

HUBUNGAN ANTARA SIKAP TERHADAP MENSTRUASI DAN KECEMASAN TERHADAP MENARCHE

Ninawati, Jessy Kuryadi

Dosen Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, Jakarta
Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, Jakarta
dosenpsikologi@yahoo.com

ABSTRACT

This research is aimed at knowing whether there is correlation between attitude toward menstruation and anxiety to menarche on the pre-puberty. Attitude toward menstruation is subject belief or opinion to menstruation. Anxiety to menarche is subject worries and fear to first menstruation that will occur. Subject in this research are 137 pre-puberty, and obtained by convenience sampling technique. The data is collected by using questionnaire and analyzed by using correlation of Pearson product moment with SPSS 12.00 version. Results indicate that there is negative relationship between attitude toward menstruation and anxiety to menarche on the pre-puberty, $r = -.671, p < .01$

Keywords: *pre-puberty, menarche, anxiety.*

Pendahuluan

Setiap anak ketika memasuki masa remaja akan mengalami perubahan fisik yang cepat. Anak perempuan biasanya mengalami perubahan fisik yang lebih dahulu dibandingkan anak laki-laki. Salah satu perubahan fisik tersebut adalah proses reproduksi (proses melanjutkan keturunan) yang erat hubungannya dengan perubahan fisik yang lebih dikenal dengan istilah pubertas. Pubertas yang dalam bahasa Inggris *puberty* atau bahasa Latinnya *pubescere* mempunyai arti usia kedewasaan (Sarwono, 2003).

Masa pubertas juga ikut menandai akhir masa kanak-kanak dan merupakan suatu awal dari masa remaja, suatu periode perubahan yang cepat dan kadang membingungkan (Vasta, Miller, & Ellis, 2004). Masa pubertas seperti sudah disebutkan, bagi anak perempuan ditandai dengan menstruasi awal (*menarche*). *Menarche* disebutkan juga sebagai kejadian yang penting dalam kehidupan seorang wanita (Dirga Gunarsa & Gunarsa, 2004).

Setelah mengalami *menarche*, seorang perempuan mengalami siklus menstruasi yang terjadi selama tiga hingga tujuh hari setiap bulannya. Proses menstruasi pada banyak perempuan seringkali disertai dengan rasa sakit. Sekitar

tujuh puluh persen perempuan mengalami nyeri haid pada suatu waktu dalam kehidupannya (Kingston, 1995).

Untuk seterusnya bagi perempuan, biasanya akan mengalami beberapa gejala yang terjadi beberapa hari menjelang menstruasi. Gejala seperti sakit kepala, payudara menjadi bengkak, serta jerawat dan ketegangan menjelang menstruasi, hal ini disebut dengan istilah *Premenstrual Syndrome* (PMS). Beberapa peneliti juga mengemukakan bahwa sebagian perempuan memiliki *mood* yang berubah-ubah sehubungan dengan siklus menstruasi (Paludi, 2002).

Bagi anak perempuan, perubahan-perubahan yang terjadi di dalam dirinya akan menimbulkan berbagai pertanyaan dan perasaan ingin tahu. Anak-anak perempuan memberitahu ibu dengan segera, tetapi biasanya anak perempuan tidak memberitahu siapapun mengenai *menarche* yang terjadi, apabila sudah dua atau tiga kali terjadi, maka anak perempuan baru akan mulai membicarakan dengan temannya (Santrock, 1998).

Menarche merupakan kejadian paling akhir dari pubertas, sembilan puluh lima persen dari kebanyakan anak perempuan mengalami *menarche* antara usia 11 sampai dengan 15 tahun, yang

disebut dengan masa pra-pubertas atau *pueral*. Masa *pueral* atau pra-pubertas ini ditandai oleh berkembangnya tenaga fisik yang melimpah-limpah dan perubahan fisik anak yang mulai sedikit berubah. Pada usia ini juga ciri yang paling menonjol adalah rasa harga dirinya yang makin menguat (Kartono, 1995).

Menarche merupakan kejadian yang biasanya meningkatkan rasa harga diri anak perempuan di antara teman-teman sebayanya. Apabila, seorang anak perempuan secara psikologis tidak mempersiapkan diri menghadapi *menarche*, dikarenakan kurangnya informasi mengenai *menarche*, maka kurangnya informasi akan menyebabkan perasaan negatif apabila *menarche* terjadi (Vasta, Miller, & Ellis, 2004).

Golub mengatakan bahwa sikap dan perasaan anak perempuan terhadap *menarche* merupakan hal paling penting dalam menghadapi kehidupan kewanitaannya. Sikap merupakan suatu konsep penting dalam psikologi sosial. Seamon dan Kenrich mendefinisikan sikap sebagai suatu kesiapan untuk berespon terhadap isu sosial, orang, obyek, dan kejadian. Hal serupa juga diungkapkan oleh Worthman (1999) bahwa sikap merupakan kecenderungan untuk berespon suka atau tidak suka terhadap seseorang, ide atau tempat. Dengan kata lain sikap adalah suatu respon yang mendorong seseorang untuk menyukai atau tidak menyukai sesuatu.

Pratkanis dan Greenwald mendefinisikan sikap sebagai evaluasi tentang obyek tertentu yang telah diketahui seseorang, lebih lanjut Pratkanis dan Greenwald menjelaskan kata evaluasi berarti penilaian terhadap suatu obyek. Penilaian tersebut dapat diungkapkan dalam bentuk suka-tidak suka, baik-buruk, dan positif-negatif. Obyek sikap yang dievaluasi dapat berupa orang, merek, jasa, iklan, atau sebuah masalah (dikutip Wirawan, 1998).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak usia pra-pubertas sudah mengetahui siklus menstruasi dan memiliki sikap positif terhadap menstruasi. Kemungkinan mereka mendapatkan informasi positif tentang menstruasi, di

antaranya adalah bahwa menstruasi merupakan tanda keperempuanan, dan *menarche* baru akan terjadi sekitar 1 atau 2 tahun lagi. Sikap ini akan berubah menjadi negatif ketika mendekati usia *menarche* atau setelah mengalami *menarche*, karena di usia yang masih jauh ini, anak pra-pubertas jarang membicarakan masalah mengenai menstruasi dengan orangtua (terutama ibu) atau saudara perempuan mereka (Feldman, 2000).

Gunn dan Petersen mengatakan bahwa remaja putri yang memiliki sikap negatif terhadap menstruasi akan mengalami depresi dan ketidaknyamanan pada siklus menstruasi mereka. Remaja putri dengan sikap yang lebih positif mengenai peran *gender* dan seksualitas lebih sedikit mengalami sakit saat menstruasi dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki sikap negatif terhadap menstruasi (Paludi, 2002).

Seperti dijelaskan sebelumnya, *menarche* sebagai suatu perubahan pada anak perempuan menyangkut aspek fisik dan psikis. *Menarche* menyebabkan bermacam konsekuensi psikologis, adanya perasaan negatif dan positif. Beberapa aspek terhadap menstruasi tersebut seperti potensi kram dan ketidaknyamanan cenderung mengkaitkan reaksi anak perempuan terhadap *menarche* dengan kecemasan (Feldman, 2000).

Kecemasan merupakan suatu pengalaman emosional yang dirasakan oleh individu sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan. Tidak jelas apa yang menjadi penyebab timbulnya kecemasan oleh karena adanya ancaman dari luar maupun dari dalam tubuh yang berlangsung terus menerus (Johnston dikutip oleh Hartanti & Dwijayanti, 1997, h. 150).

Beberapa penelitian mengatakan bahwa anak perempuan mengalami reaksi berbeda terhadap *menarche*, seperti perasaan cemas mengenai apa yang mesti dilakukan, rasa malu yang akan didapat, dan pengertian lebih terhadap istilah menjadi seorang wanita dewasa. Beberapa anak perempuan secara spontan menggambarkan reaksi terhadap *menarche* dalam segi negatif atau positif. Kurang dari dua puluh persen dari anak perempuan

hanya menggunakan istilah negatif, seperti rasa takut, terganggu, dan kecewa ketika diminta untuk menggambarkan reaksi terhadap *menarche* (Paludi, 2002).

