

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut data statistik harian Suara Merdeka, jumlah penduduk di Jawa Tengah pada tahun 2002 mencapai 31.691.866 jiwa, terdiri atas 15.787.143 (49,81%) laki-laki, dan 15.904.723 (50,19%) perempuan. Dari jumlah tersebut, sekitar 9.019.505. (28,46%) adalah mereka yang berusia anak/remaja. Jumlah ini relatif cukup besar, karena mereka akan menjadi generasi penerus yang akan menggantikan kita di masa yang akan datang. Status/keadaan kesehatan mereka saat ini akan sangat menentukan kesehatan mereka di saat dewasa, khususnya bagi perempuan.

Dari survei yang dilakukan *Youth Center* Pilar PKBI (Program Keluarga Berencana Indonesia) Jawa Tengah 2004 di Semarang mengungkapkan bahwa dengan pertanyaan-pertanyaan tentang proses terjadinya bayi, Keluarga Berencana, cara-cara pencegahan HIV/AIDS, anemia, cara-cara merawat organ reproduksi, dan pengetahuan fungsi organ reproduksi, diperoleh informasi bahwa 43,22% pengetahuannya rendah, 37,28 % pengetahuan cukup sedangkan 19,50 % pengetahuan memadai.

Mengacu pada isu-isu global, seperti yang dibahas di *International Conference of Population and Development* (ICPD) di Kairo tahun 1994, maka setiap orang (laki-laki dan perempuan, tanpa diskriminasi, termasuk anak dan remaja) harus mendapatkan pelayanan kesehatan reproduksi yang memadai. Maka bila ada golongan tertentu (anak/remaja) yang karena sebab-sebab tertentu tidak dapat mengakses pelayanan, maka hal tersebut termasuk pelanggaran hak. Melihat besarnya permasalahan dan dampaknya di masa depan untuk generasi mendatang, untuk itu perlu dibangun komitmen bersama antar elemen, baik pemerintah maupun masyarakat, yang menetapkan kesehatan reproduksi

remaja sebagai agenda/isu bersama dan penting. Upaya-upaya yang perlu dilakukan adalah pemberian informasi kesehatan reproduksi dalam berbagai bentuk sedini mungkin kepada seluruh segmen remaja, baik di perkotaan maupun di pedesaan. Pemberian informasi ini dengan tujuan meningkatkan pengetahuan yang pada gilirannya mampu memberikan pilihan kepada remaja untuk bertindak secara bertanggung jawab, baik kepada dirinya maupun keluarga dan masyarakat. Pendidikan kesehatan reproduksi remaja juga berbeda antara yang diberikan kepada siswa SD dengan SMU. Pendidikan kesehatan reproduksi yang dimaksud di sini tidak ada hubungannya dengan teknik-teknik hubungan seks, namun merupakan sekumpulan pengetahuan yang berisi tentang pengenalan dan fungsi-fungsi organ reproduksi (termasuk di dalamnya proses terjadinya menstruasi dan mimpi basah), proses terjadinya pembuahan, pengetahuan infeksi, HIV/AIDS, pengetahuan tentang gender dan risiko-risiko hubungan seks yang tidak bertanggung jawab. Dengan memberikan waktu khusus pendidikan kesehatan reproduksi remaja dalam sekolah, maka akan ada upaya-upaya sistematis dan terencana dalam pemberian informasi kepada anak didik, sehingga pada gilirannya mereka dapat mengetahui dan bertanggung jawab atas perilaku seksualnya di masa depan. Sisi lainnya adalah memberikan benteng/pertahanan kepada remaja itu sendiri (Admin, 2009)

Remaja adalah salah satu fase dalam kehidupan yang pasti dilewati dengan berbagai peristiwa penting di dalamnya sebelum seseorang tumbuh menjadi dewasa. Ciri khas kedewasaan manusia adalah perubahan-perubahan siklik pada alat kandungannya sebagai persiapan untuk kehamilan. Hal ini adalah suatu proses yang kompleks dan harmonis meliputi *serebrum, hipotalamus, hipofisis, alat genital, kortek adrenal, grandula tireoidea* dan kelenjar-kelenjar lain (Prawirohardjo, 2005)

Menarche merupakan puncak dari rangkaian peristiwa tersebut yang kompleks yang meliputi pematangan aksis hipotalamus-hipofisis-ovarium untuk memproduksi ovum

ataupun endometrium matang sehingga dapat menunjang zigot jika terjadi pembuahan (Heffner dan Schust, 2008)

Keadaan perdarahan yang keluar dari organ kemaluan yang ditemukan secara tiba-tiba, oleh sebagian gadis remaja dipersepsikan sebagai suatu keadaan sakit atau kelainan, sehingga sikap yang mereka munculkan adalah bingung, takut dan sedih. Kondisi emosi ini kemudian akan menunjukkan pada perilaku depresi dimana gadis remaja akan mengurung diri, menarik diri dari pergaulan dan perubahan sikap yang membuat bingung orang tua (Soetjiningsih, 2007)

Selama ini sebagian masyarakat merasa tabu untuk membicarakan tentang masalah menstruasi dalam keluarga, sehingga remaja awal kurang memiliki pengetahuan dan sikap yang cukup baik tentang perubahan – perubahan fisik dan psikologis terkait *menarche*. Kesiapan mental sangat diperlukan sebelum *menarche* karena perasaan cemas dan takut akan muncul, selain itu juga kurangnya pengetahuan tentang perawatan diri yang diperlukan saat menstruasi.

Menstruasi tidak datang secara tiba-tiba, tetapi merupakan rangkaian perubahan fisik yang bertahap. Seorang gadis ketika memasuki usia pubertas, maka secara bertahap pula terjadi perubahan-perubahan baik fisik maupun psikologis. Perubahan fisik ini dikarenakan adanya perubahan secara hormonal, dimana hormon estrogen dan progesteron mulai diproduksi dan merubah kondisi tubuh seorang gadis (Manuaba, 1999). Perubahan fisik tersebut mulai dari buah dada membesar, lengkung tubuh berkembang dan jaringan adiposa membulatkan batas-batas anggotanya, serta tampilnya bulu di ketiak dan daerah *pubis, pelvis* melebar. Perubahan penting terjadi pada masa si gadis menjadi matang jiwa dan raganya melalui masa remaja menjadi wanita dewasa (Pearce, 2002).

