

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG *MENARCHE* TERHADAP
KESIAPAN MENGHADAPI *MENARCHE* PADA SISWI KELAS
IV DAN V DI SD NEGERI GENDENGAN I MARGODADI
SEYEGAN SLEMAN**

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan Guna Melengkapi Sebagai Syarat Mencapai Gelar Ahli Madya
Kebidanan pada Program Studi Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu
Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta**



**Disusun oleh :
Alin Prima Safitri
080105160**

**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIAH
YOGYAKARTA
2011**

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG *MENARCHE* TERHADAP
KESIAPAN MENGHADAPI *MENARCHE* PADA SISWI KELAS
IV DAN V DI SD NEGERI GENDENGAN I MARGODADI
SEYEGAN SLEMAN**

Alin Prima Safitri ¹, Evi Nurhidayati ²

Abstrac : The result of the research indicate that there is influence between before and after illumination to the grade IV and V female student at Gendengan elementary school I Margodadi Seyegan Sleman. Before counseling are given, up to 90% of the respondents are not ready, after counseling are given, up to 64% are ready and the rest are still not ready. It is suggested to the parents to guide and give right information about *menarche* to their daughters.

Kata kunci : penyuluhan – kesiapan – *menarche*

PENDAHULUAN

Tubuh manusia mengalami berbagai perubahan dari waktu ke waktu sejak lahir yang meliputi pertumbuhan dan perkembangan. Perubahan yang cukup mencolok terjadi ketika anak perempuan dan laki-laki memasuki usia antara 9-15 tahun. Pada saat itu mereka tidak hanya tumbuh menjadi lebih tinggi dan lebih besar, tetapi juga terjadi perubahan-perubahan di dalam tubuh yang memungkinkan untuk bereproduksi. Masa inilah yang disebut masa pubertas atau remaja (Proverawati, 2009).

Salah satu faktor penyebab ketidaksiapan menghadapi *menarche* adalah kurangnya informasi atau pengetahuan. Remaja yang belum mendapatkan pengetahuan kesehatan reproduksi terutama menstruasi, akan

menimbulkan kecemasan dalam menghadapi menstruasi pertamanya. Salah satu cara penyampaian informasi tentang menstruasi adalah memberikan penyuluhan yaitu dengan metode ceramah atau demonstrasi. Selain itu informasi tentang menstruasi juga bisa didapat dari buku, majalah, leaflet, internet, TV dan Radio

Perasaan bingung, gelisah, tidak nyaman selalu menyelimuti perasaan remaja putri yang mengalami *menarche*. *Menarche* adalah hal yang wajar dan pasti dialami oleh setiap wanita normal dan tidak perlu digelisahkan. Namun hal ini akan semakin parah apabila pengetahuan remaja mengenai menstruasi ini sangat kurang dan pendidikan dari orang tua juga kurang. Adanya anggapan orang tua yang salah

bahwa anak akan tahu dengan sendirinya, menambah rumitnya masalah (Proverawati, 2009).

Selama ini pemerintah Indonesia memberikan perhatian yang cukup besar mengenai masalah kesehatan reproduksi baik bagi pelajar maupun masyarakat. Bagi pelajar Indonesia diwujudkan dengan pelaksanaan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) disetiap sekolah atau instansi pendidikan yang terkait. Didalam program UKS ini terdapat pendidikan kesehatan reproduksi bagi para siswi, guru, karyawan dan berbagai pihak termasuk civitas akademik.

Dari hasil studi pendahuluan di SD Negeri Gendengan 1 Margodadi Seyegan Sleman, terdapat UKS tetapi belum ada dokter yang bertugas. Selain itu kesehatan reproduksi juga belum dimasukkan dalam mata pelajaran.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan juga ditemukan dari 32 siswi yang duduk di kelas IV dan V, sebanyak 30 siswi yang belum mendapatkan *menarche* mengatakan takut menghadapi menstruasi pertamanya. Sedangkan 2 siswi lainnya sudah mendapatkan *menarche*. Salah satu siswi yang telah mengalami menstruasi terlihat gemeteran dan ingin menangis saat menceritakan pengalamannya mendapatkan menstruasi. Mereka pada umumnya belum mendapatkan pengetahuan tentang *menarche* sehingga timbul perasaan takut.

