

DAMPAK *PEER GROUP* TERHADAP KESIAPAN MENGHADAPI *MENARCHE* PADA SISWI SEKOLAH DASAR

Yuni Purwati^{1*}, Riska Darmawati²

^{1,2}Program Stuni Keperawatan-Program Studi Pendidikan Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas
Aisyiyah Yogyakarta

*Email: yunipurwati@unisayogya.ac.id

Abstrak

Keywords:

Remaja, pendidikan
kesehatan,
kesiapan, menarche

Masa pubertas ditandai dengan menarche. Menarche dianggap sebagai pengalaman traumatis, ketidaksiapan menghadapi menarche akan menimbulkan kecemasan, ketakutan dan penolakan. Peer group merupakan kelompok sebaya yang berperan penting dalam pengetahuan, pembentukan sikap dan perilaku sebaya. Peer group merupakan pendekatan yang dapat dipilih dalam pendidikan kesehatan remaja. Tujuan penelitian dapat diketahui dampak peer group pada kesiapan menghadapi menarche siswi sekolah dasar. Metode penelitian quasi experimental dengan rancangan non equivalent control group design. Sampel 28 responden dengan purposive sampling, instrumen kuesioner. Analisis data dengan uji wilcoxon match pairs test dan Mann-Whitne. Hasil menunjukkan p-value $0,002 < 0,05$ kelompok eksperimen, $0,317 > 0,05$ kelompok kontrol dan $0,000 < 0,05$ untuk perbedaan kelompok eksperimen dan kontrol. Kesimpulan penelitian terdapat dampak signifikan peer group pada kesiapan menghadapi menarche remaja.

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masalah utama dikalangan remaja yaitu permasalahan seputar kesehatan reproduksi [9]. Pemahaman remaja akan kesehatan reproduksi menjadi bekal dalam berperilaku sehat dan tanggung jawab.

Namun tidak semua remaja memperoleh informasi yang cukup benar tentang kesehatan reproduksi. Salah satu informasi kesehatan reproduksi yang penting bagi remaja untuk berperilaku sehat dan menjaga kesehatan dirinya yaitu informasi tentang *menarche* [10].

Menstruasi pertama atau *menarche* adalah hal yang wajar yang pasti dialami oleh setiap wanita normal dan tidak perlu digelisahkan namun *menarche* sering dihayati oleh anak gadis sebagai suatu pengalaman traumatis, terkadang anak yang belum siap menghadapi *menarche* akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut, remaja menganggap haid sebagai sesuatu yang kejam dan mengancam, keadaan ini dapat berlanjut ke arah yang lebih negatif, dimana anak tersebut memiliki gambaran fantasi yang sangat aneh bersamaan dengan kecemasan dan ketakutan yang tidak masuk akal [17].

Permasalahan yang muncul dari ketidaksiapan menghadapi *menarche* selain psikologis juga terdapat masalah fisik yang dapat terjadi seperti *personal hygiene* yang kurang, sehingga dapat berisiko terjadi infeksi pada saluran kemih (ISK). Dapat dikatakan bahwa kejadian ISK pada perempuan sekitar 3-4 kali lebih dibandingkan laki-laki, salah satu faktor penyebabnya adalah uretra wanita lebih pendek daripada laki-laki. Sekitar 50% dari anak perempuan yang pernah mengalami ISK akan mengalami kelainan struktur pada saluran kemih [7].

Semakin muda remaja *menarche* maka kecenderungan tidak siap semakin tinggi. Hal ini merupakan suatu masalah apabila tidak dipersiapkan sejak usia yang lebih awal, dimana pada usia yang masih muda anak perempuan masih sulit menjaga kebersihan diri secara mandiri dan harus melalui siklus menstruasi yang menuntut anak untuk menjaga kebersihan organ reproduksi ketika mengalami menstruasi. Remaja menganggap *menarche* sebagai satu beban baru yang tidak menyenangkan. Permasalahan yang dapat muncul

akibat *menarche* dapat diupayakan pencegahan melalui pendidikan kesehatan [10].

Kebijakan Pemerintah pada remaja juga terdapat pada undang-undang Reproduksi Indonesia No. 36 tahun 2009 dalam BAB VII tentang kesehatan ibu, bayi, anak, remaja, lanjut usia dan penyandang cacat. Pasal 137 ayat (1) pemerintah berkewajiban menjamin agar remaja dapat memperoleh edukasi, informasi dan layanan mengenai kesehatan remaja agar mampu hidup sehat dan bertanggung jawab.

