

Hubungan Faktor Eksternal Anak Usia Sekolah Terhadap Respon Psikologi Menghadapi *Menarche* Di SMPN 2 Cikarageman Kabupaten Bekasi Tahun 2025

¹Sipriana Wau, ²Yulis Setyaningsih

^{1,2} Politeknik Kartini Jakarta, Jl. Ciledug Raya No. 94-96, Cipulir Kebayoran Lama - Jakarta Selatan
12230

Email: Shepriansa0106@gmail.com

Abstrak

Menarche merupakan haid pertama yang terjadi anak perempuan di usia remaja, *Menarche* dapat di sebabkan perubahan psikologis bagi anak perempuan diantaranya perubahan aspek psikologis yang terjadi pada anak, dapat berupa emosional yaitu perasaan cemas. Penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Anak Usia Sekolah Terhadap Respon Psikologis Menghadapi *Menarche* di SMPN 2 Cikarageman Tahun 2025. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan deskriptif analitik. Sampel penelitian ini terdiri atas 45 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan respon psikologis anak usia sekolah dalam menghadapi *menarche*. Dengan *P value* 0.886 ($p > 0,050$), bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan respon psikologis anak usia sekolah dalam menghadapi *menarche*. Penelitian ini menyimpulkan bahwa faktor eksternal berupa pengetahuan dan respon psikologis anak usia sekolah dalam menghadapi *menarche* sangat baik.

Kata Kunci : Faktor Eksternal, Respon Psikologi, *Menarche*

Abstract

*Menarche is the first menstruation that occurs in adolescent girls. Menarche can cause psychological changes in girls, including emotional changes such as feelings of anxiety. This study aims to determine the relationship between school-age children's knowledge and their psychological response to menarche at SMPN 2 Cikarageman in 2025. This study used a quantitative method with descriptive analysis. The sample consisted of 45 respondents. The results showed no significant relationship between knowledge and the psychological response of school-age children in facing menarche. With a *P value* of 0.886 ($p > 0.050$), there was no significant relationship between knowledge and the psychological response of school-age children in facing menarche. This study concludes that external factors in the form of knowledge and psychological responses of school-age children in facing menarche are very good.*

Keywords: External Factors, Psychological Responses, *Menarche*

PENDAHULUAN

Menarche adalah merupakan haid pertama yang terjadi pada perempuan dan merupakan ciri dari kedewasaan seorang perempuan yang sehat. *Menarche* atau menstruasi pertama mempunyai batasan usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memulai masa reproduksi.[14]. Pada umumnya gejala yang timbul pada saat haid pertama kali (*menarche*), yaitu kecemasan atau kekuatan yang diperkuat dengan keinginan-keinginan untuk menolak proses fisiologis. Maka banyak peristiwa menstruasi pertama dihayati sebagai suatu pengalaman traumatis.[2]

Menarche dapat menimbulkan perubahan psikologis bagi anak perempuan diantaranya yaitu perubahan aspek psikologis yang terjadi pada anak, dapat berupa emosional yaitu perasaan cemas. Kecemasan merupakan respon dari individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kehidupan sehari-hari dan digolongkan ke dalam pengalaman yang tidak menyenangkan yang biasanya di tandai dengan

beberapa gejala seperti jantung yang berdebar-debar, sesak nafas, perasaan khawatir, rasa takut yang tidak normal, rasa ragu pada diri sendiri, dan merasa adanya ancaman.[5]

Tujuan Penelitian ini Untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Anak Usia Sekolah Terhadap Respon Psikologis Menghadapi *Menarche* di SMPN 2 Cikarageman Tahun 2025. Manfaat Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat bermanfaat dalam tiga aspek yaitu manfaat aplikatif, manfaat keilmuan dan manfaat metodologi

