

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Depok yang terletak di Jl. Sonokeling Dusun Gejayan, Condongcatur Sleman. SMP Negeri 1 Depok merupakan sekolah yang memiliki kelas paralel dan terletak didaerah pedesaan. Penelitian dilakukan di SMP Negeri 1 Depok yang memiliki siswi terbanyak di Kecamatan Depok dengan jumlah siswi kelas VII sebanyak 108 siswi.

Proses belajar mengajar di SMP Negeri 1 Depok tersebut cukup tenang walaupun terletak dekat dengan pemukiman padat penduduk. Pada materi pembelajaran di SMP Negeri 1 Depok belum ada pembahasan mendalam tentang kesehatan reproduksi remaja, tetapi siswi hanya mendapatkan sedikit informasi mengenai kesehatan reproduksi dari guru dalam pelajaran Biologi. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 15-16 Mei 2019 dengan responden dari kelas VII di SMP Negeri 1 Depok yang sudah mendapatkan menstruasi sebanyak 91 siswi dan yang belum mendapatkan menstruasi sebanyak 17 siswi.

B. Hasil Penelitian

Penelitian gambaran karakteristik dan tingkat pengetahuan tentang *menarche* pada siswi kelas VII di SMP Negeri 1 Depok dengan sejumlah responden 108 siswi. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat diperoleh data-data mengenai karekteristik dan tingkat pengetahuan tentang *menarche* pada siswi kelas VII di SMP Negeri 1 Depok sebagai berikut:

1. Karakteristik responden

a. Karakteristik responden berdasarkan usia *menarche*

Tabel 6. Distribusi Responden berdasarkan Usia *Menarche* pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 1 Depok Tahun 2019

Usia <i>Menarche</i>	n	Presentase (%)
Belum <i>menarche</i>	17	15,7
<i>Menarche</i> awal	9	8,3
<i>Menarche</i> normal	82	76
Jumlah	108	100

Tabel 6. menunjukkan bahwa sebagian besar siswi mengalami *menarche* normal pada usia 11-13 tahun sebanyak 82 siswi (76%) namun masih ada 17 siswi (15,7%) yang belum *menarche*.

Dari 91 responden yang sudah mengalami *menarche* rata-rata usia disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 7. Distribusi Responden berdasarkan Rata-Rata Usia *Menarche* pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 1 Depok Tahun 2019

Variabel	Mean	Min	Maks
Usia <i>Menarche</i>	11,47	9	13

Tabel 7. Menunjukkan rata-rata usia *menarche* siswi SMP Negeri 1 Depok tahun 2019 adalah 11,47 tahun dengan usia terendah 9 tahun dan usia tertinggi 13 tahun.

b. Karakteristik responden berdasarkan frekuensi mengkonsumsi makanan cepat saji

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 1 Depok Tahun 2019

Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji	n	Presentase (%)
Sering	4	3,7
Kadang-kadang	42	38,9
Jarang	62	57,4
Jumlah	108	100

Tabel 8. menunjukkan bahwa sebagian besar siswi mengkonsumsi makanan cepat saji dengan frekuensi jarang (1-2x seminggu) sebanyak 62 siswi (57,4%) sedangkan 42 siswi (38,9%) mengkonsumsi makanan cepat saji dengan frekuensi kadang-kadang (3-4x seminggu).

Dasri 108 responden berdasarkan jenis konsumsi makanan cepat saji disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 9. Distribusi Responden berdasarkan Jenis Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 1 Depok Tahun 2019

Jenis Konsumsi Makanan Cepat Saji	Ya		Tidak		Jumlah	Persen (%)
	n	(%)	n	(%)		
Mie instan	88	81,5	20	18,5	108	100
Sosis, <i>nugget</i>	54	50	54	50	108	100
<i>Snack</i>	43	39,8	65	60,2	108	100
<i>Fried chicken</i>	30	27,8	78	72,2	108	100
<i>Hamburger, pizza, hotdog</i>	17	15,7	91	84,3	108	100
Makanan kaleng	2	1,9	106	98,1	108	100

