

JURNAL KEBIDANAN DAN KEPERAWATAN

Volume.., Nomor.., Juli 2009

Hal.

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN
KECEMASAN MENGHADAPI MENARCHE PADA SISWI KELAS 1 DAN 2
MTS ALI MAKSUM KRAPYAK YOGYAKARTA
TAHUN 2009¹**

Elvita Rozana², Suharni³

Abstrak

Aspek psikologis akan mempersiapkan remaja dalam menyongsong menstruasi sehingga remaja memerlukan informasi yang benar dari sumber yang bertanggung jawab untuk memahami rasa keinginan mereka . Hanya 4-18 % dari 108 remaja putri yang tahu tentang menarche padahal rasa keinginan mereka untuk mendapatkan informasi tentang menarche cukup besar yaitu 84%. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi khususnya menstruasi pada remaja putri dapat berdampak terhadap kecemasan menghadapi menarche. Tujuan penelitian adalah adakah hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kecemasan menghadapi menarche pada siswi kelas 1 dan 2 MTs Ali Maksum Krapyak Yogyakarta tahun 2009.

Penelitian ini dilakukan di MTs Ali Maksum Krapyak Yogyakarta pada bulan juni 2009. Penelitian ini menggunakan metode survey dengan pendekatan waktu *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik sampel jenuh dengan jumlah responden 82 siswi. Instrumen dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi MTS Ali Maksum Krapyak Yogyakarta yang ditunjukkan dengan nilai korelasi *Spearman Rho* sebesar -0.407, dengan nilai $p < 0.05$ (0.00). Nilai negatif 0.407 menunjukkan bahwa apabila tingkat pengetahuan siswi tinggi maka kecemasan dalam menghadapi *menarche* ringan begitu pula sebaliknya apabila tingkat pengetahuan siswi rendah maka kecemasan dalam menghadapi *menarche* berat sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kecemasan menghadapi *menarche*

Kata kunci : Tingkat pengetahuan, Menstruasi, Kecemasan, Menarche.

¹ Judul Karya Tulis Ilmiah

² Mahasiswa STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

³ Dosen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Salah satu modal dasar pembangunan suatu bangsa adalah tersedianya sumber daya manusia yang cukup, baik kuantitas maupun kualitas. Remaja merupakan kelompok yang paling potensial dalam pembangunan suatu negara. Hal ini karena posisinya sebagai tunas, penerus dan penentu masa depan bangsa di kemudian hari, oleh karena itu keberadaan kelompok remaja tidak bisa diabaikan. www.depkes.go.id

Siklus kehidupan perempuan meliputi masa intra uterin, masa bayi, masa anak, masa pubertas dan remaja, reproduksi serta masa klimakterium dan senium ((Prawiroharjo, 1999). Pada masa transisi kemasa remaja ada waktu yang perlu di perhatikan yang disebut usia remaja. Batasan usia remaja menurut WHO adalah 12 sampai 24 tahun, sedangkan dari segi program pelayanan, definisi remaja yang digunakan oleh Depkes adalah 10-19 tahun dan belum kawin. Sementara itu menurut BKKBN batasan dan usia remaja 10-21 tahun. Dari beberapa batasan tersebut diatas batasan usia remaja adalah usia 10 sampai 24 tahun. (BKKBN, 2002).

Pada masa remaja khususnya remaja putri akan mengalami perubahan fisik yang cepat, yang menjadi pertanda biologis dari kematangan seksual. Perubahan ini terjadi pada satu masa yang disebut masa pubertas, yang merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa reproduksi (Wiknjosastro, 2005). Pada seorang perempuan ditandai dengan adanya menstruasi awal (*menarche*).

Menstruasi pertama sering digunakan sebagai kriteria kematangan seksual anak perempuan, tetapi bukanlah perubahan fisik pertama dan terakhir yang terjadi selama masa pubertas. Saat menstruasi terjadi, seksual dan ciri-ciri seks sekunder semua sudah mulai berkembang, tetapi belum ada yang matang,

menstruasi dianggap sebagai titik awal dalam pubertas (Monks dkk, 2002).

Berbagai reaksi yang dapat terjadi dan sangat menyolok pada *menarche* adalah kecemasan dan ketakutan yang sering diperkuat oleh keinginan untuk menolak sebab setiap manusia mempunyai tugas perkembangan. Pada usia pubertas, pengetahuan yang mantap tentang reproduksi merupakan modal yang paling penting untuk menjalani fase kehidupannya dan melaksanakan tugas perkembangannya. Hal ini diperlukan untuk menghindari kemungkinan terjadinya kesalahan remaja akibat kurang pengetahuan tentang reproduksi.

Kurangnya pengetahuan tentang reproduksi khususnya menstruasi pada remaja putri dapat berdampak terhadap kecemasan dalam menghadapi *menarche*. Kecemasan atau ketakutan menghadapi *menarche* berdampak terhadap reaksi individual remaja putri pada saat menstruasi pertama yang dapat berdampak positif peningkatan BB dan pertumbuhan tulang atau negatif tidak percaya diri dan cemas. Pengetahuan tentang menstruasi dapat distimulus dari berbagai faktor diantaranya sosial ekonomi, kultur, pendidikan dan pengalaman. Pada saat *menarche* kebanyakan remaja putri berusia sekitar 13-14 tahun paling tinggi berada pada jenjang pendidikan SMP (Henderson, 2006).

Aspek psikologis akan mempersiapkan remaja dalam menyongsong menstruasi sehingga remaja memerlukan informasi yang benar dari sumber yang bertanggung jawab untuk memahami rasa keinginan mereka (PKBI, 2005). Hanya 4-18 % dari 108 remaja putri yang tahu tentang *menarche* padahal rasa keinginan mereka untuk mendapatkan informasi tentang *menarche* cukup besar yaitu 84%. Informasi tentang *menarche* perlu diberikan sejak dini (Wulandari, 2000). Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan

reproduksi khususnya menstruasi pada remaja putri dapat berdampak terhadap kecemasan menghadapi menarche dan hal itu akan berdampak pada reaksi positif atau negatif pada individu, Misalnya pada remaja dapat mengakibatkan berkurangnya konsentrasi dalam kegiatan belajar sehingga dapat mengurangi prestasi belajarnya
www.Kespro Info.com

Dalam upaya meningkatkan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi, menjadikan remaja tegar dalam menghadapi masalah dan mampu mengambil keputusan terbaik bagi dirinya, maka pelayanan konseling sangat diperlukan remaja. Meskipun kepedulian pemerintah, masyarakat maupun LSM dalam memperluas penyediaan informasi dan pelayanan kesehatan reproduksi sudah semakin meningkat, namun dalam akses pemberian pelayanan konseling masih terbatas. Hal ini antara lain disebabkan keterbatasan jumlah fasilitas pelayanan konseling bagi remaja yang terbatas. Disamping itu, kemampuan tenaga konselor dalam memberikan konseling kepada remaja di pusat-pusat pelayanan informasi dan konsultasi kesehatan reproduksi remaja juga masih terbatas. Atas dasar itulah guna mendukung kemampuan SDM melakukan konseling kesehatan reproduksi perlu disiapkan tenaga yang terlatih.
<http://ceria@bkkbn.go.id>

Adanya ICPD (Internasional on Population and development) atau yang dikenal 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 tanggap terhadap masalah seksual dan reproduksi remaja. Hal ini menjadi demikian

penting mengingat masa remaja merupakan masa yang rawan.

<http://ceria@bkkbn.go.id>

Kepedulian pemerintah terhadap masalah kesehatan reproduksi remaja cenderung semakin tinggi. Hal ini dapat dilihat dengan adanya pelayanan kesehatan reproduksi termasuk konseling, seminar dan penyuluhan. Masa remaja sangat erat kaitannya dengan perkembangan psikis pada periode yang dikenal sebagai pubertas serta diiringi dengan perkembangan seksual. Secara psikologis kondisi ini menyebabkan remaja menjadi rentan terhadap masalah-masalah perilaku berisiko. Kompleksitas permasalahan remaja tersebut perlu mendapat perhatian secara terus menerus baik dari pihak pemerintah, LSM, masyarakat, maupun keluarga, guna menjamin kualitas generasi mendatang.