METODE PENELITIAN

Desain dalam penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah metode Quasi Eksperimen yaitu kegiatan percobaan yang bertujuan untuk mengetahui suatu gejala atau pengaruh yang timbul, sebagai suatu akibat dari adanya intervensi atau perlakuan tertentu (Notoatmodjo, 2002).

Jenis rancangan eksperimen menggunakan rancangan pra eksperimen dan menggunakan desain one group pre test – post test, yaitu rancangan penelitian dimana tak ada kelompok pembanding (control) tetapi paling tidak sudah dilakukan observasi pertama (pre test) yang memungkinkan peneliti dapat menguji perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen.

Pre Test	Eksperimen	Post Test
O1	X	O2

Alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner. Bentuk kuesioner menggunakan *closed ended* yaitu dengan jawaban yang sudah ditentukan dan tidak diberi kesempatan memberikan jawaban lain. Kuesioner yang digunakan berisi pertanyaan tentang kesiapan menghadapi *menarche* sebanyak 27 pertanyaan.

Kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya dibagikan kepada responden untuk diisi, kemudian jawaban dijumlahkan dan disesuaikan dengan kriteria tingkat kesiapan menghadapi *menarche*. Responden yang dijadikan subyek penelitian berjumlah 30 anak, selanjutnya dimasukkan dalam

kelompok eksperimen. Hari berikutnya peneliti mengadakan penyuluhan tentang *menarche* di dalam satu ruang kelas terhadap 30 responden tersebut.

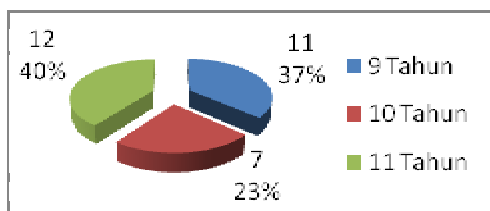
Selang waktu 3 hari setelah penyuluhan peneliti membagikan kuesioner tentang kesiapan menghadapi *menarche*, dimana item yang dipertanyakan sama dengan sebelum responden diberikan penyuluhan. Setelah itu jawaban dijumlah dan dikategorikan sesuai tingkat ketidaksiapan, selanjutnya dibandingkan antara sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.

Untuk mempermudah perhitungan peneliti menggunakan komputerisasi untuk menganalisis data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri I Margodadi yang terletak di Kelurahan Margodadi Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman Kota Yogyakarta.

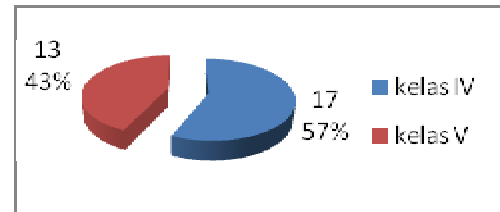
Karakteristik Responden dalam penelitian ini meliputi usia dan kelas dengan digambarkan sebagai berikut:



Berdasarkan gambar diatas diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 9 dan 11 tahun, yaitu 11 responden (37%) berusia 9

tahun, 12 responden (40%) berusia 11 tahun dan 7 responden (23%) berusia 10 tahun

Dan berdasarkan kelas

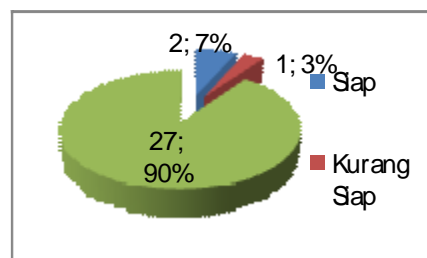


Berdasarkan gambar diketahui 17 responden (57%) adalah siswi kelas IV dan 13 responden (43%) adalah siswi kelas V.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan kesiapan siswi kelas IV dan V SD Negeri Gendengan I dalam menghadapi *menarche* dapat sebagai berikut:

- Kesiapan sebelum diberikan penyuluhan

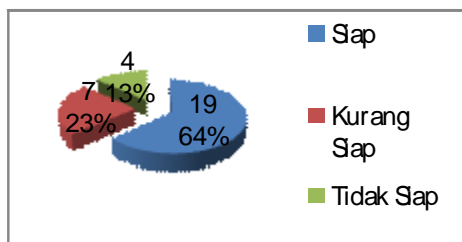
Dari hasil penelitian yang telah dilakukan kesiapan siswi kelas IV dan V SD Negeri Gendengan I dalam menghadapi *menarche* dapat dideskripsikan sebagai berikut:



Berdasarkan gambar dapat diketahui sebagian besar siswi di SD Negeri Gendengan yaitu dari 30

responden yang tidak siap menghadapi *menarche* ada 27 siswi (90%), sedangkan yang sudah siap hanya 2 siswi (7%), dan 1 siswi (3%) kurang siap.

Dari hasil penelitian kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* setelah diberikan penyuluhan dapat dideskripsikan sebagai berikut:



Berdasarkan gambar 8 dapat diketahui setelah dilakukan penyuluhan terhadap 30 responden, terdapat 19 siswi (64%) siap menghadapi *menarche*, 7 siswi (23%) kurang siap dan 4 siswi (13%) tidak siap.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 30 siswi kelas IV dan V di SD Negeri Gendengan I, besarnya pengaruh penyuluhan terhadap kesiapan menghadapi *menarche* dapat diketahui. Beda antara sebelum dan sesudah penyuluhan terdapat pada hasil kuesioner yang telah dibagikan kepada responden. Sebelum penyuluhan terdapat 2 responden yang masuk kategori siap, 1 kurang siap dan 27 tidak siap. Setelah diberikan penyuluhan dari 27 responden yang tidak siap, 17 responden meningkat menjadi siap dan 6 responden masih tidak siap. Sedangkan 1 responden yang kurang siap setelah diberikan penyuluhan masih kurang siap.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswi kelas IV dan V yang berumur 9-11 tahun tidak siap menghadapi *menarche* yaitu 27 responden (90%). Hasil ini diperoleh dari kuesioner yang telah dibagikan. Berdasarkan pertanyaan didalam kuesioner terlihat ketidaksiapan para siswi dalam menghadapi *menarche* adalah kurangnya informasi atau pengetahuan tentang *menarche* yaitu pada pertanyaan nomor 3 tentang cara merawat diri selama haid responden yang tidak siap 22 siswi, nomor 4 tentang tindakan pertama kali mendapatkan haid responden yang tidak siap 21 siswi, nomor 7 tentang penyebab darah haid keluar responden yang tidak siap 21 siswi dan nomor 13 tentang pengetahuan haid dari hasil membaca buku responden yang tidak siap 25 siswi.

Hal tersebut diperkuat dengan hasil penelitian Mei Sulistyowati (2004) yang menunjukkan ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang *menarche* terhadap kesiapan menghadapi *menarche*. Didalam landasan teori dijelaskan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan menghadapi *menarche* salah satunya adalah pengetahuan. Remaja yang belum mendapatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi khususnya menstruasi dapat menimbulkan kecemasan dalam menghadapi *menarche*.

Selain pengetahuan dukungan orang tua juga mempengaruhi kesiapan menghadapi *menarche*. Hasil penelitian melalui kuesioner, pertanyaan nomor 6 dan 12 menunjukkan sebagian besar siswi

menjawab orang tua tidak memberikan informasi tentang *menarche*. Masalah seperti itu membuat anak mencari informasi melalui teman sebaya dimana informasi yang disampaikan tidak menyeluruh, sehingga menimbulkan persepsi yang salah. Hal ini akan berpengaruh terhadap kesiapan anak dalam menghadapi *menarche* seperti perasaan takut, malu dan cemas terhadap proses yang terjadi dalam tubuhnya.

Faktor lain yang mempengaruhi kesiapan adalah lingkungan. Di SD Negeri Gendengan I masalah kesehatan reproduksi belum diinformasikan kepada para siswi baik melalui penyuluhan, Usaha Kesehatan Sekolah, atau pelajaran. Di perpustakaan buku-buku tentang kesehatan reproduksi juga belum ada. Majalah dinding di Sekolah juga tidak ada, seharusnya majalah dinding dapat menjadi media penyampaian informasi. Selain di sekolah, lingkungan tempat tinggal juga mempengaruhi ketidaksiapan, dimana orang tua yang tidak berperan baik dalam membimbing anaknya tentang menstruasi menyebabkan anak tidak mengerti dengan proses *menarche* sehingga timbul ketidaksiapan yang ditunjukkan dengan rasa takut dan malu.

