

# **DAMPAK PENGETAHUAN TERHADAP KECEMASAN DALAM MENGHADAPI *MENARCHE* PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 12 MAKASSAR**

## **IMPACT OF KNOWLEDGE ON ANXIETY IN FACING MENARCHE IN YOUNG WOMEN IN SMP NEGERI 12 MAKASSAR**

**Rosmiati<sup>1</sup>, Sri Wahyuni Jindar<sup>2</sup>**

**<sup>1</sup>Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Sains & Teknologi,  
Universitas Sembilanbelas November Kolaka**

**<sup>2</sup>RSUD La Temmamala Kabupaten Soppeng**

### **ABSTRACT**

Most people know Menarche or menstruation as menstrual bleeding. The first menstruation is the beginning of biological events as a sign of fertility for a woman. In dealing with menarche, a person must be prepared to face important stages in his life as a woman in the form of physical maturity such as menarche. Certainly, various challenges can be faced by a young woman such as a deep insight about menstrual mechanism and readiness to accept menarche as a normal process. Lack of information for adolescents about menstruation, can cause adolescent girls to face difficulties in facing menarche. The purpose of this study was to to analyze the impact of knowledge on anxiety in dealing with menarche. This type of research is non-experimental, with analytic survey methods and uses a cross sectional approach. Sampling using a purposive sampling technique and obtained 66 respondents who fit the inclusion criteria. Data collection using a questionnaire with chi square test where  $\alpha = 0.002$  and statistical package for social science (SPSS) applications. The results of bivariate analysis found that  $\rho$  is 0.002, value  $\alpha = 0.05$ . Based on the results of the statistical analysis it can be concluded that there is a that there is an impact of knowledge on anxiety in dealing with menarche in young women in SMP Negeri 12 Makassar.

Keywords: Knowledge, Anxiety, Menarche

### **ABSTRAK**

Sebagian besar orang mengenal Menarche atau menstruasi sebagai keluarnya darah haid. Haid pertama merupakan awal mula kejadian biologis sebagai tanda masa subur bagi seorang wanita. Dalam menghadapi menarche, seorang harus siap menghadapi tahapan penting dalam kehidupannya sebagai wanita berupa kematangan fisik seperti menarche. Pastinya, berbagai tantangan dapat dihadapi oleh seorang remaja putri seperti wawasan yang luas mengenai mekanisme menstruasi serta kesiapan dalam menghadapi menarche sebagai mekanisme yang lumrah. Kurangnya informasi untuk remaja tentang menstruasi, dapat mengakibatkan remaja putri kesulitan ketika menghadapi menarche. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak pengetahuan terhadap kecemasan dalam menghadapi menarche. Jenis penelitian merupakan non eksperimen, menggunakan metode survey analitik dengan pendekatan cross sectional. Pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dan diperoleh 66 responden yang memenuhi kriteria inklusi. Data dikumpulkan dengan kuesioner dan hasil uji chi square diperoleh  $\alpha = 0,002$  yang diuji dengan aplikasi SPSS. Hasil analisis bivariat didapatkan bahwa  $\rho$  yaitu 0,002, nilai  $\alpha = 0,05$ . Berdasarkan hasil analisis statistik dapat disimpulkan bahwa ada dampak pengetahuan terhadap kecemasan dalam menghadapi menarche pada remaja putri di SMP Negeri 12 makassar.

Kata Kunci : Pengetahuan, Kecemasan, *Menarche*

## PENDAHULUAN

Remaja adalah suatu masa bergejolak yang merupakan masa dimana anak mulai mencari dan mencoba hal-hal yang baru. Masa remaja dimana seorang anak mengalami transformasi yang dimulai umur 12 tahun hingga 18 – 20 tahun. Masa ini menjadi masa berkembang untuk mengenali jati diri dan lingkungan sekitarnya (Asmani, 2012). Pada masa ini seorang individu berkembang mencapai keterampilan dan atribut yang diperlukan untuk menjadi orang dewasa yang produktif dan reproduktif (Barker 2007 dikutip oleh Juariah 2019).

