

menghasilkan pengetahuan tersebut dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Pengetahuan seseorang sebagian besar diperoleh melalui indera pendengaran dan indera penglihatan (Notoatmodjo, 2014).

Pengetahuan merupakan hasil “Tahu” dan ini terjadi setelah orang mengalami penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yaitu : indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui pendidikan, pengalaman orang lain, media massa maupun lingkungan (Notoatmodjo, 2014).

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang karena dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasarkan oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2011).

b. Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2014), pengetahuan seseorang terhadap suatu objek mempunyai intensitas atau tingkatan yang berbeda. Secara garis besar tingkatan pengetahuan dibagi menjadi 6 tingkat pengetahuan, yaitu :

1. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai *recall* atau memanggil memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu yang spesifik dan

seluruh bahan yang telah dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Tahu di sisni merupakan tingkatan yang paling rendah.

2. Memahami (*Comprehention*)

Memahami suatu objek bukan hanya sekedar tahu terhadap objek tersebut, dan juga tidak sekedar menyebutkan, tetapi orang tersebut dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahuinya.

3. Aplikasi (*Aplication*)

Aplikasi diartikan apabila orang yang telah memahami objek yang dimaksud dapat menggunakan ataupun mengaplikasikan prinsip yang diketahui tersebut pada situasi atau kondisi yang lain. Aplikasi juga diartikan aplikasi atau penggunaan hukum, rumus, metode, prinsip, rencana program dalam situasi yang lain.

4. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan seseorang dalam menjabarkan atau memisahkan, lalu kemudian mencari hubungan antara komponen-komponen dalam suatu objek atau masalah yang diketahui.

5. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis merupakan kemampuan seseorang dalam merangkum atau meletakkan dalam suatu hubungan yang logis dari komponen pengetahuan yang sudah dimilikinya.

6. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi merupakan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu objek tertentu. Penilaian berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau norma- norma yang berlaku di masyarakat.

c. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Tingkat Pengetahuan

Menurut Nursalam (2011), ada beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang, yaitu :

1) Faktor Internal

a. Umur

Semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang lebih matang dalam berfikir dan bekerja dari segi kepercayaan masyarakat yang lebih dewasa akan lebih percaya diri dari pada orang yang belum cukup tinggi kedewasaannya

b. Pengalaman

Pengalaman merupakan sumber pengetahuan, atau pengalaman itu merupakan cara untuk memperoleh suatu kebenaran pengetahuan. Hal ini dilakukan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang diperoleh dalam memecahkan persoalan yang dihadapi pada masa lalu.

c. Pendidikan

Semakin tinggi tingkat pendidikan semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Sebaliknya semakin pendidikan

yang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai yang baru diperkenalkan.

d. Pekerjaan

Pekerjaan adalah kebutuhan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarganya. Menurut Thomas (2007) dalam Nursalam (2011). Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak cara mencari nafkah.

e. Jenis Kelamin

Jenis kelamin merupakan suatu sifat yang melekat pada kaum laki-laki maupun perempuan yang dikonstruksikan secara sosial maupun kultural.

2) Faktor Eksternal

a. Informasi

Informasi merupakan fungsi penting untuk membantu mengurangi rasa cemas. Seseorang mendapatkan informasi akan mempengaruhi tingkat pengetahuan terhadap suatu hal (Nursalam, 2011).

b. Pengalaman

Menurut Notoatmodjo (2010), hasil dari pengalamandan observasi yang terjadi di lapangan (masyarakat) bahwa perilaku seseorang termasuk terjadinya perilaku kesehatan, diawali dengan pengalaman-pengalaman seseorang serta adanya faktor

eksternal (lingkungan fisik dan non fisik).

c. Sosial Budaya

Semakin tinggi tingkat pengetahuan dan stastus sosial maka tingkat pengetahuannya akan semakin tinggi pula (Nursalam, 2011).

d. Lingkungan

Lingkungan ialah seluruh kondisi yang ada sekitar manusia dan pengaruhnya dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku individu atau kelompok. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Lingkungan dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun secara tidak langsung. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu (Notoatmodjo, 2010).

e. Minat

Menjadikan seseorang untuk mencoba dan menekuni suatu hal dan pada akhirnya diperoleh pengetahuan yang lebih mendalam (Notoatmodjo, 2010).

d. Pengukur Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan cara wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin

diukur dari subjek peneliti atau responden (Notoatmodjo,2010).

Menurut Wawan A. & Dewi M (2010), untuk memudahkan terhadap pemisahan tingkat pengetahuan dalam penelitian, tingkat pengetahuan di bagi berdasarkan :

1. Baik bila tingkat pengetahuan 76% sampai dengan 100%
2. Cukup baik bila tingkat pengetahuan 56% sampai dengan 75%
3. Kurang baik bila tingkat pengetahuan kurang dari 56%

4. Konsep Menarche

a. Pengertian Menarche

Menarche adalah menstruasi pertama yang dialami saat masa pubertas pada usia 10 tahun, namun bisa juga lebih dini atau lebih lambat (Laila, 2011). Menarche merupakan suatu tanda awal masuknya seorang perempuan dalam masa reproduksi. Pada umumnya, rata-rata usia *menarche* adalah 12,4 tahun (Riskesdas, 2010).

Menarche juga menjadi pertanda apabila seorang remaja putri sudah menstruasi pertama jika berhubungan badan akan mengalami pembuahan dan proses kehamilan. Kehamilan dapat terjadi satu bulan sebelum periode pertama dimulai (Sarwono, 2011).

Menurut Morris (2011), menarche merupakan suatu kejadian yang wajar dialami oleh perempuan yang kondisi tubuhnya normal. Tidak ada penyebab spesifik dari timbulnya menarche. Menarche terjadi semata-mata karena adanya peningkatan dan penebalan lapisan

endometrium uterus yang dirangsang oleh FSH dan lonjakan estrogen yang berfluktuasi atau melonjak saat pubertas pada anak perempuan. Aliran cairan darah yang keluar melalui vagina sebagai proses menarche, dari darah segar dan darah beku atau darah menggumpal akibat proses luruhnya lapisan endometrium di uterus. Aliran darah pertama menarche biasanya berwarna merah terang karena berasal dari aliran menstruasi matang atau permukaan lapisan endometrium namun aliran ini sangat sedikit dan bahkan hanya bercak saja di karenakan didominasi oleh aliran darah beku atau yang menggumpal karena berasal dari dasar lapisan endometrium. Anak perempuan saat pertama menarche juga merasakan keluhan seperti kram di perut bagian bawah.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan, menarche merupakan keluarnya darah pertama kali pada perempuan, biasanya terjadi pada usia 10-16 tahun.

b. Waktu dan Siklus Terjadinya Menarche

Usia saat seorang anak perempuan mulai mendapatkan menstruasi sangat bervariasi. Terdapat kecenderungan bahwa saat ini anak mendapat menstruasi yang pertama kali pada usia yang muda. Secara biologis, menarche terjadi pada usia 10-16 tahun (Proverawati A., & Misaroh S, 2009).

Menurut Prawirohardjo (2009) dalam Fitriiningtyas (2017), menstruasi seharusnya memiliki siklus yang teratur. Siklus menstruasi adalah jarak antara mulai menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya. Panjang siklus menstruasi yang normal atau

dianggap sebagai siklus yang klasik ialah 28 hari.

c. Tanda dan Gejala Menarche

Rasa tidak nyaman merupakan gejala yang sering menyertai *menarche* karena selama menstruasi, volume cairan dalam tubuh menjadi berkurang. Gejala lain yang dirasakan yaitu sakit kepala, pegel-pegel pada kaki dan pinggang selama beberapa jam, kram perut, serta sakit perut. Namun, sebelum gejala-gejala tersebut muncul biasanya terjadi beberapa perubahan emosional seperti perasaan suntuk, marah, dan sedih disebabkan oleh adanya pelepasan beberapa hormon (Sukarni & Wahyu, 2015)

d. Gangguan Menstruasi

Gangguan-gangguan menstruasi dapat menyebabkan terganggunya aktivitas yang dilakukan oleh wanita. Salah satu penyebabnya adalah gangguan psikologis. Menurut Lubis dkk (2013).

Hampir sekitar 80% siklus menstruasi wanita 22-30 hari dan hanya 10-15% wanita yang memiliki siklus menstruasi normal yaitu 28 hari. Hari pertama menstruasi, selama masa produksi biasanya setiap siklus menstruasi di lepaskan 1 sel telur. Banyak wanita yang mengeluh sebelum dan saat mengalami menstruasi, lebih sering ditemukan pada saat usia 20-40 tahun, dengan gangguan seperti (Pudiastuti, 2012)

1. Perasaan sensitif
2. Gelisah dan susah tidur

3. Nyeri kepala
4. Perut kembung
5. Kram pada bagian perut bawah dan vagina
6. Cepat lelah
7. Payudara membengkak
8. Kurang darah atau anemia
9. Cemas
10. Perubahan nafsu makan

e. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Menarche

1) Status Gizi

Status gizi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pertumbuhan remaja termasuk menarche. Status gizi berpengaruh terhadap tingkat kematangan seksual sehingga berdampak pada umur menarche. Pada umumnya, perempuan dengan kematangan seksual lebih dini akan memiliki IMT yang lebih tinggi dan perempuan dengan kematangan seksual yang terlambat memiliki IMT lebih kecil pada usia yang sama. Hal ini disebabkan karena status gizi yang cenderung lebih sering dihubungkan dengan paparan hormone estrogen dan progesterone yang tinggi sebagai akibat pola konsumsi makanan berlemak tinggi (Putra, 2016).

2) Berat Badan Lahir

Adanya terkaitan antar berat badan lahir dengan umur menarche dapat disebabkan oleh status gizi selama kehamilan.

Berat badan lahir pada anak akan mencerminkan pemenuhan asupan gizi selama kehamilan. Hal tersebut tentu berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan badan anak sehingga berdampak pada umur menarche (Putra, 2016).

3) Pendidikan Orang Tua

Pendidikan orang tua meliputi pendidikan ayah dan ibu merupakan salah satu indikator sosial ekonomi yang dapat mempengaruhi umur menarche. Tingkat pendidikan orang tua dapat menggambarkan status sosial ekonomi suatu keluarga selain dapat dilihat dari besarnya pendapatan. Semakin tinggi tingkat pendidikan orang tua, maka identik dengan pekerjaan yang semakin baik dan penghasilan keluarga yang semakin tinggi. Anak gadis dengan status keluarga yang memiliki sosialekonomi tinggi cenderung akan lebih mungkin mendapatkan nutrisi yang cukup dan bahkan lebih baik sehingga umur menarche akan lebih cepat (Putra, 2016).

4) Perawatan Diri saat Menstruasi

Salah satu yang sangat ditekankan bagi perempuan yang tengah mengalami menstruasi adalah ditekankan bagi perempuan yang tengah mengalami menstruasi adalah perawatan diri. Saat menstruasi tubuh cenderung memproduksi lebih banyak keringat minyak dan cairan tubuh lainnya. Sehingga seorang wanita harus tetap menjaga kebersihan dirinya terutama perawatan organ

reproduksi wanita yaitu kesehatan vagina (Kusmiran, 2012). Perawatan organ reproduksi saat menstruasi adalah tindakan menjaga kesehatan dan kebersihan pada daerah kemaluan pada saat menstruasi yang bertujuan untuk mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta meningkatkan derajat kesehatan seseorang (Andarmoyo, 2012)

Dalam buku Sinaga et al., (2017) , cara perawatan organ reproduksi remaja saat menstruasi adalah

1. Biasakan mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah menyentuh vagina dan mengganti pembalut
2. Membasuh vagina dengan air bersih mengalir dari arah depan (vagina) kebelakang (anus), bukan sebaliknya. Karena jika arah, kuman dari daerah anus akan terbawa ke depan dan dapat masuk ke vagina.
3. Saat membersihkan daerah kemaluan tidak perlu menggunakan cairan pembersih karena cairan tersebut akan merangsang bakteri yang menyebabkan infeksi. Apabila menggunakan sabun, sebaiknya gunakan sabun lunak (dengan pH 3,5) misalnya sabun bayi yang biasanya ber pH netral.
4. Keringkan daerah kemaluan dengan tisu toilet atau handuk agar tidak lembab.
5. Gunakan pembalut yang bersih dan berbahan yang lembut, menyerap darah dengan baik serta tidak membuat alergi.

6. Mengganti pembalut sesering mungkin sekitar 4-5 kali sehari atau setiap 4 jam sekali dalam sehari untuk menghindari pertumbuhan bakteri yang berkembang baik pada pembalut, menghindari bakteri masuk ke vagina dan timbulnya aroma tidak sedap
7. Bersihkan pembalut yang sudah dipakai dengan air sampai tidak ada darah yang tersisa lagi. Bungkus pembalut yang sudah dipakai dan dibersihkan, kemudian buang ke tempat sampah.
8. Gunakan celana dalam dari bahan alami (katun) dan tidak ketat, serta dapat mengcover daerah pinggul agar dapat menopang pembalut dengan kuat. Celana dalam ketat dan tidak menyerap keringat membuat sirkulasi udara tidak lancar, membuat kulit iritasi dan beresiko mengundang kuman jahat untuk bersarang didaerah kemaluan.
9. Mengganti celana dalam 2 kali atau lebih dalam sehari untuk menjaga kelembaban yang berlebihan dan celana dalam yang sudah terkena noda darah harus segera diganti.
10. Bila ada kelainan misalnya terlalu banyak darah keluar dan tidak teratur periksalah ke dokter (Manan, El, 2011)

5. Konsep Remaja

a. Pengertian Remaja

Remaja atau *adolescence* (Inggris) berasal dari bahasa latin

adolescence dapat diartikan sebagai tumbuh kearah kematangan, yang memiliki arti yang sangat luar yang mencakup beberapa hal yaitu seperti kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Pieter& Lubis, 2013).

Menurut WHO (*World Health Organization*), remaja dikemukakan melalui tiga kriteria, yaitu biologis, psikologis, dan sosial ekonomi, sehingga dapat dijabarkan bahwa remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan sosial. Individu yang mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari anak-anak menjadi dewasa, serta individu yang mengalami peralihan dari ketergantungan menjadi keadaan relatif lebih mandiri (Sarwono, 2013).

* Pendapat tentang usia remaja bervariasi antara beberapa ahli, organisasi, maupun lembaga kesehatan. Menurut WHO remaja merupakan periode usia 10-19 tahun. Menurut PBB (Perserikatan Bangsa-Bangsa) usia remaja berada dikisaran usia 15-24 tahun, sedangkan menurut *The Health Resource Series Administration Guidelines Amerika Serikat*, rentang usia remaja terbagi menjadi tiga tahap, yaitu remaja awal (11-14 tahun), remaja menengah (15- 17 tahun), dan remaja akhir (18-21 tahun) (Kusmiran, 2011).

Berdasarkan uraian di atas pengertian remaja dapat disimpulkan, remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, dengan mengalami perubahan-perubahan secara fisik, maupun

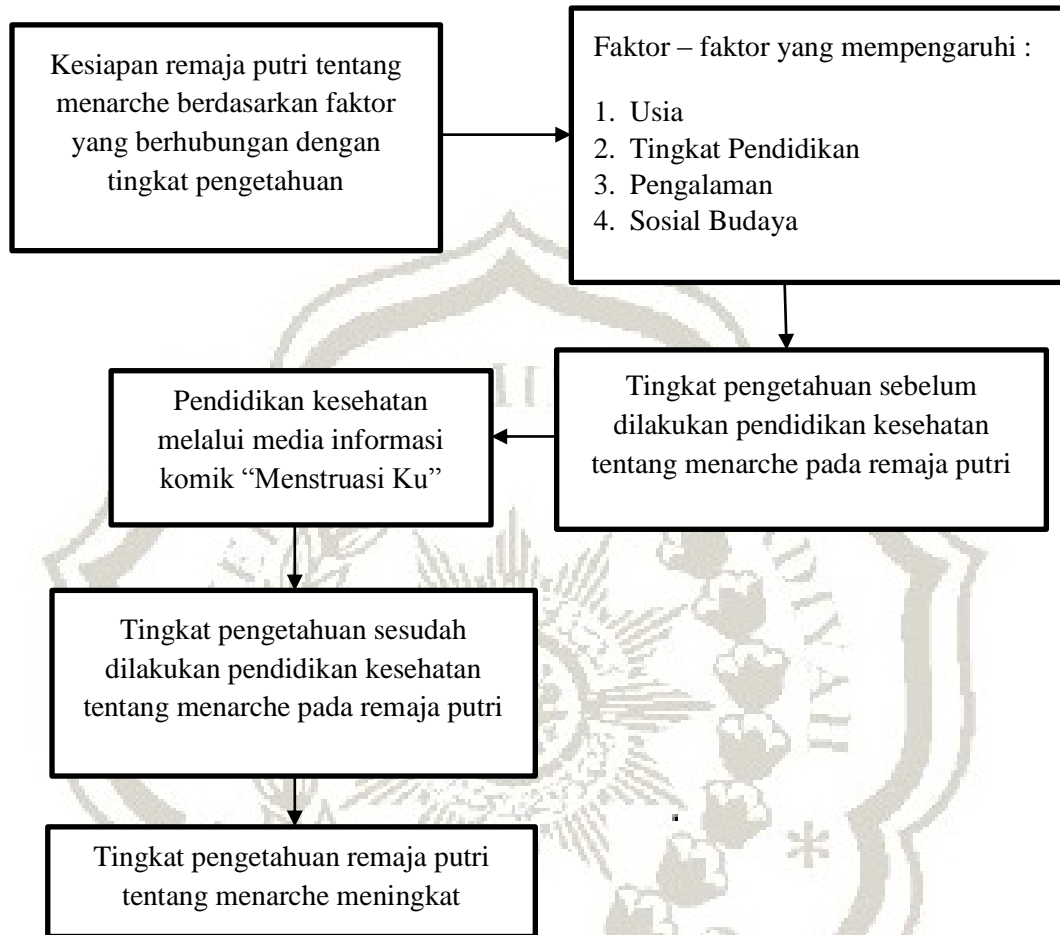
psikologis biasanya berusia 10-19 tahun.

b. Perubahan Psikologis Pada Remaja

Perubahan emosi sensitif atau peka, misalnya mudah menangis, cemas, frustrasi, dan sebaliknya bisa tertawa tanpa alasan yang jelas. Utamanya sering terjadi pada remaja putri. Mudah bereaksi bahkan agresif terhadap gangguan atau rangsangan luar yang mempengaruhinya, suka mencari perhatian dan bertindak tanpa berfikir terlebih dahulu (Fudyartanta, 2012)

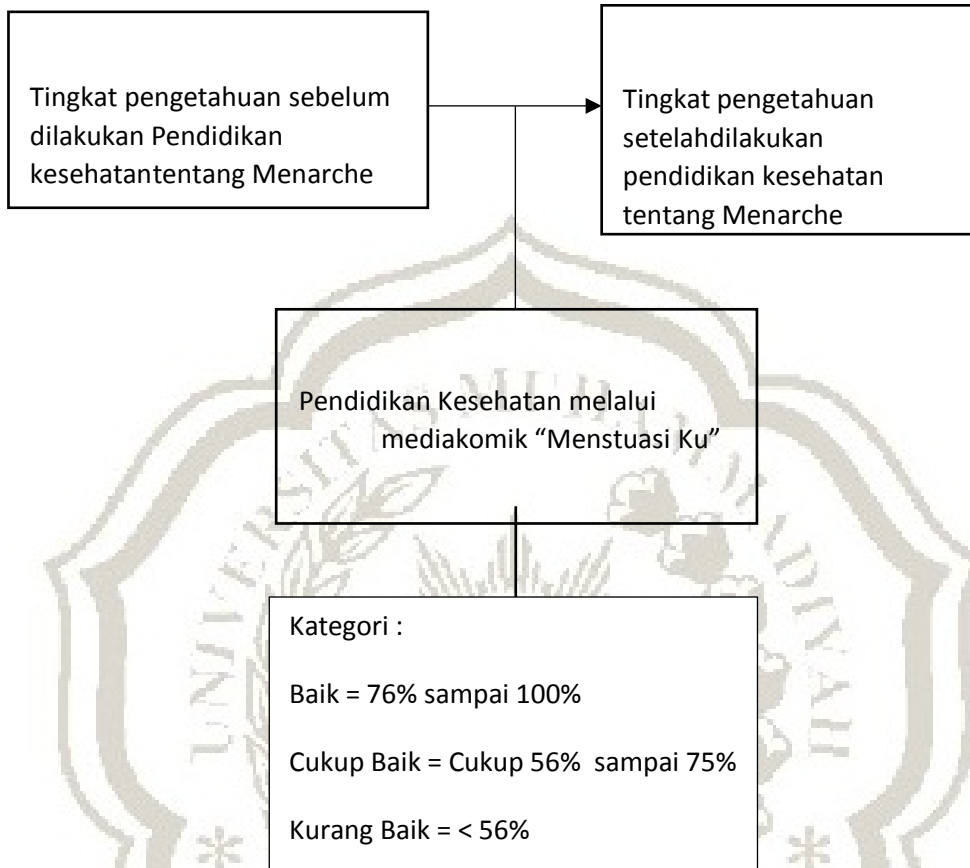
Perkembangan inteligensia adalah kemampuan untuk melihat hubungan yang relavan diantara objek-objek atau gagasan- gagasan, serta kemampuan untuk menerapkan hubungan kedalam situasi-situasi serupa. Faktor-faktor yang mempengaruhi inteligensia adalah keturunan, latar belakang sosial ekonomi, lingkungan hidup, dan kondisi fisik (Fudyartanta, 2012).

C. Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori Pengaruh Media Komik “Menstruasi Ku” Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Menarche Pada Remaja Putri Teori Health Promotion dalam Notoatmodjo (2010) & Wawan (2010)

D. Kerangka Konsep



Ha : Terdapat pengaruh media komik "Menstruasi Ku" terhadap tingkat pengetahuan remaja putri

Ho : Tidak ada terdapat pengaruh media komik "Menstruasi Ku" terhadap tingkat pengetahuan remaja putri