

**The Relationship between Knowledge about Menstruation and Readiness to Face Menarche in Grade 5 Female Students at Muhammadiyah Elementary School Wirobrajan 3 Yogyakarta**

*Hubungan Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas 5 SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta*

Siti Fatima Assehro<sup>1\*</sup>, Nurul Mahmudah<sup>2</sup>  
<sup>1-2</sup> Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia

\*Corresponding Author: [sitifatimaassahra68@gmail.com](mailto:sitifatimaassahra68@gmail.com)

Received: 20 Oktober 2023; Revised: 21 Oktober 2023; Accepted: 23 Oktober 2023

**ABSTRACT**

*Menarche or what is also called first menstruation generally occurs in 10 - 14 years old teenagers. Some teenagers feel very dirty and uncomfortable on their first menstruation. The feeling of confusion, fear, anxiety always is felt by woman who experiences menstruation for the first time. This research aims to determine the relation between knowledge about menstruation and readiness to face menarche among 5th grade female students at The Elementary School (SD) Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta. This research had quantitative methods with a descriptive correlation research design and cross sectional approach on 10-11 years old female students at SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta with the total respondents is 39. The relation between knowledge about menstruation and readiness to face menarche with the correlation coefficient value using the Spearman's Rank Test statistically had a correlation coefficient value of 0.343 with a significant level of p value of  $0.032 < 0.05$ . It could be seen that the correlation coefficient obtained in this study was 0.343. The results proved that the relation between knowledge about menstruation and readiness to face menarche among female students at SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta in 2023 was classified as sufficient category.*

**Keywords:** Readiness, Menarche, Knowledge

**ABSTRAK**

*Menarche atau yang disebut juga dengan menstruasi pertama pada umumnya terjadi pada remaja yang berusia 10 - 14 tahun. beberapa remaja juga menganggap bahwa merasa sangat kotor saat menstruasi pertama, tidak nyaman Perasaan bingung, ketakutan, gelisah selalu menyelimuti perasaan seorang wanita yang mengalami menstruasi untuk pertama kali. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 5 SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan dalam penelitian ini adalah *cross sectional* pada siswi rentang umur 10 - 11 tahun di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta dengan jumlah responden 39 orang. Hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* dengan nilai koefisien korelasi dengan Uji *Spearman's Rank* secara statistik memiliki nilai koefisien korelasi sebesar 0,343 dengan taraf signifikan p *value* sebesar  $0,032 < 0,05$ . Dapat diketahui keeratan koefisien korelasi yang diperoleh dalam penelitian ini*

sebesar 0,343 Hasil membuktikan bahwa hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta tahun 2023 termasuk dalam kategori cukup.

**Kata kunci** : Kesiapan, *Menarche*, Pengetahuan

## LATAR BELAKANG

Menurut World Health Organization (WHO) sekitar seperlima dari penduduk dunia adalah remaja berumur 12 – 16 tahun mengalami perubahan usia menarche. Di Amerika Serikat, sekitar 95% wanita remaja mempunyai tanda – tanda pubertas dengan menarche pada umur 12 tahun dan umur rata - rata 12,5 tahun yang diiringi dengan pertumbuhan fisik saat menarche (WHO, 2018).

Hasil Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) Remaja Tahun 2017 menunjukkan usia menarche perempuan Indonesia adalah usia kurang dari 10 tahun sebanyak 2%, usia 11 tahun sebanyak 7%, usai 12 tahun sebanyak 12%, usia 13 tahun sebanyak 27,7%, usia 14 tahun sebanyak 22,9%, usia 15 tahun sebanyak 10,9%, usia 16 tahun sebanyak 2,3%, usia 17 tahun sebanyak 3,6%. Hasil Riset Kesehatan Dasar bahwa 5,2% anak -anak di 17 provinsi Indonesia mengalami menarche di bawah usia < 12 tahun Sehingga Indonesia menempati urutan ke 15 dari 65 negara. Berdasarkan data SDKI 2017 terdapat 2% remaja perempuan yang nngalami menarche dini (Kemenkes Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia, 2017).

Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) jumlah remaja usia 10 - 19 tahun berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) DIY tahun 2019 sebesar 535.048 orang atau sekitar 14,07% dari total jumlah penduduk di DIY. Jumlah remaja putri Di Kabupaten Sleman yang berusia 10 - 19 tahun sebanyak 35,5% (DIY, 2019).

Kebijakan pemerintah berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.02.02/MENKES/52/2015 tentang Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015 - 2019, salah satu sasaran strategis yang akan dicapai Kementerian Kesehatan adalah pembinaan ketahanan remaja, Indikator keberhasilan diukur dari peningkatan persentase pengetahuan dan pemahaman remaja tentang kesehatan reproduksi sebesar 75% (Kementerian kesehatan RI, 2018).

Pengetahuan tentang menstruasi yang kurang mengakibatkan remaja akan menganggap datangnya menarche merupakan gejala dari datangnya suatu penyakit, sehingga menimbulkan kepanikan, dan beberapa remaja juga menganggap bahwa merasa sangat kotor sangat menstruasi pertama, sehingga mereka merasa malu, hal tersebut membuat remaja putri tidak siap menghadapi datangnya menarche (Novitasari, 2018).

Pemahaman yang mendalam mengenai proses menstruasi pertama (*menarche*) sebagai proses yang normal yang terjadi pada wanita dapat dijadikan indikator dalam mengukur kesiapan remaja putri dalam menghadapi (*menarche*) (Khairani, 2011). (Muniroh, 2017) Faktor yang mempengaruhi ketidaksiapan yaitu usia lebih cepat, dan orang tua yang belum siap. Hal ini menyebabkan kurangnya pemahaman tentang menstruasi di kalangan siswa. Peran orang tua khususnya ibu sangat penting bagi anak untuk mempersiapkan *menarche*.

Dampak dari ketidaksiapan menghadapi *menarche* adalah mempunyai resiko 4,079 kali berperilaku vulva hygiene tidak baik (Novitasari, 2018). mengakibatkan resiko terjadinya infeksi pada saluran kemih (isk), berhentinya haid dan gangguan menstruasi. Hal ini didukung dengan tidak adanya pengetahuan remaja tersebut mengenai *menarche* (Novitasari, 2018).

Pandangan masyarakat masih menganggap informasi tentang *menarche* sebagai hal yang tabu, Hal ini menjadikan keluarga sebagai sumber informasi utama bagi remaja Sebagian besar orang tua masih menganggap menstruasi sebagai topik yang tabu dan tidak perlu dibicarakan sehingga remaja awal kurang memiliki pengetahuan dan kesiapan yang cukup baik tentang perubahan - perubahan fisik dan psikologis terkait *menarche*, masih ada budaya diam dan keyakinan atau persepsi negatif yang diturunkan dari generasi ke generasi ke generasi oleh karena itu, pemberian informasi dan pendidikan diperlukan untuk menciptakan kesiapan menghadapi *menarche* sehingga anak perempuan dapat melewati masa pertama dan selanjutnya siklus haid lancar (Abursyaid, 2017).

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Purposive sampling*, yaitu untuk menentukan sampel sebuah penelitian yang memang memerlukan kriteria – kriteria tertentu. Sesuai kriteria didapatkan 39 responden sehingga dari jumlah tersebut dijadikan sampel dalam penelitian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini berupa karakteristik responden berdasarkan usia dan distribusi frekuensi pengetahuan menstruasi serta kesiapan menghadapi menarche yang disajikan dalam beberapa table dibawah ini :

Tabel 1  
Karakteristik responden berdasarkan usia SD Muhammadiyah wirobrajan 3 Yogyakarta

No	Usia	Jumlah	
		Frekuensi (orang)	Presentse (%)
1	10	30	76,9
2	11	9	23,1
	Total	39	100

Sumber : Data primer 2023

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa mayoritas responden berusia 10 tahun yaitu sebanyak 30 orang (76,9%), responden berusia 11 tahun sebanyak 9 orang (23,1%).

Tabel 2  
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang Menstruasi di SD Muhammadiyah wirobrajan 3 Yogyakarta

No	Kategori Tentang Pengetahuan	Jumlah	
		Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	18	46.2
2	Cukup	19	48.7
3	Kurang	2	5.1
	Total	39	100

Sumber : Data primer 2023

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan tentang menstruasi dalam kategori baik sebanyak 18 orang (46.2%), dalam kategori cukup sebanyak 19 orang (48.7%), dalam kategori kurang sebanyak 2 orang (5.1%)

Tabel 3  
Distribusi Frekuensi Kesiapan Menghadapi *Menarche* di SD Muhammadiyah  
wirobrajan 3 Yogyakarta

No	Kategori Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>	Jumlah	
		Frekuensi	Persentase (%)
1	Siap	10	25.7
2	Cukup Siap	22	56.4
3	Kurang Siap	7	17.9
	Total	39	100

Sumber : Data primer 2023

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki kesiapan menghadapi *Menarche* dalam kategori siap sebanyak 10 orang (25.6%), responden yang memiliki kesiapan dalam kategori cukup siap sebanyak 22 orang (56.4%), dan responden yang memiliki kesiapan dalam kategori kurang siap sebanyak 7 orang (17.9%).

## Pembahasan

### 1. Pengetahuan Tentang Menstruasi Pada Siswi SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta

Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, dan perabaan. Sebagian besar melalui mata dan telinga (Notoamodjo, 2018). Yang merupakan aspek pengetahuan dalam penelitian ini yaitu siswi mampu mengetahui dan memahami segala hal tentang *menarche* atau menstruasi pertama, seperti pengertian, siklus, fisiologi, tanda-tanda akan datangnya haid pertama, dan kebersihan diri. Remaja akan mengalami *menarche* membutuhkan kesiapan mental yang baik karena perubahan yang terjadi pada saat menstruasi pertama dan menyebabkan remaja menjadi canggung (Juwita dan Yulita, 2018).

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 18 orang (46.2%), pengetahuan cukup sebanyak 19 orang (48.7%), pengetahuan kurang sebanyak 2 orang (5.1%).

Dengan tingginya pengetahuan yang dimiliki seorang remaja putri dalam menghadapi *menarche* maka seorang remaja putri tersebut akan mengetahui lebih banyak pentingnya persiapan menghadapi *menarche*, sehingga mereka akan

melakukan persiapan dengan benar Dan dengan terbatasnya pengetahuan maka seorang remaja putri tersebut tidak akan melakukan persiapan menghadapi *menarche*. Remaja putri dengan pengetahuan yang kurang lebih cenderung merasa malu dan khawatir saat mengalami *menarche*. Hasil rekap kuesioner pengetahuan diperoleh skor terendah pada pertanyaan nomor 6 (Menstruasi yang terjadi setiap 21 hari atau 35 hari merupakan siklus yang tidak normal). Menurut Yumma Yasirah dan Elka Halifah (2021) kurangnya pengetahuan, pemahaman, dan informasi, serta pengaruh budaya, mempengaruhi kecemasan remaja putri saat *menarche*.

## 2. Kesiapan menghadapi *menarche*

Kesiapan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*), yang keluar dari tempat khusus wanita pada saat menginjak usia 10 - 16 tahun, yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklik (berulang-ulang) (Fajri & Khairani, 2017). Hal ini sesuai dengan karakteristik responden usia 10 tahun sebanyak 30 orang (76,9%) usia 11 sebanyak 9 orang (23.1%).

Berdasarkan Hasil penelitian responden yang memiliki kesiapan menghadapi *menarche* dalam kategori siap sebanyak 10 orang (25.6%), pengetahuan cukup siap sebanyak 22 orang (56.4%), pengetahuan kurang siap sebanyak 7 orang (17.9%). diketahui dari hasil rekap kuesioner kesiapan diperoleh skor terendah pada pertanyaan nomor 8 (saya takut merasakan sakit jika mengalami menstruasi) Hal ini ditandai dengan rasa cemas ketika mengalami masa awal menstruasi dan beranggapan bahwa menstruasi adalah suatu hal yang tidak wajar. Hal ini membuat seorang anak yang mengalami *menarche* akan merasa, takut, dan gelisah (Yumma Yasirah, Elka Halifah, 2021).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Lutfiya (2016:135) menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi kesiapan siswi sekolah dasar adalah pengetahuan dengan nilai p-value 0,012. Semakin kurang tingkat pengetahuan yang dimiliki seseorang, maka dorongan untuk bersikap siap dalam menghadapi *menarche* juga kurang.

### 3. Pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche

Perilaku manusia adalah hasil dari pengetahuan, menurut Notoatmodjo. Jika manusia memiliki sedikit pengetahuan, mereka akan memiliki keinginan yang lebih kecil untuk berperilaku. Semakin rendah tingkat pengetahuan seseorang, semakin kecil kemungkinan mereka untuk siap menghadapi *menarche* (Notoatmodjo, 2014). Di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta menunjukkan arah kecenderungan pada siswi dengan pengetahuan baik akan lebih siap dalam menghadapi menstruasi pertama, sedangkan siswi dengan pengetahuan kurang cenderung tidak siap dalam menghadapi menstruasi pertama. Namun terdapat seorang siswi yang memiliki pengetahuan baik atau cukup namun kurang siap menghadapi *menarche*, hal ini dikarenakan faktor lingkungan mereka tinggal, misalnya kebiasaan atau adat yang menganggap menstruasi hal yang tabu untuk diketahui anak, jadi siswi mendapat informasi mengenai menstruasi hanya sebatas dari pelajaran saja, sehingga kesiapan psikis mereka kurang (Hastuti,dkk., 2014:21).

Sedangkan pada siswi dengan pengetahuan yang cukup namun siap menghadapi *menarche* disebabkan karena faktor teman sebaya, seperti penelitian Puspita, dkk. (2015:7) teman sangat berperan penting dalam bertukar informasi dan pengalaman, salah satunya mengenai menstruasi. Karena mereka sering bertukar cerita mengenai menstruasi dengan teman yang sudah mengalami *menarche*, sehingga mengerti bagaimana keadaan ketika mendapat menstruasi pertama bahwa tidak menakutkan dan merupakan hal yang wajar sehingga dapat mempengaruhinya, meskipun pengetahuan tentang menstruasi mereka masih kurang. Pada hasil penelitian menunjukkan sebagian besar murid berpengetahuan cukup tentang menarche dan telah siap menghadapi menarche dibanding dengan yang berpengetahuan kurang. Hal tersebut disebabkan karena para murid memiliki akses yang cukup luas untuk mendapat informasi yang didapat tidak hanya dari satu sumber saja, tapi juga dari beberapa sumber seperti televisi dan buku. Selain itu informasi bisa juga didapatkan dari orang tua dan keluarga. Dengan adanya peran orang tua dalam memberikan informasi tentang menstruasi secara dini dapat dijadikan sebagai salah satu faktor remaja putri cukup dalam memahami menstruasi pertamanya nanti. Pengetahuan dalam penelitian ini dilihat dari siswi mampu mengetahui dan memahami segala hal tentang menarche atau menstruasi pertama, seperti mengetahui pengertian dari menstruasi, siklus, fisiologi, tanda-tanda akan datangnya haid pertama, dan kebersihan diri misalnya penggunaan

pembalut. Dalam penelitian ini siswi dikatakan memiliki pengetahuan yang cukup apa bila memahami hal tersebut begitu pun sebaliknya.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Selia juwita dengan judul Hubungan Pengetahuan Remaja Putri dalam menghadapi menarche dengan nilai  $p < 0,05$  yang artinya ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche. Temuan penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri memiliki pemahaman yang baik tentang menarche karena mereka mempelajarinya dari ibu atau keluarga mereka. agar remaja putri dapat mempersiapkan mental menarche Peran orang tua dalam memberikan informasi tentang menarche kepada remaja merupakan bekal untuk mempersiapkan remaja secara psikologis menghadapi menstruasi pertamanya (Juwita and Yulita, 2018).

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan spearman rank didapatkan nilai *p-value* sebesar  $0,032 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche*

### **Saran**

Pihak sekolah diharapkan bisa bekerjasama dengan Puskesmas wirobrajan untuk memberikan penyuluhan kesehatan reproduksi khususnya tentang *menarche* agar dapat memberikan pemahaman pada siswinya sehingga dapat membantu siswi mempersiapkan menstraasi pertamanya dan akan siap dalam meenghadapi *menarche*

## **DAFTAR PUSTAKA**

Afifah, A & Hastuti, T. P. (2016). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan VI Di SD Negeri Dangkel Parakan Temanggung, Jurnal Kebidanan*, vol.2, no.11, Oktober 2016.

Alfiza, F (2019). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi SD Muhammadiyah Suryowijayan Yogyakarta. Skripsi Universitas Aisyiyah Yogyakarta.*

Ameade, E. P. K., & Garti, H. A. (2016). *Relationship between Female University Students' Knowledge on Menstruation and Their Menstrual Hygiene Practices: A Study in Tamale, Ghana. Advances in Preventive Medicine*, 2016, 1–10.  
<https://doi.org/10.1155/2016/1056235>

- Arfiah & Mutmaina. (2022). *Asuhan Kebidanan Kehamilan 1*. Sumtra barat : Insan Cendekia Mandiri.
- Balitbang Kemenkes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar, RISKESDAS*. Jakarta : Balitbang Kemenkes.
- Budiman & Riyanto A. (2013). *Kapta Selektif Kuesioner Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Data Pusat & Informasi Kementerian Kesehatan RI. 2017. *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja*.
- Ellya, E (2016). *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta. Trans Info Media.
- Ghozali, Imam. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro: Semarang.
- Hastuti, T., Afifah, A., (2014). *Hubungan tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V dan VI di SD Negeri Dangkel Parakan Temanggung*. *Jurnal Keidanan*.
- Herwati & Murniati. (2022). *Monograf Menghadapi Menarche Pada Anak Sekolah Dasar*. Jambi : Nem.
- Hidayah,N (2018). *Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau Dari Kelekatan Aman Anak Dan Ibu*. Vol.5,No.2 2018.
- Kemenkes RI (2017). *Survey Demografi Kesehatan Indonesia 2017*. Jakarta : Kemenkes RI
- Kementrian RI. (2018). *Rencana Kementrian Kesehatan*. 2015 – 2019. Jakarta. Kemenkes RI.
- Khoiriah, R (2018). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi SD Nahdatul Ulama Yogyakarta*. *Skripsi Universitas Aisyiyah Yogyakarta*.