Anak-anak perempuan yang belum mengetahui pengetahuan tentang proses reproduksi dapat mengira bahwa menstruasi merupakan bukti adanya penyakit. Anak-anak perempuan yang tidak diajari untuk menganggap menstruasi sebagai fungsi tubuh

normal dapat mengalami rasa malu yang amat dan perasaan kotor saat menstruasi pertama mereka. Namun saat menstruasi akhirnya dikenali sebagai proses yang normal, perasaan kotor dapat ditinggal sampai masa dewasa. Dalam tahun-tahun belakangan ini pendidikan anatomi dan fisiologi yang lebih baik telah menjadikan penerimaan akan menstruasi. Bahkan banyak wanita yang melihat menstruasi dengan bangga sebagai proses yang hanya terjadi pada wanita. Beberapa keluarga bahkan memiliki perayaan khusus untuk menghormati kedewasaan seorang wanita muda.

Seperti yang telah diungkapkan oleh penulis sebelumnya dengan judul karya tulis “Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Menarche* Pada Murid Sekolah Dasar Di Wilayah Puskesmas Wuryantoro Tahun 2008” oleh Wuryastuti, maka penulis sangat tertarik untuk meneliti mengenai gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang *menarche* pada siswi Sekolah Dasar Blimbing III Kecamatan Gatak Kabupaten Sukoharjo Tahun 2009. Perbedaannya pada karya tulis sebelumnya menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif, sedangkan pada karya tulis ilmiah ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif, subyek pada penelitian sebelumnya adalah murid sekolah dasar yang berlokasi di wilayah Puskesmas Wuryantoro, pada tahun 2008, sedangkan pada karya tulis ilmiah ini subyek penelitiannya adalah siswi sekolah dasar Blimbing III Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka rumusan masalah yang dapat penulis susun adalah:

1. Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang *menarche* pada siswi Sekolah Dasar Blimbing III Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo tahun 2009?
2. Sejauh mana dampak tingkat pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi terhadap kesiapan mereka menghadapi *menarche*?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang *menarche* pada siswi Sekolah Dasar Blimbing III Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo tahun 2009, berkaitan dengan perasaan, sikap, dan pandangan mereka terhadap *menarche*.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan remaja putri tentang *menarche*
- b. Mengetahui gambaran usia remaja putri yang mengalami *menarche*

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat memberikan sumbangan pikiran dan acuan bagi ilmu pengetahuan serta penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Institusi kesehatan dan pendidikan

Sebagai bahan pertimbangan dalam rangka pembinaan dan pengembangan pengetahuan remaja putri tentang *menarche*

- b. Profesi

Sebagai sumbangan masukan aplikatif bagi profesi bidan dalam memberikan penyuluhan kesehatan bagi remaja putri tentang *menarche*

- c. Masyarakat

Sebagai acuan yang dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan pengetahuan remaja tentang *menarche*

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil tahu dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia yakni: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba (Notoatmodjo, 2007). Pengetahuan merupakan segala sesuatu yang diketahui, kepandaian, segala sesuatu yang berkenaan dengan hal atau mata pelajaran (KBBI, 2002).

1. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan yang tercakup dalam dominan kognitif mempunyai 6 tingkatan (Notoatmodjo, 2007).

a. Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kedalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik 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 (*comprehension*)

Memahami () sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang obyek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap obyek atau materi harus

dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap obyek yang dipelajari.

c. Aplikasi (*application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi 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 suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu obyek kedalam komponen-komponen, tetapi masih didalam satu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

e. Sintesis (*synthesis*)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian didalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi-formulasi yang ada.

f. Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi ini dikaitkan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau obyek. Penilaian-penilaian ini didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang ada.

2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2007) dan Admin (2009), faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang antara lain:

a. Pendidikan

Pendidikan adalah upaya untuk memberikan pengetahuan sehingga terjadi perubahan perilaku positif yang meningkat.

Tingkat pendidikan remaja mempengaruhi bagaimana seorang remaja itu menyikapi keadaan dirinya, termasuk dalam menghadapi perubahan kondisi tubuhnya memasuki masa kematangan reproduksi. Pendidikan yang benar tentang hal di atas inilah yang dibutuhkan oleh remaja karena dengan adanya pendidikan yang benar akan membawa remaja untuk mengarahkan perilakunya kepada perilaku yang sehat. Depdiknas dalam kurikulum nasional 1994 telah menyetujui pendidikan kesehatan reproduksi remaja diberikan secara umum melalui mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan, IPA serta Agama. Kenyataan pendidikan kesehatan reproduksi remaja yang telah dituangkan dalam kurikulum nasional tersebut belum sepenuhnya dapat berjalan dalam proses belajar-mengajar.

b. Pengalaman

Sesuatu yang pernah dialami seseorang akan menambah pengetahuan tentang sesuatu yang bersifat non formal.

Usia sangat berpengaruh seberapa besar pengalaman yang telah dilalui dan seberapa luas pengetahuan yang dimiliki seseorang. Remaja dengan usianya yang muda menunjukkan bahwa pengalaman yang didapatpun belum begitu banyak, sehingga wajar bila dalam menghadapi satu fase hidupnya ini akan banyak terjadi kebingungan di dalamnya karena pengetahuan yang masih sangat terbatas.

c. Informasi

Orang yang memiliki sumber informasi yang lebih banyak akan memiliki pengetahuan yang lebih luas pula.

Media masa juga merupakan sumber informasi yang sangat berperan penting bagi pengetahuan. Selama ini sebagian masyarakat merasa tabu untuk membicarakan

tentang masalah menstruasi dalam keluarga, sehingga remaja awal kurang memiliki pengetahuan dan sikap yang cukup baik tentang perubahan – perubahan fisik dan psikologis terkait *menarche*. Kesiapan mental sangat diperlukan sebelum *menarche* karena perasaan cemas dan takut akan muncul, selain itu juga kurangnya pengetahuan tentang perawatan diri yang diperlukan saat menstruasi.

d. Lingkungan budaya

Lingkungan dan tingkah laku manusia dalam memenuhi kebutuhan, dapat berupa sikap dan kepercayaan.

