

HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN KESIAPAN MENGHADAPI MENARCHE PADA SISWI KELAS 4-6

Riris Dea Pitaloka¹, Nila Widya Keswara², Anik Sri Purwanti³
^{1,2,3}Fakultas Ilmu Kesehatan, Institut Teknologi Sains dan kesehatan RS dr. Soepraoen
Korespondensi : ririsdeap1@gmail.com

Abstrak

Menarche adalah siklus menstruasi pertama pada remaja putri. Pengetahuan yang didapatkan oleh remaja putri perihal menstruasi dapat mempengaruhi kesiapannya saat menghadapi menarche. Penelitian ini mempunyai tujuan guna mengetahui korelasi pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche. Penelitian ini memiliki design cross sectional dan menggunakan metode total sampling, dengan populasi yaitu siswi kelas 4 hingga 6 di SDN 03 Pandanlandung Wagir, yang belum mengalami menarche, sebanyak 56 orang siswi. maka jumlah populasi sama dengan jumlah sampel. Hasil pengkajian data menunjukkan 62,5% siswi berusia 11 tahun, 64,3% siswi berpengetahuan kurang, 75,0% siswi tidak siap menghadapi menarche. Analisa Chi-square diperoleh p value (0,001), maka kesimpulannya yaitu ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche. Dari sejumlah siswi yang kurang siap menghadapi menarche, maka diperlukan penyuluhan atau edukasi tentang menstruasi kepada mereka agar bisa mempersiapkan diri dalam menghadapi menarche yang akan datang.

Kata kunci: Menarche, Pengetahuan, Kesiapan

THE RELATIONSHIP OF KNOWLEDGE ABOUT MENSTRUATION AND READINESS FOR MENARCHE IN GRADE 4-6 STUDENTS

Abstract

Menarche is the first menstrual cycle in teenage girls. The knowledge gained by young women about menstruation can influence their readiness when facing menarche. This research aims to determine the correlation between knowledge of menstruation and readiness to face menarche. This research had a cross sectional design and used a total sampling method, with a population of 56 female students in grades 4 to 6 at SDN 03 Pandanlandung Wagir, who had not yet experienced menarche. then the population size is the same as the sample size. The results of the data study showed that 62.5% of female students were 11 years old, 64.3% of female students lacked knowledge, 75.0% of female students were not ready to face menarche. Chi-square analysis obtained a p value (0.001), so the conclusion is that there is a relationship between knowledge and readiness to face menarche. For a number of female students who are not ready to face menarche, counseling or education about menstruation is needed for them so that they can prepare themselves to face the upcoming menarche.

Keywords: Menarche, Knowledge, Readiness

PENDAHULUAN

Masa remaja yakni masa peralihan tumbuh kembang yang menandai beralihnya masa kanak-kanak menjadi masa dewasa. Sebagaimana yang dikemukakan Sarwono tahun 2020, remaja merupakan individu yang mengalami perubahan fisik yang berhubungan dengan timbulnya seksual sekunder hingga meraih kematangan seksual, mereka juga mengalami pertumbuhan psikologis dari masa anak-anak sampai dewasa, yang biasa disebut dengan pubertas¹. Pubertas ditandai dengan adanya perubahan fisik seiring dengan adanya perkembangan seksual primer dan sekunder².

Menarche pada remaja, biasanya terjadi pada pertengahan masa pubertas dan sebelum mencapai usia reproduksi.

Berdasarkan *World Health Organization* (WHO), sekitar 20% populasi global, khususnya remaja berusia antara 10 hingga 19 tahun, sudah mengalami *menarche*³. Berdasarkan data Kemenkes RI, sebagian besar usia anak perempuan di Indonesia mengalami menstruasi pertama yang disebut *menarche* adalah pada usia 12 tahun, ini terjadi pada 60% kasus. Sebagian kecil yaitu 2,6% mengalami *menarche* pada usia 9-10 tahun atau 11-12 tahun. Pada usia 13 tahun, 30,3% anak perempuan mengalami *menarche*, sedangkan sisanya mengalami *menarche* setelah usia 13 tahun⁴. Di Provinsi Jawa Timur, rata-rata umur *menarche* pada anak perempuan yakni 13-14 tahun sebanyak 36,5%, selain itu 2,3% anak perempuan mendapatkan *menarche* diusia 11-12 tahun dan 0,1% diusia 6-8 tahun serta 9-10 tahun⁵.

