

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN KESIAPAN MENGHADAPI
MENARCHE DENGAN KECEMASAN SISWI PADA KELAS V DAN VI DI SD
INPRES TELLO BARU 1/1**

Sri Rahmah Haruna, Alfyan Rahim**Universitas Megarezky Makassar****(Naskah diterima: 1 September 2020, disetujui: 28 Oktober 2020)**

Menarche is the first menstrual period characterized by the appearance of physiological change that include physical and mental changes. Based on the results of the Basic Health Research in 2014, Indonesia experienced a decline in menarche rates, there were 5.2% of children in Indonesia entering the age of menarche under the age of 12 years. The occurrence of menarche actually makes some girls are afraid or anxious and consider menstruation to be a disease. Lack of knowledge and unpreparedness to face menarche can be cause it. This research aimed to the correlation between students knowledge level, the readiness of facing menarche and anxiety at the V and VI grade students of SD Inpres Tello Baru I/I Makassar. This research used quantitative descriptive with cross sectional analitic. The numbers of population were 70 respondents. The numbers of sample were 70 respondents with using total sampling. The result of research showed that students knowledge level had good category (72.9%), the readiness of facing menarche was 87.1% and anxiety was 62.9% at the V and VI grade students of SD Inpres Tello Baru I/I. The result of Chi-Square test showed that there is significant correlation among students knowledge level, the readiness of facing menarche and anxiety ($p=0.000$, $p=0.000$). There is significant correlation among students knowledge level, the readiness of facing menarche and anxiety at the V and VI grade students of SD Inpres Tello Baru I/I.

Keyword : knowledge, readiness, menarche, anxiety

Abstrak

Menarche adalah periode menstruasi pertama yang ditandai dengan munculnya perubahan secara fisiologis yang meliputi perubahan fisik dan mental. Indonesia mengalami angka penurunan *menarche* berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2014 terdapat 5,2% anak-anak di Indonesia memasuki usia *menarche* dibawah usia 12 tahun. Datangnya *menarche* justru membuat sebagian remaja putri takut atau cemas dan menganggap darah haid adalah suatu penyakit. Kurangnya pengetahuan dan ketidaksiapan menghadapi *menarche* dapat menjadi penyebab terjadinya hal tersebut. Untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan kesiapan menghadapi *menarche* dengan kecemasan pada siswi pada kelas V dan VI di SD Inpres Tello Baru 1/1. Penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan pendekatan studi analitik *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 70 responden. Teknik sampling yang digunakan *total sampling*, dengan jumlah sampel yang diperoleh sebanyak 70 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan tentang menstruasi pada kelas V dan VI di

SD Inpres Tello Baru 1/1 termasuk dalam kategori baik yaitu sebesar 72,9%, dan kesiapan menghadapi *menarche* sebesar 87,1%, dan didapatkan kecemasan siswi sebesar 62,9%. Hasil uji *Chi Square* menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan kesiapan menghadapi *menarche* dengan kecemasan pada siswi ($p=0,000$, $p=0,000$) ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan kesiapan menghadapi *menarche* dengan kecemasan siswi pada kelas V dan VI di SD Inpres Tello Baru 1/1.

Kata kunci: pengetahuan, kesiapan, *menarche*, kecemasan

I. PENDAHULUAN

Remaja atau “*adolescence*” (Inggris) berasal dari bahasa Latin “*adolescere*” yang berarti tumbuh kearah kematangan yang dimaksud adalah bukan hanya kematangan fisik saja, tetapi juga kematangan sosial dan psikososial. Menurut WHO batas usia remaja adalah 12-24 tahun. Menurut Depkes RI adalah antara 10-19 tahun dan belum menikah. Menurut BKKBN adalah 10-19 tahun (Sari, R. J., 2018)

Seiring dengan perkembangan biologis, maka pada usia tertentu seseorang akan mencapai tahapan kematangan organ-organ seks, yang ditandai dengan haid pertama atau yang disebut *menarche*. *Menarche* adalah periode menstruasi pertama yang ditandai dengan munculnya perubahan secara fisiologis yang meliputi perubahan fisik dan mental. Berbeda dengan perubahan bertahap lain yang menyertai pubertas, *menarche* terjadi secara tiba-tiba dan mencolok tanpa ada peringatan sebelumnya, perubahan – perubahan tersebut dapat

memicu timbulnya kecemasan tergantung dari informasi yang diperoleh dan kemampuan beradaptasi, sehingga *menarche* memberikan pengalaman yang mengesankan bagi kebanyakan anak perempuan (Sholeha, Y., 2016).

Indonesia mengalami angka penurunan *menarche* berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2014 terdapat 5,2% anak-anak di Indonesia memasuki usia *menarche* dibawah usia 12 tahun. Sebesar 25,3% remaja putri mengalami *menarche* pada usia menjelang 12 tahun (Kemenkes, 2014). Membaiknya standar kehidupan berdampak pada penurunan usia *menarche* ke usia yang lebih muda (*menarche* dini). Indonesia menempati urutan ke-15 dari 67 negara dengan penurunan usia *menarche* mencapai 0,145 tahun per dekade. Pergeseran usia *menarche* ke usia yang lebih muda, akan menyebabkan remaja putri mengalami dampak stres emosional (M. Fajriannor, TM., 2018).

Ketika mengalami *menarche*, menurut penelitian yang dilakukan oleh Tasci di dalam Ozdemir et al, sebagian besar (80%) anak

perempuan memberikan reaksi emosional negatif terhadap menarche yang di alaminya. Sekitar 48,9% anak perempuan merasa ketakutan dan cemas saat menarche, 33% dari mereka menganggap bahwa menarche adalah suatu hal yang memalukan, 17,5% anak perempuan menangis saat menarche. Penelitian lain dilakukan di Banda Aceh oleh (Fajriannor, 2018) mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi menarche, dan didapatkan bahwa salah satu faktornya adalah komunikasi ibu-anak tentang menstruasi dan kesehatan reproduksi dapat mendukung kesiapan remaja dalam menghadapi menarche.

Selain itu, Pengetahuan tentang menstruasi sangat dibutuhkan oleh remaja putri. Perasaan bingung, gelisah, tidak nyaman selalu menyelimuti perasaan seorang wanita yang mengalami menstruasi untuk pertama kali (M. Fajriannor, TM., 2018). Ketika anak perempuan mengalami *menarche*, sekitar 64,9% dari mereka memberitahukan hal tersebut kepada ibu sebagai orang tua sekaligus sebagai orang yang paling mereka percayai, ada juga dari mereka yang memberitahukan kepada saudara perempuannya yaitu sekitar 22,2%, dan sisanya 6,7% mereka memberitahukan pengalaman menarche kepada teman. Sehingga dapat

di simpulkan bahwa ibu sebagai orang tua sangat berperan dalam perkembangan masa pubertas anak terkhususnya pada saat menarche (Sisilia, S. & Taqwallah, S., 2017).

Oleh karena itu, kesiapan menghadapi *menarche* dapat dilakukan dengan cara memberikan informasi dan perhatian pada remaja putri pada masa menghadapi menarche, dengan demikian remaja putri akan lebih tenang dan siap menghadapi menarche. Berdasarkan studi pendahuluan tentang pengetahuan dan kesiapan menghadapi menarche yang dilakukan di MIN Rejoso Peterongan Jombang pada tanggal 25 November 2015, dari 10 responden didapatkan hasil sebanyak 70 % (7 siswi) tingkat pengetahuan kurang, 20 % (2 siswi) tingkat pengetahuan cukup, 10 % (1 siswi) tingkat pengetahuan baik. Sedangkan data kesiapan didapatkan sebanyak 70 % (7 siswi) tidak siap menghadapi menarche dan 30 % (3 siswi) siap menghadapi menarche (Mukhoirotin, & Qomari,P.N., 2017).

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti pada siswi kelas V dan VI di SD Inpres Tello Baru 1/1. Baru yang terletak di Kel. Panai-kang, Kec. Panakukang, kota Makassar, Sekolah ini memiliki dua kelas lima dan dua kelas enam yakni kelas V A dan kelas V B serta kelas VI A dan kelas VI B dengan jumlah

siswi dari keseluruhan kelas tersebut adalah 88 siswi. Berdasarkan hasil wawancara dengan Guru didapatkan informasi bahwa sebagian dari siswi kelas V dan VI belum mengetahui tentang *menarche* (haid pertama) dimana hal tersebut masih dianggap tabu oleh orang tua untuk diperbincangkan pada anak-anak mereka dan juga sekolah belum memberikan pelajaran mengenai kesehatan reproduksi khususnya mengenai *menarche*. Sehingga peneliti pun melakukan wawancara kepada 6 siswi dan didapatkan hasil sebanyak 1 siswi yang mengaku belum siap untuk menghadapi *menarche* (haid pertama), 2 siswi yang mengatakan takut hamil dan takut di ejek, dan 3 siswi yang mengatakan merasa malu untuk mengalami *menarche*. Berdasarkan uraian tersebut, maka perlu dilakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan kesiapan menghadapi *menarche* terhadap kecemasan pada siswi kelas V dan VI di SD Inpress 1/1 Tello Baru.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan studi analitik *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi *menarche* terhadap tingkat kecemasan pada siswi seko-

lah dasar (Sugiyono, 2013). Dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah semua siswi kelas V dan VI SD Inpres Tello Baru 1/1 yang belum mengalami *menarche* yang berjumlah 70 siswi. Besar sampel pada penelitian ini sebanyak 70 siswi yang memenuhi kriteria inklusi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Total sampling* yaitu teknik pengambilan sample dimana jumlah sampel sama dengan jumlah populasi (Sugiyono, 2013).

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Adapun kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

- Kuesioner A digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan terhadap *menarche*, diadopsi dari penelitian Agnes Dwiana Widi Astuti (2010).
- Kuesioner B digunakan untuk mengukur kesiapan menghadapi *menarche*, diadopsi dari penelitian Agnes Dwiana Widi Astuti (2010).
- Kuesioner C digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* dimodifikasi dari William W.K. Zung (1997), diadopsi dari penelitian Hidayatus Sholeha (2016).

Pengumpulan data menggunakan kuesioner tingkat pengetahuan terhadap *menarche*, kesiapan menghadapi *menarche* dan kecemasan menghadapi *menarche* yang diisi oleh responden. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Pengolahan data dilakukan dengan cara manual dan menggunakan fasilitas elektronik yaitu laptop dan SPSS.

Analisa yang digunakan yaitu Analisa Univariat dan Analisa Bivariat. Uji statistik yang digunakan adalah uji *chi square* dengan tingkat signifikansi 0,05 dengan tujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi *menarche* terhadap kecemasan siswi. Analisa data yang dipergunakan dengan program SPSS (Notoatmodjo, S., 2010).

III. HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian tentang hubungan tingkat pengetahuan dan kesiapan menghadapi *menarche* dengan kecemasan pada siswi kelas V dan VI di SD Inpres Tello Baru I/I Tahun 2019 disajikan dalam bentuk tabel dan narasi baik analisis Univariat maupun Bivariat.

Analisa Univariat dilakukan terhadap variabel-variabel penelitian dan menghasilkan distribusi frekuensi tiap variabel yang berhubungan dengan pengetahuan dan kesiapan

menghadapi *menarche* dengan kecemasan pada siswi kelas V dan VI. Hasil yang diperoleh berdasarkan pengetahuan terhadap menstruasi yaitu pengetahuan baik sebanyak 51 (72.9%) siswi, sedangkan yang paling rendah adalah yang memiliki tingkat pengetahuan kurang sebanyak 8 (11.4%) siswi. Berdasarkan kesiapan menghadapi *menarche* yaitu sebanyak 61 (87.1%) siswi, sedangkan responden yang tidak memiliki kesiapan didapatkan 9 (1.6%) siswi. Berdasarkan kecemasan siswi menghadapi *menarche* yaitu yang memiliki kecemasan ringan sebanyak 44 (62.7%) siswi, sedangkan yang paling rendah yaitu kecemasan sangat berat sebanyak 2 (2.9%) siswi.

Analisis Bivariat berdasarkan hubungan tingkat pengetahuan terhadap menstruasi dengan kecemasan siswi menghadapi *menarche* menunjukkan bahwa dari jumlah keseluruhan responden sebanyak 70 (100.0%) siswi, didapatkan jumlah total tingkat pengetahuan dengan kategori baik sebanyak 51 (100.0%), dengan hasil jumlah untuk kategori kecemasan ringan sebanyak 41 (80.4%), kecemasan sedang sebanyak 9 (17.6%), dan kecemasan berat didapatkan 0 (0.0%), sedangkan kecemasan sangat berat didapatkan 1 (2.0%). Adapun untuk tingkat pengetahuan dengan kategori kurang didapatkan jumlah total sebanyak 8

(100.0%), dengan hasil jumlah untuk kategori kecemasan ringan didapatkan 0 (0.0%), kecemasan sedang juga didapatkan 0 (0.0%), dan untuk kecemasan berat sebanyak 7 (87.5%), sedangkan untuk kecemasan sangat berat didapatkan hasil sebanyak 1 (12.5%) responden. Berdasarkan hasil analisa data menunjukkan nilai *Chi Square* dengan menggunakan uji *Fisher's Exact Test* diketahui besarnya nilai *p-Value* = 0.000 yang berarti hubungan antara tingkat pengetahuan dan kecemasan siswi dimana $p < \alpha$ ($\alpha = 0.05$) dengan tingkat kesalahan 0.05. Karena *p-Value* $0.00 < 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kecemasan siswi pada kelas V dan VI di SD Inpres Tello Baru 1/1.

Berdasarkan hubungan kesiapan menghadapi *menarche* dengan kecemasan siswi menunjukkan bahwa dari jumlah keseluruhan responden sebanyak 70 (100.0%) siswi, didapatkan jumlah total untuk kesiapan menghadapi *menarche* sebanyak 61 (100.0%), dengan hasil jumlah untuk kategori kecemasan ringan sebanyak 44 (72.1%), kecemasan sedang sebanyak 16 (26.2%), dan kecemasan berat didapatkan 0 (0.0%), sedangkan kecemasan sangat berat didapatkan 1 (1.6%). Dan kesiapan menghadapi *menarche* dengan kategori tidak siap

didapatkan jumlah total sebanyak 9 (100.0%) responden, dengan jumlah untuk kategori kecemasan ringan didapatkan 0 (0.0%), kecemasan sedang sebanyak 1 (11.1%), dan kecemasan berat sebanyak 7 (77.8%), sedangkan kecemasan sangat berat juga didapatkan sebanyak 1 (11.1%) responden. Berdasarkan hasil analisa data menunjukkan nilai *Chi Square* dengan menggunakan uji *Fisher's Exact Test* diketahui besarnya nilai *p-Value* = 0.000 yang berarti ada hubungan antara kesiapan menghadapi *Menarche* dan kecemasan siswi dimana $p < \alpha$ ($\alpha = 0.05$) dengan tingkat kesalahan 0.05. karena *p-Value* $0.00 < 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kesiapan menghadapi *Menarche* dengan kecemasan siswi pada kelas V dan VI di SD Inpres Tello Baru 1/1.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai tingkat pengetahuan tentang menstruasi menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan dengan kategori baik sebanyak 51 responden (72.9%) siswi, hal ini membuktikan bahwa responden yang ada di SD Inpres Tello Baru 1/1 memiliki pengetahuan baik tentang menstruasi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widya (2018) yang me-

nyatakan bahwa dari 38 responden sebagian besar memiliki pengetahuan baik yaitu 24 responden (63,15%). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2018) yang menyimpulkan bahwa dari 30 responden mayoritas memiliki pengetahuan baik yaitu 24 orang (80%).

Menurut Notoadmojo pengetahuan adalah hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan panca indera manusia yakni : indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagaimana besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Adapun aspek pengetahuan dalam penelitian ini adalah siswi mampu mengetahui dan memahami segala hal tentang menstruasi, mulai dari pengertian, fisiologi, siklus, kelainan, kebersihan diri, pantangan, faktor-faktor yang mempengaruhi maupun reaksi psikis terhadap menstruasi (Aprilia, E.N., 2018).

Berarti secara tidak langsung pengetahuan akan dipengaruhi oleh umur dan pendidikan karena umur dapat menentukan jenjang pendidikan. Selain itu, faktor pengalaman dan sumber informasi (TV, internet, dll) juga sangat penting dalam mempengaruhi tingkat pengetahuan.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kesiapan siswi menghadapi *menarche* menun-

jukkan bahwa hampir semua responden memiliki kesiapan menghadapi *menarche* yakni sebanyak 61 responden (87.1%), hal ini membuktikan bahwa responden yang ada di SD Inpres Tello Baru 1/1 memiliki kesiapan menghadapi *menarche*.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurul Hidayah (2018) yang menyatakan bahwa remaja putri prapubertas di SD Budi Mulia Dua memiliki kategorisasi kesiapan menghadapi *menarche* yang berada pada kategori tinggi yaitu sebesar 78.37% dengan jumlah sebanyak 58 siswi.

Faktor internal yang mempengaruhi kesiapan antara lain kematangan yaitu suatu kondisi yang dapat menimbulkan perubahan tingkah laku sebagai akibat dari pertumbuhan dan perkembangan, selain itu juga ada faktor kecerdasan (daya pikir) merupakan salah satu penentu keberhasilan seseorang dalam melaksanakan pekerjaan. Seseorang yang memiliki kecerdasan normal atau diatas normal akan lebih siap menghadapi dan mengatasi masalah masalah yang dihadapi dibanding orang yang kecerdasannya dibawah normal. Faktor yang mempengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* (haid pertama) yang berasal dari luar (eksternal) diantaranya sumber informasi, peran ibu dan keluarga, media massa,

dan media elektronik (Afifah, A., & Hastuti, T.P., 2017).

Berdasarkan hal tersebut, hasil penelitian mengungkapkan bahwa sebagian besar memiliki kesiapan dalam menghadapi *menarche* pada umumnya diperoleh informasi pada keluarga (ibu). Peran ibu sangat berguna bagi kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*, ibu harus memberi edukasi seksual dengan menggunakan gaya bahasa dan cara penyampaian yang disesuaikan dengan usia anak agar anak tidak merasa takut dan malu ketika ingin bertanya seputar reproduksi sehingga siswi tidak lagi menganggap bahwa *menarche* (haid pertama) adalah sesuatu yang menakutkan ataupun merasa malu.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kecemasan siswi menghadapi *menarche* menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kecemasan ringan sebanyak 44 responden (62.7%), hal ini membuktikan bahwa responden yang ada di SD Inpres Tello Baru 1/1 memiliki pengetahuan baik tentang menstruasi. Hal ini membuktikan bahwa responden yang ada di SD Inpres Tello Baru 1/1 memiliki kecemasan dengan kategori ringan dalam menghadapi *menarche*.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Aprilia (2018) yang menyata-

kan bahwa Tingkat kecemasan remaja putri usia 10 sampai 12 tahun dalam menghadapi *menarche* sebagian besar responden termasuk dalam kategori normal yakni 37 orang (55,2%) dari 67 responden. Kecemasan pada tingkatan ringan dan sedang justru dapat memotivasi individu untuk belajar dan mampu memecahkan masalah secara efektif dan menghasilkan pertumbuhan serta masih dapat melakukan sesuatu dengan arahan orang lain.

Berdasarkan hal tersebut, dapat diketahui responden mengalami kecemasan normal. Hal ini dikarenakan responden telah mendapatkan informasi tentang pendidikan seksual termasuk tentang *menarche* dari berbagai sumber dan media, baik melalui televisi, radio, internet, majalah, koran dan lain-lain sehingga tidak mengalami kecemasan yang lebih parah.

Berdasarkan hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kecemasan siswi menghadapi *menarche* diperoleh hasil analisa data menunjukkan nilai *Chi Square* dengan menggunakan uji *Fisher's Exact Test* bahwa nilai $p = 0,000$ dimana $p < \alpha$ ($\alpha = 0.05$), yang berarti ada hubungan antara tingkat pengetahuan dan kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche* pada kelas V dan VI di SD Inpres Tello Baru 1/1, sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyata-

kan ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dan kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche* pada kelas V dan VI di SD Inpres Tello Baru 1/1, maka secara statistik bermakna H_0 ditolak dan H_a diterima.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Widya (2018) yang menunjukkan bahwa paling banyak responden berpendidikan tinggi mengalami kecemasan ringan yaitu 17 responden (44,73%) hal tersebut menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan remaja putri tentang menstruasi, terutama pengenalan tanda-tanda awal menstruasi, akan menjadikan remaja putri tersebut memiliki tingkat kecemasan yang rendah.

Tingkat kecemasan yang dialami remaja dalam menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya pengetahuan. Pengetahuan tentang menstruasi mempunyai hubungan yang sangat erat dengan kecemasan dalam menghadapi *menarche*. Dimana semakin tinggi pengetahuan dan pemahaman remaja putri tentang menstruasi maka dia akan lebih siap untuk menghadapi *menarche* (Notoadmodjo, 2010).

Sehingga peneliti berasumsi bahwa tingkat pengetahuan tentang menstruasi berkaitan erat dengan kecemasan yang dialami oleh siswi pada kelas V dan VI di SD Inpres

Tello Baru 1/1, tingkat pengetahuan siswi baik yaitu melalui tingkatan pengetahuan dalam domain kognitif akan menghasilkan sikap yang lebih memberi kenyamanan (tidak cemas). Tingkat pengetahuan dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkat yaitu tahu, memahami, aplikasi, analisis, sintesis, evaluasi. Dengan melalui 6 tingkatan tersebut diharapkan sikap seseorang dapat menjadi lebih baik karena didasari pengetahuan yang benar. Dengan adanya kecemasan tersebut akan memicu siswi pada kelas V dan VI di SD Inpres Tello Baru 1/1, untuk mencari informasi dan referensi yang lebih mendalam tentang pengetahuan menstruasi.

Namun, masih ada responden yang memiliki kecemasan sangat berat walaupun memiliki pengetahuan tentang *menarche* baik. Hal ini dapat dipengaruhi oleh minimnya informasi yang diperoleh dari ibunya sehingga remaja putri hanya mendapat pengetahuan tentang *menarche* berdasarkan pengalaman yang dilihat di dalam keluarga (ibu/kakak perempuan) maupun di lingkungan sekitar.

Berdasarkan hasil analisa data mengenai hubungan kesiapan menghadapi *menarche* dengan kecemasan siswi menunjukkan nilai *Chi Square* dengan menggunakan uji *Fisher's Exact Test* menunjukkan nilai $p = 0,000$

dimana $p < \alpha$ ($\alpha = 0.05$), yang berarti ada hubungan antara kesiapan menghadapi *menarche* dan kecemasan siswi pada kelas V dan VI di SD Inpres Tello Baru 1/1, sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang menyatakan ada hubungan yang signifikan antara kesiapan menghadapi *menarche* dan kecemasan siswi pada kelas V dan VI di SD Inpres Tello Baru 1/1, maka secara statistik bermakna H_0 ditolak dan H_a diterima.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Setyawati (2015) yang menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara kesiapan dengan kecemasan menghadapi *menarche* ($t_{hitung} > t_{tabel}$ atau $3,043 > 1,697$) pada siswi kelas VI yang belum mengalami menstruasi di Madrasah Ibtidaiyah Negeri Sroyo Jaten Karanganyar, tingkat keeratan hubungan termasuk sedang ($\rho = 0,492$). Hal tersebut menunjukkan bahwa kesiapan mental sangat diperlukan sebelum *menarche* karena perasaan cemas dan takut akan muncul, selain itu juga pengetahuan tentang perawatan diri yang diperlukan saat *menstruasi*. Tidak perlu malu atau cemas dengan adanya menstruasi.

Sehingga peneliti berasumsi bahwa kesiapan menghadapi *menarche* berkaitan erat dengan kecemasan yang dialami siswi di SD Inpres Tello Baru 1/1. Dengan demikian,

pendidikan mengenai *menstruasi* harus diberikan sejak usia dini, agar seorang wanita yang mengalami *menstruasi* untuk pertama kalinya tidak merasa minder ataupun malu sehingga memiliki kesiapan untuk menghadapi *menarche* dan menganggap bahwa kedatangan *menarche* atau menstruasi pertama merupakan hal yang wajar dialami oleh setiap wanita normal dan tidak perlu merasa gelisah, sehingga menghasilkan sikap yang lebih memberi kenyamanan (tidak cemas).

Namun, masih ada responden yang memiliki kecemasan sedang bahkan kecemasan sangat berat meskipun memiliki kesiapan menghadapi *menarche*. Hal ini dapat disebabkan karena kematangan (perubahan tingkah laku karena pertumbuhan dan perkembangan) dan daya pikir (kecerdasan). Seseorang yang memiliki kecerdasan normal akan lebih siap mengatasi masalah yang dihadapi dibandingkan orang yang kecerdasannya kurang.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan pada bab sebelumnya, maka pada penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tingkat pengetahuan tentang menstruasi yang dimiliki oleh siswi dengan kategori baik yaitu sebanyak 51 responden (72.9%).

2. Kesiapan menghadapi *menarche* yang dimiliki oleh siswi dengan kategori siap yaitu sebanyak 61 responden (87.1%).
3. Kecemasan siswi pada kelas V dan VI dengan kategori kecemasan ringan yaitu sebanyak 44 responden (62.9%).
4. Ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kecemasan siswi pada kelas V dan VI berdasarkan nilai *Fisher's exact test* pada uji *chi square* dengan nilai hitung signifikansi yang lebih kecil $0.000 < 0.05$ dari signifikansi 0.05.
5. Ada hubungan antara Kesiapan menghadapi *menarche* dengan kecemasan siswi pada kelas V dan VI berdasarkan nilai *Fisher's exact test* pada uji *chi square* dengan nilai hitung signifikansi yang lebih kecil $0.000 < 0.05$ dari signifikansi 0.05.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, A. & Hastuti, T. P. 2016. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan VI Di SD Negeri Dangkel Parakan Temanggung*. Jurnal Kebidanan. Vol.5 No.11. ISSN: 2089-7669.
- Anggraeni, W. & Sari. 2018. *Hubungan Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas IV dan V SDI Darul Hikmah Krian Sidoarjo*. Jurnal Nurse and Health. January-June; 7 (1): 80-85. ISSN : 2088-9909. Mojokerto: STIKES Dian Husada Mojokerto
- Aprilia, E. N. 2018. *Pengetahuan Tentang Menarche Sebagai Upaya Mengurangi Kecemasan Pada Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche*. Jurnal Keperawatan Notokusumo. Vol.VI No.1. ISSN: 2338-4514
- Mukhoirotin, & Qomari, P. N. 2017. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Di Min Rejoso Peterongan Jombang*. JURNAL EDUnursing. Vol.1 No.1. e-ISSN: 2579-6127
- M. Fajriannor TM. 2018. *Hubungan Persepsi Anak Terhadap Peran Ibu dengan Tingkat Kecemasan Saat Menstruasi Pertama (Menarche) Pada remaja putri di kota Banjarmasin*. Dinamika Kesehatan. [Jurnal]. Vol.9 No.1
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sari., R. J. 2018. *Hubungan Pengetahuan Tentang Menarche Dengan Sikap Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Kelas VII Di SMP Swasta Hangtuah Stabat*. Excellent Midwifery Journal. Vol.2 No.1. e-ISSN: 2620-9829.
- Setyawati, I. & Wijayanti 2015. *Hubungan antara Kesiapan dengan Kecemasan Menghadapi Menarche pada Siswi kelas IV di SD di Madrasah Ibtidaiyah Negeri*

- Sroyo Jaten Karanganyar*. [Jurnal]. Surakarta: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan PKU Muhammadiyah.
- Sholeha, H. 2016. *Hubungan Kesiapan Menghadapi Menarche dengan Tingkat Kecemasan pada Siswi Sekolah Dasar Negeri (SDN) Di Desa Ajung Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember* [skripsi]. Jember: Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember.
- Sisilia, S. & Taqwallah, S. 2017. *Hubungan Persepsi Anak Terhadap Peran Ibu dengan Tingkat Cemas Saat Menstruasi Pertama (Menarche) Pada Pelajar Kelas VII SMPN 1 Simpang Kiri Subulussalam*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran. Vol.2 No.1 (42-48).
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta
- Verawaty, V. & Liswidyawati, R. 2012. *Merawat dan Menjaga Kesehatan Seksual Wanita*. Bandung: Grafindo.
- Widi Astuti, A. D. 2010. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas 1 SMP Theresiana Jambu, Semarang, Jawa Tengah* [skripsi].