

Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di SDIT Al Qudwah G1.Mataram

The Factors Influencing Menstruation With Readiness To Face Menarche In Female Students At SDIT Al-Qudwah G1 Mataram

Riski Jayanti ¹⁾; Darmawansyah ²⁾; Taufanie Rossita ³⁾

^{1,2,3)} Universitas Dehasen Bengkulu, Indonesia

Email: ¹⁾ rizkyjayanti6@gmail.com; ²⁾ taufianirossita255@gmail.com

How to Cite :

Jayanti, R., Darmawansyah, D., Rossita, T. (2024). Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di Sdit Al Qudwah G1.Mataram. Jurnal Kesehatan Mitra Sekawan. 1(2).

ARTICLE HISTORY

Received [21 Oktober 2024]

Revised [23 November 2024]

Accepted [25 November 2024]

KEYWORDS

Content, Formatting, Article.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Menarche adalah menstruasi pertama yang terjadi akibat adanya suatu proses sistem hormonal yang kompleks. Setelah panca indra menerima rangsangan yang diteruskan ke pusat dan diolah oleh hipotalamus, dilanjutkan dengan hipofisi melalui system portal dikeluarkan hormone gonadotropik perangsang folikel dan luteinizing hormon untuk merangsang indung telur. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi SDIT Al Qudwah G1.Mataram. Metode penelitian yang digunakan adalah desain penelitian analitik dengan pendekatan *cross-sectional*, data dikumpulkan dengan menyebarkan kuesioner pada 90 responden. Pada Siswi SDIT Al Qudwah G1.Mataram Teknik pengambilan sampel adalah menggunakan total sampling. Hasil univariat bahwa Responden yang pengetahuan siswa tentang menarche sebagian besar responden berpengertian cukup yaitu sebesar (77,8%). Sumber informasi yang didapatkan siswi tentang menarche yaitu sebesar (60,0%). Hasil analisis bivariat Ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche di SDIT al qudwah, dimana nilai $P=0,000$ $P<0,05$) Hasil penelitian ini akan menambah referensi, serta membuktikan ada atau tidaknya pengetahuan, sumber informasi dengan kesiapan siswa menghadapi menarche di SDIT al qudwah. Selain itu hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan mahasiswa

ABSTRACT

Menarche is the first menstruation that occurs due to a complex hormonal system process. After the five senses receive stimulation that is forwarded to the center and processed by the hypothalamus, continued with the hypophysis through the follicular system, gonadotropic follicle-stimulating hormone and luteinizing hormone are released to stimulate the ovaries. Follicle-stimulating hormone (FSH), stimulates primordial follicles which in their journey predominantly secrete estrogen hormones so that growth and development of secondary sex characteristics occur. The purpose of this research was to determine the Factors That Influence Menstruation With Readiness to Face Menarche in SDIT Al Qudwah G1. Mataram Students. The research method used is an analytical research design with a cross-sectional approach, data was collected by distributing questionnaires to 90 respondents. In SDIT Al Qudwah G1.Mataram students, the sampling technique used total sampling. The univariate results showed that respondents were aged 10 to 14 years with the largest number at the age of 14 years, namely (24.4%), Most students' knowledge about menarche was sufficient, namely (77.8%). The source of information obtained by students about menarche was (60.0%). The results of the bivariate analysis There is a correlation between knowledge and readiness to face menarche at SDIT Al Qudwah, where the P value = 0.000 $P < 0.05$). The results of this research will

add references, and prove whether or not there is knowledge, sources of information with students' readiness to face menarche at SDIT al qudwah. In addition, the results of this research can increase students' knowledge.

PENDAHULUAN

Menstruasi pertama atau menarche terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja ditengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Indonesia, (2019) menunjukkan bahwa rata-rata usia menarche di Indonesia adalah 13 tahun. Dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun atau lebih lambat sampai usia 17 tahun.

Usia menarche yang dialami oleh remaja putri memiliki prevalensi cukup tinggi yaitu 12,9% untuk usia menarche 11 sampai 12 tahun serta 40,5% untuk usia menarche 13 sampai 14 tahun (Riset Kesehatan Dasar Tahun 2019). Akibat dari minimnya informasi yang dihadapi remaja putri ialah mereka tidak bisa menjaga kebersihan saat menstruasi (Yaumadina & Suwanti(2013). Remaja perempuan mempunyai kerentanan yang tinggi terhadap infeksi karena mukosa vagina yang atrofi dan tipis (kekurangan stimulasi estrogen), tercemar oleh feses (higiene yang buruk), dan mekanisme imunitas vagina yang relative terganggu (Mahakam et al., 2015). Dampak yang sering ditimbulkan ketika mengalami menarche yaitu, merasa cemas, terkejut, sedih, kecewa, malu, khawatir dan bingung.

Masa depan sangat tergantung pada kondisi kesehatan organ reproduksi wanita. Namun, bila perubahan secara cepat dan mendadak terutama berkaitan dengan organ reproduksinya menjadikan seorang anak perempuan tidak selalu mampu bersikap secara tepat terhadap organ reproduksinya. Jumlah penelitian lainnya menunjukan bahwa remaja memiliki pengetahuan yang sedikit sehingga tidak memiliki pengetahuan yang lain tentang menstruasi pertama (menarche) (Astriana, 2017). Survei awal dilakukan pada tanggal 28 Maret 2024 pada SDIT Al qudwah dengan metode wawancara dari 10 orang siswi ditemukan 7 orang siswi mengatakan tidak mengetahui tentang menarche dengan memiliki kecemasan dalam menghadapi menarche dan 3 orang siswi mengatakan sudah mengetahui tentang menarche.

Hasil penelitian (Juwita, 2018) menyatakan terdapat hubungan pengetahuan terhadap kesiapan menghadapi menarche diketahui nilai pvalue <0,05 atau terdapat hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche. Berdasarkan hasil penelitian (Nurmawati & Erawantini, 2019) menunjukkan kesiapan responden menghadapi menarche sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 91,50, setelah diberikan pendidikan kesehatan 101,25 perbedaan rata-rata kesiapan menghadapi menarche responden sebelum dan setelah dilakukan pendidikan Kesehatan dengan hasil uji statistic diperoleh nilai $p = 0,001$ dengan selisih rata-rata 9750.

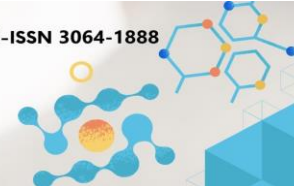
LANDASAN TEORI

Menarche adalah periode menstruasi yang pertama terjadi pada masa pubertas seorang wanita. Umur tercapainya menarche tidak sama bagi semua Remaja wanita. Menarche atau yang disebut juga dengan menstruasi pertama pada umumnya terjadi pada remaja yang berusia 10 – 14 tahun, namun pada beberapa kasus dapat juga terjadi pada usia ≤ 10 tahun (cepat) atau > 14 tahun (terlambat) (Sukarni K, 2013).

Menarche merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-14 tahun atau pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. Menarche merupakan suatu tanda awal adanya perubahan lain seperti pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut daerah pubis dan aksila, serta distribusi lemak pada daerah pinggul (Sukarni K, 2013).

Menarche biasanya terjadi sekitar dua tahun setelah perkembangan payudara. Namun akhir-akhir ini menarche terjadi pada usia yang lebih muda dan tergantung dari pertumbuhan individu tersebut, diet dan tingkat kesehatannya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa wanita yang mengalami menarche dini (9-11 tahun) mempunyai berat badan maksimum 46 Kg. kelompok yang memiliki berat badan 37 Kg mengalami menarche yang terlambat yaitu sekitar 4,5 Kg lebih rendah dari kelompok yang memiliki berat badan yang ideal. Menarche merupakan tanda berfungsinya organ reproduksi dan sistem endokrin yang akan bermanifestasi pada polistik *ovarian syndrome* dan resiko kanker payudara.



Faktor-faktor yang Mempengaruhi Menarche Statistik menunjukkan bahwa usia Menarche dipengaruhi faktor keturunan, keadaan gizi, dan kesehatan umum. Semmelweiss menyatakan 100 tahun yang lampau usia gadis-gadis Vienna pada waktu Menarche berkisar antara 15-19 tahun. Menurut Brown menurunnya usia waktu Menarche itu sekarang disebabkan oleh keadaan gizi dan kesehatan umum yang membaik, dan berkurangnya penyakit menahun.

METODE PENELITIAN

Metode Analisis

Penelitian ini adalah deskriptif *corelational* yaitu penelitian yang digunakan untuk mengetahui hubungan antar dua variabel dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel adalah menggunakan total sampling yaitu teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi. Penelitian ini dilakukan di SDIT G1.Mataram.engan jumlah sampel sebesar 90 orang

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Pengetahuan Menarche Siswa Di SDIT AI Qudwah

Kriteria	F	%
Baik	11	12.2
Cukup	70	77.8
Kurang	9	10.0
Jumlah	90	100

Tabel 1 berdasarkan hasil dari tabel di atas di dapatkan hasil sebagian responden berpengetahuan cukup yaitu berjumlah 60 (77,8 %), dan sebagian kecil responden yang berpengetahuan kurang yaitu berjumlah 9 orang (10,0%).

Tabel 2 Distribusi Sumber Informasi Menarche Di SDIT AI Qudwah

Kriteria	f	%
Pernah	56	62.2
Tidak Pernah	34	37.8
Jumlah	90	100

Tabel 2 berdasarkan pada tabel di atas maka di dapatkan hasil sebagian responden yang pernah mendapatkan informasi mengenai menarche yaitu berjumlah 56 orang (62,2%) dan responden yang tidak pernah mendapatkan informasi mengenai menarche yaitu berjumlah 34 (37,8%).

Tabel 3 Distribusi Kesiapan Siswi Menghadapi Menarche Di SDIT AI Qudwah

Kriteria	f	%
Siap	72	80.0
Tidak Siap	18	20.0
Jumlah	90	100

Tabel 3 berdasarkan pada hasil tabel di atas didapatkan hasil yaitu sebagian besar responden yang siap dalam menghadapi menarche yaitu berjumlah 72 orang (80,0%) dan responden yang tidak siap dalam menghadapi menarche yaitu berjumlah 18 orang (20,0%).

Analisis Bivariat

Tabel 4 Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Siswi Menghadapi Menarche Di SDIT Al Qudwah

Pengetahuan Menarche	Kesiapan menghadapi menarche				Total		p value
	Siap		Tidak Siap		F	%	
	f	%	f	%			
Baik	10	90,9	1	9,1	11	100	0,000
Cukup	61	87,1	9	12,9	70	100	
Kurang	1	11,1	8	88,9	9	100	
Total	72	80,0	18	20,0	90	100	

Hasil uji nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) hal ini mengidentifikasi H_0 ditolak, artinya ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan siswa dalam menghadapi menarche di SDIT al qudwah.

Tabel 5 Hubungan Sumber Informasi Dengan Kesiapan Siswa Menghadapi Menarche Di SDIT Al Qudwah

Sumber Informasi	Kesiapan menghadapi menarche				Total		p value
	Siap		Tidak Siap		F	%	
	F	%	F	%			
Baik	37	72,5	14	27,5	51	100	0,043
Kurang	35	89,7	4	10,3	39	100	
Total	72	80	18	20,0	90	100	

Hasil uji nilai $p = 0,043$ ($p < 0,05$) hal ini mengidentifikasi H_0 ditolak, artinya ada hubungan sumber informasi dengan kesiapan siswa dalam menghadapi menarche di SDIT al qudwah.

Pembahasan

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Dengan Kesiapan Siswa Menghadapi Menarche Di SDIT Al Qudwah

Berdasarkan hasil dari tabel 5.2 di atas di dapatkan hasil sebagian responden berpengetahuan cukup yaitu sebesar (77,8 %), responden yang berpengetahuan baik yaitu sebesar (12,2 %) dan responden yang berpengetahuan kurang sebesar (10,0 %).

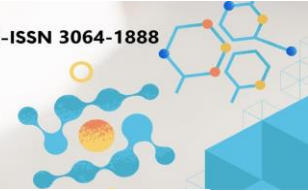
Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Dwina, 2021). sebagian besar responden (60,7%) memiliki tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kategori sedang. Teori Sprangter menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah pendidikan, informasi, budaya, pengalaman (usia) dan sosial ekonomi.

Hal ini terjadi disebabkan sumber informasi yang memberikan penjelasan tentang menstruasi adalah sumber yang kurang akurat sehingga menyebabkan sebagian besar tingkat pengetahuan responden (60,7%) berada dalam kategori sedang, walaupun ada 17 (30,4%) responden memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori baik

Distribusi Frekuensi Sumber Informasi Dengan Kesiapan Siswa Menghadapi Menarche Di SDIT Al Qudwah

Berdasarkan pada tabel 3 di atas maka di dapatkan hasil responden yang pernah mendapatkan informasi mengenai menarche yaitu sebesar (62,2%) dan responden yang tidak pernah mendapatkan informasi mengenai menarche yaitu sebesar (37,8%).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Lutfia, 2019) menyatakan bahwa. Keluarga adalah sumber informasi pemberi pendidikan seks pertama untuk kesiapan seorang



anak dalam menghadapi menarche disamping teman sebaya dan media masa menurut Proverawati (2019). Tetapi sebagian keluarga atau masyarakat merasa tabu untuk membicarakan tentang masalah menstruasi dalam keluarga, sehingga remaja awal kurang memiliki pengetahuan yang kurang baik tentang menarche.

Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Siswa Menghadapi Menarche Di SDIT Al Qudwah

Hasil Tabel 5 didapatkan hasil uji nilai $p = 0,043$ ($p < 0,05$) hal ini mengidentifikasi H_0 ditolak, artinya ada hubungan sumber informasi dengan kesiapan siswa dalam menghadapi menarche di SDIT al qudwah.

Hal ini sejalan dengan penelitian Sartika (2019) Keadaan dimana kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan anak tidak siap akan terjadinya menstruasi pertama kali yang dialami. Kurangnya faktor pengetahuan tentang menstruasi pada remaja putri ini disebabkan oleh beberapa faktor di antaranya karena tidak adanya informasi, kurangnya kesiapan pengetahuan, serta kurangnya dukungan orang tua. Perlunya pengertian, bimbingan, dan dukungan dari lingkungan di sekitarnya agar remaja dapat tumbuh dan berkembang menjadi manusia dewasa yang sehat baik jasmani, mental, maupun psikososial.

Hubungan Sumber Informasi Dengan Kesiapan Siswa Menghadapi Menarche Di SDIT Alqudwah

Tabel 6 Hasil uji nilai $p = 0,043$ ($p < 0,05$) hal ini mengidentifikasi H_0 ditolak, artinya ada hubungan sumber informasi dengan kesiapan siswa dalam menghadapi menarche di SDIT al qudwah.

Menurut Ramadhani (2021) terdapat hubungan antara peran ibu dalam komunikasi ibu anak dengan kesiapan menghadapi menarche pada anak usia sekolah. Peran ibu sangat penting dalam mengedukasi atau memberikan informasi kepada anaknya tentang menstruasi, sehingga dengan komunikasi yang baik antar ibu anak dapat mempengaruhi kesiapan anak dalam menghadapi menstruasi pertama.

Penelitian yang dilakukan oleh Hermawati (2019) menyebutkan bahwa terdapat hubungan sumber informasi siswi tentang menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche, dengan memiliki sumber informasi yang baik tentang menstruasi akan berisiko membuat responden lebih siap dalam menghadapi menarche, begitu sebaliknya

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pengetahuan dengan kesiapan siswa menghadapi menarche di SDIT al qudwah dapat disimpulkan: Sebagian besar responden ber usia 9 – 10 tahun yaitu sebesar (24,3%), Sebagian besar responden berpengetahuan cukup yaitu sebesar (77,8%), Sebagian besar responden yang mendapatkan informasi mengenai menarche yaitu sebesar (62,2%), Hasil uji nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) hal ini mengidentifikasi H_0 ditolak, artinya ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan siswa dalam menghadapi menarche di SDIT al qudwah, Hasil uji nilai $p = 0,043$ ($p < 0,05$) hal ini mengidentifikasi H_0 ditolak, artinya ada hubungan sumber informasi dengan kesiapan siswa dalam menghadapi menarche di SDIT al qudwah.

