

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG MENSTRUASI DENGAN SIKAP REMAJA PUTRI MENGHADAPI MENSTRUASI DI SMP NEGERI 4 SATU ATAP KABUN

Romy wahyuni⁽¹⁾, Elvira Junita⁽²⁾, Rahmi Fitria⁽³⁾, Asma Gusni⁽⁴⁾

^(1,2,3,4) Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir Pengaraian, Riau, Indonesia

email : romywahyuni53@gmail.com, ElviraJunita@gmail.com,

RahmiFitria@gmail.com

ABSTRAK

Menstruasi adalah pelepasan dinding rahim (endometrium) yang disertai dengan perdarahan dan terjadi setiap bulannya kecuali pada saat hamil. Ketika seseorang wanita telah mengalami haid, itu berarti organ reproduksinya telah berfungsi. Ovarium (indung telur), kiri dan kanan, memproduksi dan menyimpan ovum (sel telur) yang berjumlah sekitar 200.000-400.000 pada masing-masing ovarium. Siklus menstruasi wanita normalnya 28 hari dengan lama menstruasi 3-7 hari. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dengan sikap remaja putri menghadapi menstruasi di SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun. Jenis penelitian digunakan metode analitik kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional jumlah sampel 29 orang. Analisis penelitian dilakukan uji statistic Chi Square. Hasil penelitian tersebut terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang menstruasi p value 0.005(p<0.05). Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dengan sikap remaja putri menghadapi menstruasi di SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun. Saran penelitian adalah bagi responden menambah wawasan pengetahuan tentang menstruasi dalam upaya menghadapi menstruasi dengan memanfaatkan perpustakaan di sekolah dan mengakses internet agar memiliki sikap yang mendukung ketika menghadapi menstruasi.

Kata Kunci: Menstruasi, Pengetahuan, Sikap.

ABSTRACT

Menstruation is the release of the lining of the uterus (endometrium) which is accompanied by bleeding and occurs every month except during pregnancy. When a woman has menstruation, it means her reproductive organs are functioning. The ovaries (ovaries), left and right, produce and store about 200,000-400,000 ova (egg cells) in each ovary. A woman's normal menstrual cycle is 28 days with a menstrual period of 3-7 days. The aim of the study was to determine the relationship between the knowledge level of young women about menstruation and the attitudes of young women in facing menstruation at SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun. This type of research used quantitative analytic methods with a cross-sectional research design with a total sample of 29 people. The research analysis was carried out using the Chi Square statistical test. The results of this study found a relationship between the level of knowledge of young women about menstruation, p value 0.005 (p <0.05). The results of the study can be concluded that there is a relationship between the level of knowledge of young women about menstruation with the attitudes of young women facing menstruation at SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun. The research suggestion is for respondents to broaden their knowledge of menstruation in an effort to deal with menstruation by utilizing the school library and accessing the internet so that they have a supportive attitude when facing menstruation.

Keywords: Menstruation, Knowledge, Attitude.

PENDAHULUAN

Menjaga kebersihan selama menstruasi dapat dilakukan dengan hygiene genitalia saat menstruasi sering diabaikan, padahal kebersihan organ reproduksi saat menstruasi merupakan masalah penting yang berhubungan langsung dengan kesehatan tubuh mereka, karena menstruasi adalah hal yang harus mereka hadapi setiap bulannya (Astarani, 2016). Sari (2012) mengungkapkan bahwa masalah tersebut disebabkan oleh tingkat pengetahuan relatif rendah dan usia relatif muda, yang diamsusikan tidak memiliki risiko terkena penyakit yang dapat menyerang alat reproduksi (Mahfoudh, 2018).