<http://ceria@bkkbn.go.id>

Sebagaimana diketahui bahwa jumlah remaja pada tahun 2007 umur 10-24 tahun di Indonesia berdasarkan Proyeksi Penduduk Remaja tahun 2000-2025 yang diterbitkan oleh Biro Pusat Statistik, BAPPENAS, UNFPA terdapat sekitar 64 juta atau 28,64% dari jumlah perkiraan Penduduk Indonesia sebanyak 222 juta. Permasalahan remaja yang ada saat ini sangat kompleks dan mengkhawatirkan. Hal ini ditunjukkan dengan masih rendahnya pengetahuan remaja tentang Kesehatan Reproduksi. Remaja perempuan dan laki-laki usia 15-24 tahun yang tahu tentang masa subur baru mencapai 29,0% dan 32,3%. Remaja perempuan dan remaja laki-laki yang mengetahui risiko kehamilan jika melakukan hubungan seksual sekali masing-masing baru mencapai 49,5% dan 45,5%. Remaja perempuan dan remaja laki-laki yang usia 14-19 tahun yang mengaku mempunyai teman pernah melakukan hubungan seksual pranikah masing-masing mencapai 34,7% dan 30,9% sedangkan remaja perempuan dan laki-laki usia 20-24 tahun yang mengaku mempunyai teman pernah melakukan hubungan seksual pranikah masing-masing

mencapai 48,6% dan 46,5% (SKRRI 2002-2003).

Berdasarkan study pendahuluan terdapat 47 dari 82 siswi kelas 1 dan 2 MTS Ali Maksum Krpyak yang mengalami kecemasan dalam menghadapi menarche seperti stress, gangguan psikologi, perasaan tidak enak. Dan dilihat dari lokasi MTS Ali Maksum Krpyak, sumber-sumber yang ada masih terbatas, adapun sumber-sumber mendukung yang ada adalah televisi, dan media cetak. Akan tetapi sumber-sumber tersebut jarang membahas kesehatan reproduksi. Selain itu di perpustakaan belum menyediakann buku-buku tentang kesehatan reproduksi khususnya masalah menstruasi yang memungkinkan para siswa mengalami kesulitan memperoleh informasi. Tetapi di perspustakaan kebanyakan hanya mempunyai buku- buku tentang islami saja. Apabila remaja putri usia pubertas kelas satu dan dua di MTS Ali Maksum Krpyak, dengan bekal pengetahuan dari pelajaran di sekolah yang minim tentang menstruasi sedangkan pada saat mereka harus menghadapi *menarche*, apakah mereka akan siap menghadapi. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti merasa tertarik dan berniat mengadakan penelitian tentang hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja putri usia pubertas di MTS Ali Maksum Krpyak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode non eksperimen (survey atau observasional), yaitu penelitian yang dilakukan tanpa memberi perlakuan sengaja untuk membangkitkan suatu gejala atau keadaan sebagai suatu variabel (Suharsimi-Arikunto,2006:82). Dalam penelitian ini, gejala atau variabelnya tingkat pengetahuan menstruasi dengan kecemasan menghadapi menarche.

Metode pengambilan data berdasarkan pendekatan waktu dengan menggunakan

metode *cross sectional* yaitu suatu metode pengambilan data yang dilakukan dalam waktu yang bersamaan dalam subyek yang berbeda (Notoatmodjo,2003:145). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di MTS Ali Maksum Krpyak Yogyakarta. Pondok Pesantren Krpyak Yogyakarta merupakan Pesantren yang cukup tua dan dikenal di Indonesia. Diawali dengan Pesantren Tahfizhul Qur'an asuhan Al-Maghfurlah KH.M.Moenawwir Al-Muqri tahun 1911, Pondok Pesantren Krpyak terus berkembang di masa kepemimpinan Al-Maghfurlah KH. Ali Maksum. Peninggalan dan perjuangan beliau kemudian diteruskan oleh keluarga dan para santri dalam bentuk yayasan Ali Maksum Pondok Pesantren Krpyak Yogyakarta.

Sistem pendidikan *madrasy* di pondok Krpyak dimulai pada akhir tahun 40-an ketika KH Ali Maksum mengasuh Pondok Pesantren Al Munawwir Krpyak Yogyakarta dengan nama Madrasah Tsanawiyah enam tahun. Pada tahun 1983 jenjang pendidikan madrasah diubah menjadi Madrasah Tsanawiyah (3 Tahun) dan Madrasah Aliyah (3 Tahun).

Sepeninggal KH. Ali Maksum, penyelenggaraan madrasah dikelola oleh Yayasan Ali Maksum (1990) dengan nama Madrasah Tsanawiyah Ali Maksum dan Madrasah Aliyah Ali Maksum.

