

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran umum lokasi penelitian

SDN di wilayah Donoharjo terdiri dari 3 (tiga) sekolah dasar yaitu SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1. Akreditasi masing-masing sekolah dasar tersebut adalah berakreditasi B, fasilitas di sekolah dasar tersebut juga tidak jauh berbeda. Memiliki luas tanah kurang lebih sekitar $800 m^2$.

SDN Brengosan 1 sebagian besar siswi kelas IV dan V belum mengalami menstruasi, kesiapan menghadapi menstruasi pada SDN Brengosan 1 masih banyak siswi yang sudah siap dengan menstruasi. Tingkat kecemasan ringan masih banyak dialami oleh siswi di SDN Brengosan 1. Belum adanya penyuluhan terkait dengan kesiapan menghadapi menstruasi dan *sex education* yang dilakukan oleh sekolah tersebut, mungkin adalah salah satu dampak yang dialami oleh siswi kelas IV dan V yaitu kecemasan siswi saat mengalami menstruasi.

SDN Brengosan 2 yang beralamt di Kayunan, kecamatan Ngaglik kabupaten Sleman, mayoritas siswi kelas IV dan V yang belum menstruasi. Tingkat kecemasan ringan yang dialami oleh siswi kelas IV dan V tersebut, wali kelas SDN Brengosan 2 juga menyatakan bahwa belum adanya penyuluhan terkait dengan kesiapan menghadapi menstruasi dan pendataan terkait dengan menstruasi. Namun, SDN Brengosan 2 sudah bekerja sama dengan Puskesmas Ngaglik II untuk melakukan pemeriksaan terkait dengan menstruasi, tetapi belum adanya kunjungan dari Puskesmas Ngaglik II.

SDN Banteran 1 yang beralamat di Bakalan, kecamatan Ngaglik kabupaten Sleman, mayoritas siswi kelas IV dan V pada sekolah dasar tersebut juga masih banyak siswi yang belum menstruasi dikarenakan belum adanya penyuluhan dari sekolah, siswi hanya mendapatkan informasi terkait dengan menstruasi dari teman sebaya dirumah atau lingkungan, berdasarkan penelitian ini dan dari kejadian tersebut mengakibatkan siswi sekolah dasar mengalami kecemasan ringan.

Sigmund Freud (2021) mengungkapkan bahwa perkembangan psikoseksual yang akan dilalui oleh seorang anak terbagi menjadi 4 fase, yaitu fase pragenital,

fase phallus, fase laten, dan fase genital yaitu fase genital yang terjadi pada anak usia 10-12 tahun, pada usia tersebut anak sedang memasuki bangku sekolah dasar kelas IV dan V.

Handayani & Amiruddin (2019) turut menyampaikan bahwa guru pertama dalam mengajarkan pendidikan seksualitas adalah orangtua, hal tersebut berarti bahwa orangtua dinilai jauh lebih efektif melihat dari waktu kebersamaan anak dan kapasitas waktu bersama anak lebih banyak. Lain hal pula, kurangnya pemahaman anak tentang apa itu bahaya yang laten yang ada disekitar anak akan menjadi sasaran oleh predator seksual yang ada di sekitar mereka, oleh karena itu orang tua, sekolah, dan guru memiliki peran penting untuk mencegah adanya pelecehan seksual pada anak usia dini. Sehingga, orang tua dan lingkungan eksternal lainnya sangat penting memperkenalkan atau mengajarkan apa itu pendidikan seks pada anak usia dini untuk memberikan wawasan kepada anak kapan dan bagaimana menjaga diri dari lingkungan eksternalnya. Selaras dengan yang diungkapkan oleh Lestari & Anwaru (2020) bahwa pengetahuan seksual pada anak dapat dikatakan tuntas apabila anak tersebut mendapatkan *sex education* yang baik.

2. Karakteristik Responden

Tabel 6. Karakteristik responden remaja awal dalam menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di wilayah Donoharjo.

