

Gambaran Pengalaman Persepsi Dan Kesiapan Anak Dalam Menghadapi *Menarche* Dini

Andi Midayanti Ramulya^{1*}, Nurafriani², Jamila Kasim³

^{1*}STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

²STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

³STIKES Nani Hasanuddin Makassar, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

*e-mail: penulis-korespondensi;midayantiramulya@gmail.com/082259076099

(Received: 06.03.2022; Reviewed: 16.09.2022; Accepted: 31.10.2022)

Abstract

Adolescence is a period that experiences the most rapid physical development among the stages of human development. In addition to physical changes, adolescents also experience psychological changes. Currently, the age of children experiencing menarche tends to be younger, ranging from 10-12 years. Children who experience early menarche tend to feel anxious, embarrassed and not ready. The purpose of this study was to determine the experience, perception and readiness of children in dealing with early menarche. This study uses a qualitative method with in-depth interviews conducted on 16 respondents aged 10-12 years then the results of these interviews will be analyzed. Result: some children have sufficient knowledge related to menarche, but there are some who do not know and are ashamed to discuss related to menarche. Children who have experienced menstruation tend to share their experiences and children who have not experienced it tend to be embarrassed and say they are not ready and consider menstruation as something dirty, painful and uncomfortable. Information about menarche is not known by some children, thus triggering negative perceptions about menstruation.

Keywords: Experience; Menarche; Readiness; Perception

Abstrak

Masa remaja merupakan masa yang mengalami perkembangan fisik paling pesat diantara tahap-tahap perkembangan manusia. Selain terjadi perubahan fisik, remaja juga mengalami perubahan secara psikologi. Saat ini usia anak mengalami *menarche* cenderung semakin muda berkisar antara 10-12 tahun. Anak yang mengalami *menarche dini* cenderung merasa cemas, malu dan belum siap. Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui gambaran pengalaman, persepsi dan kesiapan anak dalam menghadapi *menarche* dini. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan wawancara mendalam yang dilakukan pada 16 responden yang berusia 10-12 tahun kemudian hasil wawancara tersebut akan di analisa. Hasil: sebagian anak memiliki pengetahuan yang cukup terkait dengan *menarche*, namun ada beberapa yang kurang mengetahui serta malu dalam membahas terkait dengan *menarche*. Anak yang telah mengalami menstruasi cenderung menceritakan pengalam mereka dan untuk anak yang belum mengalami, cenderung malu dan mengatakan belum siap serta menganggap haid sebagai suatu hal yang kotor, menyakitkan dan membuat tidak nyaman. Informasi tentang *menarche* kurang diketahui oleh sebagian anak sehingga memicu persepsi yang negatif tentang menstruasi.

Kata kunci: Kesiapan; Menarche; Pengalaman; Persepsi

Pendahuluan

Anak merupakan bagian dari keluarga dan masyarakat, secara alamiah setiap individu hidup akan melalui tahapan pertumbuhan dan perkembangan, yaitu sejak masa embrio sampai akhir hayatnya mengalami perubahan ke arah peningkatan baik secara ukuran maupun perkembangan. Kecepatan pertumbuhan dan perkembangan anak akan bervariasi bergantung pada beberapa hal yang mempengaruhinya (Eka S S, et al, 2020).

Umur erat kaitannya dengan potensi reproduksi dan kesuburan, selain itu umur juga menentukan kapan seseorang mulai mengalami suatu perubahan pada dirinya. Salah satunya adalah masa pubertas dimana terjadi fase perubahan pada diri anak, baik itu dari bentuk fisik dan pola pikir. Anak yang telah memasuki fase remaja akan ditandai dengan perubahan pada fisik dan perubahan yang paling mencolok pada anak yang memasuki fase remaja yaitu terjadinya *menarche* atau pertama haid. 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 pembelajaran IPA juga diberi pengetahuan pengenalan tentang alat-alat reproduksi. Bukan hal tabu jika memberi pengetahuan tentang reproduksi dan menstruasi pada anak SD, agar ketika mereka mengalami untuk pertama kali, dan akan menimbulkan psikologi sosial emosi yang tidak berlebihan (Hesti Nur Laili et al, 2021). Saat ini usia anak *menarche* cenderung semakin muda berkisar antara 8-12 tahun. Banyak anak yang terlalu dini mengalami *menarche* mempunyai masalah persepsi dan kesiapan yang kurang baik terkait menstruasi. Kebanyakan remaja putri bingung saat mendapatkan menstruasi pertama karena persepsi dari mereka sendiri, tidak tahu bagaimana harus menyesuaikan diri dengan suasana baru dan rutinitas baru yaitu dengan hadirnya menstruasi, selain itu ada banyak pengalaman yang dilewati oleh remaja putri pada saat haid pertama. Remaja putri yang tidak memiliki kesiapan menghadapi *Menarche* akan mengalami banyak ketakutan dan kekhawatiran, salah satunya nyeri yang dialami pada saat haid pertama (Rudi Haryono, 2016).

Anak SD kelas atas (kelas IV-VI) umumnya berusia 10-12 tahun, dimana masa itu juga sudah disebut masa baligh sehingga sudah ada yang mengalami menstruasi. Menurut Sarwono dalam Hesti Nur Laili (2021), 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. Masa remaja merupakan masa yang mengalami perkembangan fisik paling pesat diantara tahap-tahap perkembangan manusia. Selain terjadi perubahan fisik, remaja juga mengalami perubahan secara psikologi. Saat ini usia anak mengalami *menarche* cenderung semakin muda berkisar antara 8-12 tahun (Proverawati, dalam Ni Made Diaris & Indah Pramita 2019).

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. Setelah anak mendapatkan menstruasi, personal hygiene juga sangat penting untuk diperhatikan. Personal hygiene adalah untuk memelihara kebersihan diri, menciptakan keindahan, serta meningkatkan derajat kesehatan individu sehingga dapat mencegah timbulnya penyakit pada diri sendiri maupun orang lain (Mubarak & Chayatin, 2008).

Normalnya menstruasi berkisar antara 21-35 hari dengan rata-rata durasi siklus adalah 28 hari. (Tombakan, dalam Hesti Nur Laili et al, 2021). Berdasarkan data World Health Organization (2018) jumlah remaja berusia 10-19 tahun sudah mengalami menstruasi adalah sekitar seperlima dari penduduk dunia. Sekitar 900 juta berada dinegara sedang berkembang. Jumlah remaja (penduduk usia 10-24 tahun) di Indonesia saat ini telah mencapai sekitar 66,3 juta jiwa. Ini berarti 1 diantara 4 penduduk adalah remaja (BKKMN, 2016). Dengan rata-rata *menarche* di Indonesia adalah 12,96 juta jiwa (Sinta Yulia, 2021).

Peneliti melakukan studi pendahuluan ke SD MIN 1 Banta-Bantaeng Kota Makassar. Hasil wawancara yang dilakukan dengan koordinator sekolah ditemukan bahwa jumlah siswa SD MIN 1 Banta-Bantaeng Kota Makassar seluruhnya sebanyak 518 siswa (terdiri dari siswa laki-laki sebanyak 259 orang dan perempuan sebanyak 259 orang), yang dimana pada kelas IV sebanyak 52 orang siswa perempuan, kelas V sebanyak 23 orang siswa perempuan, dan kelas VI sebanyak 37 orang siswa perempuan.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Pengalaman, Persepsi Dan Kesiapan Anak Menghadapi *Menarche* Dini di SD MIN 1 Banta-Bantaeng Kota Makassar”

Metode

Desain, Lokasi, waktu, Populasi, Sampel

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif menggunakan teknik wawancara mendalam (*in depth interview*), metode kualitatif dapat memudahkan peneliti untuk mendeskripsikan pengalaman, persepsi dan kesiapan anak dalam menghadapi *menarche* dini. Penelitian ini

dilaksanakan di SD MIN 1 Banta-Bantaeng Kota Makassar. Pemilihan lokasi dikarenakan letaknya cukup strategis dan jarak yang ditempuh menuju lokasi penelitian tidak jauh. Pengambilan data dilakukan pada bulan Januari tanggal 10 hingga tanggal 29 Januari 2022. Jumlah populasi pada penelitian ini sebanyak 518 siswa, laki-laki berjumlah 259 orang dan perempuan berjumlah 259 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa perempuan usia 10-12 tahun sebanyak 16 orang. Pada peretemuan pertama konseling menjelaskan prosedur penelitian dan bersifat tidak memaksa jika responden tidak bersedia untuk diwawancara, sekaligus wawancara perdana pada siswa kelas VI tentang pengalaman saat mendapat pertama haid. Pertemuan kedua wawancara terhadap anak kelas V tentang pengalaman bagi yang telah haid, persepsi dan kesiapan anak. Pertemuan ke tiga wawancara mendalam terhadap anak kelas IV tentang persepsi dan kesiapan anak dalam menghadapi menarche dini. Pertemuan ke 4 konselor, memberikan motivasi kepada anak untuk selalu mencari informasi mengenai reproduksi dan masa pubertas yang nantinya akan muncul dan dihadapi.

1. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi merupakan subjek penelitian yang mewakili sampel yang memenuhi syarat sebagai sampel penelitian : Anak perempuan usia 10-12 tahun di Sd MIN 1 Banta-bantaeng Kota Makassar.

2. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi ialah anggota populasi yang tidak memenuhi syarat untuk diambil sebagai sampel : anak usia dibawah 10 tahun dan diluar dari wilayah kerja tempat penelitian (Notoatmojo, 2010).

Pengumpulan Data

1. Data Primer

Untuk memperoleh data dilakukan wawancara yang terdiri dari beberapa pertanyaan yang telah disediakan oleh peneliti kepada responden.

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang didapatkan dari instansi terkait yaitu Sd Min 1 Banta-Bantaeng Kota Makassa

Pengolahan Data

a. Editing

Pada proses *editing* penulis melakukan pemeriksaan lembar kuesioner yang telah diisi oleh responden.

b. Coding

mengklasifikasikan jawaban dari responden menurut jenisnya dengan cara mengkode masing-masing jawaban dengan kriteria yang di pakai

c. Entry proses memasukan data ke dalam tabel dilakukan dengan program yang ada di komputer.

d. Cleaning

memeriksa data yang benar-benar dibutuhkan oleh peneliti dan menghapus data-data yang tidak dibutuhkan pada setiap variabel.

Hasil

Berikut hasil wawancara dari siswi kelas VI(6), V(5), dan kelas IV(4) mengenai pengalaman, persepsi dan kesiapan menghadapi *menarche* dini

a. Hasil wawancara pengalaman

Secara umum informan telah mempunyai pengalaman terkait dengan menstruasi, baik pengalaman yang dialami sendiri ataupun melihat orang lain yang mengalami menstruasi. Pada hasil wawancara dibawah terdapat dinforman yang merasa malu ketika mendapat menstruasi, berikut kutipan hasil wawancara:

4 responden dari kelas VI(6) mengemukakan pengalaman saat pertama mengalami *menarche*:

"pertamanya saya kaget, kukira luka anuku"(p1)

"saya pulang main-main terus pergika kencing baru ada darah kuliati, langsung saya Tanya mamaku. Terus mamaku bilang haid maki itu nak"(p2)

"malu-maluka nanti di ejekka sama temanku jadi tidak keluar rumahka" (p3)

"saya tanya kakak ku yang perempuan pasku haid, lama-lamapi baru kutanya mamaku"(p4)

b. Hasil wawancara pengalaman, persepsi dan kesiapan

Wawancara responden dari kelas V(5) sebgai anak telah mengalami menstruasi dan sebgai belum mengalami menstruasi, untuk anak yang belum mengalami cenderung memiliki pandangan yang jurang bagus terhadap menstruasi sehingga anak tidak memiliki kesiapan untuk menghadapi hal tersebut. Berikut kutipan hasil wawancara:

4 responden dari kelas V(5) mengemukakan pengalaman, persepsi dan kesiapan dalam menghadapi *menarche*:

"haid itu masa-masa remaja, informasi saya dapat dari ibu dan saya siap menghadapinya."(p5)

"haid itu sudah baligh tapi saya belum siap karena malu-malu diejek sama teman"(p6).

