

## HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KESIAPAN REMAJA PUTRI DALAM MENGAHADAPI MENARCHE

Sellia Juwita<sup>1)</sup> Nova Yulita<sup>2)</sup>

<sup>1,2)</sup>Program Studi D-III Kebidanan Universitas Abdurrab  
Jl. Riau Ujung no 73, Pekanbaru 28292 Indonesia  
Email: [sellia.juwita@univrab.ac.id](mailto:sellia.juwita@univrab.ac.id)

### ABSTRAK

Menarche ataupun masa pubertas terjadi serangkaian perubahan fisik maupun mental yang saling mempengaruhi. Perubahan yang terjadi pada saat Menarche menyebabkan remaja putri menjadi malu. Menarche sering dihayati oleh remaja sebagai suatu pengalaman traumatis, terkadang anak yang belum siap menghadapi menarche akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut. Tetapi berbeda bagi mereka yang telah siap, mereka akan merasa senang dan bangga, dikarenakan mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche. Desain penelitian kuantitatif analitik, dengan populasi remaja putri SMP di Kecamatan Senapelan dengan teknik pengambilan sampel total sampling, jumlah sampel 258 orang. Data diambil melalui pengisian kuesioner dan diolah dengan komputerisasi selanjutnya dianalisa secara univariat dan bivariate menggunakan uji chi-square. Hasil univariat diketahui remaja putri yang memiliki pengetahuan baik 75,2%, dan yang berpengetahuan cukup sebanyak 24,8, remaja yang siap menghadapi menarche sebanyak 57,4% dan yang tidak siap sebanyak 42,6%. Hasil analisa bivariate diketahui terdapat hubungan pengetahuan dengan kesiapan remaja dalam menghadapi menarche dimana nilai pvalue <0,05. Remaja yang memiliki pengetahuan baik lebih siap menghadapi menarche dibandingkan dengan remaja berpengetahuan cukup dengan pengetahuan remaja dapat mempersiapkan diri. Pengetahuan memberikan pengaruh terhadap kesiapan remaja dalam menghadapi menarche.

Kata Kunci: pengetahuan, kesiapan remaja putri, menarche

### ABSTRACT

*Menarche or puberty occurs a series of physical and mental changes that affect each other. The changes that occurred at the time of Menarche caused young women to be embarrassed. Menarche is often experienced by adolescents as a traumatic experience, sometimes children who are not ready to face menarche will arise desire to reject the physiological process. But different for those who are ready, they will feel happy and proud, because they consider themselves grown biologically. The purpose of this study to determine the factors that affect the readiness of young women in facing menarche. The design of quantitative analytic research, with the population of junior high school girls in Kecamatan Senapelan with sampling total sampling technique, the number of samples 258 people. Data were collected through questionnaire and processed by computerization then analyzed by univariate and bivariate using chi-square test. Univariate results in the know young women who have a good knowledge of 75.2%, and who is knowledgeable enough as much as 24.8, adolescents ready to face menarche sebanyak 57.4% and not ready as much as 42.6%. The result of bivariate analysis is known to have knowledge relation with adolescent readiness in facing menarche where pvalue value <0,05. Teenagers who have good knowledge are better prepared for menarche than teenagers with sufficient knowledge with adolescent knowledge to prepare. Knowledge affects adolescent readiness in dealing with menarche.*

*Keywords: knowledge, readiness of young women, menarche*

## PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja merupakan individu yang sedang mengalami masa peralihan yang secara berangsur-angsur mencapai kematangan seksual, mengalami perubahan jiwa anak-anak menjadi dewasa, dan mengalami perubahan keadaan ekonomi dari ketergantungan menjadi relatif mandiri [1].

Pada masa remaja akan terjadi perkembangan psikologis pada remaja, secara emosional yang akan mempengaruhi psikologis remaja yang ingin lepas dari orang tua dan membentuk hubungan dan minat yang baru, yang ingin mencoba hal-hal yang baru. Salah satu peristiwa yang menyebabkan rasa ingin tahu remaja, khususnya perempuan adalah peristiwa *Menarche*. Pada masa remaja labilnya emosi erat kaitannya dengan perubahan hormon dalam tubuh. Sering terjadi letusan emosi dalam bentuk amarah, sensitif, bahkan perbuatan nekad [1].