Madrasah Tsanawiyah dan Aliyah Ali Maksum Pondok Pesantren. Krpyak merupakan lembaga pendidikan yang menggabungkan kurikulum kepesantrenan dengan kurikulum nasional (Diknas dan Depag). Batas wilayahnya adalah sebagai berikut :

Sebelah Selatan : Komplek Gedung Putih
Sebelah Utara : Komplek Diponegoro

Sebelah Barat : Asrama Diniyah

Sebelah Timur : Asrama Sunan

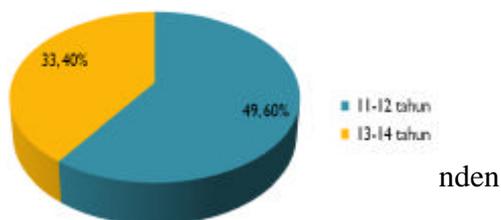
Pondok pesantren krapyak Terdiri dari Madrasah Tsanawiyah dan Madrasah Aliyah. Seluruh jumlah siswi MTS (133 siswi) dan Aliyah (229 siswi) yaitu 398 siswi.

Madrasah Tsanawiyah mempunyai siswi kelas I sebanyak 65 siswi, terdiri dari kelas I C 31 siswi dan kelas I D 34 siswi. Siswi kelas II sebanyak 68 siswi, terdiri dari Kelas II C 34 siswi dan kelas II D sebanyak 34 siswi. Siswi kelas III sebanyak 36 siswi, terdiri dari kelas III B 19 siswi dan kelas III C sebanyak 17 siswi.

Di Pondok Pesantren Krapyak mempunyai 7 pembimbing, Ketua Yayasan dan Pengasuh Yayasan. Penelitian ini berujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kecemasan menghadapi menarche. Data yang digunakan diperoleh melalui membagikan kuesioner kepada siswi kelas 1 dan 2 yang sudah menstruasi yang di bantu oleh ustadz.

2. Karakteristik Responden

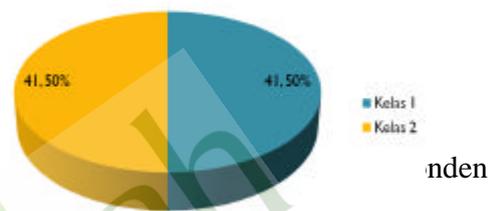
- Karakteristik siswi MTS Ali Maksum Krapyak Yogyakarta berdasarkan usia
Responden pada penelitian ini berusia antara 11 sampai 14 tahun. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada diagram di bawah ini :



Gambar 1 menunjukkan bahwa responden yang berusia 13-14 tahun lebih banyak daripada responden yang berusia 11-12

tahun yaitu 49 responden (60%) untuk usia 13-14 tahun dan 33 responden (40%) berusia 13-14 tahun.

- Karakteristik siswi MTS Ali Maksum Krapyak Yogyakarta berdasarkan kelas
Responden pada penelitian ini merupakan siswi MTS Ali Maksum Krapyak Yogyakarta kelas I dan 2 seperti pada diagram di bawah ini :

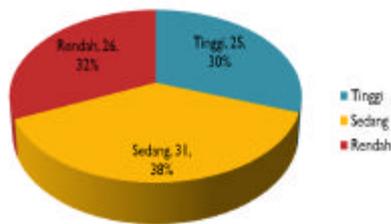


Gambar 2 menunjukkan bahwa responden yang duduk di kelas I sebanyak 41 orang (50%) dan kelas 2 sebanyak 41 orang (50%).

1. Pengetahuan tentang menstruasi

Pengetahuan tentang menstruasi diukur dengan skor berdasarkan jawaban responden terhadap kuesioner yang diberikan dengan memilih jawaban benar atau salah. Pengetahuan yang dimaksud adalah pemahaman yang berhubungan dengan menstruasi, gambaran klinis menstruasi, gejala yang menyertai menstruasi, diukur dengan 17 pertanyaan. Penggolongan pengetahuan responden oleh penulis digolongkan menjadi 3 yaitu tinggi, sedang dan rendah.

Berdasarkan hasil kuesioner, setelah dikategorikan, maka dapat dideskripsikan tingkat pengetahuan siswi MTS Ali Maksum Krapyak tentang menstruasi dalam tabel di bawah ini :

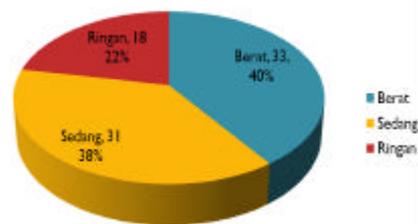


Gambar 3
Diagram pie tingkat pengetahuan tentang menstruasi Siswi MTS Ali Maksum Krpyak Yogyakarta

Gambar 3 menunjukkan tentang pengetahuan menstruasi siswi MTS Ali Maksum Krpyak Yogyakarta terdapat 25 responden (30.5%) memiliki tingkat pengetahuan tinggi, 31 responden (37.8%) mempunyai tingkat pengetahuan sedang dan 26 responden (31.7%) mempunyai tingkat pengetahuan rendah. sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden mempunyai tingkat pengetahuan sedang tentang menstruasi.

2. Kecemasan menghadapi *menarche*

Kecemasan menghadapi *menarche* merupakan respon dari siswi-siswi yang tidak siap menghadapi *menarche*. Berdasarkan hasil kuesioner, setelah dikategorikan, maka dapat dideskripsikan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* siswi MTS Ali Maksum Krpyak Yogyakarta tentang menstruasi dalam tabel di bawah ini :



Gambar 4
Diagram pie kecemasan menghadapi *menarche* Siswi MTS Ali Maksum Krpyak Yogyakarta

menunjukkan tentang kecemasan menghadapi *menarche* siswi MTS Ali Maksum Krpyak Yogyakarta dapat kita ketahui bahwa dari 82 responden, terdapat 33 responden (40.2%) termasuk pada kategori kecemasan berat, 31 responden (37.8%) termasuk pada kategori kecemasan sedang dan 18 responden (22%) termasuk pada kategori kecemasan ringan dalam menghadapi *menarche*.

3. Hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi MTS Ali Maksum Krpyak Yogyakarta.

Tabel 4.1 Hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi MTS Ali Maksum Krpyak Yogyakarta

Sumber : Data Primer diolah

Kece- masan	Pengetahuan						Total	
	Tinggi		Sedang		Rendah			
	F	%	f	%	f	%	f	%
Berat	3	3.7	13	15.9	17	20.7	33	40.2
Sedang	8	9.8	16	19.5	7	8.5	31	37.8
Ringan	14	17.1	2	2.4	2	2.4	18	22
Total	25	30.5	31	37.8	26	31.7	82	100

Berdasarkan Tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai tingkat pengetahuan tentang menstruasi rendah dengan kecemasan menghadapi menarche berat yaitu 17 responden (20,7%). Responden yang paling sedikit adalah responden yang mempunyai tingkat pengetahuan tentang menstruasi sedang dan rendah dengan kecemasan menghadapi menarche ringan, yaitu 2 responden (2,4%).

Apabila dicermati distribusi frekuensi pada setiap sel maka menunjukkan suatu kecenderungan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan tentang menstruasi maka semakin ringan kecemasan menghadapi menarche.

Untuk menguji hubungan antara pengetahuan tingkat pengetahuan dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi MTS Ali Maksum Krpyak Yogyakarta dilakukan analisa dengan program SPSS versi 15.0 dengan rumus korelasi *Spearman Rho* (ρ) yang hasilnya dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 4.2 Hasil Uji Korelasi *Spearman Rho*

Uji Korelasi	Nilai Koefisien Korelasi	Nilai sig.
<i>Spearman Rho</i>	-0.407**	0.000

Nilai korelasi *Spearman Rho* yaitu sebesar -0.407**, dengan sig yaitu 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa nilai $p < 0,05$, berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan sebesar 0,000 antara tingkat pengetahuan dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi MTS Ali Maksum Krpyak Yogyakarta.

PEMBAHASAN

1. Pengetahuan tentang menstruasi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai tingkat pengetahuan sedang tentang menstruasi yaitu sebanyak 31 responden (37.8%). Hal ini disebabkan karena para siswi masih ada yang belum mengetahui tentang menstruasi. Ketidaktahuan siswi MTs Ali Maksum Krpyak tentang menstruasi di antaranya di sebabkan karena siswi menganggap bahwa menstruasi adalah suatu penyakit, menjijikkan, wanita yang sudah menstruasi tidak bisa hamil, dan juga mengharuskan istirahat total ketika menstruasi dengan tidak melakukan kegiatan apapun.

Menurut Notoatmojdo (2003) perilaku yang di dasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak di dasari oleh pengetahuan. Tingkat pengetahuan ini bisa di peroleh melalui pendidikan dan juga pengalaman.

Tingkat pengetahuan siswi di dalam penelitian ini sangat di pengaruhi oleh budaya dan agama yang masih menganggap bahwa menstruasi adalah hal yang tabu untuk di bicarakan, sehingga pengetahuan mereka sering keliru terutama dalam hal menstruasi (Mu'tadin, 2004).

Di MTs Ali Maksum Krpyak pelajaran agama sudah di berikan berkenaan dengan kesehatan reproduksi, namun tidak di berikan secara berulang-ulang, sehingga pihak pendidik tidak mengetahui apakah ajarannya sudah di mengerti oleh siswi karena tingkat pemahaman tidak di ketahui lewat kognitif, melainkan bagaimana aplikasinya terhadap masalah. Sedangkan menurut teori pengetahuan tentang menstruasi harus di berikan secara berulang-ulang sampai dapat dimengerti dan dipahami (Sutiretna, 2006).

Siswi MTS Ali Maksum Krpyak yang mempunyai tingkat pengetahuan tentang menstruasi kategori rendah yaitu 26 responden (31,7%). Responden yang mempunyai tingkat pengetahuan rendah tentang menstruasi dapat di sebabkan oleh banyak faktor di antaranya variabel pengganggu seperti sumber informasi yang di peroleh, budaya, dan sosial ekonomi.

2. Kecemasan menghadapi *menarche*

Kecemasan adalah perasaan yang tidak menyenangkan yang khas yang di sebabkan dugaan akan bahaya atau prustasi yang mengancam yang akan membahayakan rasa aman, keseimbangan atas kehidupan seseorang, individu atau kelompok biososialnya (Groen, 2001).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswi MTS Ali Maksum Krpyak Yogyakarta termasuk dalam kategori kecemasan berat sebanyak 33 responden (40.2%). Menurut Monks dan Knoers, 2002 mengatakan bahwa pada saat menstruasi terjadi perubahan-perubahan psikis seperti ingin menyendiri, bosan, inkoordinasi gerakan, anti sosial, emosi yang tidak stabil, hilangnya kepercayaan diri, penampilan yang terlalu sederhana dan eksperimen seksual. Di dalam penelitian ini siswi masih banyak yang beranggapan bahwa menstruasi adalah penyakit, menjijikkan, wanita yang sudah menstruasi tidak bisa hamil, dan juga mengharuskan istirahat total ketika menstruasi dengan tidak melakukan kegiatan apapun. Dan ini yang menyebabkan kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 1 dan 2 MTs Ali Maksum Krpyak Yogyakarta dalam kategori berat.

Kecemasan itu sering terjadi pada saat menstruasi, namun apabila dapat di tanggulangi dengan menitik beratkan masalahnya, yaitu individu menilai situasi yang menimbulkan kecemasan dan

kemudian melakukan sesuatu untuk mengubah dan menghindari kecemasan penanggulangan yang lain adalah dengan menitik beratkan emosinya yaitu berusaha mereduksi perasaan cemas melalui berbagai macam cara dan tidak secara langsung menghadapi masalah yang menimbulkan kecemasan (Atkinson, 1999).

Siswi MTS Ali Maksum Krpyak supaya dapat mengatasi kecemasan dengan baik maka harus melakukan penanggulangan kecemasan seperti yang telah di utarakan oleh Atkinson.

3. Hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi MTS Ali Maksum Krpyak Yogyakarta.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi MTS Ali Maksum Krpyak Yogyakarta yang ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi *Spearman Rho* sebesar -0.407, dengan nilai $p < 0.05$ (0.00). Nilai negatif 0.407 menunjukkan bahwa apabila tingkat pengetahuan siswi tinggi maka kecemasan dalam menghadapi *menarche* ringan begitu pula sebaliknya apabila tingkat pengetahuan siswi rendah maka kecemasan dalam menghadapi *menarche* berat sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kecemasan menghadapi *menarche*.

