

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Masa remaja menjadi masa yang begitu khusus dalam hidup manusia karena pada masa tersebut terjadi proses awal kematangan organ reproduksi manusia yang disebut sebagai masa pubertas. Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak ke dewasa bukan hanya dalam artian psikologi, tetapi juga fisik. Bahkan, perubahan-perubahan fisik yang terjadi itulah yang merupakan gejala primer dalam pertumbuhan remaja. Sementara itu, perubahan psikologi muncul antara lain sebagai akibat dari perubahan-perubahan fisik tersebut.

Secara etimologi remaja puteri berarti “tumbuh menjadi dewasa” definisi remaja menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) remaja merupakan individu yang sedang mengalami peralihan yang secara berangsur-angsur mencapai kematangan seksual, mengalami perubahan jiwa dari jiwa kanak-kanak menjadi dewasa dan mengalami perubahan keadaan ekonomi dari ketergantungan menjadi relatif mandiri(1).

Menstruasi atau haid adalah pengeluaran cairan dari vagina secara priode selama usia reproduksi, menstruasi pada umumnya terjadi pada usia 12-13 tahun, meskipun pada zaman sekarang ada yang terjadi pada usia dini yaitu 9-10 tahun. Peristiwa yang paling penting pada remaja puteri adalah menarche yaitu perdarah pertama dari uterus yang terjadi pada seorang wanita.

Di Indonesia diperkirakan 20% remaja puteri sudah mengalami *menarche* rata-rata pada usia 11 tahun. Perubahan psikologis maupun biologis juga di

rasakan kebanyakan anak remaja puteri, *menarche* sering kali terjadi pada saat mereka sedang belajar atau bermain di sekolah tanpa ada persiapan sebelumnya. Beragam respon yang muncul terhadap *menarche* tentunya di pengaruhi oleh banyak nya faktor, salah satunya adalah pengetahuan remaja tentang menstruasi dan kesehatan reproduksi(2).

Dalam komponen reproduksi Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI, 2017), respon wanita di tanya apakah mereka mendiskusikan dengan orang lain tentang menstruasi sebelum mereka mengalami menstruasi pertama (*menarche*), di diskusi kepada orang tua (53,6%), kepada petugas kesehatan (13,5%), dan di diskusi kepada siapapun (24,8%)(3).

Pada umumnya menstruasi pertama pada remaja puteri terjadi pada usia 11 tahun, namun tidak menutupi kemungkinan terjadi pada sebelum atau sesudah usia 11 tahun. Haid pertama yang dialami remaja puteri akan banyak mengalami ketakutan dan kekhawatiran. Salah satunya nyeri haid yang sering dialami pada saat haid pertama dan kedua. Biasanya pada saat pertama kali menjelang menstruasi dan pada saat menstruasi terjadi kebanyakan perempuan akan merasakan nyeri perutnya (4).

Pengetahuan tentang menstruasi sangat penting bagi remaja puteri untuk bekal menghadapi berbagai permasalahan yang muncul saat menstruasi, salah satu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja puteri tentang menstruasi adalah dengan melakukan penyuluhan, yaitu kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan menyebarkan pesan dan menanamkan keyakinan tentang

menstruasi sehingga remaja putri mengerti bahwa menstruasi adalah yang fisiologis dan merupakan tanda berfungsinya organ reproduksi.

Berdasarkan hasil penelitian Rosidah yang menunjukkan hasil 28,9% siswa mempunyaipengetahuan yang baik tentang menstruasi, 26,9% berpengetahuan cukup dan 44,2% mempunyai pengetahuan kurang. Kurangnya pengetahuan remaja disebabkan karena dari segi fisik dan psikologis remaja belum matang, informasi yang kurang dari orang tua, dan sulitnya mencari informasi karenatempat tinggal yang jauh dari perkotaan(5).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Indah Puspita Sari dengan judul penelitian Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Perubahan Perilaku *Menstrual Hygiene* Remaja Putri Untuk Pencegahan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR)menggambarkan bahwa pada saat pretest, kelompok perlakuan sebagian besar memiliki perilaku cukup sebesar 53% sedangkan kelompok kontrol sebagian besar memiliki perilaku baik sebesar 63%. Data pada saat posttest didapatkan bahwa kedua kelompok sebagian besar memiliki perilaku baik, kelompok perlakuan sebesar 58% dan kelompok kontrol sebesar 67% (6)

Hasil survey awal terdapat 118 siswi SMP kelas VII Yayasan Perguruan Sultan Iskandar Muda Medan Sunggal, yang dikumpulkan di aula sekolah dan menanyakan secara langsung kepada seluruh siswi siapa yang belum mendapatkan haid dan siapa yang sudah mendapatkan haid, diperoleh data sebanyak 86 siswi yang sudah mendapat haid atau sudah mengalami *menarche* dan yang belum mendapat haid atau mengalami *menarche* didapat 32 orang siswi (usia 12-13

tahun) dari 10 siswi yang belum *menarache* 7 siswi mengatakan belum mengetahui apa itu menstruasi dan 3 siswi mengatakan sudah mengetahui apa itu menstruasi.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Remaja Puteri Tentang Menstruasi di Kelas VII SMPYayasan Perguruan Sultan Iskandar Muda Medan Sunggal tahun 2018”.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Remaja Puteri Tentang Menstruasi dikelas VII SMPYayasan Perguruan Sultan Iskandar Muda Medan Sunggal tahun 2018”