Deutsch mengatakan tidak jarang muncul reaksi-reaksi psikis negatif pada saat *menarche*. Sewaktu *menarche* terjadi seringkali muncul anggapan bahwa segala sesuatu yang keluar dari alat kelamin anak perempuan adalah sesuatu yang kotor, menjijikan dan noda bagi diri anak perempuan. Oleh perasaan negatif itu maka kemudian timbul perasaan rendah diri, atau anak perempuan akan merasa sakit-sakitan saat menstruasi sehingga tidak berani keluar rumah, dan sebagai konsekuensinya, dirinya harus dikasihani oleh siapapun juga. Dimulai dengan hanya khayalan saja, akan tetapi di kemudian hari dikembangkan menjadi mekanisme pembelaan diri, menstruasi akan selalu dipakai sebagai alasan agar anak perempuan dibebaskan dari tugas atau untuk menghindari kewajiban tertentu seperti kewajiban masuk sekolah atau kegiatan-kegiatan olahraga (Kartono, 1995).

Walaupun *menarche* dapat dikatakan sebagai hal yang mengganggu, akan tetapi hal tersebut seperti tidak menjadi trauma bagi anak perempuan. Hal itu mungkin dapat menjadi trauma dan mengakibatkan munculnya gejala-gejala patologis seperti rasa takut, kecemasan, konflik-konflik batin, dan kesulitan-kesulitan emosional bagi anak perempuan apabila peristiwa menstruasi tidak disertai dengan pemberian pengarahan dan informasi-informasi yang jelas, dan benar untuk mempersiapkan diri terhadap datangnya *menarche* (Paludi, 2002).

Rasa cemas yang dimiliki anak perempuan merupakan hal yang normal khususnya dalam menghadapi berbagai hal baru yang akan terjadi dalam hidupnya sebagai proses menjadi perempuan dewasa seperti *menarche* yang diikuti dengan siklus menstruasi, akan tetapi apabila kecemasan tersebut mengarah ke gejala patologis, hal tersebut tidaklah dianggap wajar. Oleh karena itu perlu ada pemberian informasi tepat agar kecemasan dalam menghadapi datangnya *menarche* dapat berkurang dan anak perempuan dapat menerima *menarche*

sebagai hal normal yang adalah tanda keperempuanan sejati (Sherr & Lawrence, 2000).

Perubahan fisik yang cukup penting dalam pertumbuhan anak perempuan menjelang pubertas seperti menstruasi, akan mengakibatkan rasa kebingungan, ketidakpastian, ketidaktahuan mengenai menstruasi, serta reaksi positif atau negatif terhadap menstruasi dapat mempengaruhi sikap anak perempuan terhadap menstruasi. Sikap terhadap menstruasi diasumsikan akan mempengaruhi kecemasan anak perempuan pra-pubertas dalam menghadapi *menarche*.

Permasalahan

Apakah ada hubungan antara sikap terhadap menstruasi dan kecemasan menghadapi *menarche* pada anak usia pra-pubertas?

Tinjauan Teoretis Menstruasi

Menstruasi pertama yang dialami oleh seorang anak perempuan yang menjadi dewasa dikenal dengan istilah *Menarche*. *Menarche* atau kedatangan haid untuk pertama kalinya, pada umumnya akan timbul setelah memuncaknya percepatan pertumbuhan. Umur tercapainya *menarche* tidak sama bagi semua remaja wanita. Dengan timbulnya haid pertama belum berarti bahwa perlengkapan alat berkembang biak sudah sempurna (Dirga Gunarsa & Gunarsa, 1995).

Selama tahun pertama atau tahun kedua dari *menarche*, siklus wanita seringkali tidak teratur (Paludi, 2001). Masa subur dan tidak subur juga tidak dapat diramalkan karena datangnya haid belum teratur. Jarang sekali terjadi haid pertama akan langsung teratur masanya. Jelaslah bahwa pada permulaan kematangan seksual, siklus haid belum teratur (Dirga Gunarsa & Gunarsa, 1995).

Siklus Menstruasi

Setelah mengalami *menarche*, wanita akan mengalami siklus menstruasi yang berjarak sekitar 28 hari menjelang menstruasi selanjutnya. Menstruasi pada

wanita terjadi sekitar tiga sampai tujuh hari dalam sebulan. Menstruasi dapat menyebabkan berbagai masalah seperti terhentinya haid (*amenorrhea*), lalu apabila menstruasi terlalu berlebihan dan berkelanjutan akan mengakibatkan anemia (*menorrhagia*), atau sakit pada saat menstruasi (*dysmenorhea*) seperti kram perut, pinggang pegal-pegal dan sakit kepala (Paludi, 2002).

Premenstrual Syndrome (PMS) merupakan sekelompok gejala yang dialami dua puluh persen sampai dengan lima puluh persen dari keseluruhan wanita menjelang menstruasi datang. Gejala PMS dapat bersifat fisik, emosional dan tingkah laku, dan dapat pula berkombinasi. Gejala yang paling sering seperti *dysphoria* (ketegangan, kurang konsentrasi, rasa gugup, mudah cemas, sensitif), payudara membengkak, berat badan bertambah, sakit kepala, mudah lelah, rasa ingin makan makanan tertentu dalam jumlah cukup banyak (Byer, Shainberg, & Galliano, 1999). Penelitian yang dilakukan oleh Paludi (2002) pada anak perempuan dan wanita mengatakan bahwa PMS tidak sampai mengganggu kehidupan seorang wanita dalam menjalani hari-hari menstruasi mereka.

Sikap

Dalam penggunaannya yang paling awal, sikap berarti postur fisik atau posisi tubuh. Kemudian konsep ini tidak hanya dipakai untuk bentuk tubuh tetapi lebih kepada suatu bentuk pikiran. Definisi sikap semakin berkembang, banyak ahli yang mulai tertarik kepada sikap dan memberikan definisi yang berbeda-beda tergantung pada sudut pandang yang digunakan (Wirawan, 1998).

Santrock (2003) mengemukakan bahwa sikap merupakan kepercayaan atau opini terhadap orang-orang, obyek atau suatu ide. Setiap orang memiliki opini atau kepercayaan yang berbeda terhadap suatu obyek atau ide. Myers (2003) mengatakan bahwa sikap adalah reaksi atas penilaian suka atau tidak suka terhadap sesuatu atau seseorang yang ditunjukkan melalui kepercayaan, perasaan atau kecenderungan bertingkah laku.

Umumnya psikolog sosial menggunakan istilah sikap untuk merujuk pada evaluasi seseorang terhadap berbagai aspek sosial serta bagaimana evaluasi tersebut memunculkan rasa suka atau tidak suka seseorang terhadap isu, ide, orang, kelompok sosial, obyek (Baron & Bryne, 2004). Lebih lanjut Pratkanis dan Greenwald menjelaskan kata evaluasi berarti penilaian terhadap suatu obyek. Penilaian tersebut dapat dalam bentuk suka atau tidak suka, baik-buruk, positif-negatif. Obyek sikap yang dievaluasi dapat berupa orang, merk, jasa iklan atau sebuah masalah (dikutip oleh Wirawan, 1998).

Menurut Lapierre dan Allport, sikap merupakan semacam kesiapan untuk bereaksi terhadap suatu obyek dengan cara-cara tertentu. Dapat dikatakan bahwa kesiapan yang dimaksudkan merupakan kecenderungan potensial untuk bereaksi dengan cara tertentu apabila individu dihadapkan pada suatu stimulus yang menghendaki adanya respon (dikutip oleh Munandar, 2001).

Definisi sikap yang lebih kompleks dikemukakan oleh Eagly dan Chaiken (1993), sikap sebagai suatu penilaian terhadap obyek sikap dengan memberikan dukungan atau tidak mendukung yang umumnya ditunjukkan melalui respon kognitif, afektif atau perilaku, sama halnya dengan Secord dan Backman mendefinisikan sikap sebagai keteraturan dalam hal perasaan (afeksi), pemikiran (kognisi) dan predisposisi tindakan (konasi) seseorang terhadap suatu aspek di lingkungan sekitarnya.

Breckler mengemukakan konsep sikap menjadi sangat dikenal karena sikap diduga mempengaruhi tingkah laku. Sebagai contoh, terjadi banyak demonstrasi yang menentang aborsi atau Narkoba dengan harapan ketika sikap seseorang berubah maka tingkah laku mereka akan ikut berubah. Hal ini mendasari teori yang disebut sebagai teori tiga komponen yaitu suatu teori yang menganggap bahwa sikap dibentuk berdasarkan tiga komponen yaitu kognitif, afektif dan tingkah laku (dikutip oleh Worthman, 1999).