Masalah yang akan timbul jika tidak menjaga kebersihan adalah bisa keputihan, keadaan keputihan sering hadir bersamaan dengan kondisi keputihan. Namun, pada dasarnya kondisi keputihan terjadi oleh 2 kategori. Keputihan dapat timbul dari berbagai keadaan, yaitu secara fisiologis/normal dan secara patologis. Kondisi yang dimaksud dengan keputihan fisiologis adalah keputihan yang normal terjadi akibat perubahan hormonal, seperti menjelang atau setelah menstruasi, stres, kehamilan, dan pemakaian kontrasepsi. Sementara keadaan keputihan patologis adalah keputihan yang timbul akibat kondisi medis tertentu dengan penyebab tersering adalah akibat infeksi parasit/jamur/bakteri. Dengan demikian jelas, bahwa keluarnya cairan vagina setelah periode menstruasi merupakan hal yang wajar ditemukan. Selama cairan tersebut tampak bening (tidak berwarna), tidak berbau, tidak banyak, dan tidak menimbulkan keluhan seperti rasa gatal atau terbakar pada kemaluan, maka Anda tidak perlu merasa khawatir.

Negara Indonesia merupakan negara iklim panas dan lembab, sehingga wanita Indonesia lebih rentan mengalami gangguan reproduksi. Menurut WHO, di Indonesia 75% wanita pernah mengalami keputihan setidaknya sekali dalam hidupnya dan 45% di antaranya mungkin mengalami keputihan dua kali atau lebih (Ningrum and Susyanti, 2018). Remaja putri memiliki risiko mengalami berbagai macam gangguan reproduksi terlebih saat dalam fase menstruasi, kurangnya perhatian terhadap hygiene genitalia saat menstruasi terutama di daerah organ kewanitaan dapat menyebabkan infeksi pada saluran reproduksi.

Berdasarkan wawancara beberapa beberapa siswi yang saya lakukan di SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun pada 20 November 2022, dari 10 siswi yang diberikan pernyataan secara langsung seputar menstruasi, terdapat 4 siswi yang sudah mengalami menstruasi dan mengatakan bahwa saat menstruasi tidak memperhatikan kebersihan alat reproduksinya dengan baik, bahkan ada yang mengatakan saat menstruasi mereka jarang mengganti pembalut kecuali sudah merasa tidak nyaman. dari siswi tersebut juga ada yang merasakan nyeri perut saat hari pertama haid. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut bagaimana Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi dengan Sikap Remaja Putri Menghadapi Menstruasi di SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun.

Tinjauan Teori. Remaja. Pengertian. Menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) yaitu periode usia antara 10 sampai 19 tahun, sedangkan perserikatan bangsa bangsa (PBB) menyebut kaum muda (youth) untuk usia antara 15 tahun sampai

24 tahun. sementara itu menurut the health resources dan services administrations guidelines amerika serikat, rentang usia remaja adalah 10-21 tahun dan terbagi menjadi tiga tahap, yakni remaja awal (10-14 tahun), remaja menengah (15-17 tahun) dan remaja akhir (18-21 tahun). Masa remaja adalah masa yang penting dalam perjalanan setiap kehidupan manusia. Golongan umur ini penting karena menjadi jembatan antara masa

anak-anak yang bebas menuju masa dewasa yang menuntut tanggung jawab (Sari, 2021:9). Aspek Pertumbuhan Remaja. Fungsi fisiologis dipengaruhi oleh kondisi lingkungan dan gizi. Faktor lingkungan dapat memberi pengaruh yang kuat lebih mempercepat perubahan. Perubahan dipengaruhi oleh dua organ penting, yaitu : hipotalamus dan hipofisis. Ketika kedua organ ini bekerja, ada tiga kelenjar yang dirangsang, yaitu: kelenjar gondok, kelenjar anak ginjal, dan kelenjar organ reproduksi. Ketiga kelenjar tersebut akan saling bekerja sama dan berinteraksi dengan faktor genetik maupun lingkungan (Sari, 2021:10). Aspek Perkembangan Remaja. Terdapat dua konsep perkembangan remaja, yaitu nature dan nurture. Konsep nature mengungkapkan bahwa remaja adalah masa badai dan tekanan. Periode perkembangan ini individu banyak mengalami gejolak dan tekanan karena perubahan yang terjadi pada dirinya. Konsep nurture menyatakan tidak semua remaja mengalami masa badai dan tekanan tersebut. Hal ini tergantung pada pola asuh dan lingkungan dimana remaja tinggal (Sari, 2021:10).

