

GAMBARAN PENGALAMAN ANAK PEREMPUAN DALAM MENGHADAPI MENARCHE DI SD MUHAMMADIYAH WEDI

Nasyalaras Paramita^{1*}, Fitriana Noor Khayati², Arlina Dhian Sulistyowati³, Daryani⁴

¹DIII Keperawatan, Fakultas Kesehatan dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Klaten

^{2,3,4}Fakultas Kesehatan dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Klaten

*Email: nsylrs@gmail.com

Abstrak

Usia anak SD dari kelas 4-6 yang umumnya 10-12 tahun, pada usia ini beberapa sudah ada yang mengalami menstruasi. Pada usia ini, ada anak yang tidak siap menstruasi sehingga mereka sedih, menangis, ketakutan, murung, emosional, dan sebagian besar anak merasa senang. Secara umum anak akan merasa gugup, cemas, takut, tidak nyaman karena sikap dan persepsinya yang buruk tentang menstruasi. Berdasarkan hal tersebut, peneliti melakukan penelitian tentang gambaran pengalaman anak perempuan dalam menghadapi menarche di SD Muhammadiyah Wedi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengalaman anak dalam menghadapi menarche di SD Muhammadiyah Wedi. Metode ini menggunakan desain penelitian menggunakan deskriptif kuantitatif. Pengambilan sampel menggunakan total sampling, penelitian dilakukan di SD Muhammadiyah Wedi dengan populasi siswi kelas 4, 5, 6 sebanyak 149 siswi. Sampel yang digunakan sebanyak 58 responden, sedangkan 91 siswi tidak memenuhi kriteria menjadi responden. Penelitian dilakukan dengan cara mengisi kuesioner tentang Pengalaman Anak Perempuan Menghadapi Menarche. Dilaksanakan selama 2 hari. Analisis data penelitian menggunakan analisis univariat. Hasil dari Penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, didapatkan rata-rata usia responden kelas 4, 5, 6 adalah 11,49 dan standar deviasi 0,75. Pekerjaan orang tua paling terbanyak yaitu lain-lainnya sejumlah 42 (72,4 %). Pendidikan orang tua paling terbanyak yaitu SMA sejumlah 37 (63,8 %). Dari hasil penelitian kategori pengalaman Baik sejumlah 44 (75,87 %). Kesimpulan dari penelitian tentang Gambaran Pengalaman Anak Perempuan Dalam Menghadapi menarche Di SD Muhammadiyah Wedi telah didapatkan hasil pengalaman baik sejumlah 44 responden dengan persentase 75,87 %.

Keywords:

Maksimal 5 kata kunci dan dipisahkan dengan titik koma.(;). (Century 10, spasi 1)

1. PENDAHULUAN

Definisi anak menurut WHO (World Health Organisation) adalah seseorang yang usianya dihitung dari lahir sampai dengan usia 19 tahun. Dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 23 Tahun 2002 pasal 1 ayat 1 tentang perlindungan anak, anak adalah seseorang yang usianya belum melebihi 18 tahun, termasuk sejak didalam kandungan. Anak usia 7-12 tahun merupakan masa remaja awal, di usia ini anak sudah mendapatkan pendidikan dasar. Anak sekolah dasar sudah terlihat pertumbuhan dan perkembangannya, misalnya pada anak perempuan. Dimana tanda pubertas sekunder seperti lengkungan payudara sudah

mulai muncul, dan mengalami menarche atau menstruasi untuk yang pertama. Anak SD dari kelas 4-6 umumnya berusia 10-12 tahun, masa-masa ini juga disebut masa baligh sehingga sudah ada yang mengalami menstruasi [1].

Menstruasi pertama atau menarche adalah keluarnya darah dari uterus yang terjadi pertama kali pada Wanita [2]. Menstruasi adalah masa perkembangan fisik ketika organ reproduksi manusia sudah mencapai kematangan [1]. Menstruasi terjadi setiap bulan menunjukkan bahwa organ reproduksi wanita bekerja dengan baik. Siklus menstruasi yang normal berkisar antara 21-35 hari dengan rata-rata durasi siklus 28 hari.

Menurut UNICEF satu dari empat anak di Indonesia tidak pernah mendapatkan informasi tentang menstruasi sebelum menstruasi pertama mereka. Banyak anak yang tidak siap menstruasi sehingga mereka sedih, menangis, dan ketakutan. Anak-anak mempercayai orang tua (ibu) mereka sebagai sumber informasi utama mereka mengenai menstruasi, tetapi orang tua tidak memberikan informasi yang akurat kepada anak-anaknya [3]. Hal ini akan mempengaruhi pengalaman anak perempuan dalam menghadapi menstruasi [4].

Dari pengalaman, beberapa anak tidak siap menstruasi karena kurangnya kesiapan mental, sehingga menstruasi dianggap tidak diinginkan. Secara umum anak akan merasa gugup, cemas, takut, tidak nyaman karena sikap dan persepsinya yang buruk tentang menstruasi. Sedangkan anak-anak yang lain menyatakan siap menghadapi menstruasi karena memiliki informasi yang cukup tentang pubertas dan menstruasi. Sumber informasi yang dapat memberikan informasi kepada remaja putri tentang menstruasi pertama (menarche). Salah satunya adalah lingkungan sekolah dan bidang kesehatan sekolah berupa pendidikan kesehatan menarche [6].

Studi pendahuluan yang telah dilakukan penulis di SD Muhammadiyah Wedi yang berjumlah 10 siswi, didapatkan hasil 8 siswi yang sudah mengalami menstruasi dan 2 siswi yang belum mengalami menstruasi. Dari 10 siswi tersebut sudah mengetahui dan menjelaskan mengenai menstruasi tetapi, masih ada beberapa siswi yang masih menjawab dengan ragu, terdapat 4 orang anak yang kurang mendapatkan informasi mengenai menstruasi dari orang tua maupun guru, 5 siswi yang merasa kaget saat mengalami menstruasi pertama, terdapat 1 siswi yang mengalami menstruasi pertama pada saat akhir kelas 3, 2 siswi yang mengalami menstruasi pertama pada saat kelas 4, 5 siswi yang mengalami menstruasi pertama pada saat kelas 5, sedangkan 2 siswi mengalami menstruasi pertama pada saat awal kelas 6. Terdapat 10 siswi sudah mendapatkan tanda-tanda pubertas mereka seperti payudara membesar, tumbuh rambut di area kemaluan, pinggul melebar, dan sebagian besar mengalami keluhan pada saat menstruasi pertama seperti nyeri perut, nyeri pinggang, nyeri payudara, mudah emosi, nafsu makan meningkat, timbul jerawat.

Sebuah studi menurut Nurmawati & Erawantini, (2019) menemukan bahwa SDN Tegalgede 01 Kabupaten Jember sudah mendapatkan konseling menstruasi, dan kebanyakan siswi mengetahui tentang menstruasi tetapi tidak bisa bercerita tentang menstruasi, dua mahasiswa yang sedang menstruasi malu saat ditanya mengenai pengalaman menstruasi. Peneliti tertarik melakukan penelitian tentang hubungan tingkat pengetahuan siswi SDN Tegalgede 01 Kabupaten Jember dengan kesiapan siswi SD dalam menghadapi menarche. Tidak banyak siswa yang mengetahui mengenai menarche atau menstruasi sebanyak (54,1%), siswa yang memiliki kesiapan yang baik mengenai menstruasi sebanyak (45,9%), siswa yang lebih siap menghadapi menstruasi sebanyak (54,1%) daripada siswa yang kurang

siap (45,9%) Siswa yang memiliki persiapan baik, lebih cenderung menjadi siswa dengan pengetahuan yang baik sebanyak (82,4%) dibandingkan dengan siswa yang berpengetahuan kurang (30%) memiliki tingkat pengetahuan yang relatif dengan kesiapan menghadapi menstruasi ($p = 0,026$), dimana korelasi yang dihasilkan lemah, tetapi juga terdapat pola korelasi positif. Artinya jika ingin meningkatkan kesiapan anak didik dalam menghadapi menstruasi, perlu adanya peningkatan pengetahuan melalui penyuluhan kepada siswa sekolah dasar atau remaja yang sedang menstruasi. Memberikan informasi kepada siswa sekolah dasar tentang menarche lebih tepatnya menggunakan metode ceramah dan demonstrasi (simulasi) dengan alat peraga [6].

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengalaman anak dalam menghadapi menarche di SD Muhammadiyah Wedi. Rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana pengalaman anak dalam menghadapi menarche atau menstruasi pertama di SD Muhammadiyah Wedi?

2. METODE

Metode penelitian dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Dengan menggunakan teknik pengambilan sampel total sampling. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini siswi perempuan di SD Muhammadiyah Wedi dengan responden yang sudah mengalami menstruasi. Populasi 149 siswi, sampel 75 siswi, yang menjadi responden 58 siswi, sedangkan 17 siswi tidak memenuhi menjadi responden. Dalam penelitian ini menggunakan variabel tunggal yaitu pengalaman anak dalam menghadapi menarche. Definisi operasionalnya yaitu segala sesuatu yang pernah dialami oleh anak perempuan setelah menarche mulai dari pertama mendapatkan informasi mengenai menstruasi, definisi menstruasi, mengalami perubahan postur tubuh atau fisik, perubahan emosional. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner dengan 15 pernyataan. Hasil ukur Baik 76 - 100 Cukup 56 - 75 Kurang . Skala ordinal. Uji validitas reliabilitas dilakukan di SD Muhammadiyah Gantiwarno dengan 30 responden. Pengambilan data menggunakan kuesioner dengan mengumpulkan responden di kelas. Setelah pengisian selesai, kuesioner dikumpulkan pada peneliti. Lokasi penelitian di SD Muhammadiyah Wedi pada tanggal 15 Juni – 16 Juni 2023. Analisa data menggunakan analisis univariat dengan menggunakan perangkat lunak. Etika penelitian yang digunakan yaitu persetujuan (informed consent), anonymity (tanpa nama), kerahasiaan (confidentiality). Kriteria inklusi siswi yang sudah menstruasi, siswi yang menyetujui menjadi responden. Kriteria eksklusi siswi yang tidak hadir ke sekolah.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil data penelitian dibawah menunjukkan bahwa usia rata-rata 11,49, dan standar deviasi 0,75.

Tabel 1. Rerata Usia Responden Di SD Muhammadiyah Wedi

Variabel	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>Mean</i>	Standar deviasi
Usia	10	13	11,49	0,75

Sumber: data primer

Hasil ini didukung oleh penelitian dari Alam et al., (2021), sebagian besar dari hasil penelitiannya menunjukkan rata-rata usia menarche responden adalah 11,58

dan pada hasil yang sama didapatkan usia menarche terbanyak pada usia kurang dari 12 tahun yang menunjukkan kecenderungan usia yang lebih muda. Pada usia 9-12 tahun anak SD telah mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang mulai terlihat, contohnya pada anak perempuan anak muncul perkembangan sekunder dimana mulai tampak kurva payudara serta ada yang sudah mengalami menarche (menstruasi) untuk pertama kali. Menstruasi adalah tahap perkembangan fisik ketika alat reproduksi manusia mencapai kematangan. Umumnya usia menstruasi adalah usia 12-14 tahun, namun saat ini terdapat kecenderungan perubahan usia menstruasi di usia yang lebih muda sehingga banyak anak SD yang mengalami menstruasi [1].

Beberapa faktor yang berhubungan dengan menarche dini antara lain faktor genetik, hormon, keadaan gizi, sosial ekonomi, keterpaparan media massa orang dewasa, perilaku seksual, dan gaya hidup. Menarche dini dipengaruhi oleh faktor sosial dan ekonomi yaitu keadaan sosial ekonomi berkorelasi dengan kemampuan daya beli keluarga untuk mencukupi kebutuhan makanan yang bergizi. Pubertas prekoks yang mungkin saja terjadi pada anak diusia kurang dari 12 tahun dapat menyebabkan menarche dini [7].

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kelas, Pekerjaan Orang Tua, Dan Pendidikan Orang Tua.

No	Variabel	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Kelas	Kelas 4	5	8,6 %
		Kelas 5	12	20,7 %
		Kelas 6	41	70,7 %
2.	Pekerjaan orang tua	PNS	6	10,3 %
		Guru	2	3,4 %
		Polisi/TNI	1	1,7 %
		Pengusaha	5	8,6 %
		Karyawan	2	3,4 %
		Petani	0	0,2 %
		Lain- lain	42	72,4 %
3.	Pendidikan orang tua	SD	2	3,4 %
		SMP	3	5,2 %
		SMA	37	63,8 %
		Diploma/ Sarjana	16	27,6 %
Jumlah			58	100 %

Sumber: data primer

1.1. Kelas

Pada penelitian ini didapatkan rata-rata usia menarche 11,2 tahun. Usia 11,2 tahun anak-anak berada di jenjang kelas 6 SD, dan didapatkan hasil sebanyak 44 responden sudah mengalami menarche di jenjang kelas 6 SD. Anak SD dari kelas 4-6 umumnya berusia 10-12 tahun, masa-masa ini juga disebut masa baligh sehingga sudah ada yang mengalami menstruasi [1].

Dari hasil penelitian yang dilakukan didapatkan kelas 4 paling sedikit yang sudah mengalami menstruasi. Hal itu terjadi karena, kelas 4 usianya kisaran 9- 10

tahun dimana usia ini masih tergolong awal mula terjadinya pubertas, dan tidak banyak anak perempuan di usia ini sudah menstruasi. Pada kelas 4 ini responden belum mendapatkan mata ajar mengenai reproduksi, mata ajar mengenai reproduksi diberikan pada saat responden sudah kelas 6. Jadi responden yang sudah mengalami menarche pada saat kelas 4 belum mengerti atau mengenal masalah menarche secara mendalam.

1.2. Pekerjaan orang tua

Penelitian ini didapatkan hasil pekerjaan orang tua paling terbanyak yaitu lain-lainnya (buruh, karyawan swasta) sejumlah 42 dengan persentase 72,4 %. Pekerjaan orang tua cenderung akan berpengaruh terhadap sosial ekonomi, dan pola pikir seseorang, sehingga orang tua mampu mencukupi kebutuhan anaknya secara finansial, tetapi cenderung lebih cuek pada anaknya atau tidak ada banyak waktu dan perhatian untuk anaknya, sehingga anak kurang leluasa dalam bercerita atau bertanya dalam hal mengenai menstruasi [8].

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Achmalona Fajariawan et al., (2022), pekerjaan tidak menjadi faktor yang signifikan, pekerjaan orang tua dalam penelitian ini dibedakan menjadi tiga yaitu petani, wiraswasta, dan PNS. Dulu sebagai petani dianggap suatu kondisi ibu yang kurang informasi dan banyak menghabiskan waktu hanya di ladang dengan akses informasi yang terbatas, tetapi saat ini banyak media yang mudah diakses dimanapun dan kapanpun.

Hal ini dapat disimpulkan bahwa di zaman sekarang dimana informasi dapat diperoleh anak dari media sosial, namun orang tua sebaiknya meluangkan waktunya untuk anak karena orang tua mempunyai tanggung jawab dalam memberikan penjelasan atau informasi mengenai menstruasi kepada anak.

1.3. Pendidikan orang tua

Penelitian ini didapatkan hasil penelitian pendidikan orang tua paling terbanyak yaitu SMA sejumlah 37 dengan persentase 63,8 %. Hasil ini didukung oleh penelitian dari Dentia & Artini, (2015) dengan hasil karakteristik responden menunjukkan bahwa paling banyak pendidikan orang tua terakhir SMA yaitu sebanyak 38 responden (49,4%), makin tinggi pendidikan semakin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya, yang pada akhirnya mereka dapat membagikan ilmu yang dimilikinya serta dapat menangkap informasi yang lebih cepat dibandingkan dengan berpendidikan jauh dibawahnya. Latar belakang pendidikan orangtua responden tersebut sebenarnya sudah mampu untuk memberikan informasi dan pemahaman pada remaja putrinya dalam menghadapi menarche dengan lebih baik dibandingkan dengan orangtua yang memiliki tingkat pendidikan lebih rendah.

Menurut Janiwarty & Pieter (2013) dalam Achmalona Fajariawan et al., (2022), mengemukakan bahwa Pendidikan merupakan sebuah proses untuk memperbaiki sikap dan tingkah laku seseorang atau kelompok serta usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Semakin tinggi tingkat Pendidikan seseorang semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki, sebaliknya Pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai yang baru dikenalkan [9].

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengalaman Responden Dalam menghadapi Menarche Di SD Muhammadiyah Wedi

No	Variabel	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Pengalaman	Kurang	1	1,7 %

	Cukup	13	22,4 %
	Baik	44	75,9 %
Jumlah		58	100 %

Sumber: data primer

Penelitian ini didapatkan hasil pengalaman baik sejumlah 44 responden dengan persentase 75,9 %. Seorang perempuan dalam menghadapi menarche juga dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan anak tentang menstruasi. Pengetahuan tentang menstruasi dapat diperoleh dari berbagai sumber informasi seperti keluarga, kelompok teman sebaya, lingkungan sekolah, dan media baik cetak maupun elektronik. Sumber informasi utama sebenarnya berasal dari ibu dan kakak perempuan. Hal ini juga dapat dipengaruhi oleh lamanya menstruasi pertama mereka sampai saat ini, jika menstruasi pertama mereka lebih cepat kemungkinan anak sudah mendapatkan pengalaman yang lebih banyak [11].

Penelitian ini didapatkan pengalaman cukup sejumlah 13 responden dengan persentase 22,4 %. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa anak mendapatkan informasi, perhatian yang cukup dari orang tuanya. Hal tersebut juga sesuai dengan penelitian Rachmawati & Oktaviani (2017) yang dikutip dalam [12], menemukan bahwa dukungan sosial dapat memberikan pengalaman kepada remaja putri dalam berbagai bidang kehidupan sehingga mereka akan lebih siap dalam menghadapi menarche. Ketika seorang remaja akan mulai menstruasi, keluarga memainkan peran penting dalam memberikan dukungan. Oleh karena itu, keluarga diharapkan memberikan dukungan agar remaja merasa tenang dan tidak takut untuk melalui tahapan-tahapan perkembangan khususnya pada remaja putri seperti mulainya menstruasi pertama (menarche).

Penelitian ini didapatkan pengalaman kurang sejumlah 1 responden dengan persentase 1,7%. Pada hasil olah data didapatkan bahwa pendidikan orang tua responden adalah SD, hal ini dapat mempengaruhi pengalaman anak dalam menghadapi menstruasi, kurangnya informasi yang diberikan orang tua terhadap anak, jadi anak kurang diberikan perhatian saat menstruasi pertama mereka, responden merupakan anak pertama atau anak tunggal yang belum mendapatkan pengalaman dari orang tua atau keluarga. Hal lainnya dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya yaitu waktu menstruasi anak lebih lambat dari yang lain. Dalam penelitian yang dilakukan oleh [13] didapatkan hasil menstruasi adalah topik yang tidak boleh didiskusikan. Sedangkan di sekolah, selain sebagai topik yang juga dihindari, menstruasi adalah hal yang akan membuat siswa perempuan diejek. Hal ini sangat sering ditemui oleh anak perempuan, sehingga ketika anak perempuan sudah bekerja sekalipun, ia secara terus menerus menyembunyikan menstruasi dengan diam atau menggunakan ekspresi tidak langsung. Siswi tersebut juga menceritakan mengenai kesulitan yang dialami ketika mendiskusikan menstruasi dengan pasangan karena bahasa yang tidak dapat mengekspresikan pengalaman menstruasi dengan baik. Siswi kedua menceritakan mengenai ketidakpedulian orangtua pada saat menarche yang kemudian membuat siswi diejek hingga menjadi bahan gosip di sekolah karena tidak memiliki akses terhadap alat sanitasi menstruasi. Siswi tersebut juga mendapatkan respon berupa ketidakpedulian ketika mendiskusikan menstruasi dengan suami. Sepanjang narasinya, siswi mendeskripsikan menstruasinya sebagai sebuah pengalaman yang memalukan.

Terdapat pernyataan bahwa pengalaman sangat penting untuk orang lain didapatkan hasil 49 (84,5%) responden menjawab benar dan 9 (19,5%) menjawab tidak. Pernyataan nomor 8 “saya mengalami nyeri payudara saat menstruasi”

didapatkan hasil 44 responden menjawab “SALAH”, yang seharusnya didalam kunci jawaban menjawab “BENAR”. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tidak semua anak perempuan mendapatkan nyeri payudara saat menstruasi, nyeri payudara juga dipengaruhi oleh perubahan kadar hormon.

Fluktuasi hormon atau perubahan kadar hormon setiap bulannya, selama fase menstruasi, menjadi alasan timbulnya rasa nyeri pada payudara. Kadar hormon estrogen akan naik sampai fase ovulasi, sedangkan kadar hormon progesterone naik sampai awal periode menstruasi. Naik turunnya hormon ini dapat merangsang payudara sehingga menyebabkan pembesaran kelenjar dan saluran susu. Fluktuasi kedua kadar hormon inilah yang menimbulkan berbagai gejala sebelum bahkan setelah fase menstruasi. Cara mengurangi payudara sakit menjelang haid dapat dilakukan dengan mengonsumsi makanan yang mengandung yodium, mengurangi asupan minuman dan makanan yang mengandung kafein, mengganti makanan berlemak tinggi dengan makanan berserat [14].

Pernyataan nomor 14 “saya tidak mengganti pembalut seharian” didapatkan hasil 56 responden menjawab “BENAR”, yang seharusnya didalam kunci jawaban menjawab “SALAH”. Dapat disimpulkan bahwa anak kurang menjaga kebersihan saat menstruasi, hal ini dapat dipengaruhi oleh kurangnya perhatian orang tua, kurangnya pendidikan kesehatan mengenai kebersihan saat menstruasi dan belum mendapatkan mata pelajaran mengenai alat reproduksi.

Seseorang yang tidak menjaga kebersihan reproduksi yang baik saat menstruasi akan mudah mengalami infeksi pada alat reproduksi. Hal ini disebabkan oleh peristiwa menstruasi yang mengeluarkan darah kotor. Darah dan keringat yang keluar serta menempel pada vulva dapat menyebabkan daerah genetalia menjadi lembab. Daerah genetalia yang lembab akan mengakibatkan tumbuhnya jamur kandida dan bakteri yang dapat menyebabkan pruritis vulvae yang ditandai dengan adanya sensasi gatal, infeksi serta keputihan pada daerah vagina. Akibat dari keputihan sangat fatal bila lambat ditangani, dan bisa mengakibatkan kemandulan dan hamil diluar kandungan dikarenakan terjadi penyumbatan pada saluran tuba. Keputihan juga bisa merupakan gejala awal dari kanker leher rahim yang merupakan pembunuh nomor satu bagi wanita [15].

Perawatan diri selama menstruasi penting dilakukan untuk menjaga kebersihan dan mencegah infeksi. Menjaga kebersihan dan mencegah infeksi dapat dilakukan dengan cara menggunakan pembalut dan mengganti pembalut minimal 2 kali sehari dan pemilihan pembalut yang lembut serta mampu menyerap cairan dengan baik, dan juga harus menjaga kebersihan daerah kewanitaannya dengan menggunakan air yaitu membersihkan dari arah depan ke belakang agar kuman yang ada di daerah dubur tidak menempel pada daerah kewanitaannya [15].

Solusi yang diberikan untuk meningkatkan kesiapan menghadapi menarche salah satunya yaitu memberikan pendidikan kesehatan dengan memberikan penyuluhan mengenai menarche kepada anak perempuan yang sudah mengalami pubertas. Kegiatan penyuluhan menjadi salah satu solusi dalam peningkatan pengetahuan anak, selain itu sikap dan keterampilan dalam menjalani hidup yang sehat juga dapat tercapai melalui kegiatan penyuluhan kesehatan. Pengetahuan tentang menarche perlu dimiliki remaja putri sejak dini, karena pengetahuan ini nantinya akan berpengaruh terhadap kesiapan remaja putri menghadapi menarche. Sebaiknya pendidikan kesehatan dimasukkan kedalam kurikulum sekolah sehingga remaja sadar bagaimana organ reproduksinya agar tetap sehat dan mempunyai kesiapan menghadapi menarche [16].

4. KESIMPULAN

Kesimpulan berisi rangkuman singkat atas hasil penelitian/pengabdian kepada masyarakat dan pembahasan.

1. Karakteristik usia responden di SD Muhammadiyah Wedi antara 10 tahun sampai 13 tahun, min 10 tahun, max 13 tahun, rata-rata 11,49 tahun, standar deviasi 0,75. Pada penelitian yang dilakukan terdapat responden paling banyak pada kelas 6 sejumlah 41 dengan persentase 70,7 %. Pada penelitian ini pekerjaan orang tua responden didapatkan paling terbanyak yaitu lain-lainnya sejumlah 42 dengan persentase 72,4 %. Pendidikan orang tua responden paling terbanyak yaitu SMA sejumlah 37 dengan persentase 63,8 %.
2. Kategori penilaian pengalaman dari penelitian ini hasil yang didapatkan untuk kategori pengalaman Baik sejumlah 44 responden dengan persentase 75,87 %.

REFERENSI

- [1] Nurlaeli H, Herman M, Indarto H. Pengetahuan dan psikologi anak SD kelas atas saat menghadapi menstruasi pertama kali. *Inspiratif Pendidik* [Internet]. 2021;10(1):54–66. Available from: <https://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/Inspiratif-Pendidikan/article/view/16654>
- [2] Puspitasari dkk. Gambaran Usia Menarche Dini Pada Anak Sekolah Dasar Di Daerah Urban. *J Kesehat Masy* [Internet]. 2016;4:5. Available from: <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&ved=2ahUK Ewi73uvP0az5AhUIUGwGHZOYAKoQFnoECAYQAQ&url=https%3A%2F%2Fjournal3.undip.ac.id%2Findex.php%2Fjkm%2Farticle%2Fdownload%2F14211%2F13744&usq=AOvVaw04nBQBFEqId7AjYMTANotP>
- [3] Dwiana Ocviyanti F. Manajemen Kebersihan Menstruasi Dan Pencegahan Perkawinan Anak [Internet]. Pimpinan Pusat Muslimat NU UNICEF. 2020. 1–104 p. Available from: https://www.pma2020.org/sites/default/files/IDR2-MHM_brief-v1-Bahasa Indonesian-2017-05-03.pdf
- [4] Ratnasari D, Na'mah LU. Peer education untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri umur 10-12 tahun tentang menarche dengan media ular tangga di desa sidoharum sempor kebumen. *Proceeding of The URECOL*. 2019;883–91.
- [5] Midayanti Ramulya A, Nurafriani, Kasim J. Gambaran Pengalaman, Persepsi Dan Kesiapan Anak Dalam Menghadapi Menarche Dini Di SD Min Banta-Bantaeng Kota Makassar. *J Ilmu Mhs Dan Penelit Keperawatan*. 2022;22.
- [6] Nurmawati I, Erawantini F. Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Siswi Sd Dalam Menghadapi Menarche. *J Kesehat*. 2019;12(2):136–42.
- [7] Alam S, Syahrir S, Adnan Y, Asis A. Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche Pada Remaja Putri. *J ilmu Kesehat Masy* [Internet]. 2021;10(3):200–7. Available from: <https://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/JBC/article/view/596/368>
- [8] Prasetyo MG. Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kesiapan Anak Remaja Putri Menghadapi Menarche di SD Negeri Dukuh 01 Mojolaban Sukoharjo. *J Perspekt*. 2017;1–14.
- [9] Achmalona Fajariawan T, Ripursari T, Yunita E. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Terhadap Menarche Pada Siswi MTs Miftahul Ulum Di Desa Gugul Kecamatan Tlanakan Kabupaten Pamekasan.pdf. *J Satuan Bakti Blidan Untuk Negeri (Sakti Bidadari)*. 2022;5(2):49–56.

-
- [10] Dentia WS, Artini B. Gambaran Peran Orang Tua dalam Persiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri di SDN Kedurus II Surabaya. Vol. 4, Jurnal Kebidanan. 2015. p. 15–21.
- [11] Hidayah N, Palila S. Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu. *Psychiatric J Ilmu Psikol.* 2018;5(1):107–14.
- [12] Salfa Aliya Nabilah AAA. Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Anak Usia Sekolah Di Sdn Baginda 2 Tahun 2022. *J Ilmu Keperawatan Sebel April.* 2022;4(2):1–5.
- [13] Kusdwianti E, Sulistyani HD, Sunarto. MEMAHAMI NARASI KOMUNIKASI TUBUH PEREMPUAN. 2021 [Internet]. Available from: Jl. Prof Soedarto, SH Tembalang Semarang Kotak Pos 1269 Telepon (024)7465407%0AFaksimile (024) 7465405
- [14] Prabowo S. Kenapa Payudara Terasa Sakit dari Masa Subur Sampai Menjelang Haid [Internet]. ARTIKEL KESEHATAN, FERTILITAS. 2022 [cited 2022 Jun 22]. Available from: <https://ciputrahospital.com/kenapa-payudara-terasa-sakit-dari-masa-subur-sampai-menjelang-haid/>
- [15] Hesty H, Nurfitriani N. Edukasi Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Siswi SMP Negeri 25 Kota Jambi. *J Abdimas Kesehat.* 2023;5(1):24–30.
- [16] Astutik P, Nur Syamsidi A. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas IV-VI Di SDN Ngangkatan Kecamatan Rejoso Kabupaten Nganjuk. *J Sabhanga [Internet].* 2023;5 no 1(Vol. 5 No. 1 (2023): JURNAL SABHANGA):20–9. Available from: e-journal.stikessatriabhakti.ac.id