Pendidikan kesehatan mengenai menstruasi perlu diberikan sejak dini supaya remaja yang mengalami *menarche* tidak merasa minder atau malu dan merupakan proses alamiah bagi seorang gadis remaja [13]. Pendidikan kesehatan ini dapat dilakukan dengan beberapa metode, diantaranya dengan metode *peer group* atau sering disebut kelompok teman sebaya sebagai salah satu metode yang tepat digunakan dalam pemberian pendidikan kesehatan remaja. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan *peer group* tentang menstruasi terhadap kesiapan menghadapi *menarche*

2. METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian Quasi Experimental dengan rancangan non-equivalent control group design (Sugiyono, 2016). Desain ini mengungkapkan sebab akibat dari penerapan pendidikan kesehatan *peer group* tentang menstruasi terhadap kesiapan menghadapi *menarche*. Penelitian ini melibatkan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Populasi pada penelitian ini adalah siswi kelas IV, V, VI di SDN Jomboran 1 Klaten yang belum mengalami menstruasi sebanyak 47 siswi. Teknik pengambilan

sampel yang digunakan adalah purposive sampling dengan besaran sampel 28 orang yaitu 14 orang kelompok eksperimen dan 14 orang kelompok kontrol. Instrumen/alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisioner kesiapan menghadapi menarche terdiri dari 22 item pernyataan *favorable* dan *unfavorable* dengan menggunakan skala likert dengan tiga pilihan jawaban.

Analisis data yang digunakan untuk menguji perbedaan nilai pre-test dan post-test menggunakan uji analisis wilcoxon, yaitu uji beda mean ordinal dari 2 hasil pengukuran kelompok yang sama. Sedangkan untuk menguji perbedaan kesiapan menghadapi menarche pada kelompok eksperimen dan kontrol menggunakan uji mann-whitney, yaitu untuk menguji beda mean peringkat (ordinal) dari 2 kelompok berbeda [3, 16].

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Karakteristik Responden penelitian

Tabel 1.

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Keterpaparan informasi dan Sumber Informasi Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Karakteristik		Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
		Frekuensi (F)	Persentase (%)	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Usia	10 Tahun	10	71,4	7	50,0
	11 Tahun	2	14,3	5	35,7
	12 Tahun	2	14,3	2	14,3
	Jumlah (n)	14	100.0	14	100.0
Keterpaparan informasi	Belum pernah	10	71,4	11	78,6
	Pernah	4	28,6	3	21,4
	Jumlah (n)	14	100.0	14	100.0
Sumber informasi	Tidak ada	10	71,4	11	78,6
	Orang tua	2	14,3	2	14,3
	Sadarakan	1	7,1	0	0
	dung Teman	1	7,1	1	7,1
	Jumlah (n)	14	100.0	14	100.0

Tabel 1 menunjukkan bahwa responden pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol mayoritas berusia 10 tahun, 10 responden (71,4%) kelompok eksperimen dan 7 responden (50%) kelompok eksperimen. Responden yang pernah mendapatkan informasi mengenai

menstruasi pada kelompok eksperimen sebanyak 4 responden (28,6%) dan informasi dari orang tua sebanyak 2 responden (14,3%), yang belum pernah mendapat informasi 10 responden (71,4%). Pada kelompok kontrol sebagian besar belum pernah mendapatkan informasi mengenai menstruasi sebanyak 11 responden (78,6%), 3 responden (21,4%) pernah mendapatkan informasi tentang menstruasi dan informasi didapat dari orang tua sebanyak 2 responden (14,3%).

- b. Kesiapan menghadapi *menarche* kelompok eksperimen sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan *peer group*

Tabel 2.

Distribusi Frekuensi Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pretest dan Posttest kelompok eksperimen di SDN 1 Jomboran Klaten Tahun 2019.

Kesiapan menghadapi <i>menarche</i>	Pre-test		Post-test	
	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Siap	0	0	11	78,6
Kurang siap	11	78,6	3	21,4
Tidak siap	3	21,4	0	0
Jumlah (n)	14	100	14	100

Tabel 2 menunjukkan hasil *pretest* sebagian besar kurang siap sebanyak 11 (78,6%) responden, *post test* terjadi peningkatan kesiapan menghadapi *menarche*, mayoritas responden siap menghadapi menarche sebanyak 11 responden (78,6%).