"haid itu darah kotor, saya sudah siap haid tapi malu karena diceritaika sama temanku bilang haidma"(p7)

IS *"siapma karena pasti mi kalo perempuan haidki, kalo tidak haidki tidak normalki. Terus haid itu keluarnya darah kotor"*(p8)

c. Hasil wawancara persepsi dan kesiapan

Secara umum sebagian anak memiliki persepsi dan kesiapan kurang terhadap *menarche*, ada yang merasa takut, cemas, gelisah, malu dan merasa tidak nyaman. Responden yang sudah siap menghadapi *menarche* dikarenakan mereka telah dibekali informasi yang cukup, sedangkan untuk anak yang tidak siap dalam menghadapi *menarche* dikarenakan kurangnya informasi yang didapat deputar *menarche*. Berikut kutipan hasil wawancara mengenai persepsi dan kesiapan:

8 responden dari ke IV(4) mengemukakan persepsi dan kesiapan dalam menghadapi *menarche*:

“*haid itu darah yang keluar dari kemaluan dan kotor*”(p9)

“*menurut saya haid itu membuat kita sakit, karena kakak saya dirumah biasa sakit perutnya kalo mau haid. Tidak maupa ka masih anak-anakka*”(p10)

“*haid itu tandanya kita sudah besar*”(p11)

“*siap tidak siap pasti haid kalo perempuan, smaji kayak temanku haid itu darah kotor*”(p12)

“*tidak tau, malu-maluka bilang*”(p13)

“*darah kotor, tidak maupa nanti hamilki*”(p14)

“*tanda dewasa, hmm malu-maluka*”(p15)

“*takut diejek sama temanku yang belum,nabilang mamaku darah kotor*”(p16).

Pembahasan

Anak merupakan makhluk rentan dan tergantung yang selalu dipenuhi rasa ingin tahu, aktif serta penuh harapan. Agar menjadi pribadi yang mandiri dan generasi yang berkualitas, anak perlu mendapatkan perlindungan dan perlakuan khusus sesuai kemampuan tumbuh kembangnya (Susilaningrum, 2013), setelah melewati masa kanak-kanak selanjtnya anak akan berada pada fasev remaja. Masa remaja biasanya diawali pada usia 14 tahun pada laki-laki dan 10 tahun pada perempuan. Perubahan yang memandakan bahwa remaja sudah memasuki tahap kematangan organ seksual yaitu dengan tumbuhnya organ seks sekunder. Pertumbuhan organ seks sekunder dapat ditandai dengan pembesaran payudara, tumbuhnya rambut diketiak dan bagian kemaluan, adanya jerawat, bau badan, pinggul memebars dan juga mulai berkembangnya beberapa organ vital yang siap dibuahi (Sarwono, 2010). *Menarche* dini pada anak dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu gen, status gizi, paparan media massa, dan lingkungan yang moderen (Waryana, 2010).

Status gizi seseorang berkaitan dengan asupan yang dikonsumsi orang tersebut, seorang yang mendapat asupan makanan berlebih akan memengaruhi hormon yang berperan dalam perkembangan kematangan seksual seperti progesteron dan esterogen (Niken, 2012). Keseharian manusia modern saat ini, interaksi sudah merupakan kebutuhan, dimana jarak dan waktu tidak lagi menjadi penghalang, sosial media hadir membantu manusia menjawab segala tantangan dan memenuhi kewajibannya sebagai makhluk sosial. Akses terhadap sosial media telah menjadi salah satu kebutuhan primer dari setiap orang. Itu dikarenakan adanya kebutuhan akan informasi, hiburan, pendidikan, dan akses pengetahuan dari belahan bumi yang berbeda. Kemajuan teknologi dan informasi serta semakin canggihnya perangkat - perangkat yang diproduksi oleh industri seperti menghadirkan “dunia dalam genggamannya”. Istilah ini sejajar dengan apa yang diutarakan oleh Thomas L. Friedman sebagai the world is flat bahwa dunia semakin rata dan setiap orang bisa mengakses apa pun dari sumber mana pun (Nasrullah, 2017).