Komponen kognitif merupakan kepercayaan atau keyakinan dan pemikiran

seseorang tentang sesuatu, sedangkan komponen afektif merupakan perasaan seseorang mengenai hal tersebut dan terakhir adalah bagaimana seseorang bertingkah laku terhadap sesuatu yang merupakan komponen tingkah laku (Morris, 2000). Ketiga komponen ini konsisten satu dengan yang lain, sebagai contohnya seseorang yang merasa yakin bahwa seorang pemerkosa harus menerima hukuman berat (komponen kognitif), menjadi marah ketika mendengar bahwa pemerkosa tersebut menerima hukuman yang kurang adil (komponen afektif) sehingga berniat untuk melakukan protes kepada pemerintah (komponen tingkah laku).

Komponen Sikap

Katz dan Stotland menyatakan bahwa sikap memiliki tiga komponen dasar, yaitu kognitif, afektif (atau emosional) dan konatif (atau behavioral). Seperti yang dikatakan McGuire bahwa manusia memiliki tiga eksistensi berdasarkan kondisinya yaitu pengetahuan, perasaan dan tindakan merupakan lanjutan pemikiran sebagaimana yang dikemukakan para filsuf. Oskamp mengatakan kognisi, afeksi dan tingkah laku telah digunakan untuk merujuk pada tiga komponen yang disebut sikap (dikutip oleh Wirawan, 1998).

Solomon (1999) menyebut model ini sebagai *The ABC Model of Attitudes*. Model ini menekankan hubungan antara pengetahuan, perasaan dan tingkah laku seseorang. Komponen kognitif (komponen perseptual) merupakan komponen yang berkaitan dengan pengetahuan, pandangan, keyakinan, yaitu hal-hal yang berhubungan dengan bagaimana orang mempersepsi terhadap obyek sikap (Walgito, 2001).

Komponen afektif (komponen emosional) merupakan komponen yang berhubungan dengan rasa senang atau rasa tidak senang terhadap obyek sikap. Rasa senang merupakan hal yang positif, sedangkan rasa tidak senang merupakan hal yang negatif. Komponen ini menunjukkan arah sikap, yaitu positif dan negatif (Walgito, 2001).

Komponen kognisi dan afektif konsisten satu sama lain, maka tidaklah

penting mana yang lebih menonjol, keduanya akan berkorelasi dengan tingkah laku apabila komponen afektif sama-sama menonjol (Taylor, Peplau, & Sears, 2003).

Komponen konatif (komponen perilaku atau *action component*), yaitu komponen yang berhubungan dengan kecenderungan bertindak terhadap objek sikap. Komponen ini menunjukkan intensitas sikap, yaitu menunjukkan besar kecilnya kecenderungan bertindak atau berperilaku seseorang terhadap objek sikap (Walgito, 2001).

Dengan mengetahui kognisi dan perasaan seseorang terhadap suatu objek sikap tertentu, maka akan dapat diketahui kecenderungan perilakunya. Sikap tidak dapat dilihat secara langsung, sikap seseorang terhadap obyek akan tampak jika seseorang melihatnya melalui ketiga komponen sikap tersebut.

Ketiga komponen sikap cenderung konsisten satu sama lain. Hal ini berarti, sebuah perubahan dalam satu komponen sikap, cenderung akan memicu perubahan pula di kedua komponen lainnya (Wood, Wood, & Boyd, 2005). Komponen-komponen tersebut merupakan komponen yang membentuk struktur sikap (Walgito, 2001).

Ciri-ciri Sikap

Seperti telah dipaparkan sebelumnya bahwa sikap merupakan faktor yang ada di dalam diri manusia yang dapat mendorong atau menimbulkan perilaku tertentu. Adapun menurut Gerungan (2002) beberapa ciri-ciri sikap. Pertama, sikap itu tidak dibawa sejak lahir, melainkan dibentuk atau dipelajarinya sepanjang perkembangan orang itu dalam hubungan dengan objeknya. Sifat ini membedakannya dengan sifat motif-motif biogenesis seperti lapar, haus, kebutuhan akan istirahat, dan lain-lain penggerak kegiatan manusia yang menjadi pembawaan baginya, dan yang terdapat padanya sejak dilahirkan. Kedua, sikap itu dapat berubah-ubah, karena itu sikap dapat berubah pada seseorang bila terdapat keadaan-keadaan dan syarat-syarat tertentu yang mempermudah berubahnya sikap pada orang itu. Akan tetapi meskipun

sikap dapat berubah-ubah, sikap itu masih mempunyai kecenderungan stabil.

Ketiga, sikap itu tidak berdiri sendiri, tetapi senantiasa mengandung relasi tertentu terhadap suatu obyek. Dengan kata lain, sikap itu terbentuk, dipelajari atau berubah senantiasa berkenaan dengan sederetan obyek-obyek serupa. Sebagai contoh, mungkin terdapat sikap tidak hanya terhadap orang tertentu saja, tetapi terhadap seluruh golongan atau bangsa yang diwakili oleh orang tersebut. Bukan saja "Si X adalah orang yang rajin", tetapi "Suku bangsa orang X adalah bangsa yang rajin bekerja", dan dalam hal ini sikap itu sudah melibatkan jutaan orang yang bersuku bangsa X.

Keempat, sikap mempunyai segi-segi motivasi dan segi-segi perasaan. Sifat inilah yang membedakan sikap dari kecakapan-kecakapan atau pengetahuan-pengetahuan yang dimiliki orang

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Sikap

Sikap timbul karena ada stimulus. Pembentukan sikap tidak terjadi dengan sendirinya. Menurut Ahmadi (1999) ada beberapa hal yang penting dalam pembentukan sikap yang diperhatikan dalam masa adolesens. Pertama, keluarga. Dalam hal ini keluarga mempunyai peranan besar dalam membentuk sikap putra putrinya. Sebab keluargalah sebagai kelompok primer bagi anak merupakan pengaruh yang dominan.

Kedua, kelompok sebaya. Kelompok ini merupakan bagian penting dari kehidupan berinteraksi yang mampu mempengaruhi perkembangan sikap seseorang. Karena rasa ingin sebanding, ingin diterima dan menjadi bagian dari kelompok sebaya, hal itu akan membentuk sikap seseorang. Ketiga, kelompok yang meliputi lembaga pendidikan seperti sekolah, lembaga keagamaan. Sementara orang berpendapat bahwa mengajarkan sikap adalah merupakan tanggung jawab orang tua. Tetapi tidaklah demikian halnya. Lembaga sekolah pun memiliki tugas pula dalam membina sikap ini. Dengan demikian lembaga pendidikan formal dalam hal ini

sekolah memiliki tugas untuk membina dan mengembangkan sikap anak didik menuju kepada sikap yang pendidik harapkan. Pada hakikatnya tujuan pendidikan adalah mengubah sikap anak didik ke arah tujuan pendidikan.

Keempat, media massa seperti televisi, radio, majalah, dan surat kabar merupakan sarana komunikasi yang mempunyai pengaruh besar dalam pembentukan opini dan kepercayaan orang. Media massa mempunyai tugas pokok untuk menyampaikan informasi kepada masyarakat. Media massa juga membawa pesan-pesan yang berisi sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang. Informasi baru mengenai sesuatu hal yang diterima oleh seseorang dapat menjadikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya sikap terhadap hal tersebut. Pesan-pesan sugestif yang dibawa oleh informasi tersebut, apabila cukup kuat, akan memberi dasar afektif dalam menilai sesuatu hal sehingga terbentuklah arah sikap tertentu.

Walgito (2001) mengatakan bahwa obyek sikap akan dipersepsi oleh individu, dan hasil persepsi akan dicerminkan dalam sikap yang diambil oleh individu yang bersangkutan. Dalam mempersepsi obyek sikap, individu akan dipengaruhi oleh pengetahuan, pengalaman, cakrawala, keyakinan, proses belajar, dan hasil proses persepsi ini akan merupakan pendapat atau keyakinan individu mengenai objek sikap, dan ini berkaitan dengan segi kognitif. Afeksi akan mengiringi hasil kognitif terhadap objek sikap sebagai aspek evaluatif, yang dapat bersifat positif atau negatif. Hasil evaluasi aspek afeksi akan mengait segi konatif, yaitu merupakan kesiapan untuk memberikan respon terhadap objek sikap, kesiapan untuk bertindak, kesiapan untuk berperilaku. Keadaan lingkungan akan memberikan pengaruh terhadap objek sikap maupun pada individu yang bersangkutan.

