

**HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI DENGAN KECEMASAN  
PADA SAAT MENARCHE DI SMP AR-RAHMAN TAHUN 2021**

**Siti Arfah Siregar SST,M.Kes  
Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sehat Medan  
Email : arfah988@gmail.com**

**ABSTRAK**

Menstruasi pertama kali atau dikenal dengan istilah menarche akan dialami setiap wanita saat masa pubertas. Mereka yang pertama kali mengalami akan takut dan cemas mengenai keadaan yang dialaminya. Informasi mengenai menarche diharapkan dapat mengurangi kecemasan pada remaja putri. Kecemasan merupakan respon seseorang mengenai suatu hal yang dirasa mengkhawatirkan. Mengetahui apakah ada hubungan pengetahuan remaja putri dengan kecemasan pada saat menarche di smp ar-rahman tahun 2021 merupakan tujuan dilakukannya penelitian ini. Penelitian yang dilakukan pada bulan September hingga desember 2021 dengan jumlah populasi 50 remaja putri, teknik sampling yang dipilih adalah total sampling sehingga jumlah sampel yang di peroleh 50 orang, data diambil menggunakan kuisioner. Dalam melakukan analisa data peneliti menggunakan uji chi-square. Hasil penelitian ini didapatkan 35 siswi (70%) memiliki pengetahuan kurang dengan kecemasan berat, 10 siswi (20%) memiliki pengetahuan cukup dengan kecemasan sedang, 5 siswi (10%) memiliki pengetahuan cukup dengan kecemasan berat. Dengan p value =0,009 lebih kecil dari  $\alpha$  value = 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima  $H_0$  ditolak. Jadi, dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan pengetahuan remaja putri dengan kecemasan pada saat menarche di SMP Ar-Rahman tahun 2021.

**Kata Kunci:** *Menarche, Pengetahuan, Kecemasan*

## ABSTRACT

The first menstruation or known as menarche will be experienced by every woman during puberty. Those who experience it for the first time will be afraid and anxious about the situation they are experiencing. Information about menarche is expected to reduce anxiety in adolescent girls. Anxiety is a person's response to something that is felt to be worrying. Knowing whether there is a relationship between adolescent girls' knowledge and anxiety at the time of menarche at Ar-Rahman Junior High School in 2021 is the purpose of this research. The research was conducted from September to December 2021 with a population of 50 young women, the sampling technique chosen was total sampling so that the number of samples obtained was 50 people, the data was taken using a questionnaire. In analyzing the data, the researcher used the chi-square test. The results of this study showed that 35 students (70%) had poor knowledge of severe anxiety, 10 students (20%) had sufficient knowledge of moderate anxiety, 5 students (10%) had sufficient knowledge of severe anxiety. With  $p$  value = 0.009 smaller than value = 0.05, it can be concluded that  $H_a$  is accepted,  $H_o$  is rejected. So, it can be concluded that there is a relationship between knowledge of young women and anxiety at the time of menarche at Ar-Rahman Middle School in 2021.

Keywords : Menarche, Knowledge, Anxiety

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju masa yang lebih dewasa. Remaja adalah individu baik laki-laki maupun perempuan yang berada pada masa usia antara anak-anak dan dewasa, menurut WHO disebut remaja apabila anak telah mencapai usia 10-18 tahun (Atika Proverawati, dan Siti Misaro, 2009). Menurut WHO (dalam Sarwono, 2013) menetapkan usia 10-20 tahun sebagai batasan usia remaja, dan membagi kurun usia tersebut dalam dua bagian yaitu, remaja awal 10-14 tahun dan remaja akhir 15-24 tahun.

Program kesehatan reproduksi remaja merupakan upaya untuk membantu remaja agar memiliki pengetahuan, kesadaran, sikap dan perilaku kehidupan reproduksi sehat dan bertanggung jawab. Kesehatan reproduksi ini tidak saja bebas dari penyakit dan kecacatan, namun juga sehat mental dan social dari alat, system, fungsi serta proses reproduksi (badan koordinasi keluarga berencana Nasional, 2002 dalam Irmawati, 2013). Di Indonesia ada sekitar 30,2% remaja berusia 10-24 tahun dari total penduduk Indonesia (Widiyastuti, 2009 dalam

Irmawati, 2013). Namun tidak semua remaja di Indonesia menyadari bahwa pada masa remaja terjadi perubahan yang besar

Data demografi di Amerika Serikat menunjukkan jumlah remaja berumur 10-19 tahun sekitar 15% populasi. Di Asia Pasifik dimana penduduknya merupakan 60% dari penduduk dunia, sepertiganya adalah remaja umur 10-19 tahun, (Maesaroh, 2010). Di Indonesia ada sekitar 60.861.350 remaja berusia 10-24 tahun atau sekitar 30,2% dari total penduduk Indonesia (Widiyastuti, 2009 dalam Irmawati, 2013). Namun tidak semua remaja di Indonesia menyadari bahwa pada masa remaja terjadi perubahan yang besar

Hinchliff (2019), mendefinisikan menarche adalah periode menstruasi yang pertama terjadi pada masa pubertas seorang wanita. Menarche merupakan pertanda adanya suatu perubahan status sosial dari anak-anak ke dewasa. Wanita yang mengalami menstruasi untuk pertama kali (menarche) merasakan kondisi psikologis (perasaan bingung, gelisah,

cemas, sedih, stress, mudah tersinggung, dan emosional), keluhan psikologis (sakit kepala, sakit pinggang, nyeri payudara, sakit perut). Reaksi-reaksi tersebut muncul karena ketidaktahuan remaja tentang perubahan-perubahan fisiologis yang terjadi pada awal kehidupan seorang wanita, dan kurangnya pengetahuan. Hal ini bisa disebabkan dari segi fisik dan psikologis remaja yang belum matang, informasi yang kurang dari orang tua menyebabkan timbulnya perasaan cemas dan takut pada remaja ketika menstruasi pertama tiba.

Terjadinya perubahan besar ini umumnya membingungkan remaja yang mengalaminya. pada saat ini dalam kehidupan remaja di perlukan perhatian khusus agar mereka mempunyai pengetahuan yang baik tentang perubahan yang di alaminya, sehingga diharapkan mereka mempunyai perilaku yang baik terhadap kesehatan reproduksinya, khususnya pada saat pertama kali menstruasi atau menarche. Saat terjadi menarche, tidak semua remaja memberikan reaksi penanganan positif saat mengalaminya.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “hubungan pengetahuan remaja putri dengan kecemasan pada saatmenarche di sekolah SMP Ar-Rahman tahun 2021”.

**HASIL**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Dengan Kecemasan pada saat Menarche Di SMP Ar-Rahman Tahun 2021. Penelitian ini telah dilaksanakan mulai dari september - september 2021 Di Di SMP Ar-Rahman Medan dengan jumlah 50 responden.

**Tabel 4.1 Distribusi frekuensi berdasarkan pengetahuan remaja tentang**

**METODE**

Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik. Penelitian ini adalah penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *survey crossesectional*. Yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika kolerasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (Notoatmodjo,2012).

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh penelitian untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Hidayat,2011). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang ada di SMP Ar-Rahman yang berjumlah 50 orang.

Sampel adalah bagian populasi yang akan diteliti dan sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Hidayat, 2011). Sampel dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas 7 smp Ar-Rahman yang menggunakan total sampling, dengan mengambil populasi menjadi sampel yang tersedia di tempat penelitian yaitu sebanyak 50 responden.

**kecemasan pada saat menarche di SMP Ar-Rahman tahun 2021**

No.	Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
1	Cukup	15	30
2	Kurang	35	70
<b>Jumlah</b>		<b>50</b>	<b>100 %</b>

Dari tabel 4.1 diatas dapat diketahui dari 50 responden sebagian besar responden mempunyai pengetahuan yang kurang tentang menarche yaitu sebanyak 35 responden (70%). Sedangkan 15 responden (30%) memiliki pengetahuan yang cukup.

**Tabel 4.2 Distribusi frekuensi berdasarkan pengetahuan remaja tentang kecemasan pada saat menarche di SMP Ar- Rahman tahun 2021**

NO.	Kecemasan	Frekuensi	Presentasi (%)
1	Sedang	40	80%
2	Berat	10	20%
4	<b>Jumlah</b>	<b>50</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan tabel 4.2 diatas dapat dilihat bahwa kecemasan pada saat menarche di SMP Ar-Rahman tahun 2020 yaitu dari 50 responden, mayoritas responden memiliki kecemasan sedang sebanyak 40 responden (80%) sedangkan 10 responden (20%) memiliki kecemasan berat

**Tabel 4.3 Hubungan Pengetahuan dan Sikap Akseptor KB dengan Akseptor KB Suntik 3bulan.**

Pengetahuan Responden	Kecemasan				Total Pvalue
	berat f %	sedang f %	Total f %	Pvalue	
Kurang	35 30	40 80	10 20	0,004	
Cukup	15 70	0 0	0 0		
	<b>50 100,</b>	<b>40 80</b>	<b>10 20</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan tabel 4.3 diatas dapat dilihat bahwa kecemasan pada saat menarche di SMP Ar-Rahman tahun 2020 yaitu dari 50 responden, mayoritas responden berpengetahuan cukup sebanyak 15 responden (30%) dengan kecemasan berat, sedangkan berpengetahuan kurang sebanyak 35 responden (70%) dan memiliki kecemasan sedang dengan nilai P-VALUE adalah 0,004

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dari 50 remaja putri, mayoritas memiliki pengetahuan yang kurang tentang menarche sebanyak 35 remaja (70%) dan sebanyak 10 remaja (20%) memiliki pengetahuan yang cukup tentang menarche, dan 5 remaja (10%) memiliki

pengetahuan yang baik tentang menarche. Pengetahuan adalah hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap obyek terjadi melalui panca indra manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Pada waktu pengideraan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap obyek (wawan dan dewi,2017:11).

Hasil penelitian dari 50 remaja putri sebanyak 35 (70%) remaja memiliki kecemasan berat pada saat menarche, dan sebanyak 10 (20%) remaja memiliki kecemasan sedang pada saat menarche, dan sebanyak 5 (10%) remaja memiliki kecemasan ringan pada saat menarche.

Kecemasan sangat berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya, keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik. Kondisi ini dialami secara subjektif dan dikomunikasikan dalam hubungan interpersonal (Stuart dan sundeen, 1998).

Pada penelitian sebagian besar responden berpendidikan SMP. Pendidikan berarti bimbingan yang di berikan oleh seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju kearah suatu cita-cita tertentu (Suwarno, 1992 dalam Nursalam 2001 : 132). Jadi dapat dikatakan bahwa pendidikan menuntun manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupannya untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan. Makin tinggi tingkat pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi sehingga makin banyak pula pengetahuan yang dimiliki.

Selain dari pendidikan faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah jenis kelamin. Pada penelitian ini sebagian besar dari responden berjenis kelamin perempuan berjumlah 50 responden (100%). Sesuai dengan teori Taylor dan Le Mone (2016) perempuan lebih suka mengkomunikasikan rasa cemasnya, sedangkan laki-laki lebih sering menyembunyikan perasaan cemasnya dan berusaha terlihat lebih tegar dihadapan keluarganya

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan uji chi-square di peroleh nilai  $p=0,004$  dimana  $p < 0.005$  dimana  $H_0$  diterima dan

Ho ditolak maka dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pengetahuan remaja putri dengan kecemasan pada saat menarche di SMP Ar-Rahman tahun 2021.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, sebagian pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan responden untuk dapat menjawab pertanyaan tentang menarche.

Pengetahuan pada dasarnya terdiri dari sejumlah fakta dan teori yang memungkinkan seseorang untuk dapat memecahkan masalah yang dihadapinya. Pengetahuan tersebut diperoleh baik dari pengalaman langsung maupun melalui pengalaman orang lain. Sejak adanya sejarah kehidupan manusia di bumi ini, manusia telah berusaha mengumpulkan fakta. Dari fakta-fakta ini kemudian disusun dan disimpulkan menjadi berbagai teori, sesuai dengan fakta yang dikumpulkan tersebut (Nabhani, 2005). Pengetahuan dengan mudah dapat di akses melalui berbagai media massa yang dapat memberikan informasi baru bagi individu sehingga menambah pengetahuan dan wawasan (Anzwar, 2003) Beberapa perubahan yang dialami oleh manusia adalah perubahan fisik, psikis dan sosial. Umur adalah lamanya waktu hidup seorang dalam tahun yang dihitung sejak dilahirkan sampai berulang tahun yang terakhir. Menurut Elisabet yang dikutip Nursalam (2003), usia adalah umur individu yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alex Media komputindo Prove & Rawati,2009, *Menarche Menstruasi pertama penuh makna*. Yogyakarta:Nuha Medika
- Arcam Dwi, P. *Kesiapan Menghadapi Menarche Dengan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Sekolah*. Semarang. 2016.
- A.Wawan dan Dewi M. (2010). *Teori dan pengukuran pengetahuan, sikap dan perilaku manusia*. Yogyakarta.

Pengetahuan yang kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuknya sikap seseorang. Sikap yang baik dalam diri seseorang timbul dari pengetahuan yang didapat. Pengetahuan dapat diartikan sebagai hasil tahu yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Notoadmojo, 2003). Pengetahuan yang kurang sangat berpengaruh pada tingkat kecemasan seseorang. Oleh karena itu, responden sangat membutuhkan informasi tentang menarche

Pengetahuan dimiliki setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. kecemasan adalah kesiapan seseorang untuk tidak cemas. Keadaan mental dan saraf dari kesiapan, yang diatur melalui pengalaman yang memberikan pengaruh dinamik atau terarah terhadap respon individu pada semua obyek dan situasi yang berkaitan dengannya. Kontrasepsi berasal dari kata kontra yang berarti mencegah atau melawan dan

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa Ada Hubungan antara pengetahuan remaja putri dengan kecemasan pada saat menarche. Sebagian besar responden mempunyai pengetahuan yang kurang tentang menarche yaitu sebanyak 35 responden (70%). Responden mempunyai kecemasan berat pada saat menarche yaitu sebanyak 35 responden (70%). Terdapat hubungan antara pengetahuan remaja putri dengan kecemasan pada saat menarche di SMP Ar-Rahman tahun 2021 ( $p=0,004<0,05$ ).

- Bruns, 2000. *Konsep diri, teori pengukuran dan perkembangan perilaku*.: Eddy.Jakarta
- dr.Suparyanto, M.Kes (2012). Diakses pada 5 Maret 2020 dari <http://drsuparyanto.blogspot.com/2012/02/konsep-pengetahuan.html>.

- Eny, Kusmiran. 2014. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat, A. Aziz Alimul. (2010). *Metode Penelitian Kebidanan dan Tehnik Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medik
- Handoko, T. Tani. Arikunto, suharsimi, (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik edisi Revisi VI*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Indarjo, S., 2009. *Kesehatan Jiwa Remaja*. KEMAS, 7 (2), 48-57. Kartono K, 1995. *Psikologi Wanita*. Bandung : Mandar maju.
- Lubis, Namora Lumongga. 2013. *Psikologi Kespro Wanita dan Perkembangan Reproduksi*. Jakarta: Fajar Interpratama Mandiri.
- Notoatmodjo, (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta:PT. Rineka Cipta
- Nuha Medika Arikunto, (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Pudiasuti, Ratna Dewi.2013. *3 fase penting pada wanita*. Jakarta:
- Sugiyono, 2010. *Statistik Untuk Peneltian*. Bandung: Alfabeta.
- Sarwono, SW,2003. *Psikologi remaja, Jakarta* : Raja Grafindo Persada.