1.3. Tujuan Penelitian

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan remaja puteri tentang mestruasi sebelum dilakukan penyuluhan di kelas VII SMP Yayasan Perguruan Sultan Iskandar Muda Medan Sunggal tahun 2018
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan remaja puteri tentang mestruasi sesudah dilakukan penyuluhan di kelas VII SMP Yayasan Perguruan Sultan Iskandar Muda Medan Sunggal tahun 2018
- c. Untuk mengetahui Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Remaja Puteri Tentang Menstruasi dikelas VII SMP Yayasan Perguruan Sultan Iskandar Muda Medan Sunggal Tahun 2018.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Responden

Sebagai masukan untuk lebih banyak memberikan informasi tentang menstruasi.

1.4.2. Bagi Tempat Penelitian

Sebagai wawasan tentang menstruasidan mengetahui siswi yang belum mendapat menstruasi .

1.4.3. Bagi Institut Kesehatan Helvetia

Sebagai referensi bagi kepustakaan di institute kesehatan Helvetian medan serta menjadi bahan masukan dan perbandingan bagi peneliti khususnya tentang Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Remaja Puteri Tentang Menstruasi di Kelas VII SMP Yayasan Perguruan Sultan Iskandar Muda Medan Sunggal Tahun 2018.

1.4.4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat di gunakan sebagai acuan dan bahan masukan untuk mengadakan penelitian selanjutnya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Tinjauan Penelitian Terdahulu

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Nydia Rena Benitadengan judul penelitian Pengaruh Penyuluhan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Puteri Di SMP Kristen Gergaji yang menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan bahwa angka kemaknaan untuk topik anatomi dan fisiologi organ reproduksi, cara memelihara kesehatan organ reproduksi, pubertas, kehamilan dan aborsi, serta penyakit menular seksual (PMS) dan HIV/AIDS (p) masing-masing adalah 0,028; 0,022; 0,160; 0,079; dan 0,013 secara berurutan. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan pada pengetahuan tentang anatomi dan fisiologi kesehatan reproduksi, cara memelihara kesehatan organ reproduksi, serta penyakit menular seksual (PMS) dan HIV/AIDS ($p < 0,05$). Sedangkan pada topik pubertas serta kehamilan dan aborsi, tidak ada peningkatan pengetahuan yang signifikan ($p > 0,05$) (7).

Penelitian yang dilakukan oleh Nutrisia Aquariushinta Sayuti dengan judul penelitian Pengaruh Penyuluhan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Perawatan Organ Intim Dengan Tanaman Jamu Pada Remaja Putri Di Sma N 1 Jatinom Pengetahuan siswi pada pretest diperoleh nilai mean pada 76,15 sedangkan *posttest* diperoleh mean 91,12. Berdasarkan data diatas maka hasil *posttest* lebih besar daripada hasil *pretest* sebesar 14,97 (19,66%) dan hasil uji statistik menggunakan wilcoxon test didapatkan hasil 0,000 ($p < 0,05$). Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis diterima yaitu Ada Pengaruh

Penyuluhan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Perawatan Organ Intim Dengan Tanaman Jamu Pada Remaja Putri di SMA N 1 Jatinom karena secara nyata terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai *pretest* dan *posttest*(8).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Palupi Kumalasari dengan judul penelitian Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Siswa Putri Saat Mengalami Menstruasi di SMPN 3 Kecamatan Sawoo Kabupaten Ponorogo. Terhadap 10 orang siswa putri bahwa ditemukan 26 % remaja yang merasa bingung dan cemas dalam menghadapi menstruasi mereka yang pertama, 85 % mengatakan sudah mendapat informasi tentang menstruasi baik dari orang tua, guru maupun buku-buku, tetapi 51 % dari mereka merasa informasi yang mereka dapatkan belum cukup banyak, terbukti dengan beberapa pertanyaan yang diajukan selanjutnya tidak dijawab dengan baik. Yang lebih memprihatinkan ternyata 46 % dari mereka tidak tahu bahwa setelah menstruasi dapat terjadi kehamilan bila mereka berhubungan seksual dan 28 % menjawab bahwa hubungan sex dengan pacar karena alasan cinta itu diperbolehkan. Dapat disimpulkan bahwa 44% dari responden mempunyai pengetahuan yang baik tentang menstruasi sedangkan 66% lainnya mempunyai pengetahuan yang kurang. 50% dari mereka mempunyai sikap positif dalam menghadapi menstruasi, sedangkan 50% lainnya mempunyai sikap yang negatif (9).

2.2. Telaah teori

2.2.1. Menstruasi

1. Pengertian Menstruasi

Menstruasi adalah haid, perdarahan yang berasal dari rahim, berlangsung secara normal dan berulang, kira-kira empat minggu sekali. Menstruasi pertama kali dialami oleh seorang perempuan disebut menarche (10).

Menstruasi ibarat roda yang berputar bagi seorang wanita. Artinya, tidak ada seorang wanita pun di dunia ini yang tidak pernah mengalami menstruasi. Menstruasi pasti datang dan pasti akan dialami oleh wanita. Hal ini sudah menjadi hukum alam yang tidak terbantahkan lagi. Selain itu, dari zaman dulu sampai sekarang pun, wanita telah mengalami yang namanya menstruasi, tentu dengan cara penanganan yang berbeda(11).

