

**PENGARUH PENYULUHAN TENTANG MENSTRUASI TERHADAP
SIKAP REMAJA PUTRI PRA MENSTRUASI**
*(The Effectiveness of Menstruation Health Promotion to the
Pre Menstrual Female Adolescents Attitude)*

Ita Tri Sutanti*, Laily Prima Monica**

*Puskesmas Wlingi

E-mail: prima.monica@yahoo.com

ABSTRACT

Introduction : *The extension number of menstrual and reproductive health of adolescents were still low, so that the knowledge about menstrual and reproductive health was less.*
Method : *Research design was one-group pre-test-post test design. Research sample 29 student at MTs. Ma'arif Srengat in Blitar Regency, its choosed with total sampling. Data collected by questionnaire. Analysis using chi square.*
Result : *The results showed that health education influence pre menstrual adolescents attitude, with asymp, Sig 0.16 nd 5.818 square value in the statistical tables.*
Discussion : *By holding the health education and behavior change, it was expected that the formation of healthy behaviors in order to achieve optimal health status.*

Keyword : *health promotion, menstruation, attitude*

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi remaja adalah suatu kondisi sehat yang menyangkut sistem, fungsi dan proses reproduksi yang dimiliki oleh remaja. Pengertian sehat disini tidak semata – mata berarti bebas penyakit atau bebas dari kecacatan namun juga sehat secara mental serta sosial cultural. Program kesehatan reproduksi remaja merupakan upaya untuk membantu remaja agar memiliki pengetahuan, kesadaran, sikap dan perilaku kehidupan reproduksi sehat dan bertanggungjawab. Kesehatan reproduksi ini tidak saja bebas dari penyakit dan kecacatan, namun juga sehat mental dan sosial dari alat, sistem, fungsi serta proses reproduksi. (Carey 2001)

Masalah kesehatan reproduksi remaja menjadi kepedulian nasional karena disadari bahwa remaja dalam hidupnya menghadapi berbagai masalah khusus yang membutuhkan perhatian yang khusus pula. Kebutuhan terhadap kesehatan reproduksi remaja sebenarnya merupakan permasalahan dunia, akan tetapi di negara kita hal ini tidak mendapatkan perhatian yang memadai. (Kartono 2006)

Permasalahan kesehatan reproduksi remaja saat ini masih menjadi masalah yang

perlu mendapat perhatian. Kesehatan reproduksi remaja tidak hanya masalah seksual saja tetapi juga menyangkut segala aspek tentang reproduksinya, terutama untuk remaja putri yang nantinya menjadi seorang wanita yang bertanggung jawab terhadap keturunannya. (Kartono 2006)

Dalam hidup seorang wanita ia akan mengalami menstruasi dimana pada saat itu tidak kurang dari 400 kali akan mengalami pengelupasan dan regenerasi pada endometriumnya (Baziad 2003). Darah yang keluar lewat menstruasi seluruhnya tak kurang dari 3 x 4 jumlah total zat besi yang ada pada orang dewasa. Menstruasi merupakan pendarahan secara periodic dan siklik dari uterus yang disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium alat reproduksi wanita dipengaruhi oleh sistem hormonal yang kompleks dikarenakan sistem hormonal manusia merupakan sistem lingkaran yang tidak pernah putus selama hidup sampai mencapai mati haid (menopause). (Prawiroharjdo 2005).

Menstruasi sering membuat remaja cemas, was-was dan kurang percaya diri. Remaja putri pada umumnya belajar tentang menstruasi dari ibunya, tapi sayang tidak

*) Praktisi Bidan, **) STIKes Patria Husada Blitar

semua ibu memberikan informasi yang memadai kepada putrinya bahkan sebagian enggan membicarakan secara terbuka. Menghadapi hal ini menimbulkan kecemasan pada anak, bahkan sering tumbuh keyakinan bahwa menstruasi itu sesuatu yang tidak menyenangkan atau serius. Mereka juga mengembangkan sikap negatif tentang menstruasi. Ia mungkin merasa malu dan melihatnya sebagai penyakit. Khususnya jika ketika mengalaminya ia merasa letih atau terganggu. Pandangan negatif tentang menstruasi berlanjut sampai menjelang dewasa. (Candranita 2008)

Di Indonesia menurut Biro Pusat Statistik Jakarta (2009) kelompok umur 10 - 19 tahun adalah sekitar 22 % yang terdiri dari 30,2 % remaja laki-laki dan 60,8 % remaja perempuan. Dengan demikian remaja putri jumlahnya lebih banyak sehingga perlu perhatian dalam memberikan pelayanan kesehatan yang komprehensif meliputi promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif, diharapkan remaja putri memperoleh informasi yang benar tentang kesehatan reproduksi.

