

# Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche

*The Influence of Menstruation Health Education on Knowledge and Attitudes of Young Women in Facing Menarche*

Fidya Hanifa<sup>1</sup>, Sawitri Dewi<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Purwokerto

## ARTICLE INFO

### Article history:

DOI:

[10.30595/pshms.v4i.563](https://doi.org/10.30595/pshms.v4i.563)

Submitted:

August 11, 2022

Accepted:

November 30, 2022

Published:

January 02, 2023

### Keywords:

Pengetahuan, Sikap, Menarche

## ABSTRACT

Usia remaja dimulai sejak usia 10-18 tahun. adanya pertumbuhan dan perkembangan dalam system perubahan tubuh, yang memerlukan pemahaman dan bimbingan, salah satu perubahan yang terjadi yaitu menstruasi hari pertama atau *Menarche*. Metode dalam penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan menggunakan desain *pre-eksperimental* dengan metode *one group pretest posttest design*. Lokasi penelitian dilakukan di SD wilayah Desa Dukuwaluh. Teknik pengambilan sampel menggunakan Teknik *probability sampling*, dengan metode *simple random sampling*, dengan jumlah 56 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan memiliki rata-rata 10,34 terjadi peningkatan menjadi 13,05 setelah diberikan pendidikan kesehatan. Hasil yang sama menunjukkan sikap remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan nilai rata-rata 29,21 terjadi peningkatan menjadi 32,71 setelah diberikan pendidikan kesehatan. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p=0,000 (<0,05)$ . Kesimpulannya adalah terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

*This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).*



### Corresponding Author:

Sawitri Dewi

Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Email: [sawitridewi79@gmail.com](mailto:sawitridewi79@gmail.com)

## 1. PENDAHULUAN

Selama masa remaja, perubahan tubuh terjadi begitu cepat, adanya pertumbuhan dan perkembangan dalam system perubahan tubuh, yang memerlukan pemahaman, bimbingan dan dukungan terhadap lingkungan, agar terciptanya kesehatan secara fisik, mental dan social. Menurut World Health Organization (WHO), dianggap sebagai remaja pada usia 10 hingga 18 tahun. Berdasarkan latar belakang etnis atau ras, rata-rata usia wanita mengalami menarche bervariasi sekitar usia 12 tahun (Lacroix and Langker, 2019).

Risiko psikologis yang dihadapi para remaja yang mengalami pubertas adalah kurangnya kesiapan (UNESCO dan Dewan Kependudukan dan Keluarga Nasional Perencanaan, 2013). Kesiapan menghadapi menarche adalah kondisi siap menghadapi haid pertama yang merupakan salah satu bentuk kematangan fisik. Menurut Retnaningsih, Wulandari dan Afriana (2018), 77,8% dari siswa yang belum siap untuk menstruasi yaitu mereka yang dapat beresiko mengalami kecemasan dan kurangnya dalam perilaku vulva hygiene.

Haid pertama yang dialami remaja putri banyak sekali yang mengakibatkan kekhawatiran, ketakutan, penyebabnya dikarenakan nyeri haid yang sering sekali dialami pada saat haid pertama dan haid kedua. Rasa sakitnya terjadi dibagian bawah perut, pinggul, punggung bagian bawah atau paha. Hal tersebut wajar dialami oleh seorang perempuan (Rudi, 2016).

Pengetahuan sangat penting diberikan pada siswi sebelum mengalami *menarche* sebab jika seorang remaja tidak diberikan pemahaman tentang *menarche* serta belum mempersiapkan menghadapi *menarche* akan timbul perasaan atau hasrat untuk menolak proses fisiologis tersebut. Akan muncul asumsi yang keliru tentang menstruasi, mereka akan beranggapan menstruasi sesuatu yang kotor, tidak suci, najis, ternoda dan mengancam keadaan dan dapat berlanjut kearah yang lebih negatif. Berbeda bagi mereka yang sudah bersikap positif saat menghadapi *menarche*, mereka akan merasa suka dan bangga dikarenakan mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis (Merlis, 2021).

Menarche merupakan suatu tanda yang penting bagi wanita untuk menunjukkan adanya produksi hormon yang diproduksi oleh hipotalamus kemudian diteruskan pada ovarium dan uterus. Perempuan yang belum siap menghadapi menarche akan timbul ada keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut, mereka akan merasa haid sebagai sesuatu yang kejam dan mengancam, keadaan ini dapat berlanjut kearah yang lebih negatif. Oleh karena itu Memberikan pendidikan kesehatan dengan informasi yang benar tentang menstruasi sangat berguna bagi remaja putri dalam menghadapi fase awal menstruasi dan juga agar remaja putri tidak khawatir dengan apa yang akan ia hadapi.

## 2. METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan menggunakan desain *pre-eksperimental* dengan metode *one group pretest posttest design*. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh pengetahuan sebelum dilakukannya Pendidikan Kesehatan mengenai menstruasi. Akan dilaksanakan dua kali pengukuran, yaitu yang pertama dilakukannya sebelum memberikan Pendidikan Kesehatan, melalui kuisioner pertama (*pretest*). Dan yang kedua (*Post test*) digunakan untuk melihat sejauh mana perubahan pengetahuan dan sikap setelah diberikan Pendidikan Kesehatan.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas Sekolah dasar di SD Wilayah Dukuhwaluh terdiri dari SD N 1 Dukuhwaluh, SDN 2 Dukuhwaluh, SDN 3 Dukuhwaluh, SDN 4 Dukuhwaluh dan SD UMP, SD UMP memiliki siswi dari usia remaja sebanyak 287 Remaja Siswi di SD wilayah Dukuhwaluh. Pada penelitian pendahuluan siswi yang belum mengalami menstruasi di SD Wilayah Dukuhwaluh sebanyak 133 siswi, jadi untuk total populasi sebanyak 133 siswi.

Sampel adalah bagian dari kuantitas dan karakteristik yang dimiliki oleh suatu populasi (Sugiyono, 2013). Jadi sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah 56 responden di SD Wilayah Dukuhwaluh yang ditemukan menggunakan rumus besar sampel untuk analitik korelatif ordinal-ordinal (Sopiudin, 2021).

## 3. HASIL PENELITIAN

Berdasarkan analisis univariat dapat diketahui bahwa dari 56 responden, umur responden berkisar antara 10-12 tahun. 23 responden (41%) berumur 10 tahun, 23 responden (41%) berumur 11 tahun, dan 10 responden (18%) berumur 12 tahun. Pada Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja dalam Menghadapi Menarche Sebelum dan Sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan Tentang menstruasi diketahui bahwa hasil distribusi frekuensi responden dari jawaban tentang pengetahuan remaja sebelum diberikannya pendidikan kesehatan tentang menstruasi yang memiliki pengetahuan baik 31 responden (55,36%), 13 responden (23,21%) memiliki pengetahuan cukup, dan 12 responden (21,43%) memiliki pengetahuan kurang. Setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi terdapat 54 responden (96,43%) memiliki pengetahuan baik, 1 responden (1,79%) memiliki pengetahuan cukup, dan 1 responden (1,79%) memiliki pengetahuan kurang.

Dari analisis bivariat Pada penelitian ini uji normalitas dan dilakukan metode *Shapiro-Wilk* menunjukkan bahwa uji normalitas terhadap pengetahuan dengan menggunakan uji *Shapiro-Wilk* didapatkan hasil pada variable pre-test 0,001 dan post-test sebesar 0,000, yang artinya jika nilai signifikansi  $<0,05$  maka data penelitian tidak berdistribusi normal, jadi data tidak berdistribusi normal maka uji statistik dilanjutkan dengan menggunakan metode statistik non-parametrik menggunakan uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test*. Pada Distribusi Uji Normalitas pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi tentang sikap *Menarche* menggunakan Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa uji normalitas terhadap sikap dengan menggunakan uji *Shapiro-Wilk* didapatkan hasil pada variable pre-test 0,000 dan post-test sebesar 0,044 yang artinya jika nilai signifikansi  $<0,05$  maka data penelitian tidak berdistribusi normal, jadi data tidak berdistribusi normal maka uji statistik dilanjutkan dengan menggunakan metode statistik non-parametrik menggunakan uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi dalam Menghadapi *Menarche*, Hasil Analisis Uji *Wilcoxon* yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 31 responden (55,36%), kemudian setelah dilakukannya pendidikan kesehatan yang memiliki pengetahuan baik 1 responden

(96,43%). Berdasarkan hasil perhitungan *Wilcoxon* didapatkan nilai *p value* (Asymp.Sig 2 tailed) sebesar 0,000 (<0,05) sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hasil dari uji statistic dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang menstruasi pada remaja putri.

Pada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Sikap Remaja Putri dalam Menghadapi *Menarche* . hasil sikap remaja sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan tentang menstruasi dalam kategori positif sebanyak 8 responden (85,71%), kemudian setelah dilakukannya pendidikan kesehatan dalam kategori positif sebanyak 56 responden (100%). Berdasarkan hasil perhitungan *Wilcoxon* didapatkan nilai *p value* (Asymp.Sig 2 tailed) sebesar 0,000 (<0,05) sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hasil dari uji statistic dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap sikap tentang menstruasi pada remaja putri.

#### 4. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 56 responden diperoleh hasil pengolahan data dengan Teknik Analisa data yang dibagi menjadi dua yaitu Analisa univariat dan Analisa bivariat. Analisa univariat yaitu terdiri dari karakteristik responden usia, pengetahuan dan sikap, Analisa bivariat yaitu terdiri dari pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

Berdasarkan Analisa univariat karakteristik responden usia hasil penelitian didapatkan bahwa usia responden pada kategori remaja awal (10-12 tahun) dari 56 responden, di usia 10 tahun sebanyak 23 responden (44%), pada usia 11 tahun sebanyak 23 responden (44%), dan 10 responden pada usia 12 tahun (18%). Hal ini menunjukkan bahwa Sebagian besar responden yang belum mengalami menstruasi berada pada perkembangan remaja awal.

Distribusi frekuensi pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dapat diketahui bahwa dari 56 responden (100%) terdapat 31 responden (55,36%) memiliki pengetahuan yang baik, 13 responden memiliki pengetahuan cukup (23,41%), 12 responden (21,43%) memiliki pengetahuan kurang. Setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi, pengetahuan responden pada kategori kurang menjadi 1 responden (1,79%), memiliki kategori cukup menjadi 1 responden (1.79%), dan yang memiliki kategori pengetahuan baik meningkat menjadi 54 responden (96,43%). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perubahan pengetahuan responden setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dalam menghadapi *menarche*.

Berdasarkan hasil penelitian dari distribusi frekuensi sikap remaja putri sebelum diberikannya pendidikan kesehatan tentang menstruasi dalam menghadapi *menarche*, dari 56 responden terdapat 8 reponden (14,29%) memiliki sikap negative dan 48 responden (85,71%) memiliki sikap positif, dan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dalam menghadapi *menarche*, didapatkan dari 56 responden terdapat semua responden memiliki sikap positif 56 (100%) dan tidak ada yang memiliki sikap negatif.

Berdasarkan Analisa bivariat Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang menstruasi terhadap pengetahuan remaja putri dalam menghadapi *Menarche* Berdasarkan hasil penelitian terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi. Sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap pengetahuan didapatkan nilai rata-rata 10,34 dan sesudah diberikan kesehatan tentang menstruasi terhadap pengetahuan didapatkan nilai rata-rata 13,05. Kemudian didapatkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,00 (<0,05) karena nilai 0,00 lebih kecil dari <0,05, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan antara hasil pengetahuan dari pendidikan kesehatan tentang menstruasi, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SD Wilayah Dukuhwaluh. Hal ini sesuai dengan penelitian Hermi (2018) menyimpulkan bahwa pendidikan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan tentang menstruasi.

Hermi (2018) menyimpulkan bahwa pendidikan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan tentang menstruasi. Selain itu Asnah (2019) pendidikan kesehatan yang diberikan kepada siswa dapat meningkatkan pengetahuan terhadap manajemen kesehatan menstruasi.

Berdasarkan pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap sikap sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan nilai rata-rata 29,21 dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan nilai rata-rata 32,71 , dari kedua nilai rata-rata tersebut terdapat perubahan perbedaan antara nilai sikap sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan adalah 3,5. Hasil uji statistik didapatkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,00 (<0,05) karena nilai 0,00 lebih kecil dari <0,05, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, yang artinya ada perbedaan antara hasil sikap dari pendidikan kesehatan tentang menstruasi untuk Pre Test dan Post Test, sehingga dapat disimpulkan pula bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SD Wilayah Dukuhwaluh.

Hal ini sesuai dengan penelitian Asnah dkk (2019) yang menyatakan nilai rata-rata sikap siswi sebelum diberi pendidikan kesehatan adalah 10.23 dan setelah diberikan pendidikan kesehatan adalah 11.86. Hasil uji

statistik diperoleh beda mean 1.62 dan nilai  $P=0,001$ , maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pendidikan kesehatan terhadap sikap siswa.

Hal ini sesuai dengan penelitian Asnah dkk (2019) yang menyatakan nilai rata-rata sikap siswi sebelum diberi pendidikan kesehatan adalah 10.23 dan setelah diberikan pendidikan kesehatan adalah 11.86. Hasil uji statistik diperoleh beda mean 1.62 dan nilai  $P=0,001$ , maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pendidikan kesehatan terhadap sikap siswa.

## 5. KESIMPULAN

Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ini mengucapkan terimakasih kepada orang tua yang telah memberi dukungan moral sekaligus dana pada program penelitian ini.

## KETERBATASAN PENELITIAN

Terdapat keterlambatan dalam surat penelitian dari dinas pendidikan dikarenakan memerlukan proses yang cukup lama, sehingga dilakukan penelitian terlebih dahulu dengan izin pihak sekolah

## DAFTAR PUSTAKA

- Haryono, Rudi. 2016. *Siap Menghadapi Menstruasi & Menopause*. Yogyakarta : Gosyen Publishing
- Lacroix, A.E., and Langaker, M.D., 2019. *Physiology, Menarche. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing*.
- Nur, Asnah Sitohang, 2009. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SMP Dharma Pancasila Tentang Manajemen Kesehatan Menstruasi*. 4(2) : 126-130
- Lesmi, Hermi, 2018. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di SMP PAB 2 Medan*. Skripsi. Medan: Institut Kesehatan Helvetia
- Simon, Merlis dan Wahyuni Maria, 2021. *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kesiapan Siswi Dalam Menghadapi Menarche Di Sd Islam Guppi Kota Sorong*. *Nursing Inside Community*. 3(2) : 38-44
- Sugiyono. 2019. *Metodologi Penelitian Administrasi*. Jakarta : CV. Alfabeta
- UNESCO and National Board of Population and Family Planning, 2013. *Buku Suplemen Bimbingan Teknis Kesehatan Reproduksi: Pubertas*. Dikutip pada web : <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000229594>