Menarche atau menstruasi pertama pada remaja putri dapat menimbulkan tanggapan baik dan buruk. Jika seseorang memiliki pengetahuan sebelumnya tentang menstruasi, kecil kemungkinannya mereka akan menunjukkan reaksi negatif, namun jika mereka tidak memiliki informasi atau pengetahuan tentang menstruasi, mereka mungkin menganggap menstruasi adalah hal yang menakutkan dan akan memikirkan hal-hal negatif lainnya⁶. Persiapan menghadapi *menarche* merupakan suatu kondisi yang menuntut remaja putri melakukan penyesuaian secara fisik, psikis, dan sosial. Siap atau tidaknya seseorang menghadapi *menarche* akan mempengaruhi reaksi pribadi seorang remaja putri terhadap menstruasi pertamanya⁷.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kesiapan mereka menghadapi *menarche* yaitu pengetahuan⁸. Pentingnya memberikan pendidikan kepada remaja putri tentang menstruasi sebelum menstruasi pertama (*menarche*) karena pengetahuan merupakan faktor penting dalam kesiapan dan kemauan untuk menerima proses biologis ini.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Zahwa Alip Fiah dan Elfira Sri Fitriani (2023) ditemukan bahwa 85% dari 34 responden tidak siap menghadapi *menarche*, sedangkan 15% responden sudah siap, maka terdapat korelasi diantara pengetahuan dengan kesiapan menghadapi *menarche*⁹. Penelitian Septi Maisyaroh (2023) mendapatkan hasil yang relatif signifikan dengan p-value yakni 0,000 yang menandakan penerimaan hipotesis alternatif (H_a) serta penolakan hipotesis nol (H_0), dengan demikian terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan kesiapan¹⁰. Hasil penelitian Gatot Supriyanto (2022) menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan dan kesiapan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) pada siswi kelas V SD¹¹.

Kurangnya persiapan menghadapi *menarche* dan kurangnya menjaga *personal hygiene* selama menstruasi dapat menyebabkan timbulnya masalah fisik¹². Kebersihan diri atau *personal hygiene* yang buruk saat menstruasi dapat memicu terjadinya infeksi, khususnya gangguan pada organ reproduksi¹³. Untuk memastikan remaja putri memiliki pemahaman menyeluruh tentang menstruasi pertama mereka atau *menarche*, maka dari itu penting untuk memberikan mereka informasi yang benar dan tepat mengenai menstruasi dan kesehatan reproduksi.

Berdasarkan hasil penelitian dari peneliti terdahulu yang sudah diuraikan diatas, peneliti ingin melakukan studi penelitian dengan khusus yang sama, dengan mengambil judul “Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas 4-6 Di SDN 03 Pandanlandung Wagir”.

BAHAN dan METODE

Penelitian ini memakai metode penelitian deskriptif kuantitatif. Menggunakan pendekatan *cross-sectional* untuk menggambarkan hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Penelitian ini sudah dilakukan pada bulan Maret 2024 di SDN 03 Pandanlandung Wagir. Populasi penelitian ini terdiri dari 56 siswi kelas 4-6 SDN 03 Pandanlandung Wagir yang belum *menarche*. Sampel penelitian terdiri dari 56 siswi kelas 4-6 SDN 03 Pandanlandung Wagir yang belum

menarche. Dan karena penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*, maka jumlah besar sampel sama dengan jumlah besar populasi. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner. Penelitian ini menetapkan pengetahuan tentang menstruasi sebagai variabel bebas, sedangkan kesiapan menghadapi *menarche* sebagai variabel terikat. Menggunakan analisis data univariat yang memakai deskriptif frekuensi dan analisis bivariat yang memakai uji *Chi-square* dengan nilai $p < 0,05$ dan memakai *software* SPSS 29.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Responden Menurut Usia Pada Siswi Kelas 4-6 di SDN 03 Pandanlandung Wagir

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
13 tahun	10	17,9
12 tahun	11	19,6
11 tahun	35	62,5
Total	56	100,0

Hasil dari tabel 1. yakni dari 56 responden, sebagian besar mempunyai usai 11 tahun yakni sebanyak 35 responden (62,5%).

Tabel 2. Distribusi Responden Menurut Pengetahuan Tentang Menstruasi Pada Siswi Kelas 4-6 di SDN 03 Pandanlandung Wagir

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	9	16,1
Cukup	11	19,6
Kurang	36	64,3
Total	56	100,0

Hasil dari tabel 2. yakni dari 56 responden, sebagian besar berpengetahuan kurang yakni sebanyak 36 responden (64,3%).

Tabel 3. Distribusi Responden Menurut Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas 4-6 di SDN 03 Pandanlandung Wagir

Kesiapan	Frekuensi	Persentase (%)
Siap	14	25,0
Tidak siap	42	75,0
Total	56	100,0

Hasil dari tabel 3. yakni dari 56 responden, sebagian besar tidak siap menghadapi *menarche* sebanyak 42 responden (75,0%).

Tabel 4. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas 4-6 di SDN 03 Pandanlandung Wagir

Pengetahuan	Kesiapan				Total	p value
	Siap	Tidak Siap	f	%		
Baik	8	1	9	16,1	0,001	
Cukup	5	6	11	19,6		
Kurang	1	35	36	64,3		
Total	16	42	56	100,0		

Hasil dari tabel 4. yakni responden dengan berpengetahuan kurang serta tidak siap menghadapi *menarche* sejumlah 35 responden (62,5%). Hasil uji *Chi-Square* yaitu nilai $p < 0,001$, maka (H_0) ditolak dan (H_1) diterima, artinya terdapat hubungan yang relatif signifikan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* terhadap siswi kelas 4-6 SDN 03 Pandanlandung Wagir.

PEMBAHASAN

Hasil uji *Chi-square* diperoleh nilai p $0,001 < 0,05$, berarti terdapat korelasi yang cukup signifikan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi SDN 03 Pandanlandung Wagir. Dari total 56 responden, sebanyak 8 orang (14,3%) berpengetahuan baik dan siap, 1 orang (1,8%) berpengetahuan baik namun belum siap, 5 orang (8,9%) berpengetahuan cukup dan siap, 6 orang (10,7%) berpengetahuan cukup namun belum siap, 1 (1,8%) pengetahuan kurang namun siap, dan 35 (62,5%) berpengetahuan kurang dan belum siap.

Pada penelitian yang telah dilakukan pada siswi kelas 4-6 SDN 03 Pandanlandung Wagir menunjukkan bahwa responden dengan pengetahuan yang tinggi akan cenderung lebih siap menghadapi *menarche* atau menstruasi pertama, berbeda dengan mereka yang mempunyai pengetahuan yang kurang akan cenderung tidak siap.

Penelitian yang dilakukan oleh Suci Cahya Riyani (2023) menunjukkan adanya korelasi yang kuat diantara faktor pengetahuan siswi dengan kesiapan siswi¹⁴. Korelasi yang positif atau kuat memiliki arti yakni bila pengetahuan baik maka bisa meningkatkan kesiapan responden. Menurut temuan penelitian Risna Yuningsih (2023), remaja putri seringkali menganggap menstruasi pertamanya sebagai pengalaman traumatis¹⁵. Hal ini disebabkan karena mereka mungkin tidak cukup siap menghadapi *menarche* dan kurang memiliki pengetahuan mengenai hal tersebut, sehingga menimbulkan rasa ingin menolak tahapan-tahapan fisiologis ini¹⁶. Pemahaman atau pengetahuan yang kurang dapat menghambat terbentuknya cara pandang individu terhadap nilai-nilai baru, seperti kurangnya kesiapan dalam menghadapi *menarche*. Namun berbeda pada anak yang memiliki pengetahuan baik dan siap menghadapinya, mereka akan merasakan kegembiraan karena menganggap dirinya sudah dewasa. Penelitian yang dilakukan Merlis Simon & Wahyuni Maria Prasetyo Hutomo (2021) menganalisis data dari 34 responden, dari jumlah responden tersebut, 18 orang (90,0%) mempunyai pengetahuan baik dengan kesiapan, dan hanya 2 orang (10,0%) yang mempunyai pengetahuan baik dengan ketidaksiapan, selain itu pengetahuan cukup dengan kesiapan berjumlah 5 responden (35,7%), dan pengetahuan kurang dengan ketidaksiapan berjumlah 9 responden (64,3%). Oleh karena itu, bisa dilakukan penarikan kesimpulan yaitu terdapat korelasi atau hubungan antara pengetahuan dan kesiapan menghadapi mensruasi pertama¹⁷.

Selain faktor pengetahuan, terdapat faktor lainnya yang bisa mempengaruhi kesiapan menghadapi *menarche* yaitu usia. Faktor usia dapat dianggap sebagai salah satu penentu tingkat pengetahuan seseorang, karena fisik dan psikis seseorang mengalami perubahan seiring bertambahnya usia sehingga membuat tingkat berpikir yang lebih matang dan berkembang. Usia berdampak pada kapasitas kognitif dan proses kognitif seseorang. Seiring bertambahnya usia, kemampuan kognitif dan proses berpikirnya mengalami perkembangan, sehingga peningkatan informasi yang diperolehnya membaik¹⁸. Remaja yang mengalami *menarche* pada usia dini kurang siap dalam menghadapi keadaan ini¹⁹.

Berdasarkan dari beberapa teori dan hasil dari penelitian terdahulu yang sudah dijelaskan diatas, peneliti berpendapat yakni ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan. Tingkat pengetahuan yang diperoleh mempunyai pengaruh terhadap kesiapan menghadapi *menarche*. Semakin luas pengetahuannya, semakin baik pula bekal responden untuk menghadapi *menarche*. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan mengakibatkan kurang siapnya menyikapi atau menghadapi *menarche*. Pendapat tersebut semakin diperkuat dengan temuan penelitian Aldila Diah Rumiandini (2021) yang menjelaskan bahwa lebih banyak pengetahuan maka lebih siap pula menghadapi *menarche*²⁰. Persiapan menghadapi *menarche* dapat dilakukan dengan memberi edukasi atau pendidikan mengenai *menarche* dan kesehatan reproduksi, serta memberikan dukungan dan bimbingan kepada remaja putri, hal ini akan membantu remaja putri agar merasa lebih tenang dan lebih siap menghadapi menstruasi pertama (*menarche*).

SIMPULAN dan SARAN

Simpulan

Dari pengkajian data yang diperoleh, dari 56 responden sebagian besar (64,3%) siswi kelas 4-6 di SDN 03 Pandanlandung Wagir memiliki pengetahuan kurang tentang menstruasi dan sebagian besar (75,0%) siswi kelas 4-6 di SDN 03 Pandanlandung Wagir tidak siap dalam menghadapi *menarche*, maka bisa diambil kesimpulan bahwa adanya hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* terhadap siswi kelas 4-6 pada SDN 03 Pandanlandung Wagir dengan hasil analisis p value $0,001 < 0,05$. Kelebihan pada studi ini adalah mempunyai landasan teori yang sesuai dengan fakta.

Saran

Dengan hasil penelitian ini, diharapkan pihak sekolah dapat menjalin kerjasama dengan fasilitas pelayanan kesehatan dan bekerja sama dengan puskesmas untuk memberikan bimbingan terutama dalam mempersiapkan siswa sekolah dasar menghadapi tahap awal dan bagi peneliti selanjutnya diharapkan memakai metode yang serupa pada saat penelitian sehingga hasilnya lebih akurat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih diungkapkan kepada ITSK RS dr. SOEPRAOEN dan SDN 03 Pandanlandung Wagir yang sudah memfasilitasi dan membantu kegiatan penelitian ini. Serta ungkapan terimakasih pada seluruh responden serta para pihak yang sudah membantu serta meluangkan waktu pada saat penelitian ini berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