2. Siklus Menstruasi

Siklus adalah perputaran atau daur ulang, yakni suatu proses dari keadaan semula dan kembali lagi ke keadaan semula. Itulah mengapa, siklus sering dikonotasikan dengan “roda yang berputar”. Dari sini, jelas bahwa siklus menstruasi adalah daur ulang atau perputaran menstruasi pada seorang wanita. Lebih jelasnya, siklus menstruasi adalah daur menstruasi yang terjadi setiap bulan pada wanita produktif, kecuali wanita tersebut sedang hamil.

Siklus menstruasi dihitung dari hari pertama menstruasi sampai tepat suatu hari pertama menstruasi bulan berikutnya. Siklus menstruasi tersebut antara satu wanita dengan wanita lainnya tidak sama. Artinya, siklus itu bervariasi, yakni dari mulai 18-40 hari, dan rata-rata 28 hari. Namun, hanya sekitar 10-15% saja wanita

yang memiliki siklus 28 hari. Sementara itu, siklus menstruasi yang normal terjadi setiap 21-35 hari sekali, dengan lama hari menstruasi berkisar 3-7 hari. Menurut perhitungan para ahli, wanita akan mengalami 500 kali menstruasi selama hidupnya (11).

3. Fase-Fase Siklus Menstruasi

a. Fase Menstruasi

Fase pertama dari siklus menstruasi adalah fase menstruasi itu sendiri. Pada fase ini, dinding rahim dari tubuh luruh dan keluar yang disertai dengan ~ 7 . Adapun beberapa penyebab terjadinya fase menstruasi, antara lain adalah sebagai berikut.

- 1) Ovum tidak dibuahi sperma sehingga korpus luteum menghentikan produksi hormone estrogen dan progesteron.
- 2) Menurunnya kadar estrogen dan progesteron yang menyebabkan lepasnya ovum dari endometrium yang disertai robekan dan luruhnya endometrium sehingga terjadi pendarahan.
- 3) Menstruasi terjadi kurang lebih 5 hari.
- 4) Darah yang keluar selama menstruasi berkisar antara 50-150 ml.

b. Fase Praovulasi

Setelah fase menstruasi, siklus menstruasi masuk pada fase kedua yang disebut fase praovulasi. Fase ini disebut juga fase follicular atau proliferasi dan terjadi antara hari ke-1 menstruasi sampai terjadi ovulasi. Jika tidak ada kehamilan, maka akan masuk fase luteal (pascaovulasi). Pada fase ini terjadi pematangan sel telur (ovum) dalam indung telur (ovarium) setelah

sebelumnya terjadi pembentukan sel telur. Pematangan ovum ini terjadi pembentukan sel telur. Pematangan ovum ini terjadi karena kadar estrogen dalam tubuh meningkat. Fase ini biasanya berlangsung mulai hari ke-7 sampai hari ke-13.

c. Fase Ovulasi

Fase ketiga dalam siklus menstruasi adalah fase ovulasi. Fase ini terjadi ketika sel telur yang matang siap untuk dibuahi. Artinya, fase ovulasi adalah masa subur dari seorang wanita. Lalu, kapanakah fase ovulasi itu datang? Mengenai hal ini, perlu anda ketahui bahwa seorang wanita mengalami ovulasi sekitar 14 hari dimulainya menstruasi. Akan tetapi, tidak benar jika dikatakan bahwa ovulasi terjadi 14 hari setelah hari terakhir menstruasi karena lamanya siklus menstruasi yang sangat bervariasi antara satu wanita dengan wanita lainnya. Faktanya, ada wanita yang mempunyai siklus selama 21 hari, ada yang 38 hari, dan yang standar adalah 28 hari. Bila anda melakukan hubungan seksual pada masa subur atau masa ovulasi ini, maka kemungkinan terjadi kehamilan sangat besar.

d. Fase Pascaovulasi

Setelah ovulasi, fase keempat dari siklus menstruasi adalah fase pascaovulasi. Fase pascaovulasi ini datang apabila tidak terjadi pembuahan pada fase ovulasi. Fase pascaovulasi merupakan masa kemunduran dari sel telur (ovum) bila tidak dibuahi oleh sperma atau yang disebut dengan istilah fertilisasi (pembuahan). Bila fertilisasi tidak terjadi, maka siklus menstruasi akan kembali kepada fase pertama, yakni fase menstruasi (11).

4. Ciri-Ciri Menstruasi Normal

Berikut adalah ciri-ciri menstruasi normal :

- a. Menstruasi pertama kali (*menarche*) terjadi pada umur 12-13 tahun.
- b. Menstruasi teratur setelah usia 17-18 tahun. Pada awal menstruasi biasanya siklusnya belum teratur. Hal ini dipengaruhi oleh hormone estrogen yang lebih dominan.
- c. Siklus menstruasi antara 26-32 hari atau 28-35 hari.
- d. Pengeluaran darah menstruasi berlangsung 5-7 hari.
- e. Jumlah darah yang hilang 50-60 cc tanpa bekuan darah. Jika darah menstruasi bercampur dengan bekuan darah, berarti terjadi pendarahan yang sangat banyak. Hal ini termasuk tidak normal.
- f. Memiliki warna merah khas darah dan bau khas darah (10).

5. Perubahan Yang Terjadi Menjelang dan Saat Menstruasi

Pada akan atau saat menstruasi ada perubahan hormone yang drastic, sehingga pada beberapa orang akan menyebabkan perubahan dalam diri orang tersebut. Perubahan dapat berupa perubahan fisik maupun perubahan psikologi. Secara umum ada beberapa perubahan yang dialami seorang yang akan atau sedang menstruasi, yaitu:

- a. Perubahan fisik, misalnya payudara tegang, perut terasa kembung, kulit halus menjadi mudah berjerawat, dan nyeri sebelum atau sesaat menstruasi.

- b. Perubahan mental, Susana hati dan tingkah laku seperti tegang, cemas, perubahan *mood* secara tiba-tiba, mudah marah atau iritabel, susah konsentrasi, lemah dan kurang energi (10).

6. Keluhan-Keluhan Saat Menstruasi

- a. Nyeri perut.

Hal ini disebabkan oleh kontraksi otot-otot perut untuk meluruskan selaput dalam dinding rahim dan mengeluarkannya. Agar rasa nyeri teratasi, dianjurkan banyak mengonsumsi kalsium. Tetapi bisa juga menggunakan kompresan hangat yang diletakan ke bagian perut untuk meredakan ketegangan otot.

- b. Cepat lelah.

Perdarahan menstruasi menyebabkan tubuh kehilangan sel darah merah. Padahal sel darah merah memiliki fungsi penting bagi tubuh, yaitu sebagai pengangkut nutrisi dan oksigen ke seluruh tubuh. Zat besi banyak ditemukan di dalam gandum, kacang-kacangan, bayam, daging dan ikan.

- c. Nyeri pinggang

Hal ini terjadi akibat ketegangan otot-otot perut yang berkontraksi mengeluarkan darah menstruasi dari rahim. Lakukan *stretching* agar otot relaks dan minum air.

- d. Mood naik turun.

Susana hati saat menstruasi sangat dipengaruhi oleh hormon. Agar *mood* tetap stabil, atur pola makan seimbang; tinggi protein dan B kompleks selama menstruasi. Lakukan olahraga teratur, saat tubuh bergerak, akan

dihasilkan hormonendorfin, yang bisa menyeimbangkan kadar hormon tubuh, sehingga memperbaiki suasana hati.

e. Mual dan kembung.

Fluktuasi hormonreproduksi dan pengumpulan cairan di rongga perut memicu mual dan kembung saat menstruasi. Cegah hal ini dengan cara mengurangi asupan garam dan kafein.

f. Nyeri payudara.

Hal ini juga dipengaruhi oleh faktor hormonal tubuh. Agar payudara nyaman gunakan bra yang pas dan bahan yang lembut. Hindari memakai pakaian yang terlalu ketat agar tidak menekan posisi payudara(12).

7. Hal-Hal Yang Harus Diperhatikan Ketika Menstruasi

Ada beberapa hal yang perlu kita perhatikan ketika menstruasi, yaitu:

- a. Pada saat haid, pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terkena infeksi. Oleh karna itu kebersihan vagina perlu diperhatikan.
- b. Selama haid mungkin timbul rasa nyeri pada pinggang dan pinggul, hal ini disebabkan adanya peregangan pada otot-otot rahim.
- c. Penggunaan pembalut selama haid harus diganti secara teratur, 2-3 kali sehari atau setelah mandi dan buang air kecil untuk menjaga kebersihan.
- d. Jika pembalut (sekali pakai) akan dibuang, sebaiknya dibungkus sebelum dibuang ketempat sampah. Pembalut lainnya dicuci terlebih dahulu atau direndam dengan sabun pada tempat tertutup (10).

2.2.2 Pengetahuan

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini menjadi setelah orang mengadakan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia di pengaruhi oleh mata dan telinga, pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana di harapkan bahwa dengan berpendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan luas pengetahuannya, akan tetapi perlu di tekan kan, bukan berarti orang yang berpendidikan rendah, rendah pula pengetahuannya, hal ini mengingat bahwa pengetahuan tidak mutlak di dapat dari pendidikan normal saja, tetapi bisa di dapat dari pendidikan non normal(13).

2. Tingkat Pengetahuan

Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang di dasari oleh pengetahuan pengalaman yang cukup di dalam domain *kognitif* mempunyai 6 tingkatan yaitu :

a. Tahu (*know*)

Tahu di artikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang sfesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu tahu ini merupakan tingkat

pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan dan sebagainya.

b. Memahami (*Comprehention*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

c. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi *real* (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

d. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam satu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.

e. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang

baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan *justifikasi* atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian itu didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada(13).