Fungsi Sikap

Sikap dapat mencakup jangkauan topik dan masalah yang luas. Walaupun mempelajari sikap itu tidak terlalu sukar, tetapi situasinya sendiri pada dasarnya kompleks. Serangkaian sikap cenderung

saling berhubungan, karena itu siapapun yang ingin mengubah sikap harus mengenali saling keterkaitan tersebut (Wirawan, 1998).

Menurut Ahmadi (1999) terdapat beberapa fungsi sikap. Pertama, sikap berfungsi sebagai alat untuk menyesuaikan diri. Bahwa sikap adalah sesuatu yang bersifat *communicable*, artinya sesuatu yang mudah menjangar, sehingga mudah bila menjadi milik bersama. Karena itu sesuatu golongan yang mendasarkan atas kepentingan bersama dan pengalaman bersama biasanya ditandai oleh adanya sikap anggotanya yang sama terhadap sesuatu obyek. Sehingga dengan demikian sikap bisa menjadi rantai penghubung antara orang dengan kelompoknya atau dengan anggota kelompoknya yang lain. Oleh karena itu anggota-anggota kelompok yang mengambil sikap yang sama terhadap obyek tertentu dapat meramalkan tingkah laku terhadap anggota-anggota lainnya.

Kedua, sikap berfungsi sebagai alat pengatur tingkah laku. Pada umumnya tingkah laku anak kecil merupakan aksi-aksi yang spontan terhadap sekitarnya. Antara perangsang dan reaksi tak ada pertimbangan, tetapi pada anak dewasa dan yang sudah lanjut usianya perangsang itu pada umumnya tidak diberi reaksi secara spontan, akan tetapi terdapat proses secara sadar untuk menilai perangsang-perangsang itu. Jadi antara perangsang dan reaksi terdapat sesuatu yang disisipkannya yaitu sesuatu yang berwujud pertimbangan-pertimbangan atau penilaian-penilaian terhadap perangsang itu sebenarnya bukan hal yang berdiri sendiri, tetapi merupakan sesuatu yang erat hubungannya dengan cita-cita orang, tujuan hidup orang, peraturan-peraturan kesusilaan yang ada dalam masyarakat, keinginan-keinginan pada orang itu dan sebagainya.

Ketiga, sikap berfungsi sebagai alat pengatur pengalaman-pengalaman. Dalam hal ini perlu dikemukakan bahwa manusia di dalam menerima pengalaman-pengalaman dari luar sikapnya tidak pasif, tetapi diterima secara aktif, artinya semua pengalaman yang berasal dari luar itu tidak semuanya dilayani oleh manusia, tetapi manusia memilih mana-mana yang perlu

dan mana yang tidak perlu dilayani. Jadi semua pengalaman ini diberi penilaian, lalu dipilih. Keempat, sikap berfungsi sebagai pernyataan kepribadian. Sikap sering mencerminkan pribadi seseorang. Ini sebabnya sikap tidak pernah terpisah dari pribadi yang mendukungnya. Oleh karena itu dengan melihat sikap-sikap pada obyek-obyek tertentu, sedikit banyak orang dapat mengetahui pribadi orang tersebut. Jadi sikap sebagai pernyataan pribadi.

Apabila akan mengubah sikap seseorang, maka harus mengetahui keadaan yang sesungguhnya daripada sikap orang tersebut dan dengan mengetahui keadaan sikap akan mengetahui pula mungkin tidaknya sikap tersebut diubah dan bagaimana cara mengubahnya sikap-sikap tersebut.

Sikap Terhadap Menstruasi

Jauh sebelum menstruasi tiba, anak perempuan yang normal sudah mempunyai perasaan antisipasi (daya tangkap sebelumnya) yang berbeda-beda terhadap menstruasi. Antisipasi anak ini bergantung pada informasi yang diperoleh sebelumnya. Periode antisipasi yang disebut pula sebagai periode penantian itu segera diakhiri oleh masa kematangan, dengan tibanya haid atau menstruasi. Peristiwa menstruasi pada seorang perempuan menyatakan bahwa anak perempuan kini benar-benar sudah siap secara biologis melakukan fungsi kewanitaannya (Kartono, 1995).

Maka pada periode *adolesens* peristiwa menstruasi mempunyai peranan psikologis yang unik, yang mempengaruhi sikap hidup anak sampai usia kedewasaannya (Kartono, 1995). Sikap terhadap menstruasi mempengaruhi pengalaman pribadi seorang anak perempuan terhadap menstruasi dan dapat merefleksikan bagaimana perasaan menjadi seorang wanita pada umumnya. Kadang kala terjadi, sikap mengenai menstruasi sangatlah negatif dikarenakan anak perempuan lebih sering melihat menstruasi sebagai suatu kutukan atau keadaan biologis yang tidak menyenangkan daripada melihat menstruasi sebagai suatu fungsi fisiologis yang normal, yang berkaitan

dengan kewanitaan dan kesuburan (Byer, Shainberg, & Galliano, 1999).

Gunn dan Petersen menyatakan bahwa remaja putri yang memiliki sikap negatif terhadap menstruasi akan mengalami depresi dan ketidaknyamanan pada siklus menstruasi mereka. Remaja putri dengan sikap yang lebih positif mengenai peran gender dan seksualitas lebih sedikit mengalami sakit saat menstruasi dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki sikap negatif terhadap menstruasi (Paludi, 2002).

Kecemasan

Atkinson (1993) menjabarkan kecemasan sebagai emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, keprihatinan dan rasa takut yang kadang-kadang dialami oleh individu dalam tingkat yang berbeda-beda (dikutip oleh Soetopo, 1999). Kecemasan merupakan suatu pengalaman emosional yang dirasakan oleh individu sebagai sesuatu yang tidak menyenangkan, tidak jelas apa yang menjadi penyebab timbulnya kecemasan oleh karena adanya ancaman dari luar maupun dari dalam tubuh yang berlangsung secara terus menerus (Johnston dikutip oleh Hartanti & Dwijayanti, 1997).

Definisi selanjutnya dikemukakan oleh Spielberger dan Sarason, kecemasan adalah keadaan tegang yang disertai perasaan tidak nyaman dan penuh ketakutan yang muncul saat individu terancam bahaya dimana obyek bahayanya tidak jelas. Lalu menurut Daradjat (dikutip oleh Hartanti & Dwijayanti, 1997), kecemasan adalah manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur-aduk, yang terjadi ketika individu sedang mengalami tekanan perasaan atau frustrasi dan pertentangan batin atau konflik.

Sedangkan menurut Lazarus kecemasan adalah suatu kondisi psikologis yang ditandai dengan perasaan yang tidak menyenangkan atau mengancam diri sendiri dan obyek kecemasan tersebut bersifat samar-samar (tidak jelas), sehingga menimbulkan rasa khawatir, takut, waswas, dan tidak tahu apa yang akan terjadi di

masa yang akan datang (dikutip oleh Utami Munandar, 2001).

Mash dan Wolfe (2005) mengatakan bahwa kecemasan merupakan suatu keadaan jiwa yang dikarakteristikan oleh emosi negatif yang kuat dan mengatasi rasa takut di masa depan. Ditambahkan pula bahwa anak perempuan menunjukkan kecemasan yang lebih daripada anak laki-laki, tetapi umumnya macam-macam kecemasan yang mereka alami hampir sama.

Gejala-gejala Orang Cemas

Dirga Gunarsa dan Gunarsa (1995) menguraikan bahwa gejala kecemasan umumnya disertai oleh perubahan fisiologis, seperti perubahan ekspresi wajah, muka tiba-tiba memerah, pupil mata membesar, otot muka bergerak-gerak, perubahan gerak gerik tubuh, menggigit-gigit jari sendiri dan macam-macam tingkah laku kompulsif lain.

Daradjat (dikutip oleh Hartanti & Dwijayanti, 1997) mengatakan gejala-gejala kecemasan sering ditandai dengan munculnya gejala-gejala baik yang bersifat fisik maupun yang bersifat mental. Gejala yang bersifat fisik seperti ujung-ujung jari terasa dingin, sakit perut, detak jantung bertambah cepat, berkeringat, tidur tidak nyenyak, nafsu makan hilang, dan sesak nafas. Gejala yang bersifat mental seperti adanya rasa takut, perasaan khawatir, sulit konsentrasi, tidak berdaya, rasa rendah diri, hilangnya rasa percaya diri, dan perasaan tidak nyaman.

Menurut Mash dan Wolfe (2005) gejala-gejala kecemasan melalui tiga macam sistem reaksi yaitu secara fisik seperti sakit perut, mual, jantung berdebar kencang, pusing, pandangan mengabur, mulut kering, otot tegang, muka memerah, muntah-muntah, berkeringat. Lalu secara kognitif, seperti takut disakiti, tidak menghargai diri sendiri, sulit konsentrasi, takut kelihatan bodoh, takut dirinya kotor. Sedangkan yang terakhir secara behavioral, seperti menangis, berteriak, menggigit-gigit kuku, gagap, menghisap ibu jari, menghindar dari kontak mata dan sebagainya.

Faktor-faktor yang Menyebabkan Kecemasan

Menurut Supratiknya (1995) ada beberapa penyebab munculnya kecemasan. Pertama, *Modelling*, yaitu mencontoh orang tua yang memiliki sifat tegang dan pencemas. Kedua, tidak mampu mengendalikan dorongan-dorongan yang dapat “membahayakan” atau “mengancam ego”, seperti rasa bermusuhan terhadap seseorang, dan dorongan-dorongan seks. Perasaan dan dorongan semacam itu akan direpresikan. Ketiga, membuat keputusan-keputusan yang menimbulkan kecemasan, dan keempat, munculnya kembali trauma psikologis yang pernah dialami di masa lalu.

Horney berpendapat bahwa penting bagi seseorang mengamati anak-anak yang mengalami rasa tidak berdaya, ketakutan, pengasingan, penolakan ataupun celaan dari orang dewasa. Reaksi-reaksi yang timbul dari perasaan tertekan akibat pengalaman-pengalaman yang tidak enak itu merupakan sumber atau penyebab dari kecemasan (dikutip oleh Soetopo, 1999).

Jenis-jenis Kecemasan

Spielberger (dikutip oleh Dwita, Natalia, & Soewono, 2002) membagi kecemasan menjadi kecemasan sesaat (*state anxiety*) terjadi langsung pada saat ada stimulus yang tidak menyenangkan. Kecemasan sesaat merupakan suatu proses kecemasan, yang terjadinya dirangsang baik dari dalam maupun dari luar diri. Penilaian terhadap situasi (stimulus) yang dianggap dipengaruhi oleh sikap, kemampuan, pengalaman masa lalu, dan kecemasan dasar. Sedangkan pada kecemasan dasar (*trait anxiety*), pengalaman masa lalu menentukan perbedaan individual dalam menghayati kecemasan. Maksudnya adalah suatu stimulus kecemasan ditanggapi secara berlainan oleh setiap individu.

Berbeda dengan Bourne dan Lorna (2003) membagi jenis lain dari kecemasan. Kecemasan yang tidak diketahui datangnya dari mana atau secara tiba-tiba, dan tidak berkaitan dengan situasi apapun disebut kecemasan mengambang bebas (*free-floating anxiety*), dan apabila kecemasan

tersebut hanya timbul karena adanya respons terhadap situasi tertentu disebut kecemasan situasional (*situational anxiety*). Kecemasan situasional berbeda dengan kekhawatiran biasa, cenderung tidak proporsional dan tidak realistis.

Kecemasan Menghadapi Menarche

Beberapa anak perempuan merasa malu ketika mereka pertama kali menstruasi. Mereka mungkin memiliki pengetahuan yang sedikit atau barangkali tidak ada informasi sama sekali mengenai menstruasi, dari mana datangnya atau kenapa dan apabila terjadi akan menyebabkan anak perempuan tersebut takut dan berpikir tentang kehilangan banyak darah (Byer, Shainberg, & Galliano, 1999).

Beragam reaksi yang didapat terhadap *menarche*, kebanyakan dari reaksi tersebut sifatnya biasa saja, anak perempuan menggambarkan reaksi terhadap menstruasi pertama kali sedikit mengecewakan, mengejutkan, menyenangkan dan positif. Reaksi positif terhadap *menarche* disebabkan *menarche* merupakan tanda kedewasaan seorang anak perempuan. Reaksi positif lainnya mengatakan bahwa anak perempuan yang sudah mengalami *menarche*, dapat memiliki anak dan hal tersebut merupakan tanda seorang wanita dewasa sejati (Santrock, 1998).

Reaksi negatif disebabkan oleh kerepotan dan ketidakbersihan dari *menarche*. Sebagian anak perempuan juga mengatakan bahwa *menarche* menyebabkan ketidaknyamanan fisik, tingkah laku menjadi tidak bebas atau terbatas, dan menyebabkan perubahan emosional (Santrock, 1998).

Semua rahasia dan kerepotan yang menyelubungi pribadi ibunya yang berkaitan dengan menstruasi, hamil dan kelahiran bayi, sekarang benar-benar jadi realitas bagi anak sendiri. Maka semakin muda usia seorang anak perempuan dan makin belum siap ia menerima peristiwa menstruasinya, semakin terasa terbebani dan buruklah pengalaman menstruasi itu (Kartono, 1995).

Sebaliknya sebagian anak perempuan akan merasa tidak sebanding atau malu apabila *menarche* mereka datang terlambat, khususnya ketika sebagian besar dari teman-teman anak perempuan tersebut sudah mendapatkan menstruasi (Byer, Shainberg, & Galliano, 1999). Akan tetapi, baik anak perempuan yang terlalu dini atau telat mengalami *menarche*, tanpa informasi yang tepat dan tiada kesiapan akan menimbulkan kecemasan dan ketakutan pada anak perempuan yang kemudian diperkuat dengan keinginan untuk menolak proses fisiologis menstruasinya. Oleh karena itu tidak jarang terjadi, bahwa sesudah menstruasi pertama, anak perempuan lalu tidak mendapatkan menstruasinya lagi selama beberapa bulan. Hal ini disebabkan oleh timbulnya penolakan anak perempuan tersebut secara tidak sadar akibat rasa cemas, yang kemudian diperkuat oleh rasa ketakutan (Kartono, 1995).

Pubertas

Santrock (1998) mengatakan bahwa pubertas merupakan masa kematangan secara fisik yang berlangsung terus menerus, melibatkan hormon dan perubahan tubuh yang terjadi memuncak pada masa awal remaja. Menurut Feldman (2000) masa pubertas merupakan masa terjadinya kematangan organ seksualitas, yang dimulai dahulu oleh anak perempuan baru kemudian anak laki-laki.

Shaffer (1999) mengatakan bahwa pubertas merupakan suatu titik temu ketika seseorang mencapai kematangan seksual dan secara fisik sudah mampu menghasilkan keturunan, baik anak laki-laki maupun anak perempuan. Menurut Papalia (2004), pubertas merupakan proses yang mengarah kepada kematangan seksual atau kemampuan untuk bereproduksi.

Lalu ada definisi yang mengatakan bahwa pubertas merupakan masa dimana reaksi kimia dan perubahan fisik pada tubuh anak terjadi maka anak tersebut sudah mampu melakukan reproduksi seksual (Vasta, Miller, & Ellis, 2004).

Anak Pra-Pubertas

Usia 5-11 tahun disebut pula sebagai masa latensi atau masa tersembunyi. Pada perioda ini macam-macam potensi dan kemampuan anak masih tersembunyi dan belum terpakai. Masa akhir masa latensi itu disebut sebagai masa *pueral* atau pra-pubertas. Kartono (1995) mengatakan usia 10-12 tahun merupakan usia masa *pueral* dimulai.

Masa *pueral* atau pra-pubertas ini ditandai oleh berkembangnya tenaga fisik yang berlimpah-limpah. Pada masa ini pertumbuhan jasmani sangat pesat. Bersamaan dengan pertumbuhan fisik yang pesat, berlangsung juga intelektual yang sangat intensif sehingga minat anak pada dunia luas sangat besar. Minat anak *pueral* itu sepenuhnya terarah pada hal-hal yang konkrit (Kartono, 1995).

Menurut Monks (1994), anak perempuan pada masa pra-pubertas ini mengalami perkembangan fisiologis diantaranya payudara mulai membesar, rambut mulai tumbuh dibawah lengan dan juga daerah *vulva* (alat kelamin perempuan bagian luar). Selain perubahan di bagian luar, ada pula perubahan di bagian dalam. Perkembangan fisiologis terus terjadi hingga tiba saat *menarche* sebagai salah satu ciri kemasakan seksual yang pokok, yaitu suatu kecenderungan untuk dapat hamil dan melahirkan.

