

**MANFAAT PENYULUHAN TENTANG *MENARCHE*
TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN SISWI
SEKOLAH DASAR NEGERI 2 TANJUNG BENOA**

Putu Anna Artha Rahayu¹, Ni Nyoman Budiani², Ni Wayan Armini³

¹Alumni Jurusan Kebidanan, ^{2,3}Dosen Jurusan Kebidanan Poltekkes Denpasar
email: budiani.n3@gmail.com

ABSTRACT

Menstruating important events in the life of women, menstruation becomes a sign of a woman ready to perform reproductive functions. Young women need information about menstruation. The purpose of this research is to know the benefit counseling about menarche to the knowledge of female students at SDN 2 Tanjung Bena 2018. This design of research was a pre-experimental one-group pretest-posttest design, measurements were carried out before and after treatment. The difference in the two results is considered a treatment effect. The respondents of this study were 56 elementary school students. Data analysis using the Wilcoxon test, with the help of a computer. The median value before health education was 65, after being given health education was 95. The results of the analysis obtained a value of Z-2.065, p value 0.039. The conclusion of counseling is useful to increase the knowledge of elementary school students about menarche

Keywords: Counseling, Menarche, Knowledge, Female Students

PENDAHULUAN

Setiap manusia mengalami perubahan biologis. Perubahan yang terjadi meliputi perkembangan organ tubuh yang diikuti oleh kematangan fungsinya. Pada usia tertentu seseorang akan mencapai tahapan kematangan organ-organ seks, yang ditandai dengan haid pertama atau yang disebut menarche. Menarche adalah puncak dari serangkaian perubahan fungsi organ reproduksi yang terjadi pada seorang anak perempuan yang beranjak dewasa¹.

Haid atau menstruasi merupakan kejadian yang penting dalam kehidupan seorang perempuan, ini karena menstruasi menjadi tanda seorang perempuan telah siap untuk menjalankan fungsinya untuk bereproduksi. *Menarche* atau menstruasi pertama kali dimulai sekitar usia 12-14 tahun dan ditandai dengan tanda seksual sekunder tumbuh berkembang, seperti pembesaran payudara, tumbuh rambut ketiak, panggul membesar dan juga mulai berkembangnya organ reproduksi yang siap untuk dibuahi².

Menstruasi suatu proses yang normal dan alami namun banyak perempuan mengalami rasa tidak nyaman. Pengetahuan remaja putri yang kurang mengenai *menarche* dapat menimbulkan rasa takut, cemas, malu, tidak percaya diri serta mengalami kesulitan dalam menghadapi menstruasi. Mereka akan bertanya-tanya apa yang harus mereka lakukan dengan perubahan yang terjadi. Remaja putri membutuhkan informasi tentang proses menstruasi dan kesehatan selama menstruasi³. Pada saat *menarche* diperlukan persiapan yang matang agar proses reproduksi dapat terlaksana secara sehat^{4,5}. Pengetahuan mendasari kesiapan remaja menghadapi menarche. Remaja putri yang memiliki pengetahuan baik tentang ciri remaja, pubertas, menstruasi, menarche dan pentingnya perilaku *vulva hygiene*, lebih siap dalam menghadapi menarche⁶

Masalah kesehatan reproduksi menjadi perhatian bersama dalam menyelenggarakan pelayanan kesehatan terhadap masyarakat. Berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.02.02/ MENKES/52/2015 tentang Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015–2019, salah satu upaya sasaran strategis yang akan dicapai Kementerian Kesehatan adalah pembinaan kesehatan remaja. Indikator keberhasilan diukur dari peningkatan persentase pengetahuan dan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi sebesar 75%. Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan informasi-informasi pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat sadar, tahu dan mengerti, dengan kesehatan serta terjadi peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan sikap⁷. Hasil RISKESDAS (2010) juga menemukan, bahwa penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan, selain itu dapat mencegah fenomena penyimpangan kasus kesehatan reproduksi⁸.

Berdasarkan latar belakang tersebut, diperlukan kajian lebih lanjut tentang intervensi penyuluhan terhadap perubahan pengetahuan remaja putri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui manfaat penyuluhan terhadap pengetahuan siswi tentang *menarche* meliputi pengertian *menarche*, penyebab terjadinya *menarche*, perubahan pada masa *menarche*, perawatan pada masa *menarche*.

METODE

Penelitian ini *pre-eksperimental* dengan rancangan *one-group pretest-posttest*. Penelitian dilaksanakan di Sekolah Dasar (SD) Negeri 2 Tanjung Benoa pada bulan Mei sampai Juni 2018. Besar sampel sebanyak 56 orang. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *proportionate simple random sampling*. Responden pada penelitian ini adalah siswi kelas IV dan V yang memenuhi kriteria inklusi, belum mengalami *menarche*. Instrumen pengumpulan data pada penelitian ini telah valid dan reliabel, melalui uji validitas dan reliabilitas. Cara pengumpulan data dengan mengisi kuesioner.

Penelitian dilakukan setelah mendapat surat keterangan laik etik (*ethical clearance*) dari Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Denpasar dan ijin penelitian. Calon responden dikumpulkan untuk diberikan penjelasan dilanjutkan dengan meminta persetujuan (PSP/*informed consent*).

Pengumpulan data pretest dilakukan sebelum responden diberikan penyuluhan. Selanjutnya intervensi, yaitu pemberian penyuluhan tentang *menarche* selama 30 menit. Pengumpulan data posttest dilakukan keesokan harinya. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon, karena data tidak berdistribusi normal. Pengolahan dan analisis data menggunakan bantuan komputer.

HASIL PENELITIAN

a. Karakteristik Responden

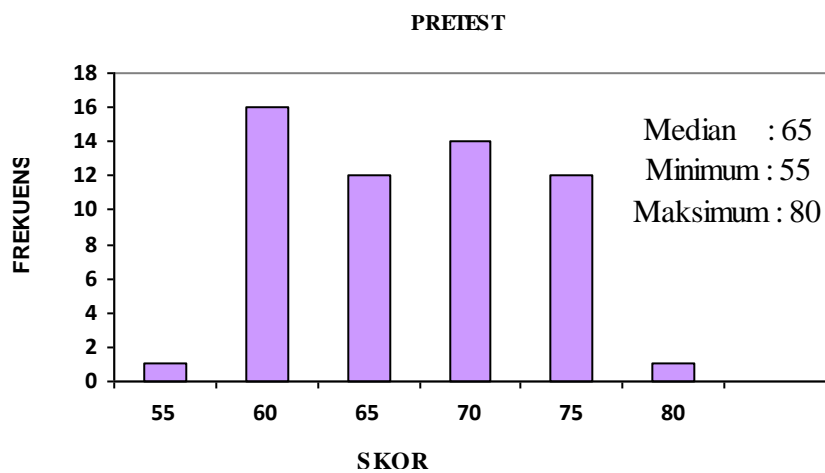
Tabel 1
Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Umur dan Kelas

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase
	Usia		
1.	9 tahun	8	14,2
2.	10 tahun	24	42,9
3.	11 tahun	24	42,9
	Jumlah	56	100

	Kelas		
1.	IV	24	42,9
2.	V	32	57,1
Jumlah		56	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa rentang usia responden 9 tahun sampai dengan 11 tahun. Responden paling sedikit berusia responden 9 tahun, sebanyak 8 orang (14,2%), jumlah kelas V (57,1%) lebih banyak daripada kelas IV (42,9%).

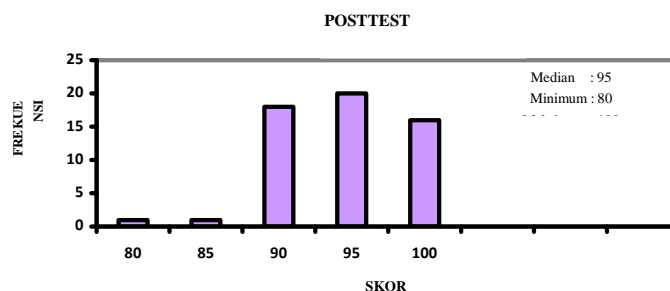
b. Pengetahuan responden sebelum diberikan penyuluhan tentang *menarche*.



Gambar 1
Pengetahuan Siswi Di Sekolah Dasar Negeri 2 Tanjung Bena
Sebelum Diberikan Penyuluhan tentang *Menarche*

Berdasarkan Gambar 1, nilai median responden sebelum diberikan penyuluhan tentang *menarche* adalah 65. Dari 56 responden, skor minimum 55 sedangkan skor maksimum 80. Selisih skor minimum dengan skor maksimum sebanyak 30 poin. Paling banyak responden memperoleh skor 60.

c. Pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan tentang *menarche*.



Gambar 2
 Pengetahuan Siswi Di Sekolah Dasar Negeri 2 Tanjung Bena
 Sebelum Diberikan Penyuluhan tentang *Menarche*

Berdasarkan Gambar 2, nilai median responden setelah diberikan penyuluhan tentang *menarche* adalah 95. Dari 56 responden yang terlibat dalam penelitian diperoleh skor minimum 80 dan skor maksimum setelah diberikan penyuluhan tentang *menarche* adalah 100. Paling banyak responden memperoleh skor 95.

d. Perbedaan pengetahuan responden sebelum dan setelah diberikan penyuluhan tentang *Menarche*.

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Median Pengetahuan Siswi
Sebelum dan Setelah Diberikan Penyuluhan tentang *Menarche*
Di Sekolah Dasar Negeri 2 Tanjung Bena

No	Pengetahuan Responden	Skor pengetahuan Responden			Nilai Z	Nilai p
		Minimum	Maksimum	Median		
1	Sebelum	55	80	65	-2.065	0.039*)
2	Sesudah	80	100	95		

Keterangan : Uji *Wilcoxon*, *) $p < 0,05$

Tabel 2 menunjukkan bahwa median, minimum, dan maksimum skor pengetahuan responden sesudah diberikan penyuluhan tentang *menarche* lebih tinggi dibandingkan sebelum diberikan penyuluhan. Hasil analisis data bivariat ditemukan $p < 0,05$. Dengan demikian, H_a diterima dan H_0 ditolak. Artinya, skor pengetahuan sebelum dengan sesudah diberikan penyuluhan berbeda secara bermakna. Hasil analisis data tersebut menunjukkan

bahwa penyuluhan tentang menarche bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan siswi SD tentang menarche.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan tentang menarche lebih tinggi dari pada sebelum diberikan penyuluhan. Ditemukan perbedaan bermakna pengetahuan sebelum dengan sesudah diberikan penyuluhan tentang menarche. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa penyuluhan bermanfaat meningkatkan pengetahuan siswi SD tentang menarche. Penyuluhan merupakan salah satu metode pendidikan kesehatan yang memungkinkan terjadi interaksi langsung antara pemberi penyuluhan (narasumber) dengan penerima penyuluhan (audience). Interaksi langsung tersebut memberi kesempatan luas kepada penerima penyuluhan untuk memperoleh dan memahami materi dengan jelas, karena audience mendapat kesempatan untuk berdiskusi langsung dengan narasumber, sehingga mengurangi kesalahan penerimaan pesan yang disampaikan.

Penelitian John Wiley & Sons (2016) Promoting the menstrual health of adolescent girls in China menemukan, bahwa remaja perempuan sering kekurangan informasi yang akurat tentang kesehatan pada saat menstruasi, yang dapat menyebabkan perilaku yang salah dan tidak sehat terkait dengan menstruasi yang dialaminya. Hasil penelitian menemukan, adanya peningkatan secara signifikan pengetahuan remaja tentang menstruasi pada kelompok intervensi setelah diberikan pendidikan kesehatan.⁹

Hasil penelitian ini sejalan dengan paparan ahli. Penyuluhan kesehatan mampu menggugah kesadaran seseorang untuk berperilaku hidup sehat, meningkatkan pengetahuan dan sikap.¹⁰ Konsep pendidikan kesehatan menegaskan bahwa penyampaian informasi melalui penyuluhan merupakan faktor sangat penting, dapat menuntun ke arah perubahan pengetahuan seseorang¹¹

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Novitasari (2013), yang menemukan adanya pengaruh penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan siswa SMP tentang kesehatan reproduksi.¹²

SIMPULAN

Hasil penelitian mengenai Manfaat Penyuluhan tentang *Menarche* terhadap Pengetahuan Siswi di Sekolah Dasar Negeri 2 Tanjung Benoa Pada Tahun 2018 yaitu Median pengetahuan responden sebelum diberikan penyuluhan adalah 65,00, Median pengetahuan

responden setelah diberikan penyuluhan adalah 95,00. Ada perbedaan yang bermakna dan signifikan antara pengetahuan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan, sehingga penyuluhan bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan siswi tentang *menarche*.

DAFTAR PUSTAKA

1. Imelda, 2017. *Lebih Dekat dengan Sistem Reproduksi wanita*. Yogyakarta : Gosyen Publishing.
2. Simanjuntak, M., Manurung, S., Lestari, T. R., & Hasibuan, P. 2013. *Perilaku Remaja Putri Menghadapi Menarche Berdasarkan Nilai Budaya Batak*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 7(9), 421–425. Diakses pada 7 Maret 2018
3. Afifah, A., Hastuti, tulus puji, 2016. *Menarche Dipengaruhi oleh faktor ras, atau suku bangsa, Faktor iklim dan kebiasaan hidup*. *Jurnal Kebidanan*, 5(9), 58–65. Diakses pada 6 Maret 2018
4. Rahayu, R.T., Aminoto, C., Madkhan, M. 2011. Efektivitas Penyuluhan Peer Group dengan Penyuluhan oleh Petugas Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Menarche, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, Volume 7, No. 3, Oktober 2011, 7(3), 130–141. Diakses pada 6 Maret 2018
5. Kartikasari, O., Suparyanti, R. 2009. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menarche Dengan Sikap Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Sd Muhammadiyah 2 Kota Yogyakarta Tahun 2009*, Dosen STIKES ‘Aisyiyah Yogyakarta. Diakses pada 15 Maret 2018, pada: <https://id.123dok.com/document/qog5315z-hubungan-tingkat-pengetahuan-tentang-menarche-dengan-sikap-menghadapi-menarche-pada-siswi-kelas-v-sd-muhammadiyah-2-kota-yogyakarta-tahun-2009.html>
6. Lutfiya, I, 2016. *Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar dalam Menghadapi Menarche*. *Biometrika Dan Kependudukan*, 135–145. Diakses pada 7 Maret 2018
7. Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Edisi Revisi*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
8. Riskesdas, 2010. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta : Departemen Kesehatan R.I.
9. John Wiley & Sons, 2016, *Promoting the menstrual health of adolescent girls in China*
10. Notoatmodjo, 2007. *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta.
11. Maulana, 2009. *Promosi Kesehatan*. Jakarta : EGC
12. Novitasari R., 2013. *Pengaruh Penyuluhan Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Kesehatan Reproduksi Pada Siswa Smp Negeri 24 Surakarta*, diakses tanggal 5 Juni 2019, melalui: [Http://Eprints.UMS.Ac.Id/26293/11/Naskah_Publikasi.Pdf](http://Eprints.UMS.Ac.Id/26293/11/Naskah_Publikasi.Pdf),