

**ASUHAN KEBIDANAN PADA REMAJA PUTRI DENGAN MENARCHE DI SD
AZ-ZUHRAKOTA PEKANBARU TAHUN 2019**

Juli Selvi Yanti, SST, M.Kes⁽¹⁾Fitri Andriyani

STIKes Hang Tuah Pekanbaru

Email: juliselviyanti.jsy@htp.ac.id

ABSTRACT

Menarche is the first bleeding from uterus that occurs in women at puberty around the age of 12-14 years. Problems that often arise during this period one of which is the unpreparedness of young women in the face of menarche. The cause of this is a lack of knowledge about menarche and how to handle it. The effort to overcome this problem is to provide health education regarding menarche and how to handle it according to existing theories. The purpose of providing care is to reduce the rate of unpreparedness of young women in facing menarche. The method used to reduce the number of unpreparedness is to teach young women how to deal with and overcome good and true menarche. After doing midwifery care for young women with menarche for 4 visits in 7 days, it was found that the complaints experienced by young women during menarche can be resolved at the last visit. In conclusion, with the care of young women regarding menarche and how to handle it properly and correctly can increase knowledge and overcome complaints that adolescents have experienced so far. It's recommended to schools to provide complete UKS with the needs needed by young women by menarche and provide information through health education to all students in grades 4, 5 and 6 about menarche and how to deal with good and correct menarche.

Reading List : 20 (2015-2019)

Keywords : *Midwifery Care, Menarche, Puberty, Young Women*

ABSTRAK

Menarche merupakan perdarahan pertama kali dari uterus yang terjadi pada wanita di masa pubertas sekitar usia 12-14 tahun. Masalah yang sering timbul pada masa ini salah satunya adalah ketidaksiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Penyebab terjadinya hal tersebut adalah kurangnya pengetahuan mengenai *menarche* dan cara penanganannya. Upaya untuk mengatasi masalah tersebut adalah memberikan pendidikan kesehatan mengenai *menarche* dan cara penanganannya sesuai teori yang ada. Tujuan pemberian asuhan ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan mengenai *menarche* dan cara penanganannya. Adapun metode yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan mengenai *menarche* dan cara penanganannya tersebut yaitu mengajarkan remaja putri bagaimana cara menghadapi serta mengatasi *menarche* yang baik dan benar. Setelah dilakukan asuhan kebidanan remaja putri dengan *menarche* selama 4 kali kunjungan dalam 7 hari, maka didapatkan hasil yaitu keluhan yang dialami remaja putri selama *menarche* dapat teratasi pada kunjungan terakhir. Kesimpulannya dengan pemberian asuhan pada remaja putri mengenai *menarche* dan cara penanganan yang baik dan benar dapat meningkatkan pengetahuan dan mengatasi keluhan yang dialami remaja selama ini. Disarankan kepada sekolah untuk menyediakan UKS lengkap dengan kebutuhan yang diperlukan remaja putri dengan *menarche* serta memberikan informasi melalui penyuluhan kesehatan kepada seluruh siswi kelas 4, 5 dan 6 tentang *menarche* dan cara penanganan *menarche* yang baik dan benar

Kata kunci : *Asuhan Kebidanan, Menarche, Pubertas, Remaja Putri*

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun. Masa ini merupakan periode persiapan menuju masa dewasa yang akan melewati beberapa tahapan perkembangan penting dalam hidup. Selain kematangan fisik dan seksual, remaja juga mengalami tahapan menuju kemandirian sosial dan ekonomi, membangun identitas, akuisisi kemampuan (*skill*) untuk kehidupan masa dewasa serta kemampuan bernegosiasi (*abstract reasoning*) (Demografi Lembaga 2017).

Remaja menurut UU Perlindungan Anak adalah seseorang yang berusia antara 10-18 tahun, dan merupakan kelompok penduduk Indonesia dengan jumlah yang cukup besar (hampir 20% dari jumlah penduduk). Remaja merupakan calon pemimpin dan penggerak pembangunan di masa depan (Kementerian Kesehatan RI 2018).

Remaja putri akan mengalami perkembangan fisik yaitu tumbuhnya payudara, panggul yang membesar, dan suara yang berubah menjadi lembut. Pada anak perempuan mengalami puncak kematangan reproduksi yang ditandai dengan menstruasi pertama atau disebut

juga dengan *menarche* (Hartini 2017). *Menarche* merupakan perdarahan pertama kali dari uterus yang terjadi pada wanita di masa pubertas sekitar usia 12-14 tahun. *Menarche* merupakan perubahan yang menandakan bahwa remaja sudah memasuki tahap kematangan organ seksual dalam tubuh (Malinda et al. 2017).

