BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran dan Lokasi

Penelitian dilakukan di Masjid At Taqwa Desa cangkring RT 08 RW 02 Kecamatan Krembung, Kabupaten Sidoarjo, Provinsi Jawa Timur. Berdasarkan wawancara dengan Ibu Ika selaku ketua IPPNU Desa Cangkring periode pertama yaitu pada tahun 2009 – 201. Organisasi IPPNU (Ikatan Pelajar Putri Nahdlatul Ulama) di Desa Cangkring berdiri pada tahun 2009, awalnya di Desa Cangkring banyak pelajar putri NU usia SD sampai SMA yang aktif di TPQ dan Madrasah Diniyah, tetapi belum memiliki wadah organisasi khusus. Mereka biasanya ikut kegiatan Fatayat NU bersama ibu – ibu. Melihat kondisi tersebut, PAC (Pimpinan Anak Cabang) IPPNUKecamatan Krembung bersama pengurus ranting NU Desa Cangkring mengadakan pertemuan. Tujuannya untuk membentuk kepengurusan IPPNU tingkat desa, hal ini sesuai dengan arahan PC (Pimpinan Cabang) IPPNU Kabupaten Sidoarjo agar setiap desa memiliki kader IPPNU. Saat pertama berdiri anggota IPPNU Desa Cangkring berjumlah 23 orang dengan rentang usia 11 – 17 tahun. Program kerja awal yang dijalankan sangat sederhana yaitu yasin dan sholawatan setiap hari jumat, bimbingan belajar gratis untuk adik – adik TPQ dan peringatan hari – hari islam.

Menurut selaku ketua periode sekarang, perkembangan anggota IPPNU Desa Cangkring sudah berkembang menjadi 47 orang, kegiatan juga semakin

aktif seperti Makesta, Diklatsar, pelatihan public speaking, dan lain-lain. Sejak berdiri IPPNU Desa Cangkring aktif dalam kegiatan keagamaan, pendidikan, dan sosial kemasyarakatan di desa.

4.2 Hasil Penelitian

4.2.1 Gambaran Karakteristik Responden

Penelitian ini dilakukan pada 31 responden. Berikut adalah gambaran karakteristik responden.

Tabel 4.2. 1 Gambaran Karakteristik Responden

Karakteristik Responden		Frekuensi (f)	Presentase (%)
Usia	10 – 12 tahun	12	38,7
	13 – 15 tahun	19	61,3
Total	31	31	100%
Pendidikan	SD	10	32,3
	SMP	21	67,7
Total	31	31	100
Pernah Mendapat Informasi Menarche	Ya	20	64,5
	Tidak	11	35,5
Total	31	31	100

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan usia 10-12 tahun sebanyak 12 orang (38,7%), dan usia 13-15 tahun sebanyak 19 orang (61,3%).

Pada karakteristik pendidikan responden dengan latar pendidikan SD sebanyak 10 orang (32,3%), dan latar pendidikan SMP sebanyak 21 orang (67,7%).

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

Hasil tersebut menunjukkan pula bahwa responden yang pernah mendapatkan informasi tentang menarche sebanyak 20 orang (64,5%), dan yang tidak pernah mendapatkan informasi tentang menarche sebanyak 11 orang (35,5%).

4.2.2 Analisis Univariat

Analisis univariat dalam penelitian ini digunakan untuk mendeskripsikan tiap variabel dalam bentuk distribusi frekuensi.

a. Pengetahuan Menarche

Tabel 4.2.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Menarche

No	Pengetahuan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Baik	8	25,8
2.	Cukup	17	54,8
3.	Kurang	6	19,4
	Total	31	100

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian responden memiliki tingkat pengetahuan cukup tentang menarche sebanyak 17 orang (54,8%) dan berpengetahuan baik sebanyak 8 orang (25,8%) dan pengetahun kurang sebanyak 6 orang (19,4%).

b. Tingkat Kecemasan

Tabel 4.2.2 Distribusi Frekuensi Kecemasan Menghadapi Menarche

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Ringan	7	22,6
2.	Sedang	13	41,9
3.	Berat	11	35,5
	Total	31	100

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagaian besar responden mengalami kecemasan sedang sebanyak 13 orang (41,9%), kecemasan berat sebanyak 11 orang (35,5%), dan kecemasan ringan sebanyak 7 orang (22,6%).

4.2.3. Analisis Bivariat.

Analisis bivariat digunakan untuk menguji hubungan dari kedua variabel yakni pengetahuan menarche dengan tingkat kecemasan menghadapi menarche.

Tabel 4.2. 3 Hubungan pengetahuan Menarche dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche.

Pengetahuan Menarche	Tingkat Kecemasan						Jumlah		*p-value*
	Ringan		sedang		Berat				
	f	%	*f*	%	*f*	%	*f*	%	
Baik	7	22,6	0	0,0	1	3,2	8	100	
Cukup	0	0,0	13	41,9	4	12,9	17	100	
Kurang	0	0,0	0	0,0	6	19,4	6	100	0.000
Total	7	22,6	13	41,9	11	35,5	31	100	

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan tentang menarche dengan kategori pengetahuan baik dan mengalami kecemasan ringan sebanyak 7 orang (22,6%), pengetahuan tentang menarche dengan kategori pengetahuan baik dan mengalami kecemasan sedang sebanyak 0 orang (0,0%), pengetahuan tentang menarche dengan kategori pengetahuan baik dan mengalami kecemasan berat sebanyak 1 orang (3,2%), pengetahuan menarche

dengan kategori cukup dan mangalami kecemasan ringan sebanyak 0 orang (0,0%), pengetahuan menarche dengan kategori cukup dan mangalami kecemasan sedang sebanyak 13 orang (41,9%), pengetahuan menarche dengan kategori cukup dan mangalami kecemasan barat sebanyak 4 orang (12,9%) dan pengetahuan menarche dengan kategori kurang dan mengalami kecemasan ringan sebanyak 0 orang (0,0%), pengetahuan menarche dengan kategori kurang dan mengalami kecemasan sedang sebanyak 0 orang (0,0%), pengetahuan menarche dengan kategori kurang dan mengalami kecemasan berat sebanyak 6 orang (19,4%).

Hasil perhitungan *chi-square* diperoleh *p-value* sebesar 0.000 atau nilai $p < 0.05$ sehingga H_0 ditolak yang artinya ada hubungan antara pengetahuan menarche dengan tingkat kecemasan menghadapi menarche.

4.3 Pembahasan

4.3.1 Gambaran Pengetahuan Menarche pada Remaja Putri IPPNU

Berdasarkan hasil penelitian, dari 95% responden sebanyak 17 orang (54,8%) memiliki pengetahuan dalam kategori cukup tentang menarche. Tingginya kategori pengetahuan cukup ini dapat dipengaruhi oleh karakteristik responden dimana sebagian besar berusia 13-15 tahun yang mulai mencari informasi tentang pubertas, dengan tingkat pendidikan SMP yang telah mendapat materi reproduksi di sekolah, serta 64,5% responden pernah mendapatkan informasi tentang menarche.

Pengetahuan remaja putri tentang menarche ini dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti usia, pendidikan, dan informasi. Hasil penelitian

ini sesuai dengan penelitianyang dilakukan oleh Sri Rahmayani tahun 2024 menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan remaja Puskesmas Pantai Labu memiliki kategori cukup yaitu sebanyak 23 orang (58%) (Sri rahmayani, 2024).

Teori pengetahuan Kesehatan (Health Knowledge Theory) mengemukakan bahwa pemahaman individu tentang praktik kesehatan mempengaruhi pengetahuan mereka merupakan hasil dari tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Umayra, 2021). Pengetahuan pada dasarnya terdiri dari sejumlah fakta dan teori yang memungkinkan seseorang untuk dapat memecahkan masalah yang dihadapinya. Pengetahuan tersebut diperoleh baik dari pengalaman langsung maupun melalui pengalaman orang lain (Ramadhani, 2021). Faktor faktor yang mempengaruhi pengetahuan anatra lain: umur, pengalaman, pendidikan, pekerjaan, jenis kelamin, informasi, lingkungan, sosial budaya. Remaja yang memiliki pengetahuan yang cukup, namun belum siap menghadapi menarche hal tersebut dikarenakan faktor dari lingkungan setempat yang menganggap bahwa menstruasi merupakan hal yang tabu untuk diketahui. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa responden belum mengalami menarche sehingga belum mempunyai pengalaman dan pengetahuan yang luas tentang menstruasi. Teori terbaru dari Kemenkes RI 2021 dalam pedoman Kesehatan Reproduksi Remaja menyatakan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi harus diberikan secara komprehensif

sebelum menarche. Cakupannya meliputi anatomi reproduksi, proses menstruasi, hygiene mestruasi yang aman, manajemen nyeri, gizi saat haid, dan deteksi dini kelamin. Pengetahuan yang komprehensif ini bertujuan agar remaja memiliki self-efficacy atau keyakinan diri untuk menghadapi menarche. Dengan menggunkan teori-teori ini, kita dapat memahami bagaimana pengetahuan tentang menarche mempengaruhi tingkat kecemasan menghadapi menarche pada remaja awal. Pengetahuan yang baik tentang menarche membuat remaja lebih siap mental, tidak merasa takut, tau cara menjaga kebersihan diri dan kesehatan alat reproduksi dengan benar saat menarche datang.

Dari fakta dan teori yang terjadi menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan menarche pada remaja putri berpotensi menimbulkan bingung dan panik ketika mengalaminya. Ketidaktahuan tersebut diperparah karena kurangnya pengenalan terhadap tanda-tanda fisik sebelum terjadinya menarche seperti pertumbuhan payudara, perubahan bentuk tubuh, dan munculnya keputihan umumnya bersifat fisiologis yaitu bening, tidak berbau, dan gatal merupakan tanda awal bahwa masa pubertas telah dimulai, apabila remaja diberikan pemahaman yang benar mengenai definisi dan tanda-tanda sejak dini maka mereka akan lebih siap secara fisik maupun psikis dengan demikian edukasi yang tepat yakni dari keluarga dan sekolah sangat diperlukan agar menarche tidak lagi dipandang sebagai sesuatu yang menakutkan.

4.3.2 Gambaran Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menarche

Berdasarkan hasil penelitian, dari 95% responden sebanyak 13 orang (41,9%), mengalami kecemasan dalam kategori sedang. Dominannya kecemasan sedang dan berat dapat dikaitakan dengan usia responden dimana sebagian masih berusia 10-12 tahun sehingga belum siap menghadapi menarche, selain itu 35,5% responden belum pernah mendapatkan informasi tentang menrache sehingga menimbulkan rasa takut dan cemas akibat kurangnya pemahaman.

Kecemasan merupakan perasaan keprihatinan, ketidakpastian, dan ketakutan tanpa stimulasi yang jelas (NS. Bunga Permata Wenny, 2022). Teori terbaru dari WHO 2020 tetang kesehatan mental remaja menyebutkan bahwa masa pubertas adalah periode rentan terhadap gangguan kecemasan. Perubahan hormon estrogen dan progesteron mempengarui neurotransmitter di otak sehinnga remaja lebih sensitif terhadap stres. Sensasi kekhawatiran atau ketakutan yang berlebihan terhadap keadaan sehari-hari merupakan ciri khas kecemasan, suatu gangguan emosional. Tanda-tanda fisik gangguan kecemasan meliputi otot tegang, kesulitan tidur, insomnia, dan kegelisahan yang berlebihan. (Sarirusadi, 2021). Dalam kehidupan sehari-hari setiap individu akan mengalami kecemasan sebagai respon alami ketika menghadapi situasi yang tidak mengenakan. Perasaan tidak menyenangkan ini dapat digambarkan melalui sejumlah gejala seperti detak jantung yang meningkat, kesulitan bernafas, kegelisahan, ketakutan yang berlebihan,

kehilangan kepercayaan diri, serta sensasi terancam (Oktavia, 2023). Hasil tersebut sejalan dengan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dwi tahun 2018 menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat kecemasan siswi di SD Negeri Plalangan 01 Semarang memiliki kategori cukup yaitu sebanyak 20 orang (55,6%).

Kecemasan pada remaja seringkali bermula dari rasa ketidaktahuan dan ketidakpastian terhadap perubahan yang terjadi pada dirinya, salah satunya saat menghadapi menarche. Rasa cemas ini dapat berkembang menjadi rasa takut apabila tidak diimbangi dengan informasi yang memadai, terutama terkait stigma dan mitos-mitos yang berkembang dimasyarakat mengenai menstruasi. Jika rasa cemas dan takut tersebut dibiarkan tanpa adanya dukungan, maka dapat menimbulkan dampak psikologis yang lebih serius seperti depresi, gangguan kecemasan, gangguan konsentrasi belajar, hingga isolasi sosial. Depresi pada remaja umumnya ditandai dengan perasaan sedih yang berkepanjangan, kehilangan minat, dan menarik diri dari lingkungan. Oleh karena itu, penting bagi keluarga dan sekolah untuk memberikan edukasi serta dukungan emosional agar remaja dapat mengelola rasa cemas dan takut dengan baik. Dengan demikian, kesejahteraan mental seorang remaja dapat tetap terjaga salam masa transisi menuju dewasa.

4.3.3 Hubungan Pengetahuan Menarche dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarce

Berdasarkan hasil penelitian hubungan pengetahuan menarche dengan tingkat kecemasan menghadapi menarche, didapatkan hasil perhitungan *chi-square* diperoleh *p-value* sebesar 0.000 atau nilai $p < 0.05$ sehingga H_0 ditolak yang artinya ada hubungan antara pengetahuan menarche dengan tingkat kecemasan menghadapi menarche. Hasil ini didukung oleh karakteristik responden remaja berpendidikan SMP dan pernah mendapatkan informasi cenderung memiliki pengetahuan yang baik sehingga mengalami kecemasan ringan. Sebaliknya remaja yang berpendidikan SD dan belum pernah mendapatkan informasi cenderung memiliki pengetahuan kurang sehingga mengalami kecemasan berat. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan menjadi factor penting dalam kesiapan menghadapi menarche.

Menurut Kemenkes RI 2021 dalam pedoman Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja, pengetahun kesehatan reproduksi adalah fondasi utama dalam kesiapan remaja dalam menghadapi pubertas. Pengetahuan yang komprehensif meliputi pemahaman fisiologis, hygiene, nutrisi, dan manajemen gejala saat menarche, Kemenkes menekankan bahwa kurangnya pengetahuan akan memicu health anxiety karena remaja tidak memiliki kerangka untuk memahami perubahan tubuhnya. Menurut WHO 2022 tentang *Adolescent Mental Health Framework* menyatakan bahwa *Health literacy* pada remaja berhubungan terbalik dengan tingkat

kecemasan. Remaja dengan literasi kesehatan rendah cenderung melakukan *catastrophizing* atau membesar-besarkan ancaman terhadap kesehatan, sebaliknya remaja yang memiliki akses informasi akurat akan memiliki *percived control* yang lebih tinggi sehingga respon cemas dapat dikurangi.

Dari fakta dan teori yang terjadi menunjukkan bahwa rendahnya pengetahuan menarche pada remaja putri berpotensi menimbulkan kecemasan, hal ini menunjukkan bahwa ada keterkaitan antara tingkat pengetahuan tentang menarche dengan tingkat kecemasan menghadapi menarche pada remaja putri awal. Dari hasil jawaban kuesioner pengetahuan terdapat beberapa hal penting yang mempengaruhi kesiapan remaja yaitu pemahaman mengenai definisi menarche, tanda-tanda fisik, dan keputihan fisiologis sebagai tanda awal masa pubertas terjadi. Kurangnya pemahaman tersebut dapat menyebabkan remaja mengalami kebinguan dan kepanikan saat pertamakali mendapatkan menarche. Kondisi ini memicu timbulnya rasa cemas yang jika tidak dikelola dapat berkembang menjadi rasa takut. Apabila dibiarkan tanpa dukungan dan informasi yang tepat dan memadai, maka beresiko menimbulkan dampak yang lebih berat seperti depresi. Oleh karena itu, edukasi sejak dini dari keluarga dan sekolah sangat penting unuk meningkatkan kesiapan remaja putri secara fisik dan psikis.