Menurut Penelitian yang dilakukan oleh Mardalena (2018), tentang faktor yang berhubungan dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche ada hubungan antara pengetahuan dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche dan tidak ada hubungan antara peran ibu dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SMP Negeri 31 Palembang.[9]. Penelitian yang dilakukan Sabilla (2020) mengatakan Faktor pengetahuan masih rendah atau kurang dimana masih banyak responden atau remaja putri masih belum memahami seperti darah menstruasi banyak keluar, frekuensi mengganti pembalut, frekuensi menstruasi dalam satu bulan, dan ciri pubertas pada wanita. Faktor usia merupakan faktor internal yang mempengaruhi kesiapan *menarche*, didapatkan sebagian besar remaja pertama kali mengalami menarche berkisar antara usia 11 – 12 tahun. Faktor sumber informasi dapat diperoleh anak dari orangtua atau dari sumber. yang lain seperti televisi, majalah, sekolah, atau teman. Faktor sikap didapatkan bahwa sikap yang buruk terhadap menstruasi dan rendahnya pengalaman menstruasi secara signifikan dikaitkan dengan persiapan pramenstruasi yang tidak memadai.[13].

Seperti yang dikemukakan oleh penelitian Ayu (2013) kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche tergantung beberapa hal, salah satunya dipengaruhi oleh faktor perilaku orang tua, sebagian besar ibu tidak mengajari anak perempuan mereka tentang masalah menstruasi seperti usia mendapatkan menstruasi, lama menstruasi dan pemeliharaan kesehatan selama menstruasi. Selain itu pengetahuan juga sangat berpengaruh dalam kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche, Hal ini dikarenakan dengan adanya pengetahuan tentang menarche yang dimiliki oleh remaja merupakan sebagai dasar untuk memahami proses menarche yang akan dialaminya. Dengan demikian remaja siap untuk melalui proses menarche tanpa ada rasa ketakutan yang akan mengganggu psikis akibat dari informasi yang tidak jelas kebenarannya.[6]

METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan metode deskriptif analitik sederhana yang bertujuan untuk mengidentifikasi satu variabel yaitu respon psikologis anak usia sekolah selama mengalami *menarche*. Deskriptif analitik dilakukan terhadap sekumpulan objek yang biasanya bertujuan untuk melihat gambaran fenomena (termasuk kesehatan, dalam penelitian ini respon psikologis *menarche*) yang terjadi di dalam suatu populasi tertentu, yakni anak usia sekolah.[10]

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 04 september 2025 di SMPN 2 cikarageman populasi yang di teliti ialah seluruh anak perempuan yang mengalami *menarche* di SMPN 2 cikarageman. Sample yang di ambil pada penelitian ini sebanyak 45 responden. Sampel yang diambil adalah anak yang memenuhi kriteria inklusi sebagai berikut: anak sekolah menengah pertama, Sudah mengalami *menarche*, berjenis kelamin perempuan, Bersedia menjadi responden. Sementara anak yang tidak dijadikan sampel dalam penelitian ini adalah yang memiliki salah satu atau lebih kriteria eksklusi sebagai berikut: Mengalami keterbatasan dalam kemampuan baca dan tulis, Mengalami gangguan mental, diantaranya autisme atau hiperaktif, Belum mengalami *menarche*.[10]

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah berupa data primer yaitu data yang diperoleh langsung dari responden dengan menggunakan kuesioner yaitu dari sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden, atau hal-hal yang diketahui pada siswi yang mengalami *menarche*. Pengumpulan data dengan cara membagi suatu daftar dari pernyataan kepada responden untuk diisi. Dalam penelitian ini diambil kuesioner yang tertutup berstruktur dimana angket tersebut dibuat sedemikian rupa sehingga responden

hanya tinggal memilih atau menjawab pada jawaban yang sudah ada. Dimana sebelumnya responden diberi penjelasan mengenai cara pengisian kuesioner.[10]. Jenis Instrumen dalam penelitian ini adalah lembar kuisisioner untuk mengetahui hubungan faktor eksternal pada anak usia sekolah terhadap respon psikologis menghadapi menarche di SMPN 2 Cikarageman, kuisisioner langsung di berikan kepada responden.[10]. Analisis data yang di gunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan analisis univariat di mana analisis yang mendeskripsikan karakter variabel dan analisi bivariat yang berhubungan atau berkorelasi.[10].

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

Responden berdasarkan sebagian besar untuk mengetahui distribusi frekuensi dan presentase dari setiap variabel Independen (Pengetahuan anak usia sekolah di SMPN 2 Cikarageman) dan variabel Dependen (Respon psikologis menghadapi *menarche*).

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Respon Psikologis Anak Usia Sekolah
Menghadapi Menarche di SMPN 2 Cikarageman di Kabupaten Bekasi Tahun 2025

Respon Psikologis	Frekuensi (N)	Presentasi (%)
Respon positif	30	66,7 %
Respon Negatif	15	33,3 %
Total	45	100 %

Berdasarkan hasil di atas didapatkan hasil penelitian dari 45 responden sebagian besar anak usia sekolah memberikan respon positif pada saat menghadapi *menarche* sebanyak 30 orang (66,7 %), dan anak usia sekolah memberikan respon negatif pada saat menghadapi menarche sebanyak 15 orang (33,3 %).

Dari analisis hasil penelitian ini, sebagian besar responden membayangkan saat pertama kali *menarche*, mereka takut darah menembus ke rok dan celana. Pengetahuan mengenai Kesehatan reproduksi akan membuat remaja siap menghadapi menarche dengan mengetahui bahwa menstruasi awal yang dialami perempuan dalam masa pubertas adalah hal yang wajar. Pengetahuan bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi persiapan. Pengetahuan dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari pengalaman, tingkat pendidikan, keyakinan, fasilitas sumber informasi, dan usia. Sedangkan faktor eksternal yaitu berasal dari sosial budaya dan lingkungan Selain pengetahuan, faktor yang mempengaruhi kesiapan masyarakat adalah pola asuh orang tua dan sumber informasi.[8,14]. Menurut Rogers (2019), kecemasan adalah keadaan yang tidak menyenangkan, penuh tekanan atau tidak dapat dijelaskan. Semakin banyak informasi yang dimiliki seseorang, semakin mereka akan merasa terancam oleh kecemasan mereka sendiri.[12].

Menurut Notoatmodjo (2019) sumber informasi adalah segala sesuatu yang menjadi perantara dalam penyampaian informasi, merangsang pikiran dan kemampuan serta menambah pengetahuan komunikasi antara ibu dan anak akan memberikan informasi yang lebih dipahami oleh anak sehingga dapat menimbulkan kesiapan yang positif dari anak dalam menghadapi *menarche*.[10].

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Anak Usia Sekolah Terhadap Respon Psikologis Menghadapi Menarche di SMPN 2 Cikarageman Kabupaten Bekasi Tahun 2025

Pengetahuan	Frekuensi (N)	Presentasi (%)
Baik	17	37,8 %
Cukup	12	26,6 %
Kurang	16	35,6 %
Total	45	100 %

Berdasarkan hasil yang didapatkan Tingkat Pengetahuan Pengetahuan Anak Usia Sekolah di SMPN 2 Cikarageman Kabupaten Bekasi Tahun 2025. Dari 45 responden, sebagian besar anak usia sekolah yang berpengetahuan cukup sebanyak 26 responden (57,8%), yang berpengetahuan kurang 16 responden (35,5%) dan sebagian kecil anak usia sekolah yang berpengetahuan baik sebanyak 3 orang (6,7%).

Hasil yang didapatkan dari Tingkat Pengetahuan Pengetahuan Anak Usia Sekolah di SMPN 2 Cikarageman Kabupaten Bekasi Tahun 2025. Dari 45 responden, sebagian besar anak usia sekolah yang berpengetahuan cukup sebanyak 26 responden (57,8%), yang berpengetahuan kurang 16 responden (35,5%) dan sebagian kecil anak usia sekolah yang berpengetahuan baik sebanyak 3 orang (6,7%).