Variabel	N (N = 67)	%	Mean ± SD
USIA TINGGAL BERSAMA :		50,7	10 ± 0,66
Orangtua	64	91,5	
Ibu	3	4,2	
PENDIDIKAN MENSTRUASI :			
Sudah	19	29,6	
Belum	48	70,4	

Sumber: Data Primer 2024

Pada Tabel 6 hasil dari karakteristik responden dijelaskan sebagai berikut :

1. Berdasarkan Tabel 6. Variabel usia dalam penelitian ini dibagi menjadi 3 usia yaitu usia 10 tahun, 11 tahun dan 12 tahun. Diperoleh bahwa mayoritas responden (50,7%) berusia 10 Tahun atau sebanyak 36 responden. Terlihat

bahwa dengan jumlah nilai rata-rata usia 10 tahun dan standar deviasi sebesar 0,66. Hasil penelitian menunjukkan nilai standar deviasi lebih kecil dari nilai rata-rata yang berarti bahwa sebaran data adalah merata.

2. Berdasarkan Tabel 6. Variabel data keluarga dalam penelitian ini dibagi menjadi 5 yaitu tinggal Bersama wali/oranglain, kakek/nenek, hanya tinggal bersama Ayah, hanya tinggal bersama ibu, dan tinggal bersama orangtua. Diperoleh bahwa mayoritas 64 responden (91,5%) tinggal bersama orangtua.
 3. Berdasarkan Tabel 6. Variabel Pendidikan menstruasi dalam penelitian ini dibagi menjadi 2 yaitu sudah mendapat pendidikan dan belum mendapat pendidikan tentang menstruasi. Berdasarkan Tabel 6 diperoleh bahwa mayoritas responden sebanyak 48 (70,4%) belum mendapatkan pendidikan tentang menstruasi.
- 3. Tingkat Kesiapan siswi tentang *Menarche* pada siswi kelas IV dan V di SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 Tahun 2024**

Variabel kesiapan dalam penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu siap dan tidak siap. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan dapat dilihat pada Tabel 7.

Tabel 7. Distribusi frekuensi Kesiapan siswi tentang *menarche* pada siswi kelas IV dan V di SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 Tahun 2024

Kesiapan menghadapi <i>Menarche</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Siap	55	83,1
Tidak siap	12	16,9
Total	67	100,0

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan hasil distribusi pada Tabel 7, menunjukkan bahwa Sebagian besar siswi memiliki tingkat kesiapan menghadapi *menarche* yaitu sebanyak 55 responden (83,1 %).

4. Tingkat Kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas IV dan V di SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 Tahun 2024

Variabel tingkat kecemasan dalam penelitian ini dibagi menjadi 5 kategori, yaitu tidak cemas, kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat, kecemasan sangat berat. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kecemasan dapat dilihat pada Tabel 8.

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas IV dan V di SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 Tahun 2024

Tingkat Kecemasan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Normal	7	15,5
Ringan	54	76,1
Sedang	6	8,5
Total	67	100,0

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan Tabel 8, diperoleh mayoritas responden (76,1%) mengalami kecemasan ringan sebanyak 54 responden.

5. Hasil uji Hubungan Kesiapan diri dengan Tingkat Kecemasan

Hasil perhitungan silang kesiapan diri dengan tingkat kecemasan siswi kelas IV dan V di SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 yang dapat dilihat pada Tabel 9.