Kemajuan teknologi seperti media elektronik dan media cetak digunakan sebagai sumber informasi bagi semua orang khususnya anak dan remaja. Kemudahan mengakses membuat anak dan remaja menyalahgunakannya, seperti mengakses tayangan bertema seks yang dapat mempengaruhi kematangan sesksual (Wulan, 2008).anak yang tidak siap menghadapi *menarche* dikarenakan anak tidak cukup mendapat informasi mengenai *menarche* dan yang menjadi penyebab terjadinya sehingga menimbulkan pengalaman yang kurang menyenangkan, persepsi yang negatif terhadap *menarche* dan ketidaksiapan secara psikologis. Anak juga menganggap umur nya masih terlalu muda untuk mengalami menstruasi, selain itu kesiapan mental juga sangat dibutuhkan pada masa puberitas ini, karena dengan mental yang tidak siap akan memunculkan suatu persepsi yang negatif terhadap *menarche*, maka dari itu peranan orang tua penting untuk memberikan suatu informasi yang berkaitan dengan masa puberitas.

Adapum fisiologi *menarche* adalah Saat siklus haid endometrium dipersiapkan secara teratur untuk menerima ovum setelah terjadi ovulasi, dan adanya pengaruh dari hormon-hormon ovarium: estrogen dan progesteron. Proses ovulasi harus memiliki kerja sama yang baik antara korteks serebri, hipotalamus, hipofesis, dan ovarium selain itu dipengaruhi juga oleh glandula tireodea, korteks adrenal, dan kelenjer endokrin lain. Setiap siklus haid FSH (follicle stimulating hormone) dikeluarkan oleh lobus hipofise dimana hormon tersebut yang dapat menimbulkan beberapa folikel primer yang dapat berkembang dalam ovarium. Folikel ini akan berkembang menjadi folike de graaf yang membuat estrogen. produksi FSH di tekan oleh Estrogen, oleh karena itu hipofise anterior dapat mengeluarkan hormon gonadotropin yang kedua, yakni LH (luteinizing hormone) (Wiknjosastro, dalam Irnawati 2016). Produksi kedua hormone gonadotropin (FSH dan LH) adalah dibawah

pengaruh releasing hormon (RH) yang disalurkan dari hipotalamus ke hipofise. Penyaluran RH ini sangat dipengaruhi oleh mekanisme umpan balik estrogen terhadap hipotalamus. Cahaya, bau-bauan melalui bulbus olfaktorius, dan hal-hal psikologik Di dapatkan dari luar. Releasing hormon apabila tersalurkan dengan berjalan baik maka produksi gonadotropin akan baik pula, sehingga folikel de graaf selanjutnya semakin lama semakin menjadi matang dan semakin banyak berisi likuor follikuli yang mengandung estrogen. Estrogen juga mempunyai pengaruh terhadap endometrium yang dapat menyebabkan endometrium tumbuh dan berproliferasi yang biasanya disebut dalam masa proliferasi yang di bawah pengaruh oleh LH folikel de graaf menjadi lebih matang, mendekati permukaan ovarium, dan kemudian terjadilah ovulasi. Ovulasi terjadi, dibentuklah korpus rubrum, yang akan menjadi korpus luteum di bawah pengaruh hormon LH dan LTH (luteotrophic hormone). Korpus luteum menghasilkan hormon progesterone (Wiknjosastro dalam Irnawati, 2016).

Progesteron ini memiliki pengaruh terhadap endometrium yang telah berproliferasi dan menyebabkan kelenjer-kelenjer berkeluk-keluk dan bersekresi (masa sekresi). Bila tidak terjadi pembuahan, korpus luteum akan berdegenerasi dan mengakibatkan kadar estrogen dan progesteron menurun. Kadar estrogen menurun dan progesteron dapat menimbulkan efek pada arteri yang berkeluk-keluk di endometrium. Diletasi dan statis dengan hiperemia yang diikuti oleh spasme dan iskemia. Degenerasi terjadi serta perdarahan dan pelepasan endometrium yang nekrotik. Proses ini disebut haid atau menses (Wiknjosastro dalam Irnawati, 2016).

