menarche yang dini merupakan

salah satu faktor terjadinya dismenore, pada dasarnya umur menarche <12 tahun hormon gonadotropin diproduksi sebelum waktunya. Menarche yang terjadi pada umur sebelum waktunya mengalami perubahan dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim , maka akan timbul rasa nyeri pada saat haid (Syafriani, 2021).

Kesiapan menghadapi menarche merupakan salah satu kondisi yang memerlukan penyesuaian fisik, psikologis dan sosial dari seseorang remaja putri. Faktor yang mempengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi menarche, salah satu faktornya adalah komunikasi ibu dengan anak tentang menstruasi dan kesehatan reproduksi dapat mendukung kesiapan remaja dalam menghadapi menarche. Kesiapan atau ketidaksiapan menghadapi menarche berdampak terhadap reaksi individual remaja putri pada saat datangnya menstruasi yang pertama (Nopia, 2020)

Perubahan psikologis yang dirasakan oleh kebanyakan anak saat menghadapi menarche di Indonesia, seringkali ditemukan kejadian anak mendapatkan menstruasi pada saat mereka sedang belajar ataupun pada saat mereka sedang bermain di sekolah tanpa ada persiapan. Bahkan tanpa adanya pengetahuan sebelumnya mengenai menarche. Anak yang mendapatkan menstruasi di sekolah juga sering mengalami kebocoran (tembus) sehingga menyebabkan darah merembes di rok sekolah dan biasanya anak menangis, malu, takut, cemas, bahkan tidak jarang diantaranya yang merasa tidak nyaman dengan kondisi tersebut dan enggan menerima kenyataan tersebut (Haruna & Rahim, 2020).

tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan pengetahuan siswi sekolah dasar terhadap kesiapan dalam menghadapi menarche tahun 2023.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* yaitu untuk melihat hubungan antara variabel terikat dan variabel bebas di mana pengumpulan data untuk variabel terikat maupun variabel bebas di lakukan secara bersama-sama atau sekaligus. Setiap sampel penelitian hanya diteliti sekali dalam satu waktu selama periode tertentu. Penelitian ini dilakukan di SDN 009 Botania Batam Kota, Kepulauan Riau dan dilaksanakan selama bulan April Tahun 2023.

Populasi dari penelitian ini diambil dari siswa-siswi di SMPN 8 Kota Batam sebanyak 128 orang dengan pengambilan sampel menggunakan

teknik *Purposive Sampling* sehingga besarnya sampel yang didapat dihitung dengan rumus *Slovin* berjumlah 73 orang. Penelitian ini menggunakan instrumen yaitu lembar kuisioner yang dilaksanakan pada 12 April 2023. Adapun teknik analisa data menggunakan uji *Chi-Square*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan program komputer SPSS ver 16, analisis penelitian dilakukan dalam analisis statistik deskriptif (univariat) yang mencakup gambaran karakteristik responden, analisis deskriptif variabel dan analisis bivariat yang di gambarkan sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Siswa-Siswi Kelas Vii Berdasarkan Umur Di SMPN 8 Batam Tahun 2023

Karakteristik Responden	Kategori	f	%
Umur	10 Tahun	28	38,4
	11 Tahun	20	27,4
	12 Tahun	25	34,2
Total		73	100,0

Berdasarkan Tabel 1 didapatkan bahwa proporsi responden paling besar berumur 10 tahun dengan jumlah 28 orang (38,4%) dan paling kecil berumur 11 tahun dengan jumlah 20 orang (27,4%).

Tabel 2. Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Menarche Remaja Putri Di SDN 009 Botania Batam Kota Tahun 2023

Pengetahuan	f	%
Kurang	23	31,5
Cukup	39	53,4
Baik	11	15,1
Total	73	100,0

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan cukup tentang menarche sebanyak 39 orang (53,4%) sedangkan responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 11 orang (15,1%)

Tabel 3. Kesiapan Remaja Putri Tentang Menarche Di SDN 009 Botania Batam Kota Tahun 2023

Kesiapan	f	%
Tidak Siap	18	24,7
Siap	55	75,3
Total	73	100,0

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat dilihat bahwa Sebagian besar responden siap dalam menghadapi menarche sebanyak 55 orang dengan presentase 75,3% dan responden yang belum siap menghadapi menarche sebanyak 18 orang dengan presentase 24,7%

Tabel 4. Pengetahuan Siswi Kelas V Dan VI Terhadap Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Di SDN 009 Botania Batam Kota Tahun 2023

Pengetahuan Remaja Putri	Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche				p-value
	Tidak Siap		Siap		
	f	%	f	%	
Kurang	14	77,7	9	16,4	0,000
Cukup	3	16,6	36	65,4	
Baik	1	5,7	10	18,2	
Total	18	100	55	75,4	

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa dari 55 responden yang siap menghadapi menarche sebagian besar responden yaitu 36 orang (65,4%) memiliki pengetahuan yang cukup dan sebagian kecil responden yaitu 9 orang (16,45%) memiliki pengetahuan yang kurang. Selanjutnya dari 18 responden yang tidak siap menghadapi menarche sebagian besar responden yaitu 14 orang (77,7%) memiliki pengetahuan yang kurang dan sebagian kecil responden yaitu 1 orang (5,7%) memiliki pengetahuan yang baik.

Hasil uji statistik menggunakan Chi-square didapatkan nilai p-value = 0,000 < 0,05 maka H_0 diterima dan H_1 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan siswi sekolah dasar tentang menarche terhadap kesiapan menghadapi menarche tahun 2023.

Menarche adalah suatu kejadian yang sangat wajar dialami oleh wanita yang kondisi tubuhnya normal. Menarche terjadi karena adanya peningkatan dan penebalan lapisan endometrium uterus yang dirangsang oleh FSH dan lonjakan estrogen yang berfluktasi (Dwi Wahyuni Ambali et al., 2022)

Pada saat penelitian berlangsung peneliti menemukan bahwa dari 23 responden dengan pengetahuan kurang sebagian besar responden (60,9%) tidak siap dalam menghadapi menarche. Selanjutnya dari 39 responden dengan pengetahuan cukup sebagian besar responden (42,3%) siap menghadapi menarche dan dari 11 responden dengan pengetahuan baik sebagian besar responden (90,9%) siap menghadapi menarche. Peneliti menyimpulkan bahwa sebagian besar responden yang tidak siap dalam menghadapi menarche disebabkan karena kurangnya pengetahuan responden tentang menarche sehingga mengakibatkan responden tidak siap dalam menghadapi menarche.

Hasil temuan diatas sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nurmawati & Erawantini, 2019) bahwa pengetahuan siswi terhadap menarche berperan penting dalam pembentukan kesiapan siswi untuk menghadapi menarche. Pendapat ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh (Fathimi et al., 2020) yang menyebutkan bahwa seorang remaja putri yang telah dipersiapkan oleh keluarga dan pendidik akan kedatangan menstruasi, hal ini biasa menjadi saat yang mengecewakan baginya. Remaja putri yang tidak mengenal tubuh mereka dan proses reproduksi dapat mengira bahwa menstruasi merupakan bukti adanya penyakit atau bahkan hukuman akan tingkah laku yang buruk. Anak-anak perempuan yang tidak diajari untuk menganggap menstruasi sebagai fungsi tubuh normal dapat mengalami rasa malu yang amat dalam dan perasaan kotor saat menstruasi pertama mereka

Berdasarkan hasil pengamatan dilapangan peneliti menemukan bahwa lebih dari separuh responden sudah memiliki pengetahuan yang cukup mengenai menarche dan menstruasi seperti pengertian dari menarche, tanda dan gejala, sebab terjadinya menarche dan apa saja yang perlu dilakukan oleh remaja saat menstruasi. Peneliti kemudian menanyakan lebih dalam kepada responden tentang sumber informasi yang mereka peroleh, peneliti menemukan bahwa pengetahuan yang baik dari responden ini sebagian besar merupakan hasil jawaban dari pertanyaan yang mereka ajukan kepada orangtua dan guru. Peranan orangtua dan guru dalam memberikan pengetahuan, pemahaman dan cara pengaplikasian yang cukup mengenai menarche merupakan faktor utama dari tingginya tingkat pengetahuan pada siswi-siswi tersebut.