Tabel 9. Tabulasi Silang Antara Kesiapan Diri dan Tingkat Kecemasan

Kesiapan	Kecemasan				<i>p-value</i>	<i>R-sign</i>
	Normal	Ringan	Sedang	Total		
Siap	7	44	4	56	0,030	0,692
Persentase (%)	15,4	61,9	5,6	82,9		
Tidak siap	0	10	2	12		
Persentase (%)	0,0	14,0	2,8	16,9		
Total				67		

Sumber: Data Primer 2024

Berdasarkan Tabel 9, dapat diketahui bahwa 71 responden memiliki kesiapan diri dan tingkat kecemasan Normal, Ringan dan sedang. Mayoritas responden mengalami kecemasan ringan sebanyak 44 responden. Sedangkan dari 12 responden yang mengalami ketidaksiapan dan kecemasan ringan sebanyak 10 responden. Hasil dari tabel diatas sebanyak 4 responden mengalami kesiapan menghadapi *menarche* namun mengalami kecemasan sedang, karena pada item pertanyaan kecemasan dari ke empat siswa tersebut dua diantaranya sering merasa saat memikirkan menstruasi merasa gelisah dan cemas dari biasanya, satu diantaranya selalu merasa saat memikirkan menstruasi merasa gelisah dan cemas dari biasanya.

Tabel 10. Hasil Uji Statistik *Gamma*

Symmetric measures		Value	<i>p</i> <0,05
Ordinal by Ordinal	Gamma	,692	,030
N of Valid Cases		67	

Sumber: Data Primer 2024

Symmetric measures menyajikan hasil uji *Gamma*, kedua variabel setara (tidak ada variabel bebas dan tergantung). Pada uji *Gamma* diperoleh nilai *r* sebesar 0,692 hal ini berarti terdapat hubungan yang signifikan dan kuat antara hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* karena nilai *r* dalam rentang 0,60-0,799. Sedangkan nilai signifikasinya sebesar 0,030 lebih kecil dari taraf signifikansi $p = \leq 0,05$ ($0,030 < 0,05$). Hal tersebut berarti ada hubungan yang signifikan antara kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di wilayah Donoharjo. Hal ini dapat dikatakan apabila kesiapan yang dimiliki baik, maka responden tidak akan cemas dalam menghadapi *menarche*.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden siswi SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1.

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar (50,7%) siswi kelas IV dan V berusia 10 tahun. Usia berkaitan erat dengan potensi reproduksi atau kesuburan, selain itu usia juga menentukan mulai kapan seseorang mengalami suatu perubahan yang ada pada dirinya. Salah satunya adalah fase perubahan di mana dia harus memasuki masa pubertas. Masa puber adalah periode yang unik dan khusus yang ditandai oleh perubahan perkembangan tertentu yang tidak terjadi dalam tahap lain dalam rentang kehidupan. Usia pada masa puber dewasa ini dialami oleh rata-rata Perempuan saat berumur 12,5 tahun. Sedangkan laki-laki diawali pada umur 14,5 tahun.

Hasil penelitian lutfiyah (2020) menunjukkan bahwa persentase ketidaksiapan dalam menghadapi *menarche* semakin menurun seiring dengan tingkatan umur. Hal ini menunjukkan bahwa perkembangan fisik sebaiknya diikuti dengan perkembangan psikologis, salah satunya dalam rangka mempersiapkan mental menghadapi masa pubertas.

Penelitian Jayanti & Purwati (2019) semakin muda usia siswi maka semakin belum siap menghadapi *menarche*. Pada usia yang masih sangat muda mereka belum mendapatkan informasi yang lengkap mengenai menstruasi. Sehingga *menarche* akan dianggap sebagai beban oleh anak, dan menyebabkan ketidaksiapan menghadapi *menarche*.

Saat menghadapi *menarche*, kesiapan mental sangatlah diperlukan, karena perasaan cemas dan takut akan muncul bila kurangnya pemahaman remaja putri mengenai *menarche*. Untuk itu, remaja perlu mempersiapkan diri dalam menghadapi datangnya *menarche* (Sukarni & Wahyu, 2020). Penerimaan diri pada remaja dalam menghadapi masa *menarche* bisa didapatkan dengan mendapatkan dukungan sosial emosional. Dukungan emosional, moral, spiritual, seperti bentuk support, informasi, dan penghargaan merupakan instrumen yang sangat diperlukan pada masa menghadapi *menarche*. Dukungan tersebut didapatkan baik dari lingkungan keluarga terutama orang tua, saudara, teman sebaya, lingkungan, guru

dan juga masyarakat. Beberapa faktor dapat mempengaruhi kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*, diantaranya pengetahuan, umur, kedewasaan, dan juga orang-orang terdekatnya (yaitu orang tua, terutama ibu). Dukungan baik secara emosional, instrumental dan informasi sangat diperlukan oleh remaja putri dalam mempersiapkan datangnya masa *menarche*, dimana keluarga merupakan tempat pertama dan terpenting untuk memberikan support serta edukasi dalam perkembangan anak (Permatasari, 2020).