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan tingkat kesiapan menghadapi *menarche* pada kelompok eksperimen. Hal ini disebabkan faktor adanya peningkatan pengetahuan melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan kelompok eksperimen menggunakan metode *peer group* atau sering disebut pendidikan teman sebaya digunakan sebagai salah satu metode yang tepat digunakan dalam pemberian pendidikan kesehatan pada anak usia sekolah.

Metode ini sangat cocok jika memiliki responden anak usia sekolah, karena usia tersebut sangat dekat sekali dengan teman lainnya. Hal ini sesuai dengan teori [15] bahwa Pada masa ini ketergantungan anak kepada teman sebaya sangat tinggi. Dengan teman sebaya, anak akan lebih terbuka dan lebih mudah berkomunikasi dibandingkan dengan orang tua atau guru.

Remaja seringkali membangun interaksi sesama teman sebayanya secara khas dengan cara berkumpul untuk melakukan aktivitas bersama dengan membentuk semacam geng. Pembentukan kelompok dengan teman sebaya pada masa remaja awal bertujuan positif, yaitu salah satunya untuk mempersiapkan mereka dalam menghadapi *menarche*. Dengan berkelompok mereka dapat melakukan interaksi dan berbagai pengalaman tentang *menarche* kepada teman sebayanya secara intens karena persepsi remaja dalam menghadapi perubahan yang ada pada dirinya tergantung pada pengalaman dan pendidikan yang telah diperoleh. Dalam menentukan sikap maupun perilaku, remaja tersebut harus memiliki persepsi yang baik tentang apa yang mereka alami [1].

Hasil penelitian ini mengalami peningkatan yang dipengaruhi faktor pendidikan kesehatan dengan metode *peer group*, hasil tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang menyarankan agar pendidikan kesehatan perlu diberdayakan *peer group* untuk dilatih menjadi *peer educator* dalam menyampaikan pendidikan kesehatan oleh *peer group* selama tiga kali pertemuan dapat meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja [11]

- c. Kesiapan menghadapi *menarche* kelompok *pretest* dan *posttest* kelompok kontrol.

Tabel 3.
Distribusi Frekuensi Kesiapan Menghadapi *Menarche Pretest* dan *Posttest* kelompok kontrol

Kesiapan menghadapi <i>menarche</i>	Kontrol Pre test		Kontrol Post-test	
	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Siap	0	0	0	0
Kurang siap	11	78.6	12	85.7
Tidak siap	3	21.4	2	14.3
Jumlah(n)	14	100	14	100

Berdasarkan tabel 3 pada *pre test* responden yang kurang siap menghadapi *menarche* sebanyak 11 (78,6%). Pada *posttest* responden dengan kategori kurang siap sebanyak 12 responden (85,7%).

Hasil *post-test* pada kelompok kontrol mengalami peningkatan namun hanya sedikit, hal ini terjadi karena terdapat faktor pengganggu yang tidak dikendalikan peneliti yaitu sumber informasi sehingga responden dapat bertanya tentang menstruasi kepada orang tua atau saudara kandung sebelum dilakukan *post-test*. Untuk mengantisipasi hal tersebut maka peneliti belum melakukan antisipasi dikarenakan sumber informasi yang diperoleh beragam tidak hanya didapatkan dari orang tua atau saudara namun bisa didapatkan melalui sumber internet.

Sesuai dengan teori Notoatmodjo (2012), menjelaskan bahwa tingkah laku manusia merupakan hasil dari pengetahuan. Apabila manusia memiliki pengetahuan kurang, maka dorongan untuk bertingkah laku juga semakin berkurang. Hasil penelitian sesuai dengan teori tersebut semakin kurang tingkat pengetahuan yang dimiliki seseorang, maka dorongan untuk bersikap siap dalam menghadapi *menarche* juga kurang. Pengetahuan, pikiran, keyakinan, dan emosi memegang peranan penting untuk menentukan sikap yang utuh [12].

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Leliana (2010) menyebutkan bahwa pengetahuan tentang menstruasi berpengaruh terhadap kesiapan menghadapi *menarche*. Remaja putri dengan pengetahuan baik memiliki persentase lebih besar untuk siap menghadapi *menarche* dibanding remaja dengan tingkat pengetahuan kurang [8].

- d. Perbedaan Kesiapan Menghadapi *Menarche* kelompok eksperimen dan kontrol sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan *peer group*.

