

HUBUNGAN PENGETAHUAN MENSTRUASI DENGAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI SAAT MENGHADAPI MENARCHE DI SMPN 2 CIBADAK KELAS (VII DAN VIII) KABUPATEN SUKABUMI TAHUN 2016¹

Nur Azizah Nasution, S.ST, M.Kes

ABSTRAK

Berdasarkan sensus penduduk 2009, jumlah remaja 63 juta jiwa, merupakan populasi terbesar di Indonesia yang jumlahnya 27% dari total populasi. Menurut hasil penelitian dari Badan Pemberdayaan Masyarakat Perempuan dan Keluarga Berencana (BPMPKB) pada tahun 2010 jumlah penduduk remaja di Provinsi Jawa Barat mencapai 11.358.704 jiwa atau sebesar 26.60 % dari total jumlah penduduk di Jawa Barat sedangkan remaja putri yang terdapat di Sukabumi yaitu 31.772 jiwa.

Mengetahui hubungan antara Pengetahuan Menstruasi dengan Tingkat Kecemasan Remaja putri saat menghadapi Menarche di SMPN 2 Cibadak kelas (VII dan VIII) Kabupaten Sukabumi Tahun 2016.

Jenis penelitian ini adalah survei analitik. Dilaksanakan pada bulan Desember 2015-Januari 2016 dengan sampel 187 responden menggunakan tehnik pengambilan sampel *random sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu menggunakan kuesioner tertutup.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan yang mempunyai pengetahuan tinggi sebanyak 62 remaja (33,2%) dengan 35 remaja putri (56,5%) cemas ringan dan 27 remaja putri (43,5%) cemas berat, sedangkan responden yang mempunyai pengetahuan rendah sebanyak 125 orang (66,8%) dengan 42 remaja putri (33,6%) cemas ringan dan 83 remaja putri (66,4%) cemas berat. Hasil uji statistic didapatkan $p\ value = 0,005$ dan OR 2,562 Yang berarti terdapat hubungan yang bermakna di antara kedua variabel. Ada hubungan antara Pengetahuan Menstruasi dengan Tingkat Kecemasan Remaja putri saat menghadapi Menarche di SMPN 2 Cibadak kelas (VII dan VIII) Kabupaten Sukabumi Tahun 2016.

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi bagi remaja putri di SMPN 2 Cibadak Kabupaten Sukabumi Tahun 2016. Semakin Tinggi pengetahuan remaja putri maka semakin ringan tingkat kecemasan yang mereka alami.

PENDAHULUAN

Berdasarkan sensus penduduk 2009, jumlah remaja 63 juta jiwa, merupakan populasi terbesar di Indonesia yang jumlahnya 27% dari total populasi Indonesia. Menurut hasil penelitian dari Badan Pemberdayaan Masyarakat Perempuan dan Keluarga Berencana (BPMPKB) pada tahun 2010 jumlah penduduk remaja di Provinsi Jawa Barat mencapai 11.358.704 jiwa atau sebesar 26.60 % dari total jumlah penduduk di Jawa Barat sedangkan remaja putri yang terdapat di sukabumi yaitu 31.772 jiwa. Meningkatnya jumlah remaja diikuti dengan permasalahan terutama yang terkait dengan kesehatan reproduksi remaja putri. Kebanyakan

permasalahan yang timbul akibat ketidaktahuan remaja tentang sistem dan proses reproduksi yang merupakan bagian integral dalam kehidupan mereka. Padahal pilihan dan keputusan yang diambil seorang remaja sangat bergantung kepada kualitas dan kuantitas pengetahuan.²

Survey Depkes pada remaja putri di Jawa barat (1189) mendapat 7% putri di Jawa Barat mengaku pernah terlambat haid atau hamil. Dari data PKBI sumber tahun 1997 di temukan bahwa remaja yang telah melakukan hubungan seksual sebelum menikah mengaku kebanyakan melakukannya pertama kali pada usia antara 10-18 tahun.³

Remaja putri adalah masa peralihan dari anak-anak menuju kedewasa dimana terjadi perubahan fisik, mental dan emosional yang sangat cepat. Menurut WHO batasan usia remaja awal 11-19 tahun.¹

Menarache adalah menstruasi pertama yang berlangsung rata-rata sekitar usia 10 – 11 tahun, sehingga dapat dikatakan bahwa menarache adalah keluarnya menstruasi yang pertama kali pada anak perempuan sebagai tanda bahwa ia telah mengalami pubertas. Kecemasan remaja putri sebelum menarache disebabkan oleh kesiapan mental, kurangnya pengetahuan dan sikap dalam menghadapi perubahan-perubahan fisik dan psikologis terkait *menarache*.⁷

Kesehatan Reproduksi merupakan suatu keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial secara utuh, tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan dalam semua hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi. Gejala yang dikeluhkan penderita didominasi oleh keluhan-keluhan fisikis (ketakutan dan kekhawatiran), Gejala yang sering dikemukakan oleh orang yang mengalami gangguan kecemasan antara lain: Cemas, khawatir, firas buruk, takut akan pikirannya sendiri, mudah tersinggung, gelisah, mudah terkejut, gangguan pola tidur, gangguan perkemihan, sakit kepala, sering menarik nafas dalam, kembung perut mudah berkeringat, darah haid berlebih.⁸

Pengetahuan tentang perubahan yang terjadi secara fisik, kejiwaan dan kematangan seksual akan memudahkan remaja untuk memahami serta mengatasi berbagai keadaan yang membingungkannya. Informasi tentang haid serta tentang alat reproduksi wanita perlu diperoleh setiap remaja putri. Pemberian

informasi dapat dilaksanakan dengan berbagai metode untuk memberikan pengetahuan pada remaja mengenai kesehatan reproduksi, dalam hal ini pengetahuan tentang menstruasi diharapkan akan tumbuh keadaan kondusif dalam peningkatan pengetahuan.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah analitik yaitu penelitian yang menjelaskan atau mencoba menggali suatu hubungan antar dua variabel yaitu variable Independen dan Dependen. Pendekatan penelitian ini menggunakan *cross sectional* yaitu penelitian yang bertujuan untuk memecahkan permasalahan yang sedang di hadapi pada situasi sekarang.²³

Penelitian ini dilakukan di SMPN 2 Cibadak Kab Sukabumi Tahun 2016 pada bulan Juni 2015 – Februari 2016. Populasi dalam penelitian ini adalah sebagian siswi SMPN 2 Cibadakkelas VII dan VIII (A,B,C,D,E,F,G,H) yang berjumlah 187 orang. Dengan carapengambilan *Random Sampling* digunakan karena setiap anggota populasi bersifat homogen atau mempunyai kesempatan yang sama untuk diambil sebagai sampel. Hakikat dari pengambilan sampel secara *Random Sampling* adalah bahwa setiap anggota populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk diseleksi sebagai sampel, sehingga sampel dalam penelitian ini berjumlah 187 orang.

Variabel penelitian ini terdiri dari pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dan tingkat kecemasan remaja putri saat menghadapi *menarache*. Pengolahan data dan analisa data menggunakan computer program SPSS *for windows* seri 20. Analisa terdiri dari analisis

univariat dan bivariat, dimana analisa bivariat menganalisis hubungan pengetahuan menstruasi dengan tingkat kecemasan remaja putri saat menghadapi *menarche*.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik gambaran umum dan lokasi penelitian, penelitian ini dilaksanakan di SMPN 2 Cibadak yang berkecamatan di cibadak Kab Sukabumi Tahun 2016.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja putri mengenai Menstruasi di SMPN 2 Cibadak Kab Sukabumi Tahun 2016.

No	Pengetahuan	Kecemasan				Jumlah		Pvalue	OR
		Ringan		Berat					
		F	%	F	%	F	%		
1.	Tinggi	35	56,5	27	43,5	62	33,2	0,005	2,562 (1,372- 4,783)
2.	Rendah	42	33,6	83	66,4	125	66,8		
Total		77	41,2	110	58,8	187	100		

No	Pengetahuan	Frekuensi	(%)
1.	Tinggi	62	33,2
2.	Rendah	125	66,8
Total		187	100

Sumber :*Hasil olahan SPSS 20*

Berdasarkan tabel 4.1 diatas, dari 187 responden terdapat 125 (66,8%) dengan pengetahuan rendah, dan 62 (33,2%) dengan pengetahuan tinggi.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kecemasan Remaja Putri Saat Menghadapi *Menarche* Tahun 2016.

No	Kecemasan	Frekuensi	(%)
1.	Ringan	77	41,2
2.	Berat	110	58,8
Total		187	100

Sumber :*Hasil olahan SPSS 20*

Berdasarkan tabel 4.2 diatas, dari 187 responden terdapat 110 (58,8%) dengan kecemasan berat, dan 77 (41,2%) dengan kecemasan ringan.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Hubungan Pengetahuan Menstruasi Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri saat Menghadapi *Menarche*.

Sumber :*Hasil olahan SPSS 20*

Berdasarkan table 4.3 diatas, dari 187 responden terdapat hubungan pengetahuan menstruasi dengan tingkat kecemasan remaja putri saat menghadapi *menarche* kelas (VII dan VIII) dengan pengetahuan rendah dengan kecemasan berat 83 (66,4%) dan dengan pengetahuan rendah dengan kecemasan ringan 42 (33,6%). Dengan p value 0,005, sehingga ada hubungan antara hubungan pengetahuan

Berdasarkan hasil analisa di dapatkan nilai OR = 2,562 (1,372-4,783) artinya remaja putri dengan pengetahuan rendah berpeluang 2,562 kali terhadap kecemasan berat baik

dibanding pengetahuan tinggi terhadap kecemasan ringan.

PEMBAHASAN

a. Pengetahuan remaja putri mengenai menstruasi

Bagaimanapun pengetahuan yang lebih tinggi akan mempengaruhi tingkat kecemasan remaja putri saat menghadapi *menarche*, serta informasi yang remaja putri dapat dalam meningkatkan pengetahuan turut mempengaruhi. Begitu pula dengan responden yang terdapat di SMPN 2 Cibadak sebanyak 35 responden dengan pengetahuan tinggi memiliki kecemasan ringan dan 27 responden yang memiliki kecemasan berat. Sedangkan sebanyak 42 responden dengan pengetahuan rendah memiliki kecemasan ringan dan 83 responden yang memiliki kecemasan berat.

Penelitian tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rina Hafni Lubis (2010). Dengan hubungan pengetahuan tentang menstruasi pertama dengan tingkat kecemasan saat menghadapi *menarche* di SLTPN Medan, bahwa sebanyak 60 orang (54,5 %) berpengetahuan baik, 40 orang (36,3%) berpengetahuan kurang dari keseluruhan 110 responden.³⁵

Dari pernyataan tersebut peneliti menemukan keselarasan antara teori dengan hasil penelitian. Dimana hubungan pengetahuan menstruasi tingkat kecemasan remaja putri saat menghadapi *menarche* di SMPN 2 Cibadak Kelas (VII dan VIII) Kabupaten Sukabumi Tahun 2016. Oleh

karena itu, dihibau kepada remaja putri untuk memperoleh sumber pengetahuan yang benar dan tepat. Sehingga dapat diperoleh pengetahuan yang tinggi.

b. Tingkat Kecemasan Remaja Putri Saat Menghadapi Menarche

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 187 responden sebanyak 110 orang (58,8%) tergolong cemas berat dan sebanyak 77 orang (41,2%) tergolong cemas ringan.

Berdasarkan table 4.2 peneliti menyimpulkan bahwa tingkat kecemasan remaja putri saat menghadapi *menarche*, dapat diketahui bahwa sebagian besar remaja putri tidak bisa menjawab mengenai, kecemasan yang dirasakan pada saat menstruasi diantaranya, Konsentrasi pada saat *menarche*, nyeri otot, perasaan yang dirasakan, perubahan emosi, nyeri menstruasi mengganggu aktifitas dan kecemasan menghadapi *menarche*.

Dari pernyataan tersebut peneliti menemukan keselarasan antara teori dengan hasil penelitian, karena dengan memiliki pengetahuan yang tinggi khususnya tentang menstruasi, seseorang dapat mengetahui berbagai macam keluhan-keluhan psikologis yang mempengaruhi tingkat kecemasan yang tak stabil seperti bingung, sedih, stress, cemas, mudah tersinggung, marah dan emosional. Hal ini kemungkinan karena ketidaktahuan remaja putri tentang perubahan-perubahan fisiologis yang akan mempengaruhi kecemasan pada awal kehidupan remaja putri. Sehingga dapat mengetahui cara menangani dan

menyikapinya dengan benar. Oleh karena itu perlu adanya kerjasama dengan sekolah untuk melakukan penyuluhan mengenai kesehatan reproduksi khususnya tentang menstruasi dan *menarche*.

c. Hubungan Pengetahuan Menstruasi Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Saat Menghadapi Menarche di Kelas (VII dan VIII)

Berdasarkan table 4.3, uji analisis yang dilakukan bahwa remaja putri kelas (VII dan VIII) yang memiliki pengetahuan rendah dengan cemas berat sebanyak 83 orang (66,4%) lebih banyak dibandingkan remaja putri yang memiliki pengetahuan tinggi dengan cemas ringan sebanyak 35 orang (56,5%). Penelitian yang dilakukan bahwa remaja putri kelas (VII dan VIII) memiliki pengetahuan rendah.

Hasil uji statistic didapatkan *p-value* 0,004 yang artinya *p value* <0,05. Jadi hipotesis nol ditolak dan hipotesis peneliti diterima. Maka berdasarkan uji statistic *Chi-square* didapatkan nilai *p-value* < 0,05 dan nilai peluang/OR sebesar 2,562 jadi secara statistic terdapat adanya hubungan pengetahuan menstruasi dengan tingkat kecemasan remaja putri saat menghadapi menarche di SMPN 2 Cibadak kelas (VII dan VIII) Kabupaten Sukabumi Tahun 2016.

Pengetahuan menstruasi rupanya ada hubungan dengan tingkat kecemasan menghadapi menarche. Semakin pengetahuan mengenai menstruasi rendah, maka semakin berat tingkat kecemasan menghadapi *menarche*. Sebaliknya semakin pengetahuan mengenai menstruasi tinggi, maka semakin ringan tingkat kecemasan menghadapi

menarche. Jelas bahwa rendahnya pengetahuan menstruasi akan mempengaruhi tingkat kecemasan menghadapi *menarche*.¹¹

Dari pernyataan berikut peneliti menemukan keselarasan antara teori dan hasil penelitian. Dimana hubungan pengetahuan menstruasi berpengaruh terhadap tingkat kecemasan remaja putri saat menghadapi menarche. Hal ini dikarenakan pengetahuan yaitu informasi dan mengenai berbagai macam keluhan dan perubahan psikologis yang terjadi.

SIMPULAN

1. Pengetahuan remaja putri sebanyak 125 (66,8%) berpengetahuan rendah
2. Tingkat kecemasan pada remaja putri sebanyak 110 orang (58,8%) cemas berat.
3. Terdapat Hubungan pengetahuan menstruasi dengan tingkat kecemasan remaja putri saat menghadapi menarche, dengan *p-value* 0,005 dan nilai peluang/OR 2,562

SARAN

1. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada siswi-siswi terkait dengan pengetahuan menstruasi dengan tingkat kecemasan saat menghadapi *menarche*.

2. Bagi Tempat Penelitian

Penelitian ini diharapkan sebagai masukan dan informasi bagi tempat penelitian, memberikan bimbingan kepada remaja putri khususnya kecemasan saat menghadapi *menarche*.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menambah referensi maupun wawasan khususnya untuk mahasiswa kebidanan tentang hubungan pengetahuan menstruasi dengan tingkat kecemasan remaja putri saat menghadapi *menarche*.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kusmiran, E. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika
2. Depkes RI, 2009. *Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan reproduksi*. Jakarta : Rineka Cipta
3. Depkes RI, 2009. *Survey Depkes Pada Remaja Putri di Jawa Barat*. Jakarta : Rineka Cipta
4. PKBI Jawa Tengah, 2014. *Survey Youth Center Perawatan Organ Reproduksi*. Jakarta : EGC
5. Lestari. 2011. *Faktor Internal dan Eksternal Menarche*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka
6. Depkes RI, 2009. *Usia Menarche di Indonesia*. Jakarta : Salemba Medika
7. Manuaba, 2010. *Ilmu kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta : EGC
8. Hawari, 2007. *Manajemen Stress Cemas dan Depresi*. Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
9. Riska, 2007. *Masalah Kesehatan Reproduksi Remaja*. Yogyakarta : Salemba Medika
10. Mubarak, 2010. *Promosi Kesehatan untuk Kebidanan*. Jakarta : Salemba Medika
11. Hidayat, A.A. 2010. *Metode Penelitian Kebidanan dan teknik analisis data*. Jakarta : Salemba Medika
12. Arikunto, 2008. *Definisi Pengetahuan*. Jakarta : Rineka Cipta
13. Ramaiah, S, 2006. *Kecemasan*. Jakarta : Pustaka Populer
14. Arikunto, S. 2006. *Pengukuran Pengetahuan*. Jakarta : Rineka Cipta
15. Arfian, 2013. *Ilmu Kebidanan*. Yogyakarta : Yayasan Bina Pustaka
16. Dargobercia, Maria. 2011. *Pengantar Ilmu Pendidikan*. Jakarta : Gramedia
17. Ramiah, S. 2006. *Alat Ukur Kecemasan HRS-A*. Jakarta : EGC
18. Widyastuti, Y. 2009. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Fitramaya
19. Sarwono, P, 2007. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka
20. BKKBN, 2005, *Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka
21. Risa, Elly, Eva, dkk. 2007. *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka
22. Laila, N. 2011. *Buku Pintar Menstruasi*. Jogjakarta : Buku Biru
23. Notoadmojo, S, 2006. *Metode Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
24. Arikunto, 2007. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta
25. Darul, Q. 2005. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka
26. Fauziah, Fitri, Irna, dkk. 2007. *Psikologi Abnormal Klinik Dewasa*. Jakarta : Universitas Indonesia
27. Arifin, 2008. *Tumbuh Kembang Remaja*. Jakarta : EGC

28. Leliana, 2010. *Hubungan pengetahuan Remaja Putri Terhadap kesiapan Menghadapi Menarche*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka
29. Damayanti, M. 2010. *Komunikasi terapeutik dalam praktek kebidanan*. PT Reflika Aditama : Bandung
30. Notoadmodjo, 2005. *Promosi Kesehatan : Teori dan Aplikasi*. Jakarta : Rineka Cipta