

**IMPLEMENTASI PROGRAM MEMPERSIAPKAN  
MENSTRUASI PADA SISWA TINGKAT SEKOLAH  
DASAR DI MI MUHAMMADIYAH BEJI**



Oleh:

Umi Nur Chasanah

NIM: 17204080015

TESIS

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

**Diajukan kepada Program Magister (S2)  
Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga  
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh Gelar  
Magister Pendidikan (M. Pd.)  
Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah**

**YOGYAKARTA  
2021**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Umi Nur Chasanah

NIM : 17204080015

Jenjang : Magister (S-2)

Program Studi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 11 Juni 2021

Saya yang mengatakan,



Umi Nur Chasanah

NIM: 17204080015

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Umi Nur Chanasah  
NIM : 17204080015  
Jenjang : Magister (S-2)  
Program Studi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah  
Judul Tesis : KESIAPAN DAN MANAJEMEN KEBERSIHAN  
SISWA MENGHADAPI MENSTRUASI DITINGKAT  
SEKOLAH DASAR  
(STUDI KASUS DI MI MUHAMMADIYAH BEJI)

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika di kemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 11 Juni 2019

Saya yang mengatakan,



Umi Nur Chanasah

NIM: 17204080015

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.,  
Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan  
Keguruan  
UIN Sunan Kalijaga  
Yogyakarta

*Assalamua'alaikum wr.wb*

Setelah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

**“KESIAPAN DAN MANAJEMEN KEBERSIHAN SISWA MENGHADAPI MENSTRUASI DI TINGKAT SEKOLAH DASAR (STUDI KASUS DI MI MUHAMMADIYAH BEJI)”**

Yang ditulis oleh:

Nama : Umi Nur Chasanah

NIM : 17204080015

Jenjang : Magister (S-2)

Program Studi : Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah

Saya yang berpendapat bahwa tesis tersebut dapat diajukan kepada Program Magister Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd).

*Wassalamu'alaikum wr.wb.*

Yogyakarta, 10 Juni 2021

Pembimbing,



Dr. Siti Fatonah, S.Pd, M.Pd.  
NIP. 197102051999032008



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 513056 Fax. (0274) 586117 Yogyakarta 55281

## PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1506/Un.02/DT/PP.00.9/06/2021

Tugas Akhir dengan judul : IMPLEMENTASI PROGRAM MEMPERSIAPKAN MENSTRUASI PADA SISWA  
TINGKAT SEKOLAH DASAR DI MI MUHAMMADIYAH BEJI

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : UMI NUR CHASANAH, S.Pd.I  
Nomor Induk Mahasiswa : 17204080015  
Telah diujikan pada : Selasa, 22 Juni 2021  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Dr. Siti Fatonah, S.Pd., M.Pd  
SIGNED

Valid ID: 60f3908db6281



Penguji I

Dr. Aninditya Sri Nugraheni, S.Pd., M.Pd  
SIGNED

Valid ID: 60de85de810e7



Penguji II

Dr. Mohamad Agung Rokhimawan, M.Pd.  
SIGNED

Valid ID: 60e27bd0e4530



Yogyakarta, 22 Juni 2021  
UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Prof. Dr. Hj. Sri Sumarni, M.Pd.  
SIGNED

Valid ID: 61026474d3cbe

## ABSTRAK

**Umi Nur Chasanah, NIM. 17204080015.** Implementasi Program Memepersiapkan Menstruasi pada Siswa Tingkat Sekolah Dasar Di MI Muhammadiyah Beji. Tesis. Yogyakarta: Program Magister Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. 2021.

Seorang gadis mulai memasuki masa puber (dimulai usia 10-14 tahun), maka metabolisme dalam tubuhnya akan mengalami perubahan. Pada awal pubertas kadar hormon LH (*Lutenizing Hormone*) dan FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) akan meningkat dan merangsang hormon seks. Peningkatan kadar hormon menyebabkan pematangan payudara, ovarium, rahim, vagina, dan keluarnya menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengalaman anak dalam menyiapkan diri menghadapi menstruasi serta bagaimana para orangtua dan guru menyiapkan siswa tingkat sekolah dasar di MI Muhammadiyah Beji. Tahap yang dilakukan adalah dengan menggunakan data kualitatif.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, dengan tehnik pengambilan data secara wawancara mendalam. Partisipan berjumlah enam partisipan yang tercatat sebagai siswi di MI Muhammadiyah Beji, Tulung, Klaten yang telah mengalami menstruasi. Teknik pemilihan sampel adalah secara purposive sampling dan menggunakan media tape recording untuk mendokumentasikan data wawancara.