Menstruasi Pengertian Menstruasi adalah pelepasan dinding rahim (endometrium) yang disertai dengan perdarahan terjadi setiap bulannya kecuali pada saat hamil (Yuliyani, 2022:26). Menstruasi atau haid adalah proses peluruhan dinding rahim akibat tidak dibuahnya sel telur (Ani dkk, 2022:106). Menstruasi adalah perdarahan pervaginam berkala yang terjadi dengan pelepasan dinding rahim (Manuaba, 2020:152)

Menstruasi adalah proses alamiah yang terjadi pada perempuan. Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang, Siklus ini melibatkan beberapa tahap yang dikendalikan oleh interaksi hormon yang dikeluarkan hipotalamus, kelenjar dibawah otak dan indung telur. Secara klinik, pengertian menstruasi berdasarkan tiga hal. Pertama, siklus menstruasi yaitu jarak antara hari pertama dengan hari pertama menstruasi berikutnya. Kedua, lamanya menstruasi yaitu jarak hari pertama menstruasi sampai perdarahan menstruasi berhenti. Ketiga, jumlah atau volume darah yang keluar selama satu kali menstruasi. Siklus haid normal biasanya 28 hari, berlangsung 3-7 hari dengan panjang siklus dapat berkisar dari 21 sampai 35 hari, dengan jumlah darah selama menstruasi berlangsung tidak melebihi 80 ml atau ganti pembalut 2-3 kali sehari (Yuliyani dkk, 2022:25). Proses Terjadinya Menstruasi. Haid atau menstruasi adalah proses alamiah yang dialami oleh setiap wanita normal. Pada masa ini, hormon khas perempuan, estrogen dan progesteron meningkat sangat pesat. Hormon ini memiliki fungsi utama dalam sistem reproduksi untuk memerintahkan otak melakukan berbagai macam perubahan seperti kapan mulai dan kapan stop haid. Nah, ketika seseorang wanita telah mengalami haid, itu berarti organ reproduksinya telah berfungsi. Organ utama yang berperan di sini adalah kedua ovarium (indung telur), kiri dan kanan. Ovarium ini memproduksi dan menyimpan ovum (sel telur) yang berjumlah sekitar 200.000-400.000 pada masing-masing ovarium (Azzam, 2012:4). Siklus Menstruasi

Siklus menstruasi adalah waktu hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi periode berikutnya, sedangkan panjang siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya. Siklus menstruasi pada wanita normalnya berkisar 21-35 hari dan hanya 10-15% yang memiliki siklus menstruasi 28 hari dengan lama menstruasi 3-5 hari, ada yang mencapai 7-8 hari. (Puspita dkk, 2022:44). Fase Menstruasi

Menurut (Sinaga, 2017:27-28). Fase menstruasi terdiri dari fisiologi menstruasi dan faktor yang mempengaruhinya : Fisiologi Menstruasi Stadium menstruasi Stadium ini berlangsung selama 3-7 hari. Pada saat itu, endometrium (selaput rahim) dilepaskan

sehingga timbul perdarahan. Stasion Proliforasi. Stadium ini berlangsung pada 7-9 hari. Dimulai sejak berhentinya darah menstruasi sampai hari ke 14. Setelah menstruasi berakhir, dimulailah fase proliferasi di mana terjadi pertumbuhan dari desidua fungsionalis yang mempersiapkan rahim untuk perlekatan janin. Pada fase ini endometrium tumbuh kembali. Antara hari ke-12 sampai 14 dapat terjadi pelepasan sel telur dari indung telur (disebut ovulasi). Stadium sekresi berlangsung 11 hari. Masa sekresi adalah masa sesudah terjadinya ovulasi. Hormon progesteron dikeluarkan dan mempengaruhi pertumbuhan endometrium untuk membuat kondisi rahim siap untuk implantasi (perlekatan janin ke rahim). Stadium premenstruasi Stadium yang berlangsung selama 3 hari. Ada infiltrasi sel-sel darah putih, bisa sel bulat. Stroma mengalami disintegrasi dengan hilangnya cairan dan secret sehingga akan terjadi kolaps dari kelenjar dan arteri. Pada saat ini terjadi vasokonstriksi, kemudian pembuluh darah itu berelaksasi dan akhirnya pecah. Faktor yang mempengaruhi menstruasi

Faktor hormon Hormon yang mempengaruhi terjadinya haid pada wanita yaitu Folicle Stimulating Hormone (FSH) yang dikeluarkan oleh hipofisis, estrogen yang dihasilkan oleh ovarium, Luteinizing Hormone (LH) yang dihasilkan oleh hipofisis, serta progesterone yang dihasilkan oleh ovarium. Faktor enzim hidrolitik yang terdapat dalam endometrium merusak sel yang berperan dalam sintesis protein, yang mengganggu metabolisme sehingga mengakibatkan regresi endometrium dan perdarahan. Faktor vascular Saat fase proliferasi, terjadi pembentukan sistem vaskularisasi dalam lapisan fungsional endometrium. Pada pertumbuhan endometrium ikut tumbuh pula arteri, vena, dan hubungan di antara keduanya. Dengan regresi endomerium, timbul statis dalam vena serta saluran-saluran yang menghubungkannya dengan arteri, dan akhirnya terjadi nekrosis dan perdarahan dengan pembentukan hematoma, baik dari arteri maupun vena. Faktor prostaglandin Endometrium mengandung prostaglandin E2 dan F2. Dengan adanya desintegrasi endometrium, prostaglandin terlepas dan menyebabkan kontraksi myometrium sebagai suatu faktor untuk membatasi perdarahan pada haid (Yuliyani, 2022:30). Sindrom sebelum datang bulan (pre-mensruasi syndrome)

Beberapa saat sebelum mulai menstruasi wanita biasanya akan mengalami rasa tidak enak atau merasakan gejala menurut (Puspita dkk 2022:46). Keram Perut (dismenorrhe) Nyeri payudara. Perasaan malas bergerak, badan menjadi lemas, serta mudah merasa lelah.

Nafsu makan meningkat dan suka makan makanan yang rasa asam. Emosi menjadi labil, biasanya perempuan mudah uring-uringan, sensitif dan perasaan negatif lainnya, pingsan, Pinggul terasa pegal, insomnia, Sakit kepala dan kelelahan, Berat badan bertambah, Cara penanggulangan, Cara penanggulangan gangguan atau keluhan sebelum atau selama menstruasi menurut (Azzam, 2012:30). Kurangi konsumsi garam. Coba hindari kafein. Perbanyak. Perbanyak minum air putih. Perbanyak tidur. Kurang tidur dapat menyebabkan kelelahan sehingga lebih sensitive terhadap rasa sakit. Untuk mengatasi nyeri perut saat menstruasi dapat dilakukan cara seperti berikut : Usap perut bagian bawah untuk mengurangi ketegangan otot perut. Isi sebuah botol dengan air panas dan letakkan di perut bagian bawah atau bisa dipergunakan kain tebal/handuk yang sudah dibasahi dengan air panas. Minum air teh yang terbuat dari daun raspberry kemudian dicampur jahe. Tetap menjalankan aktivitas seperti biasa. Coba untuk berolah raga atau berjalan. Minum obat anti nyeri/sakit yang ringan seperti ibuprofen. Bila sangat nyeri dan perdarahan yang banyak dan semua usaha di atas tidak menolong perlu konsultasi dengan ahli (Sallika NS, 2010:73). Perawatan diri selama menstruasi. Pergunakan pembalut

untuk menampung darah menstruasi yang keluar dari vagina selama menstruasi. Pembalut diganti paling sedikit 2 kali sehari atau tergantung keadaan. Cucilah alat kelamin bagian luar dengan air dan sabun paling sedikit 1 kali sehari atau lebih baik setiap ada keperluan ke belakang untuk mencuci noda darah yang tertinggal (Sallika NS, 2010:78).

METODE

Jenis penelitian melalui pengujian hipotesis yaitu untuk mengetahui hubungan pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dengan sikap menghadapi menstruasi di SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun. Desain penelitian ini adalah menggunakan desain cross sectional yaitu suatu penelitian untuk mempelajari kolerasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan observasi atau pengumpulan data Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif analitik. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan variabel sekaligus pada satu saat tertentu saja (Notoatmodjo, 2018:86). Lokasi dan Waktu Penelitian. Lokasi Penelitian ini akan di lakukan di SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun desa Koto Ranah Kecamatan Kabun Kabupaten Rokan Hulu. Waktu Penelitian ini akan dilakukan pada bulan Maret-Aril 2023 di wilayah kerja Puskesmas Kabun Kabupaten Rokan Hulu. Populasi, Sampel dan Tehknik Sampling. Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/ subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian dapat ditarik kesimpulannya (Siyoto, 2015:63). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun, berjumlah 29 orang. Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti yang dianggap mewakili seluruh populasi (Notoadmodjo, 2010:115). Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah total sampling yaitu semua anggota populasi yang digunakan sebagai sampel pada penelitian ini yaitu seluruh remaja putri SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun, berjumlah 29 orang. Tehknik Sampling pengambilan sampel merupakan suatu teknik yang fungsinya untuk menentukan sampel yang akan dipakai dalam sebuah penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan total sampling dimana semua anggota dijadikan sebagai sampel (Siyoto, 2015:64). Defenisi Operasional adalah batasan dan cara pengukuran variabel yang akan diteliti. Defenisi operasional disusun dalam bentuk matrik, yang berisi nama variabel, deskripsi, alat ukur, hasil ukur, dan skala ukur yang digunakan (nominal, ordinal, interval, dan rasio). Definisi operasional dibuat untuk memindahkan dan menjaga konsistensi pengumpulan data. Menghindarkan perbedaan interpretasi serta membatasi ruang lingkup variabel (Notoatmodjo, 2010:85).

HASIL

Hasil Penelitian.

Profil Sekolah SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun SMP N 4 Satu Atap Kabun didirikan pada tanggal 09 Desember 2012 terletak di Jl. Koto Ranah, Desa Koto Ranah, Kecamatan Kabun, Kabupaten Rokan Hulu Provinsi Riau. Jumlah siswa di SMP N 4 Satu Atap Kabun ini sebanyak 58 siswa. Posisi geografi SMP N 4 Satu Atap Kabun lintang 0 dan bujur 100. Sekolah ini dibangun dengan partisipasi masyarakat atas inisiatif bersama pemerintah.

Analisa Univariat.

Pengetahuan Responden tentang Menstruasi

Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Di SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun.

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	23	79,3
Kurang	6	20,7
Jumlah	29	100

Berdasarkan tabel 4.1 di atas dapat dilihat bahwa responden yang berpengetahuan baik sebanyak 23 orang (79,3%), yang berpengetahuan kurang sebanyak 6 orang (20,7%).

Sikap Responden Menghadapi Menstruasi

Table 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap Remaja Putri Menghadapi Menstruasi Di SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun.

Sikap Menstruasi	Frekuensi	Persentase (%)
Positif	19	65,5
Negatif	10	34,5
Jumlah	29	100

Berdasarkan table 4.2 diatas dapat dilihat bahwa responden kategori sikap yang positif sebanyak 19 orang (65,5%), dan responden kategori sikap yang negatif sebanyak 10 orang (34,5%). sebagian kecil lama p\$enggunaan KB <1 tahun s\$ebanyak 1 r\$espond\$en (2,4%).

Analisa Bivariat

HubunganTingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang. Menstruasi dengan Sikap Remaja Putri Menghadapi Menstruasi. Table 4.3 Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi dengan Sikap Remaja Putri Menghadapi Menstruasi Di SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun.

Pengetahuan	Sikap Menghadapi Menstruasi						P
	Negatif		Positif		Total		
	N	%	n	%	n	%	
Baik	5	17,2	18	62,1	23	79,3	0,005
Kurang	5	17,2	1	3,4	6	20,7	
Jumlah	10	15,4	19	65,5	29	100	

Berdasarkan dari tabel 4.3 di atas dapat diketahui bahwa responden dengan pengetahuan kategori baik dan sikap positif menghadapi menstruasi yaitu sebanyak 18 orang (62,1%), dan responden pengetahuan kategori baik dan sikap negatif menghadapi menstruasi sebanyak 5 orang (17,2%), responden dengan pengetahuan kategori kurang dan sikap negatif sebanyak 5 orang (17,2%), dan responden pengetahuan kategori kurang dan sikap positif menghadapi menstruasi sebanyak 1 orang (3,4%).