1. Sari, N. M. *asuhan kebidanan persalinan (intranatal care)*. (Jakarta: cv. trans info media., 2022).
2. Rahayu, A., Noor, M. S., Yulidasari, F., Rahman, F. & Andini Octaviana Putri. *Kesehatan Reproduksi Remaja & Lansia. Journal of Chemical Information and Modeling* vol. 53 (Airlangga University Press, 2017).
3. World Health Organization, W. Adolescent Development: Topics at Galance. *World Health Organization* https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health/?gad_source=1&gclid=CjwKCAjwte-vBhBFEiwAQsv_xa8lgqNZuOyANI4cvbFYfzF_8fM9FnvP2LcJj7Yrtqyndk3C2jkRbBoCUjgQAvD_BwE (2019).
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Menkes: Remaja Indonesia Harus Sehat. *Kemkes RI* (2018).
5. Riskesdes Jawa Timur. Hasil RISKESDAS 2018. *Dinas Kesehatan Kabupaten Kediri* <https://dinkes.kedirikab.go.id/wp-content/uploads/2023/08/22033-hasil-riskesdas-jatim-2018.pdf> (2018).
6. Deade, F. M., Ernita, L. & Nugrahmi, M. A. Gambaran Tingkat Pengetahuan Terhadap Kesiapan Remaja Putri Pra-Pubertas Dalam Menghadapi Menarche Di Panti Asuhan Aisyiyah Bukit Tinggi Tahun 2021. *J. Ners* **6**, 67–74 (2022).
7. Nopia, E., Lina, L. F. & Angraini, W. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi SD Negeri 06 Ipuh Desa Semundam Kecamatan Ipuh Kabupaten Mukomuko. *JIKSI J. Ilmu Kesehat. Indones.* **1**, 1–10 (2020).
8. Dwi Wahyuni Ambali, D., Banne, L. & Roreng, D. Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Mesntruasi Pertama Pada Siswa Kelas V Dan Vi Di Sdn 1 Denpina Kabupaten Toraja Utara Tahun 2021. *J. Ilm. Kesehat. Promot.* **6**, 121–133 (2022).

9. Fiah, Z. A. & Futriani, E. S. Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama pada Siswi Kelas VI SDN Jakamulya V Bekasi Selatan. *MAHESA Malahayati Heal. Student J.* **3**, 2411–2423 (2023).
10. Maisyaroh, S. *et al.* Hubungan Pengetahuan Siswi Sekolah Dasar Terhadap Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Tahun 2023. *J. Ners* **7**, 1191–1195 (2023).
11. Supriyanto, G., Sari, R. M. & Rosyladita, I. Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V di SD Negeri 82 Kota Bengkulu. *J. Kebidanan Besurek* **7**, 28–34 (2022).
12. Usman, H., Tondong, H. I. & Kuswanti, F. Upaya Menghadapi Menarche dengan Meningkatkan Pengetahuan Remaja Putri Melalui Menstrual Hygiene Management Comic Book Di Pondok Pesantren Hidayatullah. *J. ABDINUS J. Pengabd. Nasant.* **6**, 475–485 (2022).
13. Hastuti, Dewi, R. K. & Pramana, R. P. Studi Kasus tentang Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) Siswa SD dan SMP Pentingnya Fasilitas WASH di Sekolah. *J. Artic.* **12** (2019).
14. Riyani, S. C., Mintarsih, S. & Sulastri, S. Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche. *J. Fisioter. Dan Ilmu Kesehat. SISTHANA* **5**, 64–77 (2023).
15. Yuningsih, R., Mujiyanti, S. & Ijah. Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswa Kelas V Dan VI. *J. Kesehat.* **12**, 132–140 (2023).
16. Villasari, A. *Fisiologi Menstruasi. Strada Press* (STRADA PRESS, 2021).
17. Simon, M. & Hutomo, W. M. P. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kesiapan Siswi Dalam Menghadapi Menarche Di SD Islam Guppi Kota Sorong. *Nurs. Insid. Community* **3**, 38–44 (2021).
18. Nurhayati, E. & Husnul Qothimah, Q. Pengaruh Peer Education Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Diri Saat Menstruasi. *J. Sos. dan sains* **3**, 1208–1218 (2023).
19. Narsih, U., Rohmatin, H. & Widayati, A. Dukungan Sosial dan Ketersediaan Informasi Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche. *J. Manaj. Kesehat. Yayasan RS.Dr. Soetomo* **7**, 359 (2021).
20. Rumiandini, A. D., Faizah, Z. & Irwanto, I. Knowledge Related To Students Readiness To Face Menarche At Sdn Kaliurip Purworejo. *Indones. Midwifery Heal. Sci. J.* **5**, 116–126 (2021).