Hasil analisis data menunjukkan secara umum keenam partisipan tidak merasakan dampak negatif menstruasi pada emosional mereka. Kesiapan anak tergolong kurang karena dukungan informasi yang kurang. Perubahan yang terjadi dalam perilaku dan emosional juga tidak signifikan dikarenakan mereka sudah mempunyai kebiasaan baik sejak kecil seperti ibadah dan kerapian berpakaian. Peran orang tua dan guru dinilai kurang, dan sanitasi yang kurang baik menjadikan siswa menjalani menstruasi dengan kurang nyaman.

**Kata Kunci:** Implementasi, Program Mempersiapkan Menstruasi, Anak Usia Sekolah Dasar

## **ABSTRACT**

Umi Nur Chasanah. 17204080015 *Implementation of the Menstruation Preparation Program for Elementary School Students at MI Muhammadiyah Beji. Thesis. Yogyakarta: Masters Program at the Faculty of Tarbiyah and Teacher Training at Sunan Kalijaga State Islamic University, Yogyakarta. 2021.*

*A girl begins to enter puberty (starting at the age of 10-14 years), then the metabolism in her body will experience changes. At the beginning of puberty, hormone levels of LH (Lutenizing Hormone) and FSH (Follicle Stimulating Hormone) will increase and stimulate sex hormones. Increased hormone levels cause the maturation of the breasts, ovaries, uterus, vagina, and menstrual discharge. This study aims to examine the experience of children in preparing for menstruation and how parents and teachers prepare elementary school students at MI Muhammadiyah Beji, The step taken is to use qualitative data.*

*This study uses qualitative methods, with data collection techniques in depth interviews. There were six participants who were registered as students in the MI Muhammadiyah Beji, Tulung, Klaten who have experienced menstruation. The sample selection technique was purposive sampling and used tape recording media to document interview data.*

*The results of data analysis showed that in general the six participants did not feel the negative impact of menstruation on their emotions. Children's readiness is classified as less because of the lack of information support. Changes that occur in behavior and emotions are also not significant because they have had good habits since childhood such as worship and neatness of dress. The role of parents and teachers is considered lacking, and poor sanitation makes students less comfortable undergoing menstruation.*

**Keywords:** *Implementation, Program Preparing for Menstruation, Elementary School Age Children*

## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Pedoman transliterasi Arab-Latin yang digunakan dalam penelitian perpedoman pada surat keputusan bersama menteri agama RI dan menteri pendidikan dan kebudayaan RI nomor 158/1987 dan 0543b/U/1987, tanggal 22 januari 1998.

### A. Konsonan Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	ba'	B	Be
ت	ta'	T	Te
ث	ša'	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	ħa	ħ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Žal	Ž	zet (dengan titik di atas)
ر	ra'	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	šad	š	es (dengan titik di bawah)
ض	ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	ṭa'	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	ẓa'	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	'ain	'	koma terbaik di atas
غ	Gain	G	Ge
ف	fa'	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wawu	W	We
ه	ha'	H	Ha
ء	Hamzah	'	Apostrof



ي	ya'	Y	Ye
---	-----	---	----

### B. Konsonan rangkap karena Syahadah ditulis rangkap

متعقدين عدة	Ditulis Ditulis	muta' aqqidīn 'iddah
----------------	--------------------	-------------------------

### C. Ta' marbutah

1. Bila dimatikan ditulis h

هبة جزية	ditulis ditulis	Hibbah Jizyah
-------------	--------------------	------------------

(ketentuan ini tidak diperlakukan terhadap kata-kata Arab yang sudah terserap ke dalam bahasa Indonesia, seperti shalat, zakat, dan sebagainya, kecuali bila dikehendaki lafal aslinya). Bila diikuti dengan kata sandang "al" serta bacaan kedua itu terpisah, maka ditulis dengan h.

كرامه الاولياء	Ditulis	karāmah al-auliya'
----------------	---------	--------------------

2. Bila ta' marbutah hidup atau dengan harokat, fathah, kasrah, dan dammah ditulis t.

زكاة الفطر	Ditulis	zakātul fiṭri
------------	---------	---------------

### D. Vocal Pendek

_____	Kasrah fathah dammah	ditulis ditulis ditulis	i
_____			a
_____			u

### E. Vocal Panjang

fathah + alif جاهلية	ditulis	ā
fathah + ya' mati	ditulis	jāhiliyyah
يسعى	ditulis	a
kasrah + ya' mati	ditulis	yas'ā
كريم	ditulis	ī
dammah + wawu mati	ditulis	karīm
		u
		furūd

## F. Vocal Rangkap

fathah + ya' mati	ditulis	ai
بينكم	ditulis	bainakum
fathah + wawu mati	ditulis	au
قول	ditulis	qaulukum

## G. Vocal pendek yang berurutan dalam satu kata dipisahkan dengan apostrof

أنتم	ditulis	a'antum
أعدت	ditulis	u'idat
لئن شكرتم	ditulis	la'in syakartum

## H. Kata sandang alif + lam

a. Bila diikuti huruf qamariyah

القران	ditulis	al-Qura'ān
القياس	ditulis	al-Qiyās

b. Bila diikuti huruf syamsiah ditulis dengan menggandakan huruf syamsiyah yang mengikutinya, serta menghilangkan huruf l (el)-nya.

السماء	ditulis	as-Samā'
الشمس	ditulis	asy-Syams

## I. Penulisan kata-kata dalam rangkaian kalimat

ذوي الفروض	ditulis	ẓawī al-furūd
أهل السنة	ditulis	ahl al-sunnah

## MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ

Artinya :”Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan,  
sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”.<sup>1</sup>

“Hidup lebih Indah Jika Kita Bersyukur”

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

---

<sup>1</sup>Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya* (Jakarta: Depag RI, 1993), 478.

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Tesis ini saya persembahkan untuk

Almamater tercinta Program MAGISTER (S2) Program Studi Pendidikan Agama  
Islam Konsentrasi Pendidikan Agama Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan  
Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.



## KATA PENGANTAR

*Assalamu 'alaikum waramahtullahi wabarakatuh*

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

أَلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ، وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ. أَمَّا بَعْدُ

Syukur alhamdulillah kita panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah, serta Inayah-Nya sehingga penulis dapat melaksanakan serangkaian penelitian dan menyusun tesis ini yang berjudul “Kesiapan dan Manajemen Siswa menghadapi Menstruasi di Tingkat Dasar (Studi Kasus Di MI Muhammadiyah Beji)” Tesis ini disusun dalam rangka memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Magister (Strata 2) Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (M.Pd.), diajukan kepada Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI) Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Selama penulisan tesis ini tentunya kesulitan dan hambatan telah dihadapi. Dalam mengatasinya penulis tidak mungkin dapat melakukannya sendiri tanpa bantuan orang lain. Atas bantuan yang telah diberikan selama penelitian maupun dalam penulisan tesis ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Phil. Al Makin, S. Ag. M.A., selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menimba ilmu di program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

2. Prof. Dr. Hj. Sri Sumarni, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta beserta staf-stafnya, yang telah membantu penulis dalam menjalani studi program Magister Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah.
3. Dr. Siti Fatonah, S.Pd, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. sekaligus sebagai pembimbing tesis, yang telah memberikan arahan dan masukan beserta nasihat kepada penulis selama menyelesaikan studi di Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI) Magister (S2) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Dr. Aninditya Sri Nugraheni, M. Pd., selaku Sekretaris Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
5. Seluruh Bapak/Ibu Dosen dan karyawan TU Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah (PGMI) Magister (S2) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
6. Bapak Ibu guru beserta keluarga besar MI Muhammadiyah Beji yang telah membantu dan memberikan pelayanan yang baik dalam proses penelitian pada tesis ini.
7. Pimpinan dan seluruh karyawan atau karyawan perempuan perpustakaan UIN Sunan Kalijaga yang telah melayani dan mempermudah penulis dalam mencari sumber-sumber terkait tesis ini.

8. Pimpinan dan seluruh karyawan atau karyawan perempuan Universitas Gadjadara (UGM) yang telah melayani dan mempermudah penulis dalam mencari sumber-sumber terkait tesis ini
9. Keluarga kecilku Suami dan Anak-anakku, Khoerul Muqorrobin, Ananda Ma'wa 'Indana Maheswari, Ananda Fatih Manendra Alfarizki, serta yang masih dalam kandungan yang telah menjadi support sistem terbaikku
10. Ayah dan Ibu, Martijo, Siti Amaroh, Ayah dan Ibu Mertua, Slamet dan Samiyem, yang tak pernah berhenti untuk memberikan support dan selalu memberikan perhatian, cinta, kasih sayang serta do'a-do'anya.
11. Adik-adik tersayang Muhamad Lutfi Mubarak, Alfi Nasichatul Ummah, Arifah Imtichani dan seluruh keluarga besar yang selalu mendampingi, membantu menjaga anak-anak selama proses tesis.
12. Terimakasih kepada sahabat-sahabat terbaik yang selalu membantu Laili Nur Aini, Riza Agustina, Rahmaniatul Fithriah yang sedang berjuang sama-sama, dan telah berbagi ilmu dan pengalaman selama penulis meniti pendidikan, semoga persaudaraan kita tetap terjaga dan abadi selamanya.
13. Terimakasih kepada Teman-teman UIN Sunan Kalijaga terutama jurusan PGMI angkatan 2017 khususnya kelas A yang selalu menyemangati, dan memberi kebahagiaan selama ini, bertukar berbagi ilmu dan saling memotivasi.
14. Semua pihak yang telah ikut dalam penyusunan tesis ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, semoga amal baik yang kalian lakukan diterima

di sisi Allah SWT, dan senantiasa mendapatkan limpahan rahmat dan balasan terbaik dari-Nya. Aamiin.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan tesis ini masih terdapat banyak kekeliruan dan kekurangan. Oleh karena itu, dengan tangan terbuka, penulis sangat membutuhkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk perbaikan penelitian berikutnya. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat terutama bagi penulis dan masyarakat pada umumnya. Semoga Allah SWT selalu meridhai setiap langkah kaki kita. Aamiin.

Yogyakarta, 10 Juni 2019  
Penulis

Umi Nur Chasanah  
NIM: 17204080015



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>BEBAS PLAGIASI</b> .....	<b>iii</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING</b> .....	<b>iv</b>
<b>PENGESAHAN TUGAS AKHIR</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vii</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI</b> .....	<b>viii</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>xi</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>xii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xx</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xxi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian .....	8
D. Kajian Pustaka .....	9
E. Metode Penelitian .....	14
F. Sistematika Pembahasan.....	20
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b>	
A. Perkembangan Remaja .....	22
B. Konsep Menstruasi .....	28
C. Perubahan Emosional pada Saat Menstruasi .....	48
D. Peran Orangtua dan Guru mengatasi Perubahan Anak Menstruasi.....	50

<b>BAB III SETTINGAN PENELITIAN MI MUHAMMADIYAH BEJI</b>	
A. Sejarah Singkat .....	55
B. Visi, Misi, dan Tujuan .....	56
C. Keadaan Guru, Staff, Peserta Didik dan Sarana Prasarana .....	57
D. Sarana dan Prasarana .....	60
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	62
1. Deskripsi Wilayah Penelitian .....	62
2. Karakteristik Partisipan .....	63
3. Hasil Penelitian .....	65
B. Pembahasan .....	87
1. Kesiapan anak secara emosional menghadapi menstruasi .....	87
2. Perubahan perilaku dan emosional anak setelah mengalami menstruasi .....	90
3. Peran orangtua dan guru menghadapi anak menstruasi .....	99
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	105
B. Saran .....	107
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>109</b>
<b>LAMPIRAN</b>	
<b>RIWAYAT HIDUP</b>	

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Gambar Perkembangan Remaja.....	24
Gambar 2	Perkembangan Usia Pubertas Pada Anak Perempuan .....	25
Gambar 3	Siklus Terjadinya Menstruasi.....	31
Gambar 4	Toilet MI Muhammadiyah Beji .....	103



## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Guru dan Staff MI Muhammadiyah Beji .....	58
Tabel 2	Jumlah peserta didik MI Muhammadiyah Beji tahun pelajaran 2020/2021 .....	59
Tabel 3	Sarana dan Prasarana .....	60
Tabel 4	Karakteristik Partisipan.....	63
Tabel 5	Persentase Siswa Menstruasi .....	64
Tabel 6	Silabus Materi Haid atau Mentruasi .....	89



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Pedoman Observasi.....	113
Lampiran 2	Pedoman wawancara dengan Wali kelas VI.....	114
Lampiran 3	Pedoman wawancara dengan Wali murid kelas VI yang sudah menstruasi .....	115
Lampiran 4	Pedoman wawancara dengan Siswa kelas VI yang sudah menstruasi .....	116
Lampiran 5	Hasil Wawancara dengan Wali kelas VI MI Muhammadiyah Beji.....	118
Lampiran 6	Hasil Wawancara dengan Wali Murid Kelas VI .....	120
Lampiran 7	Hasil Wawancara dengan Siswa (Partisipan).....	128

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang Masalah

Seorang gadis mulai memasuki masa puber (dimulai usia 10-14 tahun), maka metabolisme dalam tubuhnya akan mengalami perubahan. Pada awal pubertas kadar hormon LH (*Lutenizing Hormone*) dan FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) akan meningkat dan merangsang hormon seks. Peningkatan kadar hormon menyebabkan pematangan payudara, ovarium, rahim, vagina, dan keluarnya menstruasi. Siklus menstruasi dipengaruhi oleh esterogen dan progesteron. Hormon-hormon ini menyebabkan perubahan fisiologis tubuh, yang dapat dilihat melalui beberapa gejala klinisnya, seperti perubahan basal tubuhnya, perubahan sekresi lendir leher rahim (serviks), perubahan serviks, siklus menstruasi (metode kalender) dan indikator minor kesuburan, seperti rasa nyeri dan perubahan payudara.<sup>1</sup>