Dalam hal ini faktor keturunan dan bagaimana orang tua mendidik sejak kecil mendasari pengetahuan yang dimiliki oleh remaja dalam berpikir selama jenjang hidupnya.

e. Sosial ekonomi

Tingkat kemampuan seseorang untuk memenuhi kebutuhan hidup berbeda-beda. Tingkat sosial ekonomi yang rendah menyebabkan keterbatasan biaya untuk menempuh pendidikan, sehingga pengetahuannya pun rendah. Sebaliknya yang tingkat sosial ekonominya tinggi. Hal ini memperlihatkan bahwa kelalaian untuk menanggapi kebutuhan remaja akan informasi tentang kesehatan reproduksi dan seks yang bertanggung jawab ternyata menimbulkan perilaku berisiko, begitu banyak korban berjatuhan, dan begitu tinggi biaya sosial yang harus dibayar.

B. Menarche

Setiap remaja akan mengalami pubertas. Pubertas merupakan masa awal pematangan seksual, yakni suatu periode dimana seorang anak mengalami perubahan fisik, hormonal, dan seksual serta mampu mengadakan proses reproduksi (Indiarti, 2002).

Pubertas pada remaja putri umumnya terjadi pada usia 9-16 tahun. Usia pubertas dipengaruhi oleh faktor kesehatan dan gizi, juga faktor sosial-ekonomi dan keturunan.

Remaja putri yang gemuk cenderung mengalami siklus menstruasi pertama lebih awal. Sedangkan remaja putri yang kurus dan kekurangan gizi cenderung mengalami siklus menstruasi pertama lebih lambat (Indiarti, 2002).

Menstruasi pertama (*menarche*) pada remaja putri sering terjadi pada usia 11 tahun. Namun tidak tertutup kemungkinan terjadi pada rentang usia 8-16 tahun. Menstruasi merupakan pertanda masa reproduktif pada kehidupan seorang perempuan, yang dimulai dari *menarche* sampai terjadinya menopause (Nita, 2009).

Pengertian *Menarche*

Menurut Wiknjosastro (2000), *menarche* adalah periode pertama menstruasi atau perdarahan pertama dari uterus yang terjadi pada perempuan. *Menarche* merupakan puncak proses perubahan fisiologis reproduksi yang harus dilalui perempuan pada masa pubertas sebelum perempuan tersebut memperoleh siklus menstruasi yang teratur.

Menstruasi mengacu kepada pengeluaran secara periodik darah dan sel-sel endometrium dari vagina yang berasal dari dinding rahim wanita (Ridho, 2007).

Fisiologi *Menarche*

Menarche maupun menstruasi terjadi oleh karena perubahan dari tubuh perempuan yang memasuki masa pubertas. Hubungan antara hipotalamus, hipofisis dan uterus inilah yang menjadi penyebab kedua peristiwa tersebut (Wiknjosastro, 2000).

Fisiologi *menarche* dijelaskan secara singkat melalui peristiwa berikut ini (Heffner, 2008):

Peningkatan pelepasan FSH dan LH dari kelenjar hipofisis

Pengenalan dan repons ovarium terhadap gonadotropin sehingga memungkinkan terjadinya produksi steroid ovarium (estrogen dan progesterone)

Terbentuknya pengaturan umpan balik positif pada kelenjar hipotalamus dan hipofisis oleh estrogen
Kombinasi dari peristiwa-peristiwa pematangan ini akan menyebabkan terjadinya ovulasi.

Tanda dan Gejala *Menarche*

Menurut Wiknjosastro (2000) dan (Dianawati, 2006) tanda dan gejala *menarche* antara lain:

Perdarahan seringkali tidak teratur

Anovulatoir menstruasi pada 1-2 tahun atau lebih sebelum ovulasi yang teratur pada remaja tertentu

Darah yang keluar berwarna lebih muda dan terang dengan jumlah yang tidak terlalu banyak

Lama perdarahan 4-7 hari atau kurang

Kadang-kadang disertai kram pada perut bawah (*dismenorrhea*).

Masalah-Masalah Yang Muncul Saat *Menarche*

Menurut Erlina (2008) masalah yang sering muncul pada *menarche* hampir sama dengan menstruasi. Masalah tersebut meliputi:

Puting susu yang nyeri, bengkak

Mudah tersinggung, gelisah, letih, dan ingin menangis.

Keram yang disebabkan oleh kontraksi otot-otot halus rahim

Sakit kepala

Sakit pada bagian tengah perut

Sering melibatkan depresi dan kemarahan, kondisi ini dikenal sebagai gejala datang bulan atau PMS (Pre Menstruasi Sindrom), dan mungkin membutuhkan penanganan medis.

Perubahan Fisik dan Psikologis Masa Pubertas

Perubahan Fisik

Menurut Wiknjosastro (2000) perubahan fisik masa pubertas pada remaja putri meliputi:

Timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder: payudara membesar (*telarche*), pertumbuhan genitalia interna dan eksterna, tumbuh rambut pada pubis (*pubarche*), rambut pada ketiak, penumpukan lemak pada payudara dan bokong

Menstruasi

Menstruasi adalah proses pengeluaran darah dari uterus disertai serpihan selaput dinding uterus pada wanita dewasa yang terjadi secara periodik (Mirza Maulana, 2009)

Tumbuhnya kelenjar keringat yang berada di bawah system limfa sehingga produksi keringat meningkat dan menimbulkan bau yang khas (Ridho, 2006)

Perubahan Psikologis

Perubahan psikologis yang terjadi pada masa pubertas menurut Kartono (2006) adalah:

- 1) Tertarik pada lawan jenis
- 2) Keinginan yang besar
- 3) Persaingan
- 4) Mendapatkan pengakuan dari orang lain

Kerangka Pemikiran

Kerangka pemikiran gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang *menarche* ditunjukkan dalam skema berikut:

<p style="text-align: center;">Pengetahuan Remaja Putri Tentang <i>Menarche</i></p>



Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan tentang *menarche*:

- Pendidikan
- Pengalaman
- Informasi
- Lingkungan budaya
- Sosial ekonomi

Gambar 2.1. Kerangka Pemikiran

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

Desain Penelitian

Berdasarkan masalah yang diajukan dalam penelitian ini, maka jenis penelitian dengan strategi kualitatif deskriptif. Jenis penelitian ini akan mampu mengungkap berbagai informasi kualitatif dengan deskripsi teliti dan penuh nuansa, yang lebih berharga daripada sekedar pernyataan jumlah (Sutopo, 2006).