Berikutnya pemicu terjadinya *menarche* dini dipengerahi oleh beberapa faktor seperti, status gizi, paparan media massa elektronik dan konsumsi fast food. Faktor gizi memengaruhi pertumbuhan dan pematangan seksual, melalui pemenuhan kebutuhan dan distribusi nutrisi terhadap kelenjar endokrin dan organ seksual. Keadaan gizi yang baik mengakibatkan terjadinya percepatan pertumbuhan dan pematangan seksual sehingga *menarche* terjadi lebih awal dan cenderung lebih berat serta lebih tinggi (Nana, 2014). Kemajuan teknologi audio visual seperti internet, televisi dan telfon genggam telah membawa pengaruh yang sangat berarti bagi perkembangan anak. Hal ini akan memancing anak mengadaptasi kebiasaan-kebiasaan kurang baik seperti *blue film*, konten porno dan akses internet berbau konten dewasa melalui *handphone*. Rangsangan audio visual juga berpengaruh terhadap usia *menarche*, rangsangan tersebut berupa percakapan maupun tontonan dari film-film berlabel dewasa, vulgar, atau mengumbar seksualitas akan merangsang sistem reproduksi dan genital untuk lebih cepat matang sehingga menyebabkan *menarche* dini (Siska, 2015).

Faktor pemicu selanjutnya adalah makanan cepat saji yang mengandung banyak kalori dan tinggi lemak. *Fast food* memiliki kandungan gizi yang tidak seimbang yaitu mengandung tinggi kalori, lemak tinggi, rendah serat dan gula tinggi (Niken, 2015). Makanan yang tergolong *fast food* mengandung zat aditif yang bisa menyebabkan *menarche* lebih awal (Sari, 2014). Selanjutnya seorang anak yang telah mendapatkan *menarche* pada awalnya akan menutup diri karena malu, takut dan cemas. Hal tersebut dikarenakan kurangnya informasi yang didapatkan, persepsi kurang baik dan ketidaksiapannya anak sehingga memunculkan pengalaman yang kurang menyenangkan. Adapun interpretasi data dari hasil wawancara mengenai pengalaman, persepsi dan kesipaan anak akan diuraikan. Banyak anak yang tidak siap menghadapi *menarche* dikarenakan anak menganggap umurnya masih terlalu muda untuk mengalami menstruasi, selain itu kesiapan mental juga sangat dibutuhkan pada masa pubertas ini, karena dengan mental yang tidak siap akan memunculkan suatu persepsi yang negatif terhadap *menarche*, maka dari itu peranan orang tua penting untuk memberikan suatu informasi yang berkaitan dengan masa pubertas

Interpretasi data pembahasan dari hasil wawancara akan di uraikan secara pertama sebagai berikut:

Tema 1 : Hasil Wawancara Responden Kelas VI (6) : Responden dari kelas VI(6) mengatakan malu diejek karena telah haid dan kaget saat mendapatkan pertama haid. Rasa malu dan kaget tersebut dikarenakan tidak adanya kesiapan mental dari anak sehingga perkembangan fisik harus diikuti dengan perkembangan psikologis agar dapat mempersiapkan diri menghadapi masa pubertas, khususnya anak perempuan yang akan menghadapi *menarche*. Pengalaman *menarche* seorang perempuan dipengaruhi oleh banyak hal diantaranya, pengetahuan, informasi, pengaruh orang sekitar dan lingkungan tempat tinggal, pengalaman *menarche* pada anak akan menentukan perilaku kesehatan berikutnya. Pengalaman dapat diartikan sebagai suatu yang pernah dialami, dijalani maupun dirasakan, baik sudah lama maupun yang baru saja terjadi (Suparwati, 2012). Pengalaman dapat diartikan juga sebagai memori episodik, yaitu memori yang menerima dan menyimpan peristiwa yang terjadi atau dialami individu pada waktu dan tempat tertentu, yang berfungsi sebagai referensi otobiografi (Suparwati, 2012).