Tabel 9. menunjukkan bahwa makanan cepat saji yang diminati responden sebagian besar adalah mie instan sebanyak 88 siswi (81,5%) dan makanan cepat saji yang kurang diminati responden sebanyak 2 siswi (1,9%) yaitu makanan kaleng.

c. Karakteristik responden berdasarkan keterpaparan informasi

Tabel 10. Distribusi Responden berdasarkan Keterpaparan Informasi tentang *Menarche* pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 1 Depok Tahun 2019

Keterpaparan Informasi	n	Presentase (%)
Belum pernah	1	0,9
Pernah	107	99,1
Jumlah	108	100

Tabel 10. menunjukkan bahwa sebagian besar siswi pernah menerima informasi tentang *menarche* dalam 3 tahun terakhir sebanyak 107 siswi (99,1%) namun masih ada 1 siswi (0,9%) yang belum pernah menerima informasi mengenai *menarche*.

Berdasarkan hasil penelitian, dari 107 responden yang pernah terpapar informasi tentang *menarche*, maka berdasarkan sumber informasinya adalah sebagai berikut:

Tabel 11. Distribusi Responden berdasarkan Sumber Informasi tentang *Menarche* pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 1 Depok Tahun 2019

Sumber Informasi	Ya		Tidak		Jumlah	Persen (%)
	n	(%)	n	(%)		
Orangtua	71	66,4	36	33,6	108	100
Guru	28	26,2	79	73,8	108	100
Tenaga kesehatan	26	24,3	81	75,7	108	100
Teman	14	13,1	93	86,9	108	100
Media	10	9,3	97	90,7	108	100

Tabel 11. menunjukkan bahwa sebagian besar responden menerima informasi dari orangtua sebanyak 71 siswi (66,4%) namun tidak sedikit siswi yang menerima informasi dari guru sebanyak 28 siswi (26,2%).

d. Karakteristik responden berdasarkan aktifitas fisik

Tabel 12. Distribusi Responden berdasarkan Aktivitas Fisik pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 1 Depok Tahun 2019

Aktivitas Fisik	n	Presentase (%)
Tidak melakukan	7	6,5
Aktivitas Berat	38	35,2
Aktivitas Sedang	43	39,8
Aktivitas Ringan	20	18,5
Jumlah	108	100

Tabel 12. menunjukkan bahwa sebagian besar siswi melakukan aktivitas fisik dengan frekuensi sedang (2x seminggu) sebanyak 43

siswi (39,8%), sedangkan 38 siswi (35,2%) melakukan aktivitas fisik dengan frekuensi berat ($\geq 3x$ seminggu).

Dasri 108 responden berdasarkan jenis aktivitas fisik disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 13. Distribusi Responden berdasarkan Jenis Aktivitas Fisik pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 1 Depok Tahun 2019

Jenis Aktivitas Fisik	Ya		Tidak		Jumlah	Persen (%)
	n	(%)	n	(%)		
Bersepeda	47	43,5	61	56,5	108	100
Lari	39	36,1	69	63,9	108	100
<i>Badminton</i>	19	17,6	89	82,4	108	100
Berenang	17	15,7	91	84,3	108	100
Voli, basket, sepak bola	11	10,2	97	89,8	108	100
Senam	9	8,3	99	91,7	108	100
<i>Jogging</i>	9	8,3	99	91,7	108	100
Lompat tali	7	6,5	101	93,5	108	100
<i>Sit up, push up</i>	4	3,7	104	96,3	108	100
Jalan-jalan	4	3,7	104	96,3	108	100
Silat, karate	3	2,8	105	97,2	108	100
<i>Woodball</i>	1	0,9	107	99,1	108	100

