

**PENGARUH PENYULUHAN *MENARCHE* TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN MENGHADAPI *MENARCHE* SISWI KELAS V
DAN VI DI SD NEGERI BERBAH 1 SLEMAN**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun Oleh :
GITA FITRIA SUNDARI
201410104232**

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG DIPLOMA IV
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
'AISYIAH YOGYAKARTA
2015**

**PENGARUH PENYULUHAN *MENARCHE* TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN MENGHADAPI *MENARCHE* SISWI KELAS V
DAN VI DI SD NEGERI BERBAH 1 SLEMAN**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Sains
Terapan pada Program Studi Bidan Pendidik Jenjang Diploma IV
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah
Yogyakarta



**Disusun Oleh :
GITA FITRIA SUNDARI
201410104232**

**PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG DIPLOMA IV
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
'AISYIAH YOGYAKARTA
2015**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PENYULUHAN *MENARCHE* TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN MENGHADAPI *MENARCHE* SISWI KELAS V
DAN VI DI SD NEGERI BERBAH 1 SLEMAN**

NASKAH PUBLIKASI

**Disusun oleh :
GITA FITRIA SUNDARI
201410104232**

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui untuk Mengikuti Ujian Sidang Skripsi
Sebagai Salah Satu Syarat Mendapatkan Gelar Sarjana Sains Terapan
Jenjang Diploma IV Bidang Pendidik Di Sekolah Tinggi Ilmu
Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta

Oleh :

Pembimbing : Rusminingsih, S.ST., M.Kes

Tanggal : 6 Agustus 2015.

Tanda Tangan :



PENGARUH PENYULUHAN *MENARCHE* TERHADAP TINGKAT KECEMASAN MENGHADAPI *MENARCHE* SISWI KELAS V DAN VI DI SD NEGERI BERBAH 1 SLEMAN¹

Gita Fitria Sundari², Rusminingsih,³

INTISARI

Latar Belakang : Pada masa pubertas terjadi perubahan fisik dan mental remaja yang disebabkan oleh hormon seksual. Hormon seksual tersebut menyebabkan perubahan dalam tubuh remaja putri seperti menstruasi pertama atau *menarche*. Perubahan hormonal yang dramatis dapat mempengaruhi kondisi emosi, sehingga dapat menimbulkan perasaan bingung, berbagai pertanyaan, ketakutan dan kecemasan. Oleh karena itu diperlukan pemberian informasi kesehatan reproduksi remaja khususnya tentang *menarche*, dengan melakukan penyuluhan kesehatan upaya memberikan penjelasan kepada perorangan, kelompok atau masyarakat untuk menumbuhkan pengertian dan kesadaran mengenai perilaku sehat atau kehidupan yang sehat,

Tujuan : Diketuinya pengaruh penyuluhan tentang *menarche* terhadap tingkat kecemasan menghadapi *menarche* siswa kelas V dan VI di SD Negeri Berbah 1 Sleman.

Metode : Penelitian ini menggunakan metode *eksperimen desain*. Jenis penelitian ini menggunakan rancangan *pre-experimental designs* dengan menggunakan pendekatan *one-group pretest-posttest design*. Populasi dan sampel penelitian ini siswi yang belum *menarche* sejumlah 27 siswi dengan teknik sampling jenuh. Analisa data menggunakan analisa *univariat* dan *bivariat* dengan uji *rank Wilcoxon*.

Hasil : Sebelum dilakukan penyuluhan, sebagian besar siswi mengalami kecemasan ringan sebanyak 24 siswi (88,9 %). Sesudah dilakukan penyuluhan sebagian besar siswi tidak mengalami kecemasan sebanyak 20 siswi (74,1 %). Hasil uji *rank Wilcoxon* dengan nilai Z hitung = -4,206 dengan *p value* 0,000.

Simpulan : Terdapat adanya pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang *menarche* Di SD Negeri Berbah 1 Sleman.

Saran : Diharapkan siswi lebih aktif mencari informasi tentang *menarche* untuk meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku agar siswi lebih siap dalam menghadapi *menarche* dan tidak menimbulkan kecemasan.