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Blimbing III, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo. Waktu pengambilan data pada bulan April-Juli 2009.

Subyek Penelitian

Siswi di Sekolah Dasar Blimbing III Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo yang berada di kelas V dan VI.

Sumber Data

Sumber data adalah subjek dari mana data diperoleh (Arikunto, 2002). Begitu pentingnya sumber data sehingga betapapun menariknya suatu permasalahan atau topik penelitian, bila sumber datanya tidak tersedia, maka ia tidak akan punya arti karena tidak akan bisa diteliti dan dipahami (Sutopo, 2006). Data atau informasi yang paling penting untuk dikumpulkan dan dikaji ¹⁷ sebagai berupa data kualitatif, namun data kuantitas juga dimanfaatkan sebagai pendukung simpulan penelitian. Informasi tersebut akan digali dari beragam sumber data, meliputi:

1. Informan atau narasumber adalah sumber data yang sangat penting perannya sebagai individu yang memiliki banyak informasi, maka yang dipilih sebagai sumber informan adalah: siswi-siswi dan guru SD Blimbing III
2. Tempat dan peristiwa/aktivitas yang terdiri dari kegiatan belajar mengajar SD Blimbing III
3. Arsip dan dokumen mengenai pembelajaran tentang kesehatan reproduksi remaja pada siswa SD Blimbing III.

Teknik Pengumpulan Data

Sesuai dengan bentuk penelitian kualitatif dan juga jenis sumber data yang dimanfaatkan, maka teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Wawancara mendalam

Teknik wawancara akan dilaksanakan di sekolah dimana tempat penelitian dilakukan. Wawancara ini bersifat lentur dan terbuka, tidak berstruktur ketat, tidak dalam situasi formal, dan bisa dilakukan berulang pada informan yang sama (Sutopo, 2006). Kelonggaran dan kelenturan cara ini akan mampu mengorek kejujuran informan untuk memberikan informasi yang sebenarnya, terutama yang berkaitan dengan perasaan, sikap, dan pandangan mereka terhadap *menarche*.

2. Observasi langsung

Dalam observasi ini peneliti hanya sebagai pengamat yang hadir di lokasi, teknik ini sering disebut sebagai observasi berperan pasif. Observasi langsung ini dilakukan dengan cara formal dan informal, untuk mengamati berbagai kegiatan dan peristiwa yang terjadi di SD Blimbing III Kecamatan Gatak Kabupaten Sukoharjo (Sutopo, 2006).

3. Mencatat dokumen

Metode dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variable yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, notulen, rapat, agenda dan lain sebagainya (Arikunto, 2002). Teknik ini dilakukan untuk mengumpulkan data yang bersumber dari dokumen dan arsip yang terdapat di SD Blimbing III Kecamatan Gatak Kabupaten Sukoharjo. Penggunaan teknik pengumpulan data ini tidak lain untuk melengkapi teknik wawancara mendalam dan observasi, karena pada dasarnya ketiga teknik pengumpulan data tersebut saling melengkapi

Sampel dan Teknik Sampling

Penelitian ini dilakukan pada seluruh siswi SD Blimbing III yang berada di kelas V dan VI yang berjumlah 20 orang.

Sampel adalah hasil pencuplikan dari populasi yang akan diteliti karakteristiknya. Cuplikan dalam penelitian kualitatif sering juga dinyatakan sebagai *internal sampling* yang berlawanan dengan sifat cuplikan dalam penelitian kuantitatif yang dinyatakan sebagai *external sampling*. Dalam cuplikan yang bersifat internal cuplikan diambil untuk mewakili informasi, dengan kelengkapan dan dengan kedalamannya yang tidak sangat perlu ditentukan oleh jumlah sumber datanya, karena jumlah informan yang kecil bisa saja menjelaskan informasi tertentu secara lengkap dan benar. Penelitian kualitatif menggunakan cuplikan yang bersifat selektif dengan menggunakan pertimbangan berdasarkan konsep teoretis yang digunakan, keingintahuan pribadi peneliti, karakteristik empirisnya, dan lain-lainnya.

Maka teknik pengambilan sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini bersifat "*purposive sampling*", dengan kecenderungan untuk memilih informan yang dianggap mengetahui informasi dan masalahnya secara mendalam dan dapat dipercaya untuk menjadi sumber data (Sutopo, 2006).

Validitas Data

Untuk menjamin dan mengembangkan validitas data yang akan dikumpulkan dalam penelitian kualitatif, teknik pengembangan validitas data yang biasa digunakan adalah teknik triangulasi. Menurut Patton (2002) ada empat macam teknik triangulasi yaitu:

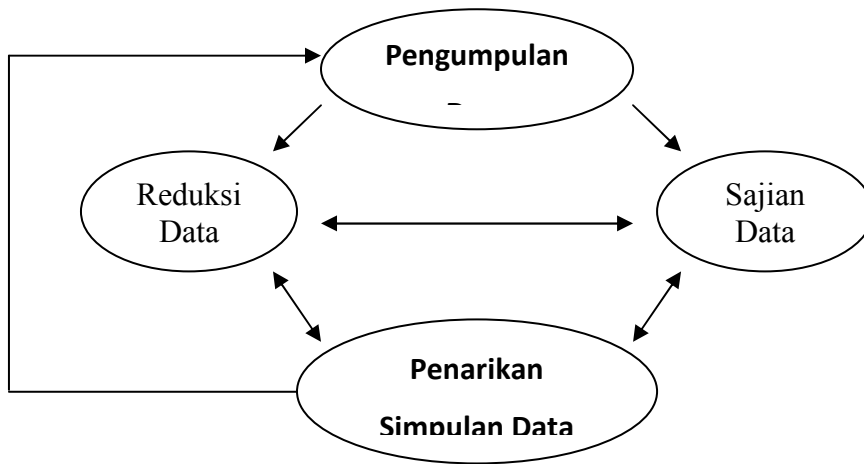
- a. Triangulasi data (sumber),
- b. Triangulasi peneliti (*investigator triangulation*),
- c. Triangulasi metodologis (*methodological triangulation*),
- d. Triangulasi teoritis (*theoretical triangulation*).

