

**GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG
MENARCHE
(Studi di SD Negeri Wanar Kecamatan Pucuk Kabupaten Lamongan Tahun
2015)**

Ida Susila *

*Dosen Program Studi Diploma III Kebidanan Universitas Islam Lamongan
Jl Veteran No 53 A Lamongan

ABSTRAKS

Menarche merupakan puncak proses perubahan fisiologis reproduksi yang harus dilalui perempuan pada masa pubertas sebelum perempuan tersebut memperoleh siklus menstruasi yang teratur. Hasil survey pendahuluan ditemukan bahwa sebagian gadis remaja mempersepsikan sebagai suatu keadaan sakit atau kelainan, sehingga sikap yang mereka munculkan adalah bingung, takut, sedih. Kondisi emosi ini akan menunjukkan pada perilaku depresi dimana gadis remaja akan mengurung diri, menarik diri dari pergaulan dan perubahan sikap yang membuat bingung orang tua. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengetahuan remaja putri tentang menarche pada siswi SD Wanar, Kecamatan Pucuk, Kabupaten Lamongan.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan populasi seluruh remaja putri kelas V dan VI yang bersekolah di SD Negeri Wanar Kecamatan Pucuk Kabupaten Lamongan, yang berjumlah 30 anak, teknik yang digunakan yaitu "non probability sampling". Data yang digunakan berupa data primer yang diperoleh melalui kuisioner, data disajikan dalam bentuk tabulasi frekuensi yang terdiri dari data umum dan data khusus.

Hasil penelitian pengetahuan remaja putri tentang menarche menunjukkan bahwa responden yang mempunyai pengetahuan baik sebanyak 13 responden (43%) cukup 14 responden (47%) kurang 3 responden (10%).

Simpulan dari penelitian ini adalah hampir sebagian yaitu 14 responden (47%). Saran dari peneliti bagi remaja putri adalah untuk lebih banyak menambah wawasan tentang kesehatan reproduksi dengan cara membaca buku kesehatan, terutama kesehatan reproduksi atau mengunjungi klinik kesehatan remaja.

Kata kunci: *Pengetahuan, Remaja, Menarche*

1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja akan menjalani proses yang berat karena membutuhkan banyak penyesuaian dan sering kali menimbulkan kecemasan. Problema kesehatan reproduksi remaja dapat dikatakan sebagai masa kebingungan,

dimana pada saat itu remaja belum memiliki pengetahuan yang memadai mengenai perkembangan tubuhnya sendiri. Pertumbuhan badan dan perkembangan organ-organ reproduksi seperti pematangan seksual merupakan salah satu masalah besar yang mereka hadapi.

Salah satu perkembangan seorang anak kearah pematangan seksual adalah pada masa pubertas (BKKBN, 2008).

Menarache sebagai puncak dari rangkaian peristiwa tersebut yang kompleks yang meliputi pematangan aksis *hipotalamus – hipofisis-ovarium* untuk memproduksi ovum atau endometrium sehingga dapat menunjang zigot jika terjadi pembuahan (Heffner dan Schust, 2008).

Keadaan perdarahan yang keluar dari organ kemaluan yang ditemukan secara tiba-tiba oleh sebagian gadis remaja dipersepsikan sebagai suatu keadaan sakit atau kelainan, sehingga sikap yang mereka munculkan adalah bingung, takut, sedih. Kondisi emosi ini akan menunjukkan pada perilaku depresi dimana gadis remaja akan mengurung diri, menarik diri dari pergaulan dan perubahan sikap yang membuat bingung orang tua (Soetjiningsih, 2007).

Menurut Root dalam Hurlock (2000), masa puber adalah suatu tahap dalam perkembangan dimana terjadi pematangan alat-alat seksual dan tercapainya kemampuan reproduksi. Masa puber dianggap sebagai periode tumpang tindih karena pada masa ini terjadi garis pembagi antara masa kanak-kanak dan masa remaja. Dimana kriteria yang digunakan untuk mengetahui timbulnya pubertas serta memastikan tahap pubertas yang telah dicapai yaitu dengan adanya menarache (haid pertama) pada anak perempuan.

Menurut SKRRI (2002-2003) hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 52 responden berdasarkan tentang menarache diperoleh responden dengan pengetahuan baik sebanyak 15 siswi (28,9%),

pengetahuan cukup sebanyak 14 siswi (26,9%) dan dengan pengetahuan kurang sebanyak 23 siswi (44,2%). Berdasarkan pengalaman sudah menarache di peroleh siswi dengan pengetahuan baik sebanyak 13 siswi (44,8%), pengetahuan cukup 8 siswi (27,6%) dan pengetahuan kurang 8 siswi (27,6%). Sedangkan berdasarkan pengalaman belum menarache di peroleh siswi dengan pengetahuan baik sebanyak 2 siswi (8,7%), 6 siswi (26,1%) dengan pengetahuan cukup dan 15 siswi (65,2%) dengan pengetahuan kurang.

Dalam penelitian yang dilakukan Purnamasari yang dilakukan di SD Negeri di Jawa Timur menunjukkan bahwa 1,1% responden merasa takut dan 16,7% responden bingung dalam menghadapi menarache, hal ini dapat terjadi karena kurangnya pengetahuan responden tentang menarache (Purnamasari,2000).

Dari survey awal yang dilakukan di SD Negeri Wanar, Kecamatan Pucuk, kabupaten Lamongan pada tanggal 13 April 2015 yang dilakukan peneliti mengenai pengetahuan remaja putri tentang menarache. Dari 5 siswi, 3 (60%) siswi diantaranya mengatakan kaget, bingung dan terkejut saat mendapatkan menarache, 2 siswi (40%) mengatakan belum mengalami menarache. Hal ini dikarenakan mereka belum mengetahui dengan jelas mengenai menarache.

Rentang usia menarache normal antara 9-17,7 tahun dengan rata-rata 12,8 tahun (kartono, 1995). Menurut Wiknjosastro (1999) usia menarache bervariasi lebar yaitu antara umur 10-16 tahun dengan rata-rata 12,5 tahun. Menurut Narendra, dkk

(2002) sejak berabad-abad lalu, umur menarche tidak begitu berbeda dengan sekarang, yaitu antara 11-15 tahun. Liewellyn –jones (1997) mengatakan peristiwa terpenting yang terjadi pada gadis remaja adalah datangnya haid pertama kali, biasanya sekitar 10-16 tahun.

Menstruasi tidak datang secara tiba-tiba tetapi merupakan rangkaian perubahan fisik yang bertahap. Seorang gadis yang memasuki usia pubertas, maka secara bertahap pula terjadi perubahan-perubahan baik fisik maupun psikologis. Perubahan fisik ini dikarenakan adanya perubahan secara hormonal, dimana hormon estrogen dan progesterone mulai diproduksi dan merubah kondisi tubuh seorang gadis (IBG Manuaba, 2002).

Perubahan fisik tersebut mulai dari buah dada membesar, lengkung tubuh berkembang dan jaringan adipose membulatkan batas-batas anggotanya, serta tumbuhnya bulu ketiak dan daerah pubis, pelvis melebar. Perubahan terpenting terjadi pada masa gadis menjadi matang jiwa dan raganya melalui masa remaja menjadi wanita dewasa (Pearce, 2002).

Faktor pendidikan mengenai menstruasi sangat mempunyai pengaruh terhadap kesiapan seseorang dalam menghadapi menstruasi awal untuk membuat seorang menjadi lebih siap dalam menghadapi menstruasi awal. Maka upaya pertama yang harus dilakukan adalah memberikan pengetahuan yang menyeluruh mengenai hal tersebut (Santrock, 2003).

Upaya-upaya yang perlu dilakukan untuk mengetahui respon menarche yang yang berlebihan atau tidak dapat dilakukan dengan pemberian informasi kesehatan

reproduksi dalam berbagai bentuk sedini mungkin kepada seluruh remaja, baik dipertanian maupun di pedesaan. Pemberian informasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan yang mampu memberikan pilihan kepada remaja untuk bertindak secara bertanggung jawab baik kepada dirinya, keluarga maupun kepada masyarakat (Admin, 2009).

Berdasarkan data diatas, maka diadakan penelitian mengenai gambaran pengetahuan remaja putri tentang menarche di SD Negeri Wanar, Kecamatan Pucuk, Kabupaten Lamongan.

2. PEMBAHASAN

Pada bab ini akan membahas mengenai hasil analisa dan penelitian yang dilakukan pada tanggal 15-06-2015 di SD Negeri Wanar Kecamatan Pucuk Kabupaten Lamongan.

2.1. Data Umum

1. Gambaran Umum Daerah Penelitian

SD Negeri Wanar adalah salah satu pendidikan yang berada dibawah naungan Departemen Pendidikan Nasional Kabupaten Lamongan yang terletak di Jl. Jendral Ahmad Yani No.07 Wanar, Pucuk, Lamongan.

Secara luas SD Negeri Wanar adalah 9.768,4 m² yang terbagi menjadi:

Luas Bangunan : 4.120 m²

Luas Tanpa Bangunan: 5.648,4 m²

Jumlah : 9.768,4 m²

Sasaran dan tujuan yang ingin dicapai oleh SD Negeri Wanar dalam rangka membantu Program Pemerintah tentang peningkatan sumber daya manusia (SDM) adalah:

1. Kondisi belajar yang nyaman

2. Pelayanan pendidikan yang profesional
3. Tingginya prestasi dan angka kelulusan
4. Lengkapnya sarana dan prasarana
5. Administrasi sekolah yang baik
6. Kesejahteraan pegawai

Selain memberikan materi pelajaran sesuai dengan kurikulum, SD Negeri Wanar juga mengadakan kegiatan ekstrakurikuler yang dapat diikuti oleh seluruh siswanya.

2. Jumlah Ketenagaan di SD Negeri Wanar yaitu:

1. Kepala Sekolah : 1 orang
2. Wakil Kepala Sekolah: 1 orang
3. Guru Tetap : 11 orang
4. Guru Tidak Tetap : 1 orang
5. Pegawai Tetap : 1 orang
6. Pegawai Tidak Tetap : -

Jumlah : 15 orang

Jumlah siswa di SD Negeri Wanar pada tahun ajaran 2014/2015 adalah:

- | | |
|-----------------|-------------------|
| Kelas I | : 31 siswa |
| Kelas II | : 18 siswa |
| Kelas III | : 23 siswa |
| Kelas IV | : 34 siswa |
| Kelas V | : 32 siswa |
| <u>Kelas VI</u> | <u>: 38 siswa</u> |

Jumlah : 174 siswa

Jumlah siswa perempuan di SD Negeri Wanar pada tahun ajaran 2015/2016 adalah:

- | | |
|-----------------|-------------------|
| Kelas I | : 17 siswi |
| Kelas II | : 5 siswi |
| Kelas III | : 11 siswi |
| Kelas IV | : 19 siswi |
| Kelas V | : 15 siswi |
| <u>Kelas VI</u> | <u>: 20 siswi</u> |

Jumlah : 87 siswi

3. Sarana

1. Ruang belajar
2. Ruang kepala sekolah
3. Ruang TU
4. Ruang dewan guru
5. Ruang perpustakaan
6. Ruang gudang

7. Ruang UKS
8. Ruang ekstrakurikuler
9. Ruang koperasi

4. Prasarana

Sedangkan prasarana yang tersedia di SD Negeri Wanar adalah sebagai berikut:

1. Musholla
2. Lapangan olahraga (sepak bola, bulu tangkis, voli)
3. Garasi motor dan sepeda
4. Kantin
5. Taman

2. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Langkah-langkah persiapan dalam penelitian:

1. Melakukan pra survey di SD Negeri Wanar Kecamatan Pucuk Kabupaten Lamongan.
2. Menyusun usulan penelitian dan mengajukan usulan penelitian.
3. Perbaikan usulan penelitian dan konsultasi mengenai kerangka kuisisioner.

Langkah-langkah pelaksanaan dalam penelitian:

1. Menyerahkan surat izin kepada Kepala sekolah SD Negeri Wanar.
2. Pada tanggal 15-06-2015 dilaksanakan penelitian secara langsung kepada responden.
3. Memproses dan menganalisis jawaban kuisisioner yang terkumpul.
4. Menarik kesimpulan.
5. Menulis laporan hasil penelitian.

3. Karakteristik Remaja Putri

Tabel 2.1 Tabel Remaja Putri Berdasarkan Usia di SD Negeri Wanar Kecamatan Pucuk Kabupaten Lamongan kelas V dan VI tahun 2015.

No.	Usia	Jumlah	%
-----	------	--------	---

1.	11 tahun	13	43
2.	12 tahun	14	57
Total		30	100

Berdasarkan tabel 2.1 tentang gambaran remaja putri berdasarkan usia diketahui sebagian atau setengahnya berusia 12 tahun sebanyak 17 remaja putri dengan prosentase (57%).

2.2. Data Khusus

Tabel 2.2 Pengetahuan remaja putri tentang menarche di SD Negeri Wanar Kecamatan Pucuk Kabupaten Lamongan kelas V dan VI tahun 2015.

No.	Pengetahuan	Jumlah	%
1.	Baik	13	43
2.	Cukup	14	47
3.	Kurang	3	10
Total		30	100

Berdasarkan tabel 2.2 Gambaran pengetahuan remaja putri tentang pengetahuan menarche diketahui hampir sebagian atau hampir setengahnya kategori cukup sebanyak 14 remaja putri dengan prosentase (47%).

Dalam bab ini akan membahas tentang hasil dari penelitian. Hasil dari penelitian pada 30 siswa perempuan di SD Negeri Wanar tentang menarche yang dilakukan pada tanggal secara keseluruhan adalah:

1. Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche di SD Negeri Wanar Kecamatan Pucuk Kabupaten Lamongan.

Gambaran pengetahuan remaja putri tentang menarche kategori cukup sebanyak 14

responden (47%). Menurut peneliti hal ini dipengaruhi oleh informasi dan pendidikan tentang menarche.

Menurut Kartono (2006) dalam Buku Psikologi Wanita Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa. Orang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan memiliki pengetahuan yang lebih luas pula. Informasi dapat diperoleh di rumah, di sekolah, lembaga organisasi, media cetak dan tempat pelayanan kesehatan. Ilmu pengetahuan dan teknologi membutuhkan informasi sekaligus menghasilkan informasi.

Jika pengetahuan berkembang sangat cepat maka informasi berkembang sangat cepat pula. Adanya ledakan pengetahuan sebagai akibat perkembangan dalam bidang ilmu dan pengetahuan, maka semakin banyak pengetahuan baru bermunculan. Pemberian informasi seperti cara-cara pencapaian hidup sehat akan meningkatkan pengetahuan masyarakat yang dapat menambah kesadaran untuk berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki. Media masa juga merupakan sumber informasi yang sangat berperan penting bagi pengetahuan.

Selama ini sebagian masyarakat merasa tabu untuk membicarakan tentang masalah menstruasi dalam keluarga, sehingga remaja awal kurang memiliki pengetahuan yang kurang baik tentang perubahan-perubahan fisik dan psikologis terkait menarche, selain itu juga kurangnya pengetahuan tentang perawatan diri yang diperlukan saat menstruasi.

Pengalaman merupakan guru terbaik. Pepatah tersebut dapat diartikan bahwa pengalaman

merupakan sumber pengetahuan atau pengalaman itu suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Oleh sebab itu pengalaman pribadi pun dapat digunakan sebagai upaya untuk memperoleh pengetahuan. Hal ini dilakukan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi pada masa lalu. (Notoatmodjo 1997:13).

Penyebab lain adalah keadaan lingkungan yang tidak mendukung, misalnya kurangnya persediaan buku-buku tentang kesehatan dan kesehatan reproduksi khususnya tentang menarche di perpustakaan sekolah. Hal ini sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (2002:121) yang mengatakan bahwa faktor lingkungan sering merupakan faktor dominan yang mewarnai perilaku seseorang.

Menurut YB Mantra yang dikutip Notoatmodjo (2003), pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju kearah cita-cita tertentu yang menentukan manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupan untuk keselamatan dan kebahagiaan. Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang akan pola hidup terutama dalam memotivasi untuk sikap berperan serta dalam pembangunan (Nursalam, 2003) pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi.

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan didalam dan diluar sekolah dan berlangsung

seumur hidup (Notoatmodjo, 1993). Pendidikan mempengaruhi proses belajar, menurut Matra (1994), makin tinggi pendidikan seseorang, makin mudah orang tersebut menerima informasi.

Gambaran remaja putri berdasarkan usia dapat diketahui usia yang paling banyak yaitu usia 12 tahun sebanyak 24 responden dengan prosentase 57%.

Jadi sebagian besar responden berusia 12 tahun, dengan usia remaja ini dipengaruhi oleh kesadaran dan penalaran yang baik yang diterima oleh remaja putri yang berasal dari pesatnya kemajuan teknologi informasi baik media cetak maupun media elektronika sehingga banyak dari mereka yang berwawasan luas. Bahwa makin tua umur seseorang maka proses-proses perkembangan mentalnya bertambah baik.

Hal ini sesuai dengan pendapat Hurlock (1998) semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Dan segi kepercayaan masyarakat seseorang yang lebih dewasa dipercaya dari orang yang belum tinggi kedewasaannya. Hal ini akan sebagai pengalaman dan kematangan jiwa.

Selain itu Abu Ahmadi (2001) juga mengemukakan bahwa memang daya ingat seseorang itu salah satunya dipengaruhi oleh umur. Dari uraian ini maka dapat kita simpulkan bahwa bertambahnya umur seseorang dapat berpengaruh pada pertambahan pengetahuan yang diperolehnya.

Sebagian kecil remaja putri berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 3 remaja putri (10%), hal ini dapat terjadi karena kurangnya informasi yang diterima oleh remaja,

kurangnya pemahaman yang dapat diserap oleh remaja putri serta kurang mampunya remaja putri dalam mengaplikasikan semua informasi yang telah diperoleh.

2.3. Keterbatasan Penelitian

Dalam melakukan penelitian ini masih banyak keterbatasan baik yang berasal dari peneliti maupun yang dikarenakan oleh hal lain seperti keterbatasan waktu penelitian, keterbatasan tersebut diantaranya:

1. Sampel

Sampel yang digunakan sangat terbatas hanya menggambarkan pengetahuan saja sehingga hasilnya kurang digeneralisasikan.

2. Instrumen

Kuisisioner sebagai alat ukur atau alat pengambilan data tidak dilakukan uji validitas realibilitas terlebih dahulu sehingga hasilnya belum bisa valid.

3. Literatur

Buku yang digunakan acuan dan penelitian ini kurang memadai sehingga penelitian masih banyak memerlukan penyempurnaan.

4. Responden

Yang menjadi responden yaitu semua remaja putri kelas V dan VI baik yang sudah menstruasi maupun belum sehingga dapat menimbulkan kebiasaan.

3. KESIMPULAN

Dalam bab ini akan disimpulkan hasil penelitian untuk menjawab penelitian berdasarkan permasalahan, penjelasan dari kesimpulan kemudian untuk penyempurnaan penelitian itu perlu adanya.

3.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan penulis mengenai Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche di SD Negeri Wanar Kecamatan Pucuk Kabupaten Lamongan maka dapat penulis simpulkan bahwa hampir sebanyak 14 responden (47%) berpengetahuan cukup.

3.2. Saran

Perlunya remaja menambah wawasan tentang menarche, bisa dengan membaca buku-buku tentang kesehatan, artikel-artikel kesehatan dimajalah/koran atau dengan mengunjungi klinik kesehatan remaja sehingga akan menambah pengetahuan tentang menarche dalam upaya meningkatkan wawasan tentang kesehatan reproduksi.

Diharapkan untuk selalu memberikan bimbingan dan mendorong minat baca para siswa-siswinya serta menyediakan sarana, misalnya dengan menambah persediaan buku-buku tentang kesehatan dan kesehatan remaja diperpustakaan sekolah sehingga dapat menambah pengetahuan tentang menarche atau menstruasi serta topik-topik kesehatan yang lain.

Oleh karena itu perlu diadakan kerjasama antara pendidikan dengan dinas kesehatan untuk diberikan pelajaran tambahan tentang kesehatan reproduksi sehingga diharapkan dapat membantu dalam meningkatkan angka kesehatan individu remaja itu sendiri.

PUSTAKA

Adicondro, N., & Purnamasari, A. (2011). Efikasi diri, dukungan sosial, dan self regulated

- learning pada siswa kelas VIII.
Humanitas
- Admin. (2009). Perawatan Payudara. Diambil tanggal 25 September 2014 dari <http://www.skripsistikes.com>
- BKKBN, 2008. *Kamus Istilah Kependudukan KB dan Keluarga Sejahtera* : Jakarta.
- Derek Liewellyn-Jones, *Setiap Wanita*. Delapratas Publishing. Jakarta. 2005
- Hanifa Wiknjosastro (2005). *Ilmu Kandungan*. Jakarta: YBP-SP.
- Hurlock B.E, 2007. Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Penerbit Erlangga. Jakarta
- Hurlock (2000). *Buku Ajar Perkembangan Anak*. Jakarta: Gramedia.
- IBG, Manuaba, (2002). *Ilmu Kebidanan, Penyakit kandungan, dan KB*. EGC. Jakarta.
- IBG, Manuaba, (1998). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita* . Arcan. Jakarta.
- J. haffner, Dinda. 2006. *The Reproductive System at A Glance*. Surabaya: Airlangga.
- Kartono, K. 2005. *Psikologi Wanita Mengenal Gadis Remaja dan Wanita dewasa Jilid I*. Bandung: Mandar Maju.
- Narendra, M.S, dkk. 2002. *Buku Ajar I Tumbuh Kembang Anak dan Remaja Edisi Pertama* IDAI. Jakarta : Sagung Seto
- Notoatmodjo, Soekidjo, 1997. Ilmu Kesehatan Masyarakat Prinsip-Prinsip Dasar. Jakarta: Rineka Cipta,
- Notoatmodjo Soekidjo, (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo Soekidjo, (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam, 2003. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam, 2008. *Konsep dan penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Pearce, C. Evelyn. 2002. *Anatomi dan Fisiologi untuk Paramedic*. Jakarta : Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama
- Santrock, John W. Adolescence. 2003. Perkembangan Remaja. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga
- Soetjningsih. (2007). *Tumbuh Kembang remaja dan*

Permasalahannya. Jakarta:
CV Sagung Seto.