Karakteristik Anak Pra-Pubertas

Menurut Kartono (1995) ciri yang paling menonjol pada usia ini adalah rasa harga diri yang menguat. Tidak ada perioda kehidupan manusia yang secara psikis begitu positif kuat daripada perioda pra-pubertas ini. Ciri khas anak-anak pra-pubertas lainnya adalah menarik perhatian orang lain dan menuntut pengakuan egonya. Anak perempuan ingin menonjolkan dirinya dengan memakai baju-baju bagus atau perhiasan, memotong rambut ke salon. Sedangkan anak laki-laki menyombongkan dirinya dengan memamerkan kekuatan,

Dirga Gunarsa dan Gunarsa (1995) mengatakan usia pra-pubertas juga ditandai dengan meningkatnya cara berpikir kritis

dan memiliki rasa ingin tahu yang besar. Pada masa ini sikap hidup anak pra-pubertas sudah bercorak sosial. Pendapat dari orang lain dan dunia sosial mulai didengarkan walaupun belum sepenuhnya (Kartono, 1995).

Metoda Penelitian

Desain Penelitian

Penelitian yang dilakukan bersifat kuantitatif. Penelitian ini juga bersifat non eksperimental dan korelasional.

Subyek Penelitian

Karakteristik subyek yang digunakan dalam penelitian adalah orang yang memiliki kriteria; berjenis kelamin perempuan, usia Pra-Pubertas, sedang bersekolah di sekolah dasar kelas 4, 5 dan kelas 6 SD, serta mereka yang belum mendapatkan menstruasi dan sudah mendapatkan pendidikan seks.

Sampel Penelitian

Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan *non-probability sampling technique* dengan metoda *convenience*

Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sikap terhadap menstruasi dan kecemasan menghadapi *menarche*. Variabel sikap terhadap menstruasi merupakan skor total yang diperoleh dari pengolahan alat ukur sikap terhadap menstruasi pada siswi kelas 4, 5 dan 6 SD. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin positif sikap siswi terhadap menstruasi. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin negatif sikap siswi terhadap menstruasi.

Variabel kecemasan menghadapi *menarche* merupakan skor total yang diperoleh dari pengolahan alat ukur kecemasan menghadapi *menarche*. Semakin tinggi skor maka semakin tinggi kecemasan siswi menghadapi *menarche*. Dan sebaliknya, semakin rendah skor maka

semakin rendah kecemasan siswi menghadapi *menarche*.

Uji Alat Ukur

Dalam penelitian ini, alat ukur sikap terhadap menstruasi diuji terlebih dahulu validitas isinya karena masih belum baku, sedangkan alat ukur kecemasan menghadapi *menarche* dimodifikasi dari alat ukur kecemasan yang sudah diuji oleh pakar.

Hasil pengumpulan data tersebut kemudian diolah untuk mengetahui validitas dan reliabilitas masing-masing alat ukur. Uji coba dilakukan terhadap 30 orang siswi SD yang belum mendapatkan menstruasi. Setelah hasil uji coba diperoleh maka selanjutnya dilakukan penyebaran kuesioner yang telah diperbaiki, guna mendapatkan data penelitian yang sesungguhnya.

Pengujian reliabilitas untuk melihat konsistensi alat ukur. Uji reliabilitas ini menggunakan bentuk reliabilitas konsistensi internal yang dilakukan dengan mengkorelasikan skor dari setiap butir dengan skor dari seluruh butir yang ada. Berdasarkan hasil pengujian reliabilitas tersebut maka diketahui butir yang dianggap baik dan butir yang dianggap kurang baik. Butir yang dianggap baik akan tetap digunakan, sedangkan butir yang kurang baik diperbaiki apabila butir tersebut merupakan butir yang cukup penting pernyataannya bagi alat ukur yang digunakan. Butir yang kurang baik yang tidak mewakili alat ukur tersebut akan dibuang dan tidak digunakan. Uji reliabilitas konsistensi ini menggunakan bentuk reliabilitas konsistensi internal, berdasarkan rumus *Coefficient Alpha Cronbach*. Selanjutnya perhitungan data tersebut akan dilakukan dengan menggunakan program SPSS versi 12.0.

Alat ukur sikap terhadap menstruasi dengan dimensi kognitif sebelum analisis butir memiliki reliabilitas sebesar 0,757 ($\alpha = 0,757$). Butir yang dianggap buruk adalah butir no 1 dan no 19, akan tetapi butir no 1 yang merupakan butir yang kurang baik diperbaiki, karena mewakili pernyataan penting dalam alat ukur sikap terhadap menstruasi dengan

dimensi kognitif. Reliabilitas dimensi kognitif sikap terhadap menstruasi setelah analisis butir menjadi sebesar 0,814 ($\alpha = 0,814$). Alat ukur sikap terhadap menstruasi dengan dimensi afektif sebelum analisis butir memiliki reliabilitas sebesar 0,741 ($\alpha = 0,741$). Berdasarkan hasil uji coba, dimensi afektif tidak memiliki butir yang buruk. Oleh karena itu reliabilitas dimensi ini tidak berubah yaitu sebesar 0,741 ($\alpha = 0,741$). Sedangkan alat ukur sikap terhadap menstruasi dengan dimensi konatif sebelum analisis butir memiliki reliabilitas sebesar 0,648 ($\alpha = 0,648$), memiliki butir yang dianggap buruk yaitu no 18 dan no 23. Oleh karena itu reliabilitas dimensi konatif berubah menjadi sebesar 0,680 ($\alpha = 0,680$).

Alat ukur kecemasan menghadapi *menarche* dengan dimensi fisik memiliki reliabilitas sebelum analisis butir sebesar 0,785 ($\alpha = 0,785$). Butir yang dianggap buruk adalah butir no 22. Reliabilitas setelah analisis butir menjadi sebesar 0,818 ($\alpha = 0,818$). Sedangkan reliabilitas dimensi psikis pada alat ukur kecemasan menghadapi *menarche* sebelum analisis butir sebesar 0,884 ($\alpha = 0,884$), tidak memiliki butir yang dianggap buruk. Karena itu reliabilitas dimensi psikis setelah analisis butir tidak berubah yaitu sebesar 0,884 ($\alpha = 0,884$).

Analisis Data

Gambaran Subyek Penelitian

Subyek dalam penelitian ini dapat dilihat berdasarkan usia, kelas, kesukaan membaca majalah, pendidikan ayah dan pendidikan ibu. Berdasarkan usia, subyek dalam penelitian ini memiliki usia antara 9 sampai dengan 13 tahun. Subyek yang berusia 9 tahun berjumlah 17 orang, subyek yang berusia 10 tahun berjumlah 51 orang, subyek yang berusia 11 tahun berjumlah 46 orang, subyek yang berusia 12 tahun berjumlah 22 orang, dan subyek yang berusia 13 tahun berjumlah 1 orang.

Berdasarkan kelas, subyek yang berada di kelas 4 berjumlah 23 orang, subyek yang berada di kelas 5 berjumlah 81 orang, subyek yang berada di kelas 6 berjumlah 33 orang.

Gambaran Sikap terhadap Menstruasi

Pengolahan data sikap terhadap menstruasi memiliki hasil yaitu sikap memiliki rerata sebesar 68,14. Sikap juga memiliki standar deviasi sebesar 7,26 ($SD=7,26$). Skor terendah yang diperoleh responden dalam penelitian ini adalah 46, sedangkan skor tertinggi adalah 86.

Gambaran Kecemasan Menghadapi Menarche

Pengolahan data kecemasan menghadapi *menarche* memiliki hasil yaitu kecemasan memiliki rerata sebesar 47,31. Kecemasan juga memiliki standar deviasi sebesar 8,42 ($SD=8,42$). Skor terendah yang diperoleh responden dalam penelitian ini adalah 27, sedangkan skor tertinggi adalah 71.

Uji Normalitas

Setelah diperoleh skor total, maka dilakukan uji normalitas pada kedua alat untuk mengetahui apakah distribusi data atau penyebaran data normal atau tidak. Penyebaran data pada penelitian ini normal karena uji normalitas variabel sikap terhadap menstruasi dan kecemasan menghadapi *menarche*, besarnya nilai *skewness* dan kurtosis pada kedua variabel ini lebih kecil dari 2. Syarat penyebaran suatu data normal jika nilai *skewness* dan kurtosis lebih kecil dari 2. Hasil uji normalitas menunjukkan penyebaran data normal maka perhitungan korelasi yang digunakan adalah korelasi *Pearson*.

