

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TERHADAP TINGKAT KECEMASAN REMAJA DALAM MENGHADAPI MENARCHE DI SDN II CILADAEUN BANTEN TAHUN 2011

Kiki Novianty, S.Pd, M.Kes

ABSTRAK : Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan rancangan *cross sectional* terhadap 68 remaja putri di SDN II Ciladaeun Kabupaten Lebak Banten tahun 2011. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan terhadap tingkat kecemasan remaja dalam menghadapi menarche di SDN II Ciladeun Banten tahun 2011.

Hasil Penelitian : Analisis data menggunakan uji *Chi Square* dengan $p= 0,001(<0,05)$ dengan demikian ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang menarche dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri di SDN II Ciladaeun Kabupaten Lebak Banten tahun 2011.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan sebuah periode dalam kehidupan manusia yang batasan usia maupun peranannya seringkali tidak terlalu jelas. WHO mendefinisikan remaja sebagai periode antara umur 10-19 tahun.⁽¹⁾

Indonesia mencapai urutan nomor 4 di dunia dalam hal jumlah penduduk, dengan remaja sebagai bagian dari penduduk yang ada. Menurut Badan Pusat Statistik pada tahun 2009, jumlah penduduk usia 10-19 tahun besarnya 22,2% dari total penduduk Indonesia. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2010, kejadian menstruasi pertama (*menarche*) di Indonesia usia 13-14 tahun (37,5%) rata-rata usia *menarche* di perkotaan 11-12 tahun (30.3%) dan usia *menarche* dipedesaan 15-16 tahun (32.2%).⁽²⁾

Dalam 100 tahun terakhir ini usia *menarche* telah bergeser ke usia yang lebih muda. Semmel weiss menyatakan bahwa 100 tahun yang lalu usia gadis-gadis Vienna pada waktu *menarche* berkisar antara 15-19 tahun. Sekarang usia gadis remaja pada waktu *menarche* bervariasi lebar, yaitu antara 10-16 tahun tetapi rata-rata 12,5 tahun. Menurut Brown menurunnya usia *menarche* itu sekarang disebabkan oleh keadaan gizi dan

kesehatan umum yang membaik, dan berkurangnya penyakit menahun.¹ Hasil riset kesehatan dasar tahun 2010 menunjukkan rata-rata usia *menarche* di Indonesia adalah 13 tahun dengan usia *menarche* termuda di bawah 9 tahun dan tertua 20 tahun.⁽³⁾

Menarche merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun. Kecemasan remaja putri sebelum *menarche* disebabkan oleh kesiapan mental, kurang memiliki pengetahuan dan sikap yang cukup baik tentang perubahan-perubahan fisik dan psikologis terkait *menarche*.⁽⁴⁾

Menarche bagi remaja putri adalah tanda remaja putri memasuki masa pubertas yang meliputi perubahan fisik dan mental.⁽⁵⁾

Penelitian yang dilakukan terhadap remaja putri di Indonesia oleh Purnamasari tahun 2006, menunjukkan harapan remaja putri saat memasuki *menarche* adalah perlunya penyuluhan pendidikan seks secara dini pada remaja dan konseling.⁽⁶⁾

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan responden siswi di SDN II Ciladaeun di kecamatan Lebakgedong data yang diambil dari 15 orang siswi diketahui bahwa 5 siswi yang mempunyai tingkat kecemasan yang berat dalam menghadapi *menarche*.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan terhadap tingkat kecemasan remaja dalam

menghadapi menarche di SDN II Ciladeun Kabupaten Lebak Banten tahun 2011.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional* untuk mempelajari hubungan tingkat pengetahuan remaja dengan sikap remaja dalam menghadapi menarche. Desain penelitian yang digunakan adalah analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*.⁽⁷⁾

Penelitian ini dilakukan di SDN II Ciladaeun banten pada bulan maret 2015. Populasi dalam penelitian ini adalah 68 orang dari kelas V dan VI SD. Dalam penelitian ini, sampel yang diambil menggunakan teknik total sampling. Total sampling adalah seluruh populasi atau besar sampel yang diperlukan sama dengan jumlah populasi.⁽⁸⁾

HASIL PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan pada bulan maret tahun 2015 di SDN II Ciladaeun Kabupaten Lebak Banten. Dengan subyek penelitian remaja putri usia 10-12 tahun dengan jumlah 68 orang. Setelah dilakukan penyebaran kuesioner terkumpul kuesioner sebanyak 68 kuesioner.

