**Naskah Publikasi**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP KECEMASAN TENTANG *MENARCHE* PADA SISWI KELAS V DI SDN SONOSEWU KASIHAN BANTUL YOGYAKARTA**

Disusun Guna Memenuhi Sebagian Syarat dalam Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan di Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan

Universitas Alma Ata Yogyakarta

****

**Disusun Oleh :**

**Anggi Wiranti**

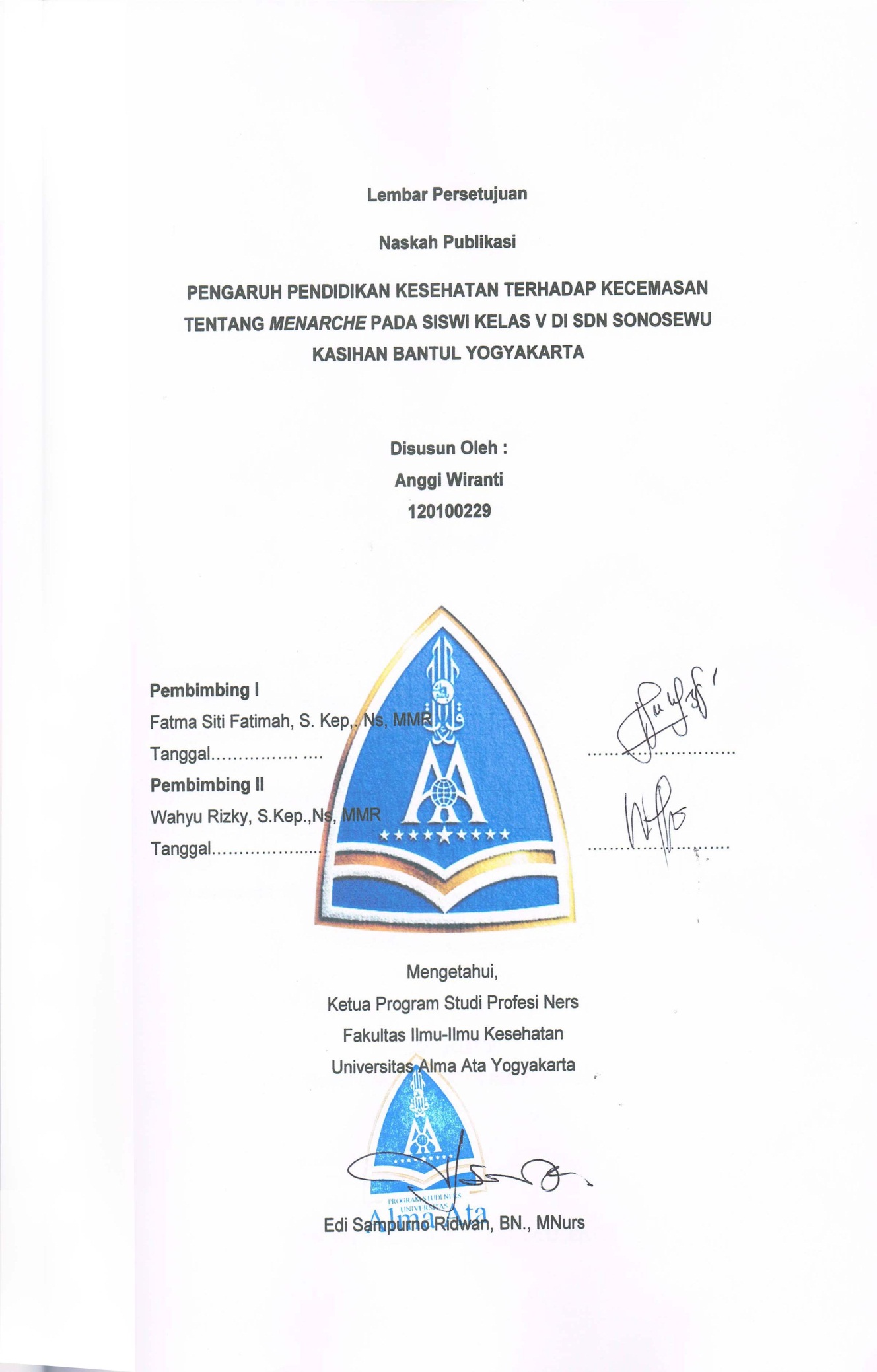
**120100229**

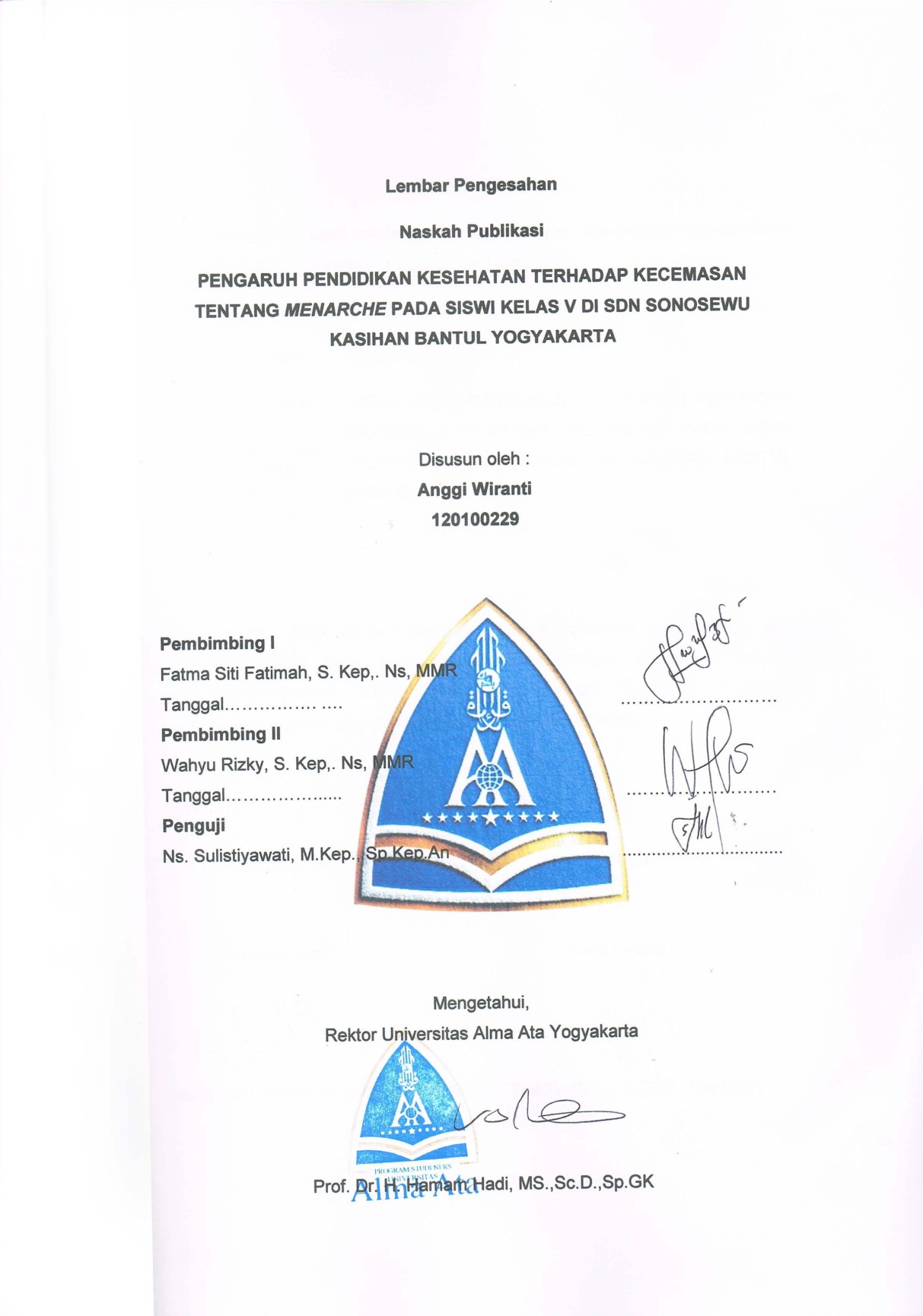
**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**

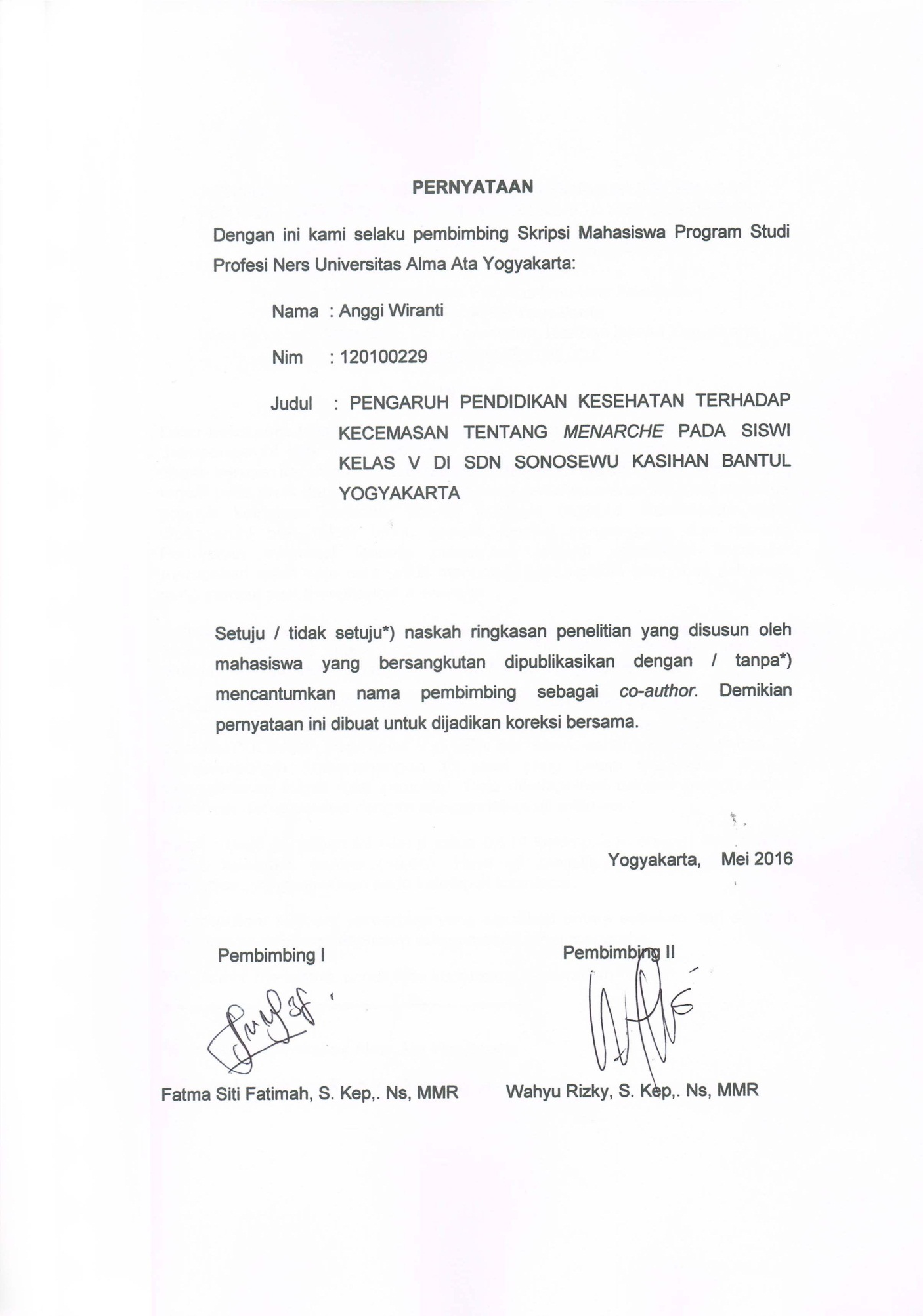
**FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS ALMA ATA YOGYAKARTA**

**2016**

****

****

****

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP KECEMASAN TENTANG *MENARCHE* PADA SISWI KELAS V DI SDN SONOSEWU**

Anggi Wiranti1,Fatma Siti Fatimah2, Wahyu Rizky3.

Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan

Universitas Alma Ata Yogyakarta

Jalan Ringroad Barat Daya No 1 Tamantirto, Kasihan Bantul Yogyakarta

e-mail: [anggiwiranti@gmail.com](mailto:anggiwiranti@gmail.com)

**INTISARI**

**Latar belakang:** *Menarche* merupakan bagian dari perubahan primer yang biasa mempengaruhi efek psikologis pada anak. Dampak psikologis dari *menarche* dapat berupa kecemasan. Kecemasan merupakan gejala yang paling sering terjadi pada anak dan sangat mencolok pada peristiwa *menarche* yang diperkuat adanya keinginan menolak proses fisiologis tersebut. Kecemasan dapat dipengaruhi oleh faktor umur, genetik, tingkat pengetahuan dan lain-lain. Pemberian informasi tentang menstruasi melalui pendidikan kesehatan merupakan salah satu cara untuk mengatasi gejala-gejala gangguan psikologis yang muncul saat menghadapi *menarche*

**Tujuan:** Mengetahuipengaruh pendidikan kesehatan terhadap kecemasan tentang *menarche* pada siswi kelas V Di SDN Sonosewu dan SD Muhammadiyah Ambarbinangun Kasihan Bantul Yogyakarta

**Metode:** Penelitian ini menggunakan *quasi ekspriment* dengan *control time series design* atau *the eqievalent material sample design.* Sampel dalam penelitian ini adalah siswi kelas V di SDN Sonosewu sebanyak 15 siswi dan SD Muhammadiyah Ambarbinangun 15 siswi yang belum menstruasi dengan menggunakan teknik *total sampling.* Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan menggunakan uji *wilcoxon.*

**Hasil :** Hasil penelitian ini nilai p value 0,014 kelompok intervensi dan p value 0.234 kelompok kontrol (<0,05). Hasil uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi.

**Kesimpulan:** terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dalam menghadapi *menarche.*

Kata kunci:*menarche*, pendidikan kesehatan, kecemasan

1Mahasiswa Universitas Alma Ata Yogyakarta

2,3Dosen Universitas Alma Ata Yogyakarta

**THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION TOWARD THE ANXIETY ABOUT *MENARCHE* IN LEVEL 5 STUDENTS OF SONOSEWU ELEMENTARY SCHOOL KASIHAN, BANTUL, YOGYAKARTA**

Anggi Wiranti1, Siti Fatma Fatimah2, Wahyu Rizky3.

**ABSTRACT**

**Background:** *Menarche* is part of the primary change that commonly affects the psychology of a child. The psychological impact of *menarche* can be in a form of anxiety. Anxiety is the most common, noticeable symptom in children during *menarche* and it is sometimes reinforced the desire to reject the physiological process. Anxiety can be influenced by age, genetics, level of knowledge and others. Provision of information about menstrual health through education is one way to deal with the symptoms of psychological disorders that arise when facing *menarche.*

**Objective:** to determine the effect of health education of anxiety in *menarche* in students at level 5 Sonosewu Elementary School and Muhammadiyah Elementary School, Ambarbinangun, Kasihan, Bantul, Yogyakarta.

**Method:** This study uses *quasi experiment* research to *control time series design or the sample material eqievalent design*. The sample in this study is level 5 students at Sonosewu Elementary School and Muhammadiyah Elementary School Ambarbinangun who are not having menstruation yet, in total of 30 students, taken using total sampling technique. Data were collected using a questionnaire and analyzed using the *Wilcoxon* test.

**Results:** from this study we know that p value 0.014 experimental group and p value 0.234 the control group (<0.05). And from statistical test, the result is show that the differentiation is meaningful on intervention group.

**Conclusion:** There are any significant difference before and after we told them about healthy education to facing *menarche.*

**Keywords:** *menarche*, health education, anxiety

1Student in Alma Ata University, Yogyakarta

2,3Lecturer in Alma Ata University, Yogyakarta

**Pendahuluan**

Masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa remaja merupakan masa pubertas. Pubertas adalah proses kematangan dan pertumbuhan yang terjadi ketika organ-organ reproduksi mulai berfungsi dan karakteristik seks sekunder mulai muncul1. Kejadian penting pada masa pubertas adalah masa ketika seorang anak mengalami perubahan fisik dan psikis2. Menurut Proverawati *menarche* adalah menstruasi yang pertama kali, yaitu keluarnya darah dari alat kelamin wanita atau luruhnya lapisan dinding dalam rahim yang banyak mengandung pembuluh darah, secara normal menstruasi awal terjadi pada usia 11-16 tahun3.

Berdasarkan hasil penelitian Rosidah yang menunjukkan hasil 28,9% siswa mempunyai pengetahuan yang baik tentang menstruasi, 26,9% berpengetahuan cukup dan 44,2% mempunyai pengetahuan kurang. Kurangnya pengetahuan remaja disebabkan karena dari segi fisik dan psikologis remaja belum matang, informasi yang kurang dari orang tua, dan sulitnya mencari informasi karena tempat tinggal yang jauh dari perkotaan4.

*Menarche* merupakan peristiwa penting pada remaja sebagai tanda kematangan seksual telah dimulai. Datangnya *menarche* justru membuat sebagian remaja putri merasa bingung, gelisah, tidak nyaman bahkan menganggap bahwa *menarche* adalah suatu penyakit, hal ini timbul karena mereka belum tahu tentang *menarche* maupun penatalaksanaanya.

Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi khususnya menstruasi pada remaja putri disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya tidak adanya informasi dari orangtua, teman sebaya, guru, kakak atau saudara perempuan. Menurut Notoatmodjo orangtua sering tidak tahu tentang informasi apa yang harus diberikan kepada anak menjelang *akil baligh*5. Keadaan ini dapat menyebabkan anak tidak siap dalam menerima datangnya *menarche*. Dampak dari ketidaksiapan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri dapat menimbulkan kecemasan, menimbulkan gejala-gejala patologis seperti rasa takut, kepala pusing, *disminorhea*, pegal-pegal di kaki dan di punggung3.

Informasi tentang *menarche* sebenarnya adalah kewajiban orangtua, namun kebanyakan orangtua menganggap hal ini tabu dan orangtua juga kesulitan untuk menyampaikan informasi karena keterbatasan pengetahuan. Informasi dari orangtua maupun guru di sekolah sangat diperlukan bagi seorang anak untuk mengurangi kecemasan dalam menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja6. Berdasarkan latar belakang, peneliti tertarik meneliti tentang pengaruh pendidikan kesehatan Kesehatan terhadap Tingkat Kecemasan tentang *Menarche* pada Siswi Kelas V Di SDN Sonosewu dan SD Muhammadiyah Ambarbinangun Kasihan Bantul.

**Bahan dan Metode**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian *quasi eksperiment* dengan rancangan *control time series design atau the eqievalent material sample desig*. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswi-siswi Kelas V Di SDN Sonosewu sebanyak 15 siswi dan SD Muhammadiyah Ambarbinangun sebanyak 15 siswi sehingga jumlah keseluruhan yang memenuhi kriteria sebanyak 30 siswi. Pengambilan sampel menggunkan teknik *total sampling.*

Variabel bebas adalah pendidikan kesehatan dan variable terikat adalah kecemasan terhadap *menarche.* Instrumen yang digunakan dalam penelitisn ini adalah kuesioner (angket). Uji validitas menggunakan rumus *Pearson Product* Moment dan uji reliabilitas dilakukan dengan rumus KR20, sedangkan analisa 2 variabel menggunakan rumus *uji wilcoxon.*

**Hasil dan Pembahasan**

1. **Kecemasan Sebelum Intervensi**

**Tabel 1**

**Kecemasan Sebelum di Berikan Intervensi pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Siswi Kelas V**

**di SDN Sonosewu Kasihan Bantul Yogyakarta**

**Bulan Februari - Maret 2016**

**(n=15)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Variabel** | **Kelompok Intervensi** | | **Kelompok Kontrol** | |
| **f** | **%** | **f** | **%** |
| Tidak cemas | 1 | 6,7 | 5 | 33,3 |
| Cemas ringan | 3 | 2,00 | 5 | 33,3 |
| Cemas sedang | 5 | 33,3 | 5 | 33,3 |
| Cemas berat | 6 | 40,0 |  |  |
| Jumlah | 15 | 100,0 | 15 | 100,0 |

*Sumber: Data primer 2016*

Berdasarkan tabel 1 mununjukkan bahwa kecemasan tentang *menarche* sebelum intervensi terdapat 6 orang (40,0%) dengan cemas berat dan 1 orang (6,7%) tidak cemas. Sedangkan pada kelompok kontrol terdapat 5 orang (33,3%) dengan cemas sedang dan 5 orang (33,3%) tidak cemas.

Perasaan cemas jika tidak segera ditanggulangi akan menjadi masalah yang serius pada anak. Hal ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pengalaman masa kecil yang bernilai emosi tinggi, sehingga pada masa berikutnya dapat menimbulkan kecemasan7. Hasil penelitian pada kelompok *pre-test* menujukkan mayoritas siswi belum mendapatkan informasi mengenai *menarche*. Hal tersebut didukung dari hasil studi pendahuluan bahwasannya informasi siswi tentang *menarche* masih kurang dipengaruhi oleh beberapa faktor diantanya kurangnya informasi dari orang tua, kakak, saudara perempuan, teman sebaya maupun guru atau pendidikan yang didapat siswi. Keadaan ini dapat menyebabkan anak tidak siap menerima datangnya *menarche.* Dampak lanjut ketidaksiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri dapat menimbulkan kecemasan, gejala-gejala patalogis seperti rasa takut, konflik batin, dan gangguan lainnya yaitu berupa pusing, mual, *disminorhea* dan menstruasi tidak teratur3.

1. **Kecemasan Sesudah Intervensi**

**Tabel 2**

**Kecemasan Sesudah di Berikan Intervensi pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Siswi Kelas V**

**di SDN Sonosewu Kasihan Bantul Yogyakarta**

**Bulan Februari - Maret 2016**

**(n=15)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Variabel** | **Kelompok Intervensi** | | **Kelompok Kontrol** | |
| **F** | **%** | **f** | **%** |
| Tidak cemas | 3 | 20,0 | 7 | 46,7 |
| Cemas ringan | 3 | 20,0 | 5 | 33,3 |
| Cemas sedang | 7 | 46,7 | 3 | 2,00 |
| Cemas berat | 2 | 13,3 |  |  |
| Jumlah | 15 | 100,0 | 15 | 100,0 |

*Sumber: Data primer 2016*

Bersadarkan tabel 2 menunjukkan bahwa kecemasan tentang*menarche* setelah intervensi terdapat 2 orang (13,3%) dengan cemas berat dan 3 orang (20,0%) tidak cemas . Berbeda dengan kelompok kontrol yang menjadi3 orang (2,00%) dengan cemas sedang dan 5 orang (33,3%) dengan cemas ringan.

Pengetahuan atau informasi dipengaruhi salah satunya oleh pengalaman, dengan semakin bertambahnya umur, maka tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Adanya pengetahuan yang diperoleh bisa berasal dari informasi baik lisan maupun tertulis dan pengalaman yang diperoleh dari fakta dengan melibatkan dan mendengarkan radio, televisi, dan pengalaman kritis8. Adanya perbedaan skor kecemasan pada responden setelah diberikan pendidikan kesehatan disebabkan oleh banyak faktor, diantaranya: faktor materi, pengetahuan, dukungan sosial, kondisi individual dan subjek belajar.

Namun berbedadengan kelompok kontrol yang menunjukkan bahwa hasil *post-test* sedikit lebih tinggi dari *pre-test,* hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan Grhasta bahwa rata-rata hasil skor *post-test* tidak berbeda jauh dengan rata-rata hasil skor *pre-test,* hal ini menunjukkan tidak terjadi penurunan tingkat kecemasan yang signifikan pada kelompok kontrol9.

1. **Perbedaan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan**

**Tabel 3 Perbedaan Kecemasan Sebelum dan Sesudah di Berikan Intervensi pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Siswi Kelas V di SDN Sonosewu Kasihan Bantul Yogyakarta Bulan Februari - Maret 2016 (n=15)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kelompok** | **Sebelum** | | **Sesudah** | | **p. value** |
| **f** | **%** | **f** | **%** |
| Intervensi | 1 | 6,7 | 3 | 20,0 | ,023 |
| 3 | 20,0 | 3 | 20,0 |
| 5 | 33,3 | 7 | 46,7 |
| 6 | 40,0 | 2 | 13,3 |
| Kontrol | 5 | 33,3 | 7 | 46,7 | ,234 |
| 5 | 33,3 | 5 | 33,3 |
| 5 | 33,3 | 3 | 2,00 |

*Sumber: Data Primer 2016*

Hasil uji *Wilcoxon Signed Rank* pada tabel 3 menunjukkan bahwa variabel kecemasan pada kelompok intervensi antara *pre-test* dan *post-test* mempunyai nilai signifikan 0.023 yang lebih kecil dari nilai alpha 0.05. Dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada variabel kecemasan antara sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan pada kelompok intervensi. Berbeda dengan kelompok kontrol antara *pre-test* dan *pos-test* mempunyai nilai 0.234 yang lebih besar dari nilai 0.05. dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan pada variabel kecemasan kelompok kontrol.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa hasil *post-test* lebih baik dari hasil *pre-test,* hal ini disebabkan adanya suatu perlakuan berupa pemberian intervensi pendidikan kesehatan tentang *menarche* pada siswi kelas V di SDN Sonosewu.

Peningkatan pengetahuan karena pendidikan kesehatan dalam penelitian ini didukung dengan materi yang merupakan kebutuhan dari responden, selain itu metode *flip chart* (lembar balik) dan tanya jawab selama pendidikan kesehatan berlangsung dapat mengembangkan komunikasi antara pemateri dan sasaran. Faktor lainnya yaitu pengetahuan karena pada dasarnya pengetahuan meliputi tahu, paham, penerapan, analisa, sintesa dan evaluasi. Memberikan pengertian tentang tingkat kemampuan tahu yaitu kemampuan responden untuk menghafal, mengingat, mendefinisi, mengenali atau mengidentifikasi informasi tentang fakta, peraturan, prinsip, kondisi dan syarat yang disajikan dalam pengajaran. Selain materi dan pengetahuan faktor yang mempengaruhi kecemasan lainnya dapat berupa dukungan sosial seperti keluarga, dalam keluarga biasanya terjalin dalam bentuk komunikasi antara anak dan anggota keluarga lainnya. Ibu mempunyai peran yang besar dalam memberikan informasi tentang menstruasi kepada anak. Oleh karena itu, ibu diharapkan dapat memberikan dukungan emosi sehingga remaja merasa nyaman dan tidak takut ketika mengalami *menarche*10.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Widyarini yang mengatakan penyuluhan tentang *menarche* efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan siswi dalam mengahadapi *menarche*11. Hal ini senada dengan penelitian Isnaini bahwa ada perbedaan yang bermakna antara pemberian pendidikan kesehatan terhadap penurunan kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 5 dan 6 SD Negri Ngoto Bantul12.

**KESIMPULAN**

1. Kecemasan pada kelompok intervensi sebelum diberikan pendidikan kesehatan terdapat 6 orang (40,0%) dengan cemas berat dan 1 orang (6,7%) tidak cemas. Sedangkan pada kelompok kontrol terdapat 5 orang (33,3%) dengan cemas sedang dan 5 orang (33,3%) tidak cemas.
2. Kecemasan pada kelompok intervensi sesudah di berikan pendidikan kesehatan terdapat 2 orang (13,3%) dengan cemas berat dan 3 orang (20,0%) tidak cemas. Sedangkan pada kelompok kontrol terdapat3 orang (2,00%) dengan cemas sedang dan 5 orang (33,3%) dengan cemas ringan.
3. Terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok intervensi antara sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan nilai p=0.023. Berbeda dengan kelompok kontrol mempunyai nilai 0.234 dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan.

**SARAN**

1. Bagi SDN Sonosewu dan SD Muhammadiyah Ambarbinangun

Diharapkan sekolah memasukkan program pengajaran yang membahas materi khusus tentang kesehatan reproduksi dan siswi hendaknya lebih aktif mencari informasi tentang *menarche* ataupun kesehatan reproduksi sehingga dapat merawat atau menjaga kesehatan dalam kehidupan sehari-hari.

1. Bagi Universitas Alma Ata

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi diperpustakaan Universitas Alma Ata Yogyakarta khususnya tentang *menarche.*

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan, wawasan serta pengalaman dan dapat mengaplikasikan ilmu yang dimiliki langsung dilapangan nanti dan penelitian ini dapat diteliti lagi dengan menambahkan faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan tentang *menarche.*

**Daftar Pustaka**

1. Wong, L. D. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik*. Vol. 1. Edisi 6. Jakarta: EGC; 2009
2. Ali, M. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Bumi Aksara; 2009
3. Notoatmodjo, S. *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta; 2007
4. Rosidah, I. *Gambaran Pengetahuan Remaja tentang Menstruasi Pertama (menarche) pada Siswi SMP Harapan Desa Paya Bakung Kecamatan Hamparan Perak Tahun 2006*. Diakses: 29 Maret 2010. <http://www.helvetia.ac.id/library>
5. Proverawati & Misaroh. *Menarche Dan Menstruasi Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika; 2009
6. Ninawati. *Hubungan Antara Sikap terhadap Menstruasi dan Kecemasan Terhadap Menarche*. Jurnal psikologi. Vol 4. No 1; 2006
7. Wawan. *Teori Dan Pengukuran Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika. Yogyakarta; 2010
8. Grhasta, D, P. *Pengaruh Penyuluhan Menstruasi Terhadap Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Kelas VII SMPN 2 Punggelan Banjarnegara*. PSIB Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret;
9. Sumanto, R. *Hubungan Tingkat Nyeri Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Post Operasi SC Di RSU PKU Muhamamdiyah Gombong*. Skripsi PKU Muhammadiyah. Gombong; 2010
10. Widyarini, A. *Efektivitas Penyuluhan Menstruasi terhadap Tingkat Kecemasan menghadapi Menarche pada Siswi Usia 9-11 Tahun di SDTI Ibnu Abbas Yogyakarta*; 2011
11. Isnaini. *Perbedaan Tingkat Kecemasan terhadap Menarche Sebelum dan Sesudah diberikan Penyuluhan tentang Mestruasi pada Siswi Kelas 5 Dan 6 di SD Negri Ngoto Bantul*. PSIK Stikes Alma Ata Yogyakarta; 2011