Kata Kunci : Penyuluhan, Kecemasan, *Menarche*

Kepustakaan : 24 daftar pustaka, 5 jurnal, 14 situs internet, 5 skripsi

Jumlah Halaman: xiii, 72 halaman, 5 tabel, 2 gambar, 13 lampiran

¹Judul Skripsi

²Mahasiswa Prodi Bidan Pendidik Jenjang DIV STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen pembimbing STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Menurut WHO, disebut remaja apabila anak telah mencapai usia 10-18 tahun. Menurut Undang-Undang No.4 tahun 1979 mengenai Kesejahteraan Anak, remaja adalah individu yang belum mencapai usia 21 tahun dan belum menikah (Proverawati & Misaroh, 2009). Anak usia sekolah adalah periode yang dimulai dari usia 6-12 tahun. Anak dalam usia sekolah disebut sebagai masa intelektual, dimana anak mulai berpikir secara konkret dan rasional. Pada usia sekolah dasar anak sudah dapat mereaksi rangsangan intelektual, atau melaksanakan tugas-tugas belajar (Yusuf, 2011).

Di Amerika Serikat 95% anak perempuan mempunyai tanda pubertas pada umur 12 tahun dan umur rata-rata 12,5 tahun. *Menarche* atau menstruasi pertama merupakan salah satu perubahan pubertas yang pasti dialami setiap anak perempuan. Usia untuk mencapai *menarche* adalah 13,1 tahun sedangkan suku Bunding di Papua *menarche* dicapai pada usia 18,8 tahun (Winkjosastro, 2009).

Pelaksanaan *Internasional on Population and development* (ICPD) atau yang di kenal dengan Konferensi Internasional mengenai Kependudukan dan Pembangunan di Kairo tahun 1994, yang mengatakan bahwa Negara hendaknya melindungi dan mempromosikan hak-hak para remaja atas pendidikan, informasi dan pelayanan kesehatan reproduksi dan mengurangi jumlah kehamilan remaja sehingga mendorong pemerintah dan LSM (Lembaga Swadaya Masyarakat) untuk mengembangkan program yang di tanggap terhadap masalah seksual dan reproduksi remaja (BKKBN, 2010).

Kebijakan Pemerintah Indonesia yang lain juga terdapat pada Undang-Undang Reproduksi Indonesia No. 36 tahun 2009 dalam BAB VII tentang kesehatan ibu, bayi, anak, remaja lanjut usia dan penyandang cacat. Pasal 136 ayat 1 yang menyebutkan “Bahwa upaya pemeliharaan kesehatan reproduksi harus di tunjukan untuk mempersiapkan anak menjadi orang dewasa yang sehat dan produktif, baik social maupun ekonomi “. Pasal tersebut mengandung pengertian bahwa pemeliharaan kesehatan reproduksi remaja dapat dilakukan melalui orang

tua, yakni berkewajiban mempersiapkan remaja menjadi orang dewasa yang sehat dan produktif, salah satunya dengan cara memberikan pendidikan seks kepada anak remajanya.

Pendidikan kesehatan sekolah merupakan masalah penting yang perlu mendapatkan perhatian semua pihak. Sekolah merupakan langkah yang strategis dalam upaya meningkatkan kesehatan masyarakat karena sekolah merupakan lembaga yang sengaja didirikan untuk membina dan meningkatkan sumber daya manusia baik fisik, mental, moral maupun intelektual. Pendidikan kesehatan melalui sekolah paling efektif diantara usaha kesehatan masyarakat yang lain, karena usia 6-18 tahun mempunyai prosentase paling tinggi dibandingkan dengan kelompok umur yang lain (Notoatmodjo, 2010).

Hasil survey Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menyebutkan bahwa pada umumnya orang tua masih menganggap masalah kesehatan reproduksi merupakan hal yang tabu dibicarakan, orang tua tidak memiliki pengetahuan, kesiapan dan kesanggupan dalam menyampaikan masalah kesehatan reproduksi. Karena hal tersebut, remaja lebih senang dan terbuka membahas masalah kesehatan reproduksi dengan teman sebaya daripada dengan orang tua. Konsekuensinya remaja akan mendapatkan informasi yang kurang tepat bahkan banyak yang sering disalah artikan atau diselewengkan. Terkait dengan hasil survey di atas menyebutkan bahwa remaja berumur 10-24 tahun yang mendapatkan informasi kesehatan reproduksi dari guru 32%, dari tokoh agama 13%, dokter 9%, bidan/ perawat 8% dan tokoh masyarakat 7%. Sebagian besar remaja yaitu 83% lebih senang membicarakan masalah kesehatan reproduksi dengan teman sebaya (Iswarati, 2010).

