

## **PENGETAHUAN DAN PSIKOLOGI ANAK SD KELAS ATAS SAAT MENGHADAPI MENSTRUASI PERTAMA KALI**

**Hesti Nurlaeli<sup>1</sup>, Maman Herman<sup>2</sup>, Heri Indarto<sup>3</sup>**  
Universitas Galuh Ciamis

**ABSTRACT:** *Menstruation is one form of development that appears in girls. In addition to growing breasts, the pelvis begins to enlarge. Generally, children aged 10-12 years old when the first grade is 7 years old. Menstruation occurs due to the influence of female reproductive hormones, namely estrogen and progesterone. Menstruation generally occurs for 7 days. Menstruation is one of the processes of sexual maturity, indicating that the child has experienced puberty. Upper-grade elementary school-age children are included in the category of pre-adolescence and early adolescence, who experience many changes in addition to hormonal changes (one of which is menstruation), as well as social and emotional changes. Menstruation has been experienced in children aged 9-12 years or aged 10-12 years in elementary school. Still, there is no known knowledge and social psychology of children dealing with menstruation for the first time. Thus, the purpose of this study was to determine how much knowledge and psychology of upper-grade elementary school children (grades IV-VI) when facing menstruation for the first time. This type of research is qualitative descriptive with in-depth interview data collection techniques with students. This research was conducted at SD N Tayem 01 with a number of subjects, namely 28 respondents. Purposive sampling was used to get the respondents. Data analysis techniques are quantitative data and qualitative data. The results showed that there were 14.3% of class IV who experienced menstruation; as much as 9.1% of class V experienced menstruation, and as much as 60% of class VI experienced menstruation. Overall, the number of samples was 71.4% who had experienced menstruation and 28.6% who had not experienced menstruation. Furthermore, 25% have not experienced social-emotional psychology, and 75% have experienced social-emotional psychology. Upper-class children (grades IV-VI) SD N Tayem 01 already have sufficient knowledge about menstruation and are ready to face the onset of menstruation to have experienced good social-emotional psychology.*

**Keywords:** *Knowledge, Psychology, Upper Class Elementary School Children, Menstruation*

### **I. PENDAHULUAN**

Usia 7-11 atau 12 tahun merupakan usia remaja awal. Usia-usia ini sedang menjalani pendidikan pada jenjang Sekolah Dasar. Pada usia 9-12 tahun anak SD telah mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang mulai terlihat, contohnya pada anak perempuan anak muncul perkembangan sekunder dimana mulai tampak kurva payudara serta ada yang sudah mengalami *menarche* (menstruasi) untuk pertama kali. Sedangkan pada anak laki-laki perkembangan sekunder yang mulai tampak adalah perubahan suara dan bahu lebih lebar, munculnya jakun. Secara fisik penampilan baru, yang menunjukkan pertumbuhan secara fisik adalah tubuh tampil lebih ramping dan atletis. Hal ini sesuai dengan pendapat Soetjningsih (2010) bahwa masa remaja merupakan suatu periode

peralihan antara masa anak-anak dan dewasa, terjadi pacu tumbuh (*growth spurt*), timbul ciri-ciri seks sekunder, tercapai fertilisasi dan terjadi perubahan-perubahan psikologi serta kognitif.

Menarche (*menstruasi*) merupakan salah satu aspek kematangan seksual yang pertama kali terjadi pada masa pubertas seorang wanita. Menstruasi terjadi secara regular setiap bulan akan membentuk siklus menstruasi, yang menunjukkan bahwa organ-organ reproduksi seorang wanita berfungsi dengan baik. Normalnya menstruasi berkisar antara 21-35 hari dengan rata-rata durasi siklus adalah 28 hari (Tombokan et al., 2017). Pola pendarahan menstruasi merupakan indikator relevan terhadap kesehatan reproduktif dan perubahan pada pola perdarahan dapat berdampak pada kualitas hidup wanita *pre-menopause* dan *peri-menopause*.

Anak SD kelas atas (kelas IV-VI) umumnya berusia 10-12 tahun, dimana masa-masa itu juga sudah disebut masa *baligh* sehingga sudah ada yang mengalami menstruasi. Menurut Sarwono (2011), menstruasi adalah tahap perkembangan fisik ketika alat reproduksi manusia mencapai kematangan. Umumnya usia menstruasi adalah usia 12-14 tahun, namun saat ini terdapat kecenderungan perubahan usia menstruasi ke usia yang lebih muda sehingga banyak anak SD yang mengalami menstruasi. Hal ini bergantung pada beberapa faktor seperti kesehatan, berat badan, dan status nutrisi. Dalam pelajaran IPA juga diberi pengetahuan pengenalan tentang alat-alat reproduksi. Bukan hal tabu jika memberi pengetahuan tentang reproduksi dan juga menstruasi pada anak usia SD, agar ketika mereka mengalami untuk pertama kali, tidak akan menimbulkan psikologi sosial emosi yang berlebihan.