Tema 2 : Hasil Wawancara Responden Kelas V (5) : Responden dari kelas V(5) yang di wawancara mengenai pengalaman, persepsi dan kesiapan anak dalam menghadapi *menarche* dini yaitu mengatakan malu jika mengalami *menarche* dan mengatakan *menarche* sebuah tanda kedewasaan yang dialami oleh seorang wanita. Tema ini terdiri dari tiga kategori yaitu pengalaman, persepsi dan kesiapan, dari pengalaman yang dikemukakan sebagian anak tidak siap oleh karena tidak adanya kesiapan psikologi sehingga menganggap *menarche* suatu hal yang tidak menyenangkan. Secara umum anak merasa gugup, cemas, takut, kurang nyaman karena mempunyai sikap dan persepsi yang kurang baik terhadap *menarche*. Responden yang mengatakan telah siap menghadapi *menarche* dikarenakan mereka sudah dibekali informasi yang cukup mengenai pubertas dan menstruasi. Sumber informasi yang dapat memberikan informasi tentang menstruasi pertama (*menarche*)

kepada remaja putri salah satunya yaitu lingkungan sekolah dan sektor kesehatan sekolah berupa penyuluhan kesehatan tentang menstruasi pertama (*menarche*) (Yusuf, 2010). Remaja yang tidak mendapat informasi benar tentang menstruasi sehingga memiliki informasi yang salah tentang menstruasi, bahkan cenderung mengaitkan menstruasi dengan sesuatu yang negatif. Anak biasanya tidak mengetahui tentang dasar perubahan yang terjadi pada dirinya. Oleh karena itu, jika remaja tidak diberitahu atau dipersiapkan dengan baik tentang perubahan fisik dan psikologi yang terjadi pada masa puber, maka pengalaman akan adanya perubahan fisik tersebut dapat menjadi peristiwa yang traumatis.

Tema 3 : Hasil Wawancara Responden Kelas IV (4) : Responden dari kelas IV(4) wawancara mengenai persepsi dan kesiapan anak dalam menghadapi *menarche* dini, anak mengatakan bahwa haid merupakan hal yang menyakitkan dan mengatakan bahwa haid adalah darah kotor yang keluar serta takut hamil. Responden dari kelas IV(4) tersebut mengatakan belum siap untuk mengalami *menarche* karena malu. Sumber informasi yang banyak diperoleh seseorang akan memberikan berbagai macam pilihan untuk menentukan sikap, hal ini sangat berpengaruh terhadap persepsi dan kesiapan anak dalam menghadapi serta menanggapi *menarche* tersebut. Informasi yang kurang akan menjadikan anak tidak siap menghadapi *menarche*. Kesiapan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*), yang keluar dari tempat khusus wanita pada saat menginjak usia sepuluh sampai dua belas tahun, yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklik (berulang-ulang). Hal ini ditandai dengan adanya pemahaman yang mendalam tentang proses menstruasi sehingga siap menerima dan mengalami menstruasi pertama (*menarche*) sebagai proses yang normal.

Menurut Yusuf (2002) ada tiga aspek mengenai kesiapan, yaitu : Aspek Pemahaman, yaitu kondisi dimana seseorang mengerti dan mengetahui kejadian yang dialaminya bisa dijadikan sebagai salah satu jaminan bahwa dia akan merasa siap menghadapi hal-hal yang terjadi. Aspek Penghayatan, yaitu sebuah kondisi psikologis dimana seseorang siap secara alami bahwa segala hal yang terjadi secara alami akan menimpa hampir semua orang adalah sesuatu yang wajar, normal, dan tidak perlu dikhawatirkan. Aspek Kesiapan, yaitu suatu kondisi psikologis dimana seseorang sanggup atau rela untuk berbuat sesuatu sehingga dapat mengalami secara langsung segala hal yang seharusnya dialami sebagai salah satu proses kehidupan.

Kesimpulan

Peneliti dapat menyimpulkan hasil dari penelitian tentang gambaran pengalaman, persepsi dan kesiapan anak dalam menghadapi *menarche* dini di Sd Min 1 Banta-Banteng Kota Makassar. Hasil dari wawancara pengalaman yang muncul, responden mengatakan bahwa merasa kaget dan malu saat mengalami pertama haid. Hasil wawancara persepsi dan kesiapan, responden mengatakan haid merupakan suatu hal yang menyakitkan dan kotor, responden juga mengatakan belum siap menghadapi *menarche* karena di rasa masih terlalu dini.