Tabel 13. menunjukkan bahwa sebagian besar olahraga yang diminati siswi sebanyak 47 siswi (43,5%) adalah bersepeda, sedangkan olahraga yang paling sedikit peminatnya sebanyak 1 siswi (0,9%) yaitu *woodball*.

e. Karakteristik responden berdasarkan status gizi

Tabel. 14. Distribusi Responden berdasarkan Status Gizi pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 1 Depok Tahun 2019

Status Gizi	n	Presentase (%)
Obesitas	0	0
Gemuk	22	20,4
Normal	78	72,2
Kurus	8	7,4
Sangat Kurus	0	0
Jumlah	108	100

Tabel 14. menunjukkan bahwa sebagian besar status gizi siswi normal sebanyak 78 siswi (72,2%), namun sebanyak 22 siswi (20,4%) memiliki status gizi gemuk.

2. Tingkat pengetahuan responden

Tabel 15. Distribusi Responden berdasarkan Tingkat Pengetahuan tentang *Menarche* pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 1 Depok Tahun 2019

Tingkat Pengetahuan	n	Presentase (%)
Baik	47	43,5
Cukup	58	53,7
Kurang	3	2,8
Jumlah	108	100

Tabel 15. menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan siswi tentang *menarche*, yaitu cukup sebanyak 58 siswi (53,7%), namun tidak sedikit dari mereka berpengetahuan baik sebanyak 47 siswi (43,5%).

Pada kuesioner pernyataan tentang pengertian *menarche* yang menjawab pernyataan dengan benar sebanyak 71,7%, pernyataan tentang gejala *menarche* yang menjawab pernyataan dengan benar sebanyak 85,9%, pernyataan tentang usia *menarche* yang menjawab pernyataan dengan benar sebanyak 68,8%, pernyataan tentang faktor yang mempengaruhi *menarche* yang menjawab pernyataan dengan benar sebanyak 64,4%, dan pernyataan tentang perawatan saat menstruasi yang menjawab pernyataan dengan benar sebanyak 70,1%.

3. Tabulasi silang tingkat pengetahuan dan keterpaparan informasi siswi kelas VII di SMP Negeri 1 Depok

Tabel 16. Distribusi Tabel Silang berdasarkan Tingkat Pengetahuan tentang *Menarche* dan keterpaparan informasi pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 1 Depok Tahun 2019

Karakteristik	Tingkat Pengetahuan							
	Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Keterpaparan informasi								
Belum pernah	0	0	0	0	1	100	1	100
Pernah	47	43,9	58	54,2	2	1,9	107	100

Tabel 16. menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan baik lebih banyak proporsinya pada responden yang pernah mendapatkan informasi tentang *menarche* dalam 3 tahun ini yaitu sebanyak 43,9%, sedangkan untuk tingkat pengetahuan kurang, proporsi terbesar yaitu 100% pada responden yang belum pernah mendapatkan informasi tentang *menarche* dalam 3 tahun ini.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

Hasil penelitian pada siswi kelas VII SMP Negeri 1 Depok menunjukkan sebagian besar siswi mengalami *menarche* pada usia 11-13 tahun (76%) dan rata-rata usia *menarche* pada penelitian ini, yaitu usia 11 tahun (33,2%). Menurut Juliyatmi dan Handayani (2015) *menarche* normal berusia 11-13 tahun. Secara nasional rata-rata usia *menarche* 13-14 tahun terjadi pada 37,5% anak di Indonesia (Kemenkes RI, 2010). Jika dibandingkan dengan rata-rata usia *menarche* di Indonesia, maka hal tersebut menandakan terjadi penurunan usia *menarche* pada perempuan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Fitriingsih dkk (2017) menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami *menarche* usia 11-13 tahun berjumlah 92 siswi dengan presentase sebesar (37,5%).

Menurut peneliti, usia *menarche* pada remaja putri sangat bervariasi karena banyak faktor yang dapat mempengaruhi *menarche* remaja putri, antara lain faktor konsumsi makanan cepat saji, keterpaparan informasi, aktivitas fisik, dan status gizi. Hal tersebut didukung oleh teori yang menyatakan bahwa kejadian *menarche* dipengaruhi karena faktor yang meliputi keadaan gizi, genetik, konsumsi makanan, sosial ekonomi, keterpaparan media, dan gaya hidup (Soetjiningsih, 2012).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar (57,4%) siswi mengkonsumsi makanan cepat saji dengan frekuensi jarang (1-2x seminggu) sedangkan 38,9% mengkonsumsi makanan cepat saji dengan frekuensi kadang-kadang (3-4x seminggu). Berdasarkan jenis makanan cepat saji yang dikonsumsi oleh responden, sebagian besar (81,5%) adalah mie instan. Mie instan adalah makanan yang paling banyak diminati oleh responden karena selain praktis, mie instan memiliki banyak variasi rasa yang digemari semua orang. Perlu diketahui jika tidak ada kandungan nutrisi untuk tubuh selain garam dan karbohidrat yang tinggi. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian lain yang dilakukan Safitri, dkk (2014) menunjukkan responden yang mengkonsumsi *fast food* lebih banyak dibanding dengan siswi yang jarang mengkonsumsi *fast food* yaitu 81,3%. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya dikarenakan terdapat perbedaan karakteristik dari responden.

Menurut peneliti, kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji karena tidak membutuhkan waktu lama dalam pengolahan, mudah, didapatkan, dan harganya yang relatif murah sehingga banyak remaja yang lebih suka

mengonsumsi makanan cepat saji dibandingkan makanan lainnya. Hal ini diperkuat dengan teori yang menyatakan bahwa remaja mudah sekali terpengaruh mengikuti zaman seperti *mode* dan *trend* yang sedang berkembang dimasyarakat, sehingga remaja cenderung untuk memilih makanan yang disukai yaitu *fast food* dengan harga yang terjangkau dan praktis dalam pengolahannya (Ayu, 2017).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswi (99,1%) pernah menerima informasi tentang *menarche* dalam 3 tahun terakhir, namun 0,9% yang belum pernah menerima informasi mengenai *menarche*. Berdasarkan sumber informasi, sebagian besar responden menerima informasi tentang *menarche* melalui orangtua (66,4%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mukhoirotin dan Milda (2016) yang menyatakan bahwa hampir separuh responden mendapatkan sumber informasi tentang *menarche* dari orangtua mereka (33%).

Menurut peneliti, orangtua memiliki peran yang sangat penting dalam memberikan informasi tentang menstruasi terutama ibu responden karena komunikasi antara orangtua dan anak dapat memberikan informasi yang lebih mudah untuk dipahami oleh anak, sehingga dapat menambah pengetahuan anak mengenai *menarche*. Hal ini diperkuat oleh teori yang menyatakan bahwa remaja putri percaya bahwa ibu adalah sumber informasi terbaik selama masa pubertas, tetapi hanya sedikit yang menggambarkan pengalaman yang baik tentang komunikasi dalam prakteknya (Crichton,2012).

Penelitian ini juga mendapatkan bahwa sebagian besar siswi melakukan aktivitas fisik dengan frekuensi sedang (2x seminggu) sebanyak 39,8%,

sedangkan 35,2% melakukan aktivitas fisik dengan frekuensi berat ($\geq 3x$ seminggu). Sebagian besar responden melakukan aktivitas fisik dengan bersepeda (46,5%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Fidrin, dkk (2013) menunjukkan siswi yang sudah mengalami *menarche* paling banyak melakukan aktivitas sedang, yaitu sebanyak 77 siswi (61,1%).