Tabel 4. Hasil Uji Wilcoxon Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pre test dan Post test Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

		N	Rentang	Mean	Jumlah	Stdev	Z	Wilcoxon p-value
Eksperimen	Pre test	14	35-50	44,4	621	5,15		0,002
	Posttest	14	50-60	55	770	3,1		
Kontrol	Pre test	14	34-49	44,4	622	5,09		0,317
	Posttest	14	35-52	44,9	629	4,99		

Berdasarkan Tabel 4 hasil uji statistik didapatkan *p-value* 0,002 ($p < 0,05$), artinya terdapat pengaruh pendidikan kesehatan *peer group* tentang menstruasi terhadap kesiapan menghadapi *menarche*. Sedangkan rerata pre-test pada kelompok kontrol yaitu 44,4 dan rerata *post-test* sebesar 44,9. Hasil uji statistik menunjukkan nilai *p-value* 0,317 ($p > 0,05$) artinya tidak terdapat beda yang bermakna pada kelompok kontrol.

- e. Perbedaan Kesiapan Menghadapi *Menarche* antara Kelompok Eksperimen dan Kontrol dengan *Mann-Whitney*.

Tabel 5.

Perbedaan Kesiapan Menghadapi *Menarche* antara Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Kelompok	Mean Rank	P-value	N
Eksperimen	21,25	0,000	28
Kontrol	7,75		

Tabel 5 menunjukkan hasil uji statistik didapatkan nilai *p-value* 0,000 ($p < 0,05$), artinya terdapat perbedaan kesiapan menghadapi *menarche* kelompok eksperimen dan kontrol di SDN Jomboran 1 Klaten.

Hasil penelitian ini terjadi karena efektifitas pendidikan kesehatan dengan metode *peer group*. Dimana pendidikan kesehatan dengan metode *peer group* merupakan metode yang cocok bagi anak usia sekolah, metode *peer group* lebih efektif untuk meningkatkan perilaku dan sikap anak usia sekolah. Hal ini sesuai dengan teori Fathonah (2012) bahwa kelompok sebaya merupakan sekelompok anak yang mempunyai kesamaan dalam minat, nilai-nilai, sifat kepribadian dan pendapat. Apabila dihubungkan dengan kebutuhan kesehatan reproduksi untuk mudah dipahami oleh remaja sangat baik dengan menggunakan metode *peer group*, karena usia responden berada dalam rentang usia remaja. Pengaruh teman sebaya pada remaja dapat terjadi melalui sosialisasi teman sebaya (*peer socialization*) yaitu ketika remaja bergabung akan dituntut untuk berperilaku sama dengan kelompoknya sesuai dengan kaidah atau norma pada kelompok tersebut [5].

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Cahya (2017) Dari hasil penelitian tersebut didapatkan bahwa Pendidikan kesehatan *peer group* diketahui berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan perilaku *hygiene* menstruasi dengan nilai ($p < 0,05$) [2].

Uji *mann whitney* rerata *post-test* kesiapan menghadapi *menarche* pada kelompok eksperimen yaitu 21,25 dan kelompok kontrol 7,75. Sedangkan hasil uji statistik didapatkan nilai *p-value* 0,000 ($p < 0,05$), artinya terdapat perbedaan tingkat kesiapan menghadapi *menarche* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol di SDN Jomboran 1 Klaten. Hal ini terjadi dikarenakan pada kelompok

eksperimen diberikan intervensi sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan intervensi namun diminta untuk mengikuti kegiatan disekolah seperti ekstrakurikuler, pemberian intervensi kelompok kontrol diberikan setelah pengambilan data selesai.

Menurut Garg, Goyal dan Gupta (2012) mengemukakan bahwa topik terkait seksualitas dan menstruasi masih dipandang sebagai topik yang tabu dan memalukan untuk ditanyakan pada guru. Padahal hampir sebagian besar waktu remaja putri dihabiskan di sekolah. Oleh karenanya remaja putri cenderung mencari jawaban dari media massa dan dari sesama teman sebaya di sekolah (*peers*). Metode *peer education* dapat menjadi alat intervensi bagi kesiapan menghadapi *menarche* yang efektif [6].