Hasil Uji Hipotesis

Hasil uji hipotesis dari penelitian ini sesuai dengan hipotesis penelitian, yang artinya adalah terdapat hubungan yang signifikan antara sikap terhadap menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada anak-anak pra-pubertas. Hasil perhitungan menunjukkan besarnya korelasi antara sikap terhadap menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche* adalah -0,671 ($r = -0,671$). Korelasi ini menunjukkan adanya hubungan yang negatif antara sikap terhadap menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada anak-anak usia

pra-pubertas. Hubungan negatif ini berarti semakin positif sikap terhadap menstruasi maka semakin rendah kecemasan menghadapi *menarche* yang dimiliki oleh anak-anak pra-pubertas. Hal ini berlaku sebaliknya, yaitu semakin negatif sikap terhadap menstruasi maka kecemasan menghadapi *menarche* semakin tinggi pada anak-anak pra-pubertas.

Sikap Terhadap Menstruasi

Selain menjawab pertanyaan penelitian dan uji hipotesis, penelitian ini juga menghasilkan analisis terhadap data demografis responden untuk memperkaya informasi yang dapat diperoleh dari penelitian ini. Penelitian ini berusaha untuk mengetahui perbedaan usia, kelas, kesukaan membaca majalah, pendidikan ayah dan pendidikan ibu terhadap sikap terhadap menstruasi dan kecemasan menghadapi *menarche*. Analisis ini dilakukan dengan menggunakan perhitungan t-test dan *one-way ANOVA*.

Pada tabel *test of homogeneity* yang mengukur perbedaan usia pada subyek diketahui bahwa hasil signifikansi lebih besar dari 0.05 yaitu 0.262 yang berarti data homogen dan dapat dilanjutkan pada tabel berikutnya. Pada tabel ANOVA diketahui signifikansinya 0.039 lebih kecil dari 0.05 maka ada perbedaan sikap terhadap menstruasi pada usia 9 hingga 13 tahun. Sikap yang paling positif ditunjukkan oleh subyek yang berusia 13 tahun.

Perhitungan ANOVA mengenai perbedaan sikap terhadap menstruasi berdasarkan kelas menunjukkan bahwa hasil signifikansi pada tabel ANOVA lebih kecil dari 0.05 yaitu 0.006. Oleh karena itu, ada perbedaan sikap terhadap menstruasi pada kelas yang berbeda yaitu 4, 5, dan 6. Sikap yang paling positif ditunjukkan oleh subyek yang berada di kelas 6.

Perhitungan kesukaan membaca majalah dilakukan dengan perhitungan *independent t-test* karena hanya membedakan dua kelompok yaitu kelompok yang menyukai majalah dan kelompok yang tidak menyukai majalah. Perhitungan t-test mengenai kesukaan membaca majalah terhadap sikap terhadap menstruasi menunjukkan signifikansi lebih

besar dari 0.05 yaitu 0.188. Ini berarti tidak ada perbedaan sikap terhadap menstruasi pada subyek yang suka membaca dan tidak suka membaca majalah.

Sedangkan perhitungan mengenai perbedaan sikap terhadap menstruasi berdasarkan pendidikan ayah tetap menggunakan perhitungan ANOVA. Hasil signifikansi yang ditunjukkan pada tabel ANOVA lebih besar dari 0.05 yaitu 0.591. Ini berarti tidak ada perbedaan sikap terhadap menstruasi berdasarkan pendidikan ayah. Hal serupa juga ditunjukkan oleh perhitungan ANOVA mengenai pendidikan ibu terhadap sikap terhadap menstruasi menunjukkan hasil signifikansi yang lebih besar dari 0.05 yaitu 0.620. Ini berarti tidak ada perbedaan sikap terhadap menstruasi berdasarkan pendidikan ibu.

Kecemasan Menghadapi Menarche

Perhitungan ANOVA mengenai perbedaan kecemasan menghadapi *menarche* berdasarkan usia menunjukkan hasil signifikansi yang lebih kecil dari 0.05 yaitu 0.047. Hal ini berarti ada perbedaan kecemasan menghadapi *menarche* berdasarkan usia yang paling cemas ditunjukkan oleh subyek berusia 9 tahun.

Perbedaan kecemasan menghadapi *menarche* berdasarkan kelas menunjukkan hasil signifikansi yang lebih kecil dari 0.05 yaitu 0.03. Ini berarti ada perbedaan kecemasan menghadapi *menarche* berdasarkan kelas yang ditunjukkan oleh subyek yang berada di kelas 4.

Perhitungan kesukaan membaca majalah diperoleh dengan perhitungan *independent t-test* karena hanya membedakan dua kelompok yang suka membaca dan tidak suka membaca majalah. Hasil signifikansi menunjukkan hasil yang lebih besar dari 0.05 yaitu 0.791. Hal ini berarti tidak ada perbedaan kecemasan menghadapi *menarche* berdasarkan kesukaan membaca majalah.

Sedangkan perhitungan pendidikan ayah menggunakan ANOVA yang hasilnya menunjukkan lebih besar dari 0.05 yaitu 0.185, berarti tidak ada perbedaan kecemasan menghadapi *menarche* berdasarkan pendidikan ayah. Hal serupa

juga terjadi pada perhitungan ANOVA mengenai perbedaan kecemasan menghadapi *menarche* berdasarkan pendidikan ibu, yang hasilnya lebih besar dari 0.05 yaitu 0.708. Berarti tidak ada perbedaan kecemasan menghadapi *menarche* berdasarkan pendidikan ibu.

Pembahasan

Kartono (1995) mengungkapkan bahwa peristiwa paling penting pada masa pubertas dan remaja pada anak perempuan adalah gejala menstruasi atau haid. Anak gadis yang normal memiliki antisipasi yang berbeda-beda terhadap menstruasi. Anak-anak perempuan yang memiliki sikap positif terhadap menstruasi, maka pada saat datangnya *menarche* hal itu tidak akan menyebabkan anak perempuan menjadi cemas.

Hasil penelitian yang diperoleh sesuai dengan teori yang sudah dikemukakan yaitu adanya hubungan negatif antara sikap terhadap menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada anak usia pra-pubertas. Hasil penelitian ini didasarkan pada penelitian yang dilakukan pada 137 anak usia pra-pubertas yang belum mendapatkan menstruasi. Hasil penelitian dapat digeneralisasikan pada anak usia pra-pubertas.

Hasil dalam penelitian didukung dengan pernyataan yang dikemukakan oleh Rempel dan Baumgartner (2003) bahwa anak perempuan yang berkembang lebih cepat dari usia seharusnya mengalami *menarche*, terbukti mereka memiliki sikap yang negatif dan kecemasan yang lebih tinggi, dibandingkan bila anak perempuan mengalami *menarche* sesuai dengan usia yang semestinya.

Caruthers, Merriweather, dan Schooler (2005) juga mengatakan bahwa anak perempuan yang bersikap negatif untuk selanjutnya dalam kehidupan sehari-hari anak tersebut akan terbentuk suatu kepercayaan bahwa dirinya ternoda dan akan membenci dirinya sendiri. Akan tetapi sikap yang positif terhadap menstruasi memungkinkan anak mencintai dirinya sendiri, dapat bergaul dengan anak-anak

yang lain, serta melakukan aktivitas sehari-hari tanpa merasa terbebani.

Hal serupa juga didukung oleh pernyataan Benjet dan Guzman (2001) bahwa anak perempuan yang mengalami *menarche* erat kaitannya dengan perasaan cemas, khususnya anak perempuan yang mengalami *menarche* lebih cepat sebelum usia pubertas dibandingkan anak perempuan yang berada di usia yang tepat untuk mengalami *menarche*. Kecemasan pada anak perempuan seringkali terjadi di tahun-tahun anak perempuan menempuh sekolah dasar dan *menarche* merupakan penyebab kuat kecemasan.

Selain menguji hipotesis penelitian, penelitian ini juga menggambarkan data demografis responden seperti usia, kelas, kesukaan membaca majalah, pendidikan ayah, dan pendidikan ibu dengan sikap terhadap menstruasi dan kecemasan menghadapi *menarche*

Faktor usia dan kelas subyek berhubungan secara signifikan dengan sikap terhadap menstruasi, sedangkan faktor kesukaan membaca majalah, pendidikan ayah dan pendidikan ibu tidak berhubungan secara signifikan dengan sikap terhadap menstruasi. Jadi anak-anak yang sikapnya positif terhadap menstruasi adalah anak-anak yang berusia 12 tahun dan berada di kelas 6.