Hasil temuan diatas sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh (Daryanto, 2015) yang menyatakan bahwa pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas yang berbeda-beda, dan menjelaskan bahwa ada enam tingkatan pengetahuan yaitu tahu (know), memahami (comprehension), aplikasi (aplication), analisa (analysis), sintesis (synthesis) dan evaluasai (evaluation).

Siap atau tidak siap seorang remaja putri dalam menghadapi menarche berbanding lurus dengan baik atau kurangnya tingkat pengetahuan remaja mengenai menarche. ketidaksiapan siswi dalam menghadapi menarche disebabkan karena perasaan takut dan ketidaknyamanan yang akan ditimbulkan saat mengalami menstruasi. Ketidaksiapan ini menimbulkan gangguan emosional dan penurunan kepercayaan diri. (Yuhanah & Bangu, 2020) Semakin baik tingkat pengetahuan remaja putri maka semakin siap remaja putri menghadapi menarche. Keluarga dan pendidik sangat berperan penting dalam memberikan informasi, pengenalan dan penanaman mindset kepada remaja putri bahwa menarche adalah hal yang normal dihadapi oleh setiap perempuan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 57 responden siswa putri pada rentang usia 10-12 tahun di SDN 009 Botania Batam Kota Tahun 2023 dan pembahasan yang telah diuraikan diatas, maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan siswa putri terhadap kesiapan remaja dalam menghadapi menarche.

Peneliti berharap agar tenaga kesehatan terkhususnya bidan dapat melakukan pendekatan yang lebih baik dengan menjalin kerjasama lintas sektoral denan institusi pendidikan terkait agar dapat memberikan pengetahuan dan pengenalan mengenai menarche kepada siswa putri sehingga pengetahuan siswi putri meningkat dan siap dalam menghadapi menarche

DAFTAR PUSTAKA

- Daryanto. (2015). *Media Pembelajaran*. PT. Sarana Tutorial Nurani Sejahtera.
- Dinas Kesehatan Kota Batam. (2018). *Profil Kesehatan Kota Batam 2018*.
- Dwi Wahyuni Ambali, D., Banne, L., & Roreng, D. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Mesntruasi Pertama Pada Siswa Kelas V Dan Vi Di Sdn 1

- Denpina Kabupaten Toraja Utara Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif*, 6(2), 121–133. <https://doi.org/10.56437/jikp.v6i2.65>
- Fathimi, Sasmita Yenni, & Orisinal. (2020). Hubungan Umur, Status Gizi dan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche di Mtss Durian. *Jurnal Pendidikan, Sains Dan Humaniora*, 8(4), 562–568.
- Haruna, S. R., & Rahim, A. (2020). HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN KESIAPAN MENGHADAPI MENARCHE DENGAN KECEMASAN SISWI PADA KELAS V DAN VI DI SD INPRES TELLO BARU 1/1. *Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial*, 5(4).
- Mena Deade, F., Ermita, L., Ade Nugrahmi, M., Studi, P. D., & Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat, K. (2022). *GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN TERHADAP KESIAPAN REMAJA PUTRI PRA-PUBERTAS DALAM MENGHADAPI MENARCHE DI PANTI ASUHAN AISYIYAH BUKITTINGGI TAHUN 2021*. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Nopia, E. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi SD Negeri 06 Ipuh Desa Semundam Kecamatan Ipuh Kabupaten Mukomuko. In *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JKSI)* (Vol. 1, Issue 1). Univeristas Mitra Indonesia.
- Nurmawati, I., & Erawantini, F. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Siswi Sd Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 136–142. <https://doi.org/10.23917/jk.v12i2.9770>
- Syafriani, N. A. Z. Z. R. (2021). *Hubungan Status Gizi dan Umur Menarche dengan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di SMAN 2 Bangkinang Kota 2020*.
- WHO. (2022). *Profil remaja Tren penyakit tidak menular (PTM) dan faktor resiko yang mempengaruhi remaja di Indonesia saat ini*. UNICEF. <https://www.unicef.org/indonesia/id/laporan/profil-remaja>
- Yuhanah, Y., & Bangu, B. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Murid SD Kelas V dan VI dengan Kesiapan Menghadapi Menarche di SD Negeri 4 Kolakaasi Kecamatan Latambaga Kabupaten Kolaka. *Jurnal Surya Medika*, 5(2), 13–21. <https://doi.org/10.33084/jsm.v5i2.1287>