3. Faktor–Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan

a. Umur

Usia adalah umur individu yang dihitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Sedangkan semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja .

b. Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang terhadap perkembangan orang lain menuju ke arah cita-cita tertentu yang menentukan manusia untuk berbuat dan mengisi kehidupan untuk berbuat dan mengisi kehidupan untuk mencapai keselamatan dan kebahagiaan. Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Menurut Depertemen Pendidikan Nasional (2003) berupa UU RI NO. 20 tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional menyebutkan bahwa pendidikan dibagi tiga yaitu pendidikan dasar

meliputi SD/SMP, pendidikan menengah meliputi SMU/SMK, dan pendidikan tinggi meliputi perguruan tinggi.

c. Sumber Informasi

Sumber informasi suatu alat untuk menyampaikan informasi, yang dapat diperoleh dari berbagai sumber yaitu: media cetak, media elektronik, petugas kesehatan dan media apapun akan meningkatkan pengetahuan masyarakat.

d. Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada disekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan kedalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak, yang akan direspons sebagai pengetahuan oleh individu. Lingkungan fisik adalah semua keadaan yang terdapat disekitar tempat hidup, yang akan mempengaruhi pada individu tersebut baik secara langsung maupun tidak langsung, contohnya, lingkungan rumah, kantor, sekolah. Lingkungan sosial adalah lingkungan antar manusia yang meliputi: pola-pola hubungan sosial serta kaidah pendukungnya yang berlaku dalam suatu lingkungan spasial (ruang), yang ruang lingkupnya ditentukan oleh keberlakuan pola-pola hubungan sosial contohnya, interaksi manusia di RT, RW, tempat kuliah, tempat kerja tersebut (termasuk perilaku manusia didalamnya), dan oleh tingkat rasa integrasi mereka yang berada didalamnya (14).

4. Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang akan diukur dari subjek penelitian atau responden ke dalam pengetahuan yang ingin diukur dan disesuaikan dengan tingkatannya. Adapun jenis pertanyaan yang dapat digunakan untuk pengukuran pengetahuan secara umum dibagi menjadi 2 jenis yaitu:

a. Pertanyaan subjektif

Penggunaan pertanyaan subjektif dengan jenis pertanyaan *essay* digunakan dengan penilaian yang melibatkan faktor subjektif dari penilai, sehingga hasil nilai akan berbeda dari setiap penilai dari waktu ke waktu.

b. Pertanyaan objektif

Jenis pertanyaan objektif seperti pilihan ganda (*multiple choice*), betul salah dan pertanyaan menjodohkan dapat dinilai secara pasti oleh penilai

Pengukuran tingkat pengetahuan dapat dikategorikan menjadi tiga yaitu:

- a. Pengetahuan baik bila responden dapat menjawab 76-100% dengan benar dari total jawaban pertanyaan.
- b. Pengetahuan cukup bila responden dapat menjawab 56-75% dengan benar dari total jawaban pertanyaan.
- c. Pengetahuan kurang bila responden dapat menjawab <56% dari total jawaban pertanyaan(15).

2.2.3 Remaja

1. Pengertian Remaja

Remaja (*adolescence*) berasal dari bahasa latin yang artinya “tumbuh kearah kematangan“ yang di maksud bukan hanya kematangan fisik saja,tetapi juga kematangan social dan psikologis.Remajaadalah suatu usia di mana individu menjadi terintegrasi kedalam masyarakat dewasa. Remajaada di antara anak dan orang dewasa. Oleh karna itu remaja sering kali di kenal dengan fase “mencari jati diri” dimana remaja masih mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fisik maupun psikisnya(16).

2. Batas Usia Remaja

Batas usia remaja berbeda-beda sesuai dengan sosial budaya setempat. Ditinjau dari bidang kesehatan WHO, masalah yang dirasakan paling berkaitan dengan kesehatan remaja yang mendesak adalah kehamilan dini. Beragkat dari masalah pokok ini WHO menetapkan batas usia remaja 10-20 tahun sebagai sumber batasan usia remaja(17).

a. Remaja awal (11-14 Tahun)

Adapun ciri-ciri yang dimiliki remaja awal adalah sebagai berikut :

- 1) Tidak stabilnya emosi
- 2) Lebih menonjolnya sikap dan moral
- 3) Mulai sempurnanya kemampuan mental dan kecerdasan

b. Remaja Tengah (15-17 tahun)

Ciri-ciri dinamika perkembangan psikologis pada masa remaja tengah yaitu :

- 1) Semakin berkembang keinginan untuk mendapatkan status
- 2) Ingin mendapatkan kebebasan sikap, pendapat dan minat.
- 3) Belajar bertanggung jawab

c. Remaja akhir (18-21 tahun)

Pola-pola sikap, perasaan, pikir, dan tingkah laku, remaja akhir memiliki ciri-ciri khas yang membedakannya dengan remaja awal yaitu sebagai berikut :

- 1) Mulai stabil
- 2) Lebih realitas
- 3) Lebih matang menghadapi masalah
- 4) Lebih tenang perasaanya(18).

3. Perkembangan Remaja

Perkembangan yang terjadi pada masa remaja ada 4 yaitu :

a. Perkembangan Fisik

Perubahan dramatis dalam bentuk dan ciri-ciri fisik berhubungan dengan mulainya pubertas. Hormon *estrogen* membuat anak perempuan memiliki sifat kewanitaan setelah remaja. Hormon ini dapat merangsang pertumbuhan susu di payudara sehingga payudara membesar. Juga merangsang pertumbuhan saluran telur, rongga rahim dan vagina sehingga membesar, tebal dan mengeluarkan cairan bertambah banyak. Selain itu dapat juga mengakibatkan tertimbunya lemak di daerah pinggul wanita dan dapat memperlambat pertumbuhan tubuh yang semula sudah dirangsang oleh kelenjar bawah otak.

b. Perkembangan intelektual

Tidak dapat perubahan-perubahan dalam fungsi intelektual selama masa remaja. Kemampuan untuk mengerti masalah-masalah yang kompleks berkembang secara bertahap. Masa remaja awal adalah awal dari tahap pikiran formal operasional, yang dapat diartikan sebagai pikiran yang melibatkan logika dedikasi atau pengurangan. Tahap ini terjadi pada semua orang tanpa memandang pendidikan dan pengalaman mereka. Sebagian besar remaja mampu menyesuaikan diri tanpa mendapatkan kesulitan apa-apa. Tapi selama masa penyesuaian remaja akan bersikap mudah tersinggung dan sulit dimengerti. Hal ini karena ada konflik dalam dirinya, frustrasi, kebingungan bahkan keputusasaan.

c. Perkembangan seksual

Perubahan fisik yang terjadi mengakibatkan munculnya dorongan seksual. Pemusatan dorongan seksual masih dipersulit dengan banyaknya tabu sosial dan kurangnya pengetahuan yang benar tentang seksualitas.

d. Perkembangan emosional

Masa remaja adalah masa stres emosional yang timbul dari perubahan fisik yang cepat dan luas yang terjadi sewaktu pubertas. Hal itu dipandang sebagai perkembangan proses psikososial yang terjadi seumur hidup. Terjadinya masalah emosional tersebut berbeda-beda pada setiap remaja. Biasanya pada masa ini remaja mencari jati diri, susah di atur , lebih suka marah, cemas dan merasa bimbang(16).

2.2.4 Penyuluhan

1. Pengertian Penyuluhan

Penyuluhan adalah suatu kegiatan pendidikan yang bersifat non formal yang ditujukan untuk mengubah perilaku (pengatahuan, sikap, dan keterampilan) manusia. Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan sesuatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan(19).

2. Tujuan Penyuluhan

- a. Mengubah pengetahuan (pemahaman), individu, kelompok dan masyarakat dibidang kesehatan.
- b. Terbentuknya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara perilaku hidup sehat dan lingkungan sehat, serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal (19).

3. Sasaran Penyuluhan Kesehatan

Sasaran penyuluhan kesehatan mencakup individu, kelompok dan masyarakat. Penyuluhan kesehatan pada individu dapat dilakukan dirumah sakit, klinik, puskesmas, posyandu, keluarga binaan dan masyarakat binaan (19).

4. Metode Penyuluhan Dan Media Penyuluhan

- a. Metode penyuluhan
 - 1) Metode penyuluhan perorangan (individu)
 - 2) Metode penyuluhan kelompok
 - 3) Metode penyuluhan massa

b. Media penyuluhan

Media penyuluhan adalah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator sehingga sasaran dapat meningkatkan pengetahuannya yang akhirnya diharapkan dapat berubah perilakunya kearah positif terhadap kesehatan. Berdasarkan fungsinya media penyuluhan terbagi 3 yaitu:

- 1) Media cetak
- 2) Media elektronik
- 3) Media luar ruang(20).

2.3 Hipotesa Penelitian

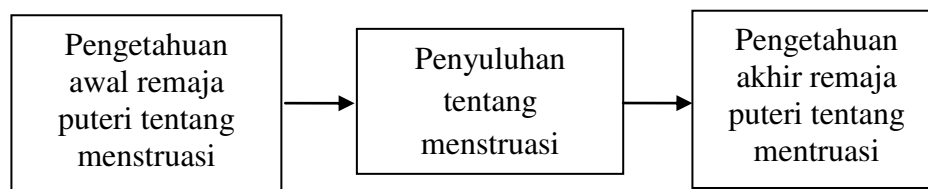
Hipotesa di dalam penelitian berarti jawaban sementara peneliti, patokan dugaan atau dalil sementara, yang kebenarannya akan dibuktikan (21). Hipotesis dalam penelitian ini adalah Ada Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi di Kelas VII SMP Yayasan Perguruan Sultan Iskandar Muda Medan Sunggal Tahun 2018.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Desain Penelitian

Desain penelitian ini adalah menggunakan metode *pre-experimental design* atau *quasi experiment* dalam bentuk *one group pretest-posttest design* yaitu suatu desain penelitian dengan melakukan observasi sebanyak 2 kali yaitu sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen. Observasi sebelum eksperimen (O_1) disebut *pre-test* dan observasi sesudah eksperimen (O_2) disebut sebagai *post-test*. Dalam desain ini, semua sample dijadikan kelompok perlakuan yaitu di berikan pendidikan kesehatan. Adapun sekema desain penelitian adalah sebagai berikut :



Gambar 3.1. Desain Penelitian *One Group Pretest-Posttest*

3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian

3.2.1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di SMP Yayasan Perguruan Sultan Iskandar Muda di Gang Bakul, jalan Tengku Amir Hamzah lingkungan XI Pekan I, Sunggal, Kecamatan Medan Sunggal, Kota Medan, Provinsi Sumatera Utara, Indonesia.

3.2.2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan Juli-Oktober 2018.

3.3. Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau yang akan diteliti, dalam arti lain populasi dapat diartikan sebagai sesuatu yang memiliki nilai yang semua ingin diteliti sifatnya (21). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja puteri yang belum menstruasi yaitu sebanyak 32 remaja puterikelas VII di SMP Yayasan Perguruan Sultan Iskandar Muda Medan Sunggal Tahun 2018.

3.3.2. Sampel

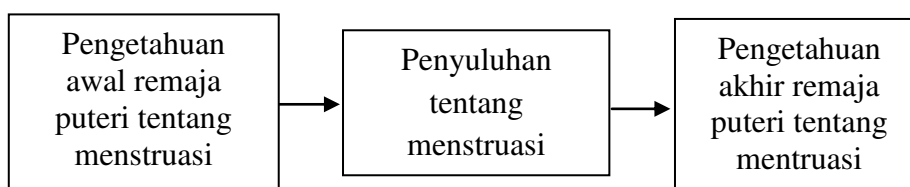
Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi(21).

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total populasi* yaitu teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampelsama dengan populasi.Jumlahsampel pada penelitian ini adalah 32 orang remaja puteri yang belum menstuasi.

3.4. Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah alur penelitian yang memperlihatkan variabel-variabel yang mempengaruhi dan yang dipengaruhi, atau dengan kata lain dalam kerangka konsep akan terlihat faktor-faktor yang terdapat dalam variabel penelitian.

Adapun kerangka konsep dari



Gambar 3.2. Kerangka Konsep

3.5. Definisi Operasional dan Aspek Pengukuran

3.5.1. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah batasan yang digunakan untuk mendefinisikan variabel-variabel atau faktor-faktor yang mempengaruhi variabel pengetahuan.

a. Penyuluhan

Pemberian intervensi berupa penyuluhan pada responden tentang menstruasi meliputi tentang pengertian menstruasi, siklus menstruasi, ciri-ciri menstruasi normal, perubahan-perubahan saat menstruasi, keluhan-keluhan saat menstruasi, hal yang diperhatikan saat sedang menstruasi.

b. Pengetahuan

Pengetahuan tentang pengertian menstruasi, siklus menstruasi, ciri-ciri menstruasi normal, perubahan-perubahan saat menstruasi, keluhan-keluhan saat menstruasi, hal yang diperhatikan saat sedang menstruasi.

3.5.2. Aspek Pengukuran Data

Aspek pengukuran adalah aturan-aturan yang meliputi cara dan alat ukur (instrument), hasil pengukuran, kategori dan skala yang digunakan untuk menilai suatu variabel.

Aspek pengukuran variabel independen dalam penelitian ini adalah Penyuluhan yang dilakukan pada hari Sabtu, 15 September 2018 di SMP Yayasan Perguruan Sultan Iskandar Muda, dengan menggunakan metode ceramah.

TABEL 3.1.*Aspek Pengukuran Data dan Variable Dependen (y)*

Variabel Dependen	Jumlah Pertanyaan	Cara dan Alat Ukur	Skala Pengukuran	Value	Skala Ukur
Pengetahuan remaja puteri tentang menstruasi	12 pertanyaan	Menghitung skor pengetahuan remaja puteri tentang menstruasi (skor max 12)	Skor9-12 (76%- 100%) Skor 7-8 (56%- 75%) Skor<7 (<56%)	Baik (3) Cukup (2) Kurang (1)	Ordinal

3.6. Metode Pengumpulan Data

3.6.1 Jenis Data

- 1) Data primer merupakan data karakteristik responden, motivasi kerja reponden dan kualitas pelayanan keperawatan
- 2) Data skunder meliputi diskriptif dan lokasi penelitian, misalnya fasilitas pelayanan kesehatan, jumlah tenaga dan pelaksanaan pelayanan keperawatan serta data lain yang mendukung analisis terhadap data primer
- 3) Data tertier diperoleh dari berbagai referensi yang sangat valid seperti jurnal,sumber elektronik , misalnya SDKI,Riskesdas

3.6.2 Teknik Pengumpulan Data

- 1) Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh peneliti secara langsung (21). Data primer yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dimana koesioner di gunakan untuk mengukur pengetahuan remaja puteri.

2) Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari hasil dokumentasi oleh pihak lain (21). Data sekunder dalam penelitian ini adalah hasil rekapitulasi jumlah remaja putri yang di dapat di SMP Yayasan Perguruan Sultan Iskandar Muda Medan Sunggal tahun 2018.

3) Data Tertier

Data tertier adalah data yang diperoleh dari naskah yang sudah dipublikasikan (21). Data tertier yang digunakan dalam penelitian ini adalah data WHO, SDKI 2017 (Survei Demografi Kesehatan Indonesia), profil kesehatan Indonesia tahun 2017.

3.6.1. Uji Validitas dan Realiabilitas

a. Uji Validitas

Uji validitas adalah suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang di ukur. Sebuah instrumen di katakan valid apabila mampu mengukur yang di inginkan(22).

Untuk mengetahui validitas atau instrument (dalam kuesioner) dengan cara melakukan korelasi antara skor masing-masing pertanyaan dengan skor totalnya dalam suatu variable. Teknik korelasi yang digunakan adalah *pearson product moment*, dengan bantuan SPSS. Kriteria validitas instrumen penelitian yaitu jika nilai probabilitas Sig.(2-tailed) Total $X <$ dari taraf signifikan (α) sebesar 0,05, maka butir instrument di nyatakan valid jika r hitung $\geq r$ table, maka instrumen

atau item-item pertanyaan berkolerasi signifikan terhadap skor (dinyatakan valid)(22).

Uji validitas di dalam penelitian ini akan dilakukan di SMP Yayasan Perguruan Nasional Brigjend Katamso Medan Sunggal tahun 2018, dengan 15 responden remaja puteri.

TABEL 3.2.

Tabel Uji Validitas Kuesioner Pengetahuan Remaja Puteri tentang Menstruasi

No	Pengetahuan Responden	r-hitung	r-tabel	Keterangan
1	Butir Pernyataan 1	0,702	0,514	Valid
2	Butir Pernyataan 2	0,821	0,514	Valid
3	Butir Pernyataan 3	0,593	0,514	Valid
4	Butir Pernyataan 4	0,525	0,514	Valid
5	Butir Pernyataan 5	0,764	0,514	Valid
6	Butir Pernyataan 6	0,600	0,514	Valid
7	Butir Pernyataan 7	0,217	0,514	Tidak Valid
8	Butir Pernyataan 8	0,559	0,514	Valid
9	Butir Pernyataan 9	0,525	0,514	Valid
10	Butir Pernyataan 10	0,593	0,514	Valid
11	Butir Pernyataan 11	0,049	0,514	Tidak Valid
12	Butir Pernyataan 12	0,520	0,514	Valid
13	Butir Pernyataan 13	0,417	0,514	Tidak Valid
14	Butir Pernyataan 14	0,539	0,514	Valid
15	Butir Pernyataan 15	0,821	0,514	Valid

Berdasarkan tabel diatas maka dapat diketahui bahwa setiap butir pertanyaan dengan nilai r hitung $>$ r tabel maka dikatakan valid seperti pada butir pernyataan no. 1,2,3,4,5,6,8,9,10,12,14,15 sedangkan pada butir pernyataan no. 7,11,13 dinyatakan tidak valid.

b. Uji Reliabilitas

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau diandalkan, dimana hasil pengukuran tetap

konsisten bila dilakukan pengukuran dua kali atau terlebih terhadap gejala yang sama dengan menggunakan alat ukur yang sama(22).

Kriteria dari reabilitas instrument penelitian yaitu nilai Cronbach's Alpha yang diperoleh kemudian dibandingkan dengan *r product moment* pada tabel dengan ketentuan taraf signifikan 0,05 maka butir instrument dinyatakan reliabel atau dapat diandalkan jika nilai Cronbach's Alpha $> 0,6$ dinyatakan reliabel(22).

TABEL 3.3.

Tabel Uji Reliabilitas Kuesioner Pengetahuan Remaja Puteri tentang Menstruasi

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
.870	12

Berdasarkan tabel uji reliabilitas dengan nilai Cronbach's Alpha diperoleh nilai 0,870 maka pernyataan kuesioner dinyatakan reliable karena diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* > 0.05 , atau dapat diandalkan dan seluruh konsisten memiliki reliabilitas yang kuat.

3.7. Metode Pengolahan Data

Setelah data terkumpul, langkah yang dilakukan peneliti adalah mengolah data, sehingga dapat dianalisis dan diambil kesimpulannya.

Dalam pengolahan data dilakukan dengan langkah sebagai berikut :

a. *Collecting*

Mengumpulkan data yang berasal dari kuesiner, angket maupun observasi.

b. *Checking*

Dilakukan dengan memeriksa kelengkapan jawaban kuesioner atau lembar observasi dengan tujuan agar data diolah secara benar sehingga pengolahan data memberikan hasil yang valid dan reliabel, dan terhindar dari bias.

c. *Coding*

Pada langkah ini penulis melakukan pemberian kode pada variabel-variabel yang diteliti, misalnya nama responden dirubah menjadi nomor 1,2,3,...,62.

d. *Entering*

Data entry, yakni jawaban dari masing-masing responden yang masih dalam bentuk “kode” (angka atau huruf) dimasukkan ke dalam program komputer yang digunakan peneliti yaitu program SPSS *for windows*.

e. *Processing*

Semua data yang telah di input ke dalam aplikasi komputer akan diolah sesuai dengan kebutuhan dan penelitian (21).

3.8. AnalisaData

Analisa data dilakukan dengan menggunakan dengan statistic dengan perangkat lunak SPSS dengan langkah-langkah analisa datanya adalah :

3.8.1. Analisa Univariat

Analisa univariat yaitu analisa yang digunakan untuk mendiskripsikan data yang dilakukan pada tiap variable. Adapun analisa univariat dalam penelitian ini adalah karakteristik responden berdasarkan umur dan pengetahuan remaja puteri sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan.

3.8.2. Analisa Bivariat

Analisa bivariat adalah untuk mengetahui hubungan (kolerasi) antara variabel bebas (independen) dengan variabel terikat (dependen). Adapun analisis bivariat dalam penelitian ini adalah menggunakan analisa statistik uji *wilcoxon signed ranks test*.