

GAMBARAN PENGETAHUAN SISWA KELAS VII TENTANG POLA SIKLUS MENSTRUASI DI SMP NEGERI 2 DOLOK PARDAMEAN KABUPATEN SIMALUNGUN TAHUN 2022

Meriati Bunga Arta Purba¹, Dearnal Sulastri Malau²
Dosen Mahasiswa D3 Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan¹
Mahasiswa D3 Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan²
email : ¹purbameriati@gmail.com, ²dearnimalau@gmail.com

ABSTRACT

Background : Menstruation can be defined as regular bleeding from the uterus as a sign that the uterine organs are functioning properly or are ready to reproduce. Generally, teenagers who experience their first menstruation (menarche) are at the age of 12 to 16 years. A normal menstrual cycle will occur every 22-35 days with a menstrual period of approximately 2-7 days. Menstruation can be troublesome for girls, this is generally due to lack of or incorrect information about menstruation. Generally people are afraid to see blood, especially children. His ignorance can lead to it mistakenly, linking menstruation to illness or injury and even viewing it as something shameful, for not getting a proper explanation. Objective : To describe the knowledge of seventh grade students about menstrual cycle patterns in adolescents at SMP Negeri 2 dolok pardamean Research method : The design of this study user a quantitative descriptive method, with a Cross Sectional research design using a population of 45 and a sample of 45 samples, with a sampling technique. by Aqidental sampling, and in collecting data using a questionnaire with univariate analysis, frequency and percent. The conclusion is based on the results of the study with a sample of 45 respondents regarding the description of the knowledge of class VII students about the menstrual cycle pattern at SMP Negeri 2 Dolok Pardamean Simalungun Regency. Suggestion to learn all about the menstrual cycle pattern in schools at SMP Negeri 2 Dolok Pardamean, Simalungun Regency. It is hoped that there will be material about menstruation in learning outcomes in order to access some about menstruation both through books and social media.

Keywords: *menstrual cycle pattern*

ABSTRAK

Latar Belakang: Menstruasi dapat diartikan sebagai pendarahan yang teratur dari rahim sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi dengan baik atau sudah siap untuk bereproduksi. Umumnya, para remaja yang mengalami haid yang pertama kali (menarche) aialah pada umur 12 tahun sampai 16 tahun. Siklus menstruasi yang normal akan terjadi setiap 22-35 hari dengan lamanya menstruasi kira kira selama 2-7 hari. Menstruasi bisa menjadi sesuatu yang menyusahkan bagi anak perempuan, hal ini umumnya disebabkan karena kurang atau salahnya informasi mengenai menstruasi. Umumnya orang takut melihat darah, apalagi anak-anak. Ketidaktahuannya dapat menyebabkannya secara keliru, mengaitkan menstruasi dengan penyakit atau luka bahkan memandangnya sebagai sesuatu yang memalukan, karena tidak mendapatkan penjelasan yang benar. Tujuan: Mengetahui gambaran pengetahuan siswa kelas VII tentang pola siklus menstruasi pada remaja Di SMP Negri 2 dolok pardamean Metode penelitian: Desain penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif, dengan rancangan penelitian Cross Sectional menggunakan populasi sebanyak 45 dan sampel sebanyak 45 sampel, dengan teknik pengambilan sampling secara Aqidental sampling, dan pada pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan analisis univariat, frekuensi dan persen. Kesimpulan berdasarkan hasil penelitian dengan jumlah sampel 45 responden mengenai gambaran pengetahuan siswa kelas VII tentang pola siklus menstruasi di SMP negeri 2 dolok pardamean kabupaten simalungun. Saran Mengalami semua tentang pola siklus menstruasi sekolah di SMP Negeri 2 Dolok Pardamean Kabupaten Simalungun Diharapkan menananm materi tentang menstruasi ke pembelajaran hasil. Supaya mengakses beberapa tentang menstruasi baik melalui buku-buku maupun media sosial.

Kata kunci: Pola siklus menstruasi

PENDAHULUAN

Menstruasi adalah masa perdarahan yang terjadi pada perempuan secara rutin setiap bulan selama masa suburnya kecuali apabila terjadi kehamilan. Siklus menstruasi rata-rata terjadi 21-35 hari. Walaupun hal ini berlaku umum, tetapi tidak semua perempuan memiliki siklus menstruasi yang sama. Terkadang siklus menstruasi terjadi setiap 21 hingga 30 hari. Umumnya, menstruasi berlangsung selama 5 hari. Namun terkadang menstruasi juga dapat terjadi sekitar 2 sampai 7 hari (Nur Najmi Laila, 2022). Siklus menstruasi sangat penting dalam reproduksi wanita karena mempengaruhi suatu rangkaian perubahan dalam sistem reproduksi wanita, tetapi banyak wanita yang mengalami gangguan siklus menstruasi sehingga akan berdampak pada kesehatan (Sianaga, 2018).

Faktor faktor yang mempengaruhi gangguan siklus menstruasi antara lain: faktor genetik, ras, usia, pertumbuhan alat reproduksi, hormon, obat kontrasepsi, merokok, konsumsi alkohol, status gizi kurang atau lebih, asupan zat gizi, dan aktivitas fisik (Filla Fithra Dieni, 2016). Gangguan-gangguan proses menstruasi seperti lamanya siklus menstruasi dapat menimbulkan risiko penyakit kronis. Dampak dari gangguan menstruasi yang kronis dapat menyebabkan infertilitas, atau anemia bila didapatkan perdarahan yang hebat dan osteoporosis dini. Jika gangguan tidak ditangani, dapat memengaruhi kualitas hidup karena menyebabkan ketidaknyamanan dalam aktivitas sehari-hari dan dapat menjadi masalah serius.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian ini melibatkan 45 responden di SMP Negeri 2 Dolok Pardamean Kabupaten Simalungun. Responden di dalam penelitian ini adalah seluruh berjenis kelamin perempuan kelas VII. Pengumpulan data di dalam penelitian ini adalah menggunakan kuesioner yang dibagikan menggunakan *google form* untuk mengetahui pengetahuan siswa tentang pola siklus menstruasi. Hasil penelitian yang didapatkan melalui kuesioner dianalisis

untuk mengetahui gambaran pengetahuan siswa kelas VII tentang pola siklus menstruasi. Instrumen ini berjumlah 15 pertanyaan untuk menilai pengetahuan siswa tentang pola siklus menstruasi

HASIL

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswa kelas VII tentang pola Siklus Menstruasi di SMP Negeri 2 Dolok Pardamean Kabupaten Simalungun Tahun 2022.

No	Pengetahuan Siswa	Distribusi Jawaban pertanyaan			
		B		S	
		N	F	N	F
1	Defenisi Menstruasi	37		8	18%
2	Fase-fase tentang menstrusai	19	82,2 %	26	58%
3	Faktor-faktor yang mempengaruhi menstruasi	36	42,2 % 80%	9	20%

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan proporsi tertinggi pengetahuan siswa kelas VII tentang menstruasi di fase-fase menstruasi berjumlah 44 orang (97%) dan terkecil 1 orang (2%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi dan Presentase Gambaran Pengetahuan Siswa Kelas VII tentang Pola Siklus Menstruasi di SMP Negeri 2 Dolok Pardamean Kabupaten Simalungun Tahun 2022

Pengetahuan	<i>F</i>	%
Baik	12	26,7
Cukup	15	33,3
Kurang	18	40,0
Total	45	100

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil dari 45 orang responden yang memiliki pengetahuan dengan kategori baik sebanyak 12 responden (26,7%) dengan kategorisebanyak 15 responden (33,3%) dan dengan kategori kurang sebanyak 18 responden (40,0%).

PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan kuesioner terdapat 45 responden, diperoleh hasil bahwa responden berpengetahuan baik tentang Menstruasi yaitu sebanyak 12 orang (26,7%), sedangkan yang berpengetahuan cukup tentang Menstruasi yaitu sebanyak 15 orang (33,3%) dan yang berpengetahuan kurang tentang Menstruasi yaitu sebanyak 18 orang (40,0%).

