

**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN KONSEP DIRI
SISWI SDN 1 DALEMAN, TULUNG, KLATEN**
Sri Sayekti Heni Sunaryanti¹, Sarwoko², Titik Anggraeni
STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta, STIKES Estu Utomo Boyolali, STIKES Estu Utomo Boyolali
ss.heni.s29@gmail.com*

Abstrak

Keywords:
pengetahuan tentang
menstruasi; konsep
diri

Latar belakang: Dimulainya masa pubertas seringkali dideskripsikan sebagai peristiwa utama dalam sejarah remaja. Perubahan pada masa puber sering menimbulkan kecemasan dan menuntut perubahan yang cukup bermakna dalam konsep diri, yang mungkin dapat menyebabkan krisis identitas. Menstruasi sebenarnya merupakan gejala biologis yang alami, progresif, dan positif sebagai tanda biologis dari kematangan seksual. Respon terhadap masa pubertas ini perlu didukung dengan pengetahuan yang cukup agar awal masa puber tidak menyebabkan timbulnya masalah kesehatan remaja yang serius.

Tujuan: Mengetahui hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan konsep diri pada siswi SDN 1 Daleman, Tulung, Klaten.

Metode: Jenis penelitian ini adalah analitik korelasional dengan rancangan Cross Sectional. Sampel diambil dengan purposive sampling sebanyak 30 responden. Data pengetahuan dan konsep diri diperoleh dengan menggunakan kuesioner. Analisa data dengan menggunakan Uji korelasi Kendall Tau

Hasil: (1) Tingkat pengetahuan responden kurang baik: 13,5%, cukup: 34,6% dan kurang 9,6%; (2) Konsep diri responden dalam kategori kurang 5,8%, cukup 11,5 % dan baik 40,4 %; (3) Berdasarkan analisis uji korelasi Kendall diketahui terdapat hubungan yang signifikan pengetahuan tentang menstruasi dan konsep diri di SDN 1 Daleman, Tulung, Klaten, dengan nilai 0,636 ($p:0,000$)

Simpulan: Terdapat hubungan yang signifikan pengetahuan tentang menstruasi dan konsep diri pada siswi SDN 1 Daleman, Tulung, Klaten.

1. PENDAHULUAN

Perubahan fisik yang demikian pesat disertai perubahan endokrin atau hormonal yang dramatic merupakan pemicu masalah kesehatan remaja yang cukup serius. Tumbuhnya dorongan seksual menjadikan remaja rawan terhadap penyakit dan masalah kesehatan reproduksi, kehamilan remaja dan segala konsekuensinya, yaitu hubungan seks pra nikah yang berpeluang besar untuk melakukan aborsi, PMS, HIV-AIDS serta narkotika dan lain-lain.

Ada beberapa ciri utama pada masa remaja atau pubertas yaitu matangnya organ seksual yang ditandai dengan adanya menstruasi pertama atau menarche pada anak perempuan. Masa remaja dan menstruasi yang terjadi pada seorang wanita erat kaitannya. Bila seorang anak perempuan telah mengalami menarche, maka dapat dikatakan bahwa anak perempuan tersebut telah memasuki masa remaja [6,11,14].

Berdasarkan studi pendahuluan terhadap 10 siswi di SDN 2 Daleman, Tulung, Klaten didapatkan pengetahuan tentang menstruasi

dalam kategori sedang sebanyak 60% dan konsep diri baik sebanyak 65%. Hal ini dikarenakan ada 3 siswi yang belum mengalami menstruasi. Pengetahuan tentang menstruasi juga masih kurang khususnya tentang perubahan fisik dan resiko dalam kesehatan dan masalah reproduksi.

Informasi yang tepat dan sesuai kebutuhan remaja sangat diperlukan untuk kesiapan memasuki masa pubertas. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan pengetahuan maupun kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. [8].

Factor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan adalah: pendidikan, pekerjaan, umur, minat, pengalaman, kebudayaan lingkungan sekitar, dan informasi.

Pengukuran tingkat pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau dengan angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Kedalaman pengetahuan responden yang ingin diukur atau diketahui, dapat disesuaikan dengan tingkat pengetahuan dari responden[9] .

Menarce merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja ditengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. Menarce merupakan suatu tanda awal adanya perubahan lain seperti pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut daerah pubis dan aksila, serta distribusi lemak pada daerah pinggul. Kesiapan mental sangat diperlukan sebelum menarce karena perasaan cemas dan takut akan muncul, selain itu juga kurangnya pengetahuan tentang perawatan diri yang diperlukan saat menstruasi. Menarce merupakan tanda adanya suatu perubahan status social dari anak-anak ke dewasa. Menarce merupakan suatu tanda penting bagi seorang wanita yang menunjukkan adanya reproduksi hormone yang normal dibuat oleh hipotalamus dan kemudian diteruskan pada ovarium dan uterus. Selama sekitar 2 tahun hormon-hormon ini akan merangsang pertumbuhan tanda-tanda seks sekunder seperti

pertumbuhan payudara, perubahan kulit, perubahan siklus, pertumbuhan rambut ketiak dan pubis serta bentuk tubuh menjadi bentuk tubuh wanita ideal. Hal-hal yang bisa mempengaruhi menarce: rangsangan audio, aspek budaya, lingkungan sosial, waktu terjadinya menarce, kesuburan dan status sosial ekonomi. Kesiapan untuk menghadapi menarce merupakan sikap atau kesiapan untuk bertindak. Kesiapan berasal dari kata "siap" yang berarti bersedia berjaga-jaga untuk menghadapi sesuatu. Kesiapan sebagai pola perilaku tendensi atau kesiapan antisipatif, dan predisposisi untuk menyesuaikan diri dalam situasi social atau secara sederhana, kesiapan adalah respon terhadap stimulasi social yang telah terkondisikan[8,9]. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan dalam menghadapi menarce: maturitas, pengetahuan, sikap, dan sosial ekonomi. Menstruasi atau haid adalah perdarahan secara periodic dan siklik dari uterus, disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium. Proses terjadinya haid berlangsung dengan empat tahapan yaitu proliferasi, masa ovulasi, masa sekresi, dan masa haid. Dalam proses ovulasi, yang memegang peranan penting adalah hubungan hipotalamus, hipofisis, dan ovarium. Menstruasi sebenarnya merupakan gejala biologis yang alami, progresif, dan positif sebagai tanda biologis dari kematangan seksual. Sehingga peristiwa itu seharusnya diterima dengan sikap wajar. Namun bila menstruasi menimbulkan kejut (shock) yang sangat hebat disertai dengan iritasi (rangsangan yang mengganggu), biasanya anak gadis merasa sakit disertai mual-mual, cepat lelah, dan berbagai emosi defresif. Demikian pula bila menstruasi pertama terjadi penolakan yang defensive, bisa mengakibatkan pengereman fungsional. Artinya ada beberapa fungsi psikis dan fisik yang mengalami hambatan atau pengereman yang menyebabkan retensi menstruasi (berhentinya menstruasi), yang disebabkan oleh reaksi kejutan pada menstruasi pertama. Siklus menstruasi terdiri dari 4 tahap yaitu : fase menstruasi, fase proliferasi, fase ovulasi dan fase pasca ovulasi. [3,14]

Konsep diri merupakan inti pola kepribadian, konsep ini mempengaruhi berbagai sifat. Bila konsep diri positif, remaja akan

mengembangkan sifat-sifat seperti kepercayaan diri, harga diri dan kemampuan melihat dirinya secara realistis. Kemudian mereka dapat memulai hubungan dengan orang lain secara tepat dan ini menumbuhkan penyesuaian sosial yang baik. Sebaliknya, bila konsep diri negatif, remaja mengembangkan perasaan tidak mampu dan rendah diri. Mereka merasa ragu dan kurang percaya diri.

Konsep ini merupakan bayangan cermin, ditentukan sebagian besar oleh peran dan hubungannya dengan orang lain, dan apa kiranya reaksi orang lain terhadapnya. Konsep diri seseorang tidak terbentuk waktu lahir, tetapi dipelajari sebagai hasil dari pengalaman unik seseorang dalam dirinya sendiri dan dengan realitas dunia. Perubahan konsep diri ke arah yang negatif pada remaja setelah menghadapi *menarche* ditandai dengan mengkritik diri atau orang lain, penurunan produktivitas, mudah tersinggung atau marah yang berlebihan, perasaan negatif mengenai tubuhnya sendiri, menarik diri secara realitas, sosial dan khawatir. Dari perubahan yang disebutkan di atas tentunya akan mempengaruhi remaja di masa sekarang dan di masa yang akan datang. Fakta yang ada dimana kesehatan jiwa khususnya pada remaja masih jarang tersentuh oleh system kesehatan di Indonesia, ataupun pendidikan kesehatan reproduksi tentang apa itu *menarche*, bagaimana menyikapi *menarche*, atau bagaimanakah peran orang tua mempersiapkan putrinya menghadapi *menarche* dengan konsep diri yang positif masih jarang dilakukan. Masa remaja adalah suatu tahap antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Transisi ke masa dewasa bervariasi dari satu budaya ke budaya yang lain. Namun secara umum didefinisikan sebagai waktu dimana individu mulai mandiri, tidak bergantung pada orang tua mereka [11].

Konsep diri tidak terbentuk waktu lahir, tetapi dipelajari sebagai hasil dari pengalaman unik seseorang dalam dirinya, pengalaman berhubungan dengan orang lain dan melalui kontak sosial. Individu dengan konsep diri yang positif dapat berfungsi lebih efektif yang terlihat dari kemampuan interpersonal, kemampuan intelektual dan penguasaan lingkungan. Konsep diri yang negatif dapat

dilihat dari hubungan dan keadaan sosial yang maladaptive [4].

2. METODE

Jenis Penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik. Menggunakan pendekatan *cross sectional* karena dilaksanakan hanya sekali pada saat/waktu tertentu saja [13]. Sampel penelitian sebanyak 30 siswi. Alat dan metode pengumpulan data berupa kuesioner. Kuesioner pengetahuan tentang menstruasi sebanyak 15 pertanyaan dan kuesioner konsep diri sebanyak 21 pertanyaan. Analisis data menggunakan Uji korelasi Kendall Tau. [7,10]

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden menurut umur

Umur	Frekuensi	Persentase(%)
<10 tahun	5	9,6
10-13 tahun	7	13,5
>13 tahun	18	34,6
Total	30	100,00

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa umur responden kurang dari 10 tahun sebanyak 5 orang (9,6%), umur antara 10-13 tahun sebanyak 7 orang (13,5%), dan umur lebih dari 13 tahun sebanyak 18 orang (34,6%), jadi kebanyakan responden berumur lebih dari 13 tahun (34,6%) dari keseluruhan responden.

Tabel 2: Distribusi frekuensi responden menurut Pengetahuan

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	5	9,6
Cukup	18	34,6
Baik	7	13,5
Total	30	100,00

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa responden mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 5 orang (9,6%), pengetahuan cukup sebanyak 18 orang (34,6 %) dan pengetahuan baik sebesar 7 orang (13,5%) dari keseluruhan responden.

Tabel 3. Distribusi frekuensi responden berdasar konsep diri siswa

Konsep Diri	Frekuensi	Persentase (%)
-------------	-----------	----------------

Kurang	3	5,8
Baik	6	11,5
Cukup	21	40,4
Total	30	100,00

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa responden yang mempunyai konsep diri kurang ada 3 orang (5,8%), cukup sebanyak 6 orang (11,5%) dan baik sebesar 21 orang (40,4%) dari keseluruhan responden.

Tabel 4 Tabel Silang Pengetahuan tentang menstruasi dengan konsep diri

Tingkat pengetahuan	Tingkat Konsep Diri			Total
	kurang	Cukup	Baik	
Kurang	3	2	0	5
Cukup	0	4	14	18
Baik	0	0	7	7
Total	3	6	21	30

Setelah dilakukan analisis silang (*crosstabulasi*) antara pengetahuan tentang menstruasi dengan konsep diri diketahui bahwa siswa dengan tingkat pengetahuan kurang memiliki konsep diri kurang, sebanyak 3 responden (60%), cukup 2 responden(40%). Responden dengan tingkat pengetahuan kurang, tidak ada yang menunjukkan konsep diri baik. Responden dengan tingkat pengetahuan baik, memiliki konsep diri baik sebanyak 14 responden(77,8%), cukup 4 responden(22,2%). Responden dengan tingkat pengetahuan baik, memiliki konsep diri yang baik, berjumlah 7 responden(100%)

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi Kendall Tau pengetahuan tentang menstruasi dengan Konsep diri

		Tingkat Pengetahuan	Tingkat Konsep diri
Tingkat pengetahuan	Correlation coefficient	1.000	0.636
	Sig..(2-tailed)		0.000
	N	30	30
Tingkat Konsep Diri	Correlation coefficient	0.636	1.000
	Sig..(2-tailed)	0.000	
	N	30	30

Tabel 5 menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan konsep diri siswi SDN 1 Daleman,

Tulung, Klaten sebesar 0,636 dengan signifikansi 0,000.

Hasil penelitian ini menunjukkan semakin baik pengetahuan tentang menstruasi maka akan semakin baik remaja putri menyikapinya sehingga remaja putri dapat mempersiapkan diri saat *menarche* (menstruasi pertama datang) dan mempunyai konsep diri yang positif. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan diantaranya pendidikan, informasi/media massa, pekerjaan, lingkungan, pengalaman, usia, sosial, budaya dan ekonomi [8,9].

Salah satunya adalah informasi dari media cetak maupun media elektronik. Adanya informasi baru mengenai suatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya pengetahuan terhadap hal tersebut [1]. Hasil penelitian Sari dan Ismail (2012) menguatkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara informasi yang didapat terhadap pengetahuan remaja tentang HIV-AIDS dengan nilai $p=0.001$ [12]. Pendidikan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang dalam proses belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah orang tersebut menerima berbagai informasi dan meningkatkan pengetahuan [1]. Handayani (2015) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan tentang seks dengan sikap siswa SMAN 1 Kandanghaur terhadap seks pranikah, meskipun keeratan hubungan dinyatakan lemah. [2]

Masa remaja merupakan salah satu masa yang dilewati dalam setiap perkembangan individu yang merupakan masa mencapai kematangan mental. Emosional, sosial, fisik dan pola peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa [5].

Konsep diri merupakan gambaran campuran dari apa yang dipikirkan individu, pendapat orang lain mengenai diri individu dan apa yang individu tersebut inginkan.

Konsep diri merupakan pondasi utama keberhasilan proses pembelajaran termasuk bagaimana seseorang belajar meningkatkan kecerdasan emosionalnya. Konsep diri mencakup berbagai aspek antara lain kognitif, sosial maupun emosional.

Apabila seseorang memiliki konsep diri yang positif maka perilaku yang muncul cenderung positif begutu juga sebaliknya.

Konsep diri yang baik dibutuhkan siswa untuj dapat mencapai kesuksesan.

Perubahan pada remaja membutuhkan pengetahuan yang tepat sehingga konsep diri remaja akan positif dan adaptasi perkembangan remaja menentukan proses pendewasaan dan kemampuan menghadapi tantangan dimasa yang akan datang [5].

4. KESIMPULAN

- 1) Responden mempunyai pengetahuan kurang sebanyak 5 orang (9,6%), pengetahuan cukup sebanyak 18 orang (34,6 %) dan pengetahuan baik sebesar 7 orang (13,5%) dari keseluruhan responden.
- 2) Responden yang mempunyai konsep diri kurang ada 3 orang (5,8%), cukup sebanyak 6 orang (11,5%) dan baik sebesar 21 orang (40,4%) dari keseluruhan responden.
- 3) Berdasarkan uji analisis dengan Kendall Tau diketahui terdapat hubungan yang signifikan pengetahuan tentang menstruasi dengan konsep diri siswi SDN 1 Daleman, Tulung, Klaten dengan hasil analisis sebesar 0,636 dengan signifikansi 0,000.

REFERENSI

- [1] Budiman dan Riyanto, Agus. *Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika. 2013.
- [2] Handayani S dan Setyawan F. Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Seks Pranikah Pada Siswa SMAN 1 Kandanghaur Indramayu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat, Vol. 1, No. 2 Agustus 2015*.
- [3] Kamriyah, Nurul, Yasi Anggasari, Siti Muflihah. *Buku Ajar Kehamilan Untuk Mahasiswa&Praktisi Keperawatan Serta kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika. 2014.
- [4] Kusumawati, Farida & Yudi Hartono.

Buku Ajar Keperawatan Jiwa. Jakarta: Salemba Medika.2012.

- [5] Malahayati. *Super teens: Jadi Remaja Luar Biasa dengan Kebiasaan yang Efektif*. Yogyakarta: Gedung Galang Pres Center.2010.
- [6] Nasir, Abdul & Abdul Muhith. *Dasardasar Keperawatan Jiwa: Pengantar dan Teori*. Jakarta: Salemba Medika.2011
- [7] Notoadmodjo, Soekidjo. *Metodologi Penelitian Kesehatan Edisi Revisi*. Jakarta: PT. Rineka Cipta. 2012.
- [8] _____ . *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta. 2012.
- [9] _____ . *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. 2014.
- [10] Nursalam. *Konsep dan Penerapan Metodologi Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika. 2011.
- [11] Riyadi, Sujono & Teguh Purwanto. *Ashuan Keperawatan Jiwa*. Yogyakarta: Graha Ilmu. 2013.
- [12] Sari SM dan Ismail. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Siswa-Siswa Tentang HIV/AIDS di SMIT Negeri Kota Banda Aceh*. 2012. Diakses dari http://ejournal.uui.ac.id/jurnal/SHINTA_MAYA_SARI-23u-jurnal_shinta_maya_s.pdf
- [13] Setiadi. *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu. 2013.
- [14] Wijaya, Andra Safera & Putri Yessi Marisa. *KMB 2 Keperawatan Medikal Bedah (Keperawatan Dewasa)*. Yogyakarta: Nuha Medika. 2013.