Hal tersebut sejalan dengan penelitian Rofi'ah (2017) yang menunjukkan bahwa Pendidikan kesehatan dengan metode *peer group* efektif terhadap tingkat pengetahuan (p value 0,0001) dan sikap (p value 0,0001) tentang personal *hygiene* saat menstruasi. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Suryati (2012) menyatakan ada hubungan antara kelompok teman sebaya terhadap perilaku *hygiene* saat menstruasi. Kelompok teman sebaya yang mendukung perilaku *hygiene* melalui mekanisme dukungan teman sebaya secara signifikan dapat meningkatkan perilaku *hygiene* menstruasi anggota kelompok teman sebaya [18].

4. KESIMPULAN

Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan *peer group* tentang menstruasi terhadap kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi SDN Jomboran 1 Klaten pada kelompok eksperimen dengan nilai p -value 0,002 ($<0,05$), sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan diperoleh nilai p -value 0,317 ($>0,05$) yang artinya tidak terdapat

pengaruh pendidikan kesehatan *peer group* pada kelompok kontrol.

Terdapat perbedaan kesiapan menghadapi *menarche* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih disampaikan kepada Kepala Sekolah, Guru dan siswi-siswa SDN Jomboran 1 Klaten yang telah mengizinkan dan berkenan menjadi responden, Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian dan orangtua yang telah membiayai dan mendo'akan sehingga penelitian ini lancar dilaksanakan.

REFERENSI

1. Ali, M (2011). *Psikologi Remaja*, PT Bumi Aksara, Jakarta.
2. Cahya, A. K & Purwati, Y. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan melalui peer group terhadap perilaku hygiene menstruasi pada siswi kelas VIII Di SMPN 4 Gamping Sleman Yogyakarta. *Skripsi*. Univeristas 'Aisyiyah Yogyakarta.
3. Dahlan, Sopiudin. (2014). *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan* Edisi 6, Salemba Medika, Jakarta.
4. Dharma, K.K. (2013). *Metodologi Penelitian Keperawatan: Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian*, Trans Info Media, Jakarta.
5. Fatonah, I. (2012). Penerimaan Kelompok Sebaya pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Skripsi (Tidak diterbitkan)*. Bandung: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia.
6. Garg, R., Goyal, S. & Gupta, S. (2012). India Moves Towards Menstrual Hygiene: Subsidized Sanitary Napkins for Rural Adolescent Girls: Issues and

- Challenges. *Maternal and Child Health Journal*, 16(4): 767-774.
7. K, Icemi Sukarni & Wahyu, P. (2013). *Buku ajar keperawatan maternitas*, Nuha Medika, Yogyakarta.
 8. Leliana. (2010). Hubungan pengetahuan remaja putri terhadap kesiapan dalam menghadapi *menarche* di SD Al-Alzar Medan. *Skripsi Naskah publikasi*. (online). Medan: Program D-IV Bidan pendidikan Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara.
 9. Marmi. (2014). *Kesehatan reproduksi*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta.
 10. Moersintawarti B. Narendra Titi S. Sularyo Soetjningsih hariyono suyitno IGN Gede Ranus Sambas Wiadisura. (2008). *Tumbuh kembang anak dan remaja*, IDAI Sagung Seto, Jakarta.
 11. Nisman, H. (2008). Pengaruh penyampaian pendidikan kesehatan reproduksi oleh kelompok sebaya (*peer group*) terhadap pengetahuan kesehatan reproduksi remaja di SMP N 2 Kasihan Bantul Yogyakarta. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
 12. Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
 13. Pudiastuti, Ratna. (2012). *Tiga Fase Penting Pada Wanita*, Jakarta, Elex Media Komputindo.
 14. Republik Indonesia. (2009). Undang-undang Reproduksi Indonesia No. 36 Tahun 2009 Bab VII *Tentang Kesehatan ibu, Bayi, Anak, Remaja, Lanjut Usia, Penyandang Cacat*.
 15. Rofiah, S. Widatiningsih, S. dan Vitaningrum, D. (2017). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Meode peer group terhadap tingkat pengetahuan dan sikap personal hygiene saat menstruasi, *Jurnal Ilmiah Bidan Poltekkes Kemenkes Semarang*. 11 (2). 31-36.
 16. Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Alfabeta, Bandung.
 17. Suryani, E dan Widiasih, H.(2008). *Psikologi ibu dan anak*, Fitramaya, Yogyakarta.
 18. Suryati. (2012). Perilaku Kebersihan Remaja Saat Menstruasi. *Jurnal Health Quality*, 3(1): 54-65.