

**BAB I**  
**PENDAHULUAN**

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang Masalah**

Dalam sebuah siklus kehidupan, masa puber merupakan salah satu masa yang tidak mudah untuk dilalui oleh individu. Masa puber dianggap sebagai masa yang paling kritis bagi perkembangan pada tahap-tahap kehidupan selanjutnya. Hal ini dikarenakan pada masa inilah terjadi begitu banyak perubahan dalam diri individu. Dalam kondisi berbagai perubahan tersebut, individu yang berada dalam masa pubertas biasanya tidak mau lagi dikatakan sebagai anak-anak, namun mereka pun belum dapat dikatakan sebagai orang dewasa jika dilihat dari kematangan dan perkembangan, terutama perkembangan seksualitas yang bagi perempuan ditandai dengan perkembangan ciri seks primer.

Sebagai masa terjadinya proses perubahan anak-anak menjadi remaja, pada fase puber itu biasanya akan terjadi baik perubahan fisik maupun psikologis. Perubahan-perubahan fisik yang terjadi biasanya berlangsung secara bertahap. Selama periode ini anak akan mengalami berbagai perubahan dalam tubuh baik perubahan dalam penampilan, pilihan, sikap terhadap seks ataupun sikap terhadap lawan jenis. Biasanya anak perempuan terlihat matang terlebih dahulu daripada laki-laki. Perubahan yang tampak pada anak perempuan khususnya pada fisik diantaranya adalah perubahan berat dan tinggi badan. Selain itu, menurut Root (dalam Hurlock 1980 : 184) masa puber adalah suatu tahap dalam perkembangan dimana terjadi kematangan alat-alat seksual dan tercapainya kemampuan

reproduksi. Tanda-tanda seksualitas yang mulai terlihat pada anak perempuan, di antaranya adalah pinggul lebih membentuk, panggul melebar, buah dada membesar dan tumbuhnya rambut di bagian bawah perut dan ketiak.

Setelah ciri-ciri seksualitas tersebut terlihat, maka biasanya terjadi proses menstruasi. Menurut Kamus Psikologi (Chaplin, 1995: 296), menstruasi berarti siklus pengeluaran darah dan pelepasan materi kandung peranakan yang berlangsung pada wanita. Setiap wanita normal biasanya akan mengalami masa menstruasi, yang pada awal masa itu seorang perempuan dapat dikatakan mulai memasuki masa dewasa. Menstruasi terjadi sebagai akibat dihasilkannya hormon-hormon dari sebuah kelenjar kecil di dasar otak yang disebut hormon pertumbuhan. Hormon-hormon ini menyebabkan sel telur di dalam tubuh wanita menjadi matang. Setelah itu sel telur yang matang dikeluarkan dari indung telur yang disebut ovulasi. Pada waktu yang bersamaan dinding rahim menjadi tebal. Jika terjadi pembuahan, sel telur yang telah dibuahi akan menempel di dinding uterus yang menebal, kemudian tumbuh di sana. Dinding uterus ini akan menunggu terjadinya kehamilan. Jika sel telur tidak dibuahi maka lapisan dinding uterus akan luruh, yang disebut menstruasi. Biasanya anak perempuan akan mengalami menstruasi awal atau yang biasa disebut *menarche* di usia 11-13 tahun (David & Powell, 2000: 11-12).

Pengetahuan mengenai perkembangan organ seks dan fungsi-fungsinya sebagaimana di atas, terutama tentang menstruasi awal merupakan suatu hal yang penting untuk diketahui oleh semua perempuan ketika memasuki usia puber. Pengetahuan tentang menstruasi menurut David & Powell (2000:14), meliputi

masalah perubahan fisik menjelang menstruasi, gejala fisik saat menstruasi, perubahan psikologis saat menstruasi, dan sebab serta proses terjadi menstruasi, dan cara mengatasi gejala fisik yang muncul saat menstruasi. Pengetahuan ini penting untuk dimiliki setiap perempuan usia puber sebagai upaya pencegahan munculnya gangguan psikologis pada masa menstruasi awal dan sesudahnya, terutama ketika memasuki siklus menstruasi pada usia puber yang relatif belum teratur.

Pengetahuan mengenai menstruasi awal penting sebagai upaya pencegahan terhadap masalah gangguan psikologis pada perempuan yang memasuki siklus menstruasi awal pada masa puber (Hauck, 1990:51). Perempuan ketika memasuki masa menstruasi awal atau memasuki masa siklus menstruasi (*pre menstruasi tention*) tidak jarang mengalami kecemasan yang berlebihan dan bahkan mengarah pada depresi.

Hal inilah yang membuat pengalaman menstruasi awal bagi setiap anak perempuan merupakan peristiwa yang menegangkan dan mencemaskan karena gejala-gejalanya yang didengar dari pengalaman perempuan yang sudah mengalami menstruasi cukup menegangkan. Pengalaman menstruasi awal dapat menjadi trauma karena perubahan secara fisik dan tanda memasuki menstruasi awal yang menyakitkan menimbulkan kekhawatiran yang tidak menyenangkan. Peristiwa memasuki awal menstruasi ini juga menjadi momen yang paling menegangkan karena pada saat awal terjadinya menstruasi ini merupakan pengalaman baru bagi mereka yang mungkin tidak terbayangkan sebelumnya

sehingga dapat menimbulkan rasa cemas, walaupun kecemasan yang dialami setiap anak akan berbeda.

Dari observasi awal yang dilakukan oleh peneliti pada beberapa anak perempuan di kelas 5 dan 6 di SDK Carolus Surabaya, didapatkan fenomena bahwa pada saat siswa mengalami gejala awal menstruasi, banyak dari mereka yang mengalami kecemasan. Gejala ini diketahui dari cerita siswa yang menjelaskan bahwa dari organ genital (alat kelamin) keluar cairan berwarna putih kekuningan yang diketahui bekasnya di celana dalam dan buah dada mengencang dan kadang terasa sakit. Kecemasan yang dialami siswa tersebut adalah munculnya rasa kekhawatiran akan terjadi sesuatu pada dirinya, seperti terserang jenis penyakit tertentu, namun beberapa siswa yang mengetahui bahwa kondisi tersebut merupakan awal dari menstruasi tidak mengalami kekhawatiran dan ketakutan. Kecemasan yang muncul adalah pada masalah emosi yang tidak stabil sehingga mengganggu hubungan dengan teman dekat, dan perasaan malu karena tidak semua temannya mengalami hal yang sedang di alami pada saat itu.

Gejala menstruasi awal yang menimbulkan kecemasan pada siswa tersebut bagi siswa yang tidak atau kurang mengetahui tentang perkembangan organ seks dan fungsi-fungsinya akan merasa takut untuk menanyakan gejala tersebut, yang menurut Sarwono (2004:76), masalah seputar organ seks oleh sebagian orang masih dianggap tabu untuk dibicarakan. Sehingga tidak jarang sebagian besar institusi pendidikan belum memberikan banyak informasi mengenai masalah perkembangan organ seksual dan fungsi-fungsinya pada siswa yang masih di anggap anak-anak.

Menurut keterangan pengajar, kondisi yang dialami beberapa siswa ketika memasuki awal menstruasi tersebut bisa bermacam-macam mulai dari merasa cemas sampai menangis sampai pada enggan masuk sekolah selama beberapa hari karena malu atau karena mereka merasa sedang mengalami sakit yang hebat sehingga perlu perawatan yang ekstra. Dan hal ini juga dialami oleh anak-anak yang mulai merasakan tanda-tanda awal menjelang menstruasi yang disebabkan karena mereka melihat ketika teman-teman mereka pada saat mengalami hal tersebut. Hal ini kemudian membuat mereka juga mengalami kecemasan menghadapi menstruasi awalnya. Lebih lanjut guru pendamping atau wali kelas dari sekolah anak yang bersangkutan menjelaskan bahwa dalam satu tahun ajaran biasanya mereka bisa menangani rata-rata 25 sampai 30 kasus anak yang cemas ketika menghadapi menstruasi awalnya. Tiap anak perempuan berbeda tergantung pada persiapan-persiapan mereka untuk mengalami menstruasi awal serta respon-respon emosional terhadap kejadian-kejadian tersebut. Jika mereka telah mengetahui sebelumnya tentang menstruasi maka reaksi biasanya hanya merasa gugup di awal atau bisa juga menangis tapi tetap berusaha tenang ketika merasakan tanda-tanda menstruasi awal itu mulai nampak. Sedangkan yang belum mengetahui banyak tentang menstruasi biasanya akan menampilkan reaksi lebih ekstrim, misalnya ketakutan dan merasa malu pada teman sehingga tidak mengikuti pelajaran. Mengatasi kondisi tersebut, guru dengan inisiatifnya sendiri memberikan informasi dan berusaha menenangkan siswa ketika tanda-tanda menstruasi awal sudah mulai mengganggu siswa melalui pendekatan personal agar siswa tetap percaya diri dan sanggup mengatasi gejala menstruasi awal yang

secara fisik sering menyakitkan. Inisiatif tersebut dilakukan karena masalah perkembangan seksual, terutama gejala menstruasi awal tidak masuk dalam kurikulum atau mata pelajaran, sehingga ketika akan menjelaskan masalah tersebut pengajar beranggapan bahwa penjelasan masalah perkembangan fungsi organ seks merupakan masalah yang tabu. Padahal dengan demikian hal tersebut akan membuat siswi yang belum mengalami menstruasi awal akan mempunyai persepsi yang salah tentang menstruasi itu sendiri.