Menurut ajaran islam peran orang tua dalam mendidik anak merupakan suatu kewajiban dan tanggung jawab dan nantinya akan dipertanggung jawabkan di hadapan Allah SWT, karena anak dilahirkan dalam keadaan fitrah. Mereka kelak menjadi orang baik atau buruk itu semua tergantung pendidikan dari orang tua. Nabi Muhamad saw bersabda :

“Setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah kedua orang tuanyalah yang membuatnya menjadi nasrani atau majusi” (HR. Al-Bukhori dan Muslim dari Abu Hurairah).

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَى فَأَعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرُبُوهُنَّ حَتَّى يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ
{222}

Artinya :Mereka bertanya kepadamu tentang haid. Katakanlah: “Haid itu adalah suatu kotoran”. Oleh sebab itu hendaklah kamu menjauhkan diri dari wanita waktu haid, dan janganlah kamu mendekati mereka, sebelum mereka suci. Apabila mereka suci, maka campurilah mereka itu ditempat yang diperintahkan Allah kepadamu.Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan menyukai orang-orang yang menyucikan diri.(Al-Baqarah: 222).

Berdasarkan data studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 3 November 2014, di SD Negeri Berbah 1 Sleman terhadap siswi putri kelas V dan VI dengan cara wawancara di dapatkan 20 siswi yang 100% belum mendapatkan menstruasi pertama (*menarche*). Dan 30% dari 20 siswi mengatakan mereka merasa cemas, takut, malu, bahkan menganggap menstruasi itu sesuatu yang kotor. Berdasarkan uraian diatas tertarik melakukan penelitian tentang “Pengaruh Penyuluhan *Menarche* Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Siswi Kelas V Dan VI Di SD Negeri Berbah 1 Sleman“.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *eksperimen desain*. Jenis penelitian ini menggunakan rancangan *pre-experimental designs* dengan menggunakan pendekatan *one-group pretest-posttest design*. Populasi dan sampel penelitian ini siswi yang belum *menarche* sejumlah 27 siswi dengan teknik sampling jenuh. Analisa data menggunakan analisa *univariat* dan *bivariat* dengan uji *rank Wilcoxon*.

HASIL PENELITIAN

1) Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Sebelum Penyuluhan

Tabel 2.

Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Sebelum Penyuluhan pada Siswi kelas V dan VI di SD Negeri Berbah 1 Sleman

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Prosentase
Tidak ada kecemasan	0	0
Kecemasan ringan	24	88,9 %
Kecemasan sedang	2	7,40 %
Kecemasan berat	1	3,70 %
Kecemasan berat sekali	0	0
Jumlah	27	100 %

Sumber : Data Primer Diolah, 2015

Berdasarkan pada tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa dari 27 siswi kelas V dan VI SD N Berbah 1 Sleman, sebelum dilakukan penyuluhan tentang *menarche* sebagian besar mengalami kecemasan ringan yaitu sebanyak 24 siswi (88,9 %). Tidak ada siswi yang mengalami kecemasan berat sekali dan tidak ada siswi yang tidak mengalami kecemasan.

2) Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Setelah Penyuluhan

Tabel 3.

Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Setelah Penyuluhan pada Siswi kelas V dan VI di SD Negeri Berbah 1 Sleman

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Prosentase
Tidak ada kecemasan	20	74,1 %
Kecemasan ringan	7	25,9 %
Kecemasan sedang	0	0
Kecemasan berat	0	0
Kecemasan berat sekali	0	0
Jumlah	27	100 %

Sumber : Data Primer Diolah, 2015

Berdasarkan pada tabel 3 diatas dapat diketahui bahwa dari 27 siswi kelas V dan VI SD N Berbah 1 Sleman, setelah dilakukan penyuluhan tentang *menarche* sebagian besar tidak ada yang mengalami kecemasan yaitu sebanyak 20 siswi (74,1 %), sedangkan siswa yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 7 siswi (25,9 %).

a. Analisa Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui apakah terjadi perbedaan tingkat kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan.