Perkembangan sosial pada anak ditandai dengan adanya kemampuan anak dalam beradaptasi terhadap lingkungannya, menjalin pertemanan yang melibatkan emosi, pikiran dan perilakunya. Perkembangan sosial emosi meliputi: kompetensi sosial, kemampuan sosial, kognisi sosial, tujuan dan perilaku diri sendiri dan orang lain, perilaku prososial, serta penguasaan terhadap nilai-nilai kemanusiaan dan moralitas (Yulika, 2000). Kemampuan sosial dan emosi anak akan berkembang seiring dengan penambahan usia dan pengalaman yang diperolehnya (Apriyanto & Anum, 2020). Aspek kognitif juga berperan penting dalam hal ini dimana dengan kematangan di segi kognitif, anak dapat membedakan hal yang baik dan buruk berdasarkan nilai-nilai yang ada di masyarakat (Dimiyati Mahmud, 2017).

Menuru Fajri & Khairani (2011), Ilmu pengetahuan dapat memberikan rasa aman kepada manusia. Pengetahuan mengenai reproduksi memberitahukan apa yang dialami oleh seorang perempuan yang sedang dalam masa puber adalah normal. Adanya perasaan khawatir, bingung, cemas, saat pertama kali mengalami menstruasi karena kurangnya pengetahuan tentang menstruasi tersebut. Namun jika sudah mendapat pengetahuan maka akan mengubah juga persepsi mereka terhadap menstruasi, sehingga akan menjadikan persepsi yang positif, maka akan menjadikan mereka siap menghadapi menstruasi tersebut.

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Dewi (2017), menunjukkan bahwa mayoritas berusia 11 tahun yang telah mengalami menstruasi yaitu sebanyak 51%, sebanyak 14% yang berusia 10 tahun serta sebanyak 4,7% berusia 12 tahun. Berdasarkan sumber informasi menunjukkan bahwa mayoritas responden memperoleh informasi tentang menstruasi dari internet/TV yaitu 51,2%, sebanyak 11,6% dari majalah/buku, sebanyak 23,3% dari teman/keluarga dan 14% dari orang tua. Hal ini menunjukkan bahwa anak-anak tersebut telah cukup siap dalam menghadapi menstruasi pertama kalinya dan cukup banyak pengetahuan yang diperoleh oleh mereka, sehingga terhindar dari perubahan psikologi sosial emosi yang berlebihan.

## II. METODE PENELITIAN

### 1. Metode dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif yaitu metode penelitian yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasi obyek sesuai dengan apa adanya (see Hidayat et al., 2019). Dalam penelitian ini, penulis mendeskripsikan seberapa besar pengetahuan dan psikologi anak SD kelas atas (kelas IV-VI) saat menghadapi menstruasi untuk pertama kalinya.

### 2. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di SD N Tayem 01 yang beralamat di Jl. Abdi Praja, Binangun Barat, Tayem. Kecamatan Karangpucung, Kabupaten Cilacap. Kode pos 53255.

### 3. Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data penelitian, penulis melakukan wawancara ke-sejumlah subjek yaitu 28 responden. Sedangkan, teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling* (see Anum & Apriyanto, 2019; Apriyanto & Nurhayaty, 2019; Dalman et al., 2020; Flick, 2014; Miles & Huberman, 1994).

### 4. Teknik Analisis Data

Dalam proses analisis penelitian dengan pendekatan kualitatif terdapat beberapa langkah yang dilakukan, yaitu:

#### a. Reduksi data

Reduksi akan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan.

#### b. Sajian Data

Merupakan suatu rakitan organisasi informasi, deskripsi dalam bentuk narasi lengkap yang untuk selanjutnya memungkinkan simpulan penelitian dapat dilakukan. Sajian data merupakan narasi mengenai berbagai hal yang terjadi atau ditemukan di lapangan, sehingga memungkinkan peneliti untuk berbuat sesuatu pada analisis atau pun tindakan lain berdasarkan atas pemahamannya tersebut.

#### c. Penarikan simpulan dan verifikasi

Kesimpulan merupakan hasil akhir dari suatu penelitian kualitatif. Peneliti berusaha untuk memberikan makna yang penuh dari data yang terkumpul. Simpulan perlu diverifikasi agar cukup mantap dan benar-benar bisa dipertanggungjawabkan.

### III. KAJIAN TEORI

#### A. Menstruasi

Menstruasi adalah proses deskuamasi lapisan uterus yang terjadi setiap bulan pada wanita (Guyton, 2006). Artinya bahwa dalam alat reproduksi terdiri dari vagina (jalannya lahir bayi), uterus (tempat berkembangnya janin) dan tuba falopi (bertemunya sel sperma dan telur). Jika tidak terjadi pembuahan sel telur oleh sperma, pada masa menstruasi, lapisan dinding rahim (endometrium) yang mengandung pembuluh darah, sel-sel dinding rahim dan lendir akan luruh dan keluar melalui vagina. Pada fase ini, wanita biasanya akan mengalami rasa nyeri pada perut bagian bawah dikarenakan rahim berkontraksi membantu meluruhkan endometrium, namun ada juga wanita yang tidak mengalami rasa sakit di perut saat menstruasi.

Hal-hal yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi adalah kondisi patologis (contohnya Polycystic Ovarian Syndrome), gaya hidup (misalnya kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, malnutrisi dan aktivitas fisik) dan kondisi psikologis (seperti depresi dan ansietas) (Manuaba, 2003). Orang biasanya mengalami perubahan siklus menstruasi karena kondisi psikologis, misalnya karena banyaknya tugas sekolah, tugas kantor, karena ada permasalahan dalam hubungan dengan pasangan, hubungan dengan teman dan saudara. Aktivitas fisik yang paling mudah untuk dideteksi dalam pengaruh terhadap siklus menstruasi. Aktivitas fisik tidak harus dalam bentuk olahraga berat untuk meningkatkan derajat kesehatan, melainkan dapat berupa aktivitas saat di tempat kerja, dalam perjalanan, melakukan pekerjaan rumah dan olahraga rekreasi (Setiawati, 2015).

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Anindita et al., (2016), menunjukkan bahwa sebanyak 73,3% mahasiswa mengalami gangguan menstruasi. Responden dengan usia 22 tahun akan sering mengalami gangguan menstruasi yang disebabkan oleh siklus anovulasi yang sering terjadi sekitar 9%-70%. Hasil penelitian ini berdasar uji statistic chi-square tidak ditemukan adanya hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan gangguan menstruasi ( $p=0,846$ ). Hasil penelitian ini berbeda dengan yang ditunjukkan oleh Gudmundsdottir et al., (2011) bahwa terdapat hubungan anatara aktivitas fisik rekreasi dengan gangguan menstruasi pada wanita premenopause di Norwegia. Penelitian yang melibatkan 3097 responden dengan rentang usia 25-45 tahun.

Menstruasi merupakan salah satu proses dalam pubertas dimana pubertas adalah perubahan cepat pada kematangan fisik yang meliputi perubahan tubuh dan hormonal yang pada umumnya terjadi selama masa remaja awal (Santrock, 2003). Hal ini sesuai dengan pendapat Hurlock (1999) menyatakan bahwa kriteria yang sering digunakan untuk menentukan masa pubertas adalah munculnya menstruasi pertama (*menarche*) pada wanita dan mimpi basah pada laki-laki. Menurut Panuju & Umami (1999), pubertas berasal dari bahasa Latin yaitu *pubescere* yang berarti mendapat pubis atau rambut kemaluan yaitu suatu tanda kelamin sekunder yang menunjukkan perkembangan seksual. Masa puber adalah masa perubahan yang dialami oleh remaja dimana terjadinya perubahan fisik hormonal, dan seksual serta mampu melakukan reproduksi.

### **B. Pengetahuan Menstruasi**

Menstruasi dapat dikatakan menjadi saat yang cukup menyusahkan bagi kaum wanita. Program yang diberikan oleh sebuah Lembaga Pendidikan (misalnya sekolah) biasanya berupa penjelasan informasi mengenai anatomi dan gejala yang dialami selama masa pubertas itu terjadi. Padahal dalam pubertas yang terjadi pada perempuan tidak hanya mengenai menstruasi pertama saja namun juga bagaimana cara merawat tubuh ketika menstruasi, mulai dari cara memilih pembalut yang sesuai sampai pada cara membuang pembalut tersebut. Dalam jangka waktu penggantian pembalut juga merupakan hal yang penting, karena dalam pembalut yang tidak diganti akan muncul mikroorganisme yang dapat mengakibatkan infeksi maupun keputihan berlebih pada alat kemaluan perempuan (Ilmiawati & Kuntoro, 2017; Yanti, 2017). Maka dari itu menjaga kebersihan tubuh saat menstruasi harus dilatih sejak pengenalan menstruasi pertama (Malinda et al., 2017).

Kurangnya pengetahuan mengenai menstruasi dan cara penanganannya pada anak perempuan dapat memicu munculnya berbagai masalah. Salah satunya adalah kasus yang terjadi di salah satu Sekolah Dasar di Surabaya yaitu ada siswa SD yang tidak sadar mengalami menstruasi sehingga mengalami “bocor” namun tidak segera menuju UKS untuk meminta pertolongan dan penanganan lebih lanjut. Selain itu, edukasi yang biasa dilakukan di Sekolah Dasar didominasi dengan penjelasan secara teori saja mengenai alat reproduksi dan narkoba, masih belum ada media informasi yang spesifik membahas tentang menstruasi pertama sebagai panduan dalam memasuki masa pubertas mereka, meskipun pengetahuan mengenai menstruasi penting dan diperhatikan (Singgih D. Gunarsa & D.Gunarsa, 2007).

### **C. Psikologi Anak Usia Sekolah Dasar (SD)**

*Adolescent* (remaja) merupakan masa transisi dari anak-anak menjadi dewasa. Pada periode ini telah mengalami banyak perubahan baik fisik, hormonal, psikologi maupun sosial. Perubahan-perubahan ini kadang terjadi tanpa disadari. Perubahan fisik yang menonjol adalah perkembangan tanda sek kelamin sekunder, terjadi pacu tumbuh, serta perubahan perilaku dan hubungan sosial dengan lingkungannya (Batubara, 2016).

Perubahan fisik yang cepat dan terjadi secara berkelanjutan akan menyebabkan remaja sadar dan lebih sensitif terhadap tubuhnya dan mencoba membandingkan dengan teman-teman sebayanya. Jika tidak terjadi perubahan secara lancar maka akan mempengaruhi perkembangan psikis dan emosi anak, bahkan terkadang timbul ansietas, terutama pada anak perempuan, bila tidak dipersiapkan untuk menghadapinya (Steinberg dan Huebner dalam Batubara, 2016). Perubahan psikososial pada remaja dibagi menjadi tiga tahap yaitu remaja awal (*early adolescent*) terjadi pada usia 12-14 tahun, remaja pertengahan (*middle adolescent*) pada usia 15-17 tahun dan remaja akhir (*late adolescent*) pada usia di atas 18 tahun. Anak Sekolah Dasar kelas atas dapat masuk dalam kategori pra remaja (kelas IV-V), namun anak kelas VI sudah masuk kategori remaja awal.

Menurut Batubara (2016), karakteristik periode remaja awal ditandai oleh terjadinya perubahan-perubahan psikologis yaitu : a) krisis identitas, b) jiwa yang labil,

c) meningkatnya kemampuan verbal untuk ekspresi diri, d) pentingnya teman dekat/sahabat, e) berkurangnya rasa hormat terhadap orang tua, kadang-kadang berlaku kasar, f) menunjukkan kesalahan orang tua, g) mencari orang lain yang disayangi selain orang tua, h) kecenderungan untuk berlaku kenakak-kanakan, i) terdapat pengaruh teman sebaya (*peer group*) terhadap hobi dan cara berpakaian. Selain itu, masa periode remaja awal cenderung hanya tertarik pada keadaan sekarang/yang sedang terjadi/yang sedang dialami, bukan masa depan, sedangkan secara seksual mulai timbul rasa malu, ketertarikan terhadap lawan jenis tapi masih bermain kelompok dan mulai bereksperimen dengan tubuh seperti masturbasi. Anak-anak juga mulai bereksperimen dengan mencoba merokok, minum alkohol, ataupun narkoba. Peran *peer group* sangat dominan dibandingkan peran orang tua, mereka akan berusaha membentuk kelompok, bertingkah laku sama, berpenampilan sama, mempunyai bahasa dan pose atau isyarat yang sama.

Fase dimana menstruasi itu hadir, merupakan satu periode dimana remaja benar-benar telah siap secara biologis, sehingga menstruasi pertama menduduki satu eksistensi psikologis yang unik, bisa mempengaruhi sekali persepsi remaja awal terhadap realitas hidup baik pada masa remaja yang sedang dialami maupun masa dewasa. Adapun gejala psikologis akibat menstruasi adalah kecemasan dan ketakutan yang kuat oleh keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut (Kartono, 1992). Selanjutnya, gejala psikologis yang lain adalah munculnya kebingungan dan kesedihan yang dirasakan remaja saat menstruasi itu hadir.

Sebuah pendapat dari Hidayah & Palila (2018), dari 475 remaja putri, kebanyakan merasa biasa saja, cemas, atau takut dan hanya 10% dari mereka yang merasakan antusias, penasaran dan bangga ketika mengalami menstruasi. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Bharatwaj et al., (2014) menyatakan bahwa dari 101 responden remaja putri, hanya 33,6% saja yang memiliki pengetahuan tentang menstruasi dan merasa nyaman saat menghadapi menstruasi tersebut, sedangkan 61,3% merasa panik dan 50,49% merasa buruk, terbatas dan depresi. Emosi negatif ini muncul pada anak remaja yang tidak dipersiapkan pengetahuan sebelumnya. Dalam penelitian Hidayah & Palila (2018), menunjukkan bahwa remaja putri memberikan respon negatif terhadap menstruasi seperti perasaan malu, cemas, takut dan bingung.

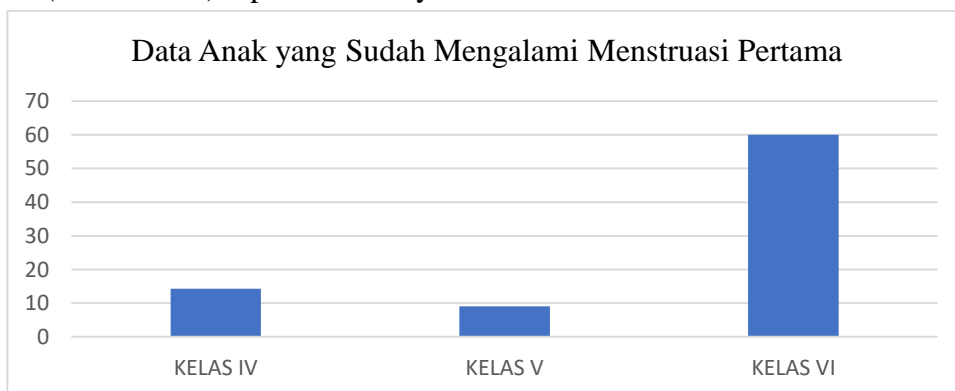
Banyak cara yang dapat dilakukan untuk memberi kesiapan menghadapi menstruasi yaitu memberikan perhatian dan informasi pada remaja putri, tanpa merasa hal itu tabu dilakukan, karena saat ini hal itu memang sangat diperlukan. Sumber utama informasi berasal dari seorang ibu dan kakak perempuan. Menurut Hidayah & Palila (2018), orang tua yaitu seorang ibu harus memberikan penjelasan tentang menstruasi pada anak perempuannya agar lebih mengerti dan siap dalam menghadapi menstruasi. Sebuah pepatah mengatakan bahwa kasih sayang ibu sepanjang masa, sehingga ibu menjadi orang pertama sumber pengetahuan bagi anaknya. Ibu adalah sosok pertama yang memberi kasih sayang pada anaknya, sampai anak itu besar-menikah-tua. Seorang ibu juga mengalami menstruasi pertama kali saat usianya di Sekolah Dasar, maka besar harapan

anak dari seorang ibu untuk mengajarkan dan memberi pengetahuan pada anaknya. Sebuah pendapat dari Desmita (2005), kelekatan antara seorang ibu dan anak selama masa remaja dapat berfungsi adaptif, yang menyediakan landasan yang kokoh bagi remaja untuk dapat mewujudkan hubungan dengan teman sebaya yang lebih positif dan membuat hubungan positif dalam keluarga menjadi lebih erat. Kelekatan antara ibu dan anak akan mengurangi munculnya kecemasan dan perasaan depresi dari masa peralihan remaja menuju dewasa.

Menurut Yusuf (1986), ada tiga aspek mengenai sebuah kesiapan dalam menghadapi menstruasi yaitu pemahaman, penghayatan dan yang ketiga adalah kesediaan. Pemahaman disini artinya pengalaman seseorang terhadap kejadian yang dialaminya. Saat seseorang itu mengerti dan mengetahui akan kejadian yang dialaminya maka dapat membantu dirinya untuk merasakan siap dalam menghadapi hal-hal yang terjadi. Kemudian penghayatan adalah kondisi dimana seseorang merasa siap bahwa segala hal yang terjadi secara alamiah akan terjadi juga pada hampir semua orang (bukan hanya dirinya saja yang mengalaminya). Hal ini merupakan sesuatu yang wajar, normal dan tidak perlu dikhawatirkan. Selanjutnya kesediaan yang bermakna bahwa merupakan tindakan secara langsung terhadap kesempatan yang hadir, sehingga menjadi bagian pengalaman hidup. Persiapan remaja yang siap dan yang tidak siap dalam menghadapi menstruasi ditunjukkan oleh sikap positif (siap) dan sikap negatif (menolak/tidak siap). Remaja yang merasa memiliki sikap negatif akan memunculkan rasa repot, kotor, ketidaknyamanan sehingga aktivitas terbatas dan emosi fluktuatif.

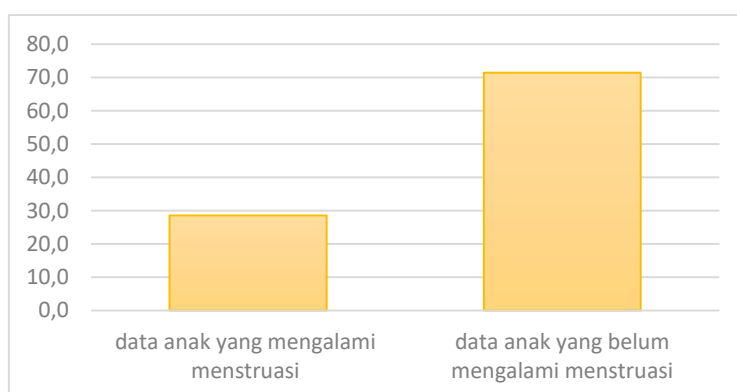
#### IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Setelah melakukan wawancara mendalam pada anak perempuan di SD N Tayem 01 kelas atas (kelas IV-VI) diperoleh data yaitu:



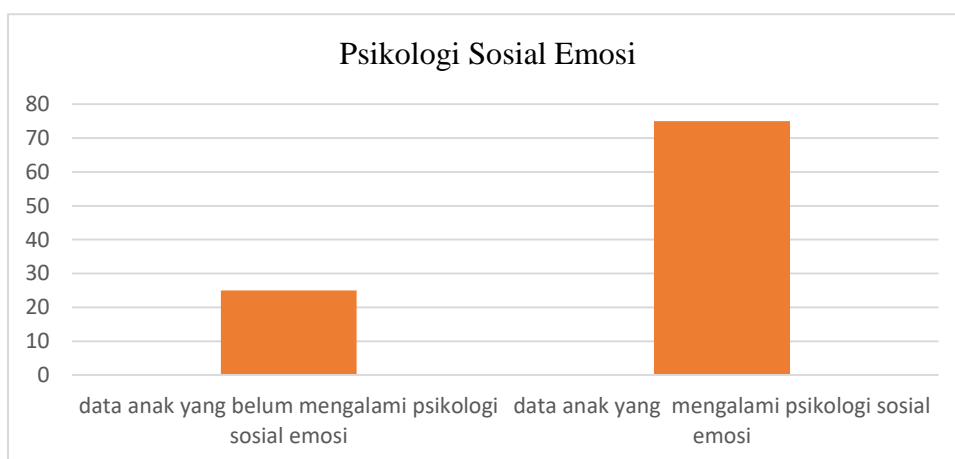
Grafik 1. Data Anak SD N Tayem 01 yang Mengalami Menstruasi Pertama Kali

Berdasar grafik di atas menunjukkan bahwa dari masing-masing kelas diperoleh bahwa ada 14,3% kelas IV yang mengalami menstruasi; sebanyak 9,1% kelas V yang mengalami menstruasi dan sebanyak 60% kelas VI yang mengalami menstruasi.



Grafik 2. Data Anak Sudah Mengalami dan Belum Mengalami Menstruasi

Berdasar grafik 2. Terlihat bahwa dari jumlah anak kelas atas (28 responden) terdapat 71,4% yang telah mengalami menstruasi dan 28,6% yang belum mengalami menstruasi.



Grafik 3. Data Anak yang Mengalami Psikologi Sosial Emosi

Berdasarkan grafik 3, menunjukkan bahwa anak-anak yang belum mengalami psikologi sosial emosi yaitu 25% dan yang mengalami psikologi sosial emosi adalah 75%. Hal ini berarti bahwa anak-anak tersebut sudah mempunyai kemampuan dalam beradaptasi dengan lingkungan dan kondisi tubuh yang telah terjadi pada dirinya. Anak-anak yang sudah mengalami menstruasi mampu menjalin pertemanan dengan yang belum mengalami menstruasi, tidak melibatkan emosi (seperti membully) mereka yang belum mengalami menstruasi.

Pengetahuan adalah hasil “tahu” dan terjadi setelah dilakukannya penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Afifah & Hastuti, 2016). Berdasarkan wawancara mendalam diperoleh data bahwa semua anak yang telah mengalami menstruasi pertama kali mempunyai pengetahuan dari orang tua (ibu) dan dari guru yang ada di sekolah (saat pembelajaran IPA materi perkembangbiakan makhluk hidup). Peneliti juga melakukan wawancara dengan pihak sekolah terkait pendidikan seksual di sekolah. Hasil wawancara menunjukkan bahwa guru telah mengenalkan tentang reproduksi manusia dengan



memberitahu bagian-bagian dan alat-alat reproduksi pada manusia, sampai membahas tentang menstruasi.

Para ibu memberi pengetahuan tentang apa itu menstruasi, berapa lama siklus menstruasi tersebut, bagaimana cara menggunakan pembalut, membeli pembalut sampai dengan pengetahuan bahwa selama masa menstruasi, anak perempuan tidak melakukan ibadah sholat lima waktu, puasa Ramadhan dan ibadah-ibadah lain yang hukumnya wajib. Hal ini sesuai dengan pendapat Llewellyn-Jones (2009) bahwa gadis remaja umumnya akan mendapat pembelajaran tentang menstruasi dari ibunya, tapi tidak semua ibu memberikan informasi yang membicarakan secara terbuka pada anak gadisnya. Menurut Dewi (2017), bahwa orang tua khususnya ibu yang berpendidikan sangat berpengaruh dalam memberikan informasi pada putrinya mengenai berbagai hal tentang menstruasi, seperti pada usia berapa akan mendapat menstruasi; berapa lama siklus menstruasi, dan bagaimana cara dalam higienitas selama menstruasi, sehingga remaja putri dapat memiliki pengetahuan yang baik dan merespon positif terhadap menstruasi. Sebaliknya jika pengetahuan tersebut tidak ada, kemudian terjadi kesalahan persepsi dan pemikiran yang salah akan mendorong munculnya rasa takut, cemas, dan perilaku yang negatif bagi remaja putri saat menghadapi menstruasi pertama kali.

Perkembangan sosial pada anak ditandai dengan kemampuan anak untuk beradaptasi dengan lingkungan, menjalin pertemanan yang melibatkan emosi, pikiran dan perilakunya. Perkembangan sosial adalah dimana anak mengembangkan keterampilan interpersonalnya, belajar menjalin persahabatan, meningkatkan pemahaman tentang orang diluar dirinya, dan juga belajar penalaran moral dan perilaku. Perkembangan emosi berkaitan dengan cara anak memahami, anak mengekspresikan dan belajar mengendalikan emosinya seiring dengan pertumbuhan dan perkembangan anak. Emosi anak perlu dipahami oleh para guru agar dapat mengajarkan emosi negatif dengan emosi positif sesuai dengan harapan sosial (Dimiyati Mahmud, 2017).

Perkembangan sosial emosional adalah proses belajar menyesuaikan diri untuk memahami keadaan serta perasaan ketika berinteraksi dengan orang lain yang ada di lingkungannya baik itu orang tua, keluarga, saudara, teman sebaya dalam kehidupan sehari-hari (Nurmalitasari, 2015). Kecerdasan emosional memiliki dua peran penting bagi anak-anak, menurut Putra & Dwilestari (2012) yang pertama adalah peran substansial yang berkaitan dengan bagaimana membuat seorang anak dan kehidupannya menjadi lebih manusiawi dan peran fungsional dimana berkaitan dengan bagaimana menggunakan kecerdasan emosional tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Kesiapan dalam menghadapi akan datangnya menstruasi adalah suatu keadaan bersiap untuk menghadapi menstruasi. Manifestasi psikologi yang bermacam-macam seperti cemas, takut, merupakan salah satu bukti bahwa kurang kesiapan dalam menghadapi menstruasi sebaliknya remaja yang mempunyai kesiapan menghadapi menstruasi akan muncul rasa percaya diri, gembira, dan bangga (tanda dewasa) sehingga mampu menjaga *hygiene* diri saat menstruasi (Wiknjosastro, 2009). Dalam penelitian ini

telah diperoleh hasil bahwa anak-anak yang mengalami menstruasi telah mengalami kesiapan sedang yang belum mengalami menstruasi belum memiliki kesiapan yang cukup, selain karena mereka belum mempunyai pengetahuan tentang menstruasi (75%).

Menurut pendapat Nur Fitri Jayanti (2012) menyatakan bahwa remaja yang telah siap menghadapi menstruasi akan merasa senang dan bangga, karena mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis, tetapi bagi remaja yang belum mengalami menstruasi akan menolak datangnya menstruasi, akan merasa menstruasi adalah hal yang menakutkan dan mengerikan. Pada penelitian ini juga dari 60% anak yang telah mengalami menstruasi, tidak semuanya tidak merasakan rasa sakit saat menstruasi, tapi beberapa mengalami rasa sakit saat menstruasi itu datang. Hal ini menyebabkan rasa takut tersendiri bagi anak-anak yang belum mengalami menstruasi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Afifah & Hastuti (2016) yang mengungkapkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan terhadap menstruasi dan kesiapan menghadapi menstruasi pada siswa kelas V dan VI di SD Negeri Parakan Temanggung Tahun 2014. Berdasarkan uraian pendapat teori serta hasil penelitian sebelumnya tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang menstruasi maupun hubungan dengan remaja putri dalam menghadapi menstruasi. Selain itu penelitian ini sama dengan penelitian Dewi (2017) dengan judul Hubungan Pengetahuan dan Kesiapan Menstruasi pada siswa kelas 3 di SD Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta, dimana terdapat 51,2% anak-anak telah memiliki pengetahuan tentang menstruasi dan 44,2% telah siap menghadapi menstruasi.

## V. SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa anak kelas atas (kelas IV-VI) SD N Tayem 01 telah mempunyai cukup pengetahuan tentang menstruasi dan telah siap menghadapi datangnya menstruasi sehingga telah mengalami psikologi sosial emosi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, A., & Hastuti, tulus puji. (2016). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan Vi Di SD Negeri Dangkel Parakan Temanggung Tahun 2016. *Jurnal Kebidanan*, 5(9), 58–65.
- Anindita, P., Darwin, E., & Afriwardi, A. (2016). Hubungan Aktivitas Fisik Harian dengan Gangguan Menstruasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3), 522–527.

- Anum, A., & Apriyanto, S. (2019). Detecting Gender'S Strategies in Learning Speaking. *Premise: Journal of English Education*, 8(1), 57.
- Apriyanto, S., & Anum, A. (2020). *Personality of Politicians as the Object of Public Assessment*.
- Apriyanto, S., & Nurhayaty, A. (2019). Born In Social Media Culture: Personality Features Impact In Communication Context. In Y. Nasucha (Ed.), *icollit* (pp. 167–175). UMS Press. [icollit.ums.ac.id/2018](http://icollit.ums.ac.id/2018)
- Batubara, J. R. (2016). Adolescent Development (Perkembangan Remaja). *Sari Pediatri*, 12(1), 21.
- Bharatwaj, R. S., Vijaya, K., & Sindu, T. (2014). Psychosocial impact related to physiological changes preceding, at and following menarche among adolescent girls. *International Journal of Clinical Surgical Advances*, 2(1), 42–53.
- Dalman, Hesti, & Apriyanto, S. (2020). Conversational implicature: A pragmatic study of “our conversation” in learning at university. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(8), 4332–4340.
- Desmita. (2005). *Psikologi perkembangan*. Remaja Rosdakarya.
- Dewi, C. F. (2017). Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pada Siswi Kelas 5 Di Sd Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta. *Skripsi*, 8(9), 1–58.
- Dimiyati Mahmud, M. (2017). *Psikologi pendidikan*. Andi.
- Fajri, A., & Khairani, M. (2011). Hubungan Antara Komunikasi Ibu-Anak Dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) Pada Siswi Smp Muhammadiyah Banda Aceh. *Jurnal Psikologi Undip*, 10(2), 133–143.
- Flick, U. (2014). The SAGE handbook of qualitative data analysis. In Katie Metzle (Ed.), *The SAGE Handbook*. SAGE Publication.
- Gudmundsdottir, S. L., Flanders, W. D., & Augestad, L. B. (2011). A longitudinal study of physical activity and menstrual cycle characteristics in healthy Norwegian women-The Nord-Trøndelag Health Study. *Norsk Epidemiologi*, 20(2), 163–171.
- Guyton AC, H. J. (2006). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Hidayah, N., & Palila, S. (2018). Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu. *Psychopathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 107–114.
- Hidayat, O., Apriyanto, S., Program, P., Science, A., Tun, U., & Onn, H. (2019). *Drama Excerpt : Tool in Enhancing Speaking Ability for Junior High School*. 2(3), 1–9.

- Hurlock, E. . (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- Ilmiawati, H., & Kuntoro, K. (2017). Pengetahuan Personal Hygiene Remaja Putri pada Kasus Keputihan. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 5(1), 43.
- Kartono, K. (1992). *Psikologi wanita, mengenal gadis remaja & wanita dewasa*. Mandar Maju.
- Llewellyn-Jones, D. (2009). *Setiap Wanita: Panduan Terlengkap Tentang Kesehatan, Kebidanan, Dan Kandungan*. PT. Delapratasa Publishing.
- Malinda, N. T., Damajanti, M. N., & Muljosumarto, C. (2017). Perancangan Buku Interaktif Tentang Menstruasi Pertama Untuk Anak Perempuan Usia 9-12 Tahun. *Jurnal Desain Komunikasi Visual Adiwarna*, 1(2004).
- Manuaba, I. B. G. (2003). *Penuntun kepaniteraan klinik obstetri dan ginekologi*. EGC.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis*. In Sage.
- Nur Fitri Jayanti, S. P. (2012). Deskripsi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Anak Dalam Menghadapi Menarche Di Sd Negeri 1 Kretek Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes Tahun 2011. *Bidan Prada:Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 3(1), 1–14.
- Nurmalitasari, F. (2015). Perkembangan Sosial Emosi pada Anak Usia Prasekolah. *Buletin Psikologi*, 23(2), 103.
- Panuju, P., & Umami, I. (1999). *Psikologi Remaja*. Tiara Remaja Yogya.
- Putra, N., & Dwilestari, N. (2012). *Penelitian kualitatif PAUD pendidikan anak usia dini*. Raja Grafindo Persada.
- Santrock, J. . (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja* (6th ed.). Erlangga.
- Sarwono, S. (2011). *Psikologi Remaja*. PT. Raja Grafindo.
- Setiawati, S. E. (2015). Pengaruh Stres Terhadap Siklus Menstruasi pada Remaja. *Journal Majority*, 4(1), 94–98.
- Singgih D. Gunarsa, Y., & D.Gunarsa, S. (2007). *Psikologi remaja*. Gunung Mulia.
- Soetjningsih. (2010). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Sagung Seto.
- Tombokan, K. C., Pangemanan, D. H. C., & Engka, J. N. A. (2017). Hubungan antara stres dan pola siklus menstruasi pada mahasiswa Kepaniteraan Klinik Madya (co-assistant) di RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *Jurnal E-Biomedik*, 5(1).
- Wiknjastro, H. (2009). *Ilmu Kebidanan* (4th ed.). Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

- Yanti, D. E. (2017). Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Flour Albus Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Darul A'mal Kota Metro. *Jurnal Dunia Kesmas*, 6(3), 121–129.
- Yulika, R. (2000). Pengaruh Kecerdasan Emosi Dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa Di SMP Negeri 1 Sengkang. *Jurnal Inspiratif Pendidikan*, IX(2), 252–270.
- Yusuf, A. M. (1986). *Pengantar Ilmu Pendidikan*. Ghalia Indonesia.