

SKRIPSI
HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KESIAPAN SISWI
KELAS V DALAM MENGHADAPI MENARCHE DI SD
NEGERI 79 KOTA BENGKULU
TAHUN 2020



Oleh :

DORA MEIZELA

NIM : P05170116018

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
PROGRAM STUDI PROMOSI KESEHATAN
PROGRAM SARJANA TERAPAN
TAHUN 2020

HALAMAN JUDUL

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KESIAPAN SISWI KELAS V DALAM MENGHADAPI MENARCHE DI SD NEGERI 79 KOTA BENGKULU TAHUN 2020

Skripsi ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana

Terapan Promosi Kesehatan (S.Tr.Kes)



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
JURUSAN PROMOSI KESEHATAN BENGKULU
PRODI DIV PROMOSI KESEHATAN
TAHUN 2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KESIAPAN SISWI
KELAS V DALAM MENGHADAPI MENARCHE
DI SD NEGERI 79 KOTA BENGKULU
TAHUN 2020**

Dipersiapkan dan Dipresentasikan Oleh:

DORA MEIZELA
NIM:P05170116018

Skripsi Ini Telah Diperiksa dan Disetujui
Untuk Dipertahankan di Hadapan Tim Penguji
Program Studi Promosi Kesehatan Program Sarjana Terapan
Poltekes Kemenkes Bengkulu
Pada Tanggal 17 Juni 2020

Mengetahui
Pembimbing Skripsi

Pembimbing I



Ismiati, SKM, M.Kes
NIP. 197807212001122001

Pembimbing II



Lisma Ningsih, SKM, MKM
NIP. 197410091999032004

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KESIAPAN SISWI
KELAS V DALAM MENGHADAPI MENARCHE
DI SD NEGERI 79 KOTA BENGKULU
TAHUN 2020**

Dipersiapkan dan Dipresentasikan Oleh:

DORA MEIZELA
NIM:P05170116018

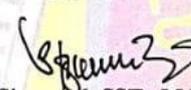
Telah diujikan di depan Penguji Skripsi Program Studi Promosi Kesehatan
Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Pada tanggal 23 Juni 2020
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

Tim Penguji

Ketua Penguji

Penguji I


Reka Lagora M, SST., M.Kes
NIP. 198203202002122001


Linda Sitompul, SST., M.Kes
NIP. 196909011989032001

Penguji II

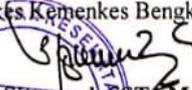
Penguji III


Ismiati, SKM, M.Kes
NIP. 197807212001122001


Lisma Ningsih, SKM, MKM
NIP. 197410091999032004

Mengesahkan:

Ketua Program Studi Promosi Kesehatan Program Sarjana Terapan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu


Linda Sitompul, SST., M.Kes
NIP. 196909011989032001



iii

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Dora meizela

Nim : P05170116018

Judul Skripsi : Hubungan pengetahuan dengan kesiapan siswi kelas v dalam menghadapi menarche Di SDN 79 Kota Bengkulu

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa penelitian ini adalah betul-betul hasil karya saya dan bukan hasil penjiplakan dari hasil karya orang lain .

Demikian pernyataan ini dan apabila kelak dikemudian hari terbukti penelitian ada unsur Penjiplakan , maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu , Juni 2020

Yang menyatakan


Dora Meizela

ABSTRAK

Remaja yang belum siap menghadapi menarche akan timbul perasaan untuk menolak proses fisiologis dikarenakan mereka Merasa haid sebagai sesuatu yang kejam dan mengancam. Data UKS di SDN 79 Kota Bengkulu ditemukan bahwa siswi yang mengalami Menarche terdapat di kelas VI sebanyak 23 siswi. Diketuinya hubungan pengetahuan dengan kesiapan siswi kelas V SDN 79 Kota Bengkulu dalam menghadapi menarche. Jenis Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan data menggunakan kuesioner. Pengambilan sample dalam penelitian ini dengan menggunakan *purposive sampling*. Sample penelitian ini berjumlah 77 siswi yang belum mengalami menarche di SDN 79 kota Bengkulu kelas V. Analisis data menggunakan *uji chi-square*. Hasil Penelitian Sebagian Besar (63,7%) Siswi SDN 79 Kota Bengkulu memiliki umur 11 tahun. Sebagian Besar (59,7%) siswi SDN 79 kota Bengkulu tidak siap dalam mengadapi menarche. Sebagian besar (58,4%) siswi SDN 79 kota Bengkulu memiliki pengetahuan kurang tentang menarche. Ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche di SDN 79 Kota Bengkulu. Diharapkan pihak sekolah bisa menjalin kerja sama lintas sektoral dengan intitusi pelayanan kesehatan dan Puskesmas dalam mempersiapkan siswi SD menghadapi menarche.

Kata Kunci: *menarche Kesiapan, Pengetahuan*

ABSTRACT

Teenagers who are not ready to face menarche will emerge a feeling to reject the physiological process because they feel menstruation as something cruel and threatening. UKS data in SDN 79 Bengkulu City found that students who experienced Menarche were in class VI as many as 23 students. Knowing the relationship of knowledge with the readiness of class V students of SDN 79 Bengkulu City in facing menarche. Analysis used This type of research is a quantitative descriptive study. This study uses a correlational research design with a cross sectional approach. Data collection techniques using a questionnaire. Sampling in this study using purposive sampling. The sample of this study was 77 students who had not experienced menarche in SDN 79 Bengkulu city class V. Data chi-square test . Research Results Most (63.7%) of SDN 79 Bengkulu City have 11 years of age. Most (59.7%) students of SDN 79 Bengkulu city were not ready to deal with menarche. Most (58.4%) students of SDN 79 Bengkulu city have less knowledge about menarche. There is a relationship of knowledge with readiness to face menarche in SDN 79 Kota Bengkulu. It is expected that the school can establish cross-sectoral cooperation with health service institutions and Puskesmas in preparing elementary school students for menarche.

Keywords: *menarche Readiness, Knowledge*

RIWAYAT PENULIS



A. Identitas Diri

1.	Nama Lengkap	Dora meizela
2.	Tempat Dan Tanggal Lahir	Bungamas, 08 mei 1998
3.	Alamat Rumah	Jl simpang tiga kelurahan bungamas rt/rw 001/002 kecamatan. Seluma timur kab.seluma
4.	E-Mail	dorameizela@icloud.com
5.	Nomor Telp/HP	083184610592
6.	Institusi	Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu
7.	Jurusan	Promosi Kesehatan
8.	Prodi	Promosi kesehatan Program Sarjana Terapan

Riwayat Pendidikan :

1. MIN BUNGAMAS : 2004-2010
2. SMPN 05 SELUMA : 2010-2013
3. SMAN 1 SELUMA : 2013-2016

MOTTO

Dalam Setiap Peristiwa, Hikmah Itu Selalu Ada (Erichologi dalam *First Date*)

“seburuk apapun kejadian yang menimpa, pasti ada sebuah hikmah yang
tersembunyi di baliknya”

Man Shobaro Dhofira

“barang siapa yang bersabar pasti akan beruntung”

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan untuk :

- Dengan mengucapkan syukur kepada Allah SWT atas segala petunjuk dan rahmat yang telah Allah SWT berikan kepada hamba sehingga hamba bisa menyelesaikan Skripsi dan sampai ketitik pada saat ini. Bingkisan kecil ini ku persembahkan kepada.
- Kedua orang tua ku mamak dan bapak yang sangat luar biasa semangat dan usahanya untuk ku menyelesaikan semua ini. Terima kasih sebesar-besarnya ku ucapkan kepada mamak yang tiada henti memberikan semangat dan doa yang terus mengalir untuk ku dan bapak yang tiada lelah dan mengeluh mencari rezeki untuk aku. Bingkisan kecil ini ku persembahkan untuk kalian berdua tanda bukti kalau aku telah menyelesaikan perjuanganku walaupun saat ini aku belum bisa membuat kalian bangga. Semoga ini bisa menjadi langkah awal aku menuju kesuksesan dan bisa membahagiakan kalian berdua.
- My sister deri dan dinda semoga kalian bisa mengikuti jejak ayuk sampai ketitik sekarang, jadilah orang baik walaupun terkadang dunia seakan-akan tidak adil, terima kasih atas doa dan bantuan kalian berdua adik-adikku sayang maaf belum bisa jadi panutaan yang baik untuk kalian berdua dek.
- Dosen pembimbing yang super super baik sekali, terima kasih bunda ismiati skm, m.kes atas bimbinganya dan ilmu nya bunda maaf kalau selama bimbingan dora sering lelet dan telat semoga bunda selalu dalam lindungan allah swt aamiin, dan kepada bunda lisma ningsih skm, mkm atas bimbinganya bunda berkat usaha dan ilmu bunda dora bisa sampai ketitik pada saat ini

bunda semoga bunda selalu dalam lindungan allah swt dan selalu diberikan kesabraan yang terhingga semoga bunda ismiati dan bunda lisma dipermudahkan segala urusan dan rezekinya

- Seluruh Dosen dan staff Promosi Kesehatan, Bunda Linda Sitompul, SST., M.Kes, bunda Reka Lagora M, SST., M.Kes, bunda Sri Sumiati AB, S.Pd., M.Kes, bunda Ismiati, SKM., M.Kes, bapak Dino Sumaryono, SKM., MPH, bunda Wisuda Andeka M, SST., M.Kes, bunda Rini Patroni, SST., M.Kes, bunda Lisma Ningsih, SKM., MPH, Terima kasih bunda dan bapak sudah membimbing dan memberikan ilmu yang sangat bermanfaat selama ini.
- Mymoodboster wihanda Julio aghitama terima kasih atas semua nya, terima kasih sudah selalu ada untukku dan selalu menjadi pendengar yang baik semoga cepat nyusul ya semangat menjadi lebih baik lagi lelaki baik, karya kecil ini aku persembahkan untuk kamu yang udah mau direpotin bolak-balik ♥
- Promkesku jurusaanku. Terima kasih 48 mahasiswa Promkes Poltekkes Kemenkes Bengkulu angkatan pertama atas kebersamaan kita selama 4 tahun ini semoga kita sukses semua aamiin.
- Terima kasih untuk sahabat baikku Karunia tiara riski, yoche valentina, kak even Yolanda fitria, febilladps dan cece sfetty tri utami terima kasih telah menjadi sahabat terbaikku semoga kita sukses dunia dan akhirat aamiin
- Terima kasih kepada sahabat kecilku povi julita sudah membantuku ujian hasil kemarin dan terima kasih kepada ferry sutiono sudah banyak membantuku menyelesaikan skripsi hasilku.
- Terima kasih kepada sahabat smp,sma dan sekarang melanda pusvita aidi , ananda restu ilahi, koko m.rizki , masita dwi meisyela dan gilang ramadhan efendy semoga kita sukses dan diberikan rezeki dan umur yang panjang,

- Dan yang paling ku sayang yang selalu menjadi tempat ku berkeluh kesah selama ini ghisca nafalia anjani Amd.kep cacaku♥ terima kasih atas semangat dan nasehatmu caca.
- Dan bungsu evi , oom sondi bucikku sismidarti terima kasih sudah berpran banyak selama aku menjadi mahasiswi ♥

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmaanirrahiim. Puji syukur kita panjatkan kepada Allah SWT dengan rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan proposal Skripsi dengan judul “hubungan pengetahuan dengan kesiapan siswi kelas v dalam menghadapi menarche Di SDN 79 kota bengkulu Tahun 2020” Proposal Skripsi ini terselesaikan atas bimbingan, pengarahan, dan bantuan dari berbagai pihak, pada kesempatan ini penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada :

1. Bapak Darwis., SKp., M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
2. Bunda Linda Sitompul., SST., M.Kes, selaku Ketua Jurusan Prodi DIV Promosi Kesehatan
3. Bunda Ismiati, SKM., M.Kes selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan dukungan, masukan, waktu, motivasi, dan kesabaran dalam penyusunan proposal Skripsi ini.
4. Bunda Lisma ningsih, SKM.,MKM selaku pembimbing II yang telah memberikan dukungan, masukan, waktu, motivasi dan kesabaran dalam penyusunan proposal skripsi ini.
5. Bunda Reka lagora marsofely, SST., M.Kes selaku ketua Penguji yang memberikan arahan dan saran kepada penulis.
6. Bunda Linda sitompul., SST., M.Kes selaku penguji satu yang telah memberikan arahan dan saran kepada penulis
7. Kedua Orang Tua, dan orang yang Penulis sayangi yang selalu memberi doa, dorongan, dan semangat kepada penulis dalam menggapai semua cita-cita.
8. Sahabat, teman-teman mahasiswa/mahasiswi seperjuangan yang tidak henti-hentinya telah memberikan semangat dan moril dalam menyelesaikan prososal skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa proposal skripsi ini masih banyak kekurangan, sehingga penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun untuk kemajuan penulis di masa yang akan datang. Mudah-mudahan proposal ini dapat dilaksanakan penelitiannya.

Bengkulu, Juni 2020

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
RIWAYAT PENULIS	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN.....	ix
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan.....	5
D. Manfaat.....	6
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Menstruasi	8
B. Menarche	9

C. Tingkat kesiapan	15
D. Remaja.....	21
E. Pengetahuan	23
F. KerangkaTeori.....	27
G. Hipotesis.....	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian	28
B. Kerangka Konsep	28
C. Definisi Operasional.....	29
D. Rencana Lokasi dan Waktu Penelitian.....	29
E. Populasi dan Sample	30
F. Instrumen dan Bahan penelitian.....	31
G. Pengumpulan Data	31
H. Pengolahan Data	32
I. Analisis Data	33
J. Alur Penelitian	34
K. Etika Penelitian	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	37
A. Hasil Penelitian	37
B. Pembahasan	42
C. Keterbatasan	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	49
A. Kesimpulan	49
B. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1 Keaslian Penelitian	6
3.1 Defenisi Operasional	32
4.1 Distribusi Frekuensi Umur, kesiapan, pengetahuan	42
4.2 Deskripsi Kesiapan siswi dalam menghadapi menarche	
4.3 Deskripsi Pengetahuan Siswi tentang menarche	
4.4 Deskripsi Hubungan Pengetahuan, Kesiapan Menghadapi menarche	

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Gambar siklus menarche	12

DAFTAR BAGAN

Bagan	Halaman
2.1 Kerangka teori	30
3.1 Desain penelitian	31
3.2 Alur penelitian	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

Lampiran 1 : Organisasi Penelitian

Lampiran 2 : Jadwal Kegiatan Penelitian

Lampiran 3 : Kuesioner Penelitian

Lampiran 4 : Pernyataan Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 5 : Surat Izin Penelitian

Lampiran 6 : Dokumentasi Penelitian

Lampiran 7 : Lembar Bimbingan Skripsi

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Sebelum memasuki masa remaja seseorang akan mengalami masa pubertas terlebih dahulu, Pada masa pubertas akan terjadi percepatan pertumbuhan dan perkembangan fisik dari anak-anak menjadi dewasa serta mengalami kematangan organ reproduksi seksual dan mengalami menstruasi pada perempuan (Proverawati, 2009).

Menarche merupakan menstruasi pertama perempuan dimana cairan darah keluar dari alat kelamin wanita yang berasal dari luruhnya lapisan dinding dalam rahim (endometrium) (Pudiastuti, 2012). Menarche dini merupakan Menstruasi pertama yang dialami seorang wanita subur pada usia di bawah 12 tahun (Rosenthal, 2009).

Remaja yang akan mengalami menstruasi membutuhkan kesiapan mental yang baik. Kesiapan menghadapi menstruasi keadaan dimana menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai suatu kematangan fisik (Fajri & Khairani, 2011). Menstruasi pertama (menarche) akan menjadi saat-saat yang menegangkan pada saat remaja putri awal karena baru mengalaminya (Gunarsa, 2011).

WHO (*World Health Organization* (2017) menyebutkan bahwa umur remaja berkisar antara 10-19 tahun dengan rata-rata usia menarche 13 tahun. Secara nasional rata-rata usia Menarche yaitu 13-14 tahun terjadi pada 37,5% anak remaja Indonesia dengan kejadian lebih awal kurang dari usia 9 tahun atau lebih lambat

sampai usia 17 tahun (Yuniza, 2018). Siswi yang mengalami menarche dengan kurang usia dari 12 tahun lebih tinggi mengalami depresi dibandingkan dengan usia 13 tahun. Kecemasan menghadapi menarche akan berpengaruh terhadap tingkat prestasi belajar siswi karena mengganggu aktifitas belajar siswi menurun akibat konsentrasi menurun (Yuniza,2018). Menarche yang terlalu cepat bisa berisiko terjadinya kanker payudara, kanker ovarium, risiko penyakit kardiovaskuler dan menopause yang lebih cepat (Valensia,dkk.2018).

Salah satu faktor penyebab kecemasan remaja putri dalam menghadapi menarche yaitu karena kurangnya pengetahuan yang didapatkan remaja putri sehingga mereka tidak siap dalam menghadapi menstruasi pertamanya (Alin prima,dkk.2011). Remaja yang belum siap menghadapi menarche akan timbul perasaan untuk menolak proses fisiologis dikarenakan mereka merasa haid sebagai sesuatu yang kejam dan mengancam. Perasaan kecemasan, bingung, malu dan gelisah perasaan ini akan berlanjut ke arah yang lebih negatif lagi (Cintia fitri,dkk 2017).

Silvia Novitasari, dkk(2018) mengatakan kesiapan siswi SDN Asrikaton 1 dalam menghadapi menarche menunjukkan 18 responden tidak siap yang sebagian besar terdiri dari usia 9-10 tahun. Sedangkan 17 responden siap yang sebagian besar dari usia 11-12 tahun. Kesiapan siswi salah satu nya juga dipengaruhi oleh sumber informasi dari keluarga

Pengetahuan merupakan bekal yang penting bagi remaja saat mengalami masa pubertas apalagi remaja putri yang sedang Mengalami masa menarche atau haid pertama. Apalagi sabagian remaja putri belum mendapatkan informasi yang cukup

tentang menarche ketidaktahuan. Remaja putri mengenai perubahan fisik terutama datangnya haid pertama kali sehingga seringkali menyebabkan mereka cemas, malu dan remaja merasa kebingungan apakah perubahan itu adalah suatu yang normal atau tidak. Adanya perasaan bingung saat pertama kali mengalami menstruasi disebabkan oleh remaja putri tersebut karena kurangnya pengetahuan tentang menstruasi, ilmu pengetahuan dapat memberikan rasa aman kepada manusia. (Darvil & Powell, 2003).

Dampak dari kurangnya pengetahuan tentang menstruasi pertama pada remaja awal akan berpengaruh terhadap kesiapan remaja putri awal dalam menghadapi menarche dimana individu tersebut memiliki gambaran fantasi yang sangat aneh bersamaan dengan perasaan bersalah dimana semua hal tersebut dikaitkan dengan masalah pendarahan pada organ kelamin dan proses haidnya. Solusi agar remaja putri memiliki persepsi yang baik tentang menarche yaitu dengan memberikan informasi tentang menarche secara benar.

Dari data dinas pendidikan kota Bengkulu bahwa kec. selear kota Bengkulu menempati urutan ke-2 sekolah dasar terbanyak di kota Bengkulu yaitu sebanyak 18 SDN dari data 18 SDN di kec. selear tersebut SDN 79 memiliki siswa/siswi terbanyak yaitu sebanyak 844 siswa/siswi. Survey awal yang dilakukan pada tanggal 01 November 2019 ke SDN 79 Kota Bengkulu yang berjumlah keseluruhannya sebanyak 844 siswa/i dan memiliki siswi perempuan sebanyak 394 siswi. Dari data UKS (Unit Kesehatan Sekolah) yang sudah mengalami menarche sebanyak 20% atau berjumlah 30 siswi rata-rata umur 11-12 tahun dikelas V-VI. Dari data UKS di SDN 79 Kota Bengkulu ditemukan bahwa siswi

yang mengalami Menarche terdapat di kelas VI sebanyak 23 siswi, sedangkan di kelas V sebanyak 7 siswi. Siswi yang telah mengalami menarche masih merasa malu, dan merasa cemas pada saat ditanya apakah sudah mengalami menstruasi apa belum dan sangat sedikit siswi yang masuk UKS saat mengalami dismenore karena siswi merasa masih malu. Data UKS di tahun 2019 ada 1 siswi yang masuk UKS karena dismenore, Pihak UKS juga mengatakan dari sekolah dan UKS belum pernah memberikan informasi tentang menarche atau haid pertama pada siswi kelas V-VI SDN 79 Kota Bengkulu sehingga masih ada siswi yang masih malu, cemas pada saat ditanya apakah sudah mengalami menstruasi apa belum. sehingga sebagian siswi tidak memilih untuk ke UKS pada saat dismenore.

B. Rumusan Masalah

Dari uraian diatas dampak dari kurangnya pengetahuan yang diterima remaja putri dapat berpengaruh pada kesiapan siswi menghadapi menarche. Jadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi kelas V SDN 79 Kota Bengkulu ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche di SDN 79 Kota Bengkulu kelas V.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi umur, kesiapan dan pengetahuan siswi SDN 79 kota Bengkulu.

- b. Diketahui deskripsi kesiapan siswi SDN 79 kota Bengkulu dalam menghadapi menarche
- c. Diketahui deskripsi pengetahuan siswi SDN 79 kota Bengkulu tentang menarche
- d. Diketahui hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche di SDN 79 Kota Bengkulu.

D. Manfaat Penelitian

1. Institusi Pendidikan

SDN 79 Kota Bengkulu : penelitian ini juga dapat di jadikan sumber informasi untuk pihak sekolah agar memberikan informasi yang tepat pada siswi yang belum mengalami menarche dan sebagai acuan yang akan datang. Dan untuk menambah pengetahuan dan pemahaman kepada siswi remaja awal tentang menarche supaya mereka lebih siap menghadapi masa menarche.

2. Bagi Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi yang bermakna kepada pihak akademik serta dapat dijadikan sebagai alat pembelajaran yang berhubungan tentang menarche atau haid pertama kali.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi data dasar untuk penelitian serupa dan penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan pada penelitian yang akan datang dalam membuat penelitian yang lainnya.

Peneliti berikutnya dapat mengembangkan variabel-variabel penelitian disamping variabel yang sudah ada.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 keaslian penelitian

No	Nama Peneliti	Tahun	Judul Penelitian	Rancangan Penelitian
1	Indah indrasita dan Yenni purba	2017	pengetahuan dan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarache di Sd negeri no 064023 medan tahun 2017	metode deskriptif dengan menggunakan rancangan cross sectional, teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu total sampling
2	Herawati , murniati muchtar	2017	Model pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap dalam kesiapan menghadapi mearche di sekolah dasar	Jenis penelitian Quasy eksperiment dengan rancangan yang digunakan rancangan two group pretest-postest eksperiment
3	Silvia Novitasari	2018	hubungan pengetahuan tentang mentruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarache pada siswi Sdn asrikaton	Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i> , menggunakan teknik total sampling pada 35 siswi kelas IV, V, VI SDN Asrikaton 1 yang belum mengalami <i>menarache</i>
4	Restu khoiriah	2018	hubungan tingkat pengetahuan tentang mentruasi dengan kesiapan menghadapi menarache pada siswi sd nahdlatul ulama yogyakarta	metode penelitian ini adalah non eksperimen dengan pendekatan cross sectional

Persamaan dalam penelitian ini dengan penelitian diatas yaitu penelitian kuantitatif dengan menggunakan *total sampling*, variabel tingkat pengetahuan tentang menarche, dan pengambilan data dengan menggunakan kuesioner dan menggunakan metode deskriptif dengan menggunakan rancangan cross sectional.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Menstruasi

1. Pengertian Menstruasi

Menstruasi adalah pelepasan dinding rahim (*endometrium*) yang disertai pendarahan dan terjadi secara berulang setiap bulan, kecuali pada saat kehamilan. Menstruasi yang pertama kali disebut (*menarche*) paling sering terjadi pada usia 11 tahun, tetapi bisa juga terjadi pada usia 8 tahun atau 16 tahun. Periode ini akan mengubah perilaku dari beberapa aspek misalnya psikologi dan lainnya. siklus menstruasi normal terjadi setiap 22-33 hari dengan lamanya menstruasi.

2. Fisiologi Menstruasi

Stadium menstruasi, stadium ini berlangsung selama 3-7 hari pada saat itu endometrium (selaput rahim dilepaskan sehingga timbul perdarahan), hormon-hormon ovarium berada pada kadar paling rendah. Stadium proliferasi, stadium ini berlangsung pada 7-9 hari dimulai sejak berhentinya darah menstruasi sampai hari ke-14 setelah menstruasi berakhir dimulailah fase proliferasi dimana terjadi pertumbuhan dari desidua fungsionalis yang mempersiapkan rahim untuk perlekatan janin, pada fase ini endometrium tumbuh kembali antara hari ke-12 sampai 14 dapat terjadi pelepasan sel telur dari indung telur (disebut ovulasi).

Sedangkan stadium sekresi berlangsung 11 hari, Masa sekresi adalah masa sesudah terjadinya ovulasi hormon progesteron dikeluarkan dan mempengaruhi pertumbuhan endometrium untuk membuat kondisi rahim siap untuk implantasi (perlekatan janin ke rahim). Dan yang terakhir yaitu stadium premenstruasi selama 3 hari. Ada infiltrasi sel-sel darah putih, bisa sel bulat (Eny Kusmiran, 2012)

Stroma mengalami disintegrasi dengan hilangnya cairan dan sekret sehingga akan terjadi kolaps dari kelenjar dan arteri pada saat ini terjadi vasokonstriksi kemudian pembuluh darah itu berelaksasi dan akhirnya pecah.

B. Menarche

1. Pengertian Menarche

Menarche merupakan menstruasi yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada awal remaja ditengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. Menstruasi adalah perdarahan periodik dan siklik dari uterus disertai pengelupasan (deskuamasi) endometrium. Menarche merupakan suatu tanda awal adanya perubahan lain seperti pertumbuhan payudara, Pertumbuhan rambut daerah pubis dan aksila (Proverawati A.Misaroh S,2009).

Definisi menarche menurut Hinchliff (1999) adalah periode Menstruasi yang pertama terjadi pada masa pubertas seorang wanita. Sedangkan menurut Pearce (1999) menarche diartikan sebagai permulaan menstruasi pada seorang gadis pada masa pubertas seiring dengan Perkembangan biologis pada umumnya, maka pada usia tertentu seseorang mencapai tahap kematangan seks

yang ditandai dengan menstruasi pertama (menarche) dalam kanak-kanak ovaria dikatakan masih dalam keadaan istirahat belum menunaikan faalnya dengan baik. Setelah masa pubertas (akil baliq) maka terjadi perubahan-perubahan ovaria yang mengakibatkan perubahan besar pada seluruh tubuh wanita (Gunarsa, 2001).

2. Fisiologi Menarche

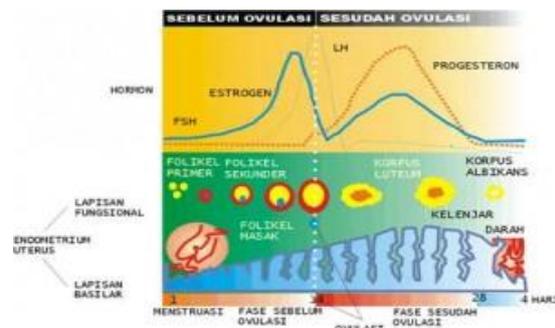
Munculnya haid pertama terjadi ditengah-tengah masa pubertas, yaitu masa peralihan dari kank-kanak ke dewasa yang memegang peranan penting pada proses tersebut adalah hubungan hipotamalas, hipofisis dan Ovarium (Hypotalamic-pituitari-Ovarikratis). Hal ini merupakan hasil kerjasama antara korteks serebri, Hipotalamus, Hipofisis, Ovarium, Glanduna Supra Renalis dan kelenjar-kelenjar Endokrin lainnya.

Pada permulaan masa kanak-kanak sistem ini sudah berjalan kemudian tidak berfungsi lagi disebabkan sistem proses itu sangat peka terhadap steroid, Sehingga menghambat proses itu sendiri. Rendahnya Gonadotropin Releasing Hormone (GnRH) pada saat itu juga akibat unsur instrinsik penghambat susunan saraf yang mempunyai mekanisme penekanan danyutan (GnRH). Saat sebelum masa pubertas, Sekresi GnRH secara pulstabil dengan frekuensi rendah telah dimulai 4 tahun sebelum menarche, diikuti dengan kenaikan sekresi LH oleh Hipopisis pada malam hari. pada masa pubertas, sekresi gnRH yang berfrekuensi rendah pelan-pelan berubah seperti wanita dewasa dengan sekresi yang berlangsung 24 jam, pola sekresi FSH dan LH juga mengikuti perubahan-perubahan sekresi pulstabil GnRh ini. Menurut Teori

Neurohormonal yang dianut sekarang, Hipotalamus mengawasi sekresi hormon Gonadotropin oleh Adeno hipofisis melalui sekresi Neurohormon yang disalurkan ke sel-sel Adeno Hipofisis lewat sirkulasi portal yang khusus yang dapat merangsang produksi dan pelepasan Gonadotropin dari Hipofisis.

Folikel-folikel yang berkembang selama sebelum menghasilkan hormon estrogen dan kemudian mati, yang lainnya telah dirangsang FSH sehingga folikel ini berkembang mengsekresi estrogen. Semakin lama jumlah folikel yang dirangsang semakin banyak sehingga kadar estrogen semakin tinggi. Hormon estrogen memegang peranan penting dalam perkembangan ciri-ciri kelamin sekunder, pertumbuhan organ genitalia terjadi percepatan pertumbuhan fisik dan perkembangan psikologi kewanitaan. Pada masa pubertas organ-organ genitalia lambat laun tumbuh mendekati bentuk dan sifat-sifat wanita dewasa. Vaskularisasi uterus bertambah menyebabkan lapisan endometrium, sehingga merubah uterus menjadi uterus yang matur, dan lapisan endometrium mengalami diferensiasi kelenjar. Folikel-folikel di ovarium yang tumbuh walaupun tidak sampai terjadi matang karena sebelumnya mengalami atresia namun telah sanggup memproduksi dan mensekresi estrogen, kadar estrogen makin lama makin tinggi dan saat menstruasi mendekat. Estrogen menyebabkan umpan balik negatif terhadap FSH, dan bertambah akibat pertumbuhan folikel akan menurun dan sebagian mengalami atresia sehingga estrogen yang diproduksi folikel akan menurun pula. Dengan menurunnya kadar estrogen berakibat pembuluh darah endometrium mengalami deskuamasi sehingga terjadi perdarahan dan mengalir

melalui vagina berwujud sebagai haid pertama atau menarche. Dengan munculnya menstruasi pada seorang remaja dapat menggambarkan kemampuan untuk bereproduksi (Proverawati A.Misaroh S,2009).



Gambar : 2.1 Siklus menarche

Sumber : <https://www.kompasiana.com-misteri-menstruasi>

3. Usia Menarche

Rentan usia remaja perempuan yang memasuki menstruasi pertama biasanya terjadi di usia 10-16 tahun sebelum memasuki masa reproduksi, Namun Usia anak perempuan mulai mendapat menstruasi bervariasi, ada yang berusia 12 tahun saat ia mendapat menstruasi pertama kali tetapi ada juga yang 8 tahun sudah memulai siklusnya (Proverawati A.Misaroh S,2009).

4. Gangguan Menarche

Pada kenyataanya tidak semua perempuan memiliki siklus menstruasi yang normal. Banyak diantara mereka yang siklus menstruasinya tidak teratur. Gangguan-gangguan yang dapat terjadi saat menarche yaitu, sebagai berikut :

- a. Menarche dini

Menarche dini, yaitu terjadinya menstruasi sebelum umur 10 tahun yang dikarenakan pubertas dini dimana hormon gonadotropin diproduksi sebelum usia 8 tahun. Hormon ini merangsang ovarium yang memberikan ciri-ciri kelamin sekunder disamping itu hormon gonadotropin juga akan mempercepat terjadinya menstruasi dini dan fungsi dari organ reproduksi itu sendiri

b. Menarche tarda

Sedangkan menarche tarda adalah menarche yang baru datang setelah umur 14 tahun yang disebabkan oleh faktor keturunan, gangguan kesehatan dan kurang gizi Status gizi remaja wanita sangat mempengaruhi terjadinya menarche, adanya keluhan-keluhan maupun lamanya hari menarche.

Perlu diingat bahwa haid pertama jarang datang dewasa. Lamanya siklus dan perdarahan pada haid sangat bervariasi selama beberapa bulan sesudah menarche. Ada kalanya haid terjadi dengan perdarahan yang banyak, sehingga menggelisahkan orang tua perlu dilakukan pemeriksaan umum dan ginekologik (Proverawati A.Misaroh S,2009).

5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Menarche

- a. Aspek Psikologi yang menyatakan bahwa menarche merupakan bagian dari masa pubertas. Menarche merupakan suatu proses yang melibatkan sistem anatomi dan fisiologi dari proses pubertas yaitu sebagai berikut :

- 1) Disekresikannya estrogen oleh ovarium yang distimulasi oleh hormone pituitari.
- 2) Estrogen menstimulasi pertumbuhan uterus.
- 3) Fluktuasi tingkat hormone yang dapat menghasilkan perubahan suplai darah yang adekuat ke bagian endometrium.
- 4) Kematian beberapa jaringan endometrium dari hormone ini dan adanya peningkatan fluktuasi suplai darah ke desidua.

b. Menarche dan kesuburan

Pada sebagian besar wanita, Menarche bukanlah sebagai tanda terjadinya ovulasi. Sebuah penelitian di Amerika menyatakan bahwa interval rata-rata antara menarche dan ovulasi terjadi beberapa bulan. Secara tidak terduga menstruasi terjadi selama 1-2 tahun sebelum terjadi ovulasi yang teratur. Adanya ovulasi yang teratur menandakan interval yang konsisten dari lamanya menstruasi dan perkiraan waktu datangnya kembali dan untuk mengukur tingkat kesuburan seorang wanita.

c. Pengaruh waktu terjadinya menarche

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.

d. Menarche dan lingkungan sosial

Menurut sebuah penelitian menyatakan bahwa lingkungan sosial berpengaruh terhadap waktu terjadinya menarche. Salah satunya yaitu

lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga yang harmonis dan adanya keluarga besar yang baik dapat memperlambat terjadinya menarche dini sedangkan anak yang tinggal ditengah-tengah keluarga yang tidak harmonis dapat mengakibatkan terjadinya menarche dini. selain itu ketidakhadiran seorang ayah ketika ia masih kecil, adanya tindak kekerasan seksual pada anak dan adanya konflik dalam keluarga merupakan faktor yang berperan penting pada terjadinya menarche dini. Beberapa aspek struktur dan fungsi keluarga berpengaruh terhadap kejadian menarche dini yaitu sebagai berikut :

- 1) Ketidakhadiran seorang ayah ketika ia masih kecil
- 2) Kekerasan seksual pada anak
- 3) Adanya konflik dalam keluarga

e. Umur menarche dan status sosial ekonomi

Menarche terlambat terjadi pada kelompok sosial ekonomi sedang sampai tinggi yang memiliki selisih sekitar 12 bulan. hal ini telah diteliti di india berdasarkan pendapat perkapita. Orang yang berasal dari kelompok keluarga yang biasa mengalami menarche lebih dini. Namun setelah diteliti lebih lanjut asupan protein lebih berpengaruh terhadap kejadian menarche yang lebih awal. bagaimanapun penelitian alim yaotu padmavati menyatakan bahwa wanita yang vegetarian kejadian menarchenya lebih lama. orang yang non-vegetarian menarche nya 6 bulan lebih awal dari pada yng vegetarian. Kralj- cgercek menyatakan bahwa ada hubungan yang positif antara kejadian menopause dengan dietnon-vegetarian.

f. Basal Metabolik indek dan kejadian menarche

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 system endoktrin yang akan bermanifestasi pada polikistik *ovarium syndrome* dan resiko kanker payudara. Beberapa penelitian membuktikan bahwa berat badan sewaktu lahir dan berat badan yang overweight dapat menentukan usia terjadinya menarche. Meskipun mekanisme terjadinya jarang dipahami oleh semua orang. BMI merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap terjadinya menarche dan hal ini telah terbukti bahwa berhubungan dengan pertumbuhan postnatal dan kejadian peningkatan resiko DM, hipertensi dan penyakit jantung. selanjutnya BBLR dan menarche dini merupakan faktor resiko terjadinya intoleransi glukosa pada wanita yang mengalami syndrome polikistik ovarium(Proverawati A.Misaroh S,2009).

C. Tingkat Kesiapan

Menurut pendapat Slameto (2010), bahwa Kesiapan adalah keseluruhan kondisi seseorang yang membuatnya siap untuk memberi respon atau jawaban di dalam cara tertentu terhadap satu situasi, dan Soemanto (2012) mengatakan ada orang yang mengartikan *readiness* sebagai kesiapan seseorang untuk melakukan

sesuatu. Dari berbagai pendapat dapat disimpulkan bahwa kesiapan yaitu suatu keadaan dalam diri seseorang yang membuat siap memberi jawaban atau respon dalam mencapai tertentu. Kesiapan merupakan kesediaan untuk memberikan respon. Kesediaan tersebut datang dari dalam diri siswi, kesiapan amat perlu diperhatikan untuk suatu proses karena apabila siswi sudah ada kesiapan maka hasilnya akan memuaskan (Wardhani,2018).

1. Prinsip – prinsip Kesiapan

Prinsip-prinsip kesiapan menurut Slameto (2010) yaitu :

- a. Semua aspek perkembangan berinteraksi (sering pengaruh mempengaruhi).
- b. Kematangan jasmani dan rohani adalah untuk memperoleh manfaat dari pengalaman.
- c. Pengalaman – pengalaman mempunyai pengaruh yang positif terhadap kesiapan
- d. Kesiapan dasar untuk kegiatan tentu terbentuk dalam periode tertentu selama masa pembentukan dalam masa perkembangan.

2. Macam – macam Kesiapan

Macam –macam kesiapan (Kuswahyuni,2009)

- a. Kesiapan mental

Kesiapan mental adalah kondisi kepribadian seseorang secara keseluruhan dan bukan hanya kondisi jiwanya tetapi kesiapan mental merupakan hasil tumbuh kembang sepanjang hidup seseorang dan diperkuat oleh pengalaman sehari-hari orang yang bersangkutan.

b. Kesiapan diri

Kesiapan diri adalah terbangunnya kekuatan yang dipadu dengan keberanian fisik dalam diri siswi yang berakal sehat sehingga dapat menghadapi segala sesuatu dengan gagah berani.

c. Kesiapan belajar

Kesiapan belajar merupakan perubahan perilaku atau penampilan dengan serangkaian kegiatan misalnya dengan membaca, mengamati, mendengarkan, meniru

d. Kesiapan Kecerdasan

Kesiapan kecerdasan adalah kesiapan bertindak dan kecakapan memahami bisa tumbuh dari berbagai kualitas. Ketajamaan intelegensi, otak dan pikiran dapat membuat siswi lebih aktif daripada siswi yang tidak cerdas hal tersebut membuat siswi jadi lebih bisa menyesuaikan diri dengan sekitarnya, maka makin cepat menyesuaikan diri dengan lingkungannya maka semakin cepat mengendalikan situasi.

3. Kesiapan Psikologis remaja putri dalam menghadapi menarche

Menstruasi adalah perdarahan periodik dan siklik dari uterus disertai pengelupasan (deskuamasi) endometrium, menarche merupakan suatu tanda awal adanya perubahan lain seperti pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut daerah pubis dan aksila serta distribusi lemak pada daerah pinggul. Selama ini sebagian masyarakat merasa tabu untuk membicarakan tentang masalah menstruasi dalam keluarga sehingga remaja awal kurang memiliki pengetahuan dan sikap yang cukup baik tentang perubahan-perubahan fisik

dan psikologis terkait menarche. Kesiapan mental sangat diperlukan sebelum menarche karena perasaan cemas dan takut akan muncul, selain itu juga kurangnya pengetahuan tentang perawatan diri akan di perlukan saat menstruasi.

Gejala yang sering menyertai menarche adalah rasa tidak nyaman disebabkan karena selama menstruasi volume air di dalam tubuh kita berkurang. gejala lain yang dirasakan yaitu sakit kepala, pegal-pegal di kaki dan dipinggang untuk beberapa jam, kram perut dan sakit perut. Sebelum periode ini terjadi biasanya ada beberapa perubahan emosional. Perasaan suntuk, marah dan sedih yang disebabkan oleh adanya pelepasan beberapa hormon, perasaan bingung, gelisah, tidak nyaman selalu menyelimuti perasaan seorang wanita yang mengalami menstruasi pertama kali (menarche). Menstruasi pertama atau menarche adalah hal yang wajar yang pasti dialami oleh setiap wanita normal dan tidak perlu digelisahkan, Namun hal ini akan semakin parah apabila pengetahuan remaja mengenai menstruasi sangat kurang dan pendidikan dari orang tua yang kurang. Adanya anggapan orang tua yang salah bahwa hal ini merupakan hal yang tabu untuk diperbincangkan dan menganggap bahwa anak akan tahu dengan sendirinya.

Pengetahuan tentang menstruasi sangat dibutuhkan oleh remaja putri. Masalah fisik yang mungkin timbul dari kurangnya pengetahuan itu adalah kurangnya personal hygiene sehingga dapat beresiko untuk terjadinya infeksi pada saluran kemih (ISK). Pada tahun 1999, insiden ISK di Inggris utara pada usia 16 tahun adalah sekitar 3,6% pada anak laki-laki dan 11,6% pada anak

wanita. juga dapat dikatakan kejadian ISK pada wanita sekitar 3-4 kali dibandingkan pada laki-laki. diduga salah satu faktor penyebabnya karena uretra wanita lebih pendek daripada laki-laki. selain itu kesulitan yang lain yang timbul adalah dalam proses perawatan diri yaitu pemenuhan personal diri saat menarche, hal ini dapat timbul karena sikap tertutup masyarakat dan lingkungan. Pendidikan tentang kesehatan reproduksi merupakan masalah penting yang perlu mendapatkan perhatian dan informasi dari semua pihak .

Reaksi positif terhadap menarche dapat dirasakan remaja putri lainnya sebagai indeks kedewasaan. Reaksi ini mengindikasikan bahwa remaja putri tersebut telah mampu memiliki anak, mengalami sesuatu yang membuat mereka menjadi wanita lebih dewasa (Santrock,2003). Remaja putri yang belum siap terhadap menstruasi pertama akan cenderung lebih memperlihatkan sikap negatif dibandingkan dengan yang sudah mempersiapkan terlebih dahulu. Aspek negatif dari menstruasi pertama sering dilaporkan oleh remaja putri yaitu kerepotan, kekotoran dan ketidaknyamanan fisik yang menyebabkan keterbatasan tingkah laku dan perubahan emosional.

Terdapat banyak alasan mengapa remaja putri sering tidak ada persiapan menghadapi menstruasi pertama. Yaitu misalnya orang tua yang masih kurang memiliki pengetahuan atau terhambat oleh rasa malu terhadap anak. Sebagai orang tua seharusnya memberitahu kepada anak perempuan bahwa perdarahan selama menstruasi yaitu adalah proses yang normal yang dialami setiap remaja putri dan lebih membantu remaja putri agar mereka tidak terlalu cemas dalam

menghadapi menarche. Mereka akan mengembangkan tatak laku yang positif dalam menghadapi perubahan fisik dan psikologis .

D. Remaja

1. Definisi Remaja

Remaja atau adolescence berasal dari bahasa latin adolescere yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa, masa remaja atau masa puber merupakan masa penghubung antara masa anak-anak dengan dewasa, Masa pubertas adalah masa ketika seorang anak mengalami perubahan fisik, Psikis, dan pematangan fungsi seksual. Masa pubertas dalam kehidupan kita biasanya dimulai saat berumur 8-10 tahun dan berakhir lebih kurang di usia 15-16 tahun. Pada masa ini memang pertumbuhan dan perkembangan berlangsung dengan cepat. Pada remaja wanita sebagai tanda kematangan organ reproduksi yaitu ditandai dengan datangnya menstruasi (menarche) dan perubahan fisik yaitu, lengan dan tungkai kaki bertambah panjang, tangan dan kaki bertambah besar, pinggul lebar, bulat dan membesar, pertumbuhan payudara, puting susu membesar dan menonjol, serta kelenjar susu berkembang, payudara menjadi lebih besar dan lebih bulat, kulit menjadi lebih kasar, lebih tebal, agak pucat, lubang pori-pori bertambah besar, kelenjar lemak, dan kelenjar keringat menjadi lebih aktif, otot semakin besar dan semakin kuat terutama pada pertengahan dan menjelang akhir masa pubertas, sehingga memberikan bentuk pada bahu, lengan dan tungkai, suara menjadi lebih penuh dan semakin merdu (Ali Imron 2012).

2. Tingkatan Remaja

a. Pra Remaja (11 - 14 Tahun)

Pra remaja ini mempunyai masa yang sangat pendek, kurang lebih hanya satu tahun; untuk laki-laki usia 12 atau 13 tahun - 13 atau 14 tahun. Dikatakan juga fase ini adalah fase negatif, karena terlihat tingkah laku yang cenderung negatif. Fase yang sukar untuk hubungan komunikasi antara anak dengan orang tua.

Perkembangan fungsi-fungsi tubuh juga terganggu karena mengalami perubahan-perubahan termasuk perubahan hormonal yang dapat menyebabkan perubahan suasana hati yang tak terduga. Remaja menunjukkan peningkatan reflektivitas tentang diri mereka yang berubah dan meningkat berkenaan dengan apa yang orang pikirkan tentang mereka. Seperti pertanyaan: Apa yang mereka pikirkan tentang aku ? Mengapa mereka menatapku? Bagaimana tampilan rambut aku? Apakah aku salah satu anak “keren”? dan lain lain (Diananda, 2019).

b. Remaja Awal (15 - 17 Tahun)

Pada fase ini perubahan-perubahan terjadi sangat pesat dan mencapai puncaknya. Ketidakseimbangan emosional dan ketidakstabilan dalam banyak hal terdapat pada usia ini. Ia mencari identitas diri karena masa ini, statusnya tidak jelas. Pola-pola hubungan sosial mulai berubah. Menyerupai orang dewasa muda, remaja sering merasa berhak untuk membuat keputusan sendiri. Pada masa perkembangan ini, pencapaian

kemandirian dan identitas sangat menonjol, pemikiran semakin logis, abstrak dan idealistis dan semakin banyak waktu diluangkan diluar keluarga (Diananda, 2019).

c. Remaja Akhir (17 - 21 Tahun)

Pada fase ini dirinya ingin menjadi pusat perhatian; ia ingin menonjolkan dirinya; caranya lain dengan remaja awal. Ia idealis, mempunyai cita-cita tinggi, bersemangat dan mempunyai energi yang besar. Ia berusaha memantapkana identitas diri, dan ingin mencapai ketidaktergantungan emosional.

E. Pengetahuan

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu ,dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pacaindra manusia, yaitu indra pengelihatan pendengaran, penciuman, rasa, dan indra peraba. Akan tetapi sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan diantaranya yaitu lingkungan adalah segala sesuatu yang ada disekitar individu, baik lingkungan fisik/biologis maupun sosial. Dalam Nursalam (2010), pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi untuk meningkatkan pengetahuan dan kualitas hidup oleh sebab itu makin tinggi tingkat pendidikan seseorang makan semakin mudah menerima infromasi dengan demikian pengetahuan siswi mudah menerima nilai-nilai baru dikembangkan. Maka dari itu pengetahuan siswi akan terus meningkat.

2. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan dalam domain kognitif terbagi menjadi enam tingkatan yaitu sebagai berikut :

a. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk juga mengingat kembali (recall) terhadap rangsangan yang sudah diberikan. Tahu merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menyatakan, dan sebagainya.

b. Memahami (*comprehension*)

Memahami adalah suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan objek tersebut secara benar. Orang yang paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

c. Aplikasi (*aplication*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi yang sebenarnya.

d. Analisis (*analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam satu struktur organisasi, dan masih ada kaitanya satu sama lain. kemampuan analisis

dapat dilihat dari penggunaan kata kerja seperti membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis di sini berarti suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. sintesis dapat diartikan juga suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada. Kata kerja untuk sintesis yaitu dapat menyusun, merencanakan, meringkaskan, dan sebagainya.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi berhubungan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian ini didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria yang sudah ada (Ahmad Kholid,2014).

3. Pengetahuan Mengenai Menstruasi pada Remaja Putri

Menarche merupakan tanda seorang remaja putri sudah mengalami pubertas, Kesiapan remaja putri untuk menerima menarche tergantung beberapa hal, yaitu salah satunya dipengaruhi oleh faktor perilaku orang tua sebagian besar ibu tidak mengajari anak perempuan mereka tentang menstruasi seperti usia menstruasi, berapa lama menstruasi dan pemeliharaan kesehatan selama menstruasi. Penelitian yang dilakukan Herwati, Murniati Muchtar, (2017) dengan judul “ model pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap dalam menghadapi menarche di sekolah dasar. Menyebutkan kurangnya

informasi pendidikan kesehatan khususnya terhadap pengetahuan dan sikap dalam kesiapan menghadapi menarche didapatkan oleh siswi dapat mengakibatkan remaja merasa takut, tidak siap menghadapi menarche, cemas dan merasa hal ini tidak normal, jadi informasi berupa pengetahuan dan sikap yang didapatkan dari guru, orang tua, tenaga kesehatan terkait pada kegiatan Uks belum memadai.

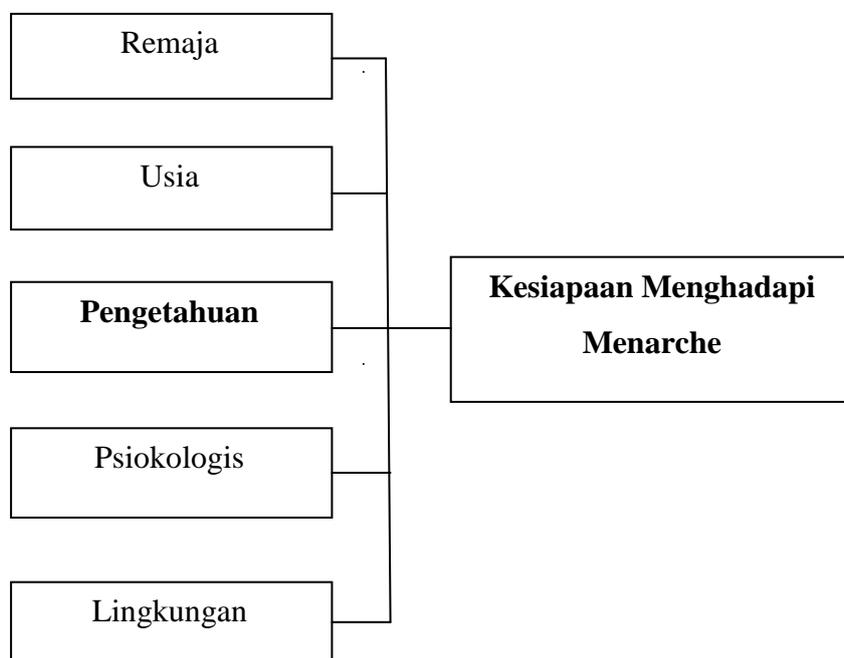
Pengetahuan tentang menstruasi yang kurang akan mengakibatkan remaja putri menganggap menarche sebagai gejala dari datangnya suatu penyakit sehingga mengakibatkan remaja putri merasa panik, cemas dan ada juga beberapa remaja putri juga menganggap bahwa menarche sangat kotor hal tersebut membuat remaja putri tidak siap. Dampak dari ketidaksiapan menghadapi menarche adalah mempunyai risiko 4,079 kali berperilaku *vulva hygiene* tidak baik dibandingkan remaja putri yang sudah siap (Sulistioningsih, 2014).

Berdasarkan penjelasan di atas dapat diketahui bahwa pengetahuan yang harus dimiliki oleh remaja putri yaitu mendapatkan informasi berupa menstruasi pertama, lamanya menstruasi dan pemeliharaan kesehatan selama menstruasi serta memperhatikan kebersihan diri karena kebutuhan pembalut harus diganti 4 sampai 5 kali sehari untuk menghindari pertumbuhan bakteri dan menghindari masuknya bakteri tersebut ke dalam vagina (Darvll & Powell, 2003).

Selain itu remaja putri juga harus memiliki pengetahuan tentang siklus menstruasi, volume darah menstruasi yang keluar dan penggunaan pembalut.

Siklus menstruasi umumnya jika normal terjadi sekali dalam sebulan atau rata-rata 28 hari . adapun jumlah rata-rata darah yang keluar sekitar 30 ml dan pembtut juga biasanya digunakan diluar tubuh atau sekitar vagina (Darvill & Powell,2003).

F. Kerangka Teori



Bagan 2.1 Kerangka teori

Sumber : Modifikasi Slameto (2010), Nunik (2014), Suryani dan Widyasih (2008)

G. Hipotesis

Ha : ada hubungan antara pengetahuan remaja putri terhadap kesiapan menghadapi *menarche*.

C. Defenisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Defenisi operasional	Alat ukur	Cara ukur	Hasil ukur	Skala
Pengetahuan	Pengetahuan merupakan segala hal yang diketahui oleh responden meliputi: Defenisi, penyebab, gangguan yang terjadi saat haid, pencegahan gangguan pada haid dan perubahan pada saat menginjak masa remaja putri	Kuesioner	Mengisi kuesioner berupa 15 pertanyaan dengan pilihan jawaban a,b,c alternatif jawaban: 1. Benar : 1 2. Salah: 0 (Sugiyono, 2012)	1. kurang, apabila responden mendapatkan skor : <56 2. Cukup apabila responden mendapatkan skor : 56-75% 3. Baik : apabila responden mendapatkan skor : ≥76-100%	Ordinal
Kesiapan	Suatu kesediaan seseorang dalam menerima perubahan dan perkembangan yang akan dialami saat menarche. Meliputi : kesanggupan seseorang menghadapi menarche, bersedia menerima perubahan yang terjadi selama menarche.	Kuesioner	Mengisi kuesioner berupa 10 pernyataan, alternatif jawaban ya (diberi nilai 1), tidak (diberi nilai 0)	1. tidak siap apabila responden mendapatkan skor : <50% 2. siap apabila responden mendapatkan skor : ≥50%	Nominal

D. Waktu Penelitian dan Tempat Penelitian

Waktu penelitian akan dilaksanakan pada bulan Oktober 2019 – Maret tahun 2020,

Penelitian ini dilaksanakan di SDN 79 Kota Bengkulu kelas V.

E. Populasi dan sample penelitian

1. Populasi

Populasi adalah setiap subjek yang diteliti. Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai maka menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas V SDN 79 Kota Bengkulu yang berjumlah 84 orang.

2. Sample

Sample adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Notoatmodjo, 2010). Pengambilan sample dalam penelitian ini dengan menggunakan *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang disesuaikan dengan kebutuhan dan tujuan peneliti (Dahlan, 2019). Dalam penelitian ini sample berjumlah 77 siswi yang belum mengalami menarche di SDN 79 kota Bengkulu kelas V. Spesifikasi penelitian ini ditentukan dengan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi sebagai berikut :

a) Kriteria inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria dimana subjek penelitian dapat mewakili dalam sample penelitian yang memenuhi syarat sebagai sample (Notoatmodjo, 2010).

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah :

- a. Bersedia menjadi responden dan mengisi kuesioner
- b. Siswi putri kelas V
- c. Siswi yang belum menstruasi
- d. Siswi yang belum pernah mendapatkan informasi
- e. Siswi yang bersedia dilakukan penelitian

b) Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian tidak dapat mewakili sample karena tidak memenuhi syarat sebagai sample penelitian (Notoatmodjo, 2010). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :

- a. Siswi yang tidak hadir saat penelitian
- b. Siswi dalam keadaan tidak sehat fisik.

F. Instrument dan Bahan Penelitian

Kuesioner dalam penelitian ini digunakan sebagai alat pengumpulan data untuk mengetahui pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche. Pengetahuan yang peneliti ukur hanya sampai tingkat pengetahuan yang paling rendah yaitu (tahu). Kuesioner pengetahuan terdiri dari 15 pertanyaan. Kuesioner yang kedua yaitu kuesioner yang digunakan untuk mengetahui kesiapan remaja putri menghadapi menarche terdiri dari 10 pernyataan. Selanjut nya variabel kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche di interpretasikan dengan menggunakan skor.

G. Teknik Pengumpulan Data

1. Data primer

Data primer diperoleh dengan cara melakukan wawancara terhadap responden dengan menggunakan kuesioner yang telah tersedia untuk mendapatkan identitas umum siswi serta mengukur tingkat pengetahuan tentang menarche pada remaja putri. Kuesioner adalah daftar pertanyaan/pernyataan yang sudah tersusun dengan baik, dimana responden tinggal memberikan jawaban (Notoatmodjo,2012).

2. Data sekunder

Data sekunder diperoleh peneliti secara tidak langsung, yaitu dari dinas pendidikan kota Bengkulu bahwa SDN 79 Kota Bengkulu mempunyai siswa/i yang banyak dibanding sekolah dasar lainnya yang berada di Telaga Dewa dan pihak sekolah belum pernah memberikan penyuluhan dan informasi tentang kesehatan reproduksi dan menarche (haid) pada remaja putri sehingga sebagian remaja putri masih ada ditemukan yang belum siap menghadapi menarche karena kurangnya informasi yang diterima.

H. Teknik Pengolahan Data

Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan bantuan komputer yang dilakukan melalui suatu proses dengan tahapan berikut :

1. Editing data

Merupakan tahap pemilihan dan pemeriksaan kembali kelengkapan data-data yang diperoleh untuk pengelompokan dan penyusunan data. Pengelompokan data bertujuan untuk memudahkan pengolahan data.

2. Coding data

Coding data yaitu memberikan kode terhadap hasil yang diperoleh dari data yang ada yaitu menurut jenisnya, kemudian dimasukkan dalam lembar label kerja guna mempermudah melakukan analisis terhadap data yang diperoleh .

3. Tabulating

Tabulating adalah memasukkan data-data penelitian ke dalam tabel sesuai kriteria data yang telah ditentukan.

a. Processing

Data yang telah ditabulasi diolah secara manual atau komputer agar dapat dianalisis

b. Cleaning

Cleaning yaitu melakukan pengecekan kembali data yang sudah dimasukkan kekomputer ada kesalahan atau tidak. dalam pengolahan ini tidak ditentukannya kesalahan atau kekeliruan.

I. Analisis Data

Analisis data yang dilakukan yaitu mengelola data dalam bentuk yang lebih mudah dibaca dan diinterpretasikan serta dapat diuji secara statistic, kebenaran hipotesis yang telah ditetapkan. Analisa data dilakukan secara bertahap yaitu analisa data univariat dan bivariat :

1. Analisa Univariat

Analisis univariat merupakan analisis yang dilakukan terhadap tiap variabel dalam hasil penelitian. Analisis univariat ini mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Pada umumnya dalam analisa ini hanya menghasilkan distribusi dan presentase dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2012). Analisis ini dilakukan untuk mendeskripsikan variabel *independent* yaitu pengetahuan remaja putri tentang menarche, variabel *dependent* yaitu kesiapan remaja putri menghadapi menarche.

2. Analisa Bivariat

Analisa ini dilakukan untuk melihat hubungan dua variabel, yaitu variabel independen dan dependen dengan uji statistik *chi square* menggunakan hitungan

statistik yang sesuai. dimana derajat kemaknaan $\alpha=0,05$ apabila nilai *p value* $<0,05$, maka H_0 ditolak dan apabila *p value* $>0,05$ maka H_0 gagal ditolak.

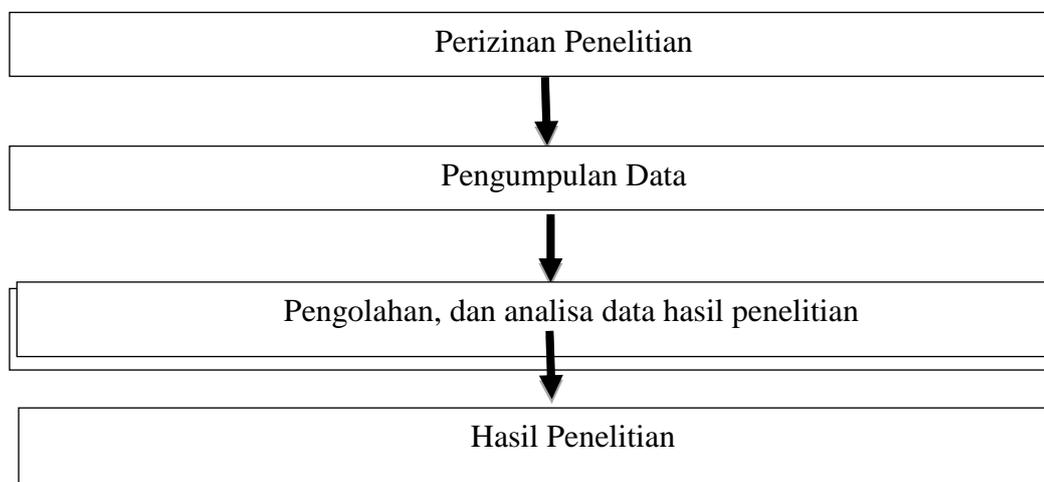
Sedangkan untuk *chi square* digunakan bila :

- Jumlah subjek total >40 , tanpa melihat nilai expected yaitu nilai yang dihitung bila hipotesis H_0 benar.
- Jumlah subjek antara 20 dan 40 dan semua nilai expected >5

J. Alur Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan januari-februari 2020 di SDN 79 Kota Bengkulu. pengumpulan data dalam penelitian ini diperoleh dari 2 cara yaitu secara langsung (data primer) dan tidak langsung (data sekunder).

Adapun alur penelitian ini di gambarkan sebagai berikut :



Bagan 3.2 Alur Penelitian

K. Etika Penelitian

Menurut (Hidayat, 2007) Masalah etika penelitian sangat penting karena penelitian ini berhubungan langsung dengan manusia, sehingga perlu dilakukan *informed consent* sebelum diberikan intervensi.

Informed consent merupakan lembar persetujuan yang akan diteliti agar subyek Mengerti maksud dan tujuan penelitian. Bila responden tidak bersedia maka peneliti harus menghormati hak-hak responden .

1. Selft determinan

Dalam penelitian ini dijaga dengan memberikan kebebasan pada responden untuk memilih dan memutuskan berpartisipasi dan menolak dalam penelitian ini tanpa ada paksaan.

2. Tanpa nama (*Anomity*)

Untuk menjaga kerahasiaan responden, Peneliti tidak mencantumkan nama responden dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data.

3. Kerahasiaan (*confidentiality*)

Kerahasiaan ini diartikan sebagai semua informasi yang dapat dari responden tidak disebarluaskan ke orang lain dan hanya peneliti yang mengetahuinya. Semua informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiannya.

4. Keadilan (*justice*)

Prinsip keadilan memenuhi prinsip kejujuran, keterbukaan dan kehati-hatian. Responden harus di perlakukan secara adil awal sampai akhir tanpa ada diskriminasi, Sehingga jika ada yang tidak bersedia maka harus dikeluarkan. Penelitian memberikan penghargaan kepada responden, jika telah mengikuti penelitian dengan baik.

5. Asas kemanfaatan (*beneficiency*)

Asas kemanfaatan harus memiliki tiga prinsip yaitu bebas penderitaan, bebas eksploitasi dan bebas resiko. bebas penderitaan bila ada penderitaan pada

responden. Bebas eksploitasi bila dalam pemberian informasi dan pengetahuan tidak berguna, sehingga merugikan responden. risiko yang dimaksud adalah penelitian menghindarkan responden dari bahaya dan keuntungan kedepannya. Tujuan dari penelitian untuk mengetahui apakah ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarache di SDN 79 Kota Bengkulu.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Jalannya Penelitian

Penelitian ini dimulai dengan mengurus surat izin penelitian, yang dilakukan pertama ialah membuat surat izin penelitian yang ditujukan kepada Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu (DPMPTSP) Provinsi Bengkulu, selanjutnya surat dari DPMPTSP ditujukan ke Dinas Pendidikan Kota Bengkulu, dan surat dari Dinas Pendidikan Kota Bengkulu ditujukan ke SDN 79 Kota Bengkulu pada bulan Januari sampai bulan februari 2020. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan pengetahuan dengan kesiapan siswi kelas V dalam menghadapi menarche di SDN 79 Kota Bengkulu.

Hal pertama yang dilakukan sebelum melakukan penelitian adalah melakukan kontrak waktu dengan pihak sekolah untuk dilakukannya penelitian. Selanjutnya peneliti mengumpulkan responden dari setiap kelas V yang berjumlah keseluruhan remaja putri sebanyak 77 remaja yang belum mengalami haid. Responden dibagi menjadi dua kelas yaitu kelas Va dan kelas Vd. Selanjutnya peneliti memberikan arahan untuk pengisian Inform Consent dan Kuesioner kepada setiap responden.

Pelaksanaan pembagian kuesioner peneliti dibantu dengan asisten peneliti. Setelah kuesioner dibagikan peneliti melakukan pengecekan data apakah masih ada data yang kurang dalam pengisian kuesioner, setelah itu dilakukan

pengentrian data dan selanjutnya dilakukan pengolahan data secara univariat dan bivariat.

2. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche di SDN 79 Kota Bengkulu dengan hasil pengolahan dan analisa data sebagai berikut :

a. Analisis Univariat

Analisis ini dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi umur, Pengetahuan tentang menarche dan kesiapan dalam menghadapi menarche.

Hasil distribusi dapat dilihat tabel dibawah ini :

Tabel 4.1
Distribusi Frekuensi Umur, Kesiapan dan Pengetahuan Siswi SDN 79 kota
Bengkulu

Variabel	Jumlah	%
Umur		
10 tahun	29	37.6
11 tahun	48	63.7
Kesiapan		
Tidak siap	46	59.7
siap	31	40.3
Pengetahuan		
Kurang	45	58.4
Sedang	23	29.9
Baik	9	11.7

Hasil tabel 4.1 didapatkan bahwa sebagian besar (63.7%) siswi SDN 79 kota Bengkulu memiliki umur 11 tahun. Sebagian besar (59,7%) siswi SDN 79 kota Bengkulu tidak siap dalam mengadapi menarche. sebagian besar (58,4%) siswi SDN 79 kota Bengkulu memiliki pengetahuan kurang tentang menarche.

Tabel 4.2

Deskripsi Kesiapan siswi SDN 79 kota Bengkulu dalam menghadapi menarche

No	Item Pertanyaan Kesiapan	Jawaban	
		Ya	Tidak
1.	Saya siap menghadapi menstruasi karena melihat ibu dan saudari perempuan saya juga mendapatkan menstruasi	64,9%	35,1%
2.	Saya merasa mudah marah dan stress ketika menstruasi	62,3%	37,7%
3.	Menstruasi akan menyebabkan ketidak nyamanan fisik dan perubahan emosional bagi diri saya	53,2%	46,8%
4.	Saya tidak siap menghadapi menstruasi karena saya melihat orang menstruasi itu repot	35,1%	64,9%
5.	Saya merasa menstruasi akan menurunkan kepercayaan diri saat bergaul/bermain bersama teman-teman	37,7%	62,3%
6.	Saat tidak siap menghadapi menstruasi karena melihat orang kalau sedang menstruasi tidak bisa kemana-mana	54,5%	45,5%
7.	Saya siap menghadapi menstruasi karena dengan menstruasi saya menjadi wanita normal	42,9%	57,1%
8.	Saya tidak siap menghadapi menstruasi karena melihat orang yang sedang menstruasi tubuhnya lemas	61%	39%
9.	Saya tidak siap menghadapi menstruasi karena pernah melihat orang menstruasi perutnya sakit	63,6%	36,4%
10.	Pada saat menstruasi tingkat kensensitifan saya meningkat	54,5%	45,5%

Hasil tabel 4.2 didapatkan bahwa kesiapan siswi SDN 79 kota Bengkulu dalam menghadapi menarche dengan persentase terendah yaitu saya tidak siap menghadapi menstruasi karena saya melihat orang menstruasi itu repot sebesar 35,1% dan jawaban dengan persentase tertinggi yaitu Saya siap menghadapi menstruasi karena melihat ibu dan perempuan saya juga mendapatkan menstruasi sebesar 64,9%.

Tabel 4.3**Deskripsi Pengetahuan Siswi SDN 79 kota Bengkulu tentang menarache**

No	Item Pertanyaan Kesiapan	Jawaban	
		Benar	Salah
1.	Apakah anda pernah mendengar menstruasi	81,8%	18,2%
2.	Apa arti dari menstruasi	77,9%	22,1%
3.	Menurut Anda kapankah menstruasi pertama terjadi	77,9%	22,1%
4.	Berapa lamakah menstruasi itu biasanya akan terjadi	49,4%	50,6%
5.	Berapa lamakah siklus menstruasi normal akan terjadi	49,4%	50,6%
6.	Faktor-faktor yang mempengaruhi menarache adalah?	67,5%	32,5%
7.	Pembalut saat menstruasi sebaiknya diganti kapan?	48,1%	51,9%
8.	Menurut Anda, apabila seorang wanita telah mendapatkan haid, itu pertanda bahwa wanita tersebut	59,7%	40,3%
9.	Kapankah Menstruasi normal akan terjadi	46,8%	53,2%
10.	<i>Menarache</i> atau haid pertama adalah	48,1%	51,9%
11.	Menarache merupakan puncak dari serangkaian perubahan yang terjadi pada seorang gadis yang sedang menginjak:?	48,1%	51,9%
12.	Secara fisik, gangguan yang sering terjadi menjelang datang bulan, kecuali	39%	61%
13.	Salah satu kedewasaan seorang wanita apakah ditandai dengan	46,8%	53,2%
14.	Apa yang Anda dapat lakukan untuk mencegah terjadinya gangguan menjelang datang bulan	49,4%	50,6%
15.	Dibawah ini perubahan mental yang dialami pada saat menjelang datang bulan?	46,8%	53,2%

Hasil tabel 4.3 Didapatkan bahwa pengetahuan siswi SDN 79 kota Bengkulu tentang menarache dengan persentase jawaban tertinggi yaitu mengenai Apakah anda pernah mendengar menstruasi sebesar 81,8% dan persentase jawaban terendah tentang gangguan fisik yang terjadi saat menstruasi sebesar 39%.

b. Analisa Bivariat

Analisis ini dilakukan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche di SDN 79 Kota Bengkulu. Hasil dapat dilihat ditabel dibawah ini :

Tabel 4.4

Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Menghadapi Menarche di SDN 79 Kota Bengkulu

Pengetahuan	Kesiapan				Total		<i>p-value</i>
	Tidak Siap		Siap		F	%	
	F	%	F	%			
Kurang	36	80	9	20	45	100	0,000
Cukup	7	30,4	16	69,6	23	100	
Baik	3	33,3	6	66,7	9	100	

Hasil tabel 4.4 didapatkan bahwa dari 45 responden dengan pengetahuan kurang sebanyak 36 responden (80%) tidak siap dalam menghadapi menarche. Kemudian, dari 23 orang dengan pengetahuan cukup sebanyak 16 responden (69,6%) siap dalam menghadapi menstruasi. Selanjutnya, dari 9 responden dengan pengetahuan baik sebanyak 6 responden (66,7%) siap dalam menghadapi menarche.

Hasil uji statistik menggunakan *pearson chi square test* didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ berarti signifikan, Maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi, Ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche di SDN 79 Kota Bengkulu.

B. Pembahasan

1. Umur Siswi SDN 79 kota Bengkulu

Hasil Penelitian didapatkan bahwa sebagian besar (63.7%) siswi SDN 79 kota Bengkulu memiliki umur 11 tahun. Umur berkaitan erat dengan potensi reproduksi atau kesuburan, Selain itu umur juga menentukan mulai kapan seseorang mengalami suatu perubahan yang ada pada dirinya. Salah satunya adalah fase perubahan di mana dia harus memasuki masa pubertas. Masa puber adalah periode yang unik dan khusus yang ditandai oleh Perubahan Perkembangan tertentu yang tidak terjadi dalam tahap lain dalam rentang kehidupan. Usia pada masa puber dewasa ini dialami oleh rata-rata perempuan saat berumur 12,5 tahun. Sedangkan pada laki-laki diawali pada umur 14,5 tahun.

Hasil penelitian Lutfiyah (2016) Menunjukkan bahwa persentase ketidaksiapan dalam menghadapi menarche semakin menurun seiring dengan tingkatan umur. Hal ini menunjukkan bahwa Perkembangan fisik sebaiknya diikuti dengan perkembangan psikologis, Salah satunya dalam rangka mempersiapkan mental menghadapi masa pubertas.

Penelitian Jayanti & Purwanti (2011) semakin muda usia siswi maka akan semakin belum siap menghadapi menarche. Pada usia yang masih sangat muda mereka belum mendapatkan informasi yang lengkap mengenai menstruasi. Sehingga menarche akan dianggap sebagai beban oleh anak, dan menyebabkan ketidaksiapan menghadapi menarche.

2. Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar (59,7%) siswi SDN 79 kota Bengkulu tidak siap dalam menghadapi menarche. Hal ini ditunjang oleh penelitian yang dilakukan oleh Hastuti (2016) bahwa sebanyak (51%) responden tidak siap menghadapi menarche. Kesiapan responden dalam menghadapi menarche dipengaruhi oleh berbagai macam hal yaitu usia, Sumber informasi yang terdiri dari keluarga, teman, dan lingkungan sekolah.

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 sepuluh sampai enam belas tahun, yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklik (berulang-ulang) (Fajri & Khairani, 2011).

Hasil Penelitian didapatkan bahwa kesiapan siswi SDN 79 Kota Bengkulu dalam menghadapi menarche dengan persentase terendah yaitu saya tidak siap menghadapi menstruasi karena saya melihat orang menstruasi itu repot sebesar 35,1% dan jawaban dengan persentase tertinggi yaitu saya siap menghadapi menstruasi karena melihat ibu dan perempuan saya juga mendapatkan mesntruasi sebesar 64,9%.

Kesiapan siswi dalam menghadapi menarche salah satunya juga dipengaruhi oleh sumber informasi dari keluarga, keluarga menjadi sumber informasi terdekat dan utama bagi perkembangan remaja. Seperti Hasil Penelitian Indarsita & Purba

(2017) . Yaitu dari 17 respondennya yang memiliki kesiapan positif, Mereka mendapatkan informasi terkait menstruasi dari keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa sumber informasi serta dukungan dari keluarga sangat berpengaruh bagi remaja putri dalam menghadapi menarche. Komunikasi antara ibu anak juga dapat Mempengaruhi kesiapan siswi dalam menghadapi menarche.

Ramadhani (2016) 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. Pengetahuan siswi tentang menstruasi juga dapat mempengaruhi kesiapan siswi dalam menghadapi menarche.

Penelitian yang dilakukan oleh Hermawati (2016) menyebutkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan siswi tentang menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche, dengan memiliki pengetahuan yang baik tentang menstruasi akan berisiko membuat responden lebih siap dalam menghadapi menarche, Begitu Sebaliknya. Pemberian informasi yang positif dari berbagai sumber, Kemudian diberikan dengan penuh kehangatan dan disertai dengan sikap dukungan serta pengertian akan mengurangi rasa kekhawatiran, Rasa terbebani ataupun kesedihan akibat datangnya menarche, Sehingga bisa membuat anak lebih siap dalam menghadapi menarche (Kurniawati, 2011).

3. Pengetahuan Tentang Menarche

Hasil Penelitian didapatkan bahwa sebagian besar (58,4%) Siswi SDN 79 Kota Bengkulu memiliki pengetahuan kurang tentang Menarche. Pengetahuan responden yang kurang tentang menarche karena terbatasnya akses informasi yang mereka miliki mengenai menstruasi. Akses informasi mereka untuk mengetahui menarche juga tidak disediakan disekolah sehingga mereka masih meraba-raba.

Padahal Penelitian yang dilakukan Khoirunnisa (2014) Menyebutkan bahwa sumber informasi yang baik yang bisa digunakan remaja adalah sumber informasi yang berasal dari guru.

Bidan dan Dokter atau sumber insane/manusia. Dalam Penelitian ini dibantu oleh pihak sekolah yaitu kepala sekolah, guru dan wali kelas.

Hasil Penelitian didapatkan bahwa Pengetahuan Siswi SDN 79 Kota Bengkulu tentang menarche dengan persentase jawaban tertinggi yaitu mengenai apakah anda pernah mendengar menstruasi sebesar 81,8% dan persentase jawaban terendah tentang gangguan fisik yang terjadi saat menstruasi sebesar 39%.

Hal ini didukung karena Selama ini sebagian masyarakat merasa tabu untuk membicarakan tentang masalah menstruasi dalam keluarga, Sehingga remaja awal kurang memiliki pengetahuan yang kurang baik tentang perubahan - perubahan fisik dan psikologis terkait menarche, Selain itu juga kurangnya pengetahuan tentang perawatan diri yang diperlukan saat menstruasi.

4. Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Menghadapi Menarche di SDN 79 Kota Bengkulu.

Hasil Penelitian didapatkan bahwa dari 45 responden dengan Pengetahuan kurang sebanyak 36 responden (80%) tidak siap dalam menghadapi menarche. Ketidaktahuan siswi mengenai menarche dikarenakan kurangnya akses informasi mengenai kesehatan reproduksi, Sehingga siswi kurang tau kapan waktu terjadinya menarche/umur datangnya menarche. Informasi yang mereka peroleh Seputar menarche hanya dari pelajaran IPA yang diajarkan disekolah, Dan kebanyakan Siswi jarang yang mencari informasi diinternet. Oleh Karena itu pengetahuan tentang menstruasi kurang.

Sedangkan pada Siswi dengan Pengetahuan yang kurang Namun siap menghadapi menarche disebabkan karena faktor teman Sebaya, Seperti Penelitian Puspita, dkk. (2015) 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.

Hasil Penelitian didapatkan dari 9 responden dengan Pengetahuan baik sebanyak 6 responden (66,7%) Siap dalam Menghadapi menarche. Siswi yang memiliki Pengetahuan baik atau Cukup namun tidak siap menghadapi menarche, Hal ini dikarenakan Faktor lingkungan mereka tinggal, Misalnya kebiasaan atau adat yang Mengganggap 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).

Siswi Berpengetahuan baik dan siap menghadapi menarche, Mereka Mendapatkan Pengetahuan Seputar menstruasi selain dari Pelajaran sekolah juga dari internet, Jadi internet sebagai media Massa sangat berperan bagi kesiapan siswi menghadapi menarche Karena dengan internet siswi bisa mendapatkan informasi seputar Menstruasi lebih banyak. Pendidikan tentang kesehatan reproduksi Merupakan masalah penting yang perlu mendapatkan perhatian dari Semua pihak. Remaja putri yang kelak akan menikah dan menjadi Orang tua sebaiknya mempunyai kesehatan reproduksi yang baik Sehingga menghasilkan generasi yang sehat.

Hasil Penelitian didapatkan bahwa dari 23 orang dengan Pengetahuan cukup sebanyak 16 responden (69,6%) Siap dalam Menghadapi menstruasi. Siswi yang memiliki pengetahuan cukup tetapi belum siap menghadapi menarche hal tersebut dikarenakan faktor lingkungan setempat. Contohnya kebiasaan atau adat yang menganggap menstruasi hal yang tabu untuk diketahui anak, Jadi Siswi mendapatkan informasi tentang menstruasi hanya sebatas dari pelajaran saja, Sehingga kesiapan dalam psikis mereka kurang. Begitu juga untuk pemberian informasi tentang menarche perlu diperhatikan pemilihan instrumentalnya, Karena jika salah dalam pemilihan instrumental maka dapat menyebabkan ketidak jelasan Informasi. Akibatnya terjadi kesalahan penerimaan pesan atau persepsi yang salah terhadap isi pesan. Hal tersebut tergambarkan dari hasil Penelitian dimana siswi SD berpengetahuan baik namun memiliki kesiapan yang kurang. Kesalahan

pemahaman siswi dapat menyebabkan kesalahan dalam bersikap karena pemahaman merupakan salah satu penentu seseorang dalam bersikap.

Hasil uji statistik didapatkan didapat nilai $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ berarti signifikan, Maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi, ada Hubungan Pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menarche di SDN 79 Kota Bengkulu. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Novitasari dkk (2016) Hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche yang dilihat dari hasil nilai $p\text{-value} 0,000 < 0,05$.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan sesuai dengan prosedur yang telah direncanakan , Namun demikian masih memiliki keterbatasan peneliti yaitu.

1. Siswi masih bingung saat mengerjakan kuesioner karena mereka belum mengetahui dan paham tentang masa pubertas dan perubahan yang ada didiri mereka karena mereka tidak mendapatkan pelajaran dari sekolah dan dirumah.
2. Ruang kelas yang terbagi-bagi dan jarak kelas berjauhan sehingga kurang kondusif

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari Penelitian yang berjudul Hubungan Pengetahuan Dengan kesiapan menghadapi menarche di SDN 79 Kota Bengkulu kelas V adalah :

1. Sebagian Besar (63,7%) Siswi SDN 79 Kota Bengkulu memiliki umur 11 tahun.
2. Sebagian Besar (59,7%) Siswi SDN 79 kota Bengkulu tidak siap dalam menghadapi menarche
3. Sebagian Besar (58,4%) Siswi SDN 79 kota Bengkulu memiliki pengetahuan kurang tentang menarche.
4. Ada Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Menghadapi menarche di SDN 79 Kota Bengkulu.

B. Saran

1. Institusi Pelayanan Kesehatan

Memberikan Masukan bagi Puskesmas dalam meningkat kan kualitas Pelayanan Kesehatan khususnya bagi anak-anak Sekolah Dasar memberikan Penyuluhan khususnya mengenai persiapan dalam menghadapi menarche.

2. Institusi Pendidikan

Diharapkan pihak sekolah bisa menjalin kerja sama lintas sektoral dengan Intitusi Pelayanan Kesehatan dan Puskesmas dalam mempersiapkan siswi SD menghadapi menarche.

3. Bagi Peneliti Lain

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi dan informasi Bagi Peneliti yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut yang berhubungan Dengan faktor lain yang berpengaruh terhadap kesiapan menghadapi menarche Misalnya dukungan keluarga, Pengaruh media massa.

Daftar Pustaka

- Afifah, A., & Hastuti, Tulus Puji. (2016). Ngaruhi Oleh Faktor Ras, Atau Suku Bangsa, Faktor Iklim Dan Kebiasaan Hidup. *Jurnal Kebidanan*, 5(9), 58–65.
- Ahmad Kholid. Promosi Kesehatan Dengan Pendekatan Teori Prilaku, Media Dan Aplikasinya. Jakarta ; Pt Rajagrafindo Persada: 2012
- Ali Imron. Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja & Efektivitas Program Pik-Kkr Di Sekolah. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media ; 2012.
- Antara, H., Dan, U., Gizi, S., Berdasarkan, I. B. U., Lingkar, U., Atas, L., ... Tawangrejo, D. I. P. (2019). *Jurnal Delima Harapan 2019*. 6(2), 7–16.
- 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. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*, 3(2), 154. <https://doi.org/10.33143/jhtm.v3i2.267>
- Ariana, S. B. (2017). *Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Dalam Menyelesaikan Pendidikan Di Prodi Diploma Iv Kebidanan Politeknik Kesehatan Kendari*. (Imd).
- Darmayitasari, R. (2017). *Gambaran Kejadian Menarche Dini Pada Siswi Sd Muhammadiyah Wirobrajan 3 Kota Yogyakarta*. Retrieved From [Repository.Stikesayaniyok.Ac.Id/2219/](https://repository.stikesayaniyok.ac.id/2219/)
- Di, H., Ambacang, P., & Padang, K. (2017). *Vol. Xi Jilid 1 No.76 Juli 2017 Menara Ilmu*. Xi(76), 106–114.
- Eny Kusmiran, S.Kp, M.Kes. Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita : Salemba Medika; 2011
- Indarsita, D., & Dan Purba, Y. (2017). Pengetahuan Dan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di Sd Negeri No 064023 Medan Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Pannmed*, 12(2), 183–188.
- Intan Kumalasari, App Dan Iwan Andyhyantoro, S.K.M . Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan Dan Keperawatan : Jakarta Selatan: Salemba Medika; 2012
- Irnowati. (2016). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Remaja Putri Kelas Iv, V, Vi Tentang Menarche*.

- Lutfiya, I. (2017). Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 5(2), 135. <https://doi.org/10.20473/jbk.v5i2.2016.135-145>
- Menarche, T., Siswi, P., & Dasar, S. (2018). *Volume 9, Desember 2018, Nomor 3. 9*, 198–206.
- Novitasari, S., Wardani, H. E., & Ariwinanti, D. (2018). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Sdn Asrikaton 1. *Preventia: The Indonesian Journal Of Public Health*, 3(2), 2.
- Proverawati A, Misaroh S. Menarche, Menstruasi Pertama Penuh Makna. Yogyakarta: Nuha Medika; 2009.
- Rochmania, B. K. (2017). Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Masa Pubertas. *Jurnal Promkes*, 3(2), 206. <https://doi.org/10.20473/jpk.v3.i2.2015.206-217>
- Sassi Mahfoudh, S., Bellalouna, M., & Horchani, L. (2018). Solving Cms-Sprite Packing Problem Using A Transformation To The Probabilistic Non-Oriented Bin Packing Problem. *Lecture Notes In Computer Science (Including Subseries Lecture Notes In Artificial Intelligence And Lecture Notes In Bioinformatics)*, 10861 Lncs, 561–573. https://doi.org/10.1007/978-3-319-93701-4_44
- Rosenthal, MS. 2009. Revolusi Terapi Hormon. B-First. Yogyakarta.
- Napitupulu Br Valensia, Hubaybah dkk. 2018 . *Hubungan Status Gizi Dan Aktivitas Fisik Terhadap Usia Menarche Pada Siswi Di Sdn 47/Iv Kota Jambi Tahun 2018*. Jambi .
- Sekolah, V. D. I., Negeri, D., Tahun, P., & Kunci, K. (2019). 1, 2, 3. 2.
- Studi, P., Program, K., Terapan, S., & Kesehatan, F. I. (2018). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Sd Nahdlatul Ulama Yogyakarta*.
- Sunyoto Prayitno. *Buku Lengkap Kesehatan Organ Reproduksi Wanita*. Jakarta Selatan: Saufa; Maret 2014.
- Urrahmah, A., Emma, S., & Jatmika, D. (2009). *Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Personal Hygiene Menstruasi Pada Santri Di Pondok Pesantren Al Muna 2 Bantul* 1–12.

Pudiastuti, R. D. 2012. “3 Fase Penting Pada Wanita (Menarche, Menstruasi dan Menopause)”. *PT. Elex Media Komputindo*. Jakarta.

L

A

M

P

I

R

A

N

Lampiran 1

ORGANISASI PENELITIAN

A. Pembimbing

Nama : Ismiati, SKM., M.KES

NIP : NIP. 197807212001122001

Pekerjaan : Dosen Jurusan Promosi Kesehatan

Jabatan : Pembimbing I

Nama : Lisma Ningsih., SKM, MKM

NIP : NIP. 197410091999032004

Pekerjaan : Dosen Jurusan Promosi Kesehatan

Jabatan : Pembimbing II

B. Peneliti

Nama : Dora meizela

NIM : P05170116018

Pekerjaan : Mahasiswa Jurusan Promosi Kesehatan

Alamat : Jl. Simpang tiga bungamas kec.seluma

lampiran 3

**KUESIONER PENELITIAN
HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI
TERHADAP KESIAPAN DALAM MENGHADAPI
MENARCHE DI SDN 79 KOTA BENGKULU**

No. Responden :

Umur :

Berilah tanda checklist (\checkmark) pada pilihan yang Anda anggap Benar

1. Apakah Anda pernah mendengar menstruasi ?
 - a. Pernah
 - b. Tidak
2. Apa arti dari menstruasi:
 - a. Pengeluaran darah setiap bulan yang dipengaruhi oleh hormon-hormon.
 - b. Sakit yang di alami perempuan remaja
 - c. Peristiwa pengeluaran darah secara berkala dari vagina
3. Menurut Anda kapankah menstruasi pertama terjadi:
 - a. 10 – 16 Tahun
 - b. 12 – 18 Tahun
 - c. 13 – 20 Tahun
4. Berapa lamakah menstruasi itu biasanya akan terjadi
 - a. 3-7 hari
 - b. 5-6 hari
 - c. 10 hari
5. Berapa lamakah siklus menstruasi normal akan terjadi:

- a. Setiap 5 hari
 - b. Setiap 8 hari
 - c. Setiap 22-23 hari
6. Faktor-faktor yang mempengaruhi menarche adalah?
- a. Aspek psikologis, kesuburan, pertumbuhan, lingkungan dan sosial ekonomi
 - b. Sudah dewasa
 - c. Kelebihan gizi
7. Pembalut saat menstruasi sebaiknya diganti kapan.
- a. 0 – 1 kali sehari
 - b. 1 kali sehari
 - c. 4 – 5 kali sehari
8. Menurut Anda, apabila seorang wanita telah mendapatkan haid, itu pertanda bahwa wanita tersebut.
- a. Sudah boleh pacaran
 - b. Sudah dewasa
 - c. sudah boleh menikah
9. Kapankah Menstruasi normal akan terjadi
- a. Satu bulan sekali
 - b. Empat bulan sekali
 - c. Lima bulan sekali
10. *Menarche* atau haid pertama adalah
- a. Haid atau menstruasi yang pertama kali dialami oleh seseorang wanita dan terjadi ditengah masa pubertas sebelum memasuki masa dewasa
 - b. Luka yang mengeluarkan darah

c. Nyeri pada haid

11. Menarche merupakan puncak dari serangkaian perubahan yang terjadi pada seorang gadis yang sedang menginjak.
 - a. Dewasa
 - b. Kanak-kanak
 - c. Orang tua
12. Secara fisik, gangguan yang sering terjadi menjelang datang bulan, kecuali....
 - a. Lemah, mudah letih
 - b. Sakit punggung, payudara terasa penuh dan nyeri, timbul jerawat
 - c. Sakit kepala
13. Salah satu kedewasaan seorang wanita apakah ditandai dengan:
 - a. Mimpi basah
 - b. Datangnya haid pertama
 - c. Gemuk
14. Apa yang Anda dapat lakukan untuk mencegah terjadinya gangguan menjelang datang bulan..
 - a. Berolah raga, hindari stres dan selalu berpikiran positif
 - b. Makan yang banyak
 - c. Tidur yang cukup
15. Di bawah ini perubahan mental yang dialami pada saat menjelang datang bulan..
 - a. Menjadi lebih aktif
 - b. Riang gembira
 - c. Kalut, sulit berkonsentrasi

Kuesioner Kesiapan Menghadapi Menarche

Berilah tanda checklist (\checkmark) pada pilihan yang Anda anggap Benar

SS = sangat siap TS = Tidak Siap

S = Siap STS = Sangat tidak siap

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya siap menghadapi menstruasi karena melihat ibu dan saudara perempuan saya juga mendapatkan mesntruasi				
2	Saya merasa mudah marah dan stress ketika menstruasi				
3	Menstruasi akan menyebabkan ketidaknyamanan fisik dan perubahan emosional bagi diri saya				
4	Saya tidak siap menhadapi menstruasi karena saya melihat orang menstruasi itu repot				
5	Saya merasa menstruasi akan menurunkan kepercayaan diri saat bergaul/bermain bersama teman-teman				
6	Saat tidak siap menghadapi menstruasi karena melihat orang kalau sedang menstruasi tidak bisa kemana-mana				
7	Saya siap menghadapi menstruasi karena dengan menstruasi saya menjadi wanita normal				
8	Saya tidak siap menghadapi menstruasi karena melihat orang yang sedang menstruasi tubuhnya lemas				

9	Saya tidak siap menghadapi menstruasi karena pernah melihat orang menstruasi perutnya sakit				
10	Pada saat menstruasi tingkat kensensitifan saya meningkat				

Lampiran 4

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth:
Saudara/i Calon Responden

Di Tempat Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, mahasiswa DIV Promosi Kesehatan, Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

Nama : Dora meizela

NIM : P05170116018

Jurusan : DIV Promosi Kesehatam

Akan mengadakan penelitian dengan judul “hubungan pengetahuan dengan kesiapan siswi kelas v dalam menghadapi menarche Di SDN 79 Kota Bengkulu Tahun 2020” Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan tidak akan menimbulkan akibat buruk bagi Saudara/i sebagai responden. Kerahasiaan informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk tujuan penelitian.

Apabila Saudara/i menyetujui maka dengan ini saya mohon kesediaan responden untuk menandatangani lembaran persetujuan dan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang saya ajukan dalam lembaran kuesioner. Atas perhatian dan kesediaan Saudara/i sebagai responden, saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,
Peneliti

Dora meizela

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Alamat :

Umur :

No. Responden : (diisi oleh petugas)*

Menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa prodi DIV Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang bernama Dora meizela dengan judul ***“hubungan pengetahuan dengan kesiapan siswi kelas v dalam menghadapi menarche Di sd negeri 79 kota Bengkulu”***.

Saya memahami penelitian ini dimaksudkan untuk kepentingan peneliti dalam menyelesaikan skripsi dan tidak merugikan saya dalam segi apapun dan jawaban yang saya berikan akan dijaga kerahasiaannya. Persetujuan ini saya buat secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari manapun. Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat digunakan bagaimana semestinya.

Bengkulu, 2020
Responden

(.....)

Lampiran 5

	KEMENTERIAN KESEHATAN RI BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU Jalan Indragiri No. 03 Padang Harapan Kota Bengkulu 38225 Telepon: (0736) 341212 Faximile (0736) 21514, 25343 webside: www.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id, email: poltekkes26bengkulu@gmail.com	 
---	---	--

05 Februari 2020

Nomor : : DM. 01.04/.....⁷⁹⁷...../2/2020
Lampiran : : -
Hal : : **Izin Penelitian**

Yang Terhormat,
Kepala Kesbangpol Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Skripsi bagi Mahasiswa Prodi Diploma IV Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2016/2017, maka bersama ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data kepada:

Nama : Dora Meizela
NIM : P05170116018
Program Studi : Diploma IV Promosi Kesehatan
No Handphone : 082282398993
Tempat Penelitian : SD NEGERI 79 KOTA BENGKULU
Waktu Penelitian : Januari-Maret
Judul : Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Siswi Kelas V Dalam Menghadapi Menarche di SD Negeri 79 Kota Bengkulu

Demikianlah, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

Wakil Direktur Bidang Akademik,

Eliana, SKM, M.PH
NIP.196505091989032001



Tembusan disampaikan kepada:
Kepala Dinas Pendidikan Kota Bengkulu



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jalan Melur No. 01 Nusa Indah Telp. (0736) 21801
BENGKULU

REKOMENDASI PENELITIAN

Nomor : 070/ 340/B.Kesbangpol/2020

- Dasar : Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian
- Memperhatikan : Surat dari Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor : DM.01.04/797/2/2020 Tanggal 05 Februari 2020 perihal izin penelitian.

DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA

Nama/ NIM : Dora Meizela/ P05170116018
Pekerjaan : Mahasiswa
Prodi : Diploma IV Promosi Kesehatan
Judul Penelitian : Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Siswi Kelas V Dalam Menghadapi Menarche di SD Negeri 79 Kota Bengkulu
Daerah Penelitian : SD Negeri 79 Kota Bengkulu
Waktu Penelitian : 21 Februari 2020 s/d 21 Maret 2020
Penanggung Jawab : Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu

- Dengan Ketentuan :
1. Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
 2. Harus mentaati peraturan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
 3. Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
 4. Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi Penelitian ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Bengkulu
Pada tanggal : 24 Februari 2020

a.n. WALKOTA BENGKULU
Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
Kota Bengkulu



Drs. RIDUAN, S.IP, M.Si
Pembina Utama Muda
NIP. 19651107 199403 1 001



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS PENDIDIKAN

Jl. Mahoni Nomor 57 Telp. Bengkulu 38227

SURAT IZIN PENELITIAN

Nomor : 421.2 / 110 / II.D.DIK/2020

Dasar : Surat Dari Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Kota Bengkulu Nomor : DM.01.04/796/2/2020 Tanggal 05 Februari 2020 Perihal Izin Penelitian

Mengingat untuk kepentingan penulisan ilmiah dan pengembangan Pendidikan dalam wilayah Kota Bengkulu, maka dapat memberikan izin penelitian kepada:

Nama : **Dora Maizela**
NPM : **P05170116018**
Program Studi : **Diploma IV Promosi Kesehatan**
Judul Penelitian : **"Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Siswi Kelas V Dalam Menghadapi Menarche di SD Negeri 79 Kota Bengkulu"**.

Dengan ketentuan sebagai berikut :

- a. Tempat Penelitian : SD Negeri 79 Kota Bengkulu
b. Waktu Penelitian : 21 Februari 2020 s.d 21 Maret 2020
- Penelitian tersebut khusus dan terbatas untuk kepentingan studi ilmiah tidak untuk dipublikasikan
- Setelah selesai penelitian untuk menyampaikan laporan ke Dinas Pendidikan Kota Bengkulu.

Demikian surat izin ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Bengkulu, 20 Februari 2020
An. Kepala Dinas Pendidikan
Kota Bengkulu
Kabid. Dikdas,



BENI RASDIWANSYAH, S.Pd. MT
NIP. 19691007 200701 1040

Tembusan :

- Walikota Bengkulu
- Wakil Dekan Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Kota Bengkulu
- Kepala Sekolah SD Negeri 79 Kota Bengkulu
- Arsip



KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA

KEMENTERIAN KESEHATAN RI
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN BENGKULU

Jalan Indragiri No. 03 Padang Harapan Kota Bengkulu 38225
Telepon: (0736) 341212 Faximile (0736) 21514, 25343
website: www.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id, email: poltekkes26bengkulu@gmail.com



05 Februari 2020

Nomor : : DM. 01.04/...⁷⁹⁶.../2020
Lampiran : -
Hal : **Izin Penelitian**

Yang Terhormat,
Kepala Dinas Pendidikan Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Skripsi bagi Mahasiswa Prodi Diploma IV Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2016/2017, maka bersama ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data kepada:

Nama : Dora Meizela
NIM : P05170116018
Program Studi : Diploma IV Promosi Kesehatan
No Handphone : 082282398993
Tempat Penelitian : SD NEGERI 79 KOTA BENGKULU
Waktu Penelitian : Januari-Maret
Judul : Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Siswi Kelas V Dalam Menghadapi Menarche di SD Negeri 79 Kota Bengkulu

Demikianlah, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

Wakil Direktur Bidang Akademik,

Eliana, SKM, M.PH
NIP.196505091989032001

Tembusan disampaikan kepada:



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS PENDIDIKAN

Jl. Mahoni Nomor 57 Telp. Bengkulu 38227

SURAT IZIN PENELITIAN

Nomor : 421.2 / 110 / II.D.DIK / 2020

Dasar : Surat Dari Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Kota Bengkulu Nomor : DM.01.04/796/2/2020 Tanggal 05 Februari 2020 Perihal Izin Penelitian

Mengingat untuk kepentingan penulisan ilmiah dan pengembangan Pendidikan dalam wilayah Kota Bengkulu, maka dapat memberikan izin penelitian kepada:

Nama : **Dora Maizela**
NPM : **P05170116018**
Program Studi : **Diploma IV Promosi Kesehatan**
Judul Penelitian : **"Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Siswi Kelas V Dalam Menghadapi Menarche di SD Negeri 79 Kota Bengkulu".**

Dengan ketentuan sebagai berikut :

- a. Tempat Penelitian : SD Negeri 79 Kota Bengkulu
b. Waktu Penelitian : 21 Februari 2020 s.d 21 Maret 2020
- Penelitian tersebut khusus dan terbatas untuk kepentingan studi ilmiah tidak untuk dipublikasikan
- Setelah selesai penelitian untuk menyampaikan laporan ke Dinas Pendidikan Kota Bengkulu.

Demikian surat izin ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Bengkulu, 20 Februari 2020
An. Kepala Dinas Pendidikan
Kota Bengkulu
Kabid Dikdas,



BENI RASDIWANSYAH, S.Pd. MT
NIP. 19691007 200701 1040

Tembusan :

- Walikota Bengkulu
- Wakil Dekan Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Kota Bengkulu
- Kepala Sekolah SD Negeri 79 Kota Bengkulu
- Arsip

lampiran







PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SEKOLAH DASAR NEGERI 79 KOTA BENGKULU
Jl. Sungai Rupert Pagar Dewa Telp.(0736)52562 Kota Bengkulu

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN

Nomor: 421.2/246/SDN.79/2020

Yang bertanda tangan di bawah ini :

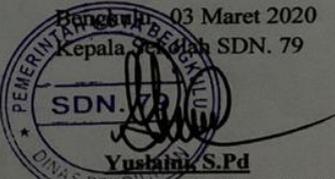
Nama : Yustaini, S.Pd
NIP : 19660815 198604 2 003
Jabatan : Kepala SD Negeri 79 Kota Bengkulu
Alamat : Jl. Sungai Rupert Kec.Selebar Kel. Pagar Dewa Kota Bengkulu

Dengan ini menerangkan dengan benar bahwa :

Nama : DORA MEIZELA
NIM : P05170116018
PRODI : Diploma IV Promosi Kesehatan
JUDUL SKRIPSI : *“Hubungan pengetahuan dengan kesiapan siswi kelas V dalam menghadapi menarche di SD Negeri 79 Kota Bengkulu “*

Bahwa yang bersangkutan di atas adalah Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Bengkulu, yang telah melaksanakan Penelitian di Sekolah SDN 79 Kota Bengkulu. Yang dimulai dari bulan Februari s/d Maret. Dengan judul penelitian *“Hubungan pengetahuan dengan kesiapan siswi kelas V dalam menghadapi menarche di SD Negeri 79 Kota Bengkulu“*

Demikian surat keterangan ini di buat dengan sebenar – benarnya dan untuk Pergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 03 Maret 2020
Kepala Sekolah SDN. 79

Yustaini S.Pd
NIP.19660815 198604 2 003

Lampiran Lembar konsultasi

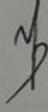
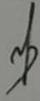
LEMBAR KONSULTASI

Nama Pembimbing I : ISMIATI , SKM., M.KES

Nama Mahasiswi : Dora meizela

NIM : P05170116018

Judul Proposal : hubungan pengetahuan dengan kesiapan siswi kelas v dalam menghadapi menarche Di sd negeri 79 kota bengkulu Tahun 2020

No	Hari/ Tanggal	Topik	Saran	Paraf Pembimbing
1	Selasa, 15 oktober 2019	Acc judul hubungan pengetahuan dengan kesiapan siswi kelas v dalam menghadapi menarche Di sd negeri 79 kota bengkulu Tahun 2020	Lanjut ke bab 1	
2	Senin,04 november 2019	Pengumpulan bab 1	Perbaikan bab 1	
3	Selasa,19 november 2019	Pengumpulan perbaikan bab 1	lanjut ke bab,2 dan 3 , tapi masih perbaikan bab 1	
4	Senin,09 desember 2019	Pengumpulan bab 1,2,3	Perbaikan bab 1,2,3	
5	Jumat. 13 desember 2019	Konsul perbaikan bab 1,2,3	Perbaikan bab 1,2,3	
6	Rabu,18 desember 2019	Konsul revisi 1,2,3	Perbaikan bab 3 , rumus	
	Selasa,31	Konsul revisi rumus bab 3	ACC proposal	

LEMBAR KONSULTASI

Nama Pembimbing : Lisma Ningsih, SKM.,MKM

Nama Mahasiswa : Dora meizela

NIM : P05170116018

Judul Proposal : hubungan pengetahuan dengan kesiapan siswi kelas v dalam menghadapi menarche Di sd negeri 79 kota bengkulu Tahun 2020

No	Hari/ Tanggal	Topik	Saran	Paraf Pembimbing
1	Senin, 21 oktober 2019	Acc hubungan pengetahuan dengan kesiapan siswi kelas v dalam menghadapi menarche Di sd negeri 79 kota bengkulu Tahun 2020	Acc judul	
2	Kamis ,20 februari 2020	Konsul bab 1,2,3	Perbaikan bab 1,2,3	
3	selasa,24 februari 2020	Pengumpulan revisi bab 1,2,3	Perbaikan pengetikan dan jarak	
4	Kamis,27 februari 2020	Perbaikan pengetikan dan jarak	Revisi Definisi operasional	
5	Jumat, 28 maret 2020	Perbaikan revisi Definisi operasional	Perbaikan kuesioner	
6	Selasa , 02 maret 2020	Mengumpulkan jurnal kuesioner	Acc kuesioner	

7	desember 2019			np
8.	Selasa , 04 januari 2020	Revisi bab I,II dan III	Perbaikan kuesioner penelitian	np
9	Rabu,19 februari 2020	Revisi perbaikan kuesioner	ACC penelitian	np
10	Jumat , 08 mei 2020	Konsul BAB IV dan V dan hasil SPSS	Perbaikan bab IV	np
11	rabu, 13 mei 2020	Perbaikan bab IV	Perbaikan kesimpulan	np
12	Selasa, 01 juni 2020	Perbaikan kesimpulan	ACC skripsi	np

7	Selasa, 09 maret 2020	Mengumpulkan perbaikan kuesioner	ACC penelitian	
8	Senin , 08 juni 2020	Mengumpulkan BAB IV dan V dan hasil SPSS	Perbaikan pengetikan dan tabel	
9	Rabu, 10 juni 2020	Mengumpulkan perbaikan pengetikan dan tabel	Perbaikan keterbatasan penelitian belum dibuat	
10	Jumat, 12 juni 2020	Mengumpulkan perbaikan keterbatasan penelitian	Revisi keterbatasan peneliti	
11	Jumat, 17 juni 2020	Mengumpulkan revisi keterbatasan peneliti	ACC skripsi	
12	Senin , 06 juli 2020	Tanda tangan lembar pengesahaan dan persetujuan		