Dari hasil penelitian diatas dapat dikatakan dengan pengetahuan responden tentang pola siklus mensruasi tergolong kuarang pengetahua kurang. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Endriyani Martina Unus, (2018) dari 99 responden, diketahui bahwa 31 responden (40,3%) pengetahuan tentang menstruasi dengan nilai baik, 37 responden (48,1%) pengetahuan tentang pola siklus menstruasi dengan nilai kurang dari 51 responden (66,2%) pengetahuan tentang gangguan menstruasi dengan nilai kurang. Untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang menstruasi perlu peran dari guru khususnya pada mata pelajaran biologi agar lebih menjelaskan tentang menstruasi, siklus menstruasi dan gangguan mestruasi.

Peneliti berpendapat bahwa pengalaman seseorang dapat mempengaruhi pengetahuannya, didukung oleh penelitian Wawan dan Dewi, (2010) dalam Sry Mularsri, (2017) bahwa pengalaman merupakan sumber suatu pengetahuan, atau pengalaman itu merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Pengalaman pribadi dapat digunakan sebagai suatu upaya untuk memperoleh suatu pengetahuan, seseorang yang lebih dewasa dipercaya dari orang yang belum tinggi kedewasaannya.

Peneliti juga berpendapat bahwa pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh pengalaman siswi baik secara langsung maupun tidak langsung. Pengalaman bisa didapatkan dari kejadian yang dialami dirinya sendiri maupun orang lain yaitu keluarga, orangtua, atau teman, (Afifah 2016).

Dari hasil penelitian kesehatan peserta didik tahun 2014 di kota bekasi menunjukkan bahwa 46% siswi memiliki masalah kesehatan reproduksi, yaitu usia menarche kurang dari 8 tahun dan lebih dari 15 tahun, siklus menstruasi yang tidak teratur tiap bulan, se rta gangguan menstruasi baik nyeri perut hebat, keputihan maupun gatal disekitar kemaluan. Jumlah sampel penelitian sebanyak 65 responden. Hasil penelitian gambaran pengetahuan remaja yang memiliki pengetahuan baik ada 35 orang (53.8%), 44 orang (67.7%) dari sumber informasi non media, 51 orang (78.5%) pada kelompok remaja yang orang tuanya berperan, 52 orang (80.0%) pada remaja yang status gizi memiliki berat badan normal, 37 orang (56.9%) pada remaja yang lingkungan sosialnya berpengaruh, dan usia menarche yang kurang < 12 th sebanyak 54 orang (83.1%) (Mahalayanti September 2019).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan jumlah sampel 45 responden mengenai gambar pengetahuan siswa kelas VII tentang pola siklus menstruasi di SMP N 2 dolok pardamean kabupaten simalungun tahun 2022 dapat di simpulkan bahwa pengetahuan siswa kelas VII tentang pola siklus menstuasi Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil dari 45 orang responden

yang memiliki pengetahuan dengan kategori baik sebanyak 12 responden (26,7%) dengan kategorisebanyak 15 responden (33,3%) dan dengan kategori kurang sebanyak 18 responden(40,0%).

DAFTAR PUSTAKA

Afifah 2016. dapat dipengaruhi oleh pengalaman siswi baik secara langsung maupun tidak langsung. Pengalaman bisa didapatkan dari kejadian yang dialami dirinya sendiri maupun orang lain yaitu keluarga, orangtua, atau teman

Filla Fitria Dieni. (2016). *Permasalahan Gizi Pada Remaja Putri*. Graha Ilmu.

Mahalayanti September 2019 Jurnal Kebidanan Malahayati 5(3):287-291 DOI:10.33024/jkm.v5i3.1423

Nur Najmi Laila, 2022). Terkadang siklus menstruasi terjadi setiap 21 hingga 30 Hari.

Nursalam,2021,*Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 4*,Jakarta Selatan,Salemba Medika

Sianaga, E. (2018). *Hubungan antara Obesitas dengan Siklus Menstruasi*. *J Agomred Unila*, 2, 481–485.

Wawan dan Dewi, (2010) dalam Sry Mularsri, (2017). bahwa pengalaman merupakan sumber suatu pengetahuan, atau pengalaman itu merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan.