

HUBUNGAN USIA *MENARCHE* (HAID PERTAMA) DENGAN SIKAP MENGHADAPI HAID PADA SISWI MTs NEGERI KAUMAN PONOROGO

Rona Riasma Oktobriarani

Akademi Kebidanan Pelita Ilmu

Ronariasma@gmail.com

ABSTRAK

Menarche adalah perdarahan pertama dari uterus yang terjadi pada seorang wanita. Hal ini merupakan peristiwa yang paling penting pada remaja putri, yang menjadi tanda biologis dan psikis, proses *somatis* yang berlangsung secara siklis dan terjadi pengulangan secara periodik peristiwa menstruasi. Berdasarkan survey yang dilakukan di MTs Negeri Kauman Ponorogo 60,10% dari siswi kelas 7, 8 dan 9 sudah mengalami *menarche*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan usia *menarche* dengan sikap dalam menghadapi haid pada remaja putri.

Desain penelitian yang digunakan adalah observasi analitik dengan rancangan *cross sectional*. Populasi adalah siswi MTs Negeri Kauman Ponorogo kelas 7, 8 dan 9, dengan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*, besar sampel 90 siswi.

Hasil dari analisa data dengan menggunakan uji statistik dengan *chi kuadrat* (χ^2) dengan taraf signifikansi 5%. Berdasarkan perhitungan program komputer diperoleh nilai χ^2 hitung sebesar 33,392 oleh karena χ^2 hitung $>$ χ^2 tabel ($33,392 > 5,991$) maka H_a diterima. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara usia *menarche* dengan sikap dalam menghadapi haid. Berdasarkan nilai koefisien kontingensi kekuatan hubungan antara usia *menarche* dengan sikap dalam menghadapi haid termasuk sedang.

Kesimpulan dari peneliti ini adalah ditinjau dari usia *menarche* sebagian besar mengalami *menarche* pada usia 11-13 tahun. Ditinjau dari sikap dalam menghadapi haid sebagian besar adalah sikap positif. Ada hubungan usia *menarche* dengan sikap dalam menghadapi haid, meskipun hubungan usia *menarche* dengansikap dalam menghadapi haid termasuk sedang. Hal ini dikarenakan adanya pengaruh dari faktor lingkungan, sehingga terdapat kesenjangan antara teori dengan penelitian. Dengan demikian disarankan perlu adanya penyuluhan mengenai *menarche* sejak dini kepada remaja putri agar terbentuk sikap yang positif dalam menghadapi haid.

Kata Kunci: *Menarche*, Sikap, Haid

PENDAHULUAN

Menarche adalah perdarahan pertama dari uterus yang terjadi pada seorang wanita (Prawirohardjo, 2005: 92) atau keluarnya haid pertama kali pada seorang wanita. Pada masa kanak-kanak kadar *estrogen* dan hormon *gonadotropin* dalam jumlah kecil. Pada usia kira-kira 9 tahun kadar hormon *gonadotropin* mulai meningkat, sehingga produksi *estrogen* juga naik.

Peningkatan ini menyebabkan perkembangan *mamae* dan alat genital, *menarche* biasanya terjadi kira-kira 2 tahun setelah perubahan tersebut (Prawirohardjo, 2005: 92). Hal ini merupakan peristiwa yang paling penting pada remaja putri, yang menjadi tanda biologis dan psikis, proses *somatis* yang berlangsung secara siklis dan terjadi pengulangan secara periodik peristiwa menstruasi. Semua ini bisa

diproses dalam suasana hati yang normal pada anak gadis, bisa menimbulkan masalah-masalah psikosomatis yaitu penyimpangan-penyimpangan dan gangguan psikis yang menimbulkan gangguan pada kesehatan jasmaniah (Kartono, 1992: 111).

Reaksi individual anak-anak gadis pada saat menstruasi pertama itu sangat berbeda-beda pada umumnya mereka diliputi kecemasan berupa *fobia* yaitu ketakutan yang tidak beralasan atau berwujud minat yang sangat berlebihan terhadap badan sendiri dalam bentuk *hypocondria* yaitu rasa batin sangat tertekan, kemurungan yang patologis sifatnya, kadang-kadang dibarengi dengan ketakutan yang tidak beralasan terhadap kesehatannya, dibarengi fantasi-fantasi sakit atau fantasi-fantasi mengenai kegagalan diri. Bisa juga berwujud rasa bersalah atau berdosa yang sangat ekstrim, yang kemudian menjelma jadi reaksi *paranoid* yaitu bentuk kegilaan dipenuhi dengan bayang-bayang serta fikiran-fikiran kegila-gilaan atau fikiran yang bukan-bukan (Kartono, 1992: 117-118).

Menstruasi yang datangnya sangat awal, dalam artian anak gadis tersebut masih sangat muda usianya, dan kurang mendisiplinkan diri dalam hal kebersihan badan (umpamanya saja mandi dan membersihkan badan sendiri

masih dipaksa dari luar), menyebabkan menstruasi itu dialami oleh anak sebagai beban baru yang tidak menyenangkan. Kadang muncul pula anggapan yang keliru yaitu anggapan yang sesuai dengan teori *Cloaca* yang menyatakan segala sesuatu yang keluar dari rongga tubuh adalah kotor, najis, menjijikkan, serta merupakan tanda noda dan tidak suci. Dalam situasi demikian *menarche* mungkin dihayati oleh anak sebagai satu proses mengeluarkan darah kotor dari tubuhnya yang mana ia harus menyingkir, menyendiri atau harus diisolir. Maka kelak, ketika ia dewasa ia cenderung untuk menghindari setiap kontak dengan orang lain, jika ia tengah mendapatkan haidnya. (Kartono, 1992: 114-115)

Beberapa ibu mengeluhkan sikap anaknya dalam menghadapi haid yang didapatnya pada usia yang relatif terlalu muda, bahkan seringkali ibu menemukan pakaian dalam dan kain anaknya yang kotor ditempat-tempat yang tidak semestinya seperti laci, bagian bawah almari, dibawah kasur dll. Tidak jarang anak tersebut mengeluh setiap mendapatkan haid karena pada saat itu dia tidak bisa berolahraga, berenang, ataupun melakukan kegiatan sehari-hari (Kartono, 1992: 114-115). Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui hubungan usia *menarche* dengan sikap

dalam menghadapi haid pada remaja putri.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah observasi analitik, dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di MTs. N Kauman Ponorogo. Waktu penelitian bulan Mei 2019. Populasi penelitian ini bertempat di MTs N Kauman Ponorogo yaitu pada seluruh siswi yang sudah *menarche* yang berjumlah 116 orang. Sampel dari penelitian ini adalah siswi MTs. N Kauman Ponorogo yang sudah *menarche* sebanyak 90 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *probability* dengan teknik *simple random sampling*. Variabel bebas usia *menarche*, sedangkan variabel terikat sikap menghadapi haid.

HASIL

Usia	Sikap					
	Positif		Negatif		Total	
menarc he	f	%	f	%	f	%
≤10 tahun	9	10	1	15,	2	25,
			4	60	3	60
11-13 tahun	3	37,	4	4,4	3	42,
	4	80		0	8	20

14-16 tahun	2	32,	0	0	2	32,
	9	20			9	20
Total	7	80	1	20	9	100
	2		8		0	

Berdasarkan data yang terkumpul didapatkan hasil sebagai berikut: bahwa responden dengan usia *menarche* ≤ 10 tahun dan memiliki sikap negatif dalam menghadapi haid adalah sebanyak 14 orang (15,60%) dari keseluruhan responden lebih banyak dibandingkan yang memiliki sikap positif yaitu sebanyak 9 orang (10%) dari keseluruhan responden. Adapun responden dengan usia *menarche* 11-13 tahun dan memiliki sikap positif dalam menghadapi haid yaitu sebanyak 34 orang (37,80%) dari keseluruhan responden jauh lebih banyak dibandingkan yang memiliki sikap negatif yaitu sebanyak 4 orang (4,40%) dari keseluruhan responden. Lebih lanjut responden dengan usia *menarche* 14-16 tahun semuanya memiliki sikap positif dalam menghadapi haid yaitu sebanyak 29 orang (32,20%) dari keseluruhan responden. Dengan demikian terdapat kecenderungan yang menyatakan bentuk atau arah hubungan sebagai berikut : Semakin tua usia *Menarche* seseorang maka dia cenderung memiliki sikap yang positif dalam menghadapi haid. Sebaliknya semakin muda usia

Menarche seseorang maka dia cenderung memiliki sikap yang negatif dalam menghadapi haid.

PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis dinyatakan bahwa ada hubungan antara usia *menarche* dengan sikap dalam menghadapi haid, dengan hasil χ^2 hitung $> \chi^2$ tabel ($33,392 > 5,991$) sehingga H_a diterima. Hal ini dapat dikatakan sesuai dengan pendapat Kartono (1992: 114-115) yang menyatakan bahwa menstruasi yang datangnya sangat awal, dalam arti anak gadis tersebut masih sangat muda usianya dan kurang mendisiplinkan diri dalam hal kebersihan badan, menyebabkan menstruasi ini dialami sebagai beban baru atau sebagai tugas baru yang tidak menyenangkan.

Berkowitz (1972) dalam Azwar (2005: 5) menyatakan sikap merupakan reaksi perasaan, perasaan mendukung (Favourable) maupun tidak mendukung (Unfavourable). Pembentukan sikap dipengaruhi oleh pengalaman pribadi, kebudayaan orang lain yang dianggap penting, media massa, institusi, atau lembaga tertentu serta faktor dalam diri individu yang bersangkutan (Azwar, 2005: 30).

Pendapat Brekler dan Wiggina (1989) menyatakan bahwa sikap yang

diperoleh lewat pengalaman akan menimbulkan pengaruh langsung terhadap perilaku berikutnya. Bila individu berada dalam situasi yang betul-betul bebas dari berbagai bentuk tekanan, maka bentuk-bentuk perilaku yang ditampakkan merupakan ekspresi yang sebenarnya. Sebaliknya individu merasakan adanya tekanan, maka diekspresikan oleh individu sebagai pelaku lisan dan perbuatan yang sangat mungkin tidak sejalan dengan sikap hatinya. Tekanan tadi dapat berupa kekhawatiran dianggap bodoh, rasa takut kehilangan simpati dari orang lain (Azwar, 2005: 18).

Meskipun dalam penelitian ada beberapa responden yang mendapatkan *menarche* pada usia ≤ 10 tahun cenderung memiliki sikap positif dalam menghadapi haid, sedangkan beberapa responden yang mendapatkan *menarche* pada usia 11-13 tahun ada yang memiliki sikap negatif dalam menghadapi haid. Dalam hal ini sangat berpengaruh terhadap hasil penelitian, setelah diteliti hal ini dipengaruhi oleh faktor lingkungan, sebagai contoh: pada responden yang *menarche* pada usia ≤ 10 tahun karena ia berada di lingkungan terbuka misalkan ia mempunyai kakak perempuan yang bisa diajak berbagi pengalaman tentang masalah haid, sehingga ia cenderung memiliki sikap

positif dalam menghadapi haid. Sebaliknya beberapa responden yang mendapatkan *menarche* pada usia 11-13 tahun ia cenderung bersikap negatif dalam menghadapi haid dikarenakan ia berada di lingkungan tertutup sehingga ia terbiasa menutup diri dan cenderung enggan berbagi pengalaman dengan orang lain. Dengan adanya faktor-faktor tersebut sehingga diperoleh nilai kekuatan hubungan antara usia *menarche* dengan sikap dalam menghadapi haid termasuk sedang.

Faktor yang mempengaruhi terbentuknya sikap terbagi atas 2 faktor yaitu : faktor intern yang berasal dari individu itu sendiri antar lain pengalaman pribadi, emosional (misal: prasangka), pengetahuan. Sedangkan yang termasuk faktor eksternal adalah pengaruh orang lain yang dianggap penting (orang tua, orang yang status sosialnya lebih tinggi, teman dekat, guru, istri atau suami), kebudayaan, media massa, lembaga pendidikan dan agama (meletakkan dasar pengertian dan konsep moral diri individu) (Azwar, 2005: 30).

Pada penelitian didapatkan hasil yang tidak sesuai dengan teori, sehingga terdapat kesenjangan antara teori dengan penelitian, karena adanya pengaruh dari faktor lingkungan.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian tentang hubungan usia *menarche* dengan sikap dalam menghadapi haid pada siswi MTs Negeri Kauman dengan mengambil responden 90 siswi dapat disimpulkan bahwa ada hubungan usia *menarche* dengan sikap dalam menghadapi haid, meskipun hubungan usia *menarche* dengan sikap dalam menghadapi haid termasuk sedang. Hal ini dikarenakan adanya pengaruh dari faktor lingkungan, sehingga terdapat kesenjangan antara teori dengan penelitian.

Saran perlu adanya penyuluhan tentang *menarche* sejak dini sehingga siswi mengerti dan berguna untuk membentuk sikap yang positif dalam menghadapi haid.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta, Jakarta. 104-51
- Azwar S, 2005. *Sikap Manusia (Teori dan Pengukurannya)*. Pustaka Belajar, Yogyakarta. 4-88
- Hernawati, 2008. [http : // www. Depkes. go. id / Index, Php? Option= news & task = Viewarhele & sid = 2806 & Itemid = 2](http://www.Depkes.go.id/Index,Php?Option=news&task=Viewarhele&sid=2806&Itemid=2)
- Kartono, 1992. *Psikologi Wanita Jilid I*. Mandar Maju, Bandung. 111-8
- Mochtar R, 1998. *Sinopsis Obstetri Jilid I*. EGC, Jakarta. 15

- Notoatmodjo, 2003. *Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta, Jakarta. 124-6
- Notoatmodjo, 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta. 43-149
- Nursalam, 2003. *Konsep dan Penerapan Metodologi Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika, Jakarta. 44
- Pardede Nancy, 2002. *Tumbuh Kembang Anak dan Remaja*. IDI Sagung Seto, Jakarta. 139-154
- Prawirohardjo, 2005. *Ilmu Kandungan*. Yayasan Bina Pustaka, Jakarta. 92-237
- Simamora B, 2004. *Panduan Riset Perilaku Konsumen*. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta. 154
- Sugiyono, 2006. *Statistik Untuk Penelitian*. Alfabeta, Bandung. 206-16