Tabel. 4

Deskripsi Frekuensi Tingkat Kecemasan Siswi dalam Menghadapi *Menarche* Sebelum dan Sesudah Penyuluhan pada Siswi Kelas V dan VI SD N Berbah 1 Sleman

Tingkat Kecemasan	Sebelum Penyuluhan		Setelah Penyuluhan	
	Frekuensi	Prosentase	Frekuensi	Prosentase
Tidak ada kecemasan	0	0	20	74,1 %
Kecemasan Ringan	24	88,9 %	7	25,9 %
Kecemasan Sedang	2	7,40 %	0	0
Kecemasan Berat	1	3,70 %	0	0
Panik	0	0	0	0
Jumlah	27	100 %	27	100 %

Sumber : Data Primer Diolah, 2015

Berdasarkan pada table 4 diketahui bahwa terjadi penurunan tingkat kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche*. Setelah dilakukan penyuluhan, terdapat 20 siswi tidak mengalami kecemasan. Hal ini mempunyai arti bahwa ada penurunan tingkat kecemasan siswa dari kategori kecemasan ringan menjadi tidak mengalami kecemasan. Untuk 2 siswi yang mengalami kecemasan sedang, setelah dilakukan penyuluhan mengalami penurunan kecemasan menjadi kecemasan ringan.

Tabel. 5
Uji Rank *Wilcoxon* Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi *Menarche*
pada Siswi Kelas V dan VI SD N Berbah 1 Sleman

Kecemasan	Mean	Z Hitung	P Value	Hasil
Sebelum Penyuluhan	16,56	-4,206	0,000	Ada Perbedaan Kecemasan
Setelah Penyuluhan	12,26			

Sumber : Data Primer Diolah, 2015

Hasil analisa dengan menggunakan uji *rank Wilcoxon* diperoleh nilai *Z* hitung = -4,206 dengan *p value* $0,000 < \alpha = 0,05$. Hal ini mempunyai arti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan kecemasan siswa dalam menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan tentang *menarche*, sehingga hipotesis penelitian : "Ada Pengaruh Penyuluhan *Menarche* Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Siswi Kelas V dan VI Di SD Negeri Berbah 1 Sleman".

Nilai rerata kecemasan siswa dalam menghadapi *menarche* sebelum dilakukan penyuluhan lebih besar dari pada setelah dilakukan penyuluhan ($16,56 > 12,26$). Hal ini menunjukkan adanya penurunan tingkat kecemasan siswa menghadapi *menarche* setelah dilakukan penyuluhan tentang *menarche*

PEMBAHASAN

1. Kecemasan Siswi Menghadapi *Menarche* Sebelum Penyuluhan

Berdasarkan hasil analisa univariat diketahui bahwa sebelum dilakukan penyuluhan tentang *menarche*, sebagian besar siswa kelas V dan VI SD Negeri Berbah 1 Sleman mengalami kecemasan dalam kategori ringan, yaitu sebanyak 24 siswa (88,9 %). Nilai rata-rata tingkat kecemasan sebelum penyuluhan sebesar 16,56 jika dikonsultasikan dengan table kriteria kecemasan juga berada pada kategori kecemasan ringan (14 – 20).

Sebelum dilakukan penyuluhan, terdapat 24 siswi (88,9 %) yang mengalami kecemasan ringan. Banyaknya siswi yang mengalami kecemasan ringan disebabkan karena informasi tentang *menarche* yang diperoleh siswi masih kurang. Meskipun sebagian besar siswi mengetahui bahwa *menarche* merupakan gejala alamiah yang akan dialami oleh setiap wanita, tetapi karena kurangnya informasi tentang *menarche* menyebabkan siswi mengalami kecemasan.

2. Kecemasan Siswi Menghadapi *Menarche* Setelah Penyuluhan

Berdasarkan hasil analisa univariat juga dapat diketahui bahwa setelah dilakukan penyuluhan tentang *menarche*, sebagian besar siswi kelas V dan VI SD Negeri Berbah 1 Sleman tidak mengalami kecemasan, yaitu sebanyak 20 siswi (74,1 %). Nilai rata-rata tingkat kecemasan setelah dilakukan penyuluhan tentang *menarche* sebesar 12,26 dan jika dikonsultasikan dengan table kriteria kecemasan berada pada kategori tidak mengalami kecemasan (< 14). Hasil penelitian menunjukkan bahwa masih terdapat siswa yang mengalami kecemasan ringan, yaitu sebanyak 7 siswa (25,9 %) setelah dilakukan penyuluhan tentang *menarche*.

