

**GAMBARAN PERAN IBU SEBAGAI ORANG TUA DALAM
MEMPERSIAPKAN MENARCHE PADA SISWI KELAS 1
DI SMP MUHAMMADIYAH 3 YOGYAKARTA
TAHUN 2012**

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan Untuk Mendapatkan Gelar Ahli Madya Kebidanan Program Studi
Kebidanan Jenjang Diploma III di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah
Yogyakarta**



Disusun oleh :

Etikurnianingsih

NIM: 090105214

**PROGRAM STUDI ILMU KEBIDANAN JENJANG D III
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
YOGYAKARTA**

**GAMBARAN PERAN IBU SEBAGAI ORANG TUA DALAM
MEMPERSIAPKAN MENARCHE PADA SISWI KELAS 1
DI SMP MUHAMMADIYAH 3 YOGYAKARTA
TAHUN 2012**

Etikurnianingsih², Farida kartini, S.Si.T.,M.Sc.³

Abstract :Beginning of menstruation can be traumatic for some children, especially if it does not get clear information in advance. Menarche may cause reactions that Psychic anxiety appearance, if not handled properly it will cause disruption will continue on the psychic and physical disorders. The purpose of this study to determine the role of mother as parents in the preparation of menarche at Junior High School student in Muhammadiyah 3 Yogyakarta.

This study used an observational method with *cross sectional* approach. Method sampling is using *Simple Random Sampling* technique, total number of respondents 100 students. Data retrieval technique using a questionnaire. Data analysis use analysis of the percentage.

The results showed majority of mother are enough play a role in preparing menarche their children on the physical preparation of 55 people (55%), psychological preparation of 44 people (44%), physical and psychological preparation of 49 people (49%) of all respondents. The authors conclude that the role of mother as parents in the preparation of menarche in grade first at Junior High School student in Muhammadiyah 3 Yogyakarta is good enough. For junior high school Muhammadiyah 3 Yogyakarta students more actively in the search for clear and accurate information about reproductive health of women, especially of menarche to someone who are more understanding.

Kata Kunci : Peran Ibu Dalam Persiapan Menarche

PENDAHULUAN

Siklus kehidupan perempuan dapat dibagi dalam beberapa masa, yaitu masa bayi, masa anak-anak, masa pubertas, masa dewasa, masa klimakterium dan senium. Masa pubertas atau masa remaja yang juga dianggap sebagai masa pematangan seksual, adalah masa peralihan antara masa anak-anak ke masa dewasa yang dalam perkembangannya juga mempengaruhi perkembangan fisik dan psikososialnya (Kartono, 2002).

Petunjuk pertama bahwa mekanisme reproduksi pada anak perempuan menjadi matang adalah datangnya haid. Haid merupakan permulaan dari serangkaian pengeluaran darah, lendir, dan jaringan sel yang hancur dari uterus secara berkala. Haid terjadi kira-kira setiap 28 hari. Haid yang pertama kali disebut menarche. *Menarche* (haid yang pertama) terjadi merupakan ciri khusus kedewasaan seorang wanita yang sehat dan dapat hamil (Ajeng, 2009,

<http://www.unimus.ac.id>, 23 Oktober 2011).

Anak yang tidak pernah mendapatkan informasi tentang menarche ini maka saat ia mengalaminya dapat menyebabkan timbulnya rasa frustrasi. Anak-anak perempuan yang tidak mengenal tubuh mereka dan proses reproduksi dapat mengira bahwa menstruasi merupakan bukti adanya penyakit atau bahkan hukuman akan tingkah laku yang buruk. Mereka yang tidak diajari untuk menganggap menstruasi sebagai fungsi tubuh normal dapat mengalami rasa malu yang amat dan perasaan kotor saat menstruasi pertama mereka. Walaupun akhirnya menstruasi dikenali sebagai proses yang normal, namun perasaan kotor saat menstruasi tetap tinggal sampai ia dewasa (Fitria, 2007).

Selama ini sebagian besar masyarakat merasa tabu untuk membicarakan tentang masalah menstruasi dalam keluarga, sehingga remaja awal kurang memiliki pengetahuan dan sikap yang cukup baik tentang perubahan-perubahan fisik dan psikologi terkait menarche. Gambaran yang ada pada saat menstruasi pertama ini adalah perasaan cemas, takut karena kurangnya pengetahuan tentang perawatan diri saat menstruasi sehingga perlu adanya kesiapan mental (Effendy, 2007).

Menarche dapat menimbulkan reaksi psikis yang berwujud kecemasan, jika kecemasan tersebut tidak ditangani dengan baik maka akan menimbulkan gangguan psikis dan akan berlanjut pada gangguan fisik. Hal-hal yang dapat timbul jika terjadi kecemasan saat menstruasi yaitu emosi, depresi,

berhentinya menstruasi, pusing-pusing, rasa mual, menstruasi yang tidak teratur, perdarahan terus menerus, neurosa sehingga terganggu aktifitas sampai dengan adanya usaha bunuh diri (Kartono, Kartini, 2002).

Selama ini pemerintah Indonesia sudah memberikan perhatian terhadap masalah kewanitaan. Khususnya untuk permasalahan remaja seperti di atas, peran serta pemerintah melalui BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional) yaitu dilakukannya kerja sama dengan PKBI yaitu suatu lembaga swadaya masyarakat yang bergerak dibidang kesehatan untuk menyediakan pelayanan informasi konseling kesehatan serta pendidikan mengenai kesehatan reproduksi remaja melalui berbagai media massa dan elektronik (Karisa, 2004). Selain itu pemerintah khususnya BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional), mengadakan program KRR (Kesehatan Reproduksi Remaja) yang merupakan program untuk remaja dan orang tua berisi segala hal yang berkaitan dengan proses melanjutkan keturunan yang sehat fisik, mental dan sosial. Program ini lebih khususnya diimplementasikan dalam suatu wadah organisasi BKR (Bina Kesehatan Remaja) sebagai perwujudan dari UU No.10 tahun 1992 tentang perkembangan kependudukan dan pembangunan keluarga sejahtera. BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional) juga telah mencanangkan program kesehatan reproduksi remaja sebagai salah satu program untuk terwujudnya visi "Keluarga Berkualitas 2015".

Program kesehatan reproduksi remaja ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku positif remaja tentang kesehatan reproduksi (Prihatiningsih dkk, 2008).

Pada masa Remaja pendidikan seks yang dapat diberikan oleh ibu yaitu perubahan fisik seperti perubahan payudara, tumbuh rambut disekitar alat kemaluan dan di ketiak, tumbuh jerawat, pinggul semakin membesar dan mengalami menstruasi. Ibu seharusnya dapat menjelaskan semua hal tentang menstruasi yaitu kapan terjadinya menstruasi, bagaimana rasanya bila sedang mendapat menstruasi, dan hal-hal yang harus dilakukan pada saat menstruasi termasuk cara bersuci setelah bersih dari menstruasi bagi remaja muslim. Memberikan informasi yang jelas dan terencana merupakan hal yang penting dalam mempersiapkan anak putri dalam menghadapi menarche. Cara memberikan informasi mengenai menstruasi dengan pendekatan yang penuh kehangatan dan dengan sikap yang penuh dukungan mampu mengurangi rasa khawatir serta membuat anak merasa lebih siap untuk menghadapi menstruasi yang pertama dan menstruasi-menstruasi selanjutnya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode non-eksperimen atau observasional, yaitu meneliti hal yang sudah ada, tanpa perlakuan sengaja untuk membangkitkan suatu gejala atau keadaan (Arikunto, 2002). Pada penelitian ini hal yang sudah ada yaitu peran ibu dalam mempersiapkan menarche.

Metode pengambilan data berdasarkan pendekatan waktu, menggunakan metode *cross sectional*, yaitu pengambilan data yang lengkap dalam waktu yang relatif cepat (Notoatmojo, 2002). Rancangan penelitian ini adalah deskriptif yaitu penelitian yang memberi gambaran terhadap obyek yang diteliti. Pada penelitian ini mengambil gambaran tentang peran ibu dalam mempersiapkan masa menarche bagi anaknya tanpa melakukan analisa dan kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2003).

Teknik sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Nomogram Harry King yaitu menggunakan tingkat kesalahan 5% atau kepercayaan sampel terhadap populasi 95% sehingga faktor pengalinya 1,195 (Sugiyono, 2003). Maka rumusnya:

Sampel = 0,58 x populasi x faktor pengali.

$$\text{Sampel} = 0,58 \times 143 \times 1,195$$

Sehingga didapatkan hasilnya 99,11 dan dibulatkan menjadi 99 orang. Untuk membulatkan sampel menjadi 100 orang, maka peneliti menggunakan tabel dengan tingkat kesalahan 5%, maka didapatkan 100 orang siswi (Sugiyono, 2003).

Sampel dalam penelitian ini sebanyak 100 orang siswi SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Cara sampling yang digunakan adalah *Simple Random Sampling* yaitu pengambilan sampel dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada, setiap subyek/unit dari populasi memiliki peluang yang sama dan independent/tidak tergantung (Arikunto, 2002).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Peran Ibu dalam mempersiapkan Menarche Secara Fisik

Peran ibu secara Fisik	F	%
Kurang	6	6.0
Cukup	55	55.0
Baik	39	39.0
Jumlah	100	100.0

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa mayoritas ibu sudah cukup berperan dalam mempersiapkan menarche secara fisik yaitu 55 orang (55%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Peran Ibu dalam mempersiapkan Menarche Secara Psikis

Peran ibu secara Psikis	F	%
Kurang	19	19.0
Cukup	44	44.0
Baik	37	37.0
Jumlah	100	100.0

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa mayoritas ibu sudah cukup berperan dalam mempersiapkan menarche secara psikis pada anaknya yaitu 44 orang (44%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Peran Ibu dalam mempersiapkan Menarche Secara Fisik dan Psikis

Peran ibu secara Fisik dan Psikis	F	%
Kurang	16	16.0
Cukup	49	49.0
Baik	35	35.0
Jumlah	100	100

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa dari 100 siswi usia 11-13 tahun di SMP Muhammadiyah

3 Yogyakarta menunjukkan sebagian besar ibu sudah cukup berperan dalam mempersiapkan menarche secara fisik maupun psikis yaitu 49 orang (49%).

Pembahasan

Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar ibu sudah cukup berhasil dalam menjalankan perannya mempersiapkan menarche secara fisik yaitu sebanyak 55 orang (55%), peran ibu dalam mempersiapkan menarche secara psikis sebanyak 44 orang (44%), dan peran ibu dalam mempersiapkan menarche secara fisik dan psikis sebanyak 49 orang (49%) dari keseluruhan responden.

Hal ini menunjukkan bahwa kesadaran ibu tentang pentingnya pemberian informasi kepada putrinya yang akan mengalami menstruasi sudah cukup baik. Ibu menyadari salah satu perannya sebagai pendidik adalah mengetahui perubahan fisik maupun psikis yang dialami oleh remaja. Ibu menyadari kewajibannya dalam memberikan bimbingan dan arahan kepada anak, dalam memberikan bimbingan serta arahan ibu perlu menciptakan dialog yang harmonis dan akrab serta menghindari ketegangan atau ucapan yang disertai cercaan. Ibu dapat menjadi sumber informasi dan dapat diajak bicara atau bertukar pendapat tentang kesulitan dan masalah anak. Ibu harus mampu menciptakan hubungan saling percaya dan terbuka yaitu dengan memperhatikan dan

perhatian penuh serta sungguh-sungguh terhadap masalah yang dihadapi anak untuk mengambil keputusan yang terbaik bagi anaknya (Ayuningtyas, 2006).

Berdasarkan hasil penelitian di atas juga masih terdapat beberapa ibu yang belum menyadari akan arti pentingnya mempersiapkan menarche pada anaknya secara fisik sebanyak 6 orang (6%), secara psikis sebanyak 19 orang (19%), secara fisik dan psikis yaitu sebanyak 16 orang (16%). Keadaan tersebut disebabkan karena selain kurangnya pengetahuan ibu tentang kesehatan reproduksi remaja, juga merasa risih atau segan bahkan tidak mengerti cara yang tepat untuk membicarakan mengenai perkembangan biologis dan psikologis serta permasalahan kesehatan reproduksi tersebut dengan anak-anak mereka dan menganggap bahwa membicarakan tentang kesehatan reproduksi adalah hal yang tabu. Padahal menurut boyke (2006) memberikan pelajaran yang benar serta terbuka mengenai kesehatan reproduksi kepada anak tidak boleh takut dengan persoalan tabu. Keadaan tersebut merupakan bentuk ketertutupan yang sering terjadi dan sulit untuk dibenarkan, sehingga menyebabkan ibu tidak dapat berperan dalam memberikan pendidikan tentang menstruasi kepada anaknya.

Menarche bagi seorang anak perempuan adalah puncak dari serangkaian perubahan yang akan mengubah seorang anak perempuan menjadi gadis remaja (YLKI, 2002). Agar seorang anak perempuan dapat menjalani dengan baik maka diperlukan persiapan fisik dan psikis. Ibu merupakan fasilitator dalam

melakukan persiapan tersebut yaitu dengan memberikan informasi kesehatan reproduksi dalam hal ini menstruasi kepada putrinya karena ibu merupakan sumber pertama dalam memberikan informasi pada setiap waktu. Pendidikan kesehatan reproduksi khususnya masalah menarche pada remaja yang diberikan oleh ibu terhadap anaknya secara benar dan terarah akan menjadi bekal bagi anak remaja dikehidupan yang akan datang (Fitria, 2003).

Ibu merupakan seorang yang sangat penting untuk mempersiapkan putrinya dalam menghadapi masa menstruasi dengan memberikan informasi yang positif. Pemberian informasi yang terencana sejak awal dan adanya dukungan dan motivasi dari ibu akan membantu anak merasa siap, aman dan terlindung. Anak juga tidak akan mengalami kejutan-kejutan yang berhubungan dengan dirinya. Cara memberikan informasi dengan penuh kehangatan disertai sikap penuh dukungan dan pengertian akan mengurangi rasa khawatir, terbebani dan kesedihan akibat peristiwa menarche serta perhatian dan pemahaman ibu akan membuat putrinya merasa lebih siap dan tenang dalam menghadapi menarche. Informasi dan komunikasi yang baik merupakan hal penting dan diharapkan bisa menjadi pedoman bagi remaja dalam melalui masa menarche (Ayuningtyas, 2006).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan-kesimpulan sebagai

berikut : Peran ibu sebagai orang tua dalam mempersiapkan menarache secara fisik dan psikis didominasi oleh ibu yang berperan cukup yaitu sebanyak 49 orang (49%), peran ibu sebagai orang tua dalam mempersiapkan menarache secara fisik didominasi oleh ibu yang berperan cukup yaitu sebanyak 55 orang (55%), peran ibu sebagai orang tua dalam mempersiapkan menarache secara psikis didominasi oleh ibu yang berperan cukup yaitu sebanyak 44 orang (44%), kelemahan peran ibu sebagai orang tua dalam mempersiapkan menarache secara fisik pada item pertanyaan nomor 14 tentang kapan datangnya menarache, dari keseluruhan jumlah responden sebanyak 100 siswi (100%), hanya 45 siswi (45%) yang pernah dijelaskan tentang kapan menstruasi pertama datang.

Saran

Bagi Siswi diharapkan siswi dapat lebih aktif dalam mencari informasi yang jelas dan akurat tentang kesehatan reproduksinya terutama tentang menarache kepada sumber informasi yang lebih terpercaya.

Bagi profesi Bidan diharapkan memberikan penyuluhan tentang seluruh aspek yang terkait dengan kesehatan reproduksi terutama tentang kapan datangnya menstruasi pertama (*menarache*) kepada orang tua terutama ibu agar bisa mempersiapkan anaknya dalam menghadapi menarache sedini mungkin.

Bagi para ibu diharapkan agar ibu dapat lebih mempersiapkan diri terkait dengan pengetahuan ibu tentang menarache agar ibu dapat

mempersiapkan anaknya dalam menghadapi menstruasi pertamanya (*menarache*) baik secara fisik maupun psikis dengan cara membaca buku tentang menstruasi, mengikuti penyuluhan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan setempat mengenai kesehatan reproduksi wanita atau menanyakan langsung kepada tenaga kesehatan yang ahli di bidangnya misalnya bidan atau dokter.

Bagi Guru SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta diharapkan dapat memberlakukan adanya pelajaran tentang kesehatan reproduksi khususnya tentang menarache sedini mungkin yang diberikan pada saat pelajaran IPA terutama biologi yang terkait dengan sistem reproduksi wanita pada siswi SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta terutama mulai dari kelas 1 SMP.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian dengan mencari faktor-faktor yang mempengaruhi seorang ibu jarang memberikan pengetahuan tentang menstruasi kepada anaknya, langsung melakukan penelitian kepada orang tua dalam hal ini ibu tentang peran ibu sebagai orang tua dalam mempersiapkan menarache kepada anaknya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajeng, Danis. 2010. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan Tentang Menarache dan Menstruasi Pada Remaja Putri di SMP Negeri 9 Semarang*, <http://unimus.ac.id>. Universitas Muhammadiyah Semarang. di akses tanggal 23 September 2011.

- Arikunto, Suarsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineke Cipta: Jakarta.
- Ayuningtyas, Puspita. 2006. *Hubungan Peran Ibu Sebagai Pendidik dengan Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Usia 10-12 Tahun di SDN Jlaban Sentolo Kulonprogo Yogyakarta Tahun 2006*. Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta
- Effendy, Onong Uchjana. 2007. *Ilmu Komunikasi (Teori dan Praktek)*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Fitria, Ana. 2007. *Panduan Lengkap Kesehatan Wanita*. Gala Ilmu Semesta: Yogyakarta.
- Forum Kesehatan Wanita, YLKI, Ford Foundation. 2002. *Info Kesehatan Reproduksi Wanita*. Gadang Printika: Yogyakarta.
- Karisa, Ninda. 2004. *Bisik-bisik Remaja*. Galang Press: Yogyakarta.
- Kartini, Kartono. 2002. *Patologi Sosial 2; Kenakalan Remaja*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Notoatmodjo, S. 2002. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta: Jakarta
- Poerwadarminta. 2002. *Kamus Umum bahasa Indonesia*. Rineke Cipta: Jakarta
- Prihatiningsih, Dwi, Uswatun Khasanah, Yuli Isnaeni. 2008. *Jurnal kebidanan dan Keperawatan*. Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Sugiyono. 2003. *Statistik Untuk penelitian*. Alfabeta: Bandung
- Supartini, Yupi. 2004. *Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan Anak*. EGC: Jakarta
- Tiran. 2003. *Kamus Saku Bidan*. EGC : Jakarta.
- Triyanto, Endang. 2010. *Pengalaman Masa Pubertas Remaja Studi Fenomenologi Purwokerto*. *Jurnal Keperawatan*, 07 (5) Juli, PP. 148-149.

