

**GAMBARAN PERILAKU REMAJA PUTRI PADA
MASA PUBERTAS DI DESA TANJUNGREJO
GROBOGAN**

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Meraih Gelar Sarjana Keperawatan**



Disusun Oleh :

RIDA CAHYA PRABAWANI

J 210.110.014

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2016**



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

Jln. A. Yani, TromolPos I Pabelan, KartasuraTelp. (0271) 717417

Surat Persetujuan Artikel Publikasi Ilmiah

Yang bertanda tangan dibawah ini pembimbing Skripsi/Tugas Akhir:

Pembimbing I

Nama : Siti Arifah, S.kp.,M.Kes

Pembimbing II

Nama : Endang Zulaicha S, S.Kp.,M.Kep

Telah membaca dan mencermati naskah artikel publikasi ilmiah, yang merupakan ringkasan skripsi/tugas akhir dari mahasiswa:

Nama : Rida Cahya Prabawani

NIM : J210110014

Program Studi : S1 Keperawatan

Judul Skripsi : Gambaran Perilaku Remaja Putri Pada Masa Pubertas di Desa Tanjungrejo Grobogan

Naskah artikel tersebut, layak dan dapat disetujui untuk dipublikasikan. Demikian persetujuan dibuat, semoga dapat dipergunakan seperlunya.

Surakarta, 10 Februari 2016

Pembimbing I

Siti Arifah, S.kp.,M.Kes

Pembimbing II

Endang Zulaicha S, S.Kp., M.Kep

PENELITIAN

**GAMBARAN PERILAKU REMAJA PUTRI PADA
MASA PUBERTAS DI DESA TANJUNGREJO
GROBOGAN**

Rida Cahya Prabawani*

Siti Arifah, S.Kp., M.Kes **

Endang Zulaicha S, S.Kp., M.Kep **

Abstrak

Pubertas merujuk pada saat terdapat kemampuan reproduksi, matangnya organ reproduksi ditandai dengan haid pada anak perempuan. Pada masa tersebut muncul masalah-masalah yang disebabkan terjadinya perubahan fisik dan hormonal yang menimbulkan kecemasan, penolakan dan rasa malu, sifat persepsi tersebut membentuk perilaku seseorang. Penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran perilaku remaja putri pada masa pubertas di Desa Tanjungrejo Kabupaten Grobogan. Penelitian ini adalah penelitian *descriptive eksploratif*. Sampel penelitian adalah 76 Remaja Putri yang sudah mengalami menstruasi di Desa Tanjungrejo Kabupaten Grobogan. Hasil penelitian adalah: (1) Perasaan remaja putri dalam menghadapi menstruasi pertama kali adalah merasa sedih, malu, gelisah, khawatir, bingung dan takut. Orang pertama yang diberitahu adalah ibu, budaya seputar menstruasi adalah tidak boleh keramas ketika menstruasi, penggunaan pembalut menunjukkan semua remaja putri menggunakan pembalut modern, perilaku remaja putri terhadap bekas pembalut yang telah digunakan adalah membuang pembalut dengan terlebih dahulu mencuci, membungkus dan dibuang di tempat sampah, jumlah penggunaan pembalut sebanyak 3 buah pembalut sehari, (2) Perilaku remaja putri dalam menghadapi nyeri haid adalah menggunakan obat-obatan pereda nyeri yang dijual bebas di toko. (3) Perilaku remaja putri dalam menghadapi jerawat menunjukkan sebagian besar menggunakan obat jerawat yang dijual bebas di toko (4) Perilaku remaja putri dalam menghadapi bau badan adalah sebagian besar remaja putri menggunakan deodorant (5) Perilaku remaja putri dalam menghadapi perubahan bentuk tubuh menunjukkan sebagian besar merasa tidak menyukai bentuk tubuhnya.

Kata kunci: *remaja putri, pubertas, menstruasi budaya, jerawat, bau badan, bentuk tubuh*

**DESCRIPTION OF ADOLESCENT BEHAVIOR ON PUBERTY
FUTURE IN THE VILLAGE TANJUNGREJO
GROBOGAN**

By:
Rida Cahya Prabawani

Puberty refers to when there is a reproductive ability, maturation of the reproductive organs is characterized by menstruation in girls. At the time problems arise due to changes in the physical and hormonal changes cause anxiety, denial and shame, the nature of these perceptions shape behavior. This study aims to know the description of the behavior of teenage girls at puberty in the village Tanjungrejo Grobogan. This research is descriptive exploratory study. Samples were 76 girls who have experienced menstruation in the village Tanjungrejo Grobogan. Results of the study are: (1) Feelings of young women in the face of first menstruation is feeling sad, embarrassed, anxious, worried, confused and afraid. The first person who told the mother, the culture surrounding menstruation is not to be washed when menstruating, use sanitary napkins to show all young women use sanitary napkins modern, behavior of adolescent girls against former bandage that has been used is to remove the bandage by first washing, wrapping and discarded in the trash , the amount of use of sanitary napkins pads 3 pieces a day, (2) The behavior of young women in the face of menstrual pain is to use pain relief medications that are sold freely in stores. (3) The behavior of young women in the face of acne showed mostly using acne medications that are sold freely in stores (4) The behavior of young women in the face of body odor is mostly teenage girls use deodorant (5) The behavior of young women in the face of changes in body shape shows some large felt like shape.

Keywords: girls, puberty, menstruation, culture, acne, body odor, body shape

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode kehidupan terjadinya perubahan biologis, psikologis dan sosial (Rudolph, 2014). Batas usia remaja menurut WHO (2009), adalah 12-24 tahun. Di Indonesia jumlah remaja berusia 10 hingga 24 tahun mencapai sekitar 64 juta atau 27,6 persen dari total penduduk Indonesia. Menurut badan pusat statistik (BPS) Jawa Tengah tahun 2014, kelompok umur 10-19 tahun adalah sekitar 8.145.616 jiwa yang terdiri dari 51,8% remaja laki-laki dan 48,2% remaja perempuan.

Pada masa remaja, manusia mengalami kematangan dari segi fisik psikologis maupun sosialnya (Depkes, 2007). Perubahan yang paling mencolok adalah fisik (Asriani dkk, 2012). Penyesuaian dan adaptasi dibutuhkan untuk menghadapi perubahan ini agar memperoleh identitas diri (Potter dan Perry, 2009). Masa remaja ini ditandai dengan pubertas (Papalia dkk, 2009).

Pubertas merujuk pada saat dimana terdapat kemampuan reproduksi, matangnya organ reproduksi ditandai dengan haid pada anak perempuan (Papaliadkk, 2009). Pubertas berawal dari perubahan hormonal yaitu hormon estrogen pada wanita, dan hormon testosteron pada pria. Hormon esterogen pada perempuan berperan dalam timbulnya karakteristik seks sekunder seperti pertumbuhan payudara (Potter dan Perry, 2009), dan karakteristik seks primer seperti perubahan biologis yang melibatkan organ-organ yang diperlukan untuk melakukan reproduksi seperti indung telur, tuba falopi, rahim dan vagina. Usia pubertas pada anak perempuan

berkisar antara 9-13,5 tahun. (Hockenberry, 2005).

Perubahan fisik pada masa pubertas terjadi seiring dengan perkembangan karakteristik seks primer dan sekunder (Rudolph, 2014). Masalah-masalah yang timbul pada saat menghadapi usia pubertas ini adalah hasil dari perubahan fisik dan hormonal yang menimbulkan kecemasan, penolakan dan rasa malu (Kartono, 2006), dimana sifat persepsi tersebut membentuk perilaku seseorang, apabila perilaku tersebut tidak didasari pengetahuan dan kesadaran, maka akan menimbulkan perilaku yang tidak baik (Notoadmodjo, 2007).

Desa Tanjungrejo terletak di Kabupaten Grobogan dengan jarak tempuh 1 jam dari pusat Kota Grobogan dan masih kental dengan tradisi Jawa, dengan jumlah remaja putri usia 9-13 sebanyak 325 remaja pada bulan Juni 2015. Dari studi pendahuluan yang dilakukan tanggal 28 Juni 2015 kepada 5 remaja putri didapatkan hasil 5 remaja putri mengatakan cemas, takut dan malu ketika mendapatkan menstruasi pertama kali, remaja putri mengatakan tidak tahu bagaimana cara menjaga kebersihan alat reproduksi saat menstruasi dan cara untuk mengurangi nyeri saat menstruasi. Sebagian dari remaja putri di Desa Tanjungrejo masih melakukan tradisi yang dilakukan masyarakat setempat seperti mereka diharuskan menaiki 3 anak tangga agar menstruasi cepat selesai, 3 remaja putri mengatakan meminum jamu kunyit asam agar tidak sakit perut dan darah tidak berbau amis dan ada 1 remaja putri yang memakan kapur sirih agar alat kelaminnya tidak gatal. Ada 3 remaja putri yang malu dengan payudaranya sehingga menutupinya

dengan memakai baju yang longgar dan sering memperhatikan penampilannya di depan kaca, remaja putri mengatakan tidak percaya diri dengan bentuk tubuhnya. Ketika mulai berjerawat 5 remaja putri mengatakan minder, ada 4 remaja putri membeli sabun cuci muka di toko dan ada 1 remaja putri mengatakan saat berjerawat diolesi jeruk nipis. Saat timbul bau badan 2 remaja putri mengatakan sudah menggunakan deodorant, 2 remaja putri yang lain mengatakan menggunakan bedak bau badan, dan ada 1 remaja putri yang menggunakan serbuk tawas yang ditaburkan di ketiak, 3 dari remaja putri juga mengkonsumsi urap daun beluntas yang menjadi kebiasaan turun temurun di daerah tersebut agar tidak bau badan dan keringat berlebih. Dari uraian tersebut peneliti ingin melakukan penelitian tentang bagaimana perilaku remaja putri di Desa Tanjungrejo saat pubertas.

METODELOGI PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *kuantitatif*, dengan desain penelitian yang digunakan *deskriptif eksploratif*. Penelitian deskriptif eksploratif yaitu jenis penelitian yang bertujuan untuk menemukan sesuatu yang baru. Sesuatu yang baru itu dapat saja berupa pengelompokan suatu gejala, fakta, dan penyakit tertentu (Arikunto, 2010).

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah semua remaja putri yang sudah mengalami pubertas di Desa Tanjungrejo Kabupaten Grobogan yang berjumlah 325 remaja yang terdapat pada 7 Dusun dan 35 RT. Sampel penelitian adalah 79 remaja

di desa Desa Tanjungrejo Kabupaten Grobogan dengan teknik penentuan *proportional random sampling*.

Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa kuesioner.

