

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP PELAJAR PUTRI TENTANG *MENARCHE* DI SMP BUDAYA BANDAR LAMPUNG

Octa Reni Setiawati¹

ABSTRAK

Menarche adalah menstruasi awal yang biasa terjadi dalam rentang usia sepuluh tahun sampai enam belas tahun, atau pada masa awal remaja dan sebelum memasuki masa reproduksi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa remaja memiliki pengetahuan yang sedikit sehingga tidak memiliki pengetahuan yang baik tentang menstruasi pertama (*menarche*). Masalah fisik yang timbul dari kurangnya pengetahuan itu adalah kurangnya kebersihan diri atau personal hygiene sehingga dapat beresiko untuk terjadinya infeksi pada saluran kemih (ISK). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap pelajar putrid tentang *menarche* di SMP Budaya Bandar Lampung.

Jenis penelitian ini adalah bersifat deskriptif analitik yaitu untuk melihat gambaran pengetahuan dan sikap pelajar putri tentang *menarche* pada di SMP Budaya Bandar Lampung. Hasil penelitian dari 31 responden didapatkan 58,1% siswi dengan pengetahuan yang baik, 93,5% siswi dengan sikap yang positif, dan pengetahuan berdasarkan sikap tentang *menarche* sebanyak 55,2%. Kesimpulan penelitian ini dilihat dari hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap remaja putri tentang *menarche* di SMP Budaya Bandar Lampung sudah sangat baik dilihat dari 31 responden didapatkan hasil tertinggi yaitu pengetahuan yang baik dan juga sikap yang positif

Kata kunci : *Menarche*, pengetahuan, sikap, remaja

PENDAHULUAN

Pubertas adalah perubahan cepat pada kematangan fisik yang meliputi perubahan tubuh dan hormonal, terutama yang terjadi pada masa awal remaja. Masa pubertas biasanya dimulai saat usia delapan tahun sampai sepuluh tahun. Pada masa pubertas pertumbuhan dan perkembangan berlangsung dengan cepat sehingga kematangan alat-alat seksual dan kemampuan reproduksi dapat tercapai pada masa ini. Kriteria yang paling sering digunakan untuk menentukan masa pubertas adalah munculnya menstruasi pertama (*menarche*) pada wanita dan mimpi basah pada laki-laki.¹

Menstruasi pertama (*menarche*) merupakan peristiwa terpenting yang terjadi pada masa remaja. Menstruasi pertama (*menarche*) mempresentasikan simbol masa transisi dari anak-anak menuju masa dewasa.² Di 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 *menarche*. Di Maharashtra, India rata-rata usia *menarche* pada anak perempuan adalah 12,5 tahun. 24,92% *menarche* dini (10-11 tahun), 64,77% *menarche* ideal (12-13 tahun) dan 10,30% *menarche* terlambat (14-15 tahun). Di Indonesia dan negara-negara Asia Tenggara, seorang wanita remaja mendapat *menarche* rata-rata pada usia 12 tahun dan ada juga yang baru berusia 8 tahun sudah memulai siklus haid namun jumlah ini sedikit sekali. Usia paling lama mendapat *menarche* adalah 16 tahun. Penelitian Aribowo

menunjukkan usia *menarche* pada siswi SMP di Kabupaten Pati rata-rata adalah 12,2 tahun.³

Hasil dari beberapa penelitian menunjukkan bahwa kebanyakan remaja mempunyai harapan yang lebih negatif terhadap menstruasi pertama (*menarche*) dan merespon menstruasi pertama (*menarche*) secara negatif. Hal ini dideskripsikan oleh subjek dengan perasaan secara negatif seperti merasa takut, terkejut, sedih, kecewa, malu khawatir dan bingung.⁵

Pada beberapa budaya, menstruasi pertama (*menarche*) sering dikaitkan dengan hal negatif. Remaja Afrika yang mendapatkan menstruasi dianggap tidak suci dan tidak bersih sehingga tidak diizinkan untuk mengikuti beberapa kegiatan agama dan sosial, sedangkan di Bangladesh remaja yang mendapatkan menstruasi tidak diizinkan untuk mengikuti kegiatan sekolah. Kondisi tersebut mengakibatkan remaja yang belum mengalami menstruasi pertama (*menarche*) mempersepsikan menstruasi secara negatif seperti merasa malu dan bersalah pada saat mengalami menstruasi. Selain itu, remaja sering menganggap menstruasi sebagai larangan untuk mengikuti beberapa kegiatan.⁸

Sehingga upaya-upaya yang harus dilakukan ketika anak *menarche* yaitu menjaga kebersihan selama masa haid dengan mengganti pembalut minimal dua kali sehari, karena penggantian pembalut dapat mengurangi perkembangbiakan bakteri. Lebih dari itu seorang wanita remaja yang telah mengalami menstruasi pertama kali seharusnya tidak melakukan hubungan seksual, karena dapat mengakibatkan terjadinya kehamilan.¹

1. Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Lokasi penelitian dilakukan di SMP Budaya Bandar Lampung. Pengumpulan data dilakukan pada bulan 6 Maret 2015. Populasi pada penelitian ini adalah pelajar putri yang sudah menstruasi usia 12-16 tahun di SMP Budaya Bandar Lampung. Jumlah populasi di SMP Budaya Bandar Lampung yaitu berjumlah 106 orang. Sampel berjumlah 31 sampel diambil dengan tehnik non random sampling secara purposive sampling. Alat ukur penelitian ini menggunakan kuesioner. Untuk kuesioner pengetahuan berjumlah 13 dan kuesioner berjumlah 11. Analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji *chi square*.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 6 Maret 2015, diperoleh hasil sebagai berikut.

Karakteristik Responden

Tabel 1.
Usia Siswi dan Lama *Menarche*
Di SMP Budaya Bandar Lampung Tahun 2015

Usia	Lama <i>Menarche</i> (Bulan)								Total
	2	3	4	5	8	9	11	12	
12	1	1	0	1	1	0	0	1	5
13	0	1	0	1	0	1	0	5	8
14	0	2	1	2	0	3	1	4	13
15	0	0	0	1	0	0	1	2	4
16	0	0	0	0	0	0	0	1	1
Total	1	4	1	5	1	4	2	13	31

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa siswi SMP Budaya Bandar Lampung pada tahun 2015 paling banyak

Analisis Bivariat

Tabel 4.
Pengetahuan Siswi Tentang *Menarche* berdasarkan Sikap Di SMP Budaya Bandar Lampung Tahun 2015

No.	Sikap	Pengetahuan						F	%
		Baik		Cukup Baik		Kurang Baik			
		F	%	F	%	F	%		
1.	Positif	16	55,2	10	34,5	3	10,3	29	100
2.	Negatif	2	100	0	0	0	0	2	100
Total		18	58,1	10	32,3	3	9,7	31	100

Keterangan :

F : Frekuensi
% : Persentase

mengalami *menarche* pada usia 14 tahun sebanyak 13 responden dari 31 responden dan yang sudah mengalami *menarche* paling banyak sudah lama mengalaminya selama 12 bulan yaitu 13 responden dari 31 responden.

Analisis Univariat

Pengetahuan Siswi Tentang *Menarche*

Tabel 2.
Distribusi Pengetahuan Siswi Tentang *Menarche*
Di SMP Budaya Bandar Lampung Tahun 2015

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	18	58.1
Cukup	10	32.3
Kurang	3	9.7
Total	31	100.0

Berdasarkan tabel 2 maka diketahui bahwa pengetahuan tentang *menarche* pada siswi di SMP Budaya Bandar Lampung tahun 2015 termasuk dalam kategori baik yaitu sebanyak 18 orang (58,1%).

Sikap Siswi Tentang *Menarche*

Tabel 3.
Distribusi Sikap Siswi Tentang *Menarche*
Di SMP Budaya Bandar Lampung Tahun 2015

Sikap	Frekuensi	Persentase (%)
Positif	29	93.5
Negatif	2	6.5
Total	31	100.0

Berdasarkan tabel 3 maka diketahui bahwa sikap tentang *menarche* pada siswi di SMP Budaya Bandar Lampung tahun 2015 termasuk dalam kategori positif yaitu sebanyak 29 orang (93,5%).

Berdasarkan tabel 4 maka diketahui bahwa pengetahuan siswi tentang *menarche* berdasarkan sikap di SMP Budaya Bandar Lampung tahun 2015 termasuk dalam pengetahuan yang baik dan sikap yang positif yaitu sebanyak 16 orang (55,2%) dari 31 (100%) responden.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini yang dapat dijelaskan adalah usia *menarche* dan lama *menarche*. Pada penelitian ini usia *menarche* pada usia 12 tahun sebanyak 5 orang, 13 tahun sebanyak 8 orang, 14 tahun sebanyak 13 orang, 15 tahun sebanyak 4 orang, dan 16 tahun sebanyak 1 orang. Hasil penelitian pada lamanya *menarche* yaitu sudah 2 bulan sebanyak 1 orang, 3 bulan sebanyak 4 orang, 4 bulan sebanyak 1 orang, 5 bulan sebanyak 5 orang, 8 bulan sebanyak 1 orang, 9 bulan sebanyak 4 orang, 11 bulan sebanyak 2 orang, dan 12 bulan sebanyak 13 orang.

Analisis Univariat

Gambaran Pengetahuan Siswi Tentang *Menarche*

Dari hasil penelitian gambaran pengetahuan tentang *menarche* yang didapatkan di SMP Budaya Bandar Lampung Tahun 2015, sebagian siswi mempunyai pengetahuan yang baik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden di SMP Budaya Bandar Lampung yang memiliki pengetahuan baik 18 orang (58,1%), pengetahuan cukup 10 orang (32,3%), pengetahuan kurang 3 orang (9,7%). Sehingga dapat diketahui bahwa semakin baik pengetahuan maka akan baik pula sikap dalam menghadapi *menarche*. Sedangkan semakin kurang pengetahuan maka semakin kurang pula sikap dalam menghadapi *menarche*.

Pengetahuan merupakan hasil "tahu" dari manusia, dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.¹⁰ Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behavior*).

Pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai enam tingkatan yaitu tahu (*know*), memahami (*comprehension*), aplikasi (*application*), analisis (*analysis*), sintesis (*synthesis*), evaluasi (*evaluation*).¹⁰

Gambaran Sikap Siswi Tentang *Menarche*

Dari hasil penelitian gambaran sikap tentang *menarche* yang didapatkan di SMP Budaya Bandar Lampung Tahun 2015, sebagian besar siswi mempunyai sikap yang positif terhadap *menarche*. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa responden di SMP Budaya Bandar Lampung yang memiliki sikap positif sebanyak 29 orang (93,5%) dan sikap negatif sebanyak 3 orang (6,5%).

Sikap merupakan reaksi atau respons yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku. Sikap merupakan kesiapan untuk bereaksi terhadap objek di lingkungan tertentu sebagai suatu penghayatan terhadap objek.¹⁰

Menurut peneliti siswi di SMP Budaya Bandar Lampung sudah baik dalam sikap menghadapi menstruasinya. Hal ini dilihat dari hasil penelitian berdasarkan sikapnya, sudah banyak siswi melakukan sikap yang positif terhadap menstruasi yaitu sebesar 29 orang (93,5%).

Analisis Bivariat

Gambaran pengetahuan siswi tentang *menarche* berdasarkan sikap

Dari hasil penelitian gambaran pengetahuan siswi tentang *menarche* berdasarkan sikap di SMP Budaya Bandar Lampung Tahun 2015 bahwa dari 31 responden yang menunjukkan sikap positif dengan pengetahuan baik terdapat 16 orang (55,2%), sikap positif dengan pengetahuan cukup terdapat 10 orang (34,5%), sikap positif dengan pengetahuan kurang terdapat 3 orang (10,3%). Dilihat dari sikap negatif dengan pengetahuan baik terdapat 2 orang (100%) dan sikap negatif dengan pengetahuan cukup dan kurang tidak ada.

Dalam mempersepsi obyek sikap, individu akan dipengaruhi oleh pengetahuan, pengalaman, cakrawala, keyakinan, proses belajar, dan hasil proses persepsi ini akan merupakan pendapat atau keyakinan individu mengenai objek sikap. Sesuai dengan teori bahwa sikap seseorang dalam menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh tingkat pengetahuannya. Sikap positif maupun negatif tergantung dari pemahaman individu tentang hal tersebut, sehingga sikap ini selanjutnya akan mendorong individu untuk melakukan perilaku tertentu. Perasaan bingung, gelisah, tidak nyaman selalu menyelimuti perasaan seorang wanita yang mengalami menstruasi pertama atau *menarche*.

Menstruasi pertama merupakan hal yang wajar dialami oleh setiap wanita normal dan tidak perlu digelisahkan. Namun hal ini akan semakin parah apabila pengetahuan remaja mengenai menstruasi ini sangat kurang. Upaya-upaya yang harus dilakukan ketika anak *menarche* yaitu menjaga kebersihan selama masa haid dengan mengganti pembalut minimal dua kali sehari.¹

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Karmilla pada siswi di Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama Negeri 1 Samudra Geudong Kabupaten Aceh Utara pada tahun 2012, yang berjudul gambaran pengetahuan remaja putri tentang *menarche* di Sekolah

Lanjutan Tingkat Pertama Negeri Samudra Geudong Kabupaten Aceh Utara. Hasil penelitian Karmilla menunjukkan dari 26 siswi (100%) didapat lebih banyak siswi yang berpengetahuan baik dengan sikap yang positif sebanyak 20 siswi (70%).

Berdasarkan teori dan data diatas, peneliti berpendapat bahwa pengetahuan yang baik akan menimbulkan sikap yang baik pula (positif). Sehingga dalam menghadapi menstruasi yang akan datang, dapat mempersiapkan diri dan menjaga kebersihan reproduksinya. Namun beberapa responden memiliki sikap negatif, mungkin karena responden beranggapan bahwa hal ini tidak terlalu penting untuk dirinya saat ini dan masih merasa janggal.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dan berdasarkan uraian sebelumnya, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

- Gambaran pengetahuan siswi tentang *menarche* lebih banyak pada pengetahuan yang baik berjumlah 18 orang (58,1%).
- Gambaran sikap siswi tentang *menarche* lebih banyak pada sikap yang positif berjumlah 29 orang (93,5%).
- Gambaran pengetahuan siswi tentang *menarche* berdasarkan sikap lebih banyak pada sikap positif dengan pengetahuan yang baik yaitu berjumlah 16 orang (55,2%).

SARAN

Bagi Siswi

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi masukan dan pengetahuan tentang pentingnya pengetahuan dan sikap tentang *menarche*. Selain itu, siswi diharapkan meningkatkan wawasan dan pengetahuan tentang menstruasi agar terhindar dari suatu penyakit.

Bagi Tempat Penelitian

Bagi SMP Budaya Bandar Lampung agar dapat melakukan kerja sama dengan petugas kesehatan untuk memberi penyuluhan khususnya mengenai *menarche* pada anak SMP.

Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan untuk mengkaji lebih baik lagi dengan cara menambah variabel yang berkaitan dengan *menarche* dan menambah referensi yang terkait dengan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Proverawati, A. & Misaroh, S. (2009). *Menarche (Menstruasi Pertama Penuh Makna)*. Yogyakarta : Muha Medika.
- Asrinah, Dkk. 2011. *Menstruasi Dan Permasalahannya*. Tangerang : Jelajah Nusa.
- Aribowo AA. Hubungan status gizi (indeks BB/TB dan TB/U) dengan usia *menarche* pada siswi SMP Negeri di Kecamatan Pati Kabupaten Pati. *Skripsi*. Semarang: Universitas Diponegoro, 2004.
- Lusiana SA, Dwiriani CM. Usia *menarche*, konsumsi pangan, dan status gizi anak perempuan Sekolah Dasar di Bogor. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 2007; 2(3): 26-35.
- Riskesdas. 2010. *Perkembangan Status Kesehatan Masyarakat Indonesia*. <http://digilib.unimus.ac.id/download.php?id=13019> Diunduh pada tanggal 25 Januari 2015.
- Siti Nur Latifah. 2013. Perbedaan Kecemasan Remaja Putri Usia Pubertas Dalam Menghadapi *Menarche* Sebelum Dan sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Di SDN Wilayah Desa Kiyonten Kabupaten Ngawi. Sekolah Tinggi Kesehatan Ngudi Waluyo Program Studi Diploma IV Kebidanan,
- Kurniawan, S.T. 2009. Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi *Menarche* pada Siswi SD Negeri 1 Gayam Kabupaten Sukaharjo. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Yeung, Y. L., Tang, C. S. & Lee, A. 2005. Psychosocial and Cultural Factors Influencing Expectations of *Menarche*: A study on Chinese Premenarcheal Teenage Girls. *Journal of Adolescent Research*. Vol 20.No. 1. Sage Publication.
- Paludi, M. A. 2002. *"The psychology of women"*, (2nd ed), Prentice Hall, NJ
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta :RinekaCipta.
- DepKesRI, Koping Adaptasi *Menarche* Sebagai Strategi Peningkatan Kesehatan Reproduksi Remaja, 2007.
- Suryani, E., Widyasih, H. 2008. *Psikologi Ibu dan Anak*. Jakarta: Fitramay.
- Budiati, Sevi.,Apriastuti, Dwi Anita. 2012. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Kesiapan Anak Menghadapi Masa Pubertas*. Akademi Kebidanan Estu Utomo Boyolali. <http://journal.akbideub.ac.id/index.php/jkeb/article/view/58/57Diunduh> pada tanggal 25 Januari 2015.
- Llewellyn, Derek. 2009. *Setiap Wanita*. PT. Delapratasa Publishing.

15. Mounir GM, 2007. Penilaian status gizi. Jakarta: Penerbit buku kedokteran EGC.
16. Arzu, V. *et. al.* 2005. A Review of The Female Athlete Triad, *Adolescent Medicine*, 14:1
17. Egemen. 2005. Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Jakarta: Sagung Seto.
18. Soetijiningsih. 2004. Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Jakarta: Sagung Seto.
19. Apriani. 2006. Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Risiko di Luar Nikah Pada Siswa SMA N 2 Magetan. Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
20. N. Amallia; Dkk. Status Tinggi Badan Pendek Berisiko Terhadap Keterlambatan Usia *Menarche* Pada Perempuan Remaja Usia 10-15 Tahun. *Penel Gizi Makan* 2012, 35(2): 150-158
21. Yani Widyastuti, Dkk. 2009. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fitramay
22. Sarwono. S. W, 2003, Psikologi Remaja, Edisi Revisi, PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta.
23. Notoatmodjo, S. 2003. Ilmu Kesehatan Masyarakat, Jakarta: RinekaCipta
24. Riyanto, Agus. 2011. Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika