

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan biologis (Hidayati, 2016). Zahra Aisyah (2019) mengatakan bahwa remaja yaitu individu yang berusia 11-12 tahun sampai 20-21 tahun. Dimana remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa. Masa dimana individu tersebut mengalami perubahan-perubahan secara biologis, maupun psikologis.

Perubahan biologis adalah percepatan pertumbuhan, perubahan hormonal, dan kematangan seksual yang biasa disebut dengan pubertas (Santrock, 2011 dalam Fatimatuzzahroh, S. 2017). Perubahan fisik yang sangat berpengaruh besar terhadap perkembangan fisik remaja adalah pertumbuhan tinggi badan yang semakin tinggi, berfungsinya alat-alat reproduksi yang di tandai dengan mimpi basah pada laki-laki dan Menstruasi (*menarche*) pada remaja putri.

Menarche adalah menstruasi pertama yang merupakan proses alami yang terjadi pada wanita reproduktif. Menstruasi adalah pelepasan dinding rahim (endometrium) disertai perdarahan secara teratur dan normal yang terjadi setiap bulan dari rahim sebagai tanda bahwa organ reproduksi telah matang. (Novitasaei, S. 2018)

Menarche atau menstruasi pertama biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. *Menarche* merupakan pertanda adanya suatu perubahan status sosial dari anak-anak ke remaja dan merupakan suatu tanda yang penting bagi seorang wanita yang menunjukkan adanya produksi

hormon yang normal yang dibuat oleh hipotalamus dan kemudian diteruskan pada ovarium dan uterus. (Proverawati, 2009 dalam Meizela, D. 2020).

Berdasarkan World Health Organisation (WHO) angka menstruasi di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap Negara mengalami menstruasi. Sudikno (2019) menyimpulkan hasil Rikkesdas Kesehatan Reproduksi tahun 2010 bahwa rata-rata keseluruhan usia *menarche* di Indonesia saat ini adalah 12,96 tahun dimana pada usia ini sebagian besar anak masih duduk di bangku Sekolah Dasar. Studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti di Sekolah Dasar (SD) negeri 002 bangun purba didapatkan sebanyak 33 anak remaja putri yang sedang dalam persiapan menuju fase *menarche*.

Menstruasi pertama (*menarche*) menjadi saat-saat yang mendebarkan bagi remaja putri karena baru pertama mengalaminya sehingga dapat menyebabkan kecanggungan bagi remaja karena ia harus menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya, hal ini dapat berpengaruh pada perubahan psikologi remaja tersebut sehingga penting untuk remaja putri diberikan pemahaman atau pengetahuan yang baik mengenai *menarche* guna membantu mereka untuk mempersiapkan diri dalam menyambut masa *menarche* (Sarwono, 2013 dalam Fatimatuazzahroh, S. 2017).

Pengetahuan tentang menstruasi sebaiknya diberikan sedini mungkin kepada anak karena salah satu faktor yang berperan penting terhadap kesiapan atau kesiapan (sikap) anak dalam menerima/melakukan sesuatu adalah pengetahuan mengenai sesuatu yang akan dihadapi (Fitriani, 2011 dalam Nurmawati & Erawati 2019). Pengetahuan yang baik terkait menstruasi sangat diperlukan siswi dalam menghadapi *menarche*, jika tidak akan menimbulkan anggapan yang keliru terkait *menarche*, seperti menganggap bahwa datangnya *menarche* sebagai suatu penyakit, sehingga menimbulkan kecemasan (Novitasari, S. 2018).

Kesiapan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*). Hal ini ditandai dengan adanya pemahaman yang mendalam tentang proses menstruasi sehingga siap menerima dan mengalami menstruasi pertama (*menarche*) sebagai proses yang normal (Fajri & Khairani, 2011)

Remaja yang belum siap menghadapi *menarche* akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut, mereka akan merasa bahwa menstruasi adalah sebagai sesuatu yang kejam dan mengancam, keadaan ini dapat berlanjut ke arah yang lebih negatif (Jayanti et al, 2011). Tetapi berbeda bagi mereka yang telah siap dalam menghadapi *menarche*, mereka akan merasa senang dan bangga, dikarenakan mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis (Suryani & Widyasih, 2008 dalam Yusuf, Dkk. (2014).

Juwita dan Yulita (2018) dalam penelitiannya yang berjudul Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi *menarche* didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan pengetahuan dengan kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche*. Remaja yang memiliki pengetahuan baik lebih siap menghadapi *menarche* dibandingkan dengan remaja berpengetahuan cukup dengan pengetahuan remaja dapat mempersiapkan diri. Pengetahuan memberikan pengaruh terhadap kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche*.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurmawati dan Erawantini (2019) dengan judul hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan siswi SD dalam menghadapi *menarche*. Hasil dari penelitian ini didapatkan data bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan siswi SD tentang menstruasi dengan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* (p value = 0,026).

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Yusuf, dkk (2014) dengan judul hubungan pengetahuan *menarche* dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* di smp negeri 3 tidore kepulauan mendapatkan hasil yang sama yaitu ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* di SMP Negeri 3 Tidore Kepulauan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat dirumuskan sebuah masalah, yaitu apakah ada hubungan pengetahuan remaja putri kelas 5 dan 6 SD dengan kesiapan menghadapi *menerche* di SD 002 Bangun Purba tahun 2022.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pengetahuan remaja putri kelas 5 dan 6 SD dengan kesiapan menghadapi *menerche* di SD 002 Bangun Purba tahun 2022.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk diketahuinya distribusi frekuensi tingkat pengetahuan remaja putri kelas 5 dan 6 di SD 002 Bangun Purba tentang menstruasi.
- b. Untuk diketahuinya distribusi frekuensi tingkat kesiapan remaja putri kelas 5 dan 6 di SD 002 Pangun purba dalam menghadapi masa menstruasi pertama kali (*menarche*).
- c. Untuk diketahuinya hubungan pengetahuan remaja putri kelas 5 dan 6 SD dengan kesiapan menghadapi *menerche* di sd 002 Bangun Purba tahun 2022.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Masyarakat

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menambah informasi dan masukan dalam upaya meningkatkan pengetahuan dan kesiapan

remaja putri kelas 5 dan 6 SD untuk menghadapi *menerche* di sd 002 Bangun Purba tahun 2022.

2. Manfaat Bagi Institusi

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan masukan dalam proses pembelajaran, terutama memberikan gambaran dan informasi bagi penelitian selanjutnya yang terkait.

3. Penelitian Selanjutnya

Untuk memberikan tambahan referensi penelitian hubungan pengetahuan remaja putri dengan kesiapan menghadapi *menerche* serta sebagai pengembangan ilmu pengetahuan dan metodologi penelitian.

E. Keaslian Penelitian

Table 1.1
Keaslian Penelitian

NO	Penulis/ Tahun	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1	Juwita & yulita (2018). Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi <i>Menarche</i>	terdapat hubungan pengetahuan dengan kesiapan remaja dalam menghadapi <i>menarche</i>	1. Jenis pendekatan penelitian 2. Teknik pengambilan sampel 3. Analisa data 4. Teknik pengolahan data 5. Alat ukur penelitian	1. Jenis penelitian 2. Jumlah sampel 3. Usia sampel 4. Tempat penelitian
2	Nurmawati dan Erawantini (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Siswi SD Dalam Menghadapi <i>Menarche</i>	ada hubungan tingkat pengetahuan siswi SD tentang menstruasi dengan kesiapan siswi dalam menghadapi <i>menarche</i>	1. Pendekatan penelitian 2. Teknik pengambilan sample 3. Jumlah reponden 4. Analisa data 5. Alat ukur penelitian	1. Design penelitian 2. Usia sampel 3. Teknik pengolahan data 4. Tempat penelitian
3	yusuf, dkk. (2014). Hubungan Pengetahuan	Hubungan Pengetahuan <i>Menarche</i> Dengan	1. Metode penelitian 2. Jenis penelitian 3. Teknik	1. Usia sampel 2. Jumlah sample 3. Tempat

<i>Menarche</i>	Dengan	Kesiapan Remaja	pengambilansampe	penelitian
Kesiapan Remaja		Putri SMP e	l	
Putri Menghadapi		Tedore	4. Instrumen	
<i>Menarche</i>		Menghadapi	penelitian	
		<i>Menarche</i>	5. Analisa data	

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Konsep Dasar Pengetahuan

1. Defenisi Pengetahuan

Pengetahuan (*knowledge*) adalah hasil tahu dari manusia, yang sekedar menjawab pertanyaan “*What*”, misalnya apa air, apa manusia, apa alam, dan sebagainya. Pengetahuan juga dapat diartikan sebagai hasil dari tahu yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Dengan pengetahuan maka seseorang akan dapat memutuskan dan menentukan tindakan terhadap masalah yang dialami. Segala informasi yang tersimpan dalam ingatan sebagai kekayaan mental seseorang mengenai objek tertentu juga disebut sebagai pengetahuan. Maka pengetahuan adalah hasil dari tahu seseorang setelah mendapatkan informasi tentang sesuatu dan akan menentukan tindakan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi (Notoatmodjo, 2012 (dalam Safitri, I. 2019; Gahayu 2019)).

2. Tingkat Pengetahuan

Wawan dan Dewi (2010) mengatakan bahwa tingkat pengetahuan seseorang dapat dibagi menjadi :

a. Tahu (Know)

Diartikan hanya sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya (*recall*). Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari yaitu dengan menyebutkan, menguraikan, mengidentifikasi, menyatakan dan sebagainya.

b. Memahami (*comprehension*)

Memahami yaitu menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan secara benar.

c. Aplikasi (*application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi ataupun kondisi real (sebenarnya).

d. Analisa (*analysis*)

Analisa adalah suatu kemampuan untuk menyatakan materi atau suatu objek dalam kedalam komponen komponen tetapi masih didalam struktur organisasi tersebut dan masih ada lagi kaitannya satu sama lain.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis merupakan kemampuan untuk melaksanakan atau menghubungkan bagian-bagian yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi yang ada.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi yaitu kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penelitian terhadap suatu materi atau objek tertentu.

Dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui tingkatan pengetahuan responden sampai dengan tingkatan aplikasi (*application*) sesuai dengan kebutuhan peneliti yaitu untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan keikutsertaan ibu dalam imunisasi dasar lengkap pada bayi di puskesmas Bangun Purba tahun 2022.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Wawan dan Dewi (2010) menjelaskan bahwa pengetahuan dapat dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu faktor internal, faktor eksternal dan faktor pendekatan belajar.

a. Faktor Internal

Faktor internal yaitu yang berasal dari dalam diri sendiri misalnya intelegensia, minat dan kondisi fisik

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yaitu faktor dari lingkungan yang mempengaruhi dan sosial budaya.

c. Faktor Pendekatan Belajar

Faktor ini merupakan upaya seseorang untuk mendapatkan pembelajaran, misalnya dengan menggunakan strategi atau metode dalam belajar.

4. Kriteria Tingkat Pengetahuan

Kriteria Tingkat Pengetahuan menurut Arikunto, 2006 (dalam Wawan dan Dewi, 2010) dibagi menjadi tiga kategori yaitu :

- a. Baik : hasil persentase 76% - 100%
- b. Cukup : hasil persentase 56% - 75%
- c. Kurang : hasil persentase >56%

Dalam pengkategorian tingkatan pengetahuan ini dapat menggunakan rumus pengukuran pengetahuan (Nursalam, 2012 Dalam Safitri, I. (2019):

$$P = F/N \times 100 \%$$

Keterangan :

P : adalah persentase

F : adalah frekuensi item soal benar

N : adalah jumlah soal

Berdasarkan rumus pengetahuan dan kriteria pengetahuan diatas maka akan diketahui hasil apakah pengetahuan ibu tentang imunisasi dasar lengkap baik, cukup, atau kurang.

B. Konsep Dasar *Menarche*

1. Definisi *Menarche*

Menarche adalah menstruasi atau haid pertama kali yang dialami oleh perempuan yang merupakan ciri kedewasaan seorang perempuan yang sehat dan tidak hamil. *Menarche* terjadi akibat peningkatan LH dan FSH yang merangsang sel target ovarium. LH dan FSH berkombinasi dengan reseptornya untuk meningkatkan laju kecepatan sekresi, pertumbuhan dan proliferasi sel. Rangsangan ini dihasilkan dari pengaktifan sistem *second messenger adenosine-monophosphate cyclic* dalam sitoplasma sel ovarium untuk menstimulasi ovarium agar memproduksi estrogen dan progesteron. Estrogen dan progesteron akan menstimulasi uterus dan kelenjar payudara agar siap untuk terjadinya ovulasi. Ovulasi yang tidak dibuahi akan menjadi menstruasi (Prawirohardjo, 2009 dalam Sulistiana, F. (2017)).

Menarche merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. *Menarche* merupakan pertanda adanya suatu perubahan status sosial dari anak-anak ke dewasa dan merupakan suatu tanda yang penting bagi seorang wanita yang menunjukkan adanya produksi hormone yang normal yang dibuat oleh hipotalamus dan kemudian diteruskan pada ovarium dan uterus (Proverawati, 2009 dalam Meizela, D. 2020).

Menarche didefinisikan sebagai pertama kali menstruasi yaitu keluarnya cairan darah dari alat kelamin wanita berupa luruhnya lapisan dinding rahim yang banyak mengandung pembuluh darah. Sudah lebih dari setengah abad rata-rata usia *menarche* mengalami perubahan, dari usia 17

tahun, menjadi 13 tahun, secara normal menstruasi awal terjadi pada usia 11-16 tahun (Sulistiana, F., 2017).

2. Usia *Menarche*

Terdapat kecenderungan bahwa saat ini anak mendapat menstruasi yang pertama kali pada usia lebih muda. Ada yang berusia 12 tahun, tetapi ada juga yang 8 tahun sudah memulai siklusnya. Di Inggris usia rata-rata untuk mencapai menarche adalah 13 tahun, sedangkan suku buni di Papua menarche pada usia 18 tahun. (Proverawati, 2009 dalam Meizela, D. 2020). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010, rata-rata usia *Menarche* pada perempuan usia 10-59 tahun di Indonesia adalah 13 tahun dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun.

3. Proses *Menarche*

Menstruasi merupakan bagian dari proses regular yang mempersiapkan tubuh wanita setiap bulannya untuk kehamilan. Proses ini melibatkan beberapa tahap yang dikendalikan oleh interaksi hormon yang dikeluarkan oleh hipotalamus, kelenjar dibawah otak depan dan indung telur. Pada proses awal menstruasi, lapisan sel rahim mulai berkembang dan menebal, kemudian hormone progesterone yang dikeluarkan oleh indung telur memberi sinyal pada telur untuk mulai berkembang. Tak lama kemudian sebuah telur dilepaskan dari indung telur wanita dan mulai bergerak menuju tuba falopii terus ke rahim, bila telur tidak buahi oleh lapisan sperma, maka lapisan rahim akan berpisah dari dinding uterus dan mulai luruh serta akan dikeluarkan melalui vagina.

Periode pengeluaran darah dikenal periode menstruasi berlangsung selama 3 hingga 7 hari. Bila seorang wanita menjadi hamil, menstruasi bulanannya akan berhenti. Oleh karena itu, menghilangnya menstruasi

bulanan merupakan tanda (walaupun tidak selalu) bahwa seorang wanita sedang hamil. Kehamilan dapat dikonfirmasi dengan pemeriksaan darah sederhana. (Winkjosastro, 2005 dalam Sulistiana, F. 2017). Adapun dalam satu siklus haid dibagi atas beberapa fase, yaitu :

a. Fase Menstruasi

Penurunan kadar estrogen dan progesterone, endometrium dilepaskan dari dinding Rahim yang disertai dengan perdarahan, hanya stratum basal yang tinggal utuh. Fase ini berlangsung 3-4 hari. Pada fase ini luka bekas pelepasan endometrium berangsur-angsur sembuh dan ditutup kembali oleh selaput lendir baru yang tumbuh dari sel-sel epitel endometrium, yang tebalnya $\pm 0,5$ mm. Fase ini berlangsung sejak fase menstruasi ± 4 hari.

b. Fase Poliferasi

Karena pengaruh FSH dan LH, serta adanya estrogen endometrium tumbuh tebal menjadi setebal $\pm 3-5$ mm. Fase ini berlangsung dari hari ke 5 sampai hari ke 14 siklus haid.

c. Fase Pre-menstruasi atau sekresi

Fase ini dimulai sesudah ovulasi dan berlangsung hari ke-14 sampai hari ke-28. Pada fase ini, endometrium sangat vaskuler, kelenjarnya sangat banyak dan berkelok-kelok serta kaya akan glikogen yang idealnya untuk nutrisi dan perkembangan ovum. Bila tidak terjadi kehamilan, endometrium akan dilepaskan lagi. (Prawirohardjo, 2009).

4. Kelainan-Kelainan Dalam *Menarche*

a. Pubertas Dini (Pubertas Prekoks)

Pada pubertas dini hormon gonadotropin diproduksi sebelum anak berumur 8 tahun. Hormon ini merangsang ovarium, sehingga ciri-ciri kelamin sekunder, *Menarche* dan kemampuan reproduksi terdapat

sebelum waktunya. Pubertas dikatakan premature jika ciri-ciri sekunder timbul sebelum umur 8 tahun, atau jika sudah ada haid sebelum umur 10 tahun.

b. Pubertas Tarda

Pubertas dianggap terlambat jika gejala-gejala pubertas baru datang antara umur 14-16 tahun. Biasanya tidak ada kelainan yang mencolok, Pubertas tarda disebabkan oleh faktor herediter, gangguan kesehatan dan kekurangan gizi. yang dinamakan *Menarche* tarda adalah *menarche* yang baru datang setelah 16 tahun. Sedangkan *Menarche* sebelum umur 18 tahun dapat diberi diagnosis *amenorea primer*. (Anwar, M. 2014).

5. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Usia *Menarche*

Statistik menunjukkan bahwa usia *Menarche* dipengaruhi factor keturunan, keadaan gizi, dan kesehatan umum. *Semmelweiss* menyatakan 100 tahun yang lampau usia gadis-gadis Vienna pada waktu *menarche* berkisar antara 15-19 tahun. Menurut Brown usia waktu *Menarche* itu disebabkan oleh keadaan gizi dan kesehatan umum yang membaik, dan berkurangnya penyakit menahun (Prawirohardjo, 2009 dalam Sulistiana, F. 2017). Adapun faktor – faktor yang mempengaruhi usia *menarche* yaitu :

a. Rangsangan audio visual

Faktor penyebab menstruasi dini juga datang dari rangsangan audio visual, baik berasal dari percakapan maupun tontonan dari film-film atau internet berlabel dewasa, vulgar, atau mengumbar sensualitas. Rangsangan dari telinga dan mata tersebut kemudian merangsang sistem reproduksi dan genital untuk lebih cepat matang. Keterpaparan media massa cetak dan elektronik (majalah, film, televisi) memiliki keterkaitan

dengan kecepatan usia pubertas remaja yang kemudian menyebabkan menarche lebih cepat pada remaja putri (Hardiningsih, 2013).

b. Ras

Dalam penelitian yang melihat apakah ada perbedaan usia antara anak perempuan kulit hitam dan kulit putih saat pertama kali mengalami menstruasi dengan faktor-faktor seperti berat badan, tinggi badan, atau ketebalan lipat kulit (ukuran lemak tubuh). Peneliti mendapat hasil lebih 40% anak perempuan kulit hitam mengalami menstruasi pertama sebelum usia 11 tahun dibandingkan anak perempuan kulit putih. Sekitar 10% anak perempuan kulit putih dan 15% anak perempuan kulit hitam mulai mengalami menstruasi sebelum usia 11 tahun, keadaan ini disebut *menarche* dini (Proverawati, 2009 dalam Meizela, D. 2020).

c. Sosial Ekonomi

Status sosial ekonomi keluarga mempunyai peran yang cukup tinggi dalam hal percepatan umur *menarche* saat ini. Hal ini berhubungan karena tingkat sosial ekonomi pada suatu keluarga akan mempengaruhi kemampuan keluarga di dalam hal ketersediaan pangan rumah tangga yang berdampak pada kecukupan gizi keluarga, terutama gizi anak perempuan dalam keluarga yang dapat mempengaruhi usia *menarche*-nya. Paracada et al melakukan penelitian di Kosovo antara usia *menarche* dengan status sosial ekonomi dan menemukan perbedaan yang signifikan, terdapat hubungan antara umur *menarche* remaja putri dengan status sosial ekonomi keluarga. Sementara penelitian yang dilakukan Bagga juga mendapatkan hasil penelitian serupa, yaitu adanya hubungan antara umur *menarche* remaja putri di India dengan status sosial ekonomi keluarganya, di mana status ekonomi keluarga yang rendah berkaitan dengan usia *menarche* yang lebih lambat pula.

d. Status Gizi

Penurunan usia *menarche* remaja putri berkaitan dengan asupan zat gizi. Asupan serat yang rendah dan asupan lemak berlebih diduga berhubungan dengan penurunan usia *menarche* remaja putri. Disebutkan bahwa usia *menarche* dapat dipengaruhi oleh asupan energi dan asupan protein. Konsumsi makanan tinggi lemak dapat menyebabkan penumpukan lemak di jaringan adiposa yang berhubungan dengan peningkatan kadar leptin. Leptin akan memacu pengeluaran GnRH yang selanjutnya mempengaruhi pengeluaran FSH dan LH dalam merangsang pematangan folikel dan pembentukan estrogen. Asupan protein hewani juga dikaitkan dengan penurunan usia *menarche*, sedangkan asupan protein nabati berhubungan dengan keterlambatan usia *menarche* karena mengandung *isoflavon* (Hardiningsih, 2013).

Berdasarkan hasil analisis dalam studi ini diperoleh bahwa remaja berstatus gizi stunting mengalami *menarche* lebih lambat dari remaja yang berstatus gizi normal. Studi ini juga menggambarkan bahwa perbedaan proporsi responden yang sudah *menarche* (baik status gizi normal maupun pendek) mulai tampak pada usia 11 tahun. Responden berstatus gizi normal mempunyai proporsi yang sudah *menarche* lebih banyak, yaitu mencapai 16 persen, sedangkan yang status gizi pendek hanya 5,2% (Amaliah, dkk, 2012).

e. Genetik Atau Keturunan

Status *menarche* dipengaruhi oleh faktor genetik atau keturunan. Bukti bahwa usia *menarche* dipengaruhi oleh faktor genetik adalah studi-studi yang menunjukkan kecenderungan usia ibu saat *menarche* untuk memprediksi usia *menarche* putrinya. Studi yang dilakukan Nwachi et al tahun 2007 dalam Proverawati (2009 dalam Meizela, D. 2020) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara usia *menarche* ibu

dan usia *menarche* remaja putrinya ($p < 0.000$). Dari hasil penelitian menunjukkan rata-rata usia *menarche* ibu 12.57 tahun dan rata-rata usia *menarche* putrinya 11.71 tahun.

C. Konsep Dasar Remaja

1. Defenisi 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 tungkal 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 dalam Meizela, D. 2020).

2. Tingkatan Remaja

a. Remaja Awal (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.

b. Remaja (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 idealistik dan semakin banyak waktu di luangkan diluar keluarga.

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 memantapkan identitas diri, dan ingin mencapai ketidaktergantungan emosional. (Diananda, 2019 dalam Meizela, D. 2020)

3. Kesiapan Remaja

Slameto (2010 dalam Meizela, D. 2020) mengatakan bahwa Kesiapan adalah keseluruhan kondisi seseorang yang membuatnya siap untuk memberi respon atau jawaban di dalam cara tertentu terhadap satu situasi. Dari berbagai pendapat dapat disimpulkan bahwa kesiapan yaitu suatu keadaan dalam diri seseorang yang membuat siap memberi jawaban atau respon dalam mencapai tertentu.

Kesiapan dan kesediaan tersebut datang dari dalam diri siswi, kesiapaan amat perlu diperhatikan untuk suatu proses karena apabila siswi sudah ada kesiapan maka hasilnya akan memuaskan. Macam –macam kesiapan adalah (Wardhani, 2018 dalam Meizela, D. 2020) :

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

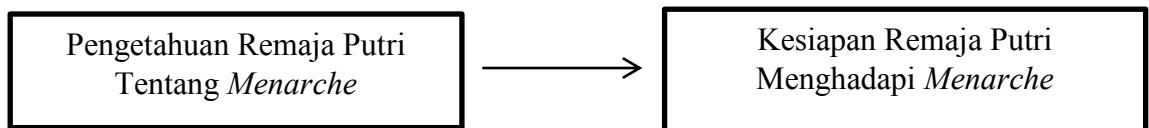
aktif daripada siswi yang tidak cerdas hal tersebut membuat siswi jadi lebih bisa menyesuaikan diri dengan sekitarna, maka makin cepat menyesuaikan diri dengan lingkungannya maka semakin cepat mengendalikan situasi.

D. Kerangka Teori

Kerangka konsep atau kerangka teori adalah abstraksi dari suatu realita agar dapat dipublikasikan dan membentuk suatu teori yang menjelaskan keterkaitan antar variabel, baik variabel yang diteliti maupun yang tidak diteliti (Fitria, dkk. 2022). Variabel yang diteliti terdiri dari *variable independen* dan *variable dependent*. Pada penelitian ini yang menjadi *variable independennya* adalah pengetahuan sedangkan *variable dependennya* adalah kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

Bagan 2.1

Kerangka teori



E. Hipotesis Penelitian

Menurut Fitria, dkk (2022), hipotesa adalah suatu asumsi pernyataan tentang dua atau lebih yang diharapkan dapat menjawab suatu pernyataan dalam penelitian. Dalam penelitian ini, hipotesa yang ditegakan adalah:

Ada hubungan pengetahuan remaja putri kelas 5 dan 6 SD dengan kesiapan menghadapi *menerche*.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Dan Rancangan Penelitian

Desain penelitian merupakan rencana penelitian yang disusun sedemikian rupa sehingga peneliti dapat memperoleh jawaban terhadap pertanyaan penelitian (Nursalam, 2016). Desain penelitian mengacu pada jenis atau macam penelitian yang dipilih untuk mencapai tujuan penelitian serta berperan sebagai alat dan pedoman untuk mencapai tujuan tersebut (Setiadi, 2013).

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *deskriptif korelasi* dengan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk menentukan hubungan antara variabel yang satu dengan variabel yang lainnya dalam satu populasi.

Menurut Vionalita, G. (2020) penelitian *cross sectional* adalah studi epidemiologi yang mengukur beberapa variabel dalam satu saat sekaligus. Umumnya studi cross sectional dimanfaatkan untuk merumuskan hipotesis hubungan kausal yang akan diuji dalam studi analitiknya (kohort atau kasus control).

1. Populasi Dan Sampel

a. Populasi Penelitian

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Jadi populasi adalah seluruh keseluruhan subyek penelitian yang akan diteliti (Setiadi, 2013).

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas 5 dan 6 di SD 002 Bangun Purba dengan total siswi berjumlah 37 siswi.

b. Sampel Penelitian

Sampel penelitian adalah bagian dari populasi yang diambil untuk meneliti atau sebagian jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili populasi (Sibaragiang, 2010).

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *teknik total sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan jumlah sampling sama dengan jumlah populasi penelitian (Setiadi, 2013). Yaitu seluruh siswi kelas 5 dan 6 di SD 002 Bangun Purba dengan total siswi berjumlah 37 siswi dengan ketentuan atau kriteria sebagai berikut :

a. Kriteria inklusi

- 1) Siswi kelas 5 dan 6 di SD 002 Bangun Purba.
- 2) Siswi yang belum mengalami *menarche*.
- 3) Siswi yang setuju menjadi responden penelitian.

b. Kriteria eksklusi

- 1) Siswi yang menolak menjadi responden.
- 2) Siswi yang sudah mengalami *menarche* pada saat penelitian
- 3) Adanya hambatan etik.
- 4) Terdapat keadaan yang tidak memungkinkan untuk dilakukan penelitian.

2. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SD 002 Bangun Purba kecamatan Bangun Purba dikarenakan sampel yang memadai untuk mencapai tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui hubungan pengetahuan remaja putri kelas 5 dan 6 SD dengan kesiapan menghadapi *menarche* serta dengan pertimbangan bahwa domisili peneliti berada di wilayah SD 002 Bangun Purba sehingga memudahkan peneliti dalam menjangkau dan mengakses tempat penelitian.

B. Variabel Penelitian

Variabel bebas adalah variabel yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat karena variabel bebas (Hidayat, 2015 dalam Yuniarti 2017). Variabel bebas pada penelitian ini adalah pengetahuan remaja sedangkan variabel terikat adalah kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche*.

C. Defenisi Operasional

Definisi operasional adalah mendefenisikan variabel secara operasional berdasarkan karakteristik yang diteliti sehingga memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek fenomena. Defenisi operasional ditentukan berdasarkan parameter yang dijadikan ukuran dalam penelitian, sedangkan cara pengukuran merupakan cara dimana variabel dapat diukur dan ditentukan karakteristiknya (Hidayat, 2015 dalam Yuniarti 2017). Definisi operasional pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 3.1.

Tabel 3.1
Definisi Operasional

Variabel penelitian	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil ukur
Variable <i>independent</i> : Pengetahuan	hasil dari tahu seseorang setelah mendapatkan informasi tentang sesuatu dan akan menentukan tindakan dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Pengetahuan dapat di ukur drngan menggunakan rumus pengukuran pengetahuan (Nursalam, 2012) : $P = F/N \times 100 \%$	Kuesioner	Ordinal	1. Baik : hasil persentase 76% - 100% 2. Cukup: hasil persentase 56% - 75% 3. Kurang: hasil persentase <56%
Variable <i>dependent</i> : Kesiapan	Sikap remaja putri dalam menghadapi <i>menarce</i> . Suatu kesediaan seseorang dalam menerima perubahan dan perkembangan yang akan dialami saat <i>menarche</i> .	Kuesioner	Nominal	1. Siap (skor > 50 %) 2. Tidak Siap (skor <50 %)

D. Jenis Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer. Data primer adalah data yang dikumpulkan sendiri oleh peneliti dari yang sebelumnya tidak ada dan tujuannya disesuaikan dengan keperluan peneliti (Sibagariang, 2010).

Peneliti akan mengumpulkan data yang diperlukan dalam penelitian ini dengan cara menyebarkan lembar kuesioner kepada responden sesuai dengan kebutuhan peneliti.

E. Teknik Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data dalam penelitian harus disusun secara sistematis agar penelitian dapat berjalan dengan lancar sehingga tujuan tercapai. Prosedur penelitian yang dilakukan oleh peneliti antara lain :

- a. Setelah proposal disetujui oleh pembimbing dan penguji, selanjutnya peneliti mengajukan surat permohonan izin penelitian ke Universitas Pasir Pangaraian.
- b. Setelah mendapat surat permohonan izin penelitian dari Universitas Pasir Pangaraian maka peneliti meminta surat pengantar untuk melakukan penelitian ke Sekolah Dasar (SD) 002 Bangun Purba.
- c. Peneliti meminta izin kepada pihak Sekolah Dasar (SD) 002 Bangun Purba untuk melakukan penelitian.
- d. Setelah mendapat izin penelitian, maka peneliti mendatangi responden untuk menjelaskan tujuan dan prosedur penelitian, berupa lama kontrak waktu yang dibutuhkan dalam pengisian lembar kuesioner, jaminan terhadap kerahasiaan responden dan meminta responden untuk menandatangani lembar persetujuan penelitian.
- e. Peneliti meminta kepada responden untuk mengisi kuesioner yang telah disediakan peneliti.

- f. Setelah proses pengumpulan data selesai, peneliti melakukan analisa Univariat dan Bivariat. Selanjutnya diakhiri dengan penyusunan laporan hasil penelitian dan penyajian hasil penelitian.

F. Instrumen Penelitian

Instrument penelitian yang akan dilakukan di dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan lembar observasi angket (kuesioner). Angket adalah suatu cara pengumpulan data atau suatu penelitian mengenai suatu masalah yang umumnya menyangkut dengan menyangkut kepentingan umum (orang banyak). Angket ini dilakukan dengan mengedarkan suatu daftar pertanyaan yang berupa formulir –formulir, diajukan secara tertulis kepada 37 sejumlah subjek untuk mendapatkan tanggapan, informasi, jawaban dan sebagainya. Oleh karena itu angket selalu berbentuk formulir-formulir yang berisikan pertanyaan-pertanyaan (question) maka angket sering disebut kuesioner (Notoadmoedjo, 2012 dalam Safitri, I. 2019).

Kuesioner hubungan pengetahuan dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* yang di pakai dalam penelitian ini diambil dari penelitian Nurmawati dan Erawantini (2019) yang berjudul Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Siswi Sd Dalam Menghadapi *Menarche*. Kuesioner penelitian ini berisikan 15 pertanyaan pengetahuan tentang menstruasi dan 10 pertanyaan untuk kesiapan menghadapi menstruasi.

G. Pengolahan Data

1. Pengolahan Data

Menurut Hidayat (2015 dalam Yuniarti 2017), dalam mengolah data terlebih dahulu harus diolah dengan tujuan mengubah data menjadi informasi. Langkah-langkah pengolahan data yaitu sebagai berikut :

a) Editing

Editing adalah upaya untuk memeriksa kembali kebenaran data yang diperoleh atau dikumpulkan. Editing dapat dilakukan pada tahap pengumpulan data atau setelah data terkumpul.

b) Coding

Merupakan kegiatan pemberian kode numerik (angka) terhadap data yang terdiri atas beberapa kategori. Pemberian kode terhadap data ini sangat penting bila pengolahan dan analisis data menggunakan komputer.

c) Entri data

Entri data adalah kegiatan memasukan data yang telah dikumpulkan kedalam master tabel atau database komputer, kemudian membuat distribusi frekuensi.

d) Cleaning

Data yang sudah ada di cek lagi kelengkapannya, sehingga data siap untuk dianalisa.

e) Processing

Data di proses dengan mengelompokan data-data ke dalam variabel yang telah sesuai.

f) Analyzing

Dalam penelitian ini digunakan analisa univariat dan analisa bivariat menggunakan program komputer.

H. Analisa Data

1. Analisa Univariat

Tujuan analisa univariat adalah untuk menjelaskan atau mendeskripsikan masing masing variabel yang diteliti (Hastono, 2016 dalam Ruliyanti 2020). Analisa ini digunakan untuk melihat gambaran masing masing variabel, dengan menggunakan distribusi frekuensi dalam bentuk persentase dan narasi yang diantaranya adalah data demografi responden

(usia, pendidikan), serta memperoleh gambaran dari variabel yang diteliti yaitu pengetahuan remaja tentang *menarche* dan kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche*.

2. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yaitu variabel independen (pengetahuan remaja) dengan variabel dependen (kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche*). Untuk mengetahui hubungan pengetahuan remaja dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SD 002 Bangun Purba digunakan uji statistik *Chi-square* dengan tingkat kemaknaan ($\alpha = 0,05$). Uji *Chi-Square* digunakan untuk menguji perbedaan proporsi/persentase antara beberapa kelompok data dan untuk mengetahui hubungan antara variabel kategorik dengan variabel kategorik. Apabila $P\text{ value} \leq \alpha = 0,05$ maka dapat dikatakan ada hubungan yang bermakna antara dua variabel, sehingga H_0 ditolak, sedangkan apabila $P\text{-value} \geq \alpha = 0,05$ artinya tidak ada hubungan yang bermakna, maka H_0 gagal ditolak (Hastono, 2016 dalam Ruliyanti 2020).