Saran

Hasil penelitian ini akan menambah referensi, serta membuktikan ada atau tidaknya pengetahuan, sumber informasi dengan kesiapan siswa menghadapi menarche di SDIT al qudwah. Selain itu hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, C., & Febrianty, R. (2017). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Peran Ibu dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas 4-6 di SD 3 Peuniti Kota Banda Aceh.
- Astriana. (2017). Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Di Madrasah Tsanawiyah (MTs) Dinniyah Putri Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung. Jurnal Kebidanan Vol 3, No 4, Oktober2017: 196 -203
- Badan Pusat Statistik Kota Lubuk Linggau (2019). jumlah remaja putri berdasarkan usia.

- Chrisanti dan Sudarma. (2018). Hubungan Konsumsi Susu Dengan Usia Menarche Pada Anak Usia 12-15 Tahun. Seminar Nasional Pakar ke 1 Tahun 2018
- Harnani. (2020). Teori Kesehatan Reproduksi. Yogyakarta: CV Budi Utama.
- Haruna, S. R., & Rahim, A. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Dengan Kecemasan Siswi Pada Kelas V Dan Vi Di Sd Inpres Tello Baru.
- Hidayah, N., & Palila, S. (2018). Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu.
- Jalaluddin (2019) Pengetahuan, Konsep dan Teori Pendidikan. Jakarta: Aksara Baru
- Juwita, S. (2018). Hubungan Dukungan Ibu dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche. *KESMARS*:
- Eny. (2019). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Salemba Medika.
- Mahakam, J. H., Purwanto, E., & Hendriani, D. (2019). Hubungan pengetahuan siswi kelas IV SD tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche.
- Makarimah. (2017). Status Gizi Dan Persen Lemak Tubuh Berhubungan Dengan Usia Menarche Anak Sekolah Dasar Di Sd Muhammadiyah Gkb 1 Gresik. *Media Gizi Indonesia, Vol. 12, No. 2 Juli –Desember 2017: hlm. 191–198*
- Masturoh. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- Meylina, K. C. (2019) hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche di SDN Bulutengger Sekaran Lamongan", Skripsi, pp. 1–86. Available at: <http://repository.unair.ac.id/91071/>.
- Novitasarai. 92018). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi SDN Asrikaton <http://journal2.um.ac.id/index.php/preventia/article/download/5923/3048>
- Nurngaini, S. (2019). Kesiapan remaja putri sekolah dasar dalam menghadapi menarche dini studi kualitatif pada siswa SD Islam Al-Azhar 14 Semarang <http://www.fkm.undip.ac.id/data/index.php?action=4&idx=1989>.
- Nurmawati, I., & Erawantini, F. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Siswi Sd Dalam Menghadapi Menarche.
- Ratnaningsih. (2017). Hubungan Status Gizi Dengan Usia Menarche Pada Siswa Sd Negeri Desa Sidoarum Kecamatan Godean Yogyakarta. <http://digilib.unisayogya.ac.id>
- Riset Kesehatan Dasar. (2018). Data usia menarche. Jakarta
- Rumiyandini et al (2021). Pengetahuan berhubungan dengan kesiapan siswi dalam menghadapi menarche di SDN Kaliurip Purworejo. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*. Volume 5 No. 2, April 2021
- Sholeha, H. (2016). Hubungan Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Tingkat Kecemasan Pada Siswi Sekolah Dasar Negeri (SDN) Di Desa Ajung Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember.
- Siregar, D. S. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga tentang Menstruasi dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP Swasta Nurul Ilmi Padang sidempuan.
- Sukarni K, I. & M. Z. (2018). *kehamilan, persalinan, dan nifas* (pertama). Nuha Medika.
- Yamani. (2017). Hubungan Pengetahuan Tentang Menarche Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Remaja Putri Awal. *Skripsi*