Menurunnya tingkat kecemasan siswi setelah dilakukan penyuluhan tersebut disebabkan oleh adanya tambahan informasi tentang *menarche*. Pada awalnya siswi yang cemas tersebut mungkin belum mengetahui tentang *menarche*, namun setelah dilakukan penyuluhan maka informasi tentang *menarche* pada siswi tersebut bertambah. Pengetahuan siswa yang lengkap tentang *menarche* mampu menurunkan kecemasan siswa, sehingga siswa merasa siap dalam menghadapi *menarche*.

3. Pengaruh Penyuluhan terhadap Kecemasan Siswi Menghadapi *Menarche*

Berdasarkan pada hasil analisa bivariante diketahui bahwa penyuluhan tentang *menarche* mempunyai pengaruh terhadap kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche*. Hal ini ditunjukkan dari *uji rank Wilcoxon* diperoleh

nilai Z hitung = -4,206 dengan p value $0,000 < \alpha = 0,05$ dan terjadi penurunan kecemasan siswi dalam menghadapi *menarce* sebesar 4,3 point. Tingkat kecemasan siswi dalam menghadapi *menarce* sebelum dilakukan penyuluhan sebesar 16,56 (ringan), setelah dilakukan penyuluhan turun menjadi 12,26 (tidak ada kecemasan).

SIMPULAN

Berdasarkan pada hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka kesimpulan pada penelitian ini adalah :

1. Sebelum dilakukan penyuluhan tentang *menarce*, sebagian besar siswi kelas V dan VI SD Negeri Berbah 1 Sleman mengalami kecemasan ringan dalam menghadapi *menarce*, yaitu sebanyak 24 siswi (88,9 %).
2. Setelah dilakukan penyuluhan tentang *menarce*, sebagian besar siswi kelas V dan VI SD Negeri Berbah 1 Sleman tidak mengalami kecemasan dalam menghadapi *menarce*, yaitu sebanyak 20 siswi (74,1 %).
3. Penyuluhan tentang *menarce* berpengaruh signifikan terhadap kecemasan siswi dalam menghadapi *menarce* yang ditunjukkan dari hasil uji *rank Wilcoxon* dengan nilai Z hitung = -4,206 dengan p value 0,000.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan di atas maka dapat diajukan saran sebagai berikut :

1. Bagi Sekolah
Diharapkan lebih meningkatkan pengetahuan siswa dengan bekerja sama dengan tenaga kesehatan terkait untuk memberikan penyuluhan-penyuluhan khususnya *menarce* agar siswi lebih siap dalam menghadapi *menarce* dan tidak menimbulkan kecemasan.
2. Bagi Remaja Putri
Diharapkan siswi lebih aktif mencari informasi tentang *menarce* baik media masa maupun media elektronik agar siswi lebih siap dalam menghadapi *menarce* dan tidak menimbulkan kecemasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Quran Digital (2014). *Al-Qur'an Digital. Versi 2.1* @Free Ware Hak Cipta hanya milik Allah SWT.Q.S Al-Baqaroh ayat 222
- Aboyeji. 2005. *Jurnal Penelitian Peran Ibu Dalam Perubahan Psikologi Remaja Saat Mengalami Menarche*. <http://www.ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi>
- Azwar, S. (2008). *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- BKKBN, (2005). *Kesehatan Reproduksi Sehat Sejahtera Remaja*. Jakarta.
- Iswarati, S. 2010. *Buku Sumber Untuk Advokasi Keluarga Berencana*. BKKBN: Jakarta.
- Notoatmojo,S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Rineke Cipta
- Wiknjosastro, H.S,. (2009). *Ilmu Kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka. Sarwono Prawiroharjo. Jakarta.
- Yusuf, Y. (2012). *Hubungan Pengetahuan Menarche dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche di SMP Negeri 3 Tidore Kepulauan*. KTI Tidak Diterbitkan. Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado.