Dari empat macam teknik triangulasi tersebut maka dalam penelitian ini akan menggunakan triangulasi data (sumber). Yaitu mengumpulkan data sejenis dari beberapa sumber data yang berbeda. Triangulasi ini mengarahkan peneliti agar di dalam mengumpulkan data, ia wajib menggunakan beragam sumber data yang tersedia (Sutopo, 2006).

Teknik Analisis Data

Analisis penelitian deskriptif kualitatif bersifat induktif, bahwa semua simpulan dibentuk dari semua informasi yang diperoleh dari lapangan. Proses analisis ini dilakukan bersamaan sejak awal dengan proses pengumpulan data, dengan melakukan beragam teknik refleksi bagi pendalaman dan pemantapan data. Penelitian kualitatif ini proses analisisnya secara keseluruhan bersifat *empirico inductive*, yang sangat berbeda dengan proses analisis dalam penelitian kuantitatif yang bersifat "*hypothetico deductive*" dengan hipotesis penelitian (Sutopo, 2006).

Proses analisis ini dapat digambarkan dengan skema sebagai berikut:



Gambar 3.1 Skema Analisis

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Diskripsi Tempat Penelitian

Letak SD Blimbing III berada di desa Kranon RT 03 RW 08, di salah satu kelurahan dari 15 kelurahan yang ada di Kecamatan Gatak yaitu Kelurahan Blimbing, terletak di Kecamatan Gatak yang merupakan salah satu kecamatan dari 12 kecamatan di wilayah Kabupaten Sukoharjo sesuai dengan yang tertulis pada peraturan daerah Sukoharjo Tahun 2008 No. 5 Psl. 2 Ayat 1, tepatnya di bagian paling barat wilayah Kabupaten Sukoharjo berbatasan dengan wilayah Kabupaten Klaten hanya berbatas jembatan sudah masuk ke wilayah Kabupaten Klaten. Dari pusat kota Sukoharjo sendiri SD Blimbing III ini berjarak ± 20 km. Akan tetapi ruas jalannya sudah diaspal dengan baik.

Sedangkan luas lokasi SD Blimbing III ini berkisar ± 2000 m². Batas sebelah timur SD adalah masjid dan TK, batas sebelah barat dan selatan adalah rumah penduduk, sedangkan batas sebelah utara SD adalah jalan dan persawahan. Jalan raya sebagai jalur utama yang memudahkan penduduk bepergian, lalu lintasnya cukup ramai dan padat setiap harinya dilewati kendaraan roda dua dan empat. Pada umumnya para pengguna jalan berangkat dan pulang kerja menuju arah Sukoharjo dan Surakarta, bahkan jalan ini akan semakin ramai dilalui pada hari-hari libur sebagai jalur pilihan orang-orang yang menuju ke tempat wisata di daerah Klaten antara lain yang menuju ke tempat pemancingan Janti, Tlatar dan Cokro, selain itu di wilayah desa ini juga terdapat pasar Gawok yang buka pada setiap Pon (kalender Jawa) atau tepatnya setiap 5 hari sekali sehingga membuat jalan semakin ramai sebagai jalur lalu lintas orang dari berbagai penjuru. SD Blimbing III terletak ± 2 km dari pusat Kecamatan, juga terdapat stasiun kecil di dekat kantor Kecamatan yang ramai dikunjungi penduduk di sore hari atau pada hari

Minggu pagi. Kemudian \pm 1 km dari SD Blimbing III terdapat kantor Kelurahan yang berseberangan dengan Puskesmas wilayah Kecamatan Gatak. Meskipun letak geografisnya tidak begitu jauh dari perkotaan, namun kondisi sosial ekonomi penduduk di sekitar wilayah SD Blimbing III Kelurahan Blimbing Kecamatan Gatak ini tergolong dalam peringkat menengah ke bawah. Tidak ada mayoritas pada mata pencaharian penduduk/ orangtua muridnya, namun rata-rata bermata pencaharian sebagai petani, guru, buruh bangunan, karyawan pabrik dan pekerja swasta lainnya. Tingkat pendidikannya masih berada pada tingkat dasar, kebanyakan wali murid hanya lulusan SD dan SMP, hanya sebagian kecil yang memiliki gelar sarjana.

Tampak dari luar bangunan SD Blimbing III menghadap ke utara dikelilingi oleh tembok setinggi dada orang dewasa sebagai pagarnya, di bagian depan terdapat gerbang sebagai pintu masuk utama. Begitu pintu gerbang dibuka tampaklah halaman yang luas sebagai tempat para siswa bermain sekaligus untuk tempat berolahraga di setiap harinya. Beberapa langkah dari halaman itu terdapat taman yang ditumbuhi rumput hijau dan beberapa pohon buah-buahan yang membatasi ruang-ruang kelas yang dibagi menjadi 2 deret berhadapan ke barat dan timur. Sesuai yang disampaikan Tn.E selaku tukang kebun di SD tersebut adalah:

Masing-masing deret ada 4 ruangan, deret sebelah timur terdiri dari 3 ruang kelas dan UKS (Unit Kesehatan Sekolah) di ujung paling selatan, deret sebelah barat terdiri dari 3 ruang kelas dan ruangan guru di ujung utaranya. Kemudian satu deret lagi menghadap ke utara yang terdiri dari ruang koperasi siswa, gudang dan kamar kecil, serta tempat parkir berada di halaman belakangnya (W/27/07/09).

SD Blimbing III mempunyai lokasi yang cukup luas dan kondisi bangunan yang lumayan bagus, namun SD Blimbing III ini kapasitas muridnya tidak terlalu banyak. Hal tersebut dijelaskan oleh Ibu Nurjanah kepala sekolah SD Blimbing III sebagai berikut:

Masing-masing tingkat kelas hanya terdiri dari 1 ruang kelas saja jumlah siswa seluruhnya 168 siswa.dengan jumlah \pm 30 anak per kelasnya, jumlah guru sebanyak 9 orang terdiri dari 8 guru pegawai negeri dan 1 guru wiyata bakti atau guru tidak tetap. Mereka terlihat sangat ramah dan murah senyum, apalagi ketika saya melihat mereka

mengajar dengan sabar menjelaskan setiap materi pelajaran kepada murid-muridnya. Karena keterbatasan tenaga pendidik, setiap gurunya tidak memiliki spesifikasi mata pelajaran tertentu, satu guru dapat mengemban beberapa mata pelajaran yang berbeda sekaligus (W/28/07/09).

Jumlah murid yang tidak begitu banyak itu terjadi karena di kelurahan Blimbing sendiri memiliki 3 Sekolah Dasar, dimana letaknya tidak begitu jauh. Totalnya terdapat 29 SD di wilayah Kecamatan Gatak. Sehingga hanya warga di sekitar wilayah SD saja yang bersekolah di sana.

Jumlah penduduk di lingkungan SD juga mempengaruhi banyak tidaknya peserta didik di SD tertentu, misalnya di SD Blimbing III yang jumlah penduduk di wilayahnya tergolong kecil dibandingkan daerah-daerah di sekitar 2 SD yang lainnya, sesuai keterangan yang diperoleh dari Tn. H Kadus (Kepala Dusun) daerah setempat sebagai berikut:

Desa di sekitar SD Blimbing III terdiri dari desa Kranon sendiri, desa Boto, desa Tegalan, desa Jetis dan desa Kelopogading yang rata-rata penduduknya hanya beranggotakan \pm 30 kepala keluarga per desanya, sehingga totalnya terdapat 600an kepala keluarga. Dengan demikian mempengaruhi jumlah anak usia SD yang bersekolah di SD Blimbing III (W/29/07/09).

B. Hasil

Dalam penelitian ini peneliti mengambil data dari Sekolah Dasar Blimbing III, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo, yang keseluruhannya ada 20 siswi meliputi 8 siswi kelas V dan 12 siswi kelas VI.

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 20 siswi kelas V dan kelas VI tersebut kemudian diolah melalui tahapan reduksi data dengan membuat ringkasan isi dari catatan data yang diperoleh di lapangan.

Dari 20 siswi sebagai responden yang diambil, memiliki karakteristik umur antara 10 tahun sampai dengan 13 tahun. Berdasarkan data diperoleh dapat diketahui bahwa responden terbanyak (45%) berumur 12 tahun dan sisanya (10%) berumur 10 tahun.

Gambaran yang muncul dalam pikiran responden jika mendengar tentang *menarche* kebanyakan bingung dan takut yaitu sebanyak 85%, hanya 3 responden atau 15% saja yang mengatakan biasa-biasa saja. Bahkan Nn. A umur 12 tahun salah satu siswi kelas VI dengan bingung bertanya apa yang dimaksud menstruasi atau haid itu. Sehingga membuat teman-temannya tertawa, mereka mengatakan baru beberapa hari yang lalu telah dijelaskan oleh Tn. Y wali kelas mereka di mata pelajaran IPA. Dari keterangan yang didapatkan dari Tn. Y memang Nn. A tadi merupakan murid yang kurang pandai di kelasnya. Sedangkan saat pertanyaan yang sama diberikan kepada siswi kelas VI yang lain yaitu Nn. K dengan percaya diri dia menjawab:

Saya merasa biasa-biasa saja jika mendengar tentang *menarche*, selain sudah dijelaskan dalam pelajaran IPA, di rumah saya juga sudah tahu dari ibu (W/27/07/09).

Karena dia telah mengerti bahwa menstruasi atau haid adalah hal yang wajar akan dialami oleh anak-anak seusianya. Nn. K juga mengatakan tidak takut jika suatu saat keluar darah dari alat kemaluannya, namun begitu Nn. K juga tidak merasa senang jika mendapatkan menstruasi karena hal itu belum pernah ia rasakan, jadi tidak tahu bagaimana kondisi yang akan ia alami jika mendapat menstruasi. Itulah alasannya Nn. K menjawab perasaannya biasa-biasa saja jika mendengar tentang *menarche*.

Sumber orang yang memberi informasi mengenai segala sesuatu tentang menstruasi kepada responden meliputi 5% informasi diperoleh dari teman, dan terbanyak 60% dari guru, sedangkan sisanya 35% informasi diperoleh dari saudara dan orangtua. Dari hasil wawancara mendalam dengan Nn. H, yaitu:

Kepada siapa anda akan bertanya segala sesuatu yang berhubungan dengan menstruasi?

Sedikit demi sedikit saya telah tahu dan terus bertanya segala sesuatu tentang *menarche* kepada ibu. Saya juga telah mengetahui bagaimana cara memakai pembalut meskipun belum mendapatkan *menarche*.

Meskipun saat ini ia masih berada di kelas V dan sama sekali belum diberi pelajaran tentang kesehatan reproduksi manusia namun seperti juga Nn. H, Nn. N yang sudah berada di kelas VI mengatakan selain dari guru pelajaran IPA, ia juga mendapatkan informasi tentang *menarche* dari ibu dan kakak perempuannya. Ia mengatakan:

Kakak menjelaskan bahwa setiap anak perempuan seusia saya normal mendapatkan menstruasi atau haid. Saat saya bingung tentang *menarche* ibu berusaha menenangkan dengan berkata menstruasi itu tidak sakit, lalu kakak mengajarkan bagaimana memakai pembalut yang benar dan menasehatkan agar kelak jika ia mendapatkan menstruasi harus menjaga kebersihan dirinya dengan baik (W/28/07/09).

Menurut responden pengetahuan yang harus diketahui dalam menghadapi menstruasi pertamanya antara lain 55% diantaranya menganggap mereka hanya perlu mengetahui cara memakai pembalut saja, sedangkan sisanya 45% sudah berpikir bahwa perawatan saat menstruasi juga harus diketahui. Seperti penjelasan bapak guru pelajaran IPA mengatakan, seorang perempuan yang telah mendapatkan menstruasi hendaknya lebih menjaga diri dengan lawan jenisnya. Akibat dari masa pubertas yang menimbulkan ketertarikan terhadap lawan jenis jika melakukan hubungan terlalu jauh atau hubungan seksual dapat mengakibatkan perempuan tersebut hamil. Jadi tidak hanya pengetahuan cara memakai pembalut dan menjaga kebersihan saja yang harus mereka ketahui.

Dari pertanyaan informasi apa yang ingin diketahui responden tentang *menarche*, 50% atau 10 siswi dari 20 siswi sebagai responden masih belum mengetahui dengan jelas bagaimana cara memakai pembalut yang benar, 35% responden ingin mengetahui bagaimana proses terjadinya menstruasi. Hanya 15% dari responden yang sudah berpikiran ingin mengetahui bagaimana siklus menstruasi. Seperti misalnya Nn. K 12 tahun yang menanyakan setiap tanggal berapakah menstruasi itu dialami setiap bulannya. Ini artinya bahwa siswi-siswi tersebut masih belum jelas bagaimana pastinya siklus menstruasi itu terjadi. Hal ini dijelaskan oleh guru mata pelajaran IPA Tn. Y sebagai berikut:

1. Ilmu pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang diberikan pada siswa setingkat SD hanyalah pengetahuan dasar dengan tema perkembangan pada manusia. Tentang bagaimana makhluk hidup berkembang biak untuk melestarikan jenisnya agar tidak punah.
2. Perkembangan manusia yang dijelaskan mengenai tahap-tahap pertumbuhan dan perkembangannya dari sejak dalam rahim , di luar rahim dimulai dari bayi, kanak-kanak, remaja hingga dewasa (W/29/07/09).

Dari materi itulah pendidikan kesehatan reproduksi secara umum disampaikan pada remaja setingkat sekolah dasar.

BAB V

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, didapatkan gambaran responden yaitu siswi-siswi Sekolah Dasar Blimbing III, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo kelas V dan kelas VI berjumlah 20 orang dimana termasuk dalam kategori remaja menurut Soetjiningsih (2007) yang termasuk remaja adalah yang berumur 10 sampai dengan 15 tahun dan remaja ini akan mengalami *menarche*. Karena siswi-siswi tersebut berada dalam kisaran umur 10 tahun sampai dengan 13 tahun, 75% berusia 11-12 tahun dan 25% nya berusia 10-13 tahun. Meskipun keseluruhan dari siswi Sekolah Dasar Blimbing III, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo tersebut belum ada yang mengalami *menarche* namun hal itu masih dianggap normal.

Hasil penelitian menunjukkan 85% siswi Sekolah Dasar Blimbing III, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo pernah mendengar kata menstruasi, namun jika mereka ditanya gambaran apa yang muncul dalam pikiran mereka jika mendengar tentang *menarche* ternyata mereka masih merasa bingung dan takut. Hal ini menunjukkan bahwa siswi-siswi tersebut mungkin belum siap menghadapi perubahan tingkat kedewasaan, Ridho (2007) menyatakan bahwa seorang anak perempuan yang siap menghadapi perubahan tingkat kedewasaan secara fisik, maka akan menyambut perubahan itu dengan bahagia dan sehat, sedangkan kesiapan akan mereka peroleh bila mereka mendapat informasi yang sejelas-jelasnya dan sedetail-detailnya mengenai aspek-aspek perubahan kedewasaan fisik yang akan mereka hadapi. Pengetahuan yang setengah-setengah yaitu hanya sebatas perkembangan dan pertumbuhan manusia meliputi perkembangan pada masa pubertas, perubahan fisik pada masa pubertas, menjaga kesehatan dan cara menj
30
ihan organ reroduksi yang kesemuanya itu hanya dijelaskan secara ringka, membuat anak perempuan tersebut kebingungan menghadapi perubahannya.

Sebanyak 60% responden memperoleh informasi tentang *menarche* pada saat di sekolah melalui guru mereka, dan dari rumah melalui orangtua dan saudara 7%, sedangkan sisanya dari lingkungan melalui teman 1%. Menurut Soetjiningsih (2007), penyuluhan kesehatan reproduksi yang terbaik kepada remaja adalah melalui keluarga yaitu orangtua sebagai individu yang terdekat dengan remaja itu sendiri. Selain keluarga, sekolah merupakan area yang tepat untuk melakukan pendidikan kesehatan bagi remaja, karena pada saat-saat tersebut, sekolah merupakan tempat terbanyak kedua setelah rumah atau lingkungan keluarga untuk mereka beraktivitas dan mencari informasi mengenai perubahan yang terjadi pada diri mereka. Kendala yang dialami orangtua dalam upaya memberikan informasi tentang *menarche* pada putri mereka mungkin karena keterbatasan dari orangtua sendiri tentang *menarche*. Pihak sekolah sendiri juga mengalami kendala, belum adanya kurikulum khusus tentang pendidikan seks atau kesehatan reproduksi di tingkat sekolah dasar sehingga guru belum memberikan informasi kesehatan reproduksi remaja yang lengkap dan detail kepada anak didiknya. Selain itu keterbatasan informasi mengenai *menarche* juga dialami guru dan masih banyak guru yang merangkap mengajar beberapa mata pelajaran yang berbeda sehingga mengganggu mereka menyisihkan waktu untuk memperdalam pengetahuan khusus tentang kesehatan reproduksi.