Menurut peneliti, aktivitas fisik dengan bersepeda selain dapat membakar kalori juga dapat sebagai transportasi yang aman dan efisien bagi semua kalangan. Kebiasaan olahraga yang baik pada dasarnya dapat mencegah terjadinya *menarche* dini pada seorang remaja putri, demikian pula sebaliknya. Hal ini didukung oleh teori yang menyatakan bahwa remaja putri yang jarang melakukan olahraga akan memiliki potensi besar mengalami *menarche* lebih awal (Fidrin dkk, 2013).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (72,2%) siswi memiliki status gizi normal, namun tidak sedikit dari siswi (20,4%) memiliki status gizi gemuk. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuliasuti (2015) bahwa dari 55 siswi yang sudah mengalami *menarche* sebagian besar siswi memiliki status gizi normal sebanyak 35 siswi (63,6%). Hasil penelitian lain yang dilakukan Juliyatmi dan Handayani (2015) menunjukkan responden yang memiliki status gizi normal lebih banyak dibanding dengan siswi yang memiliki status gizi abnormal, yaitu sebanyak 67 siswi (82,7%).

Menurut peneliti, status gizi normal terjadi ketika asupan gizi dapat memenuhi kebutuhan seseorang dan sebaliknya jika asupan gizi seseorang berlebihan dapat menimbulkan kegemukan yang akan berisiko menjadi obesitas.

Hal tersebut didukung oleh teori yang menyatakan bahwa asupan gizi yang baik akan berpengaruh terhadap kejadian *menarche* karena pengaruh dari zat-zat yang dikonsumsi setiap hari, terutama karbohidrat, protein, dan lemak. Status gizi yang baik akan membuat pertumbuhan seorang remaja menjadi sesuai dengan yang seharusnya atau dalam kategori normal (Priyoto,2009).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat pengetahuan siswi tentang *menarche*, yaitu cukup sebanyak 53,7%, namun tidak sedikit dari mereka berpengetahuan baik sebanyak 43,5%. Hal ini tidak sesuai dengan penelitian Saina Barakati dan Dian Puspitasari (2018). Dari responden 48 orang remaja putri sebagian besar memiliki pengetahuan baik 46 responden (95,8%). Adanya perbedaan hasil penelitian ini dapat disebabkan karena terdapat perbedaan pada karakteristik responden, yaitu pada penelitian ini responden merupakan siswi SMP Negeri 1 Depok, sedangkan pada penelitian Saina Barakati dan Dian Puspitasari (2018) respondennya adalah siswi di SMP 4 Kalimantan Gamping.

Menurut peneliti, siswi kelas VII SMP Negeri 1 Depok berpengetahuan cukup karena kemampuan siswi masih kurang dalam menjawab soal untuk mengaplikasikan materi yang telah dipelajari dengan situasi atau kondisi sebenarnya. Hal ini didukung oleh teori yang menyatakan bahwa tingkat pengetahuan tentang *menarche* pada remaja menunjukkan sampai dimana remaja paham tentang *menarche* (Risksedas,2010).

Hasil dari tabulasi silang antara tingkat pengetahuan dan keterpaparan informasi mengenai *menarche* menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan baik

lebih banyak proporsinya pada responden yang pernah mendapatkan informasi tentang *menarche* dalam 3 tahun ini yaitu sebanyak 43,9%, sedangkan untuk tingkat pengetahuan kurang, proporsi terbesar yaitu 100% pada responden yang belum pernah mendapatkan informasi tentang *menarche* dalam 3 tahun ini. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mukhoirotin dan Milda (2016) yang menyatakan semakin tinggi nilai pengetahuan, maka semakin rendah tingkat kecemasan yang akan terjadi saat menghadapi menstruasi.

Menurut peneliti, seseorang yang mendapat informasi yang lebih banyak akan menambah pengetahuan menjadi luas. Hal ini diperkuat oleh teori yang menyatakan bahwa informasi bisa didapatkan dari media cetak, elektronik (TV, radio, dan sebagainya) dan media lainnya sehingga dengan informasi tersebut dapat meningkatkan pengetahuannya yang pada akhirnya dapat merubah perilakunya kearah positif terhadap kesehatan (Wawan dan Dewi,2011).