Data dari Badan Pusat Statistik kota Blitar tahun 2009 di Indonesia didapatkan sebesar 57,4% dari jumlah keseluruhan sekolah tingkat menengah dan tingkat atas. Di Jawa Timur didapatkan sebesar 29,2% dari jumlah keseluruhan sekolah tingkat menengah dan tingkat atas. Di kabupaten dan Kota Blitar didapatkan sebesar 8,3% dari jumlah keseluruhan tingkat menengah dan tingkat atas. Terbukti angka penyuluhan tentang menstruasi dan kesehatan reproduksi di kelompok remaja masih rendah, sehingga pengetahuan remaja tentang pentingnya menstruasi dan kesehatan reproduksi masih kurang.

Dampak dari remaja yang tidak pernah mendapat informasi tentang menstruasi dan kesehatan reproduksi akan memiliki sikap menarik diri dari lingkungannya, karena remaja-remaja khususnya putri banyak menerima informasi bahwa menstruasi itu mempunyai rasa sakit atau nyeri dan malu apa bila darah

menstruasi terlihat dari luar sehingga remaja putri malu beraktifitas. Ini akan menambah ketidak nyamanan pada masa menstruasi karena hanya dibayang-bayangi oleh informasi yang salah dari lingkungan dan mitos-mitos yang berkembang di masyarakat. Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti terhadap 10 remaja putri di MTs. Ma'arif Kelurahan Srengat Kecamatan Srengat Kabupaten Blitar, didapatkan bahwa 80% tidak mengetahui tentang menstruasi dan 20% mengetahui proses menstruasi beserta keluhan-keluhan yang terjadi pada saat menstruasi.

Rumusan masalahnya adalah bagaimanakah pengaruh penyuluhan tentang menstruasi terhadap sikap remaja putri pra menstruasi di MTs. Ma'arif Srengat Kelurahan Srengat Kecamatan Srengat Kabupaten Blitar.

Tujuan umumnya adalah mengetahui pengaruh antara penyuluhan tentang menstruasi dengan sikap remaja putri terhadap pra-menstruasi. Sedangkan tujuan khususnya adalah (1) Mengidentifikasi penyuluhan tentang menstruasi terhadap pra-menstruasi, (2) Mengidentifikasi sikap remaja putri terhadap pra-menstruasi, (3) Menganalisa pengaruh anantara penyuluhan tentang menstruasi dengan sikap remaja putri pra-menstruasi.

Manfaat penelitian bagi petugas kesehatan adalah dapat digunakan untuk menentukan strategi perencanaan dan pelaksanaan dalam memberikan konseling informasi dan edukasi tentang menstruasi pada remaja putri. Manfaat bagi instansi pendidikan adalah sebagai pengembangan ilmu pengetahuan khususnya kesehatan reproduksi mengenai bagaimana cara menghadapi menstruasi oleh remaja putri dan sebagai referensi pendidikan dalam memberikan penyuluhan tentang menstruasi pada remaja. Manfaat bagi masyarakat adalah memberi informasi kepada masyarakat tentang menstruasi, sehingga diharapkan bisa meningkatkan pengetahuan tentang menstruasi terutama bagi remaja putri.

BAHAN dan METODE

Desain penelitian *one-group pre-test-post test design* dengan cara kelompok Pengaruh penyuluhan tentang menstruasi terhadap sikap remaja putri pra menstruasi

subjek diobservasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi. Subyek penelitian ini sebanyak

29 remaja putri siswi MTs. Ma'arif Srengat kelas 1 Kelurahan Srengat Kecamatan Srengat Kabupaten Blitar. Subyek penelitian ini dipilih secara total sampling. Variabel bebasnya adalah penyuluhan tentang menstruasi dan variabel tergangungnya adalah sikap remaja putri pra menstruasi. Data yang terkumpul dalam penelitian

HASIL PENELITIAN

Karakteristik remaja putri MTs. Ma'arif Srengat:

Tabel 1. Karakteristik responden

No	Karakteristik	f	%
1	Umur		
	- 12 tahun	5	17
	- 13 tahun	18	62
	- 14 tahun	6	21
2	Akses Informasi		
	- Televisi	2	7
	- Radio	8	28
	- Majalah	19	65
3	Tempat Tinggal		
	- Srengat	15	52
	- Luar Srengat	14	48

Tabel 2. Sikap responden sebelum dilakukan penyuluhan tentang menstruasi.

No	Sikap	f	%
1	Positif	15	51,7
2	Negatif	14	48,3

PEMBAHASAN

Penyuluhan tentang menstruasi

Berdasarkan pada penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 22 Juni 2010 dengan dilaksanakannya penyuluhan tentang menstruasi para responden menyatakan setuju. Ini terbukti para responden mengikuti segala kegiatan saat mengisi kuisioner dan penyuluhan. Keberhasilan suatu penyuluhan dapat dipengaruhi oleh faktor penyuluhan, sasaran dan proses dalam penyuluhan. Oleh karena itu digunakan metode ceramah yang efektif dalam penyampaian sehingga responden dapat mengerti dan memahami isi penyuluhan. Dengan diadakannya penyuluhan kesehatan

hasilnya dibandingkan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan dengan mengukur sikap remaja putri menggunakan skala likert. Skor yang diperoleh diubah menjadi skor T, dan untuk mengetahui pengaruh variable independent dan dependen menggunakan analisis chi kuadrat dengan derajat kemaknaan 0,05.

Tabel 3. Sikap responden sesudah dilakukan penyuluhan tentang menstruasi

No	Sikap	f	%
1	Positif	22	75,9
2	Negatif	7	24,1

Pengaruh dua variable yaitu antara penyuluhan dengan sikap remaja putri dikategorikan menjadi 2 yaitu sikap positif dan negatif. Hasil perhitungan dengan rumus chi square menggunakan spss windows terhadap variabel sikap pre test dan post test remaja putri berdasarkan hasil chi square, menunjukkan dari jumlah sample 29 anak, hasil penelitian sebelum penyuluhan yaitu sikap positif 14 anak dan sikap negative 15 anak. Penilaian sesudah penyuluhan yaitu sikap positif 22 anak dan sikap negatif 7 anak. Output tersebut menunjukkan nilai Asymp, Sig 0,16 dan nilai square 5,818 pada tabel statistik.

diharapkan terjadi perubahan perilaku dan terbentuknya perilaku yang sehat sesuai dengan konsep hidup sehat baik fisik, mental dan sosial sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.

Sikap responden terhadap menstruasi

Dari hasil penelitian didapatkan sikap responden setelah dilakukan penyuluhan tentang menstruasi sebagian mempunyai sikap positif yang lebih besar daripada sikap negatif. Sikap responden yang positif menunjukkan bahwa responden mendukung

terhadap obyek sikap dengan indikator banyaknya jawaban setuju dan sangat setuju pada pernyataan-pernyataan positif, sedangkan sedikit yang mempunyai sikap negatif yang menunjukkan bahwa responden mendukung terhadap obyek sikap, dimana ada yang setuju dengan pernyataan-pernyataan negatif. (Azwar 2009)

Perubahan sikap dapat terjadi perlahan-lahan seiring dengan bertambahnya pengetahuan, informasi dan pengalaman yang didapatkan. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh Azwar (2009) bahwa pembentukan sikap dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pendidikan, pengalaman, pengaruh orang lain yang dianggap penting, faktor emosi dan media massa. Menurut Notoadmodjo (2003) terdapat tiga komponen pokok sikap yang utuh yakni kepercayaan (keyakinan), ide dan konsep terhadap suatu obyek kehidupan emosional atau evaluasi emosional terhadap suatu obyek dan yang ketiga adalah kecenderungan untuk bertindak. Ketiga komponen sikap ini bersama sama membentuk sikap yang utuh (total attitude). Dalam penentuan sikap utuh ini, pengetahuan, berfikir dan emosi memegang peranan penting. Oleh karena itu dengan adanya penelitian ini diharapkan bidan sebagai ujung tombak pertama dapat memberikan informasi dan wawasan yang lebih, khususnya pada remaja tentang kesehatan reproduksi sehingga remaja mampu bersikap berubah ke arah yang lebih positif dalam kehidupan sehari-hari.

Pengaruh antara penyuluhan tentang sikap

Berdasarkan hasil analisa data dengan chi square didapatkan ada pengaruh antara penyuluhan dengan sikap, ini menunjukkan bahwa mereka dengan mempunyai sikap yang lebih baik, begitu sebaliknya dengan kurangnya informasi maka remaja akan bersikap yang lebih negatif. Dari hasil analisis data dengan *chi square*, didapatkan nilai signifikansi dengan taraf 0,16 dan ini berarti bila dihitung dan dibandingkan

dengan tabel menjadi $2,05 < 5,818 > 2,76$. Dengan demikian antara penyuluhan dengan sikap remaja putri mempunyai pengaruh yang signifikan. Namun ada 7 responden yang masih mempunyai sikap negatif setelah dilakukan penyuluhan, hal ini responden terpengaruh oleh kebiasaan dan adat istiadat yang berlaku disuatu daerah.

Hasil ini sesuai dengan pendapat Azwar (2009) bahwa struktur sikap terdiri dari 3 komponen yang saling menunjang yaitu komponen kognitif yang berisikan persepsi atau kepercayaan, komponen efektif yang berhubungan dengan masalah emosional subyektif seseorang terhadap suatu obyek sikap. Komponen kognitif atau perilaku yang menunjukkan bagaimana perilaku atau kecenderungan berperilaku yang ada pada diri seseorang berkaitan dengan sikap yang dihadapinya. Penyuluhan merupakan suatu usaha atau kegiatan untuk membantu individu, kelompok atau masyarakat dalam meningkatkan kemampuan (perilaku) mereka dalam merubah sikap yang lebih baik. Jadi dapat disimpulkan bahwa penyuluhan kesehatan dapat mempengaruhi pembentukan sikap seseorang dan sikap itu sendiri dipengaruhi oleh banyak faktor, meskipun berbagai informasi telah didapatkan belum tentu dia akan bersikap positif.

Dengan didapatkannya pengaruh antara penyuluhan tentang menstruasi dengan sikap remaja putri pra menstruasi diharapkan adanya informasi yang telah diberikan melalui penyuluhan dapat meningkatkan sikap remaja putri lebih positif dalam menghadapi masa menstruasi. Remaja putri harus mengetahui gejala-gejala pra menstruasi sehingga diharapkan dapat melalui masa menstruasi dengan sehat. Masa awal-awal menstruasi merupakan masa mulai berkembangnya alat reproduksi wanita sehingga dengan adanya penyuluhan tentang kesehatan reproduksi akan terbentuknya remaja-ramaja yang sehat sebagai langkah awal penerus generasi bangsa yang sehat, berguna dan bermutu

SIMPULAN dan SARAN

SIMPULAN

Penilaian sikap pada remaja putri sebelum di berikan penyuluhan tentang

menstruasi adalah pada penilaian sikap positif 48,3% dan pada sikap negatif 51,7% Sedangkan penilaian sikap pada

remaja putri sesudah di berikan penyuluhan tentang menstruasi adalah pada penilaian sikap positif 75,9% dan pada sikap negatif 24,1%. Terdapat pengaruh penyuluhan tentang menstruasi terhadap sikap remaja putri pra menstruasi di Mts Ma'arif Srengat, Kabupaten Blitar dengan taraf Signifikansi 0,16.

SARAN

Profesi kesehatan khususnya kebidanan hendaknya lebih giat dan aktif dalam memberikan konseling , informasi, dan edukasi tentang kesehatan reproduksi terutama di lingkungan pendidikan secara berkala dan berkesinambungan sesuai kebutuhan dan keadaan.

Remaja putri, diharapkan lebih aktif lagi dalam meningkatkan pengetahuan dengan informasi tentang kesehatan reproduksi terutama tentang menstruasi baik melalui media massa maupun elektronik sehingga remaja putri dapat menilai dan mengevaluasi kondisinya masing- masing terutama tentang kesehatan reproduksi pada remaja.

REFERENSI

- Azwar S 2009, *Sikap Manusia, Teori Dan Pengukurannya*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta.
- Badziad, A 2003, *Endokrinologi dan Ginekologi Edisi ke-2*, Media Aesculapius Fakultas Kedokteran Universitas, Jakarta.
- Chandranita, AI 2008, *Gawat Darurat Obstetri Ginekologi dan Obstetri Ginekologi Sosial Untuk Profesi Bidan*, EGC, Jakarta.
- Carey, CS 2001, *Obstetri dan Ginekologi*, Widya Medika, Jakarta.
- Kartono, K 2006, *Psikologi Wanita Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa. Jilid I*, Mandar Maju, Bandung.
- Prawirohardjo, S 2005, *Ilmu Kandungan*, Bina Pustaka, Jakarta.