Hasil uji Chi Square didapat nilai P value=0.005 (<0.05) artinya maka disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dengan sikap remaja putri menghadapi menstruasi di SMPN 4 Satu Atap Kabun.

PEMBAHASAN

Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi dengan Sikap Remaja Putri Menghadapi Menstruasi di SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun. Dalam pembahasan ini peneliti menyesuaikan teori yang ada dan membandingkan dengan kenyataan yang ditemui dilapangan terhadap hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dengan sikap menghadapi menstruasi di SMP Negeri 4 Satu Atap. Data tersebut dijadikan acuan dalam pembahasan sebagai hasil akhir dalam Skripsi yang dinyatakan sebagai berikut.

Dari tabel 4.3 di atas dapat diketahui bahwa responden dengan pengetahuan kategori baik dan sikap positif menghadapi menstruasi yaitu sebanyak 18 orang (62,1%), dan responden pengetahuan kategori baik dan sikap negatif menghadapi menstruasi sebanyak 5 orang (17,2%), responden dengan pengetahuan kategori kurang dan sikap negatif sebanyak 5 orang (17,2%), dan responden pengetahuan kategori kurang dan sikap positif menghadapi menstruasi sebanyak 1 orang (3,4%).

Hasil uji Chi Square didapat nilai P value=0.005 (<0.05) artinya maka disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dengan sikap remaja putri menghadapi menstruasi di SMPN 4 Satu Atap Kabun.

Pengetahuan adalah merupakan hasil tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (overt behavior). Pengalaman penelitian menyatakan ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan lebih baik dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan yang didapat oleh seseorang menyebabkan seseorang tersebut memiliki keterampilan. Keterampilan serta material yang tersedia akan mengarahkan seseorang pada perubahan perilaku (Notoatmodjo, 2010).

Menstruasi adalah pelepasan dinding rahim (endometrium) yang disertai dengan perdarahan dan terjadi setiap bulannya kecuali pada saat hamil (Yuliyani, 2022). Menstruasi atau haid adalah proses peluruhan dinding rahim akibat tidak dibuahnya sel telur (Ani dkk, 2022). Menurut Kartini, dkk (2022) Sikap adalah ungkapan perasaan seseorang tentang suatu hal yang berhubungan dengan kondisi sehat atau sakit dan faktor-faktor risiko yang berhubungan dengan kondisi kesehatan individu. Sikap merupakan dasar seseorang untuk berperilaku. Jika sikap tersebut positif, maka cenderung akan muncul sebuah perilaku yang positif. Sebaliknya, jika sikap seseorang tersebut negatif, maka cenderung akan muncul perilaku yang negatif pula. Sikap menstruasi adalah kesiapan seseorang pada saat menghadapi menstruasi. Sikap yang mendukung ketika menghadapi menstruasi pada remaja putri nantinya akan berpengaruh terhadap usaha yang dilakukan oleh remaja dengan maksud sebagai antisipasi dan pencegahan penyakit yang biasa ditimbulkan dari kebiasaan yang tidak benar saat menstruasi.

Menurut asumsi peneliti bahwa tingkat pengetahuan siswi dapat mempengaruhi sikap dimana semakin tinggi pengetahuan siswi tentang menstruasi akan semakin tinggi pula sikap positif siswi dalam menghadapi menstruasi sehingga menjadi menstruasi bukan hal yang ditakuti oleh remaja putri.

Hasil yang didapat dari data penelitian ini bahwa siswi dengan pengetahuan baik memiliki sikap positif ketika menghadapi menstruasi menunjukkan bahwa pengetahuan yang dimiliki remaja putri mampu mengubah sikap mereka ketika menghadapi

menstruasi. Siswi dengan tingkat pengetahuan kurang akan membentuk kepercayaan yang keliru. sehingga akan keliru dalam menentukan sikap ketika menghadapi menstruasi.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Angrraini Dyas P (2018) ada hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dengan sikap remaja putri menghadapi menstruasi pada siswi kelas VII di SMP Muhammadiyah Purworejo Kecamatan Purworejo Kabupaten Purworejo. Sejalan dengan penelitian Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia (2014) pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dengan sikap menghadapi dismenore kelas XI di SMA Muhammadiyah 7, Yogyakarta.

KESIMPULAN

Mayoritas tingkat pengetahuan remaja tentang menstruasi di SMP Negeri Satu Atap Kabun sebagian besar adalah baik sebanyak 23 orang (79,3%). Mayoritas sikap remaja putri SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun ketika menghadapi menstruasi sebagian besar adalah positif sebanyak 19 orang (65,5%). Ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dengan sikap remaja putri menghadapi menstruasi di SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun di tunjukkan dengan hasil uji chi square diperoleh nilai nilai p sebesar $0,005 < 0,05$.

SARAN

Untuk Program Studi S1 Kebidanan. Penelitian ini dapat menjadi tambahan refrensi tentang hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dengan sikap remaja putri menghadapi menstruasi di SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun.

Bagi Responden Menambah wawasan pengetahuan tentang menstruasi dalam upaya menghadapi menstruasi dengan memanfaatkan perpustakaan di sekolah dan mengakses internet agar memiliki sikap yang mendukung ketika menghadapi menstruasi.

Bagi Peneliti Sebagai wahana menambah pengetahuan dan pengalaman penulis dalam melakukan penelitian kesehatan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan data baru yang relevan terkait dengan pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dengan sikap remaja putri menghadapi menstruasi di SMP Negeri 4 Satu Atap Kabun.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I Made Sudarma. dkk. 2021. Metodologi Penelitian Kesehatan. Yayasan Kita Menulis. 4 & 50. Ani, Murti. Dkk. 2022. Manajemen Kesehatan Menstruasi. PT. Global Eksekutif. Padang Sumatra Barat. 106. Azzam. 2012. La Tahzan Untuk Wanita Haid. Qultummedia: Jakarta. 4 & 30. Kalsum, Ummi S Saleh. Dkk. 2022. Asuhan Kebidanan Kehamilan. Media Sains Indonesia. Kota Bandung – Jawa Barat. 152 Kartini. Dkk. 2022. Psikologi Keperawatan. PT Global Eksekutif Teknologi. Sumatra Barat 24 & 26-29. Notoatmodjo. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta. 83,85-86 & 115. Oktalia Dwi Sulistiani. 2022. Pengaruh Media Hygenic Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Hygiene Genitalia Saat Menstruasi Di SMPN 5 Kota Bengkulu. 1. Priutami, Yunita Ananda. 2019. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menerche Pada Siswi Kelas V & VI Di Kelas SD Negeri 1 Ceper Klaten. 9. Puspita, Irma Maya. 2021.

- Asuhan Kebidanan Pada Remaja & Premenopause. Rena Cipta Mandiri. Malanang. 27-28, 44 & 46. Rini, Puji Rini & Fadhilah Maya. 2021.
- Monograf Tingkat Pengetahuan Perawat Tentang Penerapan Prinsip Enam Tepat Dalam Pemberian Obat di Ruang Rawat Inap. Wawasan Ilmu Anggota IKAPI. Banyumas :10 Sallika NS. 2010.
- Serba Serbi Kesehatan Perempuan : Apa Yang Perlu Kamu Tahu Tentang Tubuhmu. Bukune. Jakarta. 73&78. Sari, Reza Fajar. 2021.
- Hubungan Tingkat Menstruasi Dengan kesiapan Menerche siswi Di SDN 38 Kota Bengkulu. 9-10, 27-28, 31 & 46. Sinaga,Ernawati. dkk. 2017.
- Manajemen Kesehatan Menstruasi. Universitas Nasional IWWASH Global One. 34, 146 &161. Sioto, Sandu. 2015. Dasar Metodologi. Yokyakarta. 63-64.Yulianik, dkk. 2022.
- Kesehatan Reproduksi Remaja. PT. Global Eksekutif Teknologi. 25-26 & 30.Wirenviona, Rima & Riris Istri Dalem Cintya. 2020. Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja. Airlangga University Press Jawa Timur. 1 & 4.