Di Indonesia, gadis remaja pada waktu *menarche* bervariasi antara 10-16 tahun dan rata-rata *menarche* 12,5 tahun. Usia *menarche* lebih dini di daerah perkotaan dari pada yang tinggal di desa dan juga lebih lambat pada wanita yang kerja berat. Usia *menarche* anak cenderung mirip dengan usia *menarche* ibunya dan usia *menarche* dapat dikatakan berhubungan dengan status sosial ekonomi, pendapatan di dalam suatu keluarga acapkali dihubungkan dengan bagaimana kemampuan keluarga dalam hal pemenuhan kebutuhan gizi dimana hal tersebut berkaitan dengan pematangan seksual pada remaja (Lusiana 2012).

Kurangnya pengetahuan mengenai *menarche* dan cara penanganannya dapat menimbulkan berbagai masalah seperti ketidaksiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. *Menarche* yang tidak terkelola dengan baik juga dapat menyebabkan

putus sekolah, ketidakhadiran, dan masalah kesehatan seksual dan reproduksi lainnya yang memiliki konsekuensi kesehatan dan sosial-ekonomi dalam jangka panjang bagi remaja (Susanti and Sunarto 2012).

Asuhan kebidanan reproduksi sesuai dengan Keputusan Menteri Kesehatan RI No. 938/MENKES/SK/VIII/2007 harus dilaksanakan didalam mengatasi masalah kesehatan reproduksi untuk mewujudkan pelayanan kesehatan yang berkualitas. Peran bidan dalam memberikan asuhan pada wanita dengan *menarche* yaitu, mengkaji status kesehatan dan kebutuhan asuhan mengenai *menarche*, menyusun rencana, mengevaluasi, membuat pencatatan dan pelaporan asuhan kebidanan mengenai *menarche* dengan pendokumentasian secara SOAP (Susanti and Sunarto 2012).

Pengalaman peneliti di salah satu Sekolah Dasar di Kampar yaitu adanya siswi SD kelas 6 yang tidak sadar mengalami menstruasi pertamanya sehingga ia terkejut dan bertanya-tanya darah apakah yang keluar dari kemaluannya sehingga menyebabkan roknya terkena darah menstruasi, namun siswi tersebut tidak segera menuju UKS untuk meminta penanganan lebih lanjut. Selain itu, edukasi yang biasa dilakukan

di sekolah dasar didominasi dengan penjelasan reproduksi dan narkoba. masih belum ada informasi khusus yang membahas tentang menstruasi pertama (*menarche*). Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan “**Asuhan Kebidanan pada Remaja Putri dengan Menarche di SD Az-Zuhra Kota Pekanbaru**”.

METODE KASUS

Metode laporan ini adalah studi kasus dengan latar belakang asuhan kebidanan pada remaja putri dengan *menarche*. Studi kasus ini menggunakan asuhan kebidanan pada remaja putri dengan *menarche* di SD Az-Zuhra Kota

HASIL

A. Kajian 1

Kunjungan pertama ini dilakukan pada tanggal 24 Juli 2019, pukul 19.00 WIB. Kunjungan ini dilakukan dirumah pasien

1. Data Subjektif

- a. Hari ini adalah hari kedua haid pertamanya dan mendapatkan haid pertamanya pada saat disekolah.
- b. Cemas karena belum tau bagaimana cara memilih dan

memakai pembalut yang baik dan benar sehingga mengalami “kebocoran” pada saat tidur malam dan saat disekolah tadi pagi.

- c. Sebelum menstruasi ia merasa pinggang nya terasa pegal, dan timbul jerawat didaerah pipi.

2. Data Objektif

Keadaan umum baik, kesadaran composmentis, tekanan darah 95/75 mmHg, denyut nadi 82 x/I, pernapasan 22 x/I, suhu 36,9 °C, berat badan 45 kg, tinggi badan 150 cm, konjungtiva berwarna merah muda, sklera berwarna putih, leher tidak ada pembengkakan kelenjar tiroid, mammae sudah mulai berbentuk, bersih dan tidak ada benjolan massa, puting susu belum menonjol

3. Assasement

Nn. A usia 12 tahun dengan *menarche* hari kedua

4. Planning

- a. Bina hubungan baik dengan klien
- b. Informasi hasil pemeriksaan klien
- c. KIE mengenai remaja pubertas, *menarche*, dan tanda-tandanya
- d. KIE mengenai sikap dalam menghadapi *menarche*

- e. KIE mengenai perubahan fungsi tubuh pada remaja pubertas yang sudah menstruasi

- f. KIE mengenai PMS (*Pre-Menstruation Syndrome*)

- g. KIE mengenai personal hygiene selama menstruasi

- h. KIE mengenai pemilihan dan cara pemakaian pembalut yang baik dan benar

- i. KIE mengenai mitos-mitos yang beredar di masyarakat

- j. Menyepakati kunjungan ulang (kunjungan kedua)

B. Kajian 2

Pada kunjungan ini merupakan hasil dari kunjungan terakhir yang dilakukan pada tanggal 28 Juli 2019, pukul 19.00 WIB bertempat dirumah pasien.

1. Data Subjektif

- a. Nn. N mengatakan sudah selesai menstruasi, darah haid sudah tidak ada lagi.

- b. Nn. A mengatakan sudah mandi wajib sesuai dengan syariat Islam dan merasa senang bahwa ia sudah mampu mengatasi keluhannya

2. Data Objektif

Keadaan umum baik, kesadaran composmentis, TD: 100/70

mmHg, N: 83 x/i, P: 21 x/i, S:
36,9 °C

3. Assasement
Nn. A usia 12 tahun dengan k/u remaja baik
4. Planning
 - a. Informasi hasil pemeriksaan
 - b. Pujian kepada remaja
 - c. Ingatkan kembali untuk menjaga kebersihan area genetalia pada menstruasi berikutnya
 - d. Evaluasi hasil asuhan yang telah diberikan

PEMBAHASAN

Melalui metode pendekatan pemecahan masalah, penulis menyajikan pembahasan dengan membandingkan antara teori dan kenyataan yang sering ditemui di lahan praktik, yang diterapkan pada Nn. A Usia 12 Tahun dengan *Menarche*. Pembahasan ini akan dibahas setiap kajian mulai dari kunjungan pertama sampai kunjungan keempat atau terakhir serta mengevaluasi hasil dari kunjungan tersebut.

1. Data Subjektif

Pada saat kunjungan pertama, Nn. A mengatakan ia berusia 12 tahun dan sedang mengalami menstruasi pertamanya namun hari kedua. Keluhan yang dialaminya selama menstruasi yaitu

rasa cemas karena belum paham cara pemilihan dan pemakaian pembalut yang baik dan benar, belum paham tentang kebersihan diri dan kebersihan organ genetalia, mengeluh nyeri haid, mengeluh sakit pinggang dan timbul jerawat beberapa hari sebelum menstruasi dan belum tau cara mandi wajib sesuai syariat Islam.

Ini merupakan hal yang wajar karena pada anak perempuan mengalami puncak kematangan reproduksi yang ditandai dengan menstruasi pertama atau disebut juga dengan *menarche*(Hartini 2017). Menstruasi pertama terjadi pada usia 12-14 tahun dan merupakan tanda bahwa remaja sudah memasuki tahap kematangan organ seksual dalam tubuh (Malinda et al. 2017).

Keluhan mengenai rasa cemas yang dihadapi remaja merupakan hal yang wajar karena kurangnya pengetahuan mengenai *menarche* dan cara penanganannya dapat menimbulkan berbagai masalah seperti ketidaksiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*(Susanti and Sunarto 2012).

Keluhan nyeri haid merupakan hal yang wajar karena ini disebabkan oleh kontraksi otot miometrium yang berlebihan maka akan mengurangi aliran darah, sehingga kekurangan oksigen dalam sel-sel miometrium yang

mengakibatkan timbulnya nyeri pada saat menstruasi spasmodic, nyeri ini menyebabkan perut terasa mulas (Dahlan et al. 2017).

Keluhan mengenai nyeri pinggang dan timbul jerawat beberapa hari sebelum menstruasi juga merupakan hal yang wajar karena *Pre-Menstrual Syndrome* (PMS) ditandai dengan perubahan yang cepat dalam suasana hati (misalnya, depresi, iritabilitas, kemarahan, agresi, mudah menangis, ketegangan, kecemasan), dan gejala fisik (misalnya ketidaknyamanan payudara, nyeri pada perut, timbulnya jerawat, sakit kepala, kembung, edema, kelelahan, insomnia) selama fase luteal akhir siklus menstruasi (Ramadani 2012).

Cara mengatasi rasa cemas yang dimiliki remaja yaitu memberikan informasi atau pendidikan kesehatan mengenai menarche dan cara penanganannya, melakukan demonstrasi dan evaluasi terhadap materi yang telah disampaikan serta meminta remaja untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Lutfiya 2016).

Cara mengatasi keluhan nyeri haid yaitu terapi non-farmakologis berupa kompres hangat dengan menggunakan handuk bersih yang dicelupkan kedalam wadah berisi air hangat kemudian diperas dan diletakkan dibagian pinggang atau

perut yang terasa nyeri dan terapi ini tidak menimbulkan dampak negatif bagi tubuh tetapi perlu diingat juga bahwa air yang terlalu panas dapat menimbulkan iritasi pada kulit (Dahlan et al. 2017).

Cara mengatasi keluhan nyeri pinggang dan timbulnya jerawat beberapa hari sebelum menstruasi yaitu memperbaiki gaya hidup dengan meningkatkan aktivitas fisik dan pola makan yang sehat dapat mengurangi terjadinya PMS (Ramadani 2012).

2. Data Objektif

Pengambilan data objektif yang dilakukan pada Nn. A mulai dari kunjungan pertama sampai kunjungan terakhir didapatkan hasil keadaan umum remaja baik, kesadaran composmentis, tekanan darah dalam batas normal, nadi dalam batas normal, pernapasan dalam batas normal, suhu dalam batas normal. Pada pemeriksaan fisik secara head to toe tidak ditemukan kelainan.

Menurut (Muhlisin 2019), Nilai TTV normal akan berubah seiring bertambahnya usia hingga dewasa. Jika sudah dewasa, TTV akan relative konstan sepanjang kehidupan. Namun, ada satu hal yang tidak berubah karena faktor usia yaitu suhu tubuh. Meski begitu, suhu tubuh dapat berfluktuasi pada waktu-waktu tertentu dalam sehari. Suhu tubuh

normal berkisar antara 36,1°C sampai 37,9°C. Tekanan darah normal pada remaja (usia 12-15 tahun) yaitu sistolik 110-124 dan diastolic 70-79. Pernapasan normal pada remaja (usia 12-15 tahun) yaitu 12-18 x/menit. Dan denyut nadi normal pada remaja (usia 12-15 tahun) yaitu 60-100 x/menit.

3. Planning

Kunjungan yang dilakukan penulis yaitu 4 kali kunjungan selama 7 hari dikarenakan asuhan yang diberikan kepada Nn. A berupa pendidikan kesehatan mengenai *menarche* dan cara penanganannya. Asuhan ini diberikan selama 7 hari mulai dari hari kedua menstruasi pertama sampai menstruasi selesai.

KESIMPULAN

Dari data yang telah dikumpulkan, saat penulis mendapat persetujuan pasien bahwa akan dilakukan pemeriksaan dan pemberian pendidikan kesehatan mengenai *menarche* (menstruasi pertama), analisa yang didapat yaitu Nn. A usia 12 tahun dengan *menarche*. Penatalaksanaan yang diperlukan yaitu pendidikan kesehatan mengenai *menarche* dan cara penanganannya yang baik dan benar dan sudah dilakukan selama 7 hari dalam 4 kali kunjungan. Setelah itu, penulis

melakukan evaluasi dan hasil yang didapat adalah Nn. A mampu mengatasi *menarche* nya dengan baik dan benar serta tidak merasa cemas ataupun takut lagi ketika mengalami menstruasi berikutnya.

SARAN

1. Bagi SD Az-Zuhra Islamic School Panam

- a. Diharapkan kepada penyedia lahan penelitian untuk memberikan ilmu mengenai *menarche* ini kepada remaja putri atau siswi kelas 4, 5 dan 6 baik yang sudah mengalami menstruasi ataupun belum melalui penyuluhan menggunakan bahasa yang mudah dimengerti anak-anak agar siswi tersebut tidak cemas ataupun khawatir lagi jika mengalami menstruasi pertamanya disekolah. Penyuluhan tersebut membahas tentang kesehatan reproduksi, pubertas dan menstruasi.
- b. Diharapkan juga sekolah menyediakan UKS dengan berbagai macam obat-obatan serta pembalut agar siswi yang mengalami “bocor” ataupun nyeri haid dapat teratasi dengan cepat dan tepat.