Menurut penelitian Kurniawati (2019) yang dilakukan di SD Muhammadiyah Dadapan Turi Sleman Yogyakarta yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan menstruasi dengan tingkat kesiapan menghadapi *menarche*. Disebutkan terdapat 52,7% siswi mempunyai pengetahuan yang kurang.[7]. Hasil penelitian serupa oleh Dewi (2017) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi menstruasi. Kurangnya pengetahuan dapat disebabkan karena kurangnya akses informasi, sehingga menyebabkan ketidaktahuan siswi mengenai kesehatan reproduksi. Tanpa informasi yang tepat dan tidak adanya persiapan dalam menghadapi *menarche* paling sering ditemui akan menimbulkan kecemasan dan ketakutan pada anak perempuan yang kemudian akan menolak proses fisiologis menstruasinya.[3]

Sebaliknya, semakin rendah pengetahuan seseorang maka semakin cenderung untuk memiliki respon negatif.[8]. Hasil studi tersebut kemudian didukung oleh penelitian Afifah dan Hastuti (2019) yang menyatakan sebanyak 21 dari 34 siswi menunjukkan memiliki pengetahuan baik dan siap dalam menghadapi *menarche*. [1]

2. Analisa Bivariat

Tabel 3 Hubungan Pengetahuan Anak Usia Sekolah Terhadap Respon Psikologis Menghadapi *Menarche* di SMPN 2 Cikarageman Kabupaten Bekasi Tahun 2025

Pengetahuan	Respon psikologis				Jumlah		Nilai P
	Positif		Negatif				
Baik	16	35,6%	1	2,2%	17	37,8%	0.886
Cukup	8	17,8%	4	8,8%	12	26,6%	
Kurang	10	22,3%	6	13,3%	16	35,6%	
Total	34	75,7%	11	24,3%	45	100%	

Berdasarkan tabel 3 diatas didapatkan hasil penelitian dari 45 responden, anak usia sekolah yang memberikan respon positif pada saat *menarche* sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik sebanyak 16 responden (35,6%) dan yang memberikan respon positif terkecil dari anak usia sekolah yang memiliki pengetahuan cukup, sebanyak 1 responden (17,8%). Anak usia sekolah yang memberikan respon negatif sebagian besar berpengetahuan kurang sebanyak 8 responden (8,8%), dan sebagian kecil yang memberikan respon negatif dari anak usia sekolah yang berpengetahuan baik yaitu sebanyak 1 responden (2,2%).

Dari hasil uji statistik diperoleh *P value* 0.886 ($p > 0,050$), maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan respon psikologis anak usia sekolah dalam menghadapi *menarche*.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurmawati dan Erawantini (2019) yang dilakukan di SDN Tegal gede 1 Jember menyatakan bahwa kesiapan yang baik sebagian besar pada responden yang memiliki pengetahuan baik (82,4%). Peningkatan pengetahuan dapat menyebabkan peningkatan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche*. Kesiapan seseorang dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, semakin baik tingkat pengetahuan remaja maka semakin siap remaja tersebut dalam menghadapi *menarche*. [11]

Hasil penelitian ini juga tidak sejalan dengan penelitian Fauziyah, Fitryasari & Nastiti (2020), yang menunjukkan bahwa pengetahuan anak usia sekolah yang baik (46,3%) menyebabkan tingkat kecemasan turun. [4]

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan Maka penulis dapat menyimpulkan bahwa:

1. Faktor eksternal anak usia sekolah mengenai pengetahuan *menarche* di SMPN 2 Cikarageman, dari 45 responden, sebagian besar anak yang berpengetahuan baik sebanyak 17 responden (37,8%), berpengetahuan kurang 16 responden (35,6%) dan sebagian kecil anak usia sekolah yang berpengetahuan cukup sebanyak 12 orang (26,6%).
2. Berdasarkan respon psikologisnya didapatkan hasil penelitian dari 45 responden, anak usia sekolah yang memberikan respon positif sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik sebanyak 16 responden (35,6%), dan sebagian kecil berpengetahuan baik sebanyak 1 responden (2,2%). Serta anak usia sekolah yang memberikan respon negatif sebagian yang berpengetahuan kurang sebanyak 4 responden (8,8%) serta sebagian kecil yang memberikan respon negatif dari anak usia sekolah yang berpengetahuan baik sebanyak 1 responden (2,2%).

3. Dari hasil uji statistik diperoleh *P value* 0.886 ($p > 0,050$), maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara faktor eksternal anak usia sekolah yaitu pengetahuan terhadap respon psikologis menghadapi *menarche*.

SARAN

1. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat mendokumentasikan hasil penelitian ini, sehingga dapat dijadikan bahan bacaan atau bahan acuan untuk mahasiswa program studi Jurusan Kebidanan dalam upaya perbandingan dengan penelitian yang akan dilaksanakan selanjutnya.

2. Bagi Tempat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan masukan sehingga bisa meningkatkan pengetahuan yang dapat memberikan respon positif bagi anak usia sekolah saat menghadapi *menarche* di SMPN 2 Cikarageman Kabupaten Bekasi

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Afifah, A. and Hastuti, T. P. (2016) Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan VI di SD Negeri Dangkel Parakan Temanggung. *Jurnal Kebidanan*, 5(11), pp. 49–61. Diperoleh dari: <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jurkeb/article/view/28> [12 Februari 2020]
- [2] Ayu, Y. W. (2018). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Menarche Pada Siswi Kelas IV, V, DAN VI DI SD Negeri Bakulan Jetis Bantul. *Bitkom Research*, 1–11. <http://repository.unjaya.ac.id/3000/>
- [3] Dewi, C. Fitria. (2017) Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi pada Siswi Kelas 5 di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta. Digilib Uinsa Yogyakarta.
- [4] Fauziyah, N., Fitryasari, R., & Nastiti, A. N. (2020) Correlation Between Knowledge, Mother's Support, Peer Support with Anxiety to Confront Menarche among Adolescents at Elementary school: A Correlational Study. *Pedimaternurs. J.*, 6(1), 21–28.
- [5] Hayati, F. (2020). Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP Negeri 13 Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim* <https://doi.org/10.36565/jab.v9i2.159> Jambi, 9(2), 149.
- [6] Juwita. Yulita. (2018). Pengetahuan pada Remaja. *Jurnal Studi Keislaman dan Ilmu Pendidikan. Sekolah- Tinggi-Ilmu-Kesehatan- Hangtua. Surabaya*.
- [7] Kurniawati, D. (2011) Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan Tingkat Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswi Usia 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Dadapan Turi Sleman Yogyakarta. Skripsi. STIKES Aisyiyah Yogyakarta.
- [8] Lutfiya, I. (2017) Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Biometrika dan Kependudukan*. 5(2), p. 135.
- [9] Mardalena.Y. (2018). faktor-yang- berpengaruh-terhadap-manarche- pada-remaja SMA. Bandung: Alfabeta. National Institute Of Health (2017). Turning Discovery into Health. <https://www.nih.gov/taxonomy/term/1271>
- [10] Notoatmodjo, S. (2019). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- [11] Nurmawati, I. and Erawantini, F. (2019) Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Siswi Sd Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), pp. 136–142.
- [12] Rogers, C. R. (2012) *On Becoming a Person* (terj). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- [13] Sabillah. D. Y. B. (2020). Faktor yang mempengaruhi manarche pada remaja putri. *Jurnal Kesehat Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional*.

- [14] Tondo, L. et al.(2017) Age at menarche predicts age at onset of major affective and anxiety disorders. *European Psychiatry*. Elsevier Masson SAS, 39, pp. 80–85.
- [15] Wibisono, H. A. Y. . (2020). Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 72–83.
<https://doi.org/10.37048/kesehatan.v9i1.121>