Hal ini menjadi penting karena pada masa *Menarche* ataupun masa pubertas terjadi serangkaian perubahan fisik maupun mental yang saling mempengaruhi. Dan hal ini semakin kompleks setelah seorang remaja putri mengalami *Menarche*. Mengingat hal ini akan mempengaruhi kehidupan remaja itu sendiri, contohnya saja pada remaja putri yang mengalami perubahan psikis yang traumatik pada saat *Menarche*, dan juga hal ini dapat berdampak besar pada kehidupan dimasa yang akan datang, baik secara langsung maupun tidak langsung [2].

*Menarche* umumnya terjadi pada usia antara 11-14 tahun. Normal terjadi lebih dini di usia 9 tahun atau lama di usia 15 tahun. Jika anak kita tidak mendapatkan periode menstruasinya di

usia 15 tahun, sebaiknya orang tua segera membawa anak ke dokter untuk konsultasi lebih lanjut agar tidak terjadi kelainan pada alat kelamin [3].

Menstruasi pertama sering dihayati oleh remaja sebagai suatu pengalaman traumatis, terkadang anak 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, dimana anak tersebut memiliki gambaran fantasi yang sangat aneh bersamaan dengan kecemasan dan ketakutan yang tidak masuk akal, dapat juga disertai dengan perasaan bersalah atau berdosa, dimana semua hal tersebut dikaitkan dengan masalah perdarahan pada organ kelamin dan proses haidnya. Tetapi berbeda bagi mereka yang telah siap dalam menghadapi *menarche*, mereka akan merasa senang dan bangga, dikarenakan mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis [4].

Berdasarkan data tersebut maka peneliti melakukan penelitian tentang Deskripsi Faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri dalam menghadapi *Menarche*.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *kuantitatif analitik*, waktu pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan *cross sectional Study*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dengan jumlah sampel 258 siswi. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer, dan dilakukan pengolahan data meliputi : *editing, coding, cleaning, dan tabulating*. Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariate.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis univariat dapat terlihat pada table berikut:

### a. Analisa Univariat

**Tabel 1**

**Distribusi pengetahuan remaja putri tentang menarche**

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	194	75,2
2	Cukup	64	24,8
	Total	<b>258</b>	<b>100</b>

Berdasarkan table 5.1 dapat diketahui bahwa mayoritas remaja putri memiliki pengetahuan baik sebanyak 194 orang (75,2%).

**Table 2**

**Distribusi kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche**

No	Kecemasan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Siap	148	57,4
2	Tidak	110	42,6
	Total	<b>258</b>	<b>100</b>

Berdasarkan table 2 dapat diketahui bahwa mayoritas remaja putri mengalami cemas dalam menghadapi menarche sebanyak 148 orang (57,4%).

### b. Analisa Bivariat

**Table 3**

**Hubungan pengetahuan dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche**

Kesiapan	Pengetahuan				Total		P <sub>value</sub>
	Cukup		Baik		N	%	
	N	%	N	%			
Tidak	5	50,6	5	49,4	11	10	<b>0,000</b>
Siap	8	5,4	140	94,6	148	100	
Total	6	24,8	194	75,2	258	100	
	4						

Berdasarkan table 3 dapat diketahui bahwa sebagian besar remaja yang memiliki pengetahuan baik dan siap menghadapi menarche sebanyak 140 orang (94,6%), dari hasil chi-square diperoleh hasil p value <0,05 (0,000) artinya terdapat hubungan antara pengetahuan dan kesiapan remaja putri menghadapi menarche.

Pengetahuan merupakan hasil “tahu”, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, dan perabaan. Sebagian besar melalui mata dan telinga [5]. Menurut Nagar & Aimol [8] Remaja akan mengalami menarche membutuhkan kesiapan mental yang baik karena perubahan yang terjadi pada saat menstruasi pertama dan menyebabkan remaja menjadi canggung [8].

Pengetahuan remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya umur, pendidikan dan lingkungan serta sumber informasi. Sumber informasi yang diperoleh remaja putri didapat dari media cetak, media elektronik, keluarga, dan tenaga kesehatan. Penelitian yang dilakukan oleh Nilawati [9] terdapat hubungan antara dukungan ibu terhadap remaja putri dalam menghadapi menarche dengan hasil p value <0,005.