Dari hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan antara kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Sesudah diberikan penyuluhan terdapat 19 responden (64%) siap dan 4 responden (13%) tidak siap lainnya yaitu 7 responden (23%) kurang siap. Hal ini berbeda saat

sebelum diberikan penyuluhan yaitu 27 responden (90%) tidak siap dan hanya 2 responden (7%) yang siap. Berdasarkan hasil tersebut semakin memperkuat penelitian Mei Sulistyowati (2004) yang menunjukkan ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang *menarche* terhadap kesiapan menghadapi *menarche*.

Dari hasil penelitian menunjukkan masih ada 13% siswi yang tidak siap menghadapi *menarche* meskipun sudah diberikan penyuluhan. Hal ini bisa dikarenakan faktor lain seperti usia. Usia *menarche* rata-rata wanita Indonesia yaitu 11-13 tahun. usia *menarche* yang lebih muda bisa menimbulkan ketidaksiapan karena kondisi psikis yang dirasakan sebagai suatu beban dan rasa malu pada anak tersebut.

Selain itu lingkungan juga dapat mempengaruhi kesiapan anak menghadapi *menarche*. Hasil beberapa penelitian menjelaskan gadis-gadis di kota mendapatkan usia *menarche* lebih muda daripada gadis-gadis di desa. Dikarenakan gadis-gadis di kota dapat menikmati berbagai fasilitas hiburan seperti video, film, internet, dan lain-lain. Sehingga dapat merangsang produksi hormon seksual lebih dini. Lingkungan tempat tinggal berpengaruh besar terhadap ketidaksiapan menghadapi *menarche*, karena didalamnya ada peran orang tua yang seharusnya memberikan informasi pada anak-anaknya

Selain faktor usia dan lingkungan dalam penelitian ini, penyebab ketidaksiapan menghadapi *menarche* adalah kurangnya

informasi atau pengetahuan. Remaja yang belum mendapatkan pengetahuan kesehatan reproduksi terutama menstruasi, akan menimbulkan kecemasan dalam menghadapi menstruasi pertamanya. Salah satu cara penyampaian informasi tentang menstruasi adalah memberikan penyuluhan yaitu dengan metode ceramah atau demonstrasi. Selain itu informasi tentang menstruasi juga bisa didapat dari buku, majalah, leaflet, internet, TV dan Radio.

Penyuluhan sama dengan proses belajar. Belajar adalah perubahan yang relatif permanen dalam perilaku atau potensi perilaku sebagai hasil dari pengalaman atau latihan yang diperkuat. Belajar merupakan akibat adanya interaksi antara stimulus dan respon. Seseorang dianggap telah belajar sesuatu jika dia dapat menunjukkan perubahan perilakunya.

Dalam penelitian ini penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah di depan kelas kemudian diskusi dan tanya jawab. Materi yang disampaikan diantaranya pengetahuan tentang *menarche*, proses menstruasi, cara menjaga kebersihan saat menstruasi dan pengetahuan agama yang berkaitan dengan *menarche*.

Informasi tertentu (spesifik) akan bertahan dalam waktu yang singkat (ingatan jangka pendek), untuk informasi yang dilihat (*visual*) bertahan 200 ms, untuk informasi yang didengar (*auditory*) bertahan 2000 ms. Ini merupakan bagian dari *working memory*. Informasi kemudian

disimpan dalam ingatan jangka panjang dan dapat direproduksi serta dapat dipanggil kembali atau *recall* (diingat atau dikenali).

Saran

1. Bagi Siswi Kelas IV dan V SD Negeri Gendengan I Margodadi Seyegan Sleman

Hendaknya dapat menggali informasi tentang *menarche* dengan membaca buku atau majalah, bertanya kepada orang yang dapat dipercaya seperti orang tua, guru, dan tenaga kesehatan. Hal ini bertujuan agar siswi mengetahui tentang *menarche* dan bisa mempersiapkan dirinya dalam menghadapi *menarche*.

