

GAMBARAN KARAKTERISTIK REMAJA PUTRI KELAS VII PADA SAAT MENGHADAPI *MENARCHE* DI SMP N 2 UNDAAN KUDUS

Vivi Fitriyaningrum¹, Sri Hindriyastuti²

^{1,2}Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES Cendekia Utama Kudus Jl.
Lingkar Raya Kudus-Pati Km 5 Jepang, Mejobo Kudus

Email: vivifitri2@gmail.com

ABSTRAK

Masa remaja diawali dengan masa pubertas yang mana akan terjadinya perubahan fisik dan kematangan fungsi organ seksual. Masa pubertas pada remaja putri ditandai dengan haid atau menstruasi. *Menarche* merupakan peristiwa menstruasi yang terjadi pertama kali sebagai tanda kematangan alat reproduksi wanita. Menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 15 – 17 Mei 2020 menggunakan kuesioner. Subjek penelitian adalah siswi kelas VII (13- 14 tahun) berjumlah 40 responden. Penelitian bertujuan untuk mengetahui gambaran karakteristik remaja putri kelas VII pada saat menghadapi *menarche* di SMP N 2 Undaan Kudus. Hasil penelitian menunjukkan tingkat umur responden paling banyak umur 13 tahun sebanyak 35 responden (87,5%), Tingkatan kelas duduk di bangku kelas VI sebanyak 24 responden (60,0%), Tingkat kelas Ibu sebanyak 17 (42,5%) ibu responden mengalami *menarche* di bangku SMP, Sumber informasi ydari Ibu responden 23 orang (37,5%), Hal yang dirasakan saat pertama *menarche* 19 responden (47,5%) cemas, Frekuensi mengkonsumsi *junkfood* jarang sebanyak 34 orang (85,0%). Pendapatan orang tua perbulan 18 orang (45,0%) Rp 1.500.000/bln.

Kata Kunci : Remaja Putri, *Menarche*, Karakteristik

ABSTRACT

Adolescence begins with puberty in which physical changes and the maturity of sexual organs function. Puberty in adolescent girls is characterized by menstruation or menstruation. Menarche is a menstrual event that first occurs as a sign of the maturity of the female reproductive organs. Using quantitative descriptive methods. This research was conducted on 15-17 May 2020 using a questionnaire. The research subjects were class VII students (13-14 years) totaling 40 respondents. The research aims to find out the description of the characteristics of seventh grade teenage girls when facing menarche in Undaan Kudus N 2 Middle School. The results showed that the age of respondents at most was 13 years old as many as 35 respondents (87.5%), the level of class sitting on the bench class VI as many as 24 respondents (60.0%), Mother's class level as much as 17 (42.5 %) respondents experienced menarche in junior high school, the source of information from mothers of respondents 23 people (37.5%), what was felt when first menarche 19 respondents (47.5%) were anxious, the frequency of consuming junk food was 34 people (85, 0%). Monthly income of parents 18 people (45.0%) Rp 1,500,000 / month.

Keywords: *Young Women, Menarche, Characteristic*

LATAR BELAKANG

Tahapan tumbuh kembang merupakan masa yang unik dari masa remaja (Andriyani, 2014). Masa remaja merupakan suatu periode transisi antara masa kanak-kanak ke masa yang lebih dewasa, dimana terjadinya kematangan fisik, kognitif, sosial dan emosional yang cepat (Wong et al., 2009). Sebagian besar penduduk di Dunia berada pada usia remaja. Menurut *World Health Organization* (WHO) rentang usia remaja berusia antara 10-19 tahun (WHO, 2014). Ada sekitar 900 juta remaja yang berada di Negara berkembang. Data di Amerika Serikat jumlah remaja yang berusia 10-19 tahun ada sekitar 15%. Sedangkan di Asia Pasifik ada sekitar 60% dari penduduk Dunia dan seperlimanya merupakan remaja yang berusia 10-19 tahun (Junita, 2013). Remaja merupakan penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun menurut peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014.

Masa remaja diawali dengan masa pubertas yang mana akan terjadinya perubahan-perubahan fisik dan kematangan fungsi organ seksual (Rucita, 2010). Masa pubertas pada remaja putri akan ditandai dengan haid atau menstruasi (Batubara, 2010). *Menarche* merupakan peristiwa menstruasi yang terjadi pertama kali sebagai tanda kematangan alat reproduksi wanita (Joseph, 2010). *Menarche* merupakan menstruasi pertama biasanya terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa remaja awal (Proverawati, 2009).

Di Amerika Serikat sekitar 95% remaja mempunyai tanda pubertas pada usia 10-15 tahun, tetapi ada sebagian besar remaja perempuan mempunyai tanda pubertas pada usia 12 tahun (Sarwono, 2013). Di Rusia rata-rata usia menstruasi awal yaitu 13 tahun (Gant, 2010). Di Indonesia remaja putri yang mengalami menstruasi bervariasi antara usia 10-16 tahun dan rata-rata menstruasi berusia 12 tahun (Munda, 2013). Di Jawa Tengah ada sekitar remaja yang mengalami menstruasi pertama pada usia 11-12 tahun (Kementrian Kesehatan RI, 2010).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (2010) menunjukkan bahwa terdapat 5,2% anak-anak Indonesia telah memasuki usia *menarche* dibawah 12 tahun, dengan rata-rata usia *menarche* adalah 13 tahun (20,0%) dengan kejadian awal pada usia kurang dari 9 tahun dan ada yang lebih lambat sampai 20 tahun. Sedangkan di Jawa Tengah rata-rata usia *menarche* 13-14 tahun (38,6%), 14-15 tahun (20%), dan usia 11-12 tahun (19,4%).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan wawancara dari 10 siswi. Didapatkan bahwa 1 orang mengalami *menarche* saat berusia 9,5 tahun, 3 orang mengalami *menarche* saat SD kelas VI (10-11 tahun), 6 orang mengatakan mengalami *menarche* saat usia 12-13 tahun (SMP kelas VII). Dari hasil studi pendahuluan di atas peneliti tertarik untuk mengangkat topik penelitian tentang “Gambaran karakteristik remaja putri kelas VII pada saat menghadapi *menarche* di SMP N 2 Undaan Kudus”.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode deskriptif yaitu penelitian menggambarkan variabel-variabel yang diteliti tanpa menganalisa hubungan antar variabel (Dharma, 2011). Penelitian ini dilakukan pada tanggal 15-17 Mei 2020 dengan menggunakan alat ukur yang digunakan adalah kuesioner. Subjek penelitian ini adalah siswi kelas VII (umur 13-14 tahun) yang berjumlah 40 responden yang pemilihan sampelnya berdasarkan kriteria eksklusi dan inklusi. Analisa data menggunakan analisa univariat dengan uji *descriptive statistic*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran karakteristik remaja putri kelas VII pada saat menghadapi *menarche* di SMP N 2 Undaan Kudus.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

a. Distribusi Frekuensi Umur Menarche Responden

Tabel 4.1
Distribusi Frekuensi Umur Menarche Responden (N = 40)

Umur saat menarche	Frekuensi (F)	Presentase (%)
<13 Tahun	27	67.5
>13 Tahun	13	32.5
Total	40	100.0

Sumber : Data Primer 2020

Berdasarkan Tabel diatas diketahui bahwa distribusi umur responden saat *menarche* paling banyak berada di umur < 13 tahun sebanyak 27 responden (67,5%) dan paling sedikit adalah umur > 13 tahun sebanyak 13 responden (32,5%).

b. Distribusi Frekuensi Tingkat Kelas Saat Menarche

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Tingkat kelas saat menarche (N = 40)

Tingkat kelas	Frekuensi (F)	Presentase (%)
VI	24	60.0
VII	16	40.0
Total	40	100.0

Sumber : Data Primer 2020

Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa responden yang mengalami menarche pada saat duduk di bangku kelas VI sebanyak 24 orang (60,0%) dan responden yang duduk di bangku kelas VII sebanyak 16 orang (40,0%).

c. Distribusi Frekuensi Tingkat Pendidikan Ibu Responden

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Tingkat Pendidikan Ibu Responden (N= 40)

Tingkat pendidikan Ibu	Frekuensi (F)	Presentase (%)
SD	6	15.0
SMP	17	42.5
Tidak Tahu	17	42.5
Total	40	100.0

Sumber : Data Primer 2020

Berdasarkan tabel diatas didapatkan sebanyak 17 orang (42,5%) ibu yang mengalami menarche saat duduk di bangku SMP, 6 orang (15,0%) ibu yang mengalami menarche pada saat duduk di bangku SD. Dan 17 (42,5) orang anak tidak mengetahui kapan ibu mereka mengalami menarche.

d. Distribusi Frekuensi Sumber Informasi Pertama Responden

Tabel 4.4
Distribusi Frekuensi Sumber Informasi Responden (N=40)

Sumber Informasi	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Ibu	23	37.5
Saudara Kandung	2	5.0
Teman	1	2.5
Guru	14	35.0
Total	40	100.0

Sumber : Data Primer 2020

Berdasarkan tabel diatas di didapatkan bahwa responden mendapat informasi pertama tentang menarche 23 orang (37,5%) mendapat informasi dari Ibu, 14 orang (35,0%) mendapat informasi dari guru, 2 orang (5,0%) mendapat informasi dari saudara kandung dan 1 orang (2,5%) mendapat informasi dari teman.

e. Distribusi Frekuensi Konsumsi Junkfood/cepat saji

Tabel 4.6
Distribusi Frekuensi Konsumsi Junk Food (N=40)

Konsumsi Junfood	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Sering (4-7 x/minggu)	6	15.0
Jarang (<3 x/minggu)	34	85.0
Total	40	100.0

Sumber : Data Primer 2020

Berdasarkan tabel 4.15 di atas didapatkan bahwa responden dengan frekuensi mengkonsumsi junkfood/cepat saji jarang adalah sebanyak 34 orang (85,0%) dan yang sering sebanyak 6 orang (15,0%).

f. Distribusi Frekuensi Pendapatan Orang Tua Responden

Tabel 4.7
Distribusi Frekuensi Pendapatan Orang Tua Responden (N=40)

Pendapatan Orang tua	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Rp 1.500.000/bln	18	45.0
Rp 1.500.000- 2.500.000/bln	13	32.5
Rp < 1.500.000/bln	9	22.5
Total	40	100.0

Sumber : Data Primer 2020

Berdasarkan tabel diatas pendapatan orang tua perbulan didapatkan 18 orang (45,0%) Rp 1.500.000/bln, 13 orang (32,5%) berpenghasilan Rp. 1500.000-2.500.000/bln dan 9 orang (22,5%) berpenghasilan Rp < 1.500.000/bln.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian dari 40 responden di dapatkan bahwa usia rata-rata responden mengalami *menarche* adalah 13,12 tahun dengan simpangan baku 0,335. Umur termuda responden adalah 13 tahun dan umur tertua responden adalah 14 tahun. Berdasarkan Riskesdas (2010) rata-rata usia *menarche* pada perempuan usia 13 tahun (20,0%) dengan kejadian awal pada usia kurang dari 9 tahun. Sedangkan berdasarkan pengelompokan usia *menarche*

diketahui bahwa sebagian besar responden yaitu diketahui bahwa tingkat umur responden paling banyak berada di umur 13 tahun sebanyak 35 responden (87,5%) dan paling sedikit adalah umur 14 tahun sebanyak 5 responden (12,5%). Berdasarkan hasil penelitian dari 40 responden di dapatkan bahwa responden yang mengalami menarche pada saat duduk di bangku kelas VI ada sebanyak 24 orang (60,0%). Berdasarkan Riskesdas 2010, rata-rata usia *menarche* pada perempuan usia 13 tahun (20,0%) yang setara dengan anak kelas VI atau VII, sedangkan dalam penelitian ini didapatkan sejumlah 60,0%. Menurut Mustainah (2016) terjadinya percepatan usia menarche pada anak disebabkan oleh faktor-faktor internal maupun eksternal seperti status gizi pada anak, pola makan anak, sosial ekonomi, dan budaya.

Berdasarkan hasil penelitian,dari 40 responden didapatkan sebanyak 17 (42,5%) orang ibu yang mengalami menarche saat duduk di bangku SMP, 6 (15,0%) orang ibu yang mengalami menarche pada saat duduk di bangku SD. Dan 17 (42,5) orang anak tidak mengetahui kapan ibu mereka mengalami menarche. Sebagian responden mengetahui kapan Ibu mereka mengalami *menarche* yaitu saat Ibu mereka duduk di bangku SMP. Hasil data tersebut menunjukkan adanya komunikasi antara Ibu dan anak, hal ini berkaitan dengan penelitian yang sebelumnya dari Fajri (2011) yang membuktikan bahwa ada komunikasi ibu-anak memberikan peran sebesar 30% pada kesiapan siwi SMP Muhammadiyah Banda Aceh dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*), dengan $p=0,000$ ($p<0,01$) yang dimana terdapat hubungan antara komunikasi Ibu-anak dengan kesiapan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*). Hal ini berarti apabila komunikasi Ibu dan anak berlangsung efektif maka remaja akan siap dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*).

Dari hasil penelitian di atas hal yang dirasakan responden saat pertama *menarche* didapatkan 19 orang (47,5%) mengalami cemas saat menarche, 13 orang (32,5%) cenderung biasa saja saat menarche dan 8 orang (20,0%) cenderung malu saat menarche. Penelitian dari Retnaningsih (2018) yang menyatakan bahwa mayoritas responden berjumlah 20 siswi (55,6%) mengalami cemas sedang menghadapi menarche, kemudian responden berjumlah 13 siswi (36,1%) mengalami cemas berat menghadapi menarche dan responden berjumlah 3 (8,3%) siswi mengalami cemas ringan.

Meningkatnya tren dalam mengkonsumsi makanan cepat saji atau makanan dalam kemasan dapat mempercepat proses pertumbuhan dan perkembangan organ termasuk organ reproduksi (Proverawati & Misaroh, 2009). Berdasarkan hasil penelitian diatas peneliti berasumsi bahwa mengkonsumsi junk food yang berlebihan dapat memengaruhi menarche dini pada remaja putri. Sebab, junk food merupakan makanan yang mengandung kalori yang tinggi yang tidak baik untuk tubuh.

Dari hasil penelitian diatas didapatkan pendapatan orang tua perbulan 18 orang (45,0%) Rp 1.500.000/bln, 13 orang (32,5%) berpenghasilan Rp. 1500.000-2.500.000/bln dan 9 orang (22,5%) berpenghasilan Rp < 1.500.000/bln. Dari data diatas faktor sosial ekonomi juga mempengaruhi terjadinya menarche dini. Keadaan sosial ekonomi dapat mempengaruhi kemampuan daya beli keluarga dalam mencukupi kebutuhan nutrisi makanan (Astuti, 2010). Rata-rata pendapat orang tua pada penelitian ini berada pada kategori cukup yaitu Rp 1.500.000/bulan.

Menurut penelitian dari Kadri (2018) ada hubungan sosial ekonomi dengan kejadian *manarche* dini. Perbedaan gaya status ekonomi dan gaya hidup dipedesaan dan perkotaan juga dapat menyebabkan terjadinya perubahan usia awal puberts (Indrayani, 2009). Status ekonomi keluarga mempengaruhi status gizi remaja, status gizi lebih akan menyebabkan pubertas menjadi lebih awal. Sejalan dengan penelitian Indrayani (2009) yang membuktikan bahwa semakin tinggi status maka semakin muda usia pubertas pada anak perempuan

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Bahwa tingkat umur rata-rata responden mengalami menarche adalah 13,12 tahun dengan simpangan baku 0,335. Tingkatan kelas responden yang mengalami menarche pada saat duduk di bangku kelas VI ada sebanyak 24 responden (60,0%). Tingkat kelas Ibu Responden didapatkan sebanyak 17 (42,5%) orang ibu yang mengalami menarche saat duduk di bangku SMP. Sumber informasi yang diperoleh sebagian besar yaitu dari Ibu responden 23 responden (37,5%). Dari hasil penelitian di atas hal yang dirasakan responden saat pertama menarche didapatkan 19 responden (47,5%) mengalami cemas saat menarche. Bahwa responden dengan frekuensi mengkonsumsi *junkfood* jarang adalah sebanyak 34 responden (85,0%). Dari hasil penelitian di atas didapatkan pendapatan orang tua perbulan 18 responden (45,0%) Rp 1.500.000/bln.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dapat disarankan bahwa :

1. Bagi Sekolah
Sekolah seharusnya memberikan sarana dan prasarna kesehatan (melengkapi bacaan di perpustakaan) bagi siswi terutama terkait pendidikan masalah reproduksi. Pihak sekolah diharapkan dapat memberikan penyuluhan-penyuluhan tentang menstruasi.
2. Bagi Dinas Pendidikan
Sebagai bahan masukan evaluasi untuk pelaksanaan program pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja kelas VII di SMP N 2 Undaan Kudus. Sebaiknya program kesehatan reproduksi remaja juga diarahkan pada remaja yang lebih muda mengenai menstruasi dan kesehatan reproduksi.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menambahkan jumlah responden yang berusia 15-16 tahun agar dapat mewakili jumlah populasi usia *menarche* yaitu 9-16 tahun. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi peneliti selanjutnya
4. Bagi Perawat
Sebagai data untuk melaksanakan pendidikan kesehatan kepada remaja awal, menengah atau akhir sesuai dengan peran perawat sebagai *health educator* di SMP N 2 Undaan Kudus.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, Lisa Mustikasari. 2014. *Identitas Diri Remaja Dengan Perilaku Merokok Remaja Laki-Laki Di SMP Jakarta Timur*. Universitas Indonesia
- Badan Penelitian Dan Pengembangan Kementrian Kesehatan RI. *Riset Keperawatan Dasar 2010*.
- Batubara, Jose R L. 2010. *Adolescent Development (Perkembangan Remaja)*. Sari Pediatric Vol 2, No 1, Juni 2010
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2010. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Depkes RI.
- Dharma, Kelana Kusuma. 2011. *Metodologi Penelitian Keperawatan (Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian)*. Trans Info Media : Jakarta
- Fajri, Ayu. 2011. Hubungan Antara komunikasi ibu- anak dengan kesiapan menghadapi menstruasi pertama (menarche) pada siswi SMP Muhammadiyah Banda Aceh. *Jurnal Psikologi Undip* Vol. 10, No.2.
- Gant, Norman F. 2010. *Dasar-dasar Ginekologi & Obstetri*. Jakarta : EGC
- Indrayani, W. 2009. Awitan pubertas anak perempuan di pedesaan dan perkotaan : Hubungan dengan status sosial ekonomi dan status gizi. Universitas Diponegoro
- Joseph & Nugroho. 2010. *Catatan Kuliah Ginekologi & Obstetri (Obsgyn)*. Jakarta: Numed
- Kadri, Hasyim. 2018. *Hubungan Sosial Ekonomi Dan Tatus Gizi Dengan Kejadian Menarche Dini Pada Anak Sekolah Siswi Kelas V Dan VI Di SDN 205 Kota Baru Kota Jambi*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Baiturrahim Jambi. Kementrian Kesehatan RI . 2010. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta : Kemenkes RI
- Muhammad, Musta'inah Mulia 2016. *Gambaran Menarche pada Siswi di Madrasah Ibtidaiyah Pembangunan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2016*. SKRIPSI. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Munda, Sarah Stevany, et al. 2013. *Hubungan antara IMT dengan usia menarche pada siswi SD dan SMP di Kota Manado*. *Jurnal E-Clinic*.

- Proverawati, Atikah & Misaroh Siti. 2009. *Menarche : Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Retnaningsih, Dwi. Dkk. 2018. *Kesiapan Menghadapi Menarche Dengan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Sekolah*. Jurnal Kesehatan Kusuma Husada- Januari 2018.
- Rucita, Asep Eka. 2010. *Gambaran Tingkat Kecemasan pada Remaja Putri usia 11-14 tahun dalam Menghadapi Menstruasi Pertama di SD N Cibuluh Kecamatan Ujung Jaya Kabupaten Sumedang*. Riset Keperawatan Akademi Keperawatan Kabupaten Sumedang.
- Sarwono, Sarlito W. 2013. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Rajawal Pers.
- Wong D. L et al. 2009. *Buku Ajar Keperawatan Pediatric*