Saran

1. Perlu diberikan informasi dan pemahaman yang benar mengenai *menarche* dan reproduksi pada anak mulai dari tingkat pendidikan dasar, melalui nasehat-nasehat sebagai langkah edukatif agar anak tidak salah dalam memahami, menyikapian berperilaku terhadap *menarche* atau pertama haid.
2. Menghindari penyalahgunaan dalam mengakses media elektronik pada anak.
3. Senantiasa memantau atau memperhatikan status gizi makanan yang dapat berpengaruh pada perkembangan anak.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Bapak / ibu dosen dan seluruh staff di STIKES Nani Hasanuddin Makassar atas bimbingan dan arahnya, Kepada orang tua, rekan, sahabat, saudara serta berbagai pihak khususnya partisipan dalam penelitian ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, penulis mengucapkan terimakasih atas setiap do'a dan bantuan yang diberikan.

Referensi

- Ratih Arifka, Andi, Mato, R. ., & Afrida. (2021). *Hubungan Intensitas Penggunaan Sosial Media Facebook Dengan Psikososial Anak Di Smpn 1 Benteng Kabupaten Kepulauan Selayar*. *Jimpk : Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 1(1), 7-12. <https://doi.org/10.35892/Jimpk.V1i1.487>
- Diaris, Ni M, & Pramita, I., (2019). Studi kualitatif pengalaman, persepsi, dan kesiapan anak dalam menghadapi manarche dini, *jurnal kesehatan terpadu*, 3(1) 31-35.
- Eka Sari Soulissa, Kasim, J., & Ismail. (2020). *Hubungan Pengetahuan Dan Peran Orang Tua Tentang Toilet Training Pada Anak Usia Balita Di Paud Salsabilah Kabupaten Pangkep*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(4), 400-405.
- Fitriani, Junaidin, & Hamsinah , S. . (2021). Hubungan Peran Orang Tua Terhadap Perilaku Pergaulan Seks Bebas Kelas X Di Smu Negeri 21 Makasar. *Jimpk : Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 1(2), 136-141. <https://doi.org/10.35892/jimpk.v1i2.556>
- Haryono, B., (2016). *Siap Menghadapi Menstruasi Dan Menopause*. Gosyen Publishing : Yogyakarta.
- Irnawati (2016). Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Manarche* Dini.
- Nurlaeli, H., Herman, M., & Indarto, H., (2021). Pengetahuan dan psikologi anak sd kelas atas saat menghadapi menstruasi pertama kali, *pengetahuan dan psikologi anak*, 10(1) 54-66.
- Niken, A W. 2012. *Hubungan Konsumsi Junk Food Dan Media Informasi Terhadap Menarche Dini Pada Siswi Sekolah Dasar Di Surakarta*. *Diakes*
- Nana, D A. 2014. *Hubungan Frekuensi Konsumsi Fast Food dan Status Gizi dengan Usia Menarche Dini Pada Siswa Sekolah Dasar*.
- Notoatmojo, S. 2010. *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta
- Proverawati. 2019. *MENARCHE (Menstruasi Penuh Makna)*. Yogyakarta: Muha Medika
- Rahmadana, Andi, Semana, A., & Nurafriani. (2021). *Hubungan Peran Orang Tua Dengan Kecemasan Pada Anak Yang Dilakukan Tindakan Invasif*. *Jimpk : Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 1(1), 1-6. <https://doi.org/10.35892/Jimpk.V1i1.486>
- Rudi H. 2016. *Siap Menghadapi Mentruasi Dan Menopuse*. Yogyakarta: Gosyen Publishing
- Sarwono, S W. 2010. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Siska. 2015. *Hubungan Paparan Media Massa dengan Menarche Dini*
- Tantry, Y, U., Solehati, T., & Yani, D, I., (2019). Gambaran pengetahuan, sikap, dan perilaku perawatan diri selama menstruasi pada siswa SMPN 13 bandung, *Jurnal ilmu keperawatan dan kebidanan*, 10(1) 146-154
- Yulia S., Surmiasih., Putri, H, R., & Kameliawati F., (2021). Hubungan Dukungan Ibu Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi *Menarche*, *Wellness and Healthy Magazine*.
- Wulan R S Dan M. Kes. 2008. *Dangerous Junf Food*. Yogyakarta: O2
- Waryana, 2010. *Gizi Reproduksi*, Yogyakarta: Pustaka Rihama