Berdasarkan hasil survei awal tersebut, peneliti menginterpretasikan bahwa pengetahuan tentang menstruasi awal dengan kecemasan menghadapi menstruasi awal memiliki keterkaitan. Hal tersebut dapat diartikan bahwa siswa yang memiliki pengetahuan tentang menstruasi awal cenderung mampu mengurangi kecemasan yang muncul ketika tanda-tanda menstruasi awal sudah dirasakan. Dengan demikian pengetahuan menjadi suatu tenaga yang dapat mereduksi ketegangan dan kecemasan siswa ketika memasuki awal menstruasi, karena pengetahuan akan menjadi pendorong bagi siswa untuk lebih siap menerima realitas yang harus dihadapi dan mengarahkan siswa pada upaya yang harusnya dilakukan ketika mulai merasakan tanda-tanda datangnya menstruasi (Patton, etal 1996: 661 ; Moore, 1945 :87-104)

Rice (dalam Mayasari, 1998), menuliskan bahwa permulaan menstruasi mungkin akan menjadi peristiwa yang traumatik bagi beberapa anak perempuan yang tidak mempersiapkan diri dengan baik terlebih dahulu. Lebih lanjut dijelaskan bahwa persiapan diri bagi perempuan puber untuk memasuki siklus menstruasi awal adalah pengetahuan tentang pertumbuhan dan perkembangan organ seksual serta fungsi-fungsinya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, dapat diindikasikan bahwa pengetahuan mengenai menstruasi awal mampu menjadi suatu tenaga yang mereduksi kecemasan menghadapi menstruasi awal pada perempuan ketika memasuki usia pubertas. Hal ini dapat dikatakan bahwa dengan memiliki pengetahuan, yang memadai yang dapat diperoleh dari guru dan orang tua, perempuan akan lebih siap dalam menghadapi tanda-tanda memasuki menstruasi awal sehingga kecemasan yang dialami dapat menurun. Faktor pengetahuan dipilih sebagai variabel yang mempengaruhi tingkat kecemasan menghadapi menstruasi awal karena masalah pengetahuan tentang menstruasi awal tergolong jarang dikaji sebagai salah satu sebab yang mempengaruhi kecemasan secara umum, terutama kecemasan pada masa puber ketika memasuki siklus menstruasi awal pada siswa sekolah dasar.

## **1. 2. Batasan Masalah**

Agar lingkup penelitian menjadi jelas, maka dilakukan batasan masalah sebagai berikut : ada banyak faktor lain yang dapat mempengaruhi kecemasan terhadap menstruasi awal pada masa pubertas tetapi pada penelitian ini hanya dibatasi pada pengetahuan (*knowledge*) pubertas tentang menstruasi. Kecemasan pada penelitian ini dibatasi pada reaksi psikologis (emosi) terhadap menstruasi yang ditunjukkan pada perilaku.

Penelitian ini membatasi subjek penelitian pada siswi-siswi perempuan kelas 5 dan 6 yang berusia 10 – 12 tahun di SDK Santo Carolus Surabaya dan SDK Don Bosco Surabaya tahun ajaran 2006 – 2007 dan siswi-siswi ini belum mengalami menstruasi.

Penelitian yang dilakukan adalah penelitian korelasional yaitu penelitian untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kecemasan dengan pengetahuan menghadapi menstruasi awal pada usia pubertas.

### **1.3. Rumusan Masalah**

Dari uraian yang telah dikemukakan dalam latar belakang masalah serta batasan masalah, maka dalam penelitian ini permasalahan yang diajukan adalah, “apakah ada hubungan antara pengetahuan mengenai menstruasi awal dengan kecemasan menghadapi menstruasi awal pada masa pubertas?”

### **1.4. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara pengetahuan mengenai menstruasi awal dengan kecemasan menghadapi menstruasi awal pada masa pubertas.

### **1.5. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini, diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi atau masukan bagi pengembangan teori-teori psikologi khususnya psikologi perkembangan tentang hubungan antara pengetahuan mengenai menstruasi awal dengan kecemasan menghadapi menstruasi awal pada usia pubertas.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi anak, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi khususnya pada anak perempuan yang akan mengalami menstruasi agar anak dapat mencari pengetahuan terlebih dahulu dari sumber yang tepat untuk mengantisipasi rasa cemas, sehingga anak diharapkan lebih siap menghadapi menstruasi awalnya.
- b. Bagi orang tua, diharapkan dapat menjadi masukan kepada orang tua tentang kecemasan yang dapat timbul pada menstruasi awal sehingga orang tua dapat lebih mempersiapkan anaknya dalam menghadapi menstruasi, misalnya dengan pemberian bekal pengetahuan tentang menstruasi yang cukup kepada anak menjelang anak memasuki usia pubertas.
- c. Bagi pihak sekolah, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan pada guru atau pihak sekolah tentang pentingnya pendidikan seksualitas khususnya mengenai menstruasi kepada siswi sekolah dasar. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan untuk memberikan pengetahuan tentang menstruasi pada siswa kelas 5 dan 6 guna mengantisipasi kecemasan yang muncul.