

## Perasaan dan harapan remaja putri saat memasuki menarche

Victoria Imelda Indri, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20287034&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Kesejahteraan remaja perlu mendapat perhatian, agar tercapai sosok remaja yang sehat secara fisik dan psikologis, berprestasi, dan bermoral, sehingga mereka siap menghadapi masa depannya dengan baik. Para ahli mengatakan tahap perkembangan penting untuk dilewati dengan baik karena berpengaruh pada tahap selanjutnya. Masa remaja merupakan periode "ada dan tekanan" masa yang stressfull, karena ada perubahan fisik dan biologis serta penibafaan tunohitan dari lingkungan, sehingga diperlukan suatu proses penyesuaian diri dari remaja. Remaja mengalami perubahan secara primer (menarche pada anak perempuan dan mimpi basah pada anak laki-laki) dan perubahan secara sekunder (perubahan suara, tinggi badan, otot tubuh, dan lain-lain). Perubahan primer yang dialami remaja menghasilkan efek psikologis, seperti adanya efek psikologis dari menarche (Sprinthall, 1995).

Remaja perlu memberikan perhatian terhadap kesehatan reproduksinya dan mengenal tubuhnya sejak dini. Kesehatan reproduksi merupakan satu keadaan di mana fisik, mental, dan sosial berlangsung baik, serta tidak hanya absennya penyakit namun berhubungan dengan sistem reproduksi beserta fungsi dan prosesnya. Dengan demikian diharapkan dapat mencegah perilaku-perilaku kenakalan remaja (seks bebas, aborsi, dll). Selain kasus-kasus kenakalan remaja yang banyak terjadi pada remaja putri, para ahli juga berpendapat bahwa salah satu ciri khas wanita adalah sistem reproduksinya. Seorang anak perempuan yang memasuki masa remaja akan ditandai dengan menarche, dan ternyata ada penghayatan emosional dari remaja putri terhadap hal itu. Penelitian terhadap reaksi psikologis dan remaja putri terhadap menarche banyak dilakukan di luar Indonesia dan salah satu penelitian diketahui gadis-gadis mengalami menstruasi pertamanya sebagai peristiwa yang mengganggu dan menakutkan serta memalukan (Atwater, 1983). Untuk itu penelitian ini merupakan penelitian pendahuluan yang ingin menggali perasaan dan harapan remaja putri saat memasuki menarche.

Penelitian ini menggunakan Focus Group Discussion (diskusi kelompok terarah) karena remaja sudah terbiasa dengan metode diskusi yang informal dan sikap mereka untuk lebih terbuka kepada kelompok-kelompok teman sebaya. Dengan menggunakan Focus Group Discussion selama 1 jam, dimana jumlah subyek dalam penelitian adalah 18 remaja putri dari SLTP Charitas (Jakarta) yang berusia 12-13 tahun dan mengalami haid pertama tidak lebih dari 6 bulan, maka diperoleh hasil sebagai berikut, bahwa sebelum mengalami haid pertama, sebagian dari subyek belum mendapatkan persiapan sebelumnya; perasaan negatif (takut, panik, kaget, sedih, marah, bingung dan merasa direpotkan) lebih banyak ditampilkan oleh subyek. Ditandingkan dengan perasaan positif saat memasuki menarche; remaja putri juga mengalami kekesalan setelah pengjdanian menarche-nya (terhadap tingkat pemerkosaan, perilaku teman-teman dan lawan jenis terhadap keadaan saat menstruasi, sikap keluarga terhadap mereka, dan adanya ketidaknormalan saat mengalami menstruasi); subyek juga memiliki harapan-harapan setelah mengalami menarche (terhadap orang tua, diri sendiri, dan pentingnya pendidikan seks bagi mereka serta terhadap perilaku teman-teman sebaya); variabel lainnya adalah subyek juga merasakan adanya perubahan terhadap fisik, perilaku dan lingkungan setelah mengalami menstruasi; selanjutnya subyek merasakan adanya efek menstruasi terhadap

risik, emosi dan perilaku mereka; dan dari hasil penelitian diketahui pula kurangnya pengetahuan subyek mengenai menstruasi.

Melihat dari hasil penelitian tersebut, peneliti menyarankan hendaknya untuk penelitian selanjutnya Jumlah sampel yang digunakan lebih banyak perlunya memberikan pendidikan seks secara dini kepada remaja, perlunya memb<sup>a</sup> konseling kepada anak-anak perempuan sebelum menarche serta penyuluhan bagi orang tua dan guru serta pihak-pihak yang teikait agar mereka mampu membantu petmasalahan yang dihadapi remaja selama masa perkembangannya; dan dapat pula dilakukan penelitian terhadap usia yang lebih awal dari pada usia yang digunakan dalam penelitian ini, mengingat sekarang ini usia anak perempuan yang kurang dari 12 tahun j uga telah mengalami menarche.