Tingkat pendidikan mempengaruhi sejauh mana pengetahuan seseorang. Pendidikan diperlukan untuk mendapatkan dan menyerap informasi seperti hal-hal yang menunjang kesehatan. Diharapkan dengan pendidikan tinggi pengetahuan tentang kesehatan lebih baik khususnya dalam hal pengetahuan tentang menarche.

Menurut asumsi peneliti pengetahuan remaja mayoritas baik

dikarenakan remaja rata-rata diusia remaja awal dan mendapatkan informasi dari keluarga atau ibu tentang menarche. Sehingga dengan demikian remaja dapat mempersiapkan diri dalam menghadapi menarche. Peran orang tua dalam memberikan informasi kepada remaja tentang menarche merupakan bekal untuk mempersiapkan psikologis remaja menghadapi menstruasi pertamanya. Dari hasil penelitian ada remaja yang tidak mendapatkan informasi tentang menarche sehingga remaja tidak siap dan merasa takut. Rasa takut yang dialami remaja berdampak hingga menstruasi berikutnya, sehingga remaja merasa menstruasi itu adalah suatu hal yang tidak menyenangkan dan membuat kecemasan dan mengganggu aktivitasnya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hastuti [10] di Temanggung dengan judul Hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche diketahui nilai pvalue <0,05 atau terdapat hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche. Didukung juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Yusuf [11] yaitu terdapat hubungan pengetahuan dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche di SMP Tidore Kepulauan dengan p value=0,017 (<0,05). Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya, perbedaan dapat dilihat pada metode penelitian dalam jenis disain penelitian dan karakteristik sampel yang digunakan.

Remaja putri yang memiliki pengetahuan baik lebih siap menghadapi menarche dari pada remaja yang memiliki pengetahuan cukup. Hal

ini dikarenakan dengan adanya pengetahuan tentang menarche yang dimiliki remaja merupakan sebagai dasar untuk memahami proses menarche yang akan dialaminya. Dengan demikian remaja siap untuk melalui proses menarche tanpa ada rasa ketakutan yang akan mengganggu psikis akibat dari informasi yang tidak jelas kebenarannya.

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian tentang deskripsi faktor yang mempengaruhi kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche dapat diketahui mayoritas pengetahuan remaja baik sebanyak 194 orang (75,2%), mayoritas kesiapan remaja menghadapi menarche sebanyak 148 orang (57,4%). Hasil bivariate terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kesiapan remaja dalam menghadapi menarche dengan nilai p value <0,05.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] S. Notoatmodjo, *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta, 2009.
- [2] Thebenez, "Konstitusional Psikologis Remaja Putri yang Telah Mengalami Menarche," 2008.
- [3] D. H. Suratmaja, *101 Tanya Jawab Seputar Seks*. Klaten: Cable Book, 2013.
- [4] H. Suryani, E., & Widyasih, *Psikologi ibu dan anak*. Yogyakarta: Fitramaya, 2008.
- [5] S. Notoatmodjo, *Imu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta, 2010.
- [6] Y. Widyastuti, *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fitramaya, 2009.
- [7] M. Fajri, Ayu., Khairani, "Hubungan

- Antara Komunikasi Ibu Anak Dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) Pada Siswi Smp Muhammadiyah Banda Aceh,” *Journal*, 2010.
- [8] R. Nagar, S. & Aimol, “Knowledge of Adolescent Girls Regarding Menstruation in Tribal Areas of Meghalaya,” *Journal*, vol. 8, no. India. Department of Human Development. College of Home Science, 2010.
- [9] I. Nilawati, “hubungan dukungan ibu dengan kecemasan remaja dalam menghadapi menarche di Kabupaten Cilacap,” *J. Ilm. Kebidanan*, vol. 4, pp. 178–189, 2013.
- [10] T. P. Hastuti, “HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI MENARCHE PADA SISWI KELAS V DAN VI DI SD NEGERI DANGKEL PARAKAN TEMANGGUNG,” *Kebidanan*, vol. 3, 2014.
- [11] Y. Yusuf, “HUBUNGAN PENGETAHUAN MENARCHE DENGAN KESIAPAN REMAJA PUTRI MENGHADAPI MENARCHE DI SMP NEGERI 3 TIDORE KEPULAUAN,” *J. Keperawatan*, vol. 2, 2014.