Perkembangan psikologis terjadi pada masa remaja, keinginan mencari sesuatu yang baru dan keinginan melepaskan diri dari orang tua serta membuat hubungan dan minat yang baru. Salah satunya adalah *menarche*, keingintahuan remaja untuk mengetahui tentang *menarche* menjadi besar. Pada masa remaja, perubahan hormon dalam tubuh akan mempengaruhi perubahan emosional, sering terjadi perubahan emosi seperti amarah, sensitive dan perbuatan nekad (Notoatmodjo, 2005).

Usia anak yang mengalami *menarche* di Indonesia secara umum ditemukan umur 12 tahun, tetapi ada juga yang mengalaminya di umur 10 hingga 16 tahun. Provinsi Sulawesi Selatan data usia remaja yang mengalami *menarche* yaitu

antara 9 – 10 tahun yakni 29,2% (Kemenkes, 2013).

Remaja yang memahami kesehatan reproduksi akan menunjukkan perilaku sehat dan bertanggung jawab. Namun demikian, saat ini masih banyak remaja yang belum memahami tentang kesehatan reproduksi. Kurangnya pemahaman ini akan menimbulkan risiko kesehatan reproduksi pada remaja. Akses informasi tentang mengenai kesehatan reproduksi masih sangat minim, baik dari orang tua, sekolah, maupun media massa (Kumalasari & Andhyantoro, 2012).

Pendidikan tentang kesehatan reproduksi pada remaja akan mempengaruhi perilaku dan tanggung jawab remaja, pemahaman dan informasi yang benar tentang kesehatan reproduksi menjadi penting untuk remaja yang akan mengalami *menarche*. Kurangnya informasi yang diterima dapat membawa remaja kearah beresiko (Kumalasari & Andhyantoro, 2012). Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak sedikit remaja mempunyai persepsi yang negatif terhadap menstruasi pertama. Hal itu diasumsikan dalam bentuk perasaan kecewa, malu, bingung, takut, sedih, terkejut, dan kecewa (Fajri dan Khairani, 2010).

Menstruasi pertama merupakan keadaan di mana menunjukkan kematangan fisik pada remaja, maka kesiapan dalam menghadapi *menarche*

memerlukan kesiapan mental yang baik (Fajri & Khairani, 2010).

Menurut penelitian Ida Nilawati (2013) dalam jurnal ilmiah kebidanan terhadap 10 siswi yang mengalami *menarche* diperoleh bahwa sebagian besar siswi (60%) mengalami kecemasan dan 40% siswi merasa takut dalam menghadapi menstruasi sebab mereka belum pernah mendapatkan penjelasan tentang menstruasi.

Marvan dan Veronica (2014) dalam penelitiannya tentang *menarche* ditemukan responden yang mengalami menstruasi dini memiliki kecemasan yang paling tinggi (48%) seperti rasa takut, khawatir, gelisah dan malu bahwa sudah mengalami menstruasi. Begitu pula halnya penelitian Afyah (2016) menunjukkan menstruasi dini memiliki tingkat kecemasan yang paling besar (76%) yaitu cemas, takut, sakit dan malu dalam perubahan fisiknya.

Remaja yang belum memahami tentang menstruasi akan memiliki persepsi yang salah tentang menstruasi khususnya *menarche* dini, bahkan sering mengasumsikan menstruasi sebagai sesuatu yang negatif. Oleh karena itu, anak yang tidak memperoleh informasi tentang menstruasi mengakibatkan anak sulit untuk menerima *menarche* (Budiati et al, 2013).

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang menyebabkan timbulnya kecemasan menghadapi *menarche*. Pengetahuan merupakan hasil tahu yang

diperoleh seseorang yang diperoleh dari objek melalui indera yang dimilikinya (Azwar, 2011). Remaja akan mempersepsikan *menarche* berdasarkan pengetahuan yang dimilikinya. Remaja yang mempersepsikan secara positif tentang *menarche* akan memiliki kesiapan dalam menghadapi *menarche* (Fajri dan Khairani, 2010).

Berdasarkan wawancara pada 10 orang siswi SMP Negeri 12 Makassar sebagai salah satu institusi pendidikan menengah negeri di Kota Makassar dengan jumlah siswi kelas VII sebanyak 196 orang, terdapat 7 siswi yang tampak cemas ketika mengalami *menarche*. Hasil wawancara tersebut mendorong peneliti mengadakan penelitian tentang dampak pengetahuan terhadap kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri di SMP Negeri 12 Makassar.