Menganalisis tiap-tiap variabel penelitian yaitu mengenai karakteristik responden. Remaja putri yang menjadi responden berusia 10-12 tahun dengan beragam tingkat pendidikan dan berbagai tingkat kecemasan dalam menghadapi menarche.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang Menarche di SDN II Ciladaeun Banten tahun 2011

No	Pengetahuan	F	%
1	Rendah	38	55,9
2	Tinggi	30	44,1
Total		68	100

Berdasarkan tabel 1 dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang menarche di SDN II Ciladaeun Banten tahun 2015 dengan tingkat pengetahuan rendah sebanyak 38 orang (55,9%). Dan yang memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi sebanyak 30 orang (41,1 %).

Tabel 2 Distribusi Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri di SDN II Ciladaeun Banten tahun 2011

No	Kecemasan	F	%
1	Ringan	29	42,6
2	Berat	39	57,4
Total		68	100

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa sebagian besar tingkat kecemasan dalam menghadapi menarche remaja putri di SDN II Ciladaeun Banten tahun 2015. dengan tingkat kecemasan berat sebanyak 39 orang (57,4%). Dan yang mengalami tingkat kecemasan ringan yaitu 29 orang (42,6%).

Tabel 3 Hubungan antara Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche di SDN II Ciladaeun Banten tahun 2011

Tingkat Pengetahuan	Tingkat Kecemasan				Jumlah		OR	P value
	Ringan		Berat		F	%		
	F	%	F	%				
Rendah	26	16,2	12	21,8	38	55,89	3,992	0,001
Tinggi	3	12,8	27	17,2	30	44,11		
Total	29	29	39	39	68	100		

Berdasarkan tabel 3 tentang hubungan antara Tingkat Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri dalam menghadapi Menarche di SDN II Cilladaeun Banten tahun 2011 diperoleh sebanyak 27 orang (17,2%), dari 30 orang (44,11%) yang berpengetahuan tinggi mengalami tingkat kecemasan berat.

Dari hasil uji statistik terdapat perbedaan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja dalam menghadapi menarche dengan

PEMBAHASAN

a. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang Menarche

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang menarche di SDN II Cilladaeun Banten tahun 2011 sebagian besar memiliki pengetahuan yang rendah yaitu sebanyak 38 orang (55,9%).

Menurut Wawan, A dan Dewi, M faktor yang mempengaruhi pengetahuan diantaranya faktor internal dan eksternal yang salah satunya meliputi pendidikan dan lingkungan.⁽⁹⁾

Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi. Sedangkan lingkungan merupakan suatu kondisi yang ada di sekitar manusia dan pengaruhnya dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok.⁽¹⁰⁾

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian dengan tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Menarche di SDN II Cilladaeun Kabupaten Lebak Banten Tahun 2011 sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan rendah yaitu sebanyak 38 responden (55,9%) dari jumlah keseluruhan responden sebanyak 68 orang.

Menurut Kholil Lur Rochman, faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah lingkungan, emosi yang ditekan, dan sebab-sebab fisik.⁽¹¹⁾

Lingkungan atau sekitar tempat tinggal mempengaruhi cara berfikir individu

p value 0,001 ($\infty < 0,05$). Hasil penelitian yang diperoleh sesuai dengan teori yang sudah dikemukakan yaitu adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan menarche dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja putri.

Dari hasil analisis diperoleh nilai OR= 3.992 artinya remaja putri yang berpengetahuan rendah cenderung 0,3 kali mengalami kecemasan tingkat berat dalam menghadapi menarache.

tentang diri sendiri maupun orang lain, sedangkan emosi yang ditekan adalah faktor yang mengakibatkan kecemasan bisa terjadi jika individu tidak mampu menemukan jalan keluar. Dan sebab-sebab fisik adalah faktor yang mengakibatkan timbulnya kecemasan karena perubahan-perubahan yang muncul.⁽¹²⁾

Penelitian yang penulis lakukan memiliki kemiripan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hardiningsih tahun 2009 mengenai Pengaruh Penyuluhan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarache* Pada Remaja Putri Kelas VI di SDN Mangkubumen Lor No 15 Surakarta.