Hal serupa juga terjadi pada kecemasan menghadapi *menarche* yang dimiliki oleh anak-anak usia pra-pubertas. Hasil perhitungan dalam penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan kecemasan menghadapi *menarche* berdasarkan usia dan kelas pada anak usia pra-pubertas, usia yang paling cemas menghadapi *menarche* adalah anak usia 9 tahun dan berada di kelas 4. Faktor kesukaan membaca majalah, pendidikan ayah, dan pendidikan ibu tidak berhubungan secara signifikan dengan kecemasan menghadapi *menarche*.

Penelitian ini masih memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, jumlah sampel yang didapatkan dalam penelitian. Penulis berasumsi bahwa apabila terdapat sampel yang lebih besar mungkin hasilnya akan berbeda.

Kedua, keadaan anak-anak yang sedang belajar dan para guru berpendapat

anak-anak harus terburu-buru mengisi kuesioner karena apabila terlalu lama akan mengganggu kegiatan belajar mengajar di sekolah.

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif antara sikap terhadap menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada anak usia pra-pubertas. Hal tersebut berarti semakin positif sikap terhadap menstruasi maka semakin kurang kecemasan yang dimiliki anak usia pra-pubertas menghadapi *menarche*. Begitu pula sebaliknya, semakin negatif sikap terhadap menstruasi maka semakin lebih kecemasan menghadapi *menarche* pada anak usia pra-pubertas. Setelah dilakukan pengolahan dan analisis data, hasilnya sesuai dengan hipotesis penelitian. Hasil penelitian menunjukkan besarnya korelasi antara sikap terhadap menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche* adalah -0,671. Nilai korelasi tersebut menunjukkan nilai yang kuat moderat, berarti hubungan sikap terhadap menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche* cenderung kuat

Daftar Pustaka

- Ahmadi, H, "Psikologi sosial", Rineka Cipta, Jakarta, 1999.
- Alloy, L. B., Jacobson, N. S., & Acocella, J, "Abnormal psychology: Current perspectives", (8th ed), McGraw-Hill, New York, 1999.
- Atkinson, & Rita, L. (1993). Pengantar psikologi (8th ed). Jakarta: Penerbit Erlangga, Jakarta, 1993.
- Baron, R. A., & Bryne, D, "Social psychology", (10th ed), Pearson Education, New York, 2004.
- Benjet, C. & Guzman, L. H, "Gender differences in psychology well being of Mexican early adolescent. Adolescence", 36. Retrieved 27 April 2006 from <http://www.questia.com/pm?a=o&d=5001025293>, 2001.
- Berk, L. E, "Child development", (6th ed). Needham Heights, Allyn & Bacon, MA, 2003.
- Bourne, E., & Lorna, G, "Coping with anxiety", Oakland: New Harbinger, New York, 2003.
- Byer, C. O., Shainberg, L. W., & Galliano, G, "Dimensions of human sexuality", (5th ed), McGraw-Hill, New York, 1999.
- Caruthers, A. S., Merriweather, A., & Schooler, D, "Cycles of shame: Menstrual shame, body shame and sexual decision-making", *The Journal of sex research*, 42. Retrieved 30 May 2006 from <http://www.questia.com/pm.qst?a=o&d=5011989004>, 2005.
- Chaplin, C. P, "Kamus lengkap psikologi", Rajawali, Jakarta, 1995.
- Dayakisni, T. & Hudaniah, "Psikologi sosial", UMM Press, Malang, 2003.
- Dirga Gunarsa, S., & Gunarsa, Y.S.D, "Psikologi remaja", BPK Gunung Mulia, Jakarta, 2004.
- Dirga Gunarsa, S., & Gunarsa, Y.S.D, "Psikologi perkembangan anak dan remaja", BPK Gunung Mulia, Jakarta, 1995.
- Dwita, A., Natalia, J., & Soewono, W, "Pengaruh musik terhadap kecemasan penderita katarak menjelang operasi", *Anima, Indonesian psychological journal*, 2.179-195, 2002.
- Eagley, A. H., & Chaiken, S, "The psychology of attitudes", Harcourt Brace Javanovich College Publishers, FL, 1993.
- Feldman, R. S, "Development across the life span", (2nd ed), Upper Saddle River, Prentice Hall, NJ, 2000.

- Gerungan, W. A, "Psikologi sosial", Refika Aditama, Bandung, 2002.
- Hartanti., & Dwijayanti, J. E, "Hubungan antara konsep diri dan kecemasan menghadapi masa depan dengan penyesuaian sosial anak madura", *Anima, Indonesian psychological journal*, 7, 145-161, 1997.
- Kartono, K, "Psikologi anak: Psikologi perkembangan", Mandar Maju, Bandung, 1995.
- Kartono, K, "Psikologi wanita: Mengenal gadis remaja dan wanita dewasa", Bandar Maju, Bandung, 1992.
- Kingston, B, "Mengatasi nyeri haid", (4th ed), Penerbit Arcan, Jakarta, 1995.
- Mash, E. J., & Wolfe, D. A, "Abnormal child psychology", (3rd ed), Thomson Wadsworth, CA, 2005.
- Monks, F. J, "Psikologi perkembangan", GAMA Press, Yogyakarta, 1994.
- Morris, C. G, "*Understanding psychology*", (6th ed), Prentice Hall, NJ, 2003.
- Munandar, A. S, "Psikologi industri dan organisasi", UI-Press, Jakarta, 2001.
- Myers, D. G, "*Social psychology*", (4th ed), McGraw-Hill, New York, 1993.
- Nortman, C. B., Loftus, E. F., & Marshall, M. E, "*Psychology*", (5th ed), McGraw-Hill, New York, 1999.
- Paludi, M. A, "*The psychology of women*", (2nd ed), Prentice Hall, NJ, 2002.
- Papalia, D. E., & Olds, S. W, "*Human development*", (8th ed), McGraw-Hill, New York, 2004.
- Rempel, J. K., & Baumgartner, B, "*The relationships between attitude towards menstruation and sexual attitude, desires, behaviour in women*", *Archives of sexual behavior*, 32. Retrieved 20 May 2006 from <http://www.questia.com/pmqst?a=o&d=5001903531>, 2006.
- Rice, F. P, "*The adolescent: Development, relationship and culture*", Allyn & Bacon, Boston, 2002.
- Santrock, J. W, "*Adolescence*", (7th ed), McGraw-Hill, New York, 1998.
- Sarwono, S. W, "Psikologi remaja", (7th ed), Raja Grafindo Persada, Jakarta, 2003.
- Shaffer, D. R, "*Developmental psychology: Childhood and adolescence*", (5th ed), Brooks and Cole, CA, 1999.
- Sherr, L., & Lawrence J. S, "*Women, health and the mind*", John Wiley & Sons, Canada, 2000.
- Soetopo, H, "Kontribusi konsep diri dan kecemasan terhadap penyesuaian sosial pada anak delinkuen", Intisari skripsi S1 tidak diterbitkan, Fakultas Psikologi Unika Atma Jaya, Jakarta, 1999.
- Solomon, M. R, "*Consumer behaviour*", (4th ed), Prentice Hall, NJ, 1999.
- Supratiknya, A, "*Mengenal perilaku abnormal*", Kanisius, Jakarta, 1995.
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O, "*Social psychology*", Prentice Hall, NJ, 2003.
- Utami, F. R. K, "Hubungan antara persepsi istri terhadap dukungan sosial suami dengan tingkat kecemasan istri yang akan melahirkan", Intisari skripsi S1 tidak diterbitkan, Fakultas Psikologi Unika Atma Jaya, Jakarta, 2001.
- Vasta, R., Miller, S. A., & Ellis, S, "*Child psychology*", (4th ed), John Wiley & Sons, Canada, 2004.

Walgito, B, "Psikologi sosial: Suatu pengantar", ANDI, Yogyakarta, 2002.

Wirawan, H. E, "Buku ajar psikologi sosial 1", UPT Penerbitan Universitas Tarumanagara, Jakarta, 1998.

Wood, S. E., Wood, E. G., & Boyd, D, "The world of psychology", Pearson Education, New York, 2005.

Worthman, C. B, "Psychology", (5th ed), McGraw-Hill, New York, 1999.