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rummy Islami Zalni di seluruh SD Negeri dikecamatan Marpoyan Damai, Pekanbaru tentang hubungan status gizi, konsumsi makanan, dan aktifitas fisik mempengaruhi usia *menarche*, hasil temuan adalah rata-rata usia *menarche* anak adalah 11,9 tahun yang lebih dini dibandingkan dengan usia rata-rata *menarche* ibu yaitu 12,9 tahun, berhubungan dengan status gizi, asupan lemak, frekuensi konsumsi *junkfood*,

---

<sup>1</sup> Herri Zan Pieter and Namora lumongga Lubis, *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan*, Revisi. (Jakarta: Prenada media, 2010), 200.

dan aktifitas fisik.<sup>2</sup> Tidak hanya di Pekanbaru sebuah penelitian di Bogor mengenai usia *menarche*, konsumsi pangan, status gizi anak perempuan Sekolah Dasar di Bogor, penelitian yang dilakukan oleh Sanya Anda Lusiana di 14 Sekolah Dasar di Bogor menyimpulkan bahwasannya semakin baik status gizi, maka semakin awal usia *menarche*.<sup>3</sup>

Sebuah studi yang dilakukan di Filipina oleh Linda S. Adair yaitu rata-rata usia *menarche* adalah 12,4-13,9 tahun, usia *menarche* lebih awal pada anak perempuan yang tinggal diperkotaan, rumah tangga dengan status sosial dan ekonomi yang tinggi, yang ditunjukkan oleh status pendidikan ibu yang tinggi, kualitas perumahan yang lebih baik, dan kepemilikan aset, seperti TV atau kulkas.<sup>4</sup> Percepatan usia *menarche* pada anak menurut beberapa penelitian di Indonesia maupun di Filipina menunjukkan bahwa semakin baik status gizi mereka maka semakin cepat mereka akan mengalami *menarche*.

Tren penurunan usia pubertas sebenarnya di mana-mana seperti yang ditunjukkan oleh data yang dikumpulkan selama lebih dari satu abad di tujuh negara termasuk Inggris, Swedia, Belanda, Denmark, Norwegia, Finlandia, dan Amerika Serikat (dari 1960), Misalnya, di Belanda dan Finlandia, usia rata-rata saat pubertas turun dari 16,7 tahun pada tahun 1860 hingga sekitar 13,6 tahun pada 1980. Di Britania Raya, anak-anak jatuh tempo 6 bulan lebih

---

<sup>2</sup> Rummy Zalni, Heryudarini Harahap, and Sri Desfita, "Usia Menarche Pada Anak Perempuan Berhubungan Dengan Status Gizi, Konsumsi Makanan Dan Aktivitas Fisik," *Jurnal Kesehatan Reproduksi* 8, no. 2 (2017): 153–161.

<sup>3</sup> Sanya Anda Lusiana and Cesilia Meti Dwiriani, "Usia Menarche, Konsumsi Pangan, Dan Status Gizi Anak Perempuan Sekolah Dasar Di Bogor," *Jurnal Gizi dan Pangan* 2, no. 3 (2007): 26–35.

<sup>4</sup> L. S. Adair, "Size at Birth Predicts Age at Menarche.," *Pediatrics* 107, no. 4 (2001).

awal pada 1970 dibandingkan dengan anak-anak di India 1950.<sup>5</sup> Di Indonesia juga mengalami penurunan usia *menarche*. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010, rata-rata usia *menarche* pada perempuan usia 10-59 tahun di Indonesia adalah 13 tahun (20,0%) dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun.<sup>6</sup> Dikutip dari sebuah media online kompas.com bahwa anak perempuan mulai pubertas di usia 7 tahun,

“Anak-anak sekarang cenderung mengalami masa pubertas lebih awal. Pada anak perempuan, banyak yang sudah mulai pubertas di usia 6-7 tahun. Menurut Dr.Frank Biro, dokter anak dari Cininnati Children's Hospital Medical Center, kecenderungan pubertas dini bukan hanya dialami anak perempuan tapi juga anak laki-laki. "Secara umum, usia 7 tahun kini dianggap sebagai usia normal seorang anak menunjukkan tanda-tanda pubertas," kata Louise Greenspan, dokter endokrinologi anak. Pubertas terlalu dini atau disebut juga dengan pubertas prococious merupakan istilah medis untuk pubertas yang terjadi sebelum anak perempuan berusia 8 tahun dan anak laki-laki usia 9 tahun. Indonesia menempati urutan ke-15 dari 67 negara dengan penurunan usia haid pertama 0,145 tahun per dekade.<sup>7</sup>

Sejalan dengan berita kompas.com, media online Suara.com juga menulis kenapa sih remaja sekarang menstruasi lebih dini?