Kurangnya tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Menarche di SDN II Ciladaeun Kabupaten Lebak Banten Tahun 2011 dapat diamati dari rendahnya tingkat pengetahuan masih kurang karena disebabkan oleh tenaga kesehatan khususnya puskesmas yang berada disana belum pernah memberikan penyuluhan tentang menarche ini di SDN II ciladaeun.

b. Tingkat Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa tingkat kecemasan dalam menghadapi menarche remaja putri di SDN II Banten tahun 2015 memiliki tingkat kecemasan berat yaitu sebanyak 39 orang (57,4%), dan yang memiliki tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 29 orang (42,6%)

Menurut Kaplan, Sadock, dan Grebb Fitri Fauziah & Julianti Widuri kecemasan adalah respon terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan,

pengalaman baru atau yang belum pernah dilakukan, serta dalam menemukan identitas diri dan arti hidup.

Lingkungan atau sekitar tempat tinggal mempengaruhi cara berfikir individu tentang diri sendiri maupun orang lain, sedangkan emosi yang ditekan adalah faktor yang mengakibatkan kecemasan bisa terjadi jika individu tidak mampu menemukan jalan keluar. Dan sebab-sebab fisik adalah faktor yang mengakibatkan timbulnya kecemasan karena perubahan-perubahan yang muncul.⁽¹³⁾

Menurut Kartono bahwa gejala yang sering terjadi dan sangat mencolok pada peristiwa haid pertama adalah kecemasan atau ketakutan. Kecemasan remaja putri dalam menghadapi masa *menarche* sangat dipengaruhi beberapa hal antara lain karena kurang pengetahuan, pemahaman, dan informasi serta adanya perubahan-perubahan yang terjadi ketika remaja menghadapi masa *menarche*. Sebagian remaja putri mengalami kegelisahan, adanya rasa takut, kerisauan dan kecemasan ketika menghadapi *menarche*.⁽¹⁴⁾

Yang dilakukan oleh Ratna Yanti Kusumaningrum di Surakarta dari penelitiannya yang berjudul hubungan tingkat pengetahuan tentang *menarche* dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* di SD Mengkubumen menunjukkan bahwa responden sebagian besar mempunyai tingkat kecemasan sedang sebesar 33 (53,2%).

Menurut hasil penelitian responden sebagian besar mengalami tingkat kecemasan berat. Karena responden belum terlalu memahami tentang menstruasi maka penerimaan datangnya menstruasi kurang disambut dengan positif maka menimbulkan kecemasan.

c. Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Remaja putri dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menarche

Hasil analisa berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa adanya hubungan secara signifikan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang *menarche* dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* SDN II Ciladaeun banten tahun 2011. Hal ini ditunjukkan dengan nilai p value 0,001 ($\alpha < 0,05$), maka H_a diterima dan H_o ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa responden

yang semakin tinggi tingkat pengetahuannya maka semakin ringan tingkat kecemasannya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden sebagian besar mempunyai tingkat kecemasan berat sebesar 39 orang (57,4%) dan tingkat pengetahuan tentang *menarche* rendah. Hal ini diperkuat bahwa minimnya informasi yang dimiliki oleh remaja putri tentang *menarche* salah diterima sehingga menimbulkan kecemasan pada anak dalam menghadapi *menarche*.

Menurut Prawirohardjo awal *menarche* dimulai kira-kira pada umur 10-16 tahun. Kejadian yang penting dalam masa pubertas adalah pertumbuhan badan yang cepat, timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder, *menarche*, dan perubahan psikis. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa umur responden mayoritas 10-12 tahun.⁽¹⁴⁾

Menurut Ali dan Asrori remaja pada umumnya memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, remaja adalah masa mencari dan menuntut ilmu serta pengetahuan, pengetahuan tentang perkembangan fisik dan psikologis yang dimiliki remaja akan mempengaruhi psikis remaja, dimana remaja akan merasa cemas dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya atau sebaliknya, remaja tidak khawatir terhadap perubahan yang dialaminya.⁽¹⁵⁾

Kecemasan hadir karena adanya suatu emosi yang berlebihan. Selain itu, keduanya mampu hadir karena lingkungan yang menyertainya, baik lingkungan keluarga, sekolah, maupun penyebabnya.

Pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh faktor pendidikan formal. Pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya.⁽¹⁶⁾

Hasil penelitian yang dilakukan Hardiningsih adalah ada hubungan yang signifikan antara Pengaruh Penyuluhan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche*.⁽¹⁷⁾

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ninawati, dosen fakultas psikologi universitas Tarumanagara adalah ada hubungan yang signifikan antara antara

sikap terhadap menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada anak usia prapubertas. Hal tersebut berarti semakin positif sikap terhadap menstruasi maka semakin kurang kecemasan yang dimiliki anak usia pra-pubertas menghadapi *menarche*.

Hasil penelitian yang diperoleh sesuai dengan teori yang sudah dikemukakan yaitu adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan *menarche* dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja putri. Hasil penelitian dapat digeneralisasikan pada anak usia prapubertas.

Berdasarkan keterangan diatas dapat disimpulkan bahwa semakin rendah pengetahuan remaja tentang *menarche* maka semakin berat tingkat kecemasan yang dalam menghadapi *menarche* di SDN II Ciladaeun Kabupaten Lebak Banten.

SIMPULAN

1. Diketahuinya tingkat pengetahuan remaja putri tentang *menarche* adalah rendah sebanyak 38 responden (55,9%) dari 68 responden.
2. Diketahuinya tingkat kecemasan remaja putri adalah berat yaitu sebanyak 39 responden (57,4%) dari 68 orang.
3. Ada hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* dengan *P Value* 0,001 ($\infty < 0,05$).

SARAN

1. Bagi Tempat Penelitian
Diharapkan pihak sekolah dapat memberikan penyuluhan kesehatan tentang *menarche* di SDN II Ciladaeun Kabupaten Lebak Banten.
2. Bagi Institusi Pendidikan
Sebagai bahan referensi dalam materi tentang *menarche* pada remaja dan menambah jumlah referensi terutama yang berkaitan dengan *menarche*.

DAFTAR PUSTAKA

1. Fauziah, Fitri dan Julianty Widuri. 2007. *Psikologi Abnormal Klinik Dewasa*. Jakarta: Universitas Indonesia
2. Hardiningsih. 2009. *Pengaruh Penyuluhan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Kelas VI SDN Mangkubumen Lor No. 15 surakarta*. D IV Kebidanan UNS. KTI
3. Hardiningsih. 2009. *Pengaruh Penyuluhan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Kelas VI SDN Mangkubumen Lor No. 15 surakarta*. D IV Kebidanan UNS. KTI
4. Llewellyn-jones, 2008. *Dasar-dasar obstetric dan ginekologi*. Jakarta: Hipokrates
5. Manuaba. 2005. *Kapita Selekta Penatalaksanaan Rutin Obstetri Ginekologi dan KB*. Jakarta : EGC .
6. Namora, Lumongga Lubis. 2009. *Depresi Tinjauan Psikologi*. Jakarta: Kencana
7. Notoatmodjo, S. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Rineka Cipta
8. Notoatmodjo, Soekidjo. 2005. *Metodologi penelitian*: Jakarta. Rineka Cipta Year.
9. Notoatmodjo, Soekidjo. 2007. *Konsep Dasar Pengetahuan* : Jakarta. Rineka Cipta
10. Ramaiah, Savitri. 2008. *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor
11. Siagian. 2007. *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta: Salemba Medika
12. Singgih D, Gunarsa. 2008. *Psikologi Perawatan*. Jakarta: Gunung Mulia
13. Stuart, Gail. 2006. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC
14. Wiknjosastro, Hanifa. 2005. *Ilmu Kandungan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohwarjo: Jakarta
15. Wiknjosastro, Hanifa. 2005. *Ilmu Kandungan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohwarjo: Jakarta

16. Wiknjosastro, Hanifa. 2007. *Ilmu Kandungan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirowiharjo: Jakarta
17. Yusuf, Syamsu. 2008. *Psikologi dan perkembangan Anak dan remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.