Masa pubertas diakhiri dengan kemampuan reproduksi ditandai dengan menstruasi secara biologis telah siap menjalani fungsi kewanitaannya. Pada saat remaja, haid menduduki satu eksistensi psikologis yang unik yang bisa mempengaruhi sekali cara bereaksi wanita terhadap realitas hidup baik pada masa remaja atau setelah dewasa. Dengan pengetahuan menstruasi yang tinggi akan

dapat mempengaruhi kecemasan responden baik secara fisik atau psikologis, dibuktikan dengan hasil tabulasi silang diketahui bahwa mayoritas responden mempunyai pengetahuan sedang. Dengan demikian sangat wajar jika siswi MTs Ali Maksum Krpyak Yogyakarta mengalami kecemasan dalam kategori berat, karena dari kuesioner tingkat pengetahuan tentang menstruasi di dapatkan bahwa siswi masih menganggap bahwa menstruasi adalah suatu penyakit, ketidak tahuannya tentang menstruasi, menjijikkan, wanita yang sudah menstruasi tidak bisa hamil, dan juga mengharuskan istirahat total ketika menstruasi dengan tidak melakukan kegiatan apapun.

Hasil penelitian diketahui bahwa pada mereka yang mempunyai pengetahuan yang tinggi, mereka mempunyai kecemasan ringan dalam menghadapi *menarche*. Sedangkan pada mereka yang mempunyai pengetahuan yang rendah akan mempunyai kecemasan berat dalam menghadapi *menarche*. Sehingga dapat dikatakan adanya kecenderungan bahwa semakin tinggi pengetahuan responden maka akan semakin rendah tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*. Berbagai reaksi yang dapat terjadi dan sangat menyolok pada *menarche* adalah kecemasan dan ketakutan yang sering diperkuat oleh keinginan untuk menolak. Pada usia pubertas, pengetahuan yang mantap tentang reproduksi merupakan modal yang paling penting untuk menjalani fase kehidupannya dan melaksanakan tugas perkembangannya.

Hasil penelitian di atas mendukung penelitian yang telah dilakukan oleh Melani (2002) yang menyimpulkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* di SMA 2 Yogyakarta dengan

nilai korelasi sebesar 0,264 dengan signifikansi 0,000 dengan taraf signifikansi (p) lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$). Dan penelitian dari Eka widyastuti (2005) yang menyimpulkan bahwa ada hubungan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 1 SMP 3 Samigaluh Kulonprogo Tahun 2005 dengan nilai korelasinya sebesar 0,407 dengan signifikansi 0,000 dengan taraf signifikansi (p) lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$).

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, maka kesimpulan yang diperoleh adalah sebagai berikut :

1. Pengetahuan responden tentang menstruasi siswi MTS Ali Maksum Krpyak Yogyakarta terdapat 25 responden (30.5%) memiliki tingkat pengetahuan tinggi, 31 responden (37.8%) mempunyai tingkat pengetahuan sedang dan 26 responden (31.7%) mempunyai tingkat pengetahuan rendah.
2. Kecemasan responden dalam menghadapi *menarche* siswi MTS Ali Maksum Krpyak Yogyakarta terdapat 33 responden (40.2%) termasuk pada kategori kecemasan berat, 31 responden (37.8%) termasuk pada kategori kecemasan sedang dan 18 responden (22%) termasuk pada kategori kecemasan ringan.
3. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi MTS Ali Maksum Krpyak Yogyakarta yang ditunjukkan dengan nilai korelasi *Spearman Rho* sebesar - 0.407 pada nilai $p < 0.05$ (0.00).

SARAN

1. Untuk Siswi MTs Ali Maksum Krapyak Yogyakarta
Agar para siswi mengetahui tentang kesehatan reproduksi terutama menstruasi, sehingga tingkat pengetahuan tentang menstruasi akan bertambah.
2. Bagi Orang tua
Agar bekerjasama dengan pihak sekolah dengan menghadiri pertemuan wali murid yang di adakan di sekolah, dengan tujuan mengetahui permasalahan-permasalahan yang di hadapi oleh anaknya terutama kecemasan dalam menstruasi.
3. Bagi Tenaga Kesehatan
Agar memberikan promosi kesehatan secara continue dengan membuat program rutin untuk memberikan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi terutama menstruasi.
4. Bagi Pihak Sekolah
Agar memberikan peranan yang lebih kepada guru biologi ataupun agama untuk menerangkan tentang kesehatan reproduksi khususnya menstruasi.
5. Bagi Peneliti Selanjutnya
Untuk meneliti lebih lanjut tentang variable-variabel bebas yang terkait dengan kecemasan menstruasi, seperti sumber informasi yang di peroleh, tingkat pendidikan, budaya dan social ekonomi. terungkap dan kecemasan dalam menghadapi *menarche* serta memberikan solusi pemecahannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, J., (2002). *Teknik Penyusunan Skala Pengukuran*, Pusat Studi Kependudukan dan Kebijakan Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Atkinson, R, (1999). *Pengantar Psikologi*, Erlangga, Jakarta.
- August, A. RJ., dan Katharine., (2000). *Pemberdayaan Wanita dalam Bidang Kesehatan*, Andi Offset, Yogyakarta.
- Bobak, Lowdermik Jensen, (2005). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*, Ed. 4: Terjemahan. Jakarta: EGC.
- BKKBN.(2003). *Kesehatan danReproduksi* Jakarta.
- Depkes_____, (2001). *Bunga Rampai, Bahan Pembelajaran Pelatihan, Pengarusutamaan Gender Bidang Kesehatan Reproduksi dan Kependudukan*. UNFPA, Meneg Pemberdayaan Perempuan dan BKKBN, Jakarta
- Damaraji,R, (2001).*kecemasan menghadapi menarche Di RS,jakarta*
- Gardner, James. E., (2002). *Memahami Gejolak Masa Remaja*, Terjemahan Hadisubrata dan Tim Editor Mitra Utama, Mitra Utama, Jakarta.
- Haditono, S. R., (2002). *Psikologi Perkembangan*. Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Hawari, (2006). *Manajemen Sters, cemas dan depresi*, fakultas kedokteran universitas Indonesia, Jakarta
- Henderson, Christine. (2006). *Buku Ajar Konsep Kebidanan*. Jakarta: EGC.
- <http://ceria@bkkbn.go.id>
- Hurlock, E. B., *Perkembangan Anak*, Jilid 2 Edisi Keenam, Terjemahan Meistasari Tjandrasari, Erlangga, Jakarta.
- Kartono, (2006). *Psikologi wanita,Mengenal gadis remaja dan wanita dewasa*,Mandar maju, Bandung
- Lisnawati, (2003). *Peranan Pendidikan Kesehatan Reproduksi Melalui Metode Ceramah terhadap Pengetahuan tentang Pubertas di Tukangan 1 dan 2*. Yogyakarta: FK UGM.
- Melani, (2002). *Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Reproduksi terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja*

- tentang Seks Bebas pada SMU N Y.*
Yogyakarta: FK UGM.
- Mu'tadin, Zainun, 2004, *Pendidikan Seksual Pada Remaja*,
www.psikologiums.net, 5 oktober
2008.
- Notoatmodjo, S., (2003). *Ilmu Kesehatan Masyarakat Prinsip-prinsip Dasar*,
Rineka Cipta, Jakarta.
- Notoatmodjo, S., (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta,
Jakarta.
- Riwidikdo, H., (2006). *Statistik Kesehatan: Belajar Mudah Teknik Analisis Data dalam Penelitian Kesehatan (Plus Aplikasi Software SPSS)*. Yogyakarta.
Mitra Cendikia.
- Sugiyono, (2006). *Statistik untuk Penelitian*,
Bandung: CV. Alfa Beta.
- Suhersumi-Arikunto, (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*,
Rineka Cipta Jakarta.
- Sutardjo, G.W. and Sandra J Sundeen, 2007, ed.3, *Buku Saku Keperawatan Jiwa*, EGC, Jakarta
- Sutiretna, Nina, 2006, *Bimbingan Seks Bagi Remaja*, Rosda, Bandung
- _____, (1999), *Survei Baseline-Reproduksi Remaja Sejahtera di Indonesia*, BKKBN, EWC.
Pathwinder/Focus-Bank Dunia-USAID, Yogyakarta.
- Wiknjosastro, H., (2006). *Ilmu Kebidanan*,
Yayasan Bina Pustaka Sarwono
Prawirohardjo, Jakarta.
- _____, (1999), *ilmu kebidanan*,
Yayasan BinaPustaka Sarwono
Prawirohardjo Jakarta
- Widyastuti, E., (2005). *Hubungan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi kelas 1 SMP 3 Semigaluh Kulonprogo*.
Yogyakarta: Stikes 'Aisyiyah.
- Wulandari, (2000). *Pengetahuan remaja tentang menstruasi*, Universitas
Yogyakarta Gadjah Mada,