

## **Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Gangguan Siklus Menstruasi Siswi Kelas XI SMK PGRI Karangmalang Kabupaten Sragen**

**(Description of Level Of Knowledge of Adolescent Disorders Menstrual Cycle Grader XI SMK PGRI District Karangmalang Sragen)**

Aprilica Manggalaning Murti  
Akademi Kebidanan YAPPI Sragen  
aprilica.murti@yahoo.co.id

**Abstract:** Most women have a normal menstrual cycle, sometimes cycles occur less than 21 days nor more than 35 days called the menstrual cycle disorders. Oligomenorrhea occurrence in adolescents of 16.7%. Based on data from adolescent gynecology clinic visits at the hospital Dr. Naidoo Semarang show menstrual cycle disturbances of 22.52% include menstrual irregularities and amenorrhoea. The aim of this study was to determine the level of knowledge of young girls about menstrual cycle disorders class XI student of SMK PGRI Karangmalang Sragen. This study was a descriptive research method with cross sectional approach. The population of all class XI student of SMK PGRI Karangmalang Sragen 2011. simple random sampling technique obtained a sample of 42 students. Univariate analysis using frequency distribution. The level of knowledge of young girls about menstrual cycle disorders SMK PGRI Karangmalang Sragen in 2011 on 14 April 2011 of 42 respondents majority have a level of knowledge in the category enough, 36 respondents (85.71%). Conclusion: The level of knowledge of young girls about menstrual cycle disorders class XI student of SMK PGRI Karangmalang Sragen majority in the category enough.

**Keywords:** Knowledge, menstrual cycle disorders

**Abstrak:** Sebagian perempuan memiliki siklus haid tidak normal, terkadang siklus terjadi kurang dari 21 hari atau lebih dari 35 hari yang disebut gangguan siklus menstruasi. Terjadinya oligomenorea pada remaja sebesar 16,7%. Berdasarkan data kunjungan poliklinik ginekologi remaja di RS Dr. Karyadi Semarang menunjukkan gangguan siklus menstruasi sebesar 22,52% meliputi irregularitas haid dan amenorea. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang gangguan siklus menstruasi siswi kelas XI SMK PGRI Karangmalang Kabupaten Sragen. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan cross secsional. Populasi semua siswi kelas XI SMK PGRI Karangmalang Sragen tahun 2011. Teknik simple random sampling diperoleh sampel sejumlah 42 siswi. Analisis univariate menggunakan distribusi frekuensi. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang gangguan siklus menstruasi SMK PGRI Karangmalang Kabupaten Sragen tahun 2011 pada tanggal 14 April 2011 dari 42 responden mayoritas memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori cukup, 36 responden (85,71%). Simpulan: tingkat pengetahuan remaja putri tentang gangguan siklus menstruasi siswi kelas XI SMK PGRI Karangmalang Kabupaten Sragen mayoritas dalam kategori cukup.

**Kata Kunci:** Pengetahuan, gangguan siklus menstruasi

## I. PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi dan psikis (Widyastuti, dkk, 2009).

Batasan usia remaja menurut WHO adalah 12 sampai 24 tahun. Menurut Depkes RI adalah antara 10 sampai 19 tahun dan belum kawin. Dan menurut BKKBN adalah 10 sampai 19 tahun (Widyastuti, dkk, 2009).

Masa remaja (usia 10-19 tahun) adalah masa yang khusus dan penting, karena merupakan periode pematangan organ reproduksi manusia. Masa remaja disebut juga masa pubertas, merupakan masa transisi yang unik ditandai dengan berbagai perubahan fisik, emosi dan psikis (Pinem, 2009).

Memasuki masa remaja, anak-anak perempuan biasanya mulai mendapat haid yang membuktikan seorang remaja telah berubah menjadi wanita dewasa (Sibagariang, dkk, 2010a).

Pada masa remaja terjadi suatu pertumbuhan fisik yang cepat disertai banyak perubahan, termasuk didalamnya pertumbuhan organ-organ reproduksi (organ seksual) sehingga tercapai kematangan yang ditunjukkan dengan kemampuan melaksanakan fungsi reproduksi (Widyastuti, dkk, 2009).