2. Bagi Instansi Pendidikan STIKes Hang Tuah Pekanbaru

- a. Dapat menambah sumber wawasan pengetahuan mahasiswa di STIKes

Hang Tuah Pekanbaru Program Studi D-III Kebidanan

- b. Diharapkan sebagai referensi dan pengembang ilmu pengetahuan tentang asuhan kebidanan pada remaja atau wanita usia subur dengan menarche dan menjadi pedoman untuk studi kasus berikutnya.

3. Bagi Mahasiswa atau Penulis Selanjutnya

- a. Diharapkan studi kasus ini dapat dijadikan pedoman atau informasi dan menambah pengetahuan penulis selanjutnya yang akan melaksanakan studi kasus yang serupa.
- b. Diharapkan kepada penulis yang akan mengambil studi kasus ini untuk lebih teliti dalam menegakkan diagnosa dan lebih paham lagi tentang kasus ini dikarenakan masih banyak remaja dan orang tua yang belum paham dan masih mempercayai mitos-mitos mengenai menstruasi yang beredar dimasyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Calesta, Kezia. 2018. "8 Warna Darah Haid Dan Arti Dibaliknya." <http://www.cosmopiltan.co.id?article/read/8/2018/14496/8-warna-darah-haid-dan-arti-di-baliknya>.
- Dahlan, Asmita, and Tri Veni Syahminan. 2017. "Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Nyeri Haid (Dismenorea) Pada Siswi SMK Perbankan Simpang Haru Padang." *Journal Endurance* 2(1): 37–44.
- Demografi Lembaga, UI. 2017. "RINGKASAN STUDI "Prioritaskan Kesehatan Reproduksi Remaja Untuk." In *Brief Notes Lembaga Demografi FEB UI Juni 2017*, Jakarta: Lembaga Demografi FEB UI, 1–6.
- Enikmawati, Anik. 2014. "Nutrisi Yang Baik Untuk Dikonsumsi Sebelum Dan Selama Menstruasi." *Jurnal Kesehatan*.
- Hartini. 2017. "Perkembangan Fisik Dan Body Image Remaja." *Jurnal Islamic Counseling* 1(02): 27–54.
- Hidayat, AAA. 2010. "Metode Penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif." In Surabaya: Health Books.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. "Profil Kesehatan Indonesia 2017" ed. Boga. dkk Hardhana. *Data Dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia 2017*.
- Kusmiran, Eny. 2012. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Lusiana, Novita. 2012. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Usia Menarche Siswi SMP PGRI Pekanbaru." *Jurnal Kesehatan Komunitas* 2(05): 40–44.
- Lutfiya, Indah. 2016. "Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Menarche." *Jurnal Biometrika dan Kependudukan* 05(2): 135–45.
- Malinda, Nelly Tania et al. 2017. "MENSTRUASI PERTAMA UNTUK ANAK PEREMPUAN USIA 9-12 TAHUN Abstrak Pendahuluan." (2004).
- Muhlisin, dr. Ahmad. 2019. "TTV Normal Bayi Baru Lahir, Balita Dan Anak-Anak."

<https://www.google.co.id/amp/s/www.honestdocs.id/tt-normal-bayi-baru-lahir.amp>.

- Prawirohardjo, Sarwono. 2011. "Ilmu Kebidanan." In Jakarta: PT. Bina Pustaka.
- Priyatin, Cici, Elisa Ulfiana, and Sri Sumarni. 2015. "Faktor Risiko Yang Berpengaruh Terhadap Kejadian Kanker Payudara Di RSUP DR. Kariadi Semarang." *Jurnal Kebidanan* 2(5): 9–19.
- Ramadani, Mery. 2012. "Premenstrual Syndrome (PMS)." *Jurnal Kesehatan Andalas* 07(01).
- Sinaga, Ernawati, Nonon Saribanon, Suprihatin, and Nailus Sa'adah. 2017. *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: IWWASH Global One.
- Susanti, Agres Vivi, and Sunarto. 2012. "Faktor Risiko Kejadian Menarche Dini Pada Remaja Di SMP N 30 Semarang." *Jurnal Universitas Diponegoro*.
- Wulandari, Priharyanti, Dwi Nur Aini, and Suprpti Wiji Astuti. 2009. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menarche Siswi Di SMPN 31 Semarang." 6: 117–22.
- Yani, Linda. 2016. "Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Remaja Putri Kelas VII Dan VIII Di SMP Negeri 2 Gamping." Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Yusiana, Maria Anita, and Maria Silviantita Titis Saputri. 2016. "Perilaku Personal Hygiene Remaja Puteri Pada Saat Menstruasi." *Jurnal STIKES RS Baptis Kediri* 9(1).