

GAMBARAN MENARCHE PADA REMAJA SISWI DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI-14 PALANGKA RAYA

Description Of Menarche In Adolescent Students At Junior High School 4 Palangka Raya

Chrisdianti Yulita ^{1*}

Ivana Devitasari ²

Merry Delika ³

^{1,2,3} Dosen Diploma III
Kebidanan, STIKES Eka Harap,
Palangka Raya, Kalimantan
Tengah, Indonesia

*email: yulitachris@yahoo.com

Abstrak

Latar Belakang : Masa remaja merupakan periode transisi dari masa anak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional, dan sosial dan berlangsung pada dekade kedua masa kehidupan. Masa remaja ditandai oleh masa pubertas, yakni waktu seorang anak perempuan mampu mengalami konsepsi yakni menarche/haid pertama. Menarche merupakan ciri biologis dari kematangan seksual perempuan yang umumnya terjadi pada usia sekitar 10-14 tahun.

Tujuan : Mengetahui gambaran menarche pada remaja siswi di SMPN-14 Palangka Raya.

Metode : Penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif, yaitu suatu penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau deskriptif. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode sampling jenuh dengan jumlah 39 responden remaja siswi yang sudah mengalami menarche dan teknik mengumpulkan data dengan menggunakan kuesioner.

Hasil : Usia terbanyak pada remaja yang mengalami menarche pada 11-14 tahun sebanyak 37 orang (94,8%), dengan IMT normal sebanyak 20 orang responden (51,3%), remaja siswi yang terpapar terhadap media informasi orang dewasa sebanyak 25 responden (64,1%), pendidikan ibu pada siswi yang sudah menarche terbanyak pada pendidikan dasar 20 responden (51,3%), dengan ibu yang tidak bekerja sebanyak 23 orang (59%), serta penghasilan keluarga tinggi (\geq Rp.1.676.058,-/bulan) sebanyak 20 responden (51,3%)

Kesimpulan : Menarche pada remaja usia 11-14 tahun terjadi tidak hanya karena faktor endogen (genetik) tetapi juga faktor eksogen yaitu status gizi, keterpaparan terhadap media orang dewasa baik cetak maupun elektronik, aktivitas olahraga, status social ekonomi, serta tingkat pendidikan dari orang tua sebagai orang terdekat remaja.

Kata Kunci:

Gambaran
Remaja Siswi
Menarche

Keywords :

Description
Students
Menarche

Abstract

Background : Adolescence is a transition period from childhood to adulthood which is marked by accelerated physical, mental, emotional, and social development and takes place in the second decade of life. Adolescence is marked by puberty, which is when a girl is able to experience conception, namely menarche / first menstruation. Menarche is a biological characteristic of female sexual maturity which generally occurs at the age of about 10-14 years.

Objective : To find out the description of menarche in adolescent girls at SMPN-14 Palangka Raya.

Method : This study uses a descriptive design, which is a research conducted with the main objective of making a description or descriptive. Sampling in this study used a saturated sampling method with a total of 39 female adolescent respondents who had experienced menarche and the technique of collecting data was using a questionnaire.

Result : The most age in adolescents who experienced menarche at 11-14 years were 37 people (94.8%), with normal BMI as many as 20 respondents (51.3%), adolescent girls who were exposed to adult information media as many as 25 respondents. (64.1%), the highest number of mothers education for students who had menarche was in basic education, 20 respondents (51.3%), with mothers who did not work as many as 23 people (59%), and high family income (\geq Rp.1,676 .058,-/month) as many as 20 respondents (51.3%)

Conclusion : Menarche in adolescents aged 11-14 years occurs not only due to endogenous (genetic) factors but also exogenous factors, namely nutritional status, exposure to adult media both print and electronic, sports activities, socioeconomic status, and education level of parents. as the closest person to the teenager.



PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa dimana seseorang mengalami perkembangan untuk mencapai kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. (Tarwoto, 2010). Masa remaja atau masa adolesensi adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan individu. Masa ini merupakan periode transisi dari masa anak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional, dan sosial dan berlangsung pada dekade kedua masa kehidupan. (Narendra, 2010).

Menurut Narendra (2010) masa remaja ditandai oleh masa pubertas, diwaktu seorang anak perempuan mampu mengalami konsepsi yakni *menarche* atau haid pertama. Istilah pubertas digunakan untuk menyatakan perubahan biologis yang meliputi morfologi dan fisiologi yang terjadi dengan pesat dari masa anak ke masa dewasa.

Di Amerika Serikat dan India rata-rata usia *menarche* pada anak perempuan adalah 12,5 thun 24,92% *menarche* dini (10-12 tahun), 64,77% *menarche* ideal (12-13 tahun) dan 10,30% *menarche* terlambat (14-15 tahun) (Pulungan, 2012). *Menarche* merupakan ciri biologis dari kematangann seksual perempuan yang umumnya terjadi pada usia sekitar 10-14 tahun. (Sururin, 2010). Sejak berabad-abad yang lalu, umur *menarche* tidak begitu berbeda dengan yang sekarang, yaitu antara 11-15 tahun (rata-rata 13 tahun). (Narendra, 2010).

Berdasarkan data dari Badan Penelitian & Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI (2010) menunjukkan bahwa angka kejadian *menarche* di Indonesia diketahui 37,5% perempuan mengalami *menarche* pada umur 13-14 tahun, kemudian 0,1% perempuan dengan umur *menarche* 6-8 tahun, dan sebanyak 19,8% perempuan baru mendapatkan *menarche* pada usia 15-16 tahun, sedangkan 4,5% *menarche* terjadi pada perempuan yang berusia 17 tahun ke atas.

Persentase perempuan usia 10-59 tahun menurut kelompok umur pertama kali haid (*menarche*) untuk provinsi Kalimantan Tengah adalah 1,3% *menarche* usia 9-10 tahun, 22,9% pada usia 11-12 tahun, 41,1% pada usia 13-14 tahun, 17,8% pada usia 15-16 tahun, 3,5% pada usia 17-18 tahun, dan 0,6% pada usia 19-20 tahun. (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, 2010).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 remaja putri kelas VII dan VIII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 14 Palangka Raya didapatkan tiga orang belum mengalami *menarche*. Ada 4 remaja siswi yang mengatakan bahwa sebelum mendapatkan *menarche*, mereka sudah mendapatkan informasi mengenai *menarche* dari ibunya. Sedangkan pada 6 remaja siswi lainnya mengatakan bahwa orang tua mereka tidak memberikan informasi mengenai *menarche*, mereka mengetahuinya dari teman-teman sekolah yang sudah lebih dulu mendapatkan *menarche*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran *Menarche* Pada Remaja Siswi Di Sekolah Menengah Pertama Negeri-14 Palangka Raya.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat penelitian deskriptif digunakan untuk memecahkan atau menjawab permasalahan yang sedang dihadapi pada situasi sekarang. (Notoatmodjo, 2010).

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas VIII SMP Negeri 14 Palangka Raya sebanyak 39 orang yang sudah mengalami *menarche*. Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan teknik sampling jenuh, yang artinya dengan mengambil semua anggota populasi menjadi sampel. (Hidayat, 2009). Data yang digunakan dalam penelitian ini berupa data primer yang didapat dari kuesioner yang diisi oleh responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Menarche

Tabel 4.1 Gambaran Menarche pada Remaja Siswi di SMPN-14 Palangka Raya Berdasarkan Usia Menarche

No	Usia Menache	n	%
1	<11 tahun	2	5,2
2	11-14 tahun	37	94,8
Jumlah		39	100

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan dari 39 remaja siswi yang mengalami menarche pada usia 11-14 tahun sebanyak 37 orang (94,8%) dan 2 orang (5,2%) menarche pada usia <11 tahun.

2. Karakteristik Responden Berdasarkan IMT (Indeks Masa Tubuh)

Tabel 4.2 Gambaran Menarche pada Remaja Siswi di SMPN-14 Palangka Raya Berdasarkan IMT

No	Indeks Massa Tubuh (IMT)	n	%
1	Gizi kurang (<18,50%)	14	35,9
2	Normal (18,50-24,99%)	20	51,3
3	Gizi lebih (>25,00)	5	12,8
Total		39	100%

Sumber : Data Primer

Berdasarkan Tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 39 remaja siswi pada saat mengalami menarche memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) yang normal yaitu sebanyak 20 orang (51,3%), remaja yang mengalami gizi kurang sebanyak 14 orang (35,9%), sedangkan yang gizi lebih sebanyak 5 orang (12,8%).

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Keterpaparan Terhadap Media Informasi Orang Dewasa

Tabel 4.3 Gambaran Menarche pada Remaja Siswi di SMPN-14 Palangka Raya Berdasarkan

Keterpaparan Terhadap Media Informasi Orang Dewasa

No	Keterpaparan media informasi orang dewasa	n	%
1	Ya	25	64,1
2	Tidak	14	35,9
Total		39	100%

Sumber : Data Primer

Berdasarkan table 4.3 menunjukkan dari 39 remaja siswi yang terpapar terhadap media informasi orang dewasa saat mengalami menarche sebanyak 25 orang (64,1%), sedangkan yang tidak terpapar sebanyak 14 orang (35,9%).

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu

Tabel 4.4 Gambaran Menarche pada Remaja Siswi di SMPN-14 Palangka Raya Berdasarkan Pendidikan Ibu

No	Pendidikan Ibu	n	%
1	Dasar	20	51,3
2	Menengah	11	28,2
3	Tinggi	8	20,5
Total		39	100%

Sumber : Data Primer

Berdasarkan Tabel 4.4 menunjukkan bahwa dari 39 remaja siswi saat mengalami menarche pendidikan dasar ibu sebanyak 20 orang (51,3%), pendidikan menengah ibu sebanyak 11 orang (28,2%), dan pendidikan tinggi ibu sebanyak 8 orang (20,5%).

5. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu

Tabel 4.5 Gambaran Menarche pada Remaja Siswi di SMPN-14 Palangka Raya Berdasarkan Pekerjaan Ibu

No	Pekerjaan Ibu	n	%
1	Bekerja	16	41
2	Tidak Bekerja	23	59
Total		39	100%

Sumber : Data Primer

Berdasarkan Tabel 4.5 menunjukkan bahwa dari 39 remaja siswi yang sudah mengalami menarche paling banyak pada ibu yang tidak bekerja sebesar 23 orang (59%) sedangkan ibu yang bekerja sebanyak 16 orang (16%).

6. Karakteristik Responden Berdasarkan Penghasilan Keluarga

Tabel 4.6 Gambaran Menarche pada Remaja Siswi di SMPN-14 Palangka Raya Berdasarkan Pekerjaan Ibu

No	Penghasilan Keluarga	n	%
1	Rendah (\leq Rp.1.676.058,- /bulan)	19	48,7
2	Tinggi (\geq Rp.1.676.058,- /bulan)	20	51,3
Total		39	100%

Sumber : Data Primer 2013

Berdasarkan Tabel 4.6 menunjukkan bahwa dari 39 remaja siswi yang sudah mengalami menarche penghasilan keluarga tinggi sebesar 20 orang (51,3%) sedangkan penghasilan keluarga rendah sebanyak 19 orang (48,7%).

PEMBAHASAN

1. Gambaran menarche pada remaja siswi di SMPN-14 Palangka Raya berdasarkan usia menarche

Berdasarkan data dari tabel 4.1 menunjukkan dari 39 remaja siswi yang mengalami menarche terbanyak pada usia 11-14 tahun sebanyak 37 orang (94,8%).

Usia menarche adalah usia ketika menstruasi pertama kali dan terjadi saat pubertas (Pulungan, 2009). Usia gadis remaja pada waktu pertama kalinya mendapat haid (menarche) bervariasi lebar,

yaitu antara 10-16 tahun, tetapi rata-ratanya 12,5 tahun. Menurut Silva usia menarche turut mengalami penurunan dari rata-rata 14 tahun menjadi 12,8 tahun (Pujiani, 2012). Dari hasil penelitian tersebut didapat usia terbanyak saat siswi mengalami menarche adalah pada usia 12 tahun yaitu sebanyak 21 orang dan pada usia 13 tahun mengalami menarche sebanyak 6 orang. Bila dibandingkan dengan data dari Badan Penelitian & Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI (2010) sebanyak 41,1% menarche pada usia 13-14 tahun sedangkan pada usia 11-12 tahun sebanyak 22,9%.

Hasil penelitian ini memiliki kesenjangan pendapat dengan teori yang dikemukakan oleh Manuaba (2008), disebutkan bahwa menarche adalah menstruasi pertama yang berlangsung sekitar umur 10-11 tahun. Tetapi hasil penelitian ini sependapat dengan teori yang dikemukakan oleh Prawirohardjo (2009), bahwa menarche terjadi ditengah-tengah masa pubertas yaitu pada usia antara 10-16 tahun, tetapi rata-ratanya 12,5 tahun. Menurut Brown menurunnya usia waktu menarche itu sekarang disebabkan oleh keadaan gizi dan kesehatan umum yang membaik. (Prawirohardjo, 2009).

2. Gambaran menarche pada remaja siswi di SMPN-14 Palangka Raya berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT)

Berdasarkan data dari table 4.2 dari 39 remaja siswi yang sudah mengalami menarche dalam keadaan Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah normal sebanyak 20 orang (45,4%).

Hasil penelitian ini sependapat dengan teori yang menyebutkan bahwa nutrisi mempengaruhi kematangan seksual pada gadis yang mendapat menarche, mereka cenderung lebih berat dan lebih tinggi pada saat menarche dibandingkan dengan yang belum menstruasi pada usia yang sama. Menurut Soetjningsih (2007) mereka

menjadi matang lebih dini akan memiliki indeks massa tubuh (IMT) yang lebih tinggi dan mereka yang matang terlambat memiliki IMT lebih kecil pada usia yang sama.

3. Gambaran menarche pada remaja siswi di SMPN-14 Palangka Raya berdasarkan keterpaparan terhadap media informasi orang dewasa

Berdasarkan data dari table 4.3 dari 39 remaja siswi yang sudah mengalami menarche di SMPN-14 Palangka Raya diperoleh yang terpapar media informasi orang dewasa sebanyak 25 orang (64,1%).

Hasil penelitian ini sependapat dengan teori Putri (2009) yang menyebutkan bahwa beberapa studi kasus menyebutkan bahwa salah satu terjadinya menarche disebabkan oleh rangsangan-rangsangan kuat dari luar berupa film-film seks (*blue film*), buku-buku atau majalah yang bergambar tidak senonoh (porno), godaan dan rangsangan dari kaum pria, pengamatan secara langsung terhadap perbuatan seksual, semua itu tidak hanya mengabaikan memuncaknya atau semakin panasnya reaksi-reaksi seksual saja, akan tetapi juga mengakibatkan kematangan seksual yang lebih cepat pada diri anak.

4. Gambaran menarche pada remaja siswi di SMPN-14 Palangka Raya berdasarkan pendidikan ibu

Berdasarkan data dari table 4.4 dari 39 remaja siswi yang mengalami menarche diperoleh pendidikan terbanyak ibu adalah pada pendidikan dasar sebanyak 20 orang (45,6%).

Hasil penelitian ini tidak sependapat dengan teori, karena dari hasil penelitian didapatkan pendidikan terbanyak ibu saat anaknya menarche adalah pendidikan dasar. Dengan tingkat pendidikan ibu yang dasar atau rendah ternyata tidak mempengaruhi usia menarche pada anak perempuannya. Sementara remaja yang belum menarche tingkat pendidikan ibu adalah dasar dan menengah. Menurut Putri (2009) Pendidikan orang

tua terutama pendidikan ibu sangat penting dalam memberikan bimbingan pada saat anak menginjak remaja terutama pada waktu mengalami haid yang pertama kali atau menarche.

5. Gambaran menarche pada remaja siswi di SMPN-14 Palangka Raya berdasarkan pekerjaan ibu

Berdasarkan data dari table 4.5 dari 39 remaja siswi yang mengalami menarche memiliki ibu yang tidak bekerja sebesar 23 orang (59%).

Dari hasil penelitian ini didapatkan ibu yang tidak bekerja lebih banyak pada remaja siswi yang sudah mengalami menarche. Ibu yang tidak bekerja umumnya akan lebih banyak meluangkan waktunya dirumah bersama keluarga, sehingga ibu akan lebih memperhatikan kondisi anak perempuannya. Tetapi walaupun ibu yang tidak bekerja lebih banyak meluangkan waktu dirumah tidak menutup kemungkinan bahwa ada beberapa ibu yang tidak memberikan informasi mengenai pendidikan kesehatan terutama menarche pada remaja putrinya. Karena ada yang menganggap menarche adalah sesuatu hal yang tabu untuk dibicarakan pada anak remajanya. Sedangkan remaja siswi yang belum menarche, ibu lebih banyak bekerja. Ibu yang bekerja, kegiatannya lebih banyak diluar rumah, sehingga memungkinkan anak perempuannya tidak mendapatkan informasi ataupun pendidikan kesehatan mengenai reproduksi yang lebih banyak.

Hasil penelitian ini tidak sependapat dengan teori Putri (2009) yang menyebutkan bahwa ibu yang tidak bekerja tidak bisa memberikan pendidikan kesehatan bagi remajanya terutama tentang menarche, karena beberapa menyebutkan menarche adalah hal yang tabu untuk disampaikan.

6. Gambaran menarche pada remaja siswi di SMPN-14 Palangka Raya berdasarkan penghasilan keluarga

Berdasarkan data dari table 4.6 dari 39 remaja siswi yang mengalami menarche memiliki

penghasilan keluarga tinggi (\geq Rp.1.676.058,-/bulan) sebesar 20 orang (51,3%).

Dalam penghasilan yang cukup dan mapan ibu dapat memenuhi kesejahteraan dan kebutuhan anaknya dengan memanfaatkan penghasilan untuk perawatan kesehatan, membelikan makanan tambahan yang bergizi, peralatan sekolah dan pakaian untuk anak-anaknya. Dengan terpenuhinya gizi yang baik pada anak remaja akan mempengaruhi terjadinya menarche. (Putri, 2009) Sesuai dengan Peraturan Gubernur Kalimantan Tengah Nomor 34 tahun 2012 tentang Upah Minimum Kota (UMP) tahun 2013 kota Palangka Raya, maka ditetapkan Upah Minimum Kota (UMK) Palangka Raya adalah sebesar Rp. 1.676.058,- per bulan.

Hasil penelitian ini memiliki kesenjangan antara siswi yang sudah menarche dengan yang belum menarche, karena teori menyebutkan bahwa keluarga yang mempunyai pendapatan lebih dari cukup akan mempengaruhi keadaan status gizinya terutama untuk anak perempuannya. Sedangkan dari hasil penelitian didapatkan remaja siswi yang belum menarche lebih banyak dengan penghasilan keluarga yang tinggi. Seharusnya dengan penghasilan keluarga yang tinggi, nutrisi yang diperlukan juga harus sudah terpenuhi sehingga di usia remaja siswi yang sekarang mereka sudah mengalami menarche. Pendapatan di dalam suatu keluarga dihubungkan dengan bagaimana kemampuan keluarga dalam pemenuhan gizi dimana hal pemenuhan gizi tersebut akan berkaitan pula dengan pematangan seksual pada remaja (Putri, 2009).

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian ini, didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Jumlah remaja siswi yang mengalami menarche pada usia 11-14 tahun sebanyak 37 orang (94,8%) dan remaja siswi yang mengalami menarche usia <11 tahun sebanyak 2 orang (5,2%)
2. Indeks Massa Tubuh (IMT) yang normal terbanyak yaitu 20 orang (51,3%), sedangkan remaja yang mengalami gizi kurang sebanyak 14 remaja siswi (35,9%), dan yang gizi lebih sebanyak 5 orang (12,8%).
3. Jumlah remaja siswi yang terpapar dengan media informasi orang dewasa sebanyak 25 orang (64,1%), sedangkan yang tidak terpapar sebanyak 14 orang (35,9%).
4. Pendidikan ibu terbanyak adalah pendidikan dasar sebanyak 20 orang (51,3%), pendidikan menengah ibu sebanyak 11 orang (28,2%), dan pendidikan tinggi ibu sebanyak 8 orang (20,5%)
5. Jumlah remaja siswi yang ibu tidak bekerja sebanyak 23 orang (59%) sedangkan ibu yang bekerja sebanyak 16 orang (16%).
6. Jumlah remaja siswi yang mengalami menarche dengan penghasilan terbanyak adalah penghasilan keluarga tinggi (\geq Rp.1.676.058,-/bulan) sebesar 20 remaja siswi (51,3%) sedangkan penghasilan keluarga rendah (<Rp.1.676.058,-/bulan) sebanyak 19 remaja siswi (48,7%).

DAFTAR PUSTAKA

1. Tarwoto (2010). Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya. Jakarta : Salemba Medika.
2. Narendra, Moersintowarti B (2010). Tumbuh Kembang Anak dan Remaja. Jakarta : Sagung Seto.
3. Pulungan, Fitriyani (2012). Pengaruh Fungsi Keluarga terhadap Pemahaman Remaja Putri Usia Sekolah Dasar tentang Menarche. Medan : <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/34639/7/Cover.pdf> (Accessed tanggal 13 Juni 2013)
4. Badan Penelitian & Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI (2010). *Riset Kesehatan*

Dasar. Jakarta : www.litbag.depkes.go.id (Accessed 27 Mei 2013).

5. Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
6. Hidayat, A. Aziz Alimul (2009). Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data. Jakarta : Salemba Medika.
7. Manuaba, Chandranita (2008). Gawat-Darurat Obstetri-Ginekologi & Obstetri-Ginekologi Sosial untuk Profesi Bidan. Jakarta : EGC.
8. Prawirohardjo, Sarwono (2009). Ilmu Kandungan. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
9. Soetjningsih. 2007. Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Jakarta : Sagung Seto
10. Putri, Anni Kartika (2009). Hubungan Antara Usia Menarche dengan Menarche. Jakarta : FKM UI
11. Peraturan Gubernur Kalimantan Tengah Nomor 34 Tahun 2012 Tentang Upah Minimum Kota (UMK) dan Upah Minimum Sektoral Kota (UMSK) Tahun 2013 Kota Palangka Raya (2012). Palangka Raya : <http://jdih.kalteng.go.id/upload/prokum-2013010811561092> (Accessed 31 Mei 2013)