Perubahan yang terjadi pada pertumbuhan tersebut diikuti munculnya tanda-tanda sebagai berikut:

### 1) Tanda-tanda seks primer

Semua organ reproduksi wanita tumbuh selama masa puber. Sebagai tanda kematangan organ reproduksi pada perempuan adalah datangnya haid (Widyastuti, dkk, 2009). Haid atau menstruasi merupakan peluruhan dinding rahim yang terdiri dari darah dan jaringan tubuh (Sibagariang, dkk, 2010a).

### 2) Tanda-tanda seks sekunder:

a. Rambut : tumbuhnya rambut kemaluan itu terjadi setelah haid. Semua rambut

kecuali rambut wajah mula-mula lurus dan terang warnanya, kemudian menjadi lebih subur, lebih kasar, lebih gelap dan agak keriting.

- b. Pinggul : Pinggul pun menjadi berkembang, membesar dan membulat. Hal ini sebagai akibat membesarnya tulang pinggul dan berkembangnya lemak dibawah kulit.
- c. Payudara : Seiring pinggul membesar, maka payudara juga membesar dan puting susu menonjol. Hal ini terjadi secara harmonis sesuai pula dengan berkembang dan makin besarnya kelenjar susu sehingga payudara menjadi lebih besar dan lebih bulat.
- d. Kulit : Seperti halnya laki-laki juga menjadi lebih kasar, lebih tebal, pori-pori membesar. Tetapi kulit pada wanita tetap lebih lembut.
- e. Kelenjar lemak dan kelenjar keringat : menjadi lebih aktif. Sumbatan kelenjar lemak dapat menyebabkan jerawat. Kelenjar keringat dan baunya menusuk sebelum dan selama masa haid.
- f. Otot : Menjelang masa puber, otot semakin membesar dan kuat. Akibatnya akan membentuk bahu, lengan dan tungkai kaki.
- g. Suara : Suara berubah semakin merdu. Suara serak jarang terjadi pada wanita. (Widyastuti, dkk, 2009).

Menstruasi merupakan siklus bulanan yang normal pada wanita. Siklus menstruasi biasanya dimulai pada wanita muda umur 12-15 tahun (menarche) yang terus berlanjut sampai umur 40-50 tahun (menopause) tergantung pada berbagai faktor (Saryono & Sejati, 2009).

Interval antar periode menstruasi bervariasi sesuai usia, keadaan, fisik dan lingkungan. Siklus menstruasi normal umumnya tetap setiap 28 hari, tetapi interval 24-32 hari masih dianggap normal kecuali siklusnya sangat tidak teratur (Benson, 2008).

Terjadinya menstruasi sangat bervariasi. Setelah tahun pertama dan seterusnya siklus haid akan menjadi teratur. Dengan datangnya haid, berarti system reproduksi sudah berfungsi mengadakan reproduksi atau sudah mampu menghasilkan keturunan (Pinem 2009).

Gangguan siklus menstruasi diantaranya polimenorea yaitu siklus menstruasi lebih pendek dari biasa (kurang dari 21 hari), oligomenorea yaitu siklus menstruasi lebih panjang (lebih dari 35 hari) dan amenorea yaitu keadaan tidak adanya menstruasi untuk sedikitnya tiga bulan berturut-turut (Wiknojosastro, dkk, 2007a).

Pengamatan perjalanan siklus menstruasi setiap wanita adalah penting, agar dapat diusahakan pengaturan siklus apabila terjadi gangguan proses menstruasinya (Saryono & Sejati, 2009).

Salah satunya yaitu oligomenorea menyerang 16,7% remaja dan terjadi biasanya pada tahun pertama sesudah menarke. Berdasarkan data kunjungan poliklinik ginekologi remaja di beberapa rumah sakit tahun 2004 menunjukkan adanya gangguan siklus menstruasi yang cukup besar. Di RS Dr. Karyadi Semarang tercatat gangguan siklus menstruasi sebesar 22,52%, sedangkan di RS Sanglah Bali tercatat gangguan siklus menstruasi sebesar 20,14%. Gangguan tersebut meliputi irregularitas haid dan amenorea (Said, 2006).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dapat diketahui bahwa dari hasil wawancara terhadap 10 siswi SMK PGRI Karangmalang Sragen, terdapat 7 siswi pernah mengalami gangguan siklus menstruasi dan 3 siswi belum pernah mengalami gangguan siklus menstruasi. Tingkat pengetahuan beberapa siswi tersebut diantaranya 4 siswi dalam kategori cukup dan 6 siswi kategori kurang. Peneliti juga melakukan wawancara terhadap 10 siswi SMK Negeri I Sragen, terdapat 5 siswi pernah mengalami gangguan siklus menstruasi dan 5 siswi belum pernah mengalami gangguan siklus menstruasi dengan

tingkat pengetahuan 4 siswi dalam kategori cukup dan 6 siswi dalam kategori kurang.