2. Bagi SD Negeri Gendengan I Margodadi Seyegan Sleman

Hendaknya guru dapat memberikan bimbingan dan informasi tentang *menarche* kepada siswi, sehingga siswi dapat menerima keadaannya dan siap jika suatu saat mendapatkan *menarche*. Menambah koleksi buku diperpustakaan khususnya tentang kesehatan reproduksi pada remaja

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta: Jakarta
- Azwar, A. 2002. *Dasar-dasar Keperawatan Kesehatan Masyarakat*. Buku Kedokteran EGC: Jakarta

- BKKBN. 2000. *KRR (Kesehatan Reproduksi Remaja)*. Kantor Menteri Kependudukan BKKBN: Jakarta
- BKKBN. 2002. *Kesehatan Reproduksi Remaja*. BKKBN: Jakarta
- BPS. 2003. *Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia*. Depkes: Jakarta
- BPS, DIY. 2008. *Daerah Istimewa Yogyakarta Dalam Angka*. BPS Prop.DIY
- Chaplin, J.P. 2002. *Kamus Lengkap Psikologi*. Raja Grafindo: Jakarta
- Dahar, Ratna Wilis.1989.*Teori-teori Belajar*.Erlangga:Jakarta
- Effendi, Nasrul. 1998. *Dasar-dasar Keperawatan Kesehatan Masyarakat*. Buku Kedokteran EGC: Jakarta
- Ermawati, Ely. 2008. *Hubungan Peran Ibu Sebagai Orang Tua Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Usia 9-12 Tahun Di SD Negeri Serangan Yogyakarta*
- Foundation, Ford. 2000. *Informasi Kesehatan Reproduksi*. Galang Priantika: Yogyakarta
- Foundation, Ford. 2002. *Informasi Kesehatan Reproduksi*. Galang Priantika: Yogyakarta
- Ginarhayu. 2002. *Analisis Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Usia Menarche Remaja Putri Pada Siswi SD dan SLTP di Jakarta Timur*
- Heffner, Linda. J. 2008. *At a Glance Sistem Reproduksi*. Erlangga: Jakarta
- Hurlock, Elizabeth. B. 1998. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan*. Erlangga: Jakarta
- Kartono, Kartini. 1995. *Psikologi Anak (Psikologi Perkembangan)*. Mandar Maju: Bandung
- Machfoedz, Ircham. 2005. *Pendidikan Kesehatan Bagian Dari Promosi Kesehatan*. Fitramaya: Yogyakarta
- Manuaba. 1999. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. IBG: Jakarta
- Mochtar. 2003. *Sinopsis Obstetri dan Pathologi*. Buku Kedokteran EGC: Jakarta
- Notoatmodjo. 1997. *Pengantar Pendidikan Kesehatan Dan Ilmu Perilaku Kesehatan*. Andi off Set: Yogyakarta
- Notoatmodjo. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta: Jakarta
- Norwitz, Errol. 2008. *Obstetri Ginekologi*. Erlangga: Jakarta
- Paath. 2005. *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Penerbit Buku Kedokteran EGC: Jakarta
- Poerwadarminta. W.J. 2002. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Balai Pustaka: Jakarta
- Proverawati, Atikah. 2009. *Menarche Menstruasi Pertama*

Penuh Makna. Nuha Medika:
Yogyakarta

Purwiningsih. 2005. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Siswi Putri Pra Pubertas Menghadapi Menarche di SD Muhammadiyah Sukonandi Yogyakarta*

Silvia. 2007. *Hubungan Status Gizi Remaja Putri Dengan Usia Menarche Pada Siswi Kelas 1,2,3 SMP Negeri 1 Seyegan Sleman*

Sugiyono. 2006. *Statistika Untuk Penelitian*. Alfabeta: Bandung

Sulistiyowati, Mei. 2004. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menarche Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas 1 SLTPN 1 Piyungan Bantul*

Utami, 2006. *Hubungan Kesiapan Menghadapi Menarche Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas IV dan V Di SDN Timbulharjo Sewon Bantul*

Wiknjosastro, Hanifa. 2005. *Ilmu Kandungan*. Yayasan Bina Pustaka Prawirohardjo : Jakarta

www.bkkbn.go.id/ceritaremajaindonesia/2001 diakses 20 September 2010 pukul 16.00 WIB