Orangtua harus memberikan penjelasan tentang *menarche* kepada anak perempuannya sejak dini, sehingga remaja putri dapat memahami dan mempersiapkan diri dalam menghadapi *menarche*. Pada umumnya, remaja putri memberi tahu ibunya saat menstruasi pertama kali. Sayangnya, tidak semua ibu memberikan informasi yang cukup untuk anak perempuannya. Beberapa ibu enggan untuk berbicara mengenai menstruasi sampai anak perempuannya mengalami *menarche*. Kondisi tersebut dapat menimbulkan kecemasan pada remaja putri yang seringkali menganggap bahwa menstruasi adalah sesuatu yang menakutkan, tidak menyenangkan atau berbahaya. Akibatnya, remaja putri memperoleh sikap negatif terhadap menstruasi dan menganggapnya sebagai penyakit. Dalam penelitian ini banyaknya siswi yng tinggal bersama orang tuanya sebanyak 64 responden (91,5%), yang tinggal Bersama ibu sebanyak 3 responden (4,2%), yang tinggal bersama Ayah sebanyak 1 responden (1,4%) dan yang tinggal bersama wali/oranglain sebanyak 2 responden (2,8%). Dari data tersebut sebagian besar (91,5%) siswi SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 tinggal bersama orangtua.

Data tersebut juga sejalan dengan penelitian yang menjelaskan mengenai Pendidikan pertama anak perempuan yaitu kesiapan menghadapi *menarche* dapat dilakukan dengan cara memberikan informasi dan perhatian pada remaja putri dalam masa menghadapi *menarche*, dengan demikian remaja putri akan menjadi lebih tenang dan siap menyambut datangnya *menarche*. Orang tua terutama ibu harus memberikan penjelasan tentang *menarche* pada anak perempuannya, agar anak lebih mengerti dan siap dalam menghadapi *menarche*. Septianingrum & Wardani (2020) menjelaskan bahwa dalam menghadapi *menarche*, remaja putri

perlu melakukan penyesuaian perilaku yang tidak selalu bisa mereka lakukan, apalagi tanpa dukungan orangtua terutama ibu. Dukungan orangtua sangat penting dalam membantu remaja putri memahami tentang siklus menstruasi mereka. Para ibu seringkali paling siap untuk memberikan dukungan dan bimbingan.

Penelitian ini, menjelaskan bahwa Sebagian besar siswi SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 belum mendapatkan informasi mengenai menstruasi yaitu sebanyak 48 responden (70,4%) dan yang sudah mendapatkan informasi tentang menstruasi sebanyak 19 responden (29,6%).

Sebagai orang terdekat dalam keluarga, ibu memiliki tanggung jawab terhadap tumbuh kembang anak di masa depan. Ibu yang telah mengalami *menarche* diharapkan dapat menjadi sumber pengetahuan dan pengalaman bagi anaknya tentang *menarche*. Sejalan dengan penelitian Kharunia Khazani (2019) ketika seorang remaja akan mulai menstruasi, keluarga memainkan peran penting dalam memberikan dukungan. Oleh karena itu, keluarga diharapkan memberikan dukungan agar remaja merasa tenang dan tidak takut untuk melalui tahapan-tahapan perkembangan khususnya pada remaja putri seperti mulainya menstruasi pertama (*menarche*). Diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningrum & Indriyanti (2018) menyatakan bahwa sumber dari remaja memperoleh informasi tentang menstruasi dan bagaimana menjaga kebersihan mereka datang dari orangtua. Anggota keluarga terutama orangtua memainkan peran penting dalam kesiapan anak menghadapi menstruasi pertama (*menarche*), misalnya ibu yang menyediakan informasi secara terbuka dan tidak malu-malu bertanya atau bercerita kepada anaknya.