Kebanyakan remaja tidak memiliki pengetahuan yang akurat tentang kesehatan reproduksi dan seksualitas. Selain itu mereka juga tidak memiliki akses terhadap pelayanan dan informasi kesehatan reproduksi. Informasi biasanya hanya dari teman dan atau media, yang biasanya sering tidak akurat (Widyastuti, dkk, 2009).

Dengan pengetahuan yang dimiliki tentang gangguan siklus menstruasi maka gangguan siklus tersebut dapat dihindari dengan menghilangkan penyebabnya dan apabila masih terjadi gangguan siklus menstruasi remaja tahu bagaimana cara penanganannya.

Jumlah remaja di Kabupaten Sragen adalah 170.780 jiwa yang terdiri dari remaja laki-laki 86.637 jiwa (50,73%) dan remaja perempuan 84.143 jiwa (49,27%). Jumlah remaja di Kecamatan Karangmalang Kabupaten Sragen adalah 19.196 jiwa yang meliputi remaja laki-laki 9.711 jiwa (50,59%) dan remaja perempuan 9.485 jiwa (49,41%) (Dinas Kesehatan Kabupaten Sragen, 2010).

## **II. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara obyektif (Dantes, 2012).

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan pendekatan cross sectional yaitu penelitian pada beberapa populasi yang diamati pada waktu yang sama (Hidayat, 2011).

Dalam penelitian ini populasinya adalah semua siswi kelas XI SMK PGRI Karangmalang Kabupaten Sragen yang berjumlah 210 siswi.

Dalam penelitian ini menggunakan teknik simple random sampling, ialah pengambilan

sampel sedemikian rupa sehingga setiap unit dasar (individu) mempunyai kesempatan yang sama untuk diambil sebagian sampel.

Besarnya sampel apabila subyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua. Dan apabila subyeknya besar dapat diambil 10-15% atau 20-25% atau lebih. Dalam penelitian ini diambil sampel 20% dari populasi yang ada berdasarkan kemampuan peneliti dalam segi sarana, waktu dan dana, luas sempitnya wilayah pengamatan penelitian dan besar kecilnya resiko yang ditanggung peneliti jumlah sampel yang digunakan adalah 42 siswi/responden. Instrument yang digunakan yaitu angket atau kuesioner. Uji validitas yang dipakai adalah teknik korelasi product moment. Sedangkan uji reliabilitas dilakukan dengan cronbach's alpha.

Skala ordinal yang digunakan peneliti untuk pengukuran variabel, yaitu himpunan yang beranggotakan menurut ranking, urutan (order), pangkat atau jabatan. Dengan menggunakan skala tersebut memungkinkan peneliti untuk mengurutkan responden dari tingkat "paling rendah" ke tingkat "paling tinggi" menurut atribut tertentu dengan kategori baik, cukup, kurang (Saryono, 2008).

Penilaian dilakukan dengan cara pemberian skor, yaitu setiap jawaban benar mendapat skor 1 (satu), sedangkan jawaban yang salah diberi skor 0 (nol) (Suyanto dan Salamah, 2009).

Bentuk pernyataan dalam kuesioner ada dua tipe yaitu pernyataan positif dan negatif. Pernyataan positif jika jawabannya benar maka nilainya adalah 1 (satu), dan apabila jawabannya salah maka nilainya 0 (nol). Pernyataan negatif jika jawabannya salah maka nilainya 1 (satu), dan apabila jawabannya benar maka nilainya 0 (nol) (Suyanto dan Salamah, 2009).

Hasil jawaban responden yang telah diberi pembobotan dijumlahkan dan kemudian dipersentasikan.

Dalam penelitian ini analisis yang dilakukan adalah analisis univariate, yaitu

untuk menggambarkan karakteristik responden yang diteliti atau variabel yang diteliti dengan menggunakan distribusi frekuensi dan proporsi (Sibagariang, dkk, 2010).

Variabel yang di analisis secara univariate dalam penelitian ini adalah variabel pengetahuan yaitu untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja tentang gangguan siklus menstruasi. Hasil disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi untuk melihat karakteristik responden dan tingkat pengetahuan responden dengan kriteria baik, cukup, kurang.

### **III. HASIL PENELITIAN**

Gambaran umum tempat penelitian : Penelitian ini dilaksanakan di SMK PGRI Karangmalang Kabupaten Sragen yang didirikan pada tanggal 10 November 1938 dan beralamat di jalan Candi Baru, desa Plumbungan, kecamatan Karangmalang, kabupaten Sragen. SMK ini berada diatas tanah seluas 3.490 m<sup>2</sup> dengan batas sebelah utara desa Teguh Jajar, sebelah selatan desa Sungkul, sebelah barat desa Teguhan dan sebelah timur desa Ndedekan.

Sebagai sarana penunjang keberhasilan pendidikan tersedia ruang kelas, laboratorium bahasa, laboratorium computer, laboratorium multimedia, perpustakaan, ruang praktek Teknik Komputer Jaringan (TKJ) dan tata boga, ruang kepala sekolah, ruang guru, ruang TU, ruang usaha kesehatan sekolah (UKS), ruang BP/BK, ruang OSIS dan Pramuka, koperasi, ruang ibadah, aula, kantin, toilet, gudang, ruang penjaga sekolah dan unit produksi.

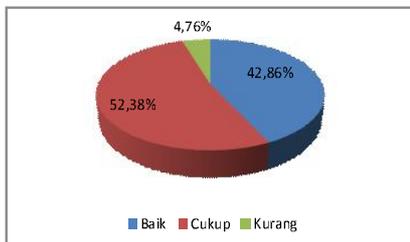
SMK PGRI Karangmalang Kabupaten Sragen yang memiliki beberapa program keahlian yaitu Keuangan, Administrasi, Perkantoran, Tata Boga dan TKJ. SMK ini terdiri dari siswa sebanyak 38 jiwa dan siswi sebanyak 660 jiwa berdasarkan data tahun 2011. Dengan tenaga pendidik terdiri dari 48 orang guru dan 14 orang tenaga kependidikan.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswi kelas XI SMK PGRI Karangmalang Kabupaten Sragen, maka didapatkan hasil yang akan peneliti sajikan dalam bentuk narasi dan Gambar. Hasil penelitian ini didasarkan pada data yang telah diperoleh dari data primer yaitu data yang diperoleh secara langsung dari responden melalui pembagian dan pengisian kuesioner. Kemudian hasil pengumpulan data melalui kuesioner mengenai tingkat pengetahuan remaja putri tentang gangguan siklus menstruasi siswi kelas XI SMK PGRI Karangmalang Kabupaten Sragen dengan subjek penelitian sebanyak 42 responden, diperoleh hasil sebagai berikut:



**Gambar 1. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan remaja putri tentang gangguan siklus menstruasi.**

Berdasarkan Gambar 1 dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang gangguan siklus menstruasi siswi kelas XI SMK PGRI Karangmalang Kabupaten Sragen dari 42 responden mayoritas memiliki pengetahuan dalam kategori cukup yaitu sejumlah 36 responden (85,71%).



**Gambar 2. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan remaja putri tentang gangguan siklus menstruasi berdasarkan macam gangguan siklus menstruasi.**

Dari Gambar 2 dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang gangguan siklus menstruasi siswi kelas XI SMK PGRI Karangmalang Kabupaten Sragen berdasarkan macam-macam gangguan siklus menstruasi dari 42 responden mayoritas memiliki pengetahuan dalam kategori cukup yaitu sejumlah 22 responden (52,38%).



**Gambar 3. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan remaja putri tentang gangguan siklus menstruasi berdasarkan tanda-tanda gangguan siklus menstruasi.**

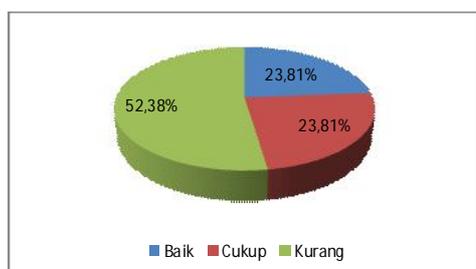
Dari Gambar 3 dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang gangguan siklus menstruasi siswi kelas XI SMK PGRI Karangmalang Kabupaten Sragen berdasarkan tanda-tanda gangguan siklus menstruasi dari 42 responden paling banyak memiliki pengetahuan dalam kategori kurang yaitu sejumlah 21 responden (50%).



**Gambar 4. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan remaja putri tentang gangguan siklus menstruasi berdasarkan penyebab gangguan siklus menstruasi.**

Dari Gambar 4 dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang

gangguan siklus menstruasi siswi kelas XI SMK PGRI Karangmalang Kabupaten Sragen berdasarkan penyebab gangguan siklus menstruasi dari 42 responden mayoritas memiliki pengetahuan dalam kategori cukup yaitu sejumlah 22 responden (52,38%).



**Gambar 5. Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan remaja putri tentang gangguan siklus menstruasi berdasarkan penanganan gangguan siklus menstruasi.**

Dari Gambar 5 dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang gangguan siklus menstruasi siswi kelas XI SMK PGRI Karangmalang Kabupaten Sragen berdasarkan penanganan gangguan siklus menstruasi dari 42 responden mayoritas memiliki pengetahuan dalam kategori kurang yaitu sejumlah 22 responden (52,38%).

#### IV. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka berikut ini akan disajikan pembahasan hasil penelitian mengenai tingkat pengetahuan remaja putri tentang gangguan siklus menstruasi siswi kelas XI SMK PGRI Karangmalang Kabupaten Sragen, sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditetapkan yaitu berdasarkan macam-macam, tanda-tanda, penyebab dan penanganan gangguan siklus menstruasi.

Berdasarkan Gambar 1 tingkat pengetahuan remaja putri tentang gangguan siklus menstruasi khususnya siswi kelas XI SMK PGRI Karangmalang Kabupaten Sragen dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan cukup

yaitu sejumlah 36 responden (85,71%).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2010).

Umumnya siklus haid terjadi sekitar 28 hari, meski tidak selalu. Terkadang siklus terjadi setiap 21 hari hingga 35 hari. Namun sebagian perempuan memiliki siklus haid yang tidak normal (Ahira, 2010).

Siklus yang normal mempunyai interval waktu 21-25 hari dan berlangsung 2-7 hari. Rata-rata tampon berisi darah sebanyak 5 ml, dan rata-rata duk berisi 5 sampai 15 ml darah sebelum perlu diganti. Perubahan interval atau lamanya haid penting. Polimenorea (metroragia) adalah perdarahan yang irregular atau terlalu sering (Rayburn, 2001).

Secara umum pengetahuan responden tentang gangguan siklus menstruasi sudah cukup baik. Responden memperoleh pengetahuan tentang gangguan siklus menstruasi dari pendidikan di sekolah dan buku-buku membahas tentang gangguan siklus menstruasi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yaitu, faktor pendukung yang mempengaruhi pengetahuan seseorang diantaranya pendidikan yang berarti bimbingan yang diberikan seseorang pada orang lain terhadap sesuatu hal agar mereka dapat memahami. Tidak dapat dipungkiri bahwa makin tinggi pendidikan seseorang semakin tinggi pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya (Mubarak, 2011).

Berdasarkan Gambar 2 jawaban responden untuk sebelas pertanyaan tentang macam-macam gangguan siklus menstruasi dapat diketahui bahwa sebagian besar mempunyai pengetahuan cukup yaitu sejumlah 22 responden (52,38%).

Biasanya perempuan mendapatkan menstruasi setiap empat minggu sekali. Bila diluar siklus tersebut dapat dikatakan ada ketidaknormalan pada tubuh perempuan itu. Faktanya, banyak perempuan yang memiliki siklus menstruasi tidak teratur (Ahira, 2010).

Hasil penelitian menunjukkan responden telah dapat menjawab sebagian besar pertanyaan-pertanyaan tentang macam-macam gangguan siklus menstruasi. Hal ini menunjukkan bahwa diantara responden sudah banyak yang mengetahui keadaan yang disebut sebagai gangguan siklus menstruasi. Ini bisa didukung karena semua siswi pasti sudah pernah mengalami menstruasi dan kemungkinan besar juga sebagian pernah mengalami salah satu gangguan siklus menstruasi tersebut.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yaitu, pengetahuan diperoleh baik dari pengalaman langsung maupun dari pengalaman orang lain. Pengalaman adalah guru yang paling baik, merupakan sumber pengetahuan atau suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi pada masa lalu (Notoatmodjo, 2010).

Berdasarkan Gambar 3 jawaban responden untuk sepuluh pertanyaan mengenai tanda-tanda gangguan siklus menstruasi dapat diketahui bahwa sebagian besar mempunyai pengetahuan dalam kategori kurang yaitu sejumlah 21 responden (50%).

Tanda-tanda gangguan siklus menstruasi adalah kejang pada punggung dan otot terasa kencang, payudara yang lebih berat, sakit kepala, jerawat bermunculan, waktu tidur yang tidak normal, gangguan pada mood, bengkak-bengkak pada tubuh dan perdarahan lebih sakit dari biasanya oligomenore (Ahira, 2010).

Beberapa gadis remaja memiliki siklus menstruasi seperti kerja jam. Lainnya memiliki siklus berbeda tipis setiap bulannya. Beberapa remaja mendapatkan siklus yang teratur,

namun meloncati satu periode atau mengalami menstruasi lebih lama akibat stres. Faktanya, ketika sedang dalam perjalanan atau terjadi perubahan jadwal dalam aktivitas sehari-hari siklus menstruasi akan telat (Ahira, 2010).

Hasil penelitian menunjukkan responden masih belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang tanda-tanda gangguan siklus menstruasi. Hal ini bisa disebabkan karena responden tidak menyadari ketika mengalami gangguan siklus menstruasi dan tanda-tanda yang menyertainya. Kemungkinan mereka tidak memperhatikan siklus menstruasinya karena menganggap hal ini tidaklah penting. Namun akan terjadi sebaliknya jika mereka memiliki rasa ingin tahu akan hal-hal tersebut.

Berdasarkan Gambar 4.4 jawaban responden untuk delapan pertanyaan mengenai penyebab gangguan siklus menstruasi dapat diketahui bahwa sebagian besar mempunyai pengetahuan dalam kategori cukup yaitu sejumlah 22 responden (52,38%).

Gangguan siklus menstruasi disebabkan oleh faktor-faktor tertentu, hal ini sesuai dengan beberapa teori yang akan diuraikan berikut ini:

Teori yang pertama menjelaskan tentang penyebab oligomenorea sebagai salah satu gangguan siklus menstruasi. Faktor-faktor penyebab tersebut antara lain adalah gangguan hormonal, psikologik dan efek penyakit tertentu (Ahira, 2010).

Teori yang kedua menjelaskan tentang penyebab amenorea primer yaitu kelainan kongenital dan kelainan genetik dan penyebab amenorea sekunder gangguan gizi, gangguan metabolisme, keganasan dan penyakit infeksi (Saryono dan Sejati, 2009).

Teori yang ketiga menjelaskan tentang penyebab polimenorea yaitu gangguan hormonal yang mengakibatkan gangguan ovulasi atau menjadi pendeknya masa luteal, adanya kongesti ovarium karena peradangan, dan endometriosis (Saryono dan Sejati, 2009).

Panjang daur menstruasi dapat bervariasi pada satu wanita selama saat-saat yang berbeda selama hidupnya, dan bahkan dari bulan ke bulan tergantung pada berbagai hal, termasuk kesehatan fisik, emosi dan nutrisi wanita tersebut (Saryono & Sejati, 2009).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden telah memiliki pengetahuan yang cukup mengenai penyebab gangguan siklus menstruasi. Dari keadaan menstruasi yang lalu maka responden bisa mengingat kembali tanda-tanda yang dialami ketika mengalami gangguan siklus menstruasi, sehingga responden mendapat pengetahuan melalui pengalamannya mendapatkan menstruasi.

Berdasarkan Gambar 5 jawaban responden untuk enam pertanyaan mengenai penanganan gangguan siklus menstruasi dapat diketahui bahwa sebagian besar mempunyai pengetahuan dalam kategori kurang sejumlah 22 responden (52,38%).

Berikut adalah penanganan yang dapat diberikan untuk penderita gangguan siklus menstruasi menurut beberapa teori yang telah digunakan, yaitu:

- a) Kontrasepsi oral secara efektif dapat mengoreksi banyak sekali kasus ketidakteraturan menstruasi (Rayburn, 2001).
- b) Obat anti-inflamasi nonsteroid (asam mefenamat) dapat mengurangi kehilangan darah pada saat menstruasi (Norwitz & Schorge, 2007).
- c) Mengubah gaya hidup agar siklus menstruasi bisa teratur (Ahira, 2010).
- d) Dalam praktek biostimulasi dengan sinar laser dapat dibantu ketepatan waktu agar menstruasi wanita teratur setiap bulannya, setelah mempelajari terlebih dahulu pola siklus menstruasinya (Saryono & Sejati, 2009).
- e) Rangsangan titik akupuntur terpilih dapat menolong beberapa jenis gangguan menstruasi amenore sekunder (Saryono &

Sejati, 2009).

- f) Perdarahan yang sedikit selama dua periode waktu merupakan bagian dari perkembangan yang normal, jarang memerlukan intervensi, kecuali dalam bentuk pemberian pendidikan kesehatan untuk wanita tentang kenormalan perdarahan yang sedang terjadi (Varney, 2006).
- g) Untuk kelainan-kelainan struktural seringkali memerlukan intervensi bedah untuk menghilangkan gejala (Norwitz & Schorge, 2007).

Hasil penelitian menunjukkan responden masih belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang penanganan gangguan siklus menstruasi. Ini didukung oleh kurangnya informasi tentang gangguan siklus menstruasi sehingga menjadikan tidak adanya penanganan yang sesuai, karena kurangnya penyuluhan kesehatan dan pembelajaran tentang kesehatan reproduksi remaja. Materi kesehatan reproduksi yang seharusnya diperoleh responden di sekolah seyogyanya menjadi pertimbangan penting. Hal ini sebagai faktor pendukung meningkatnya ilmu pengetahuan tentang gangguan siklus menstruasi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yaitu, dengan memberikan informasi atau pesan-pesan kesehatan diharapkan masyarakat, kelompok, atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik (Notoatmodjo, 2010).

## **V. SIMPULAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden telah memiliki pengetahuan yang cukup mengenai penyebab gangguan siklus menstruasi, tetapi responden masih belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang penanganan gangguan siklus menstruasi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Ahira, A. 2010. Gangguan Siklus Menstruasi.  
<http://www.anneahira.com>.

Dinas Kesehatan Kota Sragen. 2010. Laporan  
ASI Eksklusif Kabupaten Sragen 2013.  
DKK Sragen : Sragen.

Hidayat, A. A. 2011. Metode Penelitian  
Keperawatan dan Teknik Analisis Data.  
Jakarta : Salemba Medika

Norwitz, E.R and Schorge, J.O. 2007. At a  
Glance Obstetri dan Ginekologi. Erlangga,  
Jakarta.

Notoatmodjo, S. 2010. Promosi Kesehatan dan  
Ilmu Perilaku. Rineka Cipta, Jakarta.

Rayburn, W.F and Carey, J.C. 2001. Obstetri  
dan Ginekologi. Widya Medika, Jakarta.

Said, U. 2006. Masa Depan Ginekologi Remaja  
dalam Peningkatan Mutu Sumber Daya  
Manusia. Majalah Obstetri dan Ginekologi  
Indonesia

Saryono dan Sejati, W. 2009. Sindrom  
Premenstruasi. Nuha Medika, Yogyakarta.

Sibagariang, E.E, Pusmaika, R, Rismalinda.  
2010. Kesehatan Reproduksi Wanita.  
Trans Info Media, Jakarta.

Varney, H. 2006. Buku Ajar Asuhan Kebidanan  
Volume 1. ECC, Jakarta.

Widyastuti, Y, Rahmawati, A, Purnamaningrum,  
Y.E. 2009. Kesehatan Reproduksi.  
Fitramaya, Yogyakarta.

Wiknojosastro, H, Saifuddin, A.B, Rachimhadhi,  
T. 2007. Ilmu Kebidanan. Yayasan Bina  
Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta.

---

\_\_\_\_\_. 2007. Ilmu Kandungan.  
Yayasan Bina Pustaka Sarwono  
Prawirohardjo, Jakarta.