“Beberapa penelitian mengungkapkan fakta terbaru mengenai usia *menarche* (menstruasi pertama kali) yang semakin dini dari zaman ke zaman. *Menarche* kini dialami oleh anak perempuan yang usianya cenderung lebih muda. Jika sebelumnya *menarche* dialami oleh remaja perempuan berumur 11-14 tahun, pada masa ini, di sebuah penelitian ditemukan bahwa anak perempuan sudah mengalami menstruasi pertama kali di umur 9-11 tahun.”<sup>8</sup>

---

<sup>5</sup>Line Tremblay and Jean Yves Frigon, “Precocious Puberty in Adolescent Girls: A Biomarker of Later Psychosocial Adjustment Problems,” *Child Psychiatry and Human Development* 36, no. 1 (2005): 73–94.

<sup>6</sup> Kementerian Kesehatan, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar 2010. Jakarta: Badan Litbang Kesehatan, Kemenkes, 2010.

<sup>7</sup> Anak Perempuan Mulai Pubertas di Usia 7 Tahun (2016, Juni 22) Diakses pada 17 Februari 2020 <https://health.kompas.com/Anak>.

<sup>8</sup> Kenapa Sih Remaja Sekarang Menstruasi Lebih Dini? Ini Penjelasannya (2020, November 13) Diakses pada 25 november 2020. <https://www.suara.com/health/2020/11/13/090619/kenapa-sih-remaja-sekarang-menstruasi-lebih-dini-ini-penjelasannya>



Menurut Kementerian Pendidikan melalui Peraturan Menteri Pendidikan Nasional (Permendiknas) No.24/2007 telah mengatur tentang standar sarana dan prasarana untuk SD/MI, SMP/MTs, dan SMA/MA. Di antara standar minimal sarana toilet sekolah yang diatur adalah (1) ketersediaan toilet terpisah antara siswa laki-laki dan perempuan dengan jumlah yang disesuaikan dengan jumlah siswa, (2) bangunan fisik toilet memenuhi kriteria tertutup (berdinding dan beratap) dan dapat dikunci, dan (3) terdapat sarana penunjang seperti air bersih, tempat air, dan tempat sampah di dalam toilet.<sup>9</sup>

Tidak hanya pemerintah Indonesia badan internasional UNICEF juga menganjurkan sekolah menyiapkan sanitasi yang baik adalah pokok atau diprioritaskan. *“Note that menstrual hygiene interventions are needed in both primary and secondary schools, because girls can start their period at primary school age.”*<sup>10</sup> Dikarenakan perempuan terkadang mengalami menstruasi sejak masih ada di bangku sekolah dasar.

Istilah menstruasi dalam literatur Islam disebut haid. Haid secara bahasa adalah mengalirnya sesuatu. Kata haid berasal dari kata ha'da-haidhon, yang diartikan keluarnya darah haid. Secara syara', haid adalah darah yang keluar dari ujung rahim perempuan ketika dia dalam keadaan sehat, bukan semasa melahirkan bayi atau semasa sakit dan darah tersebut keluar pada masa tertentu. Peristiwa haid meskipun merupakan peristiwa kematangan seks

---

<sup>9</sup>Hastuti, Rika Kumala Dewi, and Putri Pramana, *Studi Kasus Manajemen Kebersihan Menstruasi ( MKM ) Siswa SD Dan SMP Di Indonesia ( MKM ) Siswa SD Dan SMP Di Indonesia*, 2019, 18.

<sup>10</sup> Sarah House, Thérèse Mahon, and Sue Cavill, “Menstrual Hygiene Matters Hygiene around the World,” *UKaid* 1, no. 1 (2012): 2–343.

secara fisik, tetapi sangat berpengaruh pada kondisi psikologis. Selama awal periode haid, anak perempuan sering mengalami sakit kepala, sakit punggung, kejang, dan sakit perut, bahkan ada yang sampai pingsan, muntah-muntah, gangguan kulit, pembengkakan pada tangan dan kaki. Karena itu timbullah rasa lelah dan tertekan, mudah marah dan disebut dengan PMS.<sup>11</sup>

*Pre-menstrual syndrome* (PMS) adalah sekumpulan gejala yang tidak menyenangkan, baik fisik maupun psikis, yang dialami oleh perempuan menjelang masa haid, yaitu sekitar satu atau dua minggu sebelum haid. Sindrom atau gejala PMS ini akan hilang begitu haid mulai atau bahkan 1-2 hari menjelang menstruasi. Tidak ada tes atau pemeriksaan laboratorium ataupun pemeriksaan lain yang dapat digunakan untuk menegakkan diagnosis PMS. Sebagian besar perempuan pernah mengalami satu atau beberapa gejala yang umum disebutkan sebagai gejala PMS, walaupun tingkat keparahannya sangat bervariasi, dari yang sangat ringan sampai sangat berat. Ada yang mengalaminya sekali sekali saja, tidak setiap kali menjelang menstruasi. Ini tidak dapat dikategorikan sebagai PMS. Gejala tidak menyenangkan yang dialami menjelang PMS baru dapat dikategorikan PMS, apabila Anda mengalaminya hampir setiap kali, paling tidak tiga kali berturut-turut, sebelum masa menstruasi.<sup>12</sup>

Hasil studi Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) melakukan penelitian pada tahun 2018 dan menyebutkan bahwa 63% orangtua siswi tidak

---

<sup>11</sup> Eti Nurhayati, *Psikologi Perempuan Dalam Berbagai Perspektif* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), 134–135.

<sup>12</sup> Ernawati Sinaga et al., *Manajemen Kesehatan Menstruasi, Acta Universitatis Agriculturae et Silviculturae Mendelianae Brunensis* (Jakarta: Universitas Nasional IWWASH Global One, 2017).

pernah menjelaskan tentang menstruasi kepada anaknya, dan 45% orangtua siswi merasa tidak perlu menjelaskan menstruasi kepada anaknya karena alasan tidak pantas.<sup>13</sup> Sejalan dengan temuan diatas beberapa orang tua di MI Muhammadiyah Beji beranggapan tidak perlu menjelaskan mengenai menstruasi karena merasa di madrasah anak-anak mereka mengetahui menstruasi karena ada pembelajaran yang pembahasan Haid di pembelajaran Fiqh.<sup>14</sup>

Minimnya informasi dan pengetahuan mengenai menstruasi menjadikan seolah-olah menstruasi adalah hal yang tidak wajar atau tabu, padahal seharusnya laki-laki maupun perempuan harus mengetahui dan memahami tentang menstruasi, karena menstruasi adalah hal yang sangat lumrah terjadi pada perempuan. Edukasi mengenai menstruasi perlu digalakkan untuk memberikan rasa nyaman pada siswi yang akan mengalami dan sudah mengalami menstruasi, untuk para siswa perlu mengetahui agar tidak mengolok-olok atau membuat canggung para siswi teman mereka. Penelitian berikut untuk mengetahui sejauh mana siswi mengetahui serba-serbi menstruasi pada tingkat sekolah dasar.

Meskipun pubertas adalah transisi universal, ada perbedaan individu yang substansial dalam anak-anak pengalaman biologis, dan perbedaan-perbedaan individual ini telah terbukti sebagai prediktor vital bagi kesehatan dan kesejahteraan remaja. Pada anak perempuan, relatif lebih bisa teratasi

---

<sup>13</sup> Hasil studi Manajemen Studi Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) yang dilakukan oleh Yayasan Plan Internasional Indonesia di tahun 2018 terhadap siswa SD dan SMP di Provinsi DKI Jakarta, NTT, dan NTB.

<sup>14</sup> Hasil wawancara dengan 4 orang tua siswi MI Muhammadiyah Beji pada tanggal

karena mempunyai beberapa teman sebaya yang mengalami kesulitan psikososial (Depresi, bunuh diri, kegelisahan, gangguan makan, kenakalan, prestasi akademik yang buruk Graber et al., 1997; Stice et al., 2001 Stattin & Magnusson, 1990).<sup>15</sup> Selaras dengan hasil wawancara dengan wali kelas 6 MI Muhammadiyah Beji, Tulung, Klaten yang bernama Umi Nur'aliah mengatakan bahwa tidak begitu terlihat perubahan antara anak perempuan yang sudah menstruasi maupun belum karena mereka telah mendapatkan ilmu tentang haid dari kelas V, dan ilmu tentang Reproduksi di kelas VI, tetapi tidak dapat dipastikan mengenai emosional peserta didik tanpa meneliti lebih dalam.<sup>16</sup>

“Ciri-ciri orang menstruasi biasa ditandai dengan kram perut dan mood yang naik turun. Ciri-ciri menstruasi ini kerap kali disebut dengan sindrom pramenstruasi (PMS). Namun sayangnya tak semua wanita terutama remaja memahami hal tersebut. Fakta yang ada sekarang, menurut Survei Demokrasi dan Kesehatan Indonesia 2017 Buku Remaja dari Kementerian Kesehatan, ada 1 dari 5 remaja putri di Indonesia tidak mendapat informasi menstruasi sebelum mereka mengalami menstruasi pertama. Ditambah dengan anggapan bahwa menstruasi merupakan hal yang tabu untuk dibicarakan. Dari sisi kebersihan, menurut Profil Sanitasi Sekolah Tahun 2017 dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, ditemukan bahwa 1 dari 3 sekolah tidak memiliki akses air, dan 1 dari 2 sekolah tidak mempunyai toilet terpisah untuk murid laki-laki dan perempuan.”<sup>17</sup>

