**TEMPLATE UNTUK ARTIKEL BERBAHASA**

**INDONESIA**

**Indonesian Journal for Health Sciences**

**Vol.XX, No.XX, Bulan Tahun, Hal xx-xx**

**ISSN 2549-2721 (Print), ISSN 2549-2748 (Online) 1**

**PENGETAHUAN REMAJA AWAL DALAM MENGHADAPI MENARCH**

**Ririnratnasari, SST,.M.Kes1,ririnratnasari85@gmail.com**

1 Program Studi Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Ponorogo, Ponorogo, Indonesia

2 Department of Applied Sciences, Your University (9 pt)

**Info Artikel ABSTRAK** (10 PT)

***Abstract*** *Should not be more than 340 words and is constructed in 1 paragraph*

***Histori artikel:***

Diterima Jul 22, 201x Direvisi Agu 20, 201x Disetujui Agu 24, 201x

***Kata kunci:***

PENGETAHUAN, REMAJA AWAL, MENARCH

 Pubertas merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan dewasa. Tidak ada batas tajam antara akhir masa kanak-kanak dan awal masa pubertas, akan tetapi dapat dikatakan pubertas mulai dengan awal berfungsinya ovarium. Pubertas berakhir pada saat ovarium sudah berfungsi dengan mantap dan teratur. .Menstruasi pertama atau menarche adalah hal yang wajar yang pasti dialami oleh setiap wanita normal. Dari berbagai ciri pubertas tersebut, menarche merupakan masalah yang  mendasar  antara pubertas pria dan pubertas wanita. Berbagai perubahan selama pubertas bersamaan dengan terjadinya menarche meliputi thelarche (perkembangan payudara), adrenarche (pubarche atau perkembangan rambut aksila dan pubis), pertumbuhan tinggi badan lebih cepat, dan perubahan psikis.

Penelitian ini betujuan mengetahui pengetahuan remaja awal dalam menghadapi menarch. Desain Penelitian yang di gunakan adalah deskriptif dimana peneliti ingin mengetahui pengetahuan remaja awal dalam menghadapi menarch.

Hasil penelitian didapatkan 9 responden (25.7%) berpengetahuan baik, 10 responden ( 28,6%) berpengetahuan cukup, 16 responden berpengetahuan kurang.

Hasil penelitian direkomdesikan bagi peneliti selanjutnya agar bisa digunakan untuk bahan penelitian lebih dalam lagi tentang menarch pada remaja, mengingat masih terbatasnya penelitian tentang remaja

*Copyright © 201X* ***Indonesian Journal for Health Sciences****,*

[***http://journal.umpo.ac.id/index.php/***](http://journal.umpo.ac.id/index.php/)***IJHS/****, All rights reserved.*

***Penulis korenpondensi:***

Nama penulis,Ririn Ratnasari

Program Studi Kebidanan,

Universitas Muhammadiyah Ponorogo, Ponorogo, Indonesia. Email: author@contoh.uk***Cara Mengutip:***

***Ririn Ratnasari***

ekIndones. J. Heal. Sci., vol.x, no.x, pp. Xx-xx, tahun

**1. Pendahuluan (12 PT)**

Pubertas merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan dewasa. Tidak ada batas tajam antara akhir masa kanak-kanak dan awal masa pubertas, akan tetapi dapat dikatakan pubertas mulai dengan awal berfungsinya ovarium. Pubertas berakhir pada saat ovarium sudah berfungsi dengan mantap dan teratur (Sastrawinata dalam Wiknjosastro, 2007). Dari berbagai ciri pubertas tersebut, menarche merupakan masalah yang  mendasar  antara pubertas pria dan pubertas wanita. Menarche adalah saat haid/menstruasi yang datang pertama kali pada seorang wanita yang sedang menginjak dewasa. Usia remaja putri pada waktu mengalami menarche berbeda-beda, sebab hal itu tergantung kepada faktor genetik (keturunan), bentuk tubuh, serta gizi seseorang. Umumnya menarche terjadi pada  usia 10 – 15 tahun, tetapi rata-rata terjadi pada usia 12,5 tahun. Namun, ada juga yang mengalami lebih cepat/dibawah usia tersebut. Menarche yang terjadi sebelum usia 8 tahun disebut menstruasi *precox*  (Sarwono, 2007). Hal Ini terjadi Seiring dengan perubahan pola hidup saat ini ada kecenderungan anak perempuan mendapatkan menstruasi yang pertama kali usianya makin lebih muda. Ada 2 faktor yang menyebabkan terjadinya menstruasi datang lebih dini, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal biasanya terjadi karena adanya ketidakseimbangan hormonal yang dibawa sejak lahir. Kondisi ini kemudian dipicu pula oleh faktor eksternal, seperti makanan (terutama junkfood), lingkungan yang modern serta tingkat kemakmuran masyarakat di suatu daerah (Waryana, 2010).

Menstruasi pertama atau menarche adalah hal yang wajar yang pasti dialami oleh setiap wanita normal. Berbagai perubahan selama pubertas bersamaan dengan terjadinya menarche meliputi thelarche (perkembangan payudara), adrenarche (pubarche atau perkembangan rambut aksila dan pubis), pertumbuhan tinggi badan lebih cepat, dan perubahan psikis (Proverawati dan Misaroh, 2009) Berdasarkan penelitian sejenis yang berjudul kesiapan remaja putri menghadapi menarch dengan kesiapan remaja putrid menghadapi menarch di SMP 3 tidore Kepulauan beradapa dalam katagori cukup (45,7%) ( Yanti, 2014).

Menarche dapat menimbulkan reaksi positif maupun negatif bagi remaja perempuan. Apabila mereka sudah dipersiapkan dan mendapat informasi tentang akan datangnya menstruasi maka mereka tidak akan mengalami kecemasan dan reaksi negatif lainnya, tetapi bila mereka kurang mendapatkan informasi maka akan merasakan pengalaman yang negatif (Soetjiningsih,2004). Pengetahuan, pikiran, keyakinan, dan emosi memegang peranan penting untuk menentukan sikap yang utuh (Notoatmodjo, 2003). Fase tibanya haid ini merupakan satu periode dimana benar-benar telah siap secara biologis menjalani fungsi kewanitaannya. Namun semakin muda usia si gadis, dan semakin belum siap menerima peristiwa haid, akan semakin terasa “kejam mengancam” pengalaman menstruasi tersebut (Suryani dan Widyasih, 2008). Ketidaksiapan remaja awal dalam menghadapi menarch akan timbul suatu penolakan proses menstruasi yang dialami. Dari segi psikologis remaja yang mengalami menarch terlalu dini akan berdampak pada timbulnya perasaan cemas dan takut dalam menghadapi menarch, timbulnya perasaan bersalah dan berdosa yang berkaitan dengan proses perdarahan serta adanya anggapan bahwa dirinya kotor dan menderita suatu penyakit (Kartono, 2006).

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengetahuan Remaja Awal Dalam Menghadapi Menarch”

**2.Metode Penelitian (12 PT)**

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah diskriptif dengan tujuan mengetahui gambaran variabel yang diteliti

**Populasi dan sampel**

Populasi yang ditentukan dalam penelitian ini adalah siswa SDN 3 Babadan yang memasuki remaja awal usia 10-12 tahun. Sampel penelitian diambil dengan metode total sampling yaitu cara pengumpulan berdasarkan jumlah populasi. Sampel yang dipilih dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang berusia 10 -12 tahun. Kreteria responden merupakan karekteristik umum subjek penelitian dari suatu populasi, target dan terjangkau untuk diteliti. Penelitian ini memiliki kreteria sampel yaitu : Siswa SDN 3 Babadan yang masuk pada saat penelitian, Bersedia menjadi responden

**Indonesian Journal for Health Sciences Vol.XX, No.XX, Bulan Tahun, hal. xx-xx**

**3. Hasil dan Pembahasan (12 PT)**

1. Hasil Penelitian

 Data Umum/Demografi

Data umum atau data demografi dalam penelitian adalah data yang berkaitan dengan karakteristik responden yang meliputi: usia, pernah/tidak pernah mendapat pengetahuan tentang menarch dan (jika pernah) asal informasi.

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Umur | N | % |
| 10 | 10 | 29 |
| 11 | 14 | 40 |
| 12 | 11 | 31 |
| Jumlah | 35 | 100 |

***Sumber data : Data Primer 2018***

Tabel 5.1 Tabel Karakteristik Responden berdasarkan Usia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hamper setengahnya responden berusia 11 tahun yaitu 14 responden ( 40% ), dan sebagian kecil responden berusia 10 tahun sebanyak 10 responden ( 29 %)

1. Distribusi frekuensi berdasarkan sumber Informasi

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Sumber Informasi | N | % |
| Media Cetak | 2 | 6 |
| Media Elektronik | 9 | 25 |
| Orang Tua atau teman | 2 | 6 |
| Keluarga dan tenaga kesehatanBelum Pernah mendapat informasi | 022 | 063 |
| Jumlah | 35 | 100 |

***Sumber data : Data Primer 2018***

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi berdasarkan sumber informasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian kecil mendapatkan sumber informasi dari media cetak dan orang tua sebesar 2 responden ( 6 %) dan sebagian besar belum mendapat informasi yaitu 22 responden (62%)

* + 1. Data khusus

Pada data khusus ini akan disajikan tentang variabel yang diteliti untuk menjawab tujuan yang telah ditentukan.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Umur | N | % |
| Kurang | 16 | 46 |
| Cukup | 10 | 28 |
| Baik | 9 | 26 |
| Jumlah | 35 | 100 |

***Sumber data : Data Primer 2018***

Tabel 5.3 Distribusi responden berdasarkan pengetahuan remaja tentang menarch

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan remaja tentang menarch dengan hasil yang terbesar berpengetahuan kurang sebanyak 16 responden (46%) dan yang terkecil memiliki pengetahuan baik sebanyak 9 responden ( 26%)

**Ucapan Terima Kasih (12 PT)**

Ucapan terimakasih yang pertama kali diberikan:

1. Kepada Allah SWT.
2. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
3. Teman-teman dosen di Universitas Muhammadiyah Ponorogo
4. Seluruh siswa SDN 3 Babadan yang bersedia menjadi responden

**Data Pendukung (12 PT)**

1. Xxx Datasheet

2. Yyy Datasheet

**Pustaka (12 PT)**

Arikunto.2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : PT Rineka Cipta

Ayu Putu, 2013. *Hubungan Antara Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Dengan Kesiapan Remaja Menghadapi Menarch Pada siswi kelas 7 di SMP Negeri Bergas*

Fajri, Ayu, Khairani, Maya, 2010. *Hubungan Antara komunikasi Ibu Anak Dengn Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarch) Pada Siswi Smp Muhammadiah banda aceh.*

Irwansah, S. 2011. *Gambaran Perilaku Ibu Hamil Terhadap Pemberian Imunisasi BSG Di Wilayah Puskesmas Tanjung Marulak Kecamatan Hilir Kota Tebing Tinggi*, Jurnal Kamilah

Kartono,Kartini. 2006 *Psikologi Wanita Jilid I Mengenal Wanita Sebagai Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*. Bandung : PT Mandar Maju

Lestari.Tri wiji, Ulfiana. Elisa, Suparmi. 2011.*Buku Ajar Kesehatan Reproduksi: Berbasis Kompetensi. Jakarta*. Penerbit Buku Kedokteran EGC

Marmi. 2013. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta. Pustaka Pelajar.

Mubarak, I.W.2012 *Promosi Kesehatan Untuk Kebidanan.Jakarta* : Salemba medika

Proverawati dan Misaroh.2009. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta : Nuha Medika

Sarwono, 2007.*Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada

Soejiningsih.2014.*Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta : EGC

Suriasumantri, 2007. *Filsafat Ilmu, sebuah pengantar Populer*. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan

Waryana.2010.*Gizi Reproduksi. Yogyakarta* : Pustaka Rihama

Wikjosastro, Hanifa.2007. *Ilmu Kebidanan. Jakarta* : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Yanti. 2011. *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi (Bagi Mahasiswa DIII Kebidanan).* Yogyakarta. Pustaka Rihama

Yusuf, Yanti. *Hubungan pengetahuan Menarch dengan kesiapan remaja putri menghadai menarch di SMP Negeri 3 Tidore Kepulauan*