Analisis Data

Analisa data pada penelitian ini adalah univariat yaitu menggambarkan perilaku remaja putri pada masa pubertas.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Gambaran Perilaku Remaja Putri dalam Menghadapi Menstruasi

a. Perasaan Remaja Putri Ketika Menghadapi Menstruasi Pertama

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Reaksi Saat Menstruasi Pertama Kali (Menarche)

Gambaran Perasaan	Frek	%
Senang	5	7
Sedih, malu, gelisah, khawatir, bingung dan takut	60	79
Takut	6	8
Bingung	5	7
Total	76	100

b. Orang yang Pertama Diberitahu

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Orang Pertama yang diberitahu oleh Remaja Putri Ketika Mendapatkan Menstruasi Pertama

Orang pertama yang diberitahu	Frek	%
Ibu	49	65
Kakak/adik	14	18
Teman	13	17
Total	76	100

c. Budaya atau Kepercayaan yang Dilakukan Seputar Menstruasi

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Budaya atau Kepercayaan yang Dilakukan Seputar Menstruasi

Budaya atau Kepercayaan	Frek	%
Menaiki 3 anak tangga	1	1
Tidak boleh keramas	42	55
Naik 3 anak tangga dan tidak boleh keramas	10	13
Tidak ada pantangan	23	30
Total	76	100

d. Perineal Hygiene

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Pembalut yang digunakan saat menstruasi

Jenis pembalut	Frek	%
Pembalut modern	76	100
Pembalut tradisional	0	0
Kombinasi	0	0
Lain-lain	0	0
Total	76	100

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Jumlah Pembalut yang digunakan saat menstruasi per hari

Jumlah Pembalut	Frek	%
2 pembalut	20	26
3 pembalut	30	40
4 pembalut	26	34
Total	76	100

Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku terhadap Pembalut yang telah dipakai

Perilaku terhadap Pembalut	Frek	%
Dicuci, dibungkus, buang ke tempat sampah	47	62
Dibungkus, langsung dibuang ke sampah	28	37
Langsung dibuang ke tempat sampah	1	1
Total	76	100

e. Dismenore.

Tabel 8. Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku ketika Dismenore

Perilaku Ketika Dismenore	Frek	%
Meminum obat nyeri haid yang dijual bebas di toko	44	58
Mengompres daerah nyeri dengan air hangat	8	11
Minum obat nyeri + mengompres	8	11
Minum obat nyeri + kunyit asam	5	7
Mengompres + kunyit asam	2	3
Kunyit asam	9	12
Total	76	100

Gambaran Perilaku Remaja Putri dalam Menghadapi jerawat

Tabel 9. Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku Remaja Putri dalam Menghadapi Jerawat

Perilaku Remaja dalam Menghadapi Jerawat	Frek	%
Menggunakan obat jerawat yang dijual bebas di toko	25	33
Rutin membersihkan wajah dengan pembersih wajah	13	17
Obat jerawat + membersihkan wajah dengan pembersih wajah	30	40
Membersihkan wajah + jeruk nipis	1	7
Jeruk nipis	7	9
Total	76	100

Gambaran Perilaku Remaja Putri dalam Menghadapi Bau Badan

Tabel 10. Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku Remaja Putri dalam Menghadapi Bau Badan

Perilaku Menghadapi Bau Badan	Frek	%
Mencuci ketiak, membasuh ketiak, menggunakan deodorant dan parfum, dan memakai kain katun	8	11
Mencuci ketiak, mencukur ketiak mandi 2 x sehari, dan memakai deodorant	15	20
Mandi 2 kali sehari dan menggunakan deodorant	48	63
Lain-lain (Kemangi, urap daun beluntas dan tawas)	5	7

Perilaku Menghadapi Bau Badan	Frek	%
Total	76	100
Gambaran Perilaku Remaja Putri dalam Menghadapi Perubahan Bentuk Tubuh		
Tabel 11. Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku Remaja Putri dalam Menghadapi Perubahan Bentuk Tubuh		
Merasa berat badan sesuai	10	13
Merasa tinggi badan sesuai	5	7
Tidak suka berat badan bertambah	4	5
Tidak suka dengan bentuk tubuh	42	55
Tidak suka berat badan bertambah dan tidak suka dengan bentuk tubuh	15	20
Total	76	100

Pembahasan

1. Gambaran Perilaku Remaja Putri dalam Menghadapi Menstruasi

- 1) Perasaan remaja putri ketika menghadapi menstruasi pertama

Perilaku remaja putri dalam menghadapi menstruasi menunjukkan bahwa sebagian besar merasa sedih, malu, gelisah, khawatir, bingung dan takut. Rasa sedih disebabkan remaja belum memahami keadaan yang terjadi pada dirinya. Keluarnya darah pervaginam saat menarche pada beberapa remaja diiringi dengan rasa sakit pada anggota tubuh lainnya (misalnya perut) menimbulkan rasa ketakutan dan sedih akan terjadi sesuatu yang buruk pada dirinya. Rasa sedih tersebut

akan berangsur hilang seiring dengan datangnya pengetahuan pada remaja tentang keadaannya saat itu, yaitu datangnya menstruasi pertama (menarche) yang menandakan kedewasaan pada remaja, dan rasa sakit merupakan bagian dari proses tersebut dan tidak selalu datang menyertai menstruasi (Yusuf, dkk, 2013).

Munculnya rasa sedih pada remaja yang menghadapi menstruasi tersebut sebagaimana dikemukakan dalam penelitian Nur'aini (2012) yang mengungkapkan bahwa datangnya menarche pada remaja putri menimbulkan rasa sedih yang disebabkan ketidakpahaman remaja putri akan kondisi yang dialaminya pada saat tersebut.

Dalam penelitian ini terdapat responden yang memiliki rasa senang ketika menstruasi. Ketika mendapatkan menstruasi remaja memiliki tanggapan yang berbeda. Ketika mereka tidak mengetahui keadaan yang dialaminya, maka mereka akan cenderung takut dan khawatir dengan kondisi keluarnya darah dari organ kelamin mereka. Namun komunikasi yang efektif antara ibu dan anak, akan membuat remaja lebih siap menghadapi menstruasi pertama (menarche) tanpa rasa takut, cemas, khawatir. Remaja akan lebih memaknai menstruasi pertama sebagai suatu hal yang positif dan menyenangkan. Hal ini

dikemukakan dalam penelitian Fajri dan Khairani (2009).

2) Orang yang pertama diberitahu

Hasil pengumpulan data menunjukkan tertinggi orang pertama yang diberitahu oleh remaja putri ketika mendapatkan menstruasi adalah ibu. Hal ini berhubungan dengan keeratan hubungan gender antara remaja putri dan ibu, serta peran ibu sebagai sumber utama bagi remaja tentang perilaku seksual. Ibu merupakan sumber utama bagi remaja putri dalam mengenal berbagai proses seksual salah satunya menstruasi. Hal ini juga dikemukakan dalam penelitian Rosidah (2006), bahwa menurut remaja putri ibu adalah teman yang menyenangkan untuk berdiskusi masalah menstruasi pertama (menarche), mereka tidak merasa malu karena kesamaan gender.

Pada penelitian ini juga terdapat responden yang menyatakan saat menstruasi pertama kali orang pertama yang diberitahu adalah kakak, adik atau teman. Menurut Hendrik (2006), jika ibu tidak mengetahui jawaban dari pertanyaan seputar menstruasi, maka remaja putri akan menanyakan pada teman dekatnya, begitu juga ketika remaja putri mendapatkan menstruasi pertama kali maka teman adalah orang pertama yang mereka beri tahu.

3) Budaya atau kepercayaan yang dilakukan seputar menstruasi

Distribusi responden berdasarkan budaya atau kepercayaan seputar menstruasi menunjukkan sebagian besar responden menyatakan tidak boleh keramas. Budaya yang dilakukan oleh remaja putri ketika mengalami menstruasi merupakan hasil dari interaksi remaja putri terhadap kebiasaan-kebiasaan dilakukan masyarakat. Budaya atau kebiasaan yang terdapat di wilayah penelitian bagi remaja putri yang mengalami menstruasi adalah tidak boleh keramas, dengan alasan bahwa pada masa menstruasi, seorang wanita sedang dalam keadaan kotor, sehingga tidak perlu membersihkan rambut sebagai lambang pembersihan tubuh, keramas boleh dilakukan setelah berakhirnya menstruasi sebagai lambang pembersihan diri. Mitos ketika menstruasi dilarang untuk keramas merupakan mitos yang bersifat negatif. Menurut Tirtajasa (2009) dalam Roasih (2009), larangan berkeramas saat menstruasi hanya mitos dan tidak ada penjelasan dari sisi ilmiah yang bisa menjelaskan tentang mitos tersebut, justru hal yang harus dilakukan wanita ketika menstruasi adalah menjaga kebersihan seluruh tubuh.

Perilaku ketika menstruasi awal lainnya adalah menaiki 3 anak

tangga. Hal ini bermaksud agar masa menstruasi yang dialami oleh remaja tersebut berjalan dengan singkat. Hal tersebut sebagaimana dikemukakan oleh Roasih (2009) yang menyatakan bahwa pengalaman ibu etnis Jawa saat remaja putri mengalami menarche di kabupaten Brebes yakni remaja putri yang baru menstruasi diharuskan naik lumpang tiga kali, naik tiga anak agar menstruasi tidak berlangsung lama.

4) *Perineal Hygiene*

a) Jenis pembalut yang dipakai saat menstruasi

Distribusi

responden berdasarkan jenis pembalut yang digunakan saat menstruasi menunjukkan semua responden menggunakan pembalut modern. Penggunaan pembalut modern disebabkan oleh beberapa faktor antara lain iklan dan keberadaan pembalut itu sendiri.

Keberadaan

pembalut wanita modern saat ini sudah merambah ke berbagai wilayah baik perkotaan maupun pedesaan. Kemudahan-kemudahan dalam penggunaan pembalut wanita jenis modern dibandingkan pembalut wanita jenis tradisional merupakan salah satu alasan pemilihan pembalut wanita modern oleh sebagian besar remaja putri atau wanita di Indonesia. Hal tersebut sebagaimana dihasilkan

dalam penelitian Ghazali (2010) yang mengungkapkan bahwa remaja putri lebih banyak termakan iklan dari pada seusia ibu. Remaja putri mempunyai pola perilaku yang relatif konsumtif yang dapat menentukan perilaku memilih produk.

b) Rata-rata jumlah pembalut yang digunakan setiap hari

Distribusi

responden berdasarkan jumlah pembalut yang digunakan saat menstruasi menunjukkan sebagian besar menyatakan menggunakan 3 pembalut perhari. Penggantian pembalut kurang dari 4 kali sehari saat menstruasi belum cukup baik. Penggantian pembalut minimal dilakukan 4 kali sehari, karena jika kurang dari 4 kali sehari maka bakteri yang ada dalam darah yang keluar bisa masuk lagi ke dalam vagina (Fufut, 2013).

c) Perilaku terhadap pembalut yang telah dipakai

Distribusi

responden berdasarkan perilaku remaja putri terhadap pembalut yang telah dipakai menunjukkan distribusi tertinggi adalah dicuci, dibungkus lalu dibuang ketempat sampah. Responden menunjukkan perilaku yang baik, seperti penelitian yang dikemukakan oleh

Hasyim (2006) pada siswi SMP di Lampung terdapat 98,4% responden mencuci, membungkus lalu membuang pembalut yang telah digunakan ke tempat sampah. Perilaku ini menunjukkan perilaku yang baik, jika sebelum dibuang pembalut yang telah digunakan tidak dicuci dan dibungkus terlebih dahulu maka lingkungan akan terlihat kotor.

5) *Dismenore*.

Distribusi responden berdasarkan perilaku remaja putri terhadap dismenore menunjukkan sebagian besar minum obat pereda nyeri dari toko atau apotek. *Dismenore* terjadi pada 60%-90% remaja, dan merupakan penyebab paling sering alasan ketidakhadiran di sekolah dan pengurangan aktivitas sehari-hari (Chan, 2009). Penelitian Hesti (2010) mengungkapkan bahwa sebagian besar remaja putri menggunakan obat-obat yang biasa didapatkan di toko dan apotik dalam upaya meredakan nyeri ketika menstruasi. Obat-obat penurun nyeri *dismenore* merupakan obat-obat anti peradangan bukan steroid (NSAID) yang bekerja menghambat produksi dan kerja prostaglandin.

Dalam penelitian ini terdapat responden yang melakukan kompres hangat untuk mengurangi nyeri haid. Bonde, dkk, (2013) dalam penelitiannya mengemukakan bahwa skala

nyeri sebelum pemberian kompres hangat paling banyak ditemukan adalah skala 2 atau ringan, setelah diberikan kompres hangat skala nyeri menjadi 1 atau tidak nyeri. Kompres hangat yang diberikan akan melebarkan pembuluh darah dan mengakibatkan peningkatan sirkulasi darah sehingga O₂ dan CO₂ dalam darah meningkat sedangkan pH darah akan menurun, hal ini dapat mengurangi nyeri. Terdapat responden yang meminum jamu kunyit asam untuk mengurangi nyeri. Penelitian Winarso (2013), menunjukkan bahwa ada responden yang mengalami nyeri haid setelah meminum kunyit asam derajat nyeri haid berkurang. Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa selain sebagai analgetika kunyit memiliki agen aktif alami yang berfungsi sebagai antipiretika dan antiinflamasi, sedangkan asam Jawa memiliki agen aktif sebagai antipiretika dan mengurangi aktifitas system syaraf.

2. Gambaran Perilaku Remaja Putri dalam Menghadapi jerawat

Distribusi responden berdasarkan perilaku dalam menghadapi jerawat menunjukkan distribusi responden tertinggi menggunakan obat yang dijual di toko atau apotik. Obat-obat jerawat yang dijual di toko atau apotik mengandung benzoyl peroxide, yang merupakan suatu zat yang digunakan untuk menangani jerawat, dapat mengurangi jumlah

propionibacterium acnes yang merupakan bakteri anaerob penyebab infeksi jerawat (Suardi, dkk, 2013). Dalam penelitian ini juga terdapat responden menggunakan jeruk nipis untuk menghilangkan jerawat. Penelitian Razak, dkk (2013) menunjukkan bahwa air perasan jeruk nipis memiliki daya hambat terhadap pertumbuhan bakteri *Staphylococcus aureus* yang merupakan salah satu penyebab abses pada jerawat.

3. Gambaran Perilaku Remaja Putri dalam Menghadapi Bau Badan

Perilaku remaja putri dalam menghadapi bau badan menunjukkan distribusi tertinggi adalah mandi sehari 2 kali, menggunakan deodorant, menggunakan parfum.

Kerja deodorant menghambat pertumbuhan mikroorganisme pada aksila yang dapat menimbulkan bau badan, dalam penelitian ini juga terdapat responden yang menggunakan tawas, tawas merupakan salah satu bahan aktif antiperspirant yang dapat mencegah timbulnya bau badan (BPOM, 2009). Terdapat responden yang mengkonsumsi daun beluntas dan kemangi untuk mencegah bau badan. Daun beluntas mengandung alkali yang bertindak sebagai antiseptik yang dapat mencegah timbulnya bau badan serta kandungan zat aktif yang terdapat pada daun kemangi juga berfungsi sebagai antiseptik (Puguh, 2013).

Timbulnya bau badan pada remaja disebabkan mulai diproduksinya keringat ketika pada saat remaja memasuki masa pubertas. Keringat ketiak

mulai diproduksi pada usia 10 – 13 tahun karena perkembangan kelenjar apokrin menyebabkan timbulnya bau badan yang khas pada remaja (Nurhaedar, 2005).

1. Gambaran Perilaku Remaja Putri dalam Menghadapi Perubahan Bentuk Tubuh

Perilaku remaja putri dalam menghadapi perubahan bentuk tubuh menunjukkan distribusi tertinggi adalah tidak suka dengan bentuk tubuhnya saat ini dan tidak suka dengan berat badan yang bertambah. Ketidakpuasan bentuk tubuh muncul berkaitan dengan salah satu ciri pertumbuhan pada masa remaja, yaitu adanya perubahan fisik. Menurut Irawan (2010) sikap yang ditunjukkan remaja putri dalam menghadapi perubahan fisiknya yaitu mereka malu dengan perubahan yang terjadi pada dirinya seperti perubahan payudara, munculnya haid, bertambahnya berat badan dan munculnya jerawat sehingga menurunkan rasa percaya diri. Sejalan dengan pertumbuhan fisik pada remaja, gambaran dan penilaian terhadap diri mulai terbentuk. Santrock (2005) mengemukakan salah satu aspek psikologis dari perubahan fisik pada masa pubertas adalah remaja menjadi amat memperhatikan tubuh mereka dan membangun citranya sendiri mengenai bagaimana tubuh itu tampak.

Hal tersebut sesuai hasil penelitian Gannis (2013) menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki ketidakpuasan dengan perubahan bentuk tubuhnya, yaitu merasa bahwa peningkatan berat badan tidak sesuai dengan keinginan remaja.

Ada sebagian responden menyatakan bahwa responden merasa berat badan dan tinggi badan sesuai. Hal ini menunjukkan perilaku positif, karena menerima kondisi fisik adalah salah satu tugas perkembangan remaja (Hurlock, 1980 dalam Ali, 2008)

menggunakan deodorant dan parfum.

5. Gambaran perilaku remaja putri dalam menghadapi perubahan bentuk tubuh menunjukkan sebagian besar merasa tidak nyaman dengan bentuk tubuhnya, yaitu berat badannya yang tidak sesuai dengan keinginannya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Gambaran perilaku remaja putri dalam menghadapi menstruasi menunjukkan sebagian besar remaja merasa sedih, orang pertama yang diberitahu tentang menstruasinya adalah ibu, budaya atau kebiasaan dalam menghadapi menstruasi adalah tidak boleh keramas, perilaku perineal hygiene adalah memakai pembalut modern, membuang pembalut dengan terlebih dahulu mencuci membungkus dan membuang di tempat sampah, menggunakan pembalut 3 buah sehari.
2. Gambaran perilaku remaja putri dalam menghadapi nyeri haid menunjukkan sebagian besar menggunakan obat-obatan pereda nyeri yang terdapat di toko atau apotek serta mengompres dengan air hangat pada bagian yang nyeri.
3. Perilaku remaja putri dalam menghadapi jerawat menunjukkan sebagian besar menggunakan obat-obatan di toko atau apotek serta terdapat yang menggunakan jeruk nipis untuk mengobati jerawatnya.
4. Gambaran perilaku remaja putri dalam menghadapi bau badan menunjukkan sebagian besar menggunakan kain katun yang menyerap keringat,

Saran

1. Bagi Remaja Putri
Remaja putri hendaknya meningkatkan pengetahuannya tentang pubertas, sehingga mereka dapat menghadapi masa pubertas dengan lebih baik, baik dari segi fisik maupun psikologis.
2. Bagi Orang Tua
Orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam perkembangan anaknya. Orang tua hendaknya memiliki hubungan yang dekat dengan anaknya, sehingga mampu memberikan informasi yang benar tentang pubertas pada remaja putri dan pada akhirnya remaja putri memiliki kesiapan dalam menghadapi pubertas.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Peneliti selanjutnya yang ingin menganalisis dengan obyek sejenis, hendaknya melakukan penelitian kualitatif yang bertujuan menggali faktor-faktor atau alasan yang berhubungan dengan timbulnya perilaku remaja putri pada saat pubertas.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus, W. (2014). Pengaruh Minum Kunyit Asam terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dismenorea pada Siswi di Madrasah Tsanawiyah Negeri

- Jatinom Klaten. *Jurnal Kesehatan*, Vol. 3 No. 2.
- Ali, M. (2008). *Psikologi Remaja*. Jakarta : PT Bumi Aksara Jakarta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Ariyani, I. (2009). Aspek Biopsikososial Hygiene Menstruasi pada Remaja di Pesantren As-Syafi'iyah Bekasi. *Publikasi Penelitian..* Jakarta: FKM-UI.
- Asriani, I.A., & Sumira. (2012). Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Perubahan Fisik Masa Pubertas. *Jurnal Kesehatan*, Vol. 1, No. 4 2012.
- Badan Pusat Statistik (BPS) Jawa Tengah. (2014). *Statistik Indonesia: BPS*
- Bambang. (2009). *Jurnal Naturakos*. Jakarta: BPOM Vol. IV, No. 12, November 2009.
- BKKBN. (2009). *Kesehatan Reproduksi Remaja*. <http://www.BKKBN/2011.co.id>. Diakses pada 3 Juli 2015.
- Bonde, F.M.P., Lintong, F., & Moningka, M. (2013). Pengaruh Kompres Panas Terhadap Penurunan Derajat Nyeri Haid pada Siswi SMA dan SMK Yadika Kopandakan II. *Jurnal Kesehatan*. Manado: Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi.
- Brown, R.G., Bourke, J., & Cunliffe, T. (2011). *Dermatologi Dasar Untuk Praktik Klinik*, (Pendit, B. U., penerjemah) Jakarta: EGC.
- Chan S, Yiu K.W., Yuen P.M. (2009). Menstrual Problems and Health-Seeking Behaviour in Hong Kong Chinese Girls. *Journal Of Nursing*. Hong Kong Med J 2009;15:18-23.
- Cunningham, F.G. (2006). *Obstetri Williams Volume 1*. Jakarta: EGC
- Defi, N. (2013). Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang Dismenore pada Siswa Putri di MTS NU Mranggen Kabupaten Demak. *Jurnal Ilmiah*. Semarang: Bidan Prada Vol 4 No. 1 Edisi Desember.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI).(2007). *Survey Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Evi. N. (2012). Perilaku Remaja Putri dalam Mengatasi *Sindrom Prementruasi (PMS)*. *Jurnal Penelitian*. Ponorogo: Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
- Fajri, A., & Khairani, M. (2011). Hubungan Antara Komunikasi Ibu dan Anak dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama. *Jurnal Psikologi Undip*. Vol. 10, No.2, Oktober 2011.
- Fatwiany. (2010). Perubahan Fisik Remaja Pada Masa Pubertas di SMP Kemala Bayangkari I Medan. *Skripsi*. Medan: Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.
- Friday, S.N. (2014). Hubungan Peran Ibo sebagai Pendidik Dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) pada Siswi SD Banyumanik 01 Kota Semarang. Semarang. Semarang: Bidan Prada Vol 5 No. 2 Edisi Februari.
-

- Fufut T.N. (2013). Kejadian Pruritus Vulvae Saat Menstruasi pada Remaja Puteri (*Studi pada Siswi SMAN 1 Ngimbang Kabupaten Lamongan*). *Jurnal Penelitian*. Surabaya: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.
- Ganis, E.S. (2013). Perbedaan Ketidakpuasan terhadap Bentuk Tubuh Ditinjau dari Strategi Koping Pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Ngawi. *Jurnal Kesehatan*. Surabaya: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.
- Ghazali, M.B. (2010). Perilaku Memilih Produk Pembalut Wanita Antara Ibu dengan Remaja Putri ditinjau dari Status Pernikahan dan Tingkat Pendidikan. *Jurnal Psikologi*. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga.
- Hasyim H. (2006). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Praktek Hygiene Menstruasi pada Siswa SLTP N 7 Lampung. *Jurnal Penelitian*. Jakarta: FKM Universitas Indonesia.
- Hendrik, H. (2006). *Problema Haid: Tinjauan Syariat Islam dan Medis*. Solo: Tiga Serangkai.
- Hesti, L. (2010). Gambaran Dismenorea pada Remaja Putri Sekolah Menengah Pertama di Manado. *Jurnal Kesehatan*. Sari Pediatri, Vol. 12 No. 2.
- Hockenberry, M.J. (2005). *Wong's Essentials of Pediatric Nursing*. (Ed. 7). Missouri: Elsevier Mosby.
- Imron, T.A., Munif, Amrul. (2010). *Metodologi Penelitian Bidang Kesehatan: Bahan Ajar Untuk Mahasiswa*. Jakarta: Sagung Seto
- Indaryani, W., Susanto, R., & Susanto, J.C. (2010). Hubungan Antara Awitan Pubertas dan Status Sosial Ekonomi serta Gizi pada Anak Perempuan. *Jurnal Sari Pediatri*, Vol. 11, No.5 Februari 2010.
- Indida, L.I. (2012). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang *Perinial Hygiene* di SMPIT As Salam Pasar Minggu. *Jurnal Penelitian*. Jakarta: Fakultas Keperawatan Program Pasca Sarjana Universitas Indonesia.
- Irawan. D. (2010). Hubungan antara Pengetahuan tentang Perubahan Fisik pada Pubertas dengan Citra Tubuh Remaja Putri di SMP Nasma Semarang. *Jurnal Penelitian*. Semarang: Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Jafar, N. (2008). *Pertumbuhan Remaja*. Makassar: Hassanudin University Press.
- Kartono, K. (2006). *Psikologi Wanita I Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*. Bandung: CV. Mandar Maju.
- Lefebvre, G. (2005). *Primary Dysmenorrhea Consensus Guideline*. <http://www.sogc.org/guidelines/public/169E-CPG-December2005.pdf>. diakses pada 20 Juli 2015.
- Lestari, L., Metusala, J., & Suryanto, D.Y. (2010). Gambaran

- Dismenorea pada Remaja Putri SMP 8 Manado. *Jurnal Sari Pediatri*, Vol. 12, No.2 Agustus 2010.
- Liberty, W. (2013). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perubahan Fisik Pubertas di SMPN 1 Sambi Boyolali. *Karya Tulis Ilmiah*. Boyolali: Akademi Kebidanan Estu Utomo.
- Lubis, N.L. (2013). *Psikologi Kespro*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Mahan, L. K., & Stump, S.E. (2008). *Krause's Food & Nutrition Therapy Edisike 12*. Missouri: Saunders Elsevier.
- Marfu'ah. (2008). *Studi Kualitatif Pengetahuan dan Perilaku Menstruasi Pada Siswi Kelas 1 SMPN 1 dan MTS Al-Furqon Kecamatan Kragilan Kabupaten Serang Tahun 2008*. Depok: FKM UI.
- Merida, S, Suryani, M, Tri R,L, dan Payung, H. (2013). Perilaku Remaja Putri Menghadapi Menarche Berdasarkan Nilai Budaya Batak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional Vol 7, No. 9, April*. Jakarta: Direktorat Politeknik Kesehatan.
- Mighwar, M.A. (2006). *Psikologi Remaja*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Monks, F.J., (2006). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Gadjah Mada University Press.
- Murtagh, J. (2008). *Patient Education*. (ed5). Australia: McGraw-Hill Books Company.
- Nirwana, A.B. (2011). *Psikologi Ibu, Bayi dan Anak*, Yogyakarta: Nuha Medika.
- Norwitz, E. & Schorge, J. (2008). *At a Glance Obstetri dan Ginekologi*. (ed2). Jakarta: Erlangga.
- Notoadmodjo, S. (2007). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT. Rhineka Cipta.
- Notoadmodjo, S. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nur'aini. (2012). Hubungan antara Tingkat Stres s dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Asrama Universitas Andalas Padang. *Jurnal Keperawatan*. JOM PSIK. Vol. 1. No. 2. Oktober 2012.
- Pacarada, M., Lulaj ,S., Kongjeli. G., & Obertinca, B. (2008). *Impact of socio-economic factors on the onset of menarche in Kosovar girls*. J Chin Clin Med.
- Papalia, D.E., Olds, S.W., & Feldman, R.D. (2009). *Human Development Perkembangan Manusia (vol 2 ed 10)* (Brian Marwensdy, penerjemah). Jakarta: Salemba Humanika.
- Perry, Margaret. (2012). Development of Puberty in Adolescent Boys and Girls. *British Journal of Nursing*.
- Pieter, H.Z., & Lubis, N.L. (2010). *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan* . Medan: Rapha Publishing.
- Potter & Perry. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktek*. (vol 1 ed4). Jakarta: EGC.
- Potter,P.A., & Perry, A.G. (2009). *Fundamental Keperawatan* (vol 1 ed 7) (Adrina
-

- Federika, penerjemah). Jakarta: Salemba Medika.
- Puguh. (2013). *Ruang Baca Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga*. <http://fkm.unair.ac.id/ruangbaca/index.php?option=content>. Diakses pada 18 Desember 2015.
- Razak, A., Djamal, A., & Revilla, G. (2013). Uji Daya Hambat Air Perasan Buah Jeruk Nipis (*Citrus Aurantifolia* S) Terhadap bakteri *Staphylococcus Aureus* secara In Vitro. *Jurnal Kesehatan*. Padang: Universitas Andalas.
- Rejaningsih, W. (2008). Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Kelas II SMP tentang Praktik Pemeliharaan Kebersihan Menstruasi. *Jurnal Penelitian*. Jakarta: FKM Universitas Indonesia.
- Riyanto, A. (2011). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Roasih. (2009). *Pengalaman Ibu Etnis Jawa saat Remaja Putri Menarche di Desa Larangan, Kecamatan Larangan, Kabupaten Brebes*. Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Press.
- Rohmaniah. S.N. (2014). Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Menghadapi Perubahan Fisik Saat Pubertas di Pondok Pesantren Al-Baqiyatussholihah. *Jurnal Penelitian*. Jakarta: Universitas Islam Jakarta.
- Rosida, I. (2006). Gambaran Pengetahuan Remaja Mengenai Menstruasi Pertama (Menarche) pada Siswi SMP Harapan Desa Payabakung Kecamatan Hampan Perak. *Jurnal Penelitian*. Medan: Akademi Kebidanan Helvetia.
- Rudolph, A.M., Hoffman, J.I.E., & Rudolph, C.D. (2014). *Buku Ajar Pediatri Rudolph (vol 1 ed 20)* (Samik Wahab Trastotenojo, Moeljono, Brahm U. Pendit, Awal Prasetyo, Sugiarto, penerjemah). Jakarta: EGC
- Santrock, J.W. (2005). *Adolescence Perkembangan Remaja (vol 2 ed 2)* (Juda Damanik, penerjemah). Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S.W. (2005). *Psikologi Remaja (ed 5)*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Sarwono, Sarlito W. (2009). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Soetjningsih. (2007). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Suardi, M., Armenia., & Maryawati, A. (2013). Formulasi dan Uji Klinik Gel Anti Jerawat Benzoin Peroksida. *Jurnal Kesehatan*. Padang: Universitas Andalas.
- Sugiyono. (2007). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Wahyuni, S. (2012). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Awal Tentang Perubahan Fisiologis Pada Masa Pubertas di SMPN 4 Banda Aceh. *Jurnal Penelitian*. Banda Aceh: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan U'budiyah.
- Widyastuti, Y., Rahmawati, A., Purnamaningrum, Y.E. (2009). *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Winarso, A. (2013). Pengaruh Minum Kunyit Asam terhadap

Penurunan Tingkat Nyeri Dismenorea pada Siswi Di Madrasah Tsanawiyah Negeri Jatinom Klaten. *Jurnal Terpadu Ilmiah Kesehatan*. Vol 3, No. 2 November.

World Health Organization (WHO).(2009). *WHO Statistical Information System (WHOIS)*.

Yusharyahya, S, N.,(2012). *Penyebab Utama Bau Badan dari Sepele Hingga Berat*.<http://m.detik.com/health/read/2012/06/13/095921/1939952/775>. Diakses pada 3 Juli 2015.

Yusuf, Y, Pundre R, Rompas S. (2013). Hubungan Pengetahuan Menarche dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP 3 Tidore Kepulauan. *Jurnal Penelitian*. Manado: Fakultas Kedokteran Ilmu Keperawatan Universitas Sam Ratulangi.

Zaenglein, A. L., Graber, E.M., Thiboutot, D.M., & Strauss, J.S. (2008). *Dermatology in General Medicine*. (ed7). New York: McGraw-Hill.

***Rida Cahya Prabawani:**
Mahasiswa S1 Keperawatan FIK UMS. Jln A Yani Tromol Post 1 Kartasura

**** Siti Arifah, S.Kp., M.Kes:** Dosen Keperawatan FIK UMS. Jln A Yani Tromol Post 1 Kartasura.

**** Endang Zulaicha S, S.Kp., M.Kep:**
Dosen Keperawatan FIK UMS. Jln A Yani Tromol Post 1 Kartasura