Pengetahuan yang dianggap harus diketahui remaja dalam menghadapi *menarche* bagi 55% responden masih terbatas pada pengetahuan tentang bagaimana pemakaian pembalut yang benar dan sisanya 45% sudah berpikir tentang bagaimana perawatan diri saat menstruasi agar mereka dapat menyambut *menarche* dengan siap berdasarkan pengetahuan dan pengalaman yang cukup baik dari pendidikan semasa di sekolah, dari lingkungan keluarga maupun dari teman dan media masa.

Informasi yang ingin diketahui tentang menstruasi, responden yang masih berada di kelas V ingin mengetahui dengan lengkap pengertian menstruasi itu sendiri, karena mereka sama sekali belum mengerti apa itu *menarche*. Selain itu sebagian besar responden

menanyakan proses terjadinya menstruasi dan hanya sebagian kecil yang lebih ingin mengetahui tentang siklus menstruasi.

Pengetahuan yang rendah kemungkinan disebabkan karena keterbatasan pengetahuan yang diperoleh, pendidikan kesehatan reproduksi yang minim dari sekolah dan keterbatasan orangtua menjelaskan tentang ilmu kesehatan reproduksi terutama tentang *menarche*. Tingkat sosial ekonomi dan pendidikan orangtua juga menjadi kendala luas tidaknya pengetahuan mereka tentang *menarche* sehingga mempengaruhi bisa atau tidaknya orangtua memberikan keterangan kepada anak dan menjawab setiap pertanyaan anak yang kritis seputar perkembangan tubuhnya, tentang kesehatan reproduksi terutama masalah menstruasi dengan sejelas-jelasnya dan sedetail-detailnya. Selain itu juga karena mereka memang belum mengalami *menarche* itu sendiri.

Dari data yang diperoleh, diketahui bahwa pengetahuan yang berhubungan dengan *menarche* baru didapatkan di kelas VI. Dengan materi pelajaran yang ada di dalamnya terbatas pada perkembangan dan pertumbuhan manusia meliputi perkembangan pada masa pubertas, perubahan fisik pada masa pubertas, menjaga kesehatan dan cara menjaga kebersihan organ reproduksi yang kesemuanya itu dijelaskan secara ringkas.

Seperti yang dapat dikutip dari buku catatan dan buku acuan pelajaran para siswi tersebut dijelaskan tentang tahap masa remaja pada wanita dibedakan menjadi tiga tahap. Yaitu remaja awal pada usia 11 tahun - 13 tahun, remaja madya pada usia 15 tahun – 18 tahun, dan remaja akhir pada usia 19 tahun – 21 tahun. Pubertas pada perempuan ditandai dengan perubahan utama (primer) dan perubahan fisik (sekunder). Perubahan primer pada perempuan ditandai dengan mulai diproduksinya sel telur oleh tubuh wanita yang disebut indung telur (ovarium). Mula-mula sel telur yang diproduksi ovarium dan telah masak akan dilepaskan yang disebut ovulasi menyebabkan rahim menebal, karena sel telur yang diproduksi tidak dibuahi oleh sel sperma dalam beberapa hari sel telur akan mati dan lapisan rahim yang tebal luruh menyebabkan keluarnya cairan berwarna merah pekat mengalir keluar

melalui vagina, hal ini ditandai dengan adanya menstruasi (haid). Dijelaskan juga cara menghadapi masa pubertas antara lain harus bersikap tenang dan percaya diri, bersikap jujur dan terbuka pada orang yang dipercaya, selalu menjaga kebersihan seluruh tubuh dan alat kelamin agar tetap sehat. Sedangkan beberapa hal yang harus diperhatikan oleh anak perempuan saat masa pubertas yaitu: membersihkan alat kemaluan dari arah depan ke belakang, menggunakan pembalut yang lembut dan mengganti pembalut jika terasa penuh, mengurangi makanan yang banyak mengandung garam, minum banyak air putih atau jus, menggunakan penyangga payudara atau BH yang nyaman.

Dari keterbatasan pengetahuan itulah yang menyebabkan gambaran remaja putri tentang *menarche* pada siswi Sekolah Dasar Blimbing III, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo masih sangat sempit dan dapat dikatakan bahwa mereka hanya sekedar tahu tetapi belum mengerti dan paham dengan sesungguhnya.

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Gambaran pengetahuan remaja putri tentang *menarche* pada siswi Sekolah Dasar Blimbing III, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo masih sangat sempit, pengetahuannya masih sangat terbatas terbukti dengan perasaan dan sikap mereka yang masih sangat bingung dan takut jika mendengar tentang *menarche*.
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan remaja putri tentang *menarche* adalah pendidikan, pengalaman, informasi, lingkungan dan sosial ekonomi.
3. Gambaran usia remaja putri yang mengalami *menarche* yaitu antara 10 sampai dengan 15 tahun.

B. Saran

Adapun saran yang dapat peneliti kemukakan adalah sebagai berikut:

1. Bagi institusi kesehatan dan pendidikan
 - a. Institusi kesehatan sangat perlu mengadakan suatu program kesehatan reproduksi remaja khususnya untuk remaja putri yang berumur 10 sampai dengan 15 tahun melalui kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS).
 - b. Perlu adanya pengembangan pengetahuan lebih lanjut kepada guru tentang kesehatan reproduksi terutama mengenai *menarche* sehingga dapat memberikan informasi yang benar, jelas dan sedetail-detailnya kepada anak didiknya atau bila perlu dapat memberikan keterangan kepada orang tua murid yang dijadikan sumber informasi utama bagi anak-anaknya.
2. Bagi remaja putri

Hendaknya lebih mempersiapkan dalam menghadapi *menarche* nya, dengan menggali berbagai informasi tentang *menarche* sebanyak-banyaknya tidak hanya dari sekolah atau keluarga, tetapi juga dari berbagai media massa, atau dari pengalaman orang lain di sekitarnya.

3. Bagi masyarakat

Khususnya para orangtua diharapkan adanya kesadaran untuk memperluas pengetahuan tentang pendidikan kesehatan reproduksi yang benar bagi remaja khususnya tentang *menarche* bagi anak-anak perempuannya baik dari tenaga kesehatan maupun pada pihak-pihak yang dianggap dipercaya dapat memberikan informasi yang sebenar-benarnya tentang *menarche*.