Moeljono (dalam Cahyani, 2019) mengatakan bahwa orangtua dapat berperan aktif dalam memberikan pemahaman tentang menstruasi, karena hal tersebut merupakan hal yang sangat awal bagi seorang remaja. Semakin baik dukungan orangtua yang diberikan kepada anak, maka akan semakin baik pula kesiapan anak dalam menghadapi menstruasinya. Oleh karena itu, dukungan orangtua atau lingkungan keluarga sangat mendukung kesiapan seorang remaja karena keluarga merupakan lingkungan sosial yang sangat dekat dengan seorang anak.

2. Kesiapan dalam menghadapi *menarche*

Hasil penelitian didapatkan bahwa Sebagian besar (83,1%) siswi kelas IV dan V SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 siap menghadapi *menarche*. Hal ini ditunjang oleh penelitian yang dilakukan oleh Nurul & Sara (2018) bahwa sebanyak (78,37%) siswi SD Budi Mulia Dua Seturan siap menghadapi *menarche*. Kesiapan responden dalam menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh berbagai macam hal yaitu usia, sumber informasi yang terdiri dari keluarga, teman dan lingkungan sekolah. Berdasarkan data hasil perhitungan statistik dapat diketahui bahwa mayoritas remaja putri prapubertas di SD Budi Mulia Dua Seturan memiliki kesiapan Menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) yang tinggi pada dirinya Kesiapan menghadapi *menarche* yang tinggi pada remaja putri dikarenakan mereka mampu memaknai menstruasi pertama (*menarche*) sebagai hal yang positif informasi yang didapat cukup baik sehingga menimbulkan kesiapan yang menghadapi *menarche* pada diri mereka.

Kesiapan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*), yang keluar dari tempat khusus Wanita pada saat menginjak usia sepuluh sampai enambelas tahun, yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklus (berulang-ulang) (Fajri & Khairani, 2019).

Hasil dalam penelitian ini didapatkan bahwa kesiapan siswi SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 dalam menghadapi *menarche* dengan persentase tertinggi yaitu saya siap menghadapi menstruasi karena melihat ibu dan saudara perempuan saya juga mendapatkan menstruasi (93%) dengan nilai rata-rata (0,91) dan jawaban dengan persentase terendah yaitu pada saat menstruasi tingkat kesensitifan saya meningkat (25,3%) dengan nilai rata-rata (0,25) dan saya merasa mudah marah dan stress ketika menstruasi (80,2%) dengan nilai rata-rata (0,4).

Kesiapan siswi menghadapi *menarche* salah satunya juga dipengaruhi oleh sumber informasi dari keluarga. Keluarga menjadi sumber informasi terdekat dan utama bagi perkembangan remaja. Seperti hasil penelitian Indarsita & Purba (2019) yaitu 17 responden yang memiliki kesiapan positif, mereka mendapatkan

informasi terkait menstruasi dari keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa sumber informasi serta dukungan dari keluarga sangat berpengaruh bagi remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Komunikasi antara ibu anak juga dapat mempengaruhi kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche*.

Saat menghadapi *menarche*, dibutuhkan kesiapan mental yang baik. Kesiapan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*), yang keluar dari tempat khusus wanita pada saat menginjak usia sepuluh sampai enam belas tahun, yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklus (berulang-ulang) (Fajri & Khairani, 2019).

Ada tiga aspek mengenai kesiapan menurut Fajri (2019) aspek yang pertama adalah pemahaman, yakni pengalaman seseorang terhadap kejadian yang dialaminya. Ketika seseorang mengerti dan mengetahui akan kejadian yang dialaminya, hal ini dapat membantu dirinya untuk merasa siap dalam menghadapi hal-hal yang terjadi.

Aspek kedua adalah penghayatan. Aspek ini merupakan kondisi dimana seseorang merasa siap bahwa segala hal yang terjadi secara alami terjadi pada hampir semua orang. Hal ini juga merupakan sesuatu yang wajar, normal dan tidak perlu dikhawatirkan. Selain itu, individu juga merasakan keyakinan yang tinggi, khususnya terkait pandangan agama (Islam). Tuhan Yang Maha Esa telah memberikan karunia kepada perempuan berupa pengalaman menstruasi. Yusuf dkk. (2014) mengatakan bahwa seorang perempuan dikatakan baligh ketika tiba menstruasi, yang berarti sudah memiliki kewajiban terhadap syariat agama. Seseorang yang berempati berarti dapat melakukan transferensi perasaan positif terhadap seseorang yang mengalami kejadian yang serupa dengannya.

Aspek ketiga merupakan Tindakan suatu kesediaan, secara langsung terhadap kesempatan yang hadir, sehingga menjadi bagian pengalaman hidup. Perbandingan antara remaja perempuan yang bersiap dengan yang tidak dalam menghadapi menstruasi pertama ditunjukkan oleh sikap positif (*siap*) dan negatif (*tidak siap*). Remaja perempuan yang bersikap negatif cenderung merasakan kerepotan, kekotoran, ketidaknyamanan sehingga aktivitas terbatas dan emosi fluktuatif.

Banyak alasan yang melatarbelakangi tidak siapnya remaja perempuan dalam menghadapi menstruasi pertama, seperti orangtua yang minim pendidikan seks kepada anak. Pendidikan seks merupakan kewajiban orangtua modern, meskipun hal ini mestinya dilakukan sejak dulu. Dengan begitu, anak perempuan tidak akan merasa cemas dan lebih positif dalam menyikapi datangnya menstruasi pertama yang berdampak pada perubahan fisik dan psikologis.

Penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kesiapan menghadapi *menarche* adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*) sebagai proses yang normal. Aspek- aspek menstruasi pertama (*menarche*) antara lain: aspek pemahaman, aspek penghayatan, dan aspek kesediaan.

3. Kecemasan dalam Menghadapi *Menarche*

Kecemasan merupakan perasaan keprihatinan, ketidakpastian dan ketakutan tanpa stimulus yang jelas, yang dikaitkan dengan perubahan fisiologis. Tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas IV dan V di SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2, dan SDN Banteran 1 yaitu sebanyak 11 orang (15,5%) responden mengalami kecemasan normal, 54 orang (76,1%) responden mengalami kecemasan ringan dan 6 orang (8,5%) responden mengalami kecemasan sedang. Jadi, mayoritas siswi kelas IV dan V mengalami kecemasan ringan. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggraeni. dkk (2018), dalam penelitian tersebut disebutkan bahwa mayoritas siswi mengalami kecemasan ringan dalam menghadapi *menarche* yaitu sebanyak 28 responden (73,68%).

Kecemasan yang dialami siswi dilihat dari hasil kuisisioner yang menyatakan bahwa siswi banyak yang belum mengetahui tentang cara menghadapi ketika menstruasi dan masih mempercayai mitos-mitos tentang menstruasi, sehingga banyak yang mengalami kecemasan. Hal ini terjadi karena beberapa faktor, salah satunya adalah pengetahuan dan kesiapan. Pihak sekolah dan murid sekolah dasar tersebut menyampaikan bahwa belum adanya penyuluhan yang dilakukan oleh puskesmas Ngaglik II, pengetahuan tentang menstruasi belum disampaikan secara

mendalam dan belum pernah mendapatkan penyuluhan terkait dengan kesehatan reproduksi oleh pihak puskesmas.

Penelitian yang sudah saya lakukan ini, mayoritas siswi sekolah dasar SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1, mengalami kecemasan ringan. Gejala cemas yang dirasakan responden yaitu tangan berkeringat, badan mudah lelah, bingung dan gelisah. Berdasarkan penelitian presentase rata-rata pernyataan yang paling tinggi yaitu pada item nomor 17 yaitu tangan saya hangat dan kering seperti biasanya dengan rata-rata (2,92) dan item pernyataan yang sedikit yaitu item nomor 12, saya sering pingsan atau merasa seperti ingin pingsan dengan rata-rata (1,21).

Cemas yang ditunjukkan anak-anak SD merupakan perasaan takut yang tidak jelas dan tidak didukung oleh situasi. Ketika seseorang merasa cemas, individu merasa tidak nyaman atau takut atau mungkin memiliki firasat akan ditimpa malapetaka padahal ia tidak mengerti mengapa emosi yang mengancam tersebut terjadi. Tidak ada objek yang dapat diidentifikasi sebagai stimulus ansietas (Rista, 2020).

Kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche* sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Rista (2020) salah satu faktornya adalah pengetahuan siswi tentang *menarche* itu sendiri. Jika pengetahuan siswi baik, maka kecil kemungkinan siswi akan mengalami kecemasan. Terlepas dari hasil penelitian tersebut diatas, penyebab mengapa usia anak perempuan mengalami *menarche* lebih cepat daripada tahun-tahun sebelumnya adalah karena faktor semakin pesatnya perkembangan teknologi informasi akhir-akhir ini. Selain karena mulai bebasnya pergaulan anak sekarang, juga karena seringnya anak mengakses situs-situs porno, yang bisa mempengaruhi kondisi psikologis anak perempuan itu sendiri. Dari hal tersebut bisa menyebabkan usia *menarche* pada setiap tahunnya peningkatan. Hal mengalami ini mendasari penelitian yang dilakukan oleh Rizanna Fajrunni'mah (2018) yang meneliti tentang faktor-faktor yang memengaruhi Kesiapan Remaja Putri Menghadapi *Menarche* di SMPN 1 Karangrayung dengan hasil bahwa faktor yang berpengaruh terhadap kesiapan remaja putri yaitu tingkat kematangan emosi, lingkungan, dan pengetahuan. Dengan kata lain pengetahuan

yang baik tidak menimbulkan kecemasan menghadapi apapun. Dalam hal ini adalah kecemasan menghadapi *menarche*.

4. Hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan

Hubungan dari kesiapan dengan tingkat kecemasan berdasarkan hasil dari tabulasi silang dalam penelitian ini, dari 71 responden di SDN Brengosan 1, SDN Brengosan 2 dan SDN Banteran 1 dengan p value $(0,030) < 0,05$. Hasil kesiapan dengan kecemasan ringan dan sedang yaitu sebanyak 59 responden (83,1%) dan ketidaksiapan dan kecemasan normal, ringan dan sedang yaitu sebanyak 12 responden (16,9%). Kesiapan anak dalam menghadapi *menarche* menurut Suryani dan Widyasih (2018), yaitu semakin muda usia anak, maka semakin ia belum siap menerima *menarche* karena menganggap hal itu sebagai beban. Tetapi berbeda bagi mereka yang telah siap menghadapi *menarche*, mereka akan merasa senang dan bangga, karena mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis. Teori kognitif menyatakan bahwa reaksi kecemasan timbul karena kesalahan mental. Kesalahan mental ini karena kesalahan menginterpretasikan suatu situasi yang bagi individu merupakan sesuatu yang mengancam. Faktor individu yang sangat mempengaruhi tingkat kecemasan adalah kesiapan. Jika siswi tersebut mempunyai kesiapan yang tinggi, maka sangat mungkin siswi tersebut akan memiliki cemas yang rendah. Sedangkan siswi yang mempunyai kesiapan yang rendah, maka sangat mungkin siswi tersebut akan memiliki tingkat cemas yang tinggi.

Remaja yang siap menghadapi *menarche* memiliki kecemasan ringan dengan 44 responden (62%). Hal ini dikarenakan Menurut Desi, Ferika (2016) faktor - faktor kecemasan yang mempengaruhi dalam menghadapi *menarche* antara lain pengetahuan, usia *menarche*, dukungan ibu, sumber informasi, ketidaksiapan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada Desember 2016 Negeri Plalangan 01 Semarang didapatkan hasil wawancara dari 7 siswi kelas 5 yaitu 2 siswi mengatakan sudah mengalami *menarche* dan 5 siswi belum mengalami *menarche*. Dari 5 siswi tersebut ada 4 siswi mengatakan cemas, gelisah dan ada perasaan takut akan menghadapi *menarche* dan 1 siswi mengatakan bingung menghadapi *menarche*. Mereka merasa bahwa darah yang keluar dari

tubuh itu akan menyebabkan sakit sehingga membuat mereka takut dan cemas dalam menghadapi *menarche*.

Siswi yang memiliki cemas ringan dan normal ditandai dengan siswi siap menghadapi menstruasi karena melihat ibu dan saudara perempuannya juga mendapatkan menstruasi, namun berdasarkan penelitian juga tampak bahwa siswi siap menghadapi *menarche* tetapi memiliki kecemasan sedang yaitu (5,6%). Berdasarkan data tersebut sebagian siswi memiliki kendala pada saat memikirkan menstruasi ditandai dengan pernyataan saya merasa lebih gelisah dan cemas dari biasanya (1,87), saya merasa takut tanpa alasan yang jelas (1,84) dan saya merasa panik (1,81). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rista (2020) dari 10 siswi yang telah mengalami *menarche* diperoleh informasi bahwa 6 siswi (60%) merasa cemas saat menghadapi *menarche*. Hal ini karena ketidaktahuan mereka dengan apa yang akan dilakukan dan mereka merasa khawatir akan tembus di sekolah nanti. Kekhawatiran ini disebabkan oleh ketidaktahuan mereka cara penggunaan pembalut. Sementara itu, sebanyak (40%) merasa takut dalam menghadapi *menarche* karena malu jika diketahui oleh teman laki-laki karena takut diejek.

Berdasarkan uji *Gamma* diperoleh nilai *p value* (0,030) < 0,05 dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,692, maka ada hubungan kesiapan diri menghadapi *menarche* dengan tingkat kecemasan pada anak usia sekolah dasar di wilayah Donoharjo. Hal tersebut berarti ada hubungan yang signifikan antara kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di wilayah Donoharjo. Hal ini dapat dikatakan apabila kesiapan yang dimiliki baik, maka responden tidak akan cemas dalam menghadapi *menarche*.

A. Keterbatasan penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan sesuai dengan prosedur yang telah direncanakan, namun demikianlah masih memiliki keterbatasan penelitian yaitu:

1) Keterbatasan penelitian

Dalam penelitian ini bahasa yang digunakan merupakan bahasa baku, sehingga dalam karakteristik dalam pengetahuan remaja awal, pemahaman

secara kognitif mengenai menstruasi siswi masih belum mengerti. Bahasa dalam kuisisioner membuat siswi merasa bingung. Oleh karena itu, peneliti membacakan satu per satu di depan kelas untuk menurunkan mispersepsi pada item kuisisioner. Serta penelitian hanya dilakukan sekali waktu dan tidak memantau perkembangan dari responden.

2) Kelemahan penelitian

Pada saat pembuatan proposal penelitian ini menggunakan teknik sampling yaitu stratified random sampling tetapi, terjadi mispersepsi dengan pihak sekolah dan peneliti tidak mengkaji secara detail jumlah siswi di masing-masing sekolah dasar tersebut. Sehingga jumlah sample dari setiap sekolah dasar yang telah di tetapkan saat rencana penelitian berbeda, karena perbedaan ini akhirnya peneliti menggunakan simple random sampling.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDRAL ACIMALYAN
YOGYAKARTA