
PEMBERDAYAAN PADA ANAK REMAJA DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI UNTUK KESIAPAN MENARCH DI SMPN 2 TAMBUN UTARA BEKASI

Mahasiswa Sarjana Kebidanan¹, Herlina Simanjuntak²

Jurusan Sarjana Kebidanan, Universitas Medika Suherman

Email: suciatu14@gmail.com

Abstract

Adolescence is a transition period where various physical and psychological changes occur. One of the physical changes is the development of reproductive function which is signed by the first menstruation. Currently there is a phenomenon where the first menstruation comes earlier in teenagers. Teenagers' readiness for their first menstruation must be prepared earlier too, so that they do not feel shocked, can accept their condition and manage their menstrual health well. One of the factors that influences a teenager's readiness to face their first menstruation is knowledge. Access to get information is easy to obtain both through electronic media and print media. However, no one can confirm the veracity of the information obtained. Misinformation can cause young women to feel confused or can even have a negative impact on their reproductive health. This service is carried out in order to prepare young women. The strategy used is empowering teenagers through providing education and skills training in managing menstrual health. The activity participants were elementary school grade girls. The results show that there has been an increase in the knowledge, in attitudes and in skills scores of young women so that it is hoped that young women are ready to face their first menstruation and are able to implement menstrual health management well.

Keywords: *adolescent, first menstruation, menstrual health management, readiness*

Abstrak

Usia remaja merupakan masa transisi dimana terjadi berbagai perubahan fisik maupun psikologi. Salah satu perubahan fisik pada masa remaja adalah berkembangnya fungsi reproduksi yang ditandai dengan menstruasi pertama. Saat ini terjadi fenomena dimana menstruasi pertama datang lebih awal pada remaja. Kesiapan remaja menghadapi menstruasi pertama harus disiapkan sejak awal sehingga mereka tidak merasa cemas, malu dan bingung sehingga dapat menerima kondisinya serta dapat melakukan manajemen kesehatan reproduksi dengan baik. Salah satu faktor yang memengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi menstruasi pertamanya adalah pengetahuan. Akses informasi untuk mendapatkan pengetahuan saat ini mudah didapatkan baik melalui media elektronik maupun media sosial. Namun tidak ada yang dapat memastikan kebenaran informasi yang diperoleh tersebut. Kesalahan informasi dapat mengakibatkan remaja putri merasa bingung atau bahkan dapat berdampak tidak baik terhadap Kesehatan reproduksinya. Pengabdian masyarakat sekaligus pemberdayaan ini dilakukan dalam rangka menyiapkan remaja putri dalam menghadapi menstruasi pertamanya. Jenis pengabdian masyarakat ini menggunakan metode deskriptif, yaitu data yang dikumpulkan berdasarkan informan sebanyak 30 siswi sebagai sampel. Dalam pengabdian masyarakat ini, teknik pengumpulan data yang dapat dilakukan meliputi, studi pustaka dan studi lapangan (wawancara dan observasi). Strategi yang digunakan adalah penyuluhan remaja melalui pemberian edukasi dalam melakukan manajemen kesehatan reproduksi perempuan khususnya menstruasi. Kesimpulan dari pengabdian masyarakat ini adalah terdapat hubungan pengetahuan pada kesiapan manarche, tidak ada hubungan antara pendidikan orang tua pada kesiapan manarche, ada hubungan budaya dengan kesiapan manarche, ada hubungan status gizi dengan kesiapan manarche di SMP Negeri 2 Tambun Utara Tahun 2024

Kata kunci: pengetahuan, kesiapan, menarche, remaja

Submitted: 2024-04-17	Revised: 2024-04-24	Accepted: 2024-05-14
-----------------------	---------------------	----------------------

Pendahuluan

Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2018 didunia. diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 miliar atau 18% dari jumlah penduduk dunia. Remaja (adolescence) menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) yaitu periode usia antara 10 sampai 19 tahun, sedangkan perserikatan bangsa-bangsa (PBB) menyebut kaum muda (youth) untuk usia antara 15 tahun sampai 24 tahun. Sementara itu menurut the health resources dan services administrations guidelines amerika serikat, rentang usia remaja adalah 10 - 21 tahun dan terbagi menjadi tiga tahap, yakni remaja awal (10-14 tahun), remaja menengah (15-17 tahun) dan remaja akhir (18-21 tahun). (Anwar & Febrianty, 2017).

Hasil survei Riset Kesehatan Duser (Riskesdas, 2018) menunjukkan bahwa berdasarkan laporan responden yang sudah mengalami haid rata-rata usia menarche di Indonesia 13 tahun (20%) dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun. Secara nasional rata-rata usia menarche 13-14 tahun terjadi pada 37,5% anak Indonesia dan ada juga yang baru berusia 9 tahun sudah memulai siklus haid namun jumlah ini sedikit sekali (Astriana, 2019). Pada tahun 2019 jumlah remaja putri berdasarkan usia 10-14 tahun mencapai 86,6% dari total 976,9 remaja putri (BPS Kabupaten Bekasi, 2019).

Menarche adalah menstruasi pertama yang terjadi akibat adanya suatu proses sistem hormonal yang kompleks. Setelah panca indra menerima rangsangan yang diteruskan kepusat dan diolah oleh hipotalamus, dilanjutkan dengan hipofisi melalui system fortal dikeluarkan hormone gonadotropik perangsang folikel dan luteinizing hormon untuk merangsang indung telur. Hormon perangsang folikel (FSH), merangsang folikel primodial yang di dalam perjalanannya dominan mengeluarkan hormon estrogen sehingga terjadi pertumbuhan dan perkembangan tanda seks sekunder (Siregar, 2018).

Dampak yang sering ditimbulkan ketika mengalami menarche yaitu, merasa cemas, terkejut, sedih, kecewa, malu, khawatir dan bingung. Masa depan sangat tergantung pada kondisi kesehatan organ reproduksi wanita. Namun, bila perubahan secara cepat dan mendadak terutama berkaitan dengan organ reproduksinya menjadikan seorang anak perempuan tidak selalu mampu bersikap secara tepat terhadap organ reproduksinya. Jumlah penelitian lainnya menunjukkan bahwa remaja memiliki pengetahuan yang sedikit sehingga tidak memiliki pengetahuan yang lain tentang menstruasi pertama / menarche (Astrian Mengubah perilaku individu bukanlah merupakan pekerjaan yang mudah, dalam hal ini dibutuhkan keterampilan khusus sebab perubahan tingkah laku individu selalu melibatkan perubahan mental. Perubahan itu sendiri terjadi secara alamiah yaitu karena lingkungan atau masyarakat sekitarnya. Namun, ada pula perubahan yang terjadi secara terencana dan dilaksanakan secara sistematis, yaitu yang dikenal sebagai perubahan melalui pendidikan.

Metode StoryTelling Moeslichatoen (2018) menyatakan bahwa metode bercerita merupakan salah satu pemberian pengalaman belajar bagi anak Taman kanak-kanak dengan membawakan cerita kepada anak secara lisan. Cerita yang dibawakan oleh guru atau tenaga kesehatan harus menarik dan, (2017).

SMP Negeri 2 Tambun Utara merupakan salah satu sekolah wilayah di kabupaten Bekasi, Kecamatan Tambun Utara sendiri merupakan wilayah dengan tingkat pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi masih cukup rendah berdasarkan data dari profil kesehatan kabupten Bekasi tahun 2022, pengetahuan tentang menstruasi untuk kesiapan menarche diharapkan dapat menjadi upaya untuk meningkatkan kualitas kesehatan reproduksi sejak usia remaja, untuk itulah kami tertarik melakukan penelitian dan pemberdayaan perempuan terkait pengetahuan menstruasi pada remaja untuk kesiapan menarche.

Metode pengabdian masyarakat

Jenis pengabdian masyarakat ini adalah menggunakan metode deskriptif, yaitu data yang dikumpulkan berdasarkan informan sebanyak 30 orang siswi sebagai sampel. Untuk mengetahui efektifitas penyuluhan dengan metode storytelling untuk meningkatkan pengetahuan menstruasi untuk kesiapan menarche pada remaja. Populasi dalam pengabdian masyarakat ini adalah seluruh siswi di SMP Negeri 2 Tambun Utara yang berjumlah 146 siswi dengan sampel yaitu Kelas VII SMP Negeri 2 Tambun Utara yang berjumlah 30 orang yang dilakukan dengan teknik sampling di mana pengabdian mengambil sampel sesuai kebutuhan pengabdian masyarakat. Pengetahuan Menstruasi sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan dengan menggunakan metode storytelling di hitung dengan cara memberi setiap jawaban **benar** dengan skor 10, dan jawaban yang **salah** mendapatkan skor 0, Dengan kategori **Baik** jika 76% -100%, **Sedang** 56%-75%, **Kurang** 0%-55%.

Kemudian seluruh kuisioner dihitung dengan menggunakan rumus kuesioner (Arikunto):

$$P = \frac{\sum F}{N} \times 100 \%$$

Keterangan: P = Nilai pengetahuan

$\sum F$ = Jumlah jawaban yang benar

N = Jumlah pertanyaan

Tujuan pengabdian masyarakat untuk mengetahui hubungan variabel independen pengetahuan menstruasi variabel dependen yaitu kesiapan Menarche. Pemberdayaan dan penelitian dilakukan bulan maret 2024 di SMP Negeri 2 Tambun Utara Kabupaten Bekasi Provinsi Jawa Barat.

Adapun beberapa kriteria dalam menentukan sampel yaitu remaja putri dengan usia 12 – 14 tahun, remaja putri yang belum dan sudah mengalami menstruasi.

Sumber data yang diperoleh menggunakan kuesioner yang dibagikan di sekolah terkait dan selanjutnya dianalisis dan diolah menggunakan reduksi data, penyajian data dan menarik kesimpulan/verifikasi. Strategi Pemberdayaan dilakukan dalam upaya peningkatan kualitas kesehatan reproduksi perempuan, dalam hal ini pemberdayaan dapat dilakukan oleh pihak sekolah dengan melibatkan tenaga kesehatan untuk memberikan tambahan informasi kepada remaja perempuan.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi Pengetahuan Menstruasi untuk kesiapan Menarche sebelum penyuluhan dengan Metode StoryTelling pada siswi kelas VII SMP N 2 Tambun Utara

Tingkat pengetahuan	jumlah	Persentase
Baik	10	33 %
<u>Sedang</u>	12	40 %
<u>Buruk</u>	8	17 %
<u>Total</u>	30	100 %

Dari tabel 1 dapat dilihat bahwa pengetahuan siswa melalui pre- test terbanyak adalah siswa yang pengetahuannya sedang dengan siswa berjumlah 12 (40%), diikuti dengan siswa yang berpengetahuan baik berjumlah 10 siswa (33 %), dan siswa yang berpengetahuan buruk berjumlah 8 siswa (33 %).

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan Menstruasi untuk kesiapan Menarche setelah penyuluhan dengan Metode StoryTelling pada siswi kelas VII SMP N 2 Tambun Utara

Tingkat pengetahuan	jumlah	Persentase
Baik	27	90 %
<u>Sedang</u>	3	10 %
<u>Buruk</u>	0	0 %
<u>Total</u>	30	100 %

Dari tabel 1 dapat dilihat bahwa pengetahuan siswa melalui pre- test terbanyak adalah siswa yang pengetahuannya baik dengan siswa berjumlah 27 (90%), diikuti dengan siswa yang berpengetahuan sedang berjumlah 3 siswa (10 %), dan siswa yang berpengetahuan buruk berjumlah 0 siswa (0 %).

Pembahasan

Hasil pengabdian masyarakat pengetahuan menstruasi untuk kesiapan Menarche sebelum dilakukan penyuluhan dengan menggunakan metode storytelling pada remaja kelas VII SMP Negeri 2 Tambun Utara mempunyai kategori pengetahuan yang meningkat, yakni dari kategori sedang menjadi katagori Baik. Pengabdian masyarakat ini didukung oleh penelitian Soekidjo Notoatmodjo (2017) menyimpulkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan dengan metode storytelling. Hasil pengabdian masyrakat oleh Sinor (2018) juga sangat mendukung dengan pengabdian masyrakat ini yang menyatakan bahwa metode storytelling adalah metode yang lebih efektif dalam menyampaikan pesan pendidikan.

Dalam pengabdian masyarakat ini pengetahuan SMPN 2 Tambun Utara tentang menstruasi dapat dibedakan menjadi tiga kategori yakni baik, cukup, kurang. Berdasarkan hasil penelitian distribusi frekuensi kategori responden pada variabel pengetahuan menstruasi sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 13 siswi , dan sisanya sebagian kecil memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak . Teori Sprangter menyatakan bahwa faktor – faktor yang mempengaruhi pengetahuan siswi adalah Pendidikan orang tua, informasi, budaya pengalaman, usia dan social ekonomi .Pengetahuan baik yang dimiliki responden tentang menstruasi disebabkan oleh latar belakang usia siswi, responden dalam pengabdian masyarakat ini berusia rata- rata 12 -14 tahun yang mana tentunya responden telah memperoleh pengetahuan dan pengalaman..

Kesimpulan

Pengetahuan pada remaja perempuan SMP Negeri 2 Tambun Utara sebelum dilakukan penyuluhan menstruasi untuk kesiapan menarche mempunyai kategori sedang 59,3 % .

Pengetahuan pada remaja perempuan SMP Negeri 2 Tambun Utara dan IV SD Inpres Mangasa setelah dilakukan penyuluhan menjadi kategori baik yakni baik sebanyak 75,0 %

SARAN Diharapkan bagi pihak sekolah terkait dapat bekerja sama dengan parah petugas kesehatan dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan reproduksi remaja secara berkesinambungan.

Daftar Pustaka

- E. Sinaga et al., Manajemen Kesehatan Menstruasi. Jakarta: Universitas nasional, 2017. "Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia: Kesehatan Reproduksi Remaja," 2017.
- N. M. Diaris and I. Pramita, "Studi Kualitatif Pengalaman, Persepsi, Dan Kesiapan Anak Dalam Menghadapi Menarche Dini," J. Kesehat. Terpadu, vol. 3, no. 1, pp. 87–92, 2019, doi: 10.36002/jkt.v3i1.712.
- C. Anwar and R. Febrianty, "Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Peran Ibu dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas 4-6 di SD 3 Peuniti Kota Banda Aceh," J. Healthc. Technol. Med., vol. 3, no. 2, p. 154, 2017, doi: 10.33143/jhtm.v3i2.267.
- U. Narsih, H. Rohmatin, and A. Widayati, "Dukungan Sosial dan Ketersediaan Informasi Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche," J. Manaj. Kesehat. Yayasan RS.Dr. Soetomo, vol. 7, no. 2, p. 359, 2021, doi: 10.29241/jmk.v7i2.797.
- M. Meinarisa, L. A. Sari, and ..., "Hubungan Pengetahuan, Kedekatan Ibu dan Pola Asuh Terhadap Kesiapan Remaja Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) di SMP Negeri 04, 06, dan 17 ...," J. Ilm. Ners, vol. 2, no. November, 2021, [Online]. Available: <https://onlinejournal.unja.ac.id/JINI/article/view/15572>.
- S. Notoatmodjo, Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2018.
- N. M. Diaris, R. Listyowati, and P. P. Januraga, "Readiness of girls aged 10-12 years for an early menarche: a transtheoretical model of behavioural change analysis," Public Heal. Prev. Med. Arch., vol. 5, no. 1, p. 44, Jul. 2017, doi: 10.15562/phpma.v5i1.41.
- W. Anggraeni and K. I. P. Sari, "Hubungan Pengetahuan Remaja Tentang Menstruasi Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas Iv Dan V Sdi Darul Hikmah Krian Sidoarjo," Nurse He