

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan Teoritis**

##### **1. Konsep Dasar *Menarche***

###### **a. Pengertian *Menarche***

*Menarche* merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10 -16 tahun atau pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi (Proverawati, 2015).

*Menarche* adalah haid pertama yang terjadi akibat proses sistem hormonal yang kompleks. *Menarche* salah satu tanda bahwa remaja tersebut telah mengalami perubahan di dalam dirinya dan juga disertai dengan berbagai masalah dan perubahan-perubahan baik fisik,biologi, psikologi maupun sosial, harus dihadapi oleh remaja karena ini merupakan masa yang sangat penting karena merupakan masa peralihan ke masa dewasa (Moersintawati, 2012)

###### **b. Usia terjadi *menarche***

Usia saat seorang anak perempuan mulai mendapat menstruasi sangat bervariasi. Terdapat kecenderungan bahwa saat ini anak mendapat menstruasi pertama kali pada usia yang lebih muda. Ada yang berusia 12 tahun saat ia mendapat menstruasi pertama kali, tapi ada juga yang 8 tahun sudah memulai siklusnya. Bila usia 16 tahun baru mendapat menstruasi pun terjadi (Proverawati, 2015)

Banyak penelitian menunjukkan bahwa usia *menarche* menurun sebanyak 2-3 bulan per dekade, penurunan usia *menarche* ini terjadi akibat pengaruh nutrisi yang optimal, onset *menarche* sangat berhubungan dengan lemak dalam tubuh (Haffner, 2013)

Namun secara global dan termutakhir, perempuan mengalami menstruasi dini (*premature*). Hal ini disebabkan faktor internal dan eksternal. Faktor internal karena ketidakseimbangan hormon bawaan lahir. Hal ini juga berkorelasi dengan faktor eksternal seperti asupan gizi pada makanan yang di konsumsi. Tingkat kualitas gizi yang lebih baik pada masyarakat saat ini memicu menstruasi dini. Tapi, gizi yang kurang juga mengakibatkan hal yang sama.

### **c. Faktor-faktor yang mempengaruhi *menarche***

Menurut Proverawati (2015) faktor-faktor yang mempengaruhi *menarche* antara lain :

#### 1) Aspek Psikologis

Yang menyatakan bahwa *menarche* merupakan bagian dari masa pubertas. *Menarche* merupakan suatu proses yang melibatkan sistem anatomi dan fisiologi dari proses pubertas yaitu sebagai berikut :

- a) Disekresikannya esterogen oleh ovarium yang distimulasikan oleh hormone ptuitari.
- b) Esterogen menstimulasi pertumbuhan uterus.

- c) Fluktuasi tingkat hormone yang dapat menghasilkan perubahan suplai darah yang adekuat ke bagian endometrium.
- d) Kematian beberapa jaringan endometrium dari hormone ini dan adanya peningkatan fluktuasi suplai darah ke *desidua*.

## 2. *Menarche* dan kesuburan

Pada sebagian besar wanita, *menarche* bukanlah sebagai tanda terjadinya ovulasi. Sebuah penelitian di Amerika menyatakan bahwa interval rata-rata antara *menarche* dan ovulasi terjadi beberapa bulan. Secara tidak teratur menstruasi terjadi selama 1-2 tahun sebelum terjadinya ovulasi teratur. Adanya ovulasi yang teratur menandakan interval yang konsisten dari lamanya mens dan perkiraan waktu datangnya kembali dan untuk mengukur tingkat kesuburan seorang wanita.

## 3). Pengaruh waktu terjadinya *menarche*.

Biasanya terjadinya sekitar dua tahun setelah perkembangan payudara. Namun akhir-akhir ini menarche terjadi pada usia yang lebih muda dan tergantung dari pertumbuhan individu tersebut, diet dan tingkat kesehatannya.

## 4). *Menarche* dan lingkungan sosial

Menurut sebuah penelitian menyatakan bahwa lingkungan sosial berpengaruh terhadap waktu terjadinya *menarche*. Salah satunya yaitu lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga yang harmonis dan adanya keluarga besar dapat memperlambat

terjadinya *menarche* dini, sedangkan anak yang tinggal di keluarga yang tidak harmonis dapat mengakibatkan terjadinya *menarche* dini. Selain itu ketidakhadiran seorang ayah ketika masih kecil, adanya tindakan kekerasan seksual pada anak dan adanya konflik dalam rumah tangga merupakan faktor yang berperan penting pada terjadinya *menarche* dini. Beberapa aspek struktur dan fungsi keluarga yang berpengaruh terhadap terjadinya *menarche* dini sebagai berikut :

- a) Ketidakhadiran seorang ayah ketika individu masih kecil
- b) Kekerasan seksual pada anak
- c) Adanya konflik dalam keluarga

Struktur keluarga dan fungsi keluarga juga berpengaruh terhadap terjadinya pubertas yang lambat yaitu adanya keluarga besar, hubungan positif dalam keluarga serta adanya dukungan dan tingkat stres yang rendah dalam lingkungan keluarga.

##### 5). Umur *menarche* dan status sosial ekonomi

*Menarche* terlambat terjadi pada kelompok sosial ekonomi sedang sampai tinggi yang memiliki selisih sekitar 12 bulan. Hal ini telah diteliti di India berdasarkan pendapatan perkapita. Orang yang berasal dari kelompok keluarga yang biasa mengalami *menarche* lebih dini. Namun setelah diteliti lebih lanjut asupan protein lebih berpengaruh terhadap terjadinya *menarche* lebih awal.

#### **d. Fisiologi *menarche***

*Menarche* tidak pernah lepas dari menstruasi karena merupakan bagian dari peristiwa tersebut. *Menarche* maupun menstruasi terjadi oleh karena perubahan dari tubuh perempuan yang memasuki masa pubertas. Hubungan dari hipotalamus, hormonal, ovarium, dan uterus inilah yang menjadi penyebab peristiwa tersebut. (Wiknosastro, 2011)

Fisiologi *menarche* di jelaskan secara singkat melalui peristiwa berikut ini (Wiknosastro, 2011).

- 1) Hipotalamus memberikan signal bagi pituitari untuk mengeluarkan FSH dan LH.
- 2) FSH berfungsi untuk pematangan folikel primer di dalam ovarium.
- 3) Seiring pematangan folikel, hormon estrogen di produksi ovarium.
- 4) Hormon esterogen berfungsi untuk merangsang pertumbuhan endometrium dan juga pertumbuhan ciri seks sekunder.
- 5) Fluktuasi tingkat hormon esterogen menyebabkan perubahan suplai darah pada endometrium.
- 6) Kematian sebagian jaringan endometrium atau fluktuasi suplai darah menyebabkan luruhnya endometrium yang di sertai dengan perdarahan melalui vagina.
- 7) Pada masa *menarche* hormon esterogen adalah hormon yang mendominasi sehingga bentuk anovulatoir.

**e. Periode *menarche***

*Menarche* yang dalam hal ini sama dengan haid maka dapat di definisikan seperti haid biasa yaitu perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus disertai pelepasan endometrium. Lama haid biasanya antara 3-5 hari, ada yang 1-2 hari diikuti darah sedikit-sedikit kemudian ada yang sampai 7-8 hari. Siklus haid adalah jarak antara tanggal mulainya haid yang lalu dan mulainya haid berikutnya. Panjang siklus haid normal atau dianggap sebagai siklus haid klasik ialah 28 hari bisa ditambah atau dikurangi 2-3 hari. Pada setiap wanita biasanya lama haid itu tetap (Mursintowati, B.N, 2010)

**f. Tanda dan gejala *menarche***

Menurut Wiknosastro (2008) tanda dan gejala *menarche* meliputi :

- 1) Perdarahan yang seringkali tidak teratur.
- 2) Anovalatoir menstruasi pada 1-2 tahun atau lebih sebelum ovulasi yang teratur, tetapi tidak pada semua remaja karena terdapat beberapa remaja yang telah mengalami ovulasi sebelum menstruasi yang teratur.
- 3) Darah yang keluar berwarna lebih muda dan terang dengan jumlah yang tidak terlalu banyak (*spotting*).
- 4) Lama perdarahan 4-7 hari atau kurang.
- 5) Kadang-kadang disertai kram pada perut bawah (*disminorhea*).

Menurut Suryani, dkk (2012), gejala yang sering terjadi dan sangat mencolok pada peristiwa *menarche* adalah kecemasan atau

ketakutan diperkuat oleh keinginan untuk menolak proses fisiologis tadi.

#### **g. Masalah yang muncul pada saat *menarche***

Menurut Ajen Dianawati (2010), masalah yang sering muncul pada *menarche* hampir sama dengan menstruasi, hanya saja faktor ketidaksiapan remaja menghadapi *menarche* menyebabkan masalah yang muncul pada *menarche* lebih berat. Masalah tersebut meliputi :

- 1) Keputihan.
- 2) Ketengangan emosi menjelang menstruasi.
- 3) *Disminorhea* (kram pada perut)
- 4) Gejala premenstruasi *syndrome*, rasa sangat tidak menyenangkan, mudah marah, gampang tersinggung, mual, tegang, lesu, pembengkakan payudara, rasa nyeri terutama bila payudara ditekan.
- 5) Masalah personal *hygiene*.
- 6) Masalah hubungan sosial.
- 7) Masalah psikologis.

#### **2. Kesiapan Menghadapi *Menarche***

Kesiapan dalam menghadapi *menarche* adalah suatu keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya *menarche* (Khairani, 2010). Anak yang akan mengalami menstruasi pertama (*menarche*) membutuhkan kesiapan mental yang baik karena perubahan yang terjadi pada saat menstruasi pertama (*menarche*) dapat menyebabkan remaja menjadi canggung (Nagar, 2010).

Perasaan remaja saat mengalami *menarche* adalah takut, kaget, bingung, bahkan ada juga yang merasa senang. Pengetahuan yang diperoleh remaja tentang menstruasi akan mempengaruhi persepsi remaja tentang *menarche*, jika persepsi yang dibentuk remaja tentang *menarche* positif, maka hal ini akan berpengaruh pada kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* (Fajri & Khairani, 2010). Kesiapan *menarche* pada anak perempuan dipengaruhi oleh dukungan pengetahuan dari ibu, ayah, teman sekelas laki-laki, serta di pengaruhi latar belakang sosial-budaya (Chang,, 2010).

Menurut Yusuf (2012) ada tiga aspek mengenai kesiapan, yaitu aspek pemahaman, yaitu kondisi dimana seseorang mengerti dan memahami kejadian yang dialami sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu jaminan bahwa dia akan merasa siap dalam menghadapi hal-hal yang mungkin terjadi. Aspek penghayatan, yaitu sebuah kondisi psikologis dimana seseorang siap secara alami bahwa segala hal yang terjadi secara alami akan menimpa hampir semua orang dan merupakan suatu persepsi yang wajar, normal, dan tidak perlu dikhawatirkan. Aspek kesediaan, yaitu suatu kondisi psikologis dimana seseorang sanggup atau rela untuk berbuat sesuatu sehingga dapat mengalami secara langsung segala hal yang seharusnya dialami sebagai salah satu proses kehidupan.



Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan anak menghadapi *menarche* adalah :

a) Usia

Usia mempengaruhi kesiapan anak dalam menghadapi *menarche* karena semakin muda usia anak, maka semakin anak belum siap untuk menerima peristiwa haid, sehingga *menarche* dianggap sebagai suatu gangguan yang mengejutkan. *Menarche* yang terjadi terlalu dini pada anak akan mempengaruhi kedisiplinan dalam hal kebersihan badan, seperti mandi masih harus dipaksakan oleh orang lain. Sehingga pada akhirnya, *menarche* dianggap oleh anak sebagai satu beban baru yang tidak menyenangkan (Suryani & Widyasih, 2008).

b) Sumber informasi

Sumber informasi adalah sumber-sumber yang dapat memberikan informasi tentang *menarche* kepada siswi. Sumber informasi yang diterima siswa Informasi dapat diperoleh dari keluarga, teman sebaya dan lingkungan sosial Yusuf (2010).

### 3. Menstruasi

#### a. Definisi

Menstruasi atau haid adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium. Menstruasi terjadi karena sel telur yang di keluarkan oleh salah satu ovarium tidak mengalami pembuahan (Proverawati & Misaroh, 2009).

Menstruasi atau haid adalah pengacau kepada pengeluaran secara periodik darah dan sel-sel tubuh dari vagina yang berasal dari dinding rahim wanita. Biasanya menstruasi dimulai antara usia 10 dan 16 tahun, tergantung pada berbagai faktor, termasuk nutrisi (Kinanti, 2013).

Pada umumnya siklus menstruasi terjadi secara periodik setiap 28 hari (ada pula yang setiap 21 hari dan 30 hari) yaitu sebagai berikut: pada hari pertama sampai hari ke-14 terjadi pertumbuhan dan perkembangan folikel primer yang dirangsang oleh hormon FSH (Proverawati, 2009).

#### **b. Siklus Menstruasi**

Pada masa reproduksi dan dalam keadaan tidak hamil, selaput lendir uterus mengalami perubahan siklik yang berkaitan dengan aktivitas ovarium. Siklus menstruasi dapat dibedakan menjadi 4 fase:

##### 1) Fase menstruasi atau *deskuamasi*

Dalam fase ini endometrium dilepaskan dari dinding uterus disertai perdarahan. Hanya stratum basale yang tinggal utuh. Darah haid mengandung darah vena dan arteri dengan sel-sel darah merah dalam hemolisis atau aglutinasi, sel-sel epitel dan stroma yang mengalami disintegrasi dan otolisis, dan sekret dari uterus, serviks, dan kelenjar-kelenjar vulva. Fase ini berlangsung 3-4 hari.

##### 2) Fase pascahaid atau fase *regenerasi*

Luka endometrium yang terjadi akibat pelepasan sebagian besar berangsur-angsur sembuh dan ditutup kembali oleh selaput lendir

baru yang tumbuh dari sel-sel epitel endometrium. Pada waktu ini tebal endometrium  $\pm 0,5$  mm. Fase ini telah mulai sejak menstruasi dan berlangsung  $\pm 4$  hari.

3) Fase intermenstruum atau fase *proliferasi*

Dalam fase ini endometrium tumbuh menjadi tebal  $\pm 3,5$  mm. Fase ini berlangsung dari hari ke-5 sampai hari ke-14 dari siklus haid. Fase proliferasi dapat dibagi menjadi 3 subfase, yaitu:

a) Fase proliferasi dini

Berlangsung antara hari ke-4 sampai hari ke-7. Dapat dikenali dari epitel permukaan yang tipis dan adanya regenerasi epitel, terutama dari mulut kelenjar.

b) Fase proliferasi madya

Fase ini merupakan bentuk transisi dan dapat dikenali dari epitel permukaan yang berbentuk torak dan tinggi, berlangsung antara hari ke-8 sampai hari ke-10.

c) Fase proliferasi akhir

Fase ini dikenali dari permukaan kelenjaryang tidak rata dan dengan banyak mitosis, berlangsung pada hari ke-11 sampai hari ke-14.

4) Fase prahaid atau fase sekresi

Fase ini mulai sesudah ovulasi dan berlangsung dari hari ke 14 sampai ke 28. Pada fase ini endometrium kira-kira tetap tebalnya,

tetapi bentuk kelenjar berubah menjadi panjang (Prawirihardjo, 2009).

#### **4. Pengetahuan**

##### **a. Pengertian Pengetahuan**

Pengetahuan adalah hasil dari tahu yang terjadi melalui proses sensoris khususnya mata dan telinga terhadap objek tertentu. Pengetahuan merupakan hasil dari “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar, pengetahuan manusia diperoleh dari mata dan telinga (Notoatmodjo, 2010).

##### **b. Tingkat Pengetahuan**

Menurut Notoatmodjo (2010) pengetahuan mempunyai enam tingkatan, yaitu :

###### **1) Tahu (*Know*)**

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah.

## 2) Memahami

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

## 3) Aplikasi

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real (sebenarnya). Aplikasi di sini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum–hukum, rumus, metode, prinsip dan sebagainya dalam konteks situasi yang lain.

## 4) Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek kedalam komponen–komponen, tetapi masih di dalam satu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisi ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.

## 5) Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis menunjukkan kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian – bagian di dalam suatu

bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain, sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi – formulasi yang ada.

6) Evaluasi (Evaluation)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian – penilaian itu didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria – kriteria yang ada.

**c. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan**

Adapun faktor- faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu:

1) Pendidikan

Semakin tinggi tingkat pendidikan dan pengetahuan seseorang juga akan membuat orang tersebut semakin mudah menerima informasi tentang objek atau yang berkaitan dengan pengetahuan.

2) Informasi

Informasi adalah sesuatu yang dapat diketahui, namun adapula yang menekankan bahwa informasi adalah sebagai transfer pengetahuan. Informasi dapat dijumpai dalam kehidupan sehari-hari, yang dapat kita peroleh dari pengamatan maupun data dari sekitar kita, serta diteruskan melalui komunikasi, pendidikan formal. Informasi dapat mencakup data, teks, gambar, suara, dan kode (Budiman & Riyanto, 2013).

### 3) Minat dan kreatifitas

Minat sebagai suatu kecenderungan atau keinginan yang tinggi terhadap sesuatu objek atau dalam melakukan suatu kegiatan (perbuatan), yang didasari oleh rasa tertarik, senang, yang muncul dalam diri bukan tekanan dari luar (Notoatmodjo, 2007). Adanya perasaan tertarik dan perasaan senang menimbulkan adanya minat, maka minat ini merupakan kondisi psikologi.

### 4) Pengalaman

Pengalaman sebagai sumber pengetahuan adalah suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan masalah yang dihadapi di masa lalu (Budiman & Riyanto, 2013).

### 5) lingkungan

lingkungan adalah segala sesuatu yang ada disekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan akan berpengaruh pada proses masuknya pengetahuan kepada individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh individu (Budiman & Riyanto, 2013).

### 6) Sosial, Budaya, dan Ekonomi

Kebudayaan serta kebiasaan dalam keluarga dapat mempengaruhi pengetahuan, persepsi, dan sikap seseorang terhadap sesuatu (Notoatmodjo, 2010).

### 7) Usia

Usia akan mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang, semakin bertambah usia semakin bertambah pula daya tangkap dan pola pikir seseorang, dengan begitu pengetahuan yang diperolehnya semakin baik (Budiman & Riyanto, 2013).

#### d. Standar Pengukuran Pengetahuan

Menurut Arikunto dalam Wawan (2011), Pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kuantitatif yaitu:

- 1) Baik : Hasil Presentase  $>75\%$
- 2) Kurang : Hasil Presentase  $\leq 75\%$  (Arikunto, 2013)

### 3. Penelitian Terkait

Penelitian yang dilakukan oleh Wardani (2017) dengan judul hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi SDN Asrikaton 1 Kecamatan Pakis Kabupaten Malang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi SDN Asrikaton 1 Kecamatan Pakis Kabupaten Malang.

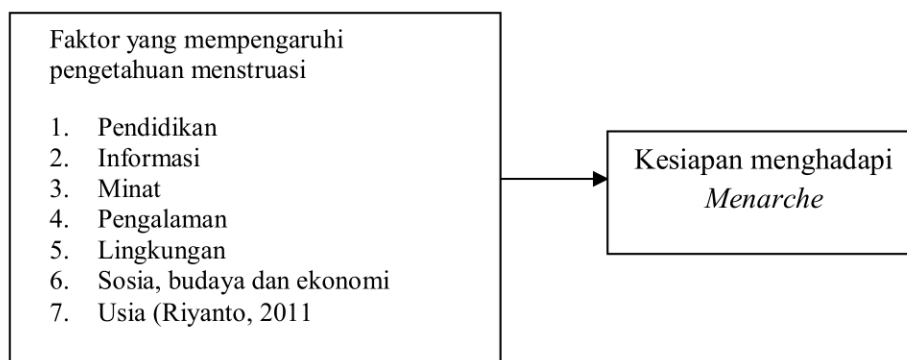
Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan cross sectional, menggunakan teknik total sampling pada 35 siswi kelas IV, V, VI SDN Asrikaton 1 yang belum mengalami menarche. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan analisis data yaitu



univariat dan bivariat menggunakan chi square. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan nilai pvalue 0,000. Hasil ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan mengenai menstruasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche pada siswi SDN Asrikaton

## B. Kerangka Teori

Kerangka teori dari penelitian Perbedaan tingkat kecemasan antara siswi yang telah mengalami *menarche* dan belum mengalami *menarche* di SD Muhammadiyah 019 Bangkinang 2018.

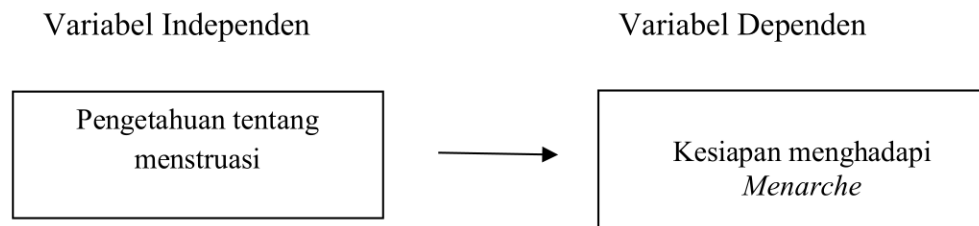


**Skema 2.1**  
**Kerangka Teori**

## B. Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah abstrak dari suatu realita agar dapat di komunikasikan dan membentuk suatu teori yang menjelaskan keterkaitan antar variabel (Nursalam,2008)

Adapun kerangka konsep dalam penelitian ini adalah :



### C. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah:

Ha: Ada hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche*