

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

Bab ini menjelaskan tentang hasil dan temuan-temuan dalam penelitian yang telah dilaksanakan pada 5 partisipan yaitu siswi di Sekolah Dasar Negeri Ngrukeman Tamantirto Kasihan Bantul Yogyakarta dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian ini menjelaskan lebih lanjut dalam bab ini tentang karakteristik partisipan dan tema-tema yang muncul setelah proses analisis data dilakukan, sebagai hasil dari penelitian ini.

##### **1. Deskripsi Wilayah Penelitian**

Sekolah Dasar Negeri Ngrukeman merupakan sekolah dasar yang berada di Kecamatan Kasihan, Kabupaten Bantul, Provinsi D.I Yogyakarta. Sekolah dasar yang pernah memenangkan juara 1 dalam lomba sekolah sehat tingkat provinsi ini menggunakan kurikulum KTSP yang memiliki 15 guru pengampu. Sekolah ini memiliki 12 ruang kelas yang dibagi menjadi 2 kategori yaitu kelas A dan kelas B, fasilitas ruangan ditunjang dengan adanya 1 ruang laboratorium, 1 perpustakaan dan 2 sanitasi siswa. Total siswa di sekolah ini adalah 310 siswa yang terdiri atas 166 siswa laki-laki dan 144 siswa perempuan. Siswa dan siswi di Sekolah Dasar ini telah mendapatkan pembelajaran tentang reproduksi pada kelas 6.

## 2. Karakteristik Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 5 partisipan, 2 partisipan berasal dari kelas 5 dan 3 partisipan berasal dari kelas 6, seluruh partisipan merupakan siswi dari Sekolah Dasar Negeri Ngrukeman, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta. Rata-rata usia partisipan adalah 11 tahun, usia termuda dari partisipan adalah berusia 11 tahun dan untuk usia tertua adalah 12 tahun. Peneliti melakukan pengambilan data awal yaitu dengan memberikan daftar tabel kepada seluruh siswi dengan bantuan guru wali kelas, kemudian di bagikan ke seluruh kelas, maksud dari pengambilan data awal ini adalah untuk mengetahui jumlah siswi yang telah *menarche*, setelah melakukan pengambilan data awal maka didapatkan hasil bahwa terdapat 12 siswi yang telah mengalami *menarche*. Peneliti menetapkan jumlah partisipan sebanyak 5 partisipan dengan alasan karena data wawancara telah jenuh dan memiliki makna yang sama.

Karakteristik					
Partisipan	Usia (th)	Agama	Pendidikan Saat ini	Suku Bangsa	Usia <i>Menarche</i> (th)
P1	11	Islam	Kelas 5 SD	Jawa	11
P2	11	Islam	Kelas 5 SD	Jawa	10
P3	12	Islam	Kelas 6 SD	Jawa	11
P4	12	Islam	Kelas 6 SD	Jawa	11
P5	11	Islam	Kelas 6 SD	Jawa	11

**Tabel 4.1 Karakteristik Partisipan**

**Partisipan pertama (P1)** berusia 11 tahun, beragama Islam, pendidikan saat ini kelas 5 SD, suku Jawa, usia pertama kali *menarche* 11 tahun.

**Partisipan pertama (P2)** berusia 11 tahun, beragama Islam, pendidikan saat ini kelas 5 SD, suku Jawa, usia pertama kali *menarche* 10 tahun.

**Partisipan pertama (P3)** berusia 12 tahun, beragama Islam, pendidikan saat ini kelas 6 SD, suku Jawa, usia pertama kali *menarche* 11 tahun.

**Partisipan pertama (P4)** berusia 12 tahun, beragama Islam, pendidikan saat ini kelas 6 SD, suku Jawa, usia pertama kali *menarche* 11 tahun.

**Partisipan pertama (P5)** berusia 11 tahun, beragama Islam, pendidikan saat ini kelas 6 SD, suku Jawa, usia pertama kali *menarche* 11 tahun.

### 3. Hasil Analisis Tematik

Hasil analisis tematik mengidentifikasi 8 tema pada penelitian ini. Berbagai tema yang didapat terkait pengalaman *menarche* anak usia sekolah dasar, yaitu: 1) dominasi perasaan anak saat *menarche*, 2) dukungan saat *menarche*, 3) kesiapan menghadapi *menarche*, 4) ketidaknyamanan anak saat *menarche*, 5) makna *menarche* bagi anak, 6) perawatan diri anak saat menstruasi, 7) perubahan anak setelah *menarche*, 8) upaya mengatasi ketidaknyamanan saat *menarche*. Berikut penjelasan lebih rinci tentang tema-tema tersebut.

#### **Tema 1. Dominasi perasaan anak saat *menarche***

Perasaan anak usia sekolah dasar saat mengalami *menarche* cukup bervariasi, mayoritas partisipan dalam menghadapi *menarche* adalah merasa malu, takut, kaget, cemas dan sebagian menganggap *menarche*

adalah suatu hal yang biasa atau wajar dialami oleh seorang wanita pada umumnya, berikut adalah ungkapan rinci dari partisipan :

a. Merasa malu

Empat dari lima partisipan menyatakan bahwa mereka merasa malu saat mengalami *menarche*. Partisipan merasa malu apabila kondisi saat menstruasi diketahui oleh orang lain terutama teman lawan jenisnya dan diketahui oleh ayahnya, partisipan menganggap bahwa menstruasi adalah hal yang tabu. Berikut adalah beberapa ungkapan dari partisipan :

*“...hahaha ya malu to mbak kalau mens gitu ketawan sama cowok-cowok...(tertawa menutup wajah dengan jilbab...” (P2)*

*“....malu kalau mau bilang sama ibu guru... bilangnyanya sama temen kalau tembus...” (P3)*

*“...Bapak belum tau mbak kalau aku mens, soalnya malu mau bilang. Sampai sekarang bapak belum tau aku mens. Malu juga kalau sama temen cowok, samar di ledekin di kelas...” (P4)*

Satu dari partisipan mengungkapkan bahwa saling terbuka dengan Ayah. Berikut adalah ungkapan dari partisipan :

*“...Bapak tau kalau aku mens, aku nggak malu kalau bapak tau aku mens, malah dikasih tau kalau itu, apa, harus jauh-jauhan sama anak laki-laki, udah menanggung dosanya sendiri...”(P5)*

b. Merasa takut

Tiga dari lima partisipan merasa takut saat menghadapi *menarche*. Salah satu partisipan mengungkapkan bahwa ketakutannya adalah apabila darah tersebut merupakan tanda dari sebuah penyakit. Ungkapan yang diutarakan partisipan, antara lain :

*“...awalnya takut tapi terus dikasih tau ibu kalau itu menstruasi terus enggak takut, takut kalau tembus aja mbak disekolah...” (P1)*

*“...takut kalau sakit apa gitu mbak, soalnya tiba-tiba ada darah dicelana...” (P2)*

c. Merasa kaget

Perasaan kaget dialami oleh dua partisipan. Dua dari lima partisipan mengatakan bahwa merasa kaget saat pertama kali menstruasi, partisipan merasa kaget karena tiba-tiba muncul darah dari celana. Berikut adalah pernyataan dari partisipan :

*“...Kaget mbak, deg deg-an wae mbak, pertama to soale, yawes batal posone...”(P3)*

Selain karena awal menstruasi, ada juga partisipan yang mengungkapkan rasa ketakutannya ketika tembus di kelas. Ungkapan yang diutarakan partisipan, antara lain :

*“...Pernah tembus, temen ada yang tau sih, terus kaget gitu, aku takut (hehehe),akhirnya tak tutup-tutupin gitu pake jaket...”(P2)*

d. Merasa cemas

Seluruh partisipan yang berjumlah lima ada salah satu partisipan yang mengungkapkan rasa cemasnya. Partisipan merasa cemas saat pertama kali menstruasi yang diikuti rasa risih ketika menggunakan pembalut. Berikut pernyataan dari partisipan tersebut :

*“...iya mbak, cemas gak enak gitu mbak, risih. Basah-basah gak enak e mbak, apalagi kalau pas pertama kali pakai pembalut itu belum biasa...”(P2)*

e. Merasa biasa saja

Satu dari lima partisipan mengungkapkan bahwa mereka merasa biasa saja saat *menarche*. Mereka merasa biasa saja karena mereka telah mendapatkan informasi dari tim kesehatan yaitu oleh bidan di salah satu acara penyuluhan. Berikut adalah beberapa pernyataan dari partisipan :

*“...biasa aja, nggak takut soalnya udah, udah, dikasih tau nggak usah takut sama bidan...” (P5)*

**Tema 2. Dukungan saat *menarche***

Lima partisipan yang telah dilakukan wawancara mayoritas mendapatkan berbagai macam dukungan baik dari ibu, teman, sekolah ataupun tim kesehatan. Dukungan tersebut berupa dukungan informasional, dukungan emosional dan dukungan instrumental. Berikut adalah penjabaran secara rinci dari partisipan :

a. Dukungan informasional

Dari lima partisipan mengaku mendapatkan dukungan informasional mengenai menstruasi. Informasi diperoleh dari bidan yang memberikan pendidikan kesehatan dan dari teman, sedangkan ibu memberikan informasi pada saat anak sudah mengalami menstruasi. Berikut adalah ungkapan kalimat dari beberapa partisipan :

*“...yaa, dari cerita temen-temen mbak kalau mens itu emmm, gini-gini, nanti keluar pipis merah-merah gitu (tersenyum malu sambil menutupi wajah dengan kerudung)...” (P1)*

b. Dukungan instrumental

Seluruh partisipan yang berjumlah lima mengatakan mendapatkan dukungan instrumental dari ibu yaitu ibu menyediakan atau membelikan pembalut. Berikut adalah pernyataan dari partisipan :

*"...ibu yang beliin pembalut, terus dipakein sama ibu. Pertamanya dipakein, nah terus lama-lama udah sendiri..."(P2)*

c. Dukungan emosional

Empat dari lima partisipan mendapatkan dukungan emosional dari ibu dan satu partisipan menyatakan bahwa mendapatkan dukungan emosional dari teman wanita. Berikut adalah pernyataan dari partisipan :

*"...ibu bilang gak usah takut, karena itu harus..."(P4)*

### **Tema 3. Kesiapan menghadapi *menarche***

Tiga dari lima partisipan mengungkapkan belum siap menghadapi *menarche* dan dua dari partisipan menyatakan siap menghadapi *menarche*. Partisipan merasa belum siap rata-rata karena masih merasa aneh dan tidak percaya terhadap perubahan pada diri partisipan. Berikut ini adalah pernyataan dari beberapa partisipan :

*"...belum mbak, masih aneh gitu awalnya. Kaya gak percaya..."(P1)*

*"...belum e mbak sebenarnya. Padahal ya udah dikasih tau ibu, tapi masih takut aja. Ibu cuma bilang itu menstruasi terus aku disuruh pake pembalut gitu, dibilang aku udah gede "(P4)*

Partisipan yang telah siap menghadapi *menarche* menjelaskan bahwa sebelumnya partisipan telah mendapatkan informasi mengenai *menarche*.

Berikut ini adalah ungkapan dari partisipan :

*“...siap mbak, soalnya dulu pernah ikut penyuluhan dari bidan itu, jadi biasa aja...”(P5)*

#### **Tema 4. Ketidaknyamanan anak saat *menarche***

Partisipan dalam penelitian ini mengungkapkan ada beberapa hal yang membuat partisipan merasa tidak nyaman. Ketidaknyamanan itu terdiri dari dua subtema yaitu : ketidaknyamanan fisik dan ketidaknyamanan situasional. Berikut adalah penjabaran dari subtema secara rinci :

##### a. Ketidaknyamanan fisik

Empat dari lima partisipan mengungkapkan bahwa mengalami ketidaknyamanan fisik saat *menarche*, keluhan tersebut beraneka ragam seperti sakit pada bagian perut, pegal di daerah kaki dan tangan. Berikut adalah beberapa pernyataan dari partisipan :

*“...perutnya sakit, pegel di tangan sama kaki...”(P1)*

*“...heem, perutnya sakit...”(P2)*

##### b. Ketidaknyamanan situasional

Seluruh partisipan mengungkapkan ketidaknyamanan saat menstruasi dengan alasan yang beraneka ragam. Berikut adalah beberapa kategori dalam subtema :

###### 1) Kekhawatiran saat *menarche*

Tiga dari partisipan merasa khawatir akan terjadi sesuatu pada diri partisipan karena munculnya darah secara tiba-tiba dan



partisipan khawatir itu adalah suatu tanda dari sebuah penyakit. Berikut adalah pernyataan dari partisipan :

*“...takut kalau sakit apa gitu mbak, soalnya tiba-tiba ada darah dicelana...” (P2)*

## 2) Awal pertama memakai pembalut

Seluruh partisipan yang berjumlah lima orang mengungkapkan bahwa mereka merasa tidak nyaman ketika pertama kali menggunakan pembalut, mereka mengungkapkan bahwa merasa mengganjal dan merasa basah saat menggunakan pembalut. Berikut adalah pernyataan beberapa partisipan :

*“...pertama pakai pembalut itu gak enak mbak, risih ngganjel mbak hehehe (tersenyum malu), cemas gak enak gitu mbak, risih. Basah-basah gak enak e mbak, apalagi kalau pas pertama kali pakai pembalut itu belum biasa...”(P2)*

## **Tema 5. Makna *menarche* bagi anak**

Partisipan memiliki kesan tersendiri dalam mengartikan *menarche*. Hasil dari wawancara kepada lima partisipan ini adalah : 1) Peristiwa keluarnya darah dari kemaluan 2) Kewajiban ibadah 3) Perubahan menjadi lebih dewasa. Berikut ini adalah penjelasan masing-masing makna :

### a. Peristiwa keluarnya darah dari kemaluan

Lima partisipan seluruhnya memaknai bahwa *menarche* adalah peristiwa keluarnya darah dari kemaluan. Berikut adalah ungkapan dari salah satu partisipan :

*“...menstruasi, keluarnya darah dari kemaluan mbak...”(P3)*

b. Berlakunya amal ibadah dan larangannya

Tiga dari lima partisipan mengatakan bahwa selama menstruasi tidak boleh melakukan ibadah sholat dan membaca al-quran serta apabila berpuasa di bulan ramadhan harus mengganti puasa di hari yang lain setelah bulan ramadhan, ini adalah ungkapan dari partisipan :

*“...menstruasi itu ngeluarin darah dari kemaluannya wanita, terus kalau lagi menstruasi gak boleh baca al-quran ataupun sholat...”(P2)*

*“...tanggung jawabnya kalau puasa harus ganti utang gitu, di hari yang lain pas kalau bulan ramadhan...”(P5)*

c. Perubahan menjadi lebih dewasa

Tiga dari partisipan mengatakan menjadi jauh lebih dewasa karena merasa tidak seperti anak-anak setelah mengalami *menarche*.

Berikut ini adalah ungkapan dari partisipan :

*“...pemikirannya jauh lebih dewasa enggak kayak anak-anak....”(P4)*

**Tema 6. Perawatan diri anak saat menstruasi**

Perawatan diri anak saat *menarche* di dapatkan dua tema yaitu mengenai menjaga kebersihan tubuh dan menjaga kebersihan pembalut. Berikut adalah ulasan dari kedua tema tersebut :

a. Menjaga kebersihan tubuh

Seluruh partisipan yang berjumlah lima siswi mengaku menjaga kebersihan tubuh dengan mandi dua kali sehari yaitu pada pagi hari dan sore hari dan seluruhnya tidak menggunakan sabun kewanitaannya

untuk membersihkan kemaluan. Berikut adalah beberapa percakapan dari partisipan :

*“...Cuma mandi biasa dua kali, terus mandi besar kalau udah selesai. Enggak pernah pakai sabun, pakai air aja...”(P2)*

b. Menjaga kebersihan pembalut

Empat dari lima partisipan mengatakan bahwa selalu menjaga kebersihan pembalut dengan mengganti pembalut sehari tiga kali yaitu pada pagi hari, siang hari dan sore hari. Berikut adalah beberapa percakapan dari partisipan :

*“...hehehe, ya ganti mbak. Pagi, siang, sama pas mandi sore itu. Kalau tembus mendadak ya gantilah mbak, mmm, teneh kocos...”(P1)*

Satu dari partisipan mengungkapkan bahwa hanya mengganti pembalut dua kali dalam sehari dan apabila mengalami tembus tidak mengganti pembalut. Berikut ulasan dari partisipan :

*“...enggak mbak, dikasih taunya waktu pas mens pertama itu. Pagi, pulang sekolah sama apa setelah mandi sore, kalau tembus di kelas hehehe enggak ganti...” (P2)*

*“...mmm, dua kali mbak, pagi sama mandi sore...”(P3)*

**Tema 7. Perubahan anak setelah *menarche***

Partisipan pada penelitian ini mengungkapkan bahwa mengalami berbagai macam perubahan. Hasil dari wawancara mendalam yang telah dilakukan didapatkan dua subtema, yaitu : perubahan fisik dan perubahan emosional. Berikut adalah penjelasan dari subtema :

a. Perubahan fisik

Seluruh partisipan menjelaskan mengalami perubahan fisik yang terjadi setelah *menarche*. Partisipan mengungkapkan bahwa ada perubahan pada tubuh yang semakin tinggi, pinggul membesar, payudara membesar, serta tumbuh rambut-rambut halus di sekitar kemaluan, timbul jerawat serta suara menjadi cempreng.

*“...Badannya jadi tambah tinggi mbak...”(P1)*

*“...hehehe, iya mbak (tersenyum malu sambil menutup wajah dengan jilbab) bulu ketiak juga sedikit ding mbak...” (P1)*

*“...pinggange melebar, payudara membesar, terus jerawat, suara cempreng, terus tumbuh rambut...” (P3)*

b. Perubahan emosional

Satu dari partisipan mengungkapkan bahwa mengalami perubahan emosional yaitu merasa terganggu apabila kondisi saat mens di usik oleh teman. Berikut ulasan dari partisipan :

*“...aku itu to mbak kalau lagi mens rasane jan ngantuk banget, males to mau ngapa-ngapain. Sebel banget kalau pas mens itu di goadain temen, bawaannya mau marah terus...”(P5)*

**Tema 8. Upaya mengatasi ketidaknyamanan saat *menarche***

Lima partisipan dalam penelitian ini seluruhnya mengkonsumsi jamu dan menghindari konsumsi jamu dalam kemasan, partisipan juga memilih tidur untuk menunjang kenyamanan saat nyeri. Berikut pernyataan dari partisipan :

*“...nggak boleh sama ibu minum k\*r\*n\*\*, paling yo jamu keliling mbak, kunyit asem...”(P1)*

*“...tiduran itu mbak, sering minum jamu juga, beras kencur...”(P2)*

## **B. Pembahasan**

Bab ini menguraikan tentang interpretasi dari hasil penelitian yang telah diperoleh peneliti. Peneliti akan menjelaskan tentang interpretasi hasil penelitian dengan membandingkan berbagai macam penelitian sebelumnya maupun teori yang terkait penelitian ini untuk melengkapi dan memperkuat pembahasan dari hasil penelitian ini. Bab ini juga membahas tentang keterbatasan penelitian yang ada selama peneliti melakukan proses penelitian dengan membandingkan proses penelitian yang seharusnya dicapai.

### **1. Interpretasi Hasil Penelitian dan Diskusi**

Penelitian ini menghasilkan sembilan tema yang diantaranya terdiri dari beberapa subtema dengan kategori yang bermakna tertentu. Tema-tema tersebut teridentifikasi berdasarkan tujuan penelitian. Berikut ini adalah pembahasan secara rinci dari masing-masing tema yang ada dalam penelitian ini.

#### **Tema 1. Dominasi perasaan anak saat *menarche***

Partisipan dalam penelitian ini mengalami berbagai macam perasaan dan respon yang berbeda-beda. Hasil dari wawancara menunjukkan bahwa perasaan partisipan dalam menghadapi *menarche* adalah merasa malu, takut, kaget, cemas dan hanya sebagian kecil yang menganggap *menarche* sebagai suatu hal yang biasa atau wajar dialami oleh seorang wanita pada umumnya, hal ini berkaitan dengan penelitian Fajri & Khairani (2010) yang mendeskripsikan bahwa perasaan anak saat

menghadapi *menarche* adalah merasa takut, kaget, sedih, malu, cemas dan lain-lain. Selain perasaan negatif yang partisipan alami ada juga partisipan yang merasa senang atau bahkan biasa saja saat menghadapi *menarche* sesuai dengan penelitian Suryani & Widyasih (2008) bahwa beberapa dari anak yang mengalami *menarche* akan merasa senang dan bangga dikarenakan mereka menganggap dirinya telah dewasa. Berbagai macam dominasi perasaan negatif yang partisipan alami saat menghadapi *menarche* tersebut disebabkan karena mereka kurang memahami informasi tentang fase kematangan reproduksi dan partisipan kurang terbuka untuk mengungkapkan masalah kepada orang lain, hal ini didapat dari hasil observasi dimana partisipan dalam menceritakan pengalamannya tentang *menarche* menunjukkan reaksi seperti menutup wajah berkali-kali ketika partisipan menjawab pertanyaan peneliti dan melirihkan suara.

## **Tema 2. Dukungan saat *menarche***

Anak usia sekolah dasar dalam penelitian ini mendapatkan macam-macam dukungan dari berbagai macam lingkungan baik keluarga atau berbagai kerabat dekat, dukungan itu berupa dukungan emosional, dukungan instrumental, dan dukungan informasional. Anak-anak akan merasa nyaman atau bersemangat ketika dukungan itu diberikan, hal ini sejalan dengan pendapat Rels Sprecher (2008) yaitu bentuk-bentuk dukungan dapat berupa dukungan emosional, instrumental dan informasional. Dukungan emosional merupakan suatu tindakan untuk mendengarkan, memahami, rasa empati yang menunjukkan rasa sayang

atau kecintaannya. Dukungan yang sering diberikan adalah dukungan yang berupa instrumental atau *tangible support* yaitu penyediaan materi ataupun jasa. Dukungan yang terakhir adalah dukungan informasional yang mengacu pada pemberian informasi, nasihat atau bimbingan dalam memecahkan suatu masalah.

Pihak-pihak yang biasanya memberikan dukungan kepada anak ketika anak menghadapi *menarche* adalah seorang ibu, anak cenderung akan menceritakan awal menstruasi tersebut kepada ibu dan jarang sekali menceritakan awal menstruasi kepada orang lain, hal ini sesuai dengan penelitian Goel dan Kundan (2011) yang menjelaskan bahwa setengah remaja membahas masalah menstruasi kepada ibu dan sepertiga remaja lebih memilih untuk bercerita dengan teman teman-teman serta hanya enam remaja yang berani menceritakan kepada ayahnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas partisipan mendapatkan informasi tentang menstruasi dari lingkungan seperti teman, guru, tenaga kesehatan sebelum mereka mengalami *menarche*. Partisipan mendapatkan informasi tentang menstruasi dari ibu setelah mereka mengalami *menarche* dan tidak mendapatkan informasi sebelumnya dari ibu, hal ini dijelaskan lagi bahwa peran orang tua sangat berpengaruh dalam pemberian informasi kepada anak karena orang tua merupakan sumber utama informasi untuk membuka wawasan anak, akan tetapi seringkali orang tua merasa kurang informasi dan malu untuk membahas tentang seksualitas sehingga anak-anak akan merasa malu, takut, cemas

ketika menghadapi *menarche* (Kilbourne, 2000). Hasil wawancara dari penelitian yang telah dilakukan terlihat bahwa peran ibu sebagai informasi masih kurang hal ini disebabkan karena ibu tidak mengedukasi anak sebelum anak mengalami *menarche*, ibu menunda untuk memberikan informasi kepada anaknya karena berbagai faktor, salah satu dari faktor tersebut adalah karena ibu menanggapi bahwa informasi *menarche* masih dianggap terlalu dini untuk diberikan kepada anak di usia sekolah dasar.

### **Tema 3. Kesiapan menghadapi *menarche***

Kesiapan menghadapi *menarche* adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya *menarche* (Fajri & Khairani, 2010). Hasil wawancara menunjukkan bahwa mayoritas anak belum siap dalam menghadapi *menarche* karena pemahaman mereka tentang *menarche* masih kurang, anak usia sekolah dasar mayoritas hanya mengetahui bahwa menstruasi adalah keluarnya darah dari kemaluan dan belum memahami arti dari *menarche* dan tindakan apa yang selanjutnya dilakukan, hal ini sejalan dengan Ayu Putu (2013) yang menjelaskan bahwa remaja putri yang belum siap menghadapi *menarche* adalah karena mereka tidak memiliki pengetahuan atau pemahaman untuk mempersiapkan diri, hal ini akan menjadi masalah karena apabila tidak dilakukan bimbingan secara mendalam maka hal ini akan beresiko pada pergaulan bebas dan hal-hal negatif yang tidak diinginkan. Peran keluarga sebagai sumber informasi pertama tumbuh kembang seorang anak harus memperhatikan hal tersebut.



#### **Tema 4. Ketidaknyamanan anak saat *menarche***

Partisipan dalam penelitian ini mengungkapkan ada beberapa hal yang membuat partisipan merasa tidak nyaman. Ketidaknyamanan itu terbagi atas ketidaknyamanan fisik dan ketidaknyamanan situasional. Ketidaknyamanan fisik yang partisipan rasakan secara umum adalah nyeri perut, pegal pada kaki dan tangan, pusing atau sakit kepala serta ada partisipan yang merasakan nyeri di bagian pinggul, hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Mason, Nyotact, dan Howard (2013) yang menyebutkan bahwa ketidaknyamanan fisik yang dialami remaja putri saat menstruasi adalah sakit kepala, nyeri perut, sakit punggung dan merasa lelah. Sakit kepala saat *menarche* juga umum terjadi pada wanita yang berusia  $\leq 12$  tahun (Aegidus, 2011).

Ketidaknyamaan situasional anak dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa mereka merasa tidak nyaman ketika pertama kali menggunakan pembalut dan muncul perasaan khawatir akan terjadi suatu penyakit dengan munculnya darah secara tiba-tiba, hal tersebut sejalan dengan penelitian di Kenya yang mengungkapkan bahwa pemakaian alternatif seperti pembalut, kain, atau kapas akan memberikan perasaan tidak nyaman untuk melakukan aktivitas seperti berjalan atau bermain (Mason, Nyotach, dan Howard, 2013). Ketakutan juga sering dialami oleh anak ketika pertama kali menstruasi atau *menarche*. Mereka menganggap bahwa *menarche* adalah suatu tanda dari suatu penyakit. Suatu penelitian menemukan data bahwa sebagian orang takut dan gelisah menghadapi

*menarche* karena menganggap bahwa darah haid merupakan suatu penyakit (Lee, 2008). Rasa tidak nyaman yang partisipan rasakan masih terhitung wajar karena partisipan masih dalam tahap adaptasi atau pengenalan saat *menarche*.

### **Tema 5. Makna *menarche* bagi anak**

*Menarche* merupakan peristiwa yang tidak akan dilupakan oleh anak-anak dan mereka memiliki arti tersendiri dalam memaknai *menarche*. Hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap lima partisipan menunjukkan berbagai macam makna, diantaranya adalah *menarche* sebagai peristiwa keluarnya darah dari kemaluan, diberlakukannya ibadah dan larangannya, dan perubahan menjadi lebih dewasa. Partisipan menganggap bahwa *menarche* adalah peristiwa keluarnya darah dari kemaluan wanita, hal ini sesuai dengan teori Andrews (2009) yaitu 80% aliran menstruasi adalah berupa darah dan kurang dari 25% mengandung jaringan endometrium, cairan jaringan, dan mukus. Pemahaman anak tentang *menarche* mayoritas hanya mengetahuinya sebagai proses keluarnya darah dari dalam tubuh dan hanya sebagian kecil anak yang memahami bahwa *menarche* adalah suatu tanda maturitas seksual, feminitas, atau tanda bahwa anak sudah siap memproduksi dimana *menarche* merupakan bagian dari proses tumbuh kembang sebagai respon fungsional tubuh yang normal terjadi (Tunnisa, 2012).

Anak usia dasar memaknai *menarche* sebagai diberlakukannya ibadah dan larangannya. Hukum-hukum perempuan yang berkaitan dengan menstruasi dalam tradisi fiqh, terdapat lima hukum, yaitu :

- a. Seorang wanita apabila telah melewati masa menstruasi diwajibkan untuk bersuci diri yaitu dengan mandi wajib
- b. *Menarche* adalah tanda seorang anak yang telah *baligh*
- c. Menstruasi sebagai penentu kosongnya rahim seorang wanita pada masa iddah.
- d. Menstruasi sebagai perhitungan mulainya masa iddah menurut Madzab Hanafi dan Hanbali.
- e. Mulai ditetapkannya *karafah* atau hukuman karena melakukan jima' pada masa haid.

Larangan-larangan bagi perempuan yang sedang menstruasi adalah mendirikan sholat, sujud tilawah, menyentuh mushaf, masuk masjid, thawaf, i'tikaf, membaca al-quran dan thalak. Larangan-larangan tersebut ada tiga hal yang menjadi *ikhtilaf* para ulama yaitu :

- a. Masuk masjid

Larangan untuk masuk masjid menurut ulama terbagi menjadi tiga pendapat, pendapat pertama adalah dari Madzab Maliki yang melarang seara mutlak wanita yang sedang menstruasi untuk memasuki masjid. Kedua, pendapat syafii adalah memperbolehkan jika sekedar lewat. Ketiga adalah pendapat dari Zahiri yang membolehkan wanita yang sedang menstruasi memasuki masjid.

b. Menyentuh Al-quran

Hukum seorang wanita yang sedang menstruasi ketika menyentuh Al-quran adalah :

*“...Tidak ada yang menyentuhnya kecuali orang-orang yang disucikan...”*  
(QS. Al waqi'ah : 79)

Maksud dari ayat tersebut sebagian ulama melarang bagi wanita yang menstruasi untuk membaca Al-quran karena sekedar menyentuh saja tidak diperbolehkan apalagi dengan membacanya.

c. Membaca Al-quran

Para ulama mengharamkan wanita yang sedang menstruasi membaca al-quran berpedoman pada hadits Nabi yang diriwayatkan oleh Tirmizi dan Ibnu Majah dari Ibnu Umar, yaitu :

*“...Tidak boleh membaca suatu ayat Al-quran bagi orang junub dan tidak pula perempuan-perempuan haid...”* (HR. Ibnu Umar).

Menurut sebagian hadits itu adalah da'if, sehingga tidak bisa dijadikan landasan hukum. Ibnu Taimiyah berkata : melarang seorang wanita untuk membaca al-quran sama sekali bukan sunnah dari Nabi.

Makna *menarche* bagi anak lainnya adalah perubahan menjadi lebih dewasa. Anak-anak akan mengalami proses peralihan dari masa kanak-kanak menjadi masa dewasa dimana terdapat kematangan seksual antara usia 11 atau 12 tahun hingga berlangsung pada usia 20 tahun (Soetjiningsih, 2007). Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Goel dan Kundan (2011) menjelaskan bahwa hampir 30% dari subyek penelitian memahami bahwa menstruasi adalah waktu yang penting

dalam mencapai fase dewasa. Partisipan wajib memperkaya informasi tentang kewajiban setelah *menarche* dan dari beberapa pernyataan partisipan mereka sedikit demi sedikit mulai memahami tentang kewajibannya dalam beribadah.

#### **Tema 6. Perawatan diri anak saat menstruasi**

Menjaga kebersihan tubuh wajib dilakukan terutama untuk anak yang sudah mengalami *menarche*. partisipan dalam penelitian ini menjaga kebersihan dengan mandi pagi dan sore serta mengganti pembalut sebanyak tiga kali pada pagi, siang dan malam. Anak yang telah mengalami *menarche* cenderung akan lebih lama mandi daripada sebelum mereka mengalami *menarche*, tidak jarang anak perempuan ini akan mengalami konflik akibat penggunaan sabun atau air yang berlebihan (Masonn, Nyotach, dan Howard, 2013). Partisipan pada penelitian ini mengaku mengganti pembalut setidaknya tiga kali dalam sehari, hal ini sudah tepat sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Verawaty dan Rahayu (2012) bahwa frekuensi untuk mengganti pembalut adalah setidaknya 4 jam sekali dan tidak dsarankan untuk mengganti pembalut melebihi 8 jam, akan tetapi partisipan juga harus memperhatikan bahwa tidak cukup mengganti pembalut sehari tiga kali karena harus memperhatikan beberapa hal seperti apabila pembalut sudah penuh atau tembus dan kondisi lingkungan seperti basah karena hujan atau sebagainya.

Mengganti pembalut akan meghindari berkembangbiaknya bakteri yang berkumpul pada darah saat menstruasi, hal ini akan memungkinkan

penyakit fatal akibat tidak pernah mengganti pembalut yaitu *Toxic Shock Syndrome* (TSS). Akibat jarang mengganti pembalut juga akan menimbulkan rasa gatal dan bau yang tidak sedap (Pribakti, 2010).

### **Tema 7. Perubahan anak setelah *menarche***

Partisipan merasa bahwa telah mengalami perubahan pada tubuhnya. Mayoritas partisipan mengungkapkan bahwa merasa pinggulnya menjadi lebih besar, payudara membesar, mulai muncul rambut di ketiak dan kemaluan, hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rubin (2009). Tubuh yang semakin tinggi dan berat badan bertambah juga dirasakan oleh beberapa partisipan. Menurut Vink dkk (2010) anak perempuan yang telah melewati masa *menarche* akan mengalami perbedaan masa lemak pada tahun ke 3-4 setelah *menarche*. Peningkatan lemak pada tubuh perempuan ini berkaitan dengan perubahan hormonal yang berkaitan dengan berat badan dan bentuk tubuh (Abraham, dkk, 2009).

Perubahan yang dirasakan partisipan lainnya adalah mood atau emosional. Partisipan merasa mudah marah ketika diganggu oleh temannya, hal ini wajar sesuai dengan penelitian dan dilakukan oleh Kaur dan Thakur (2008) yang menjelaskan bahwa gambaran *premenstrual syndrome* pada responden menunjukkan bahwa responden mudah marah atau tersinggung dan mengalami mood yang berubah-ubah.

### **Tema 8. Upaya mengatasi ketidaknyamanan saat *menarche***

Perasaan tidak nyaman ketika menghadapi *menarche* akan membuat seorang wanita menjadi berfikir bagaimana cara yang tepat untuk mengatasinya. Upaya yang dilakukan oleh mayoritas partisipan adalah dengan meminum jamu kunyit dan melakukan distraksi untuk mengurangi rasa sakit seperti tidur. Tindakan untuk mengatasi nyeri terbagi atas dua tindakan yaitu tindakan nonfarmakologis dan terapi nyeri farmakologis. Tindakan nonfarmakologis dapat berupa mengalihkan perhatian seseorang ke suatu hal yang mampu melupakan rasa nyerinya, distraksi yang efektif adalah musik dan hipnotis. Musik akan memberikan sensasi rileks dan nyaman sehingga menurunkan stres dan kecemasan sedangkan hipnotis mampu mengubah persepsi nyeri melalui sugesti yang positif. Terapi farmakologis adalah terapi dengan menggunakan agen farmakologi untuk menurunkan rasa nyeri dan analgesik adalah salah satunya (Potter dan Perry, 2005). Tindakan yang dilakukan oleh partisipan tersebut sudah tepat karena mereka tidak sembarangan untuk menanggulangi ketidaknyamanan saat *menarche*, akan tetapi partisipan dapat meningkatkan pengetahuan kembali untuk hal apa saja yang bisa dilakukan untuk menurunkan nyeri atau ketidaknyamanannya.