## **METODE**

Penelitian ini adalah tergolong *non eksperimen* dengan metode *survey analitik* yaitu mencari bagaimana dan mengapa fenomena terjadi, setelah itu menganalisis korelasi faktor risiko dengan faktor efek menggunakan pendekatan *cross sectional* berupa pendekatan, observasi atau pengumpulan data dilakukan secara berkelanjutan pada satu waktu (Nursalam, 2016). Populasi adalah semua siswi kelas VII sebanyak 196 responden. Sampel

adalah siswi kelas VII yang pernah mengalami *menarche* sebanyak 66 orang.

Kriteria inklusi dalam penelitian yaitu remaja putri yang pernah mengalami menstruasi, hadir pada saat penelitian dan siap menjadi responden. Sedangkan kriteria eksklusi yaitu remaja putri yang belum mengalami *menarche* dan menolak menjadi responden.

Pengumpulan data berupa kuesioner yang diisi oleh responden yang bersedia untuk diteliti. Kuesioner terdiri atas data demografi, variabel dependen tentang kecemasan menghadapi *menarche* dan variabel independen yaitu pengetahuan tentang *menarche*. Data yang telah dikumpulkan kemudian disortir. Setelah data lengkap dan jelas, serta tidak dipengaruhi orang lain maka data dianggap memenuhi syarat.

Pengolahan data dengan menggunakan bantuan SPSS. Analisis data ini dipergunakan untuk melihat kemaknaan hubungan variabel independen yaitu pengetahuan dan variabel dependen yaitu kecemasan. Jika  $\rho < \alpha = 0,05$  berarti hipotesis diterima yang artinya ada dampak pengetahuan antara pengetahuan dengan kecemasan remaja putri menghadapi *menarche*. Jika  $\rho \geq \alpha = 0,05$  berarti hipotesis ditolak yang artinya tidak ada dampak antara pengetahuan dengan kecemasan remaja putri menghadapi *menarche*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil penelitian ini dapat dilihat pada tabel gambaran karakteristik responden yang ditunjukkan berdasarkan persentase di bawah ini.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Siswi Kelas VII	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Agama		
Islam	62	93,9
Kristen	4	6,1
Umur		
11 – 12	47	71,2
13 – 14	19	28,8

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa 93,9% responden siswi kelas VII beragama Islam dan 6,1% beragama Kristen. Berdasarkan

umur responden siswi kelas VII berusia 11-12 tahun sebesar 71,2% dan berusia 13 -14 tahun sebesar 28,8%.

Tabel 2. Persepsi Responden Berdasarkan Pengetahuan dan Kecemasan

Persepsi Responden	Siswi Kelas VII	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Pengetahuan		
Baik	43	65,2
Cukup	23	34,8
Kecemasan		
Tidak Cemas	37	56,1
Cemas	29	43,9

Tabel 2 menunjukkan bahwa 43 (65,2 %) responden dengan pengetahuan baik dan 23 (34,8 %) responden dengan pengetahuan cukup. Sedangkan diketahui 37 (56,1%) tidak cemas dan 29 (43,9 %) yang cemas.

Tabel 3 Hasil Analisis Bivariat dari Variabel Bebas Pada Kelas VII SMPN 12 Makassar

Pengetahuan	Kecemasan				Total		$\rho$	A
	Tidak Cemas		Cemas		N	%		
	N	%	N	%				
Baik	26	39,4	9	13,6	35	53,0	0,002	0,05
Cukup	11	16,7	20	30,3	31	47,0		
Total	37	56,1	29	43,9	66	100		

Tabel 3 menunjukkan responden dengan pengetahuan baik berjumlah 35 orang (53,0%) yang terdiri dari 26 orang (39,4%) menyatakan tidak cemas dan 9 orang (13,6%) menyatakan cemas. Sedangkan responden yang memiliki pengetahuan cukup berjumlah 31 orang (47,0%) diantaranya 11 orang (16,7%) menyatakan tidak cemas dan 20 orang (30,3%) menyatakan cemas. Hasil analisis menggunakan Pearson Chi-Square diperoleh  $\rho = 0,002$ , dimana nilai  $\rho < \alpha$  ( $0,002 < 0,05$ ) menunjukkan bahwa ada dampak

pengetahuan terhadap kecemasan remaja putri menghadapi *menarche*.

Analisis menunjukkan mengenai pengetahuan tentang *menarche* pada siswi kelas VII di SMP N 12 Makassar memiliki pengetahuan yang baik. Hal ini dibuktikan dari 66 responden terdapat 35 yang memiliki pengetahuan yang baik, sedangkan 31 lainnya memiliki pengetahuan yang cukup. Berdasarkan data yang di dapat saat melakukan penelitian, pengetahuan tentang *menarche* responden dapatkan dari orang tua, lingkungan tempat tinggal baik secara formal maupun non

formal, teman dekat wanita serta dari sosial media dan artikel kesehatan yang membahas mengenai sistem reproduksi. Hal ini membuktikan bahwa semakin banyak informasi yang responden dapatkan dari berbagai sumber tentang *menarche* maka tingkat pengetahuan tentang *menarche* semakin meningkat..

Menurut Notoatmodjo (2005) pengetahuan adalah hasil tahu dan terjadi setelah melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu dimana sebagian besar melalui mata dan telinga. Dalam menghadapi *menarche* remaja membutuhkan kesiapan mental karena terjadi perubahan fisiologis saat menstruasi pertama hingga remaja merasa canggung dengan perubahan tersebut (Nagar & Aimol, 2010). Faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan remaja diantaranya usia, pendidikan dan lingkungan serta informasi yang diterima. Sumber informasi diperoleh melalui media cetak, media elektronik, keluarga, dan tenaga kesehatan. Adanya sumber informasi tersebut dapat memberikan informasi tentang menstruasi sehingga menambah wawasan dan pengetahuan pada remaja.

Kusumaningrum (2009) dalam penelitiannya menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara

tingkat pengetahuan nyeri haid primer dengan tingkat kecemasan. Begitu pula penelitian pada siswi MTS Al-Uswah Bergas Kabupaten Semarang menunjukkan adanya hubungan pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche* (Fachri,2010).

Data interpretasi *odds ratio* didapatkan *estimate value* yaitu 5.275 yang berarti seseorang dengan pengetahuan yang baik memiliki kecenderungan untuk tidak cemas saat mengalami *menarche* sebanyak 5 kali lipat dibandingkan dengan seseorang yang memiliki pengetahuan cukup.

Penelitian Afifah dan Hastuti (2016) dan penelitian Yusuf (2014) yaitu kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* dihubungkan dengan tingkat pengetahuan remaja tersebut yang mendukung hasil penelitian ini. Peneliti berpendapat bahwa seseorang dengan pengetahuan yang baik ataupun cukup akan memiliki tingkat kecemasan yang rendah ataupun tidak cemas sama sekali dalam menghadapi *menarche*. Remaja putri mengatakan bahwa menstruasi sebagai suatu pengalaman yang menakutkan dan traumatis serta terkadang menimbulkan rasa malu sebagai akibat kurangnya pengetahuan dan informasi mengenai menstruasi. Hal tersebut menunjukkan bahwa

masih kurangnya kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* akibat dari kurangnya pengetahuan mereka untuk mempersiapkan dirinya salam menghadapi *menarche* (Ayu Putu, 2013).

Darvill dan Powell (2002) berpendapat bahwa pengetahuan reproduksi tentang kejadian yang dialami seorang remaja putri pada masa pubertas adalah normal. Perasaan cemas ketika mengalami *menarche* terjadi karena kurangnya pengetahuan tentang menstruasi sehingga mengakibatkan remaja putri sulit menerima menstruasi (Budiati et al, 2012). Oleh karena itu, adanya pengetahuan mendalam mengenai proses menstruasi bagi remaja putri menyebabkan mereka dapat mempersiapkan diri untuk menerima menstruasi sebagai proses yang normal (Fajri & Khairani, 2010).

## SIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan berdampak terhadap kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri di SMP Negeri 12 Makassar. Diharapkan tenaga kesehatan selalu memberikan penyuluhan - penyuluhan ke sekolah – sekolah untuk meningkatkan pengetahuan anak dan perlunya peran aktif tenaga kesehatan untuk

meningkatkan remaja putri awal tentang *menarche* agar tidak terlalu cemas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asmani, J M. 2012. *Kiat Mengatasi Kenakalan Remaja di Sekolah*. Buku Biru : Yogyakarta
- Afifah, A., & Hastuti, T. P. (2016). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan Vi Di Sd Negeri Dangkel Parakan Temanggung Tahun 2014. *Jurnal Kebidanan*, 5(11), 49-61.
- Afiyah, R. K. (2016). Gambaran Respon Psikologis Saat Menarche Pada Siswi Kelas 4-6 Sd Khadijah Surabaya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (Journal of Health Sciences)*, 9(2).
- Azwar, S. 2011. *Penyusunan Skala Psikologi*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta
- Darvill Wendy dan Powell Kelsey. 2002. *The Puberty Book Panduan Untuk Remaja*. Jakarta: Sun
- Fajri, A., & Khairani, M. (2010). Hubungan antara Komunikasi Ibu-Anak Dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (*menarche*) Pada siswi SMP Muhammadiyah Banda Aceh. *Jurnal Psikologi*, 10(2), 133-143.
- Irmawaty lenny, 2013. Hubungan Pengetahuan tentang Menarche dengan Tingkat Kecemasan Pada Remaja Putri di SMPN 6 Tambun Selatan tahun 2013 Bekasi: *Skripsi*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medistra Indonesia
- Juariah, J. (2019). Persepsi Orang Dewasa Terhadap Kesehatan Reproduksi Remaja Awal (Studi Kasus Di Jalur Pantai Utara, Jawa Barat). *Kesmas Indonesia*, 11(2), 150-165.
- Kemenkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI
- Kumalasari, I & Andhyantoro, I. 2012 *Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan*. Salemba Medika: Jakarta Selatan
- Kusumaningrum, R. Y. 2009. Hubungan Tingkat Pengetahuan Nyeri Haid Primer Dengan

- Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas VI SDN Mangkubumen Lor no. 15 Surakarta (Doctoral dissertation, Universitas Sebelas Maret).
- Publikasi *Kebidanan Akbid YLPP Purwokerto*, 4(02).
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2005. *Promosi Kesehatan : Teori dan Aplikasi*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Edisi 3. Jakarta. Salemba Medika.
- Putu, A. 2013. Hubungan Antara Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Kesiapan Remaja Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas 7 Di Smp Negeri 1 Bergas. *Retrieved January, 7, 2018*.
- Sevi Budiati, A. M., & Apriliastuti, D. A. 2012. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Kesiapan Anak Menghadapi Masa Pubertas. *Jurnal Kebidanan*, 4(1).
- Yusuf, Y., Kundre, R., & Rompas, S. 2014. Hubungan Pengetahuan Menarche Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP Negeri 3 Tidore Kepulauan. *Jurnal Keperawatan*, 2(2).
- Marvan, M. L & Veronica A. 2014. Age At Menarche, Reaction To Menarche and Attitudes Towards Menstruation Among Mexican Adolescent Girls. *J Pediatr Adolesc Gynecol* 27 (2014) {Online}. <https://worldview.unc.edu/files/2012/01/world-view-Activity-4-Research-Mexico-Menstruation-Attitudes-2014.pdf> {15 Mei 20108}
- Munda, S. S. 2013. Hubungan Antara IMT Dengan Usia Menarche Pada Siswi SD dan SMP di Kota Manado. *e-CliniC*, 1(1).
- Nagar, S., & Aimol, K. R. (2010). Knowledge Of Adolescent Girls Regarding Menstruation In Tribal Areas Of Meghalaya. *Studies of Tribes and Tribals*, 8(1), 27-30.
- Nilawati, I., & Santjaka, A. 2013. Hubungan Dukungan Ibu Dengan Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menarche di SD Negeri Lomanis 01 Kecamatan Cilacap Tengah Kabupaten Cilacap. *Bidan Prada: Jurnal*