

SKRIPSI

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG *MENARCHE*
TERHADAP KECEMASAN MENGHADAPI *MENARCHE* PADA
SISWI USIA 10-11 TAHUN DI SD ADABIAH PADANG
TAHUN 2010

Penelitian Keperawatan Maternitas



Oleh

MURYATI
0810325115

PROGRAM STUDY ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2010

ABSTRAK

Menarche adalah peristiwa menstruasi pertama kali sebagai tanda permulaan pubertas pada remaja putri. *Menarche* merupakan peristiwa penting pada remaja putri sebagai pertanda siklus masa subur sudah di mulai. Datangnya *menarche* justru membuat sebagian remaja cemas dan menganggap bahwa darah haid adalah suatu penyakit sehingga dapat mengganggu proses belajar anak. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat kecemasan sebelum dan setelah pendidikan kesehatan tentang *menarche* dan mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi usia 10-11 tahun di SD Adabiah Padang tahun 2010. Metode penelitian yang digunakan adalah metode pre eksperimental dengan pendekatan One-Group Pre-test-post-test. Penelitian ini dilakukan dari tanggal 2 sampai 7 Agustus 2010 dengan jumlah sampel 42 orang siswi yang belum *menarche*. Semua responden dalam penelitian ini diberikan pendidikan kesehatan. Instrumen pengumpulan data berupa lembar kuisioner *Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS)*. Uji statistiknya menggunakan uji *Wilcoxon*. Hasil penelitian ini menunjukkan penurunan tingkat kecemasan pada siswi dan terdapat pengaruh pemberian pendidikan kesehatan tentang *menarche* yang bermakna terhadap kecemasan menghadapi *menarche* ($p=0,000$). Bagi petugas puskesmas yang bertanggung jawab di bidang promosi kesehatan dan guru pengurus UKS dengan ini disarankan agar pendidikan kesehatan tentang *menarche* atau menstruasi ini diberikan kepada siswi yang belum *menarche* untuk mengurangi kecemasan siswi.

Kata kunci : Pendidikan kesehatan, kecemasan, *menarche*.

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permulaan masa pubertas yang merupakan sebagai pematangan fungsi reproduksi, pada perempuan ditandai dengan haid. Remaja putri yang telah memasuki masa pubertas akan mengalami *menarche* (Manuaba, 2004). *Menarche* didefinisikan sebagai saat pertama kali menstruasi, yaitu keluarnya cairan darah dari alat kelamin wanita berupa luruhnya lapisan dinding dalam rahim yang banyak mengandung pembuluh darah (Kartono, 2006).

Pubertas pada anak putri tercapai pada usia 12-16 tahun, namun kejadian pubertas ini bervariasi dipengaruhi oleh keturunan, bangsa, iklim, lingkungan, ras atau suku bangsa, faktor iklim, cara hidup, keterpaparan terhadap media masa orang dewasa dan lingkungan serta rangsangan-rangsangan kuat dari luar, seperti film-film seks (*blue film*), buku-buku bacaan dan majalah bergambar seks, godaan dan rangsangan dari kaum pria, pengamatan langsung terhadap perbuatan seksual, semua itu tidak hanya mengakibatkan memuncaknya atau semakin panasnya reaksi-reaksi seksual saja akan tetapi juga mengakibatkan kematangan seksual yang lebih cepat pada diri anak, namun semakin muda usia anak perempuan tersebut maka akan semakin belum siap menerima peristiwa menstruasi (Kartono, 2006).

Menurut Kartono bahwa pada masa pubertas akan timbulah bermacam-macam peristiwa, yaitu: reaksi hormonal, reaksi biologis dan reaksi

psikis. Semua ini bisa berproses dalam suasana hati yang normal pada anak gadis, tetapi kadang kala juga berjalan tidak lancar atau tidak normal dan bisa menimbulkan macam-macam masalah psikosomatik yaitu penyimpangan-penyimpangan dan gangguan psikis yang menimbulkan gangguan pada kesehatan jasmani. Masalah psikosomatik dapat menimbulkan gejala psikologis yang sangat mencolok pada peristiwa haid pertama ialah kecemasan atau ketakutan diperkuat oleh keinginan untuk menolak proses fisiologis.

Hall seorang Ahli Psikologi Remaja mengemukakan bahwa pada masa pubertas ini anak dan remaja akan mengalami beragam hal dalam kehidupan emosi dan perasaan disebut sebagai *strom and stress* sehingga tak aneh jika melihat usia pubertas ini menjadikan remaja menjadi gampang marah, mudah tersinggung. Berdasarkan data penelitian tahun 2003 di Amerika Serikat, menunjukkan bahwa gangguan kecemasan secara umum adalah salah satu bentuk penyakit jiwa terbanyak yang dialami anak-anak dan 10 % di antaranya membutuhkan perawatan medis. Prevalensi yang diperoleh dari berbagai penelitian didapatkan angka 5 -50 % (Ghozally, 2007).

Kecemasan yang dialami anak biasanya berupa reaksi ketakutan dengan suatu hal, lingkungan yang baru atau sesuatu yang baru, keterpisahan dengan orang terdekatnya, juga yang berkaitan dengan tugas sekolah yang diberikan. Fakta yang terjadi bahwa antara 9 -15% anak dan remaja di Amerika mengalami gejala kecemasan yang mengganggu kegiatan atau rutinitas keseharian mereka. Anak dan remaja yang mengalami kecemasan ini

BAB VII PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat diambil kesimpulan

1. Tingkat kecemasan siswi yang akan menghadapi *menarche* sebelum diberi pendidikan kesehatan tentang *menarche* di SD Adabiah Padang, lebih dari separuh responden yang mengalami kecemasan sedang.
2. Tingkat kecemasan siswi yang akan menghadapi *menarche* setelah diberi pendidikan kesehatan tentang *menarche* di SD Adabiah Padang, lebih dari separuh responden mengalami kecemasan ringan.
3. Terdapat pengaruh pada pemberian pendidikan kesehatan tentang *menarche* terhadap kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi usia 10-11 tahun di SD Adabiah Padang, nilai $p=0,000$.

B. Saran

Dalam upaya meningkatkan kesiapan dalam menghadapi *menarche* maka perlu direkomendasikan hal-hal sebagai berikut:

1. Bagi institusi pendidikan, yaitu pengurus UKS sekolah hendaknya dapat meningkatkan peran dalam mengenali dan menangani masalah kesehatan reproduksi siswi terutama mengenai kesiapan menghadapi *menarche*, baik dari segi lingkungan yang kondusif, informasi yang penting dan benar dari guru tentang menstruasi, serta program UKS lebih ditingkatkan lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustian, G. A. R. (2009). *Pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kecemasan menghadapi menarche pada siswi kelas v di SD N giwangan yogyakarta*. Skripsi
- Baradero. (2007). *Panduan kesehatan reproduksi wanita*. Jakarta : SKP
- Bruuer & Suddarth. (2001). *Buku ajar keperawatan medikal bedah*. Jakarta: EGC
- Capernito, L. Jl. (2000). *Buku saku diagnosa keperawatan*. Jakarta: EGC
- Chomaria, Nurul. (2008). *Aku sudah gede (ngobrolin pubertas buat remaja islam)*. Solo: Samudra.
- Dahlan, S. (2004). *Statistik untuk kedokteran dan kesehatan. Uji hipotesa dengan menggunakan SPSS program 12 jam*. Jakarta: PT. Arkans.
- Derek, L. & Jones. (2001). *Genekologi dan kesehatan wanita*. Jakarta: Gaya Faforit Press.
- Dianawati, A. (2003). *Pendidikan seks untuk remaja*. Jakarta: Kawan Pustaka
- Djamhoer, (2005). *Buku rampai obstetri dan genekologi sosial*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Dorlan, W. A. (2002). *Kamus kedokteran dorlan*. Jakarta: EGC
- Fendi. (2007). *Faktor-faktor pemahaman siswi tentang menstruasi dan kesiapan mental menghadapi menarche pada siswi SD V sawahan juwirangklaten*. Skripsi.
- Ghozally, F. R. (2007). *Memahami perkembangan psikologi remaja*. Jakarta: Prestasi Pustaka