Artikel yang ditulis dan dipublikasikan oleh Liputan6.com sekaligus survei lapangan yang ada membuat penelitian ini semakin menarik untuk di gali mengingat adanya penurunan usia anak menstruasi, bahkan di tingkat sekolah dasar. Bagaimanapun juga emosional anak perempuan menjelang dan

---

<sup>15</sup> Jane Mendle and Joseph Ferrero, “Detrimental Psychological Outcomes Associated with Pubertal Timing in Adolescent Boys,” *Developmental Review* 32, no. 1 (2012): 49–66.

<sup>16</sup> Hasil wawancara dengan wali kelas VI Umi Nur'aliah pada hari jumat 20 Desember 2019 di MI Muhammadiyah Beji, Tulung Klaten

<sup>17</sup> Pemberian Edukasi Soal Kebersihan Menstruasi Bagi Remaja Putri (2019, 8 November) diakses pada 25 november 2020, Liputan6.com

ketika menstruasi sangat penting untuk diteliti lebih dalam mengenai dampak apa saja yang terjadi pada peserta didik. Peneliti mengalami waktu sekolah dasar dan sampai lulus kelas VI pada tahun 2007 baru satu teman yang mengalami menstruasi dan pasti mengalami gangguan dalam menstruasi yaitu PMS (Pra menstrual Sindrome) untuk tingkatan keparahan tidak dapat dipastikan.

## **B. Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah dalam pembahasan ini adalah:

1. Bagaimana pengalaman anak dalam menyiapkan diri menghadapi menstruasi di MI Muhammadiyah Beji?
2. Bagaimana perubahan anak setelah menstruasi di MI Muhammadiyah Beji?
3. Bagaimana peran guru dan orang tua menghadapi anak menstruasi di MI Muhammadiyah Beji?

## **C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan pembahasan makalah ini adalah sebagai berikut:

- a. Untuk mengkaji pengalaman anak dalam menyiapkan diri menghadapi menstruasi di MI Muhammadiyah Beji
- b. Untuk menganalisis perubahan anak setelah menstruasi di MI Muhammadiyah Beji
- c. Untuk menganalisis peran guru dan orang tua terhadap menghadapi anak menstruasi di MI Muhammadiyah Beji

## **2. Kegunaan Penelitian**

Peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun manfaat secara praktis baik bagi guru, orangtua, dan lembaga pendidikan:

### **a. Manfaat teoritis**

Penelitian ini berguna untuk memberikan kontribusi ilmu pengetahuan mengenai pengalaman anak mempersiapkan menstruasi ditingkat dasar, penanganan yang dilakukan oleh orang tua dan guru dalam menghadapi siswa yang sudah menstruasi.

### **b. Manfaat praktis**

1) Penelitian ini dapat memberikan gambaran bahwasannya siswa tingkat dasar sudah mulai mempersiapkan pengetahuan untuk mampu menangani dengan baik perubahan yang terjadi ketika menstruasi.

2) Penelitian ini dapat digunakan sebagai refleksi dan acuan guru sekaligus orang tua dalam menyiapkan penanganan anak menghadapi menstruasi agar tidak menimbulkan dampak negatif untuk kedepannya atau masa dewasa nanti.

## **D. Kajian Pustaka**

Penelitian mengenai dampak menstruasi ini bukanlah yang pertama kali dilakukan, berikut beberapa penelitian yang relevan dengan kajian ini antara lain dilakukan oleh Indah Lutfia, Jane Mendle, Line Tremblay, Charlotte N. Markey, Xiaojia Ge, Lilis Suryani dan Tri Esti Budiningsih

*Pertama* penelitian yang dilakukan oleh Indah Lutfia dengan judul “Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar dalam menghadapi *Menarche*”.<sup>18</sup> Hasil penelitian menyebutkan bahwa tingkat pengetahuan mengenai *menarche* atau kualitas informasi terutama dari keluarga sangat berpengaruh terhadap kesiapan siswi dalam menghadapi menstruasi pertamanya atau *menarche* berbeda dengan teori yang dikemukakan Yusuf (2012) yang berpengaruh dalam kesiapan adalah jumlah informasi terkait *menarche* yang diterima oleh siswi. Penelitian yang diungkapkan Indah memiliki relevansi di pengaruh kesiapan siswi menghadapi *menarche*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah mengenai dampak dari menstruasi termasuk *menarche* pada siswi di sekolah dasar terhadap psikososial dan emosional. *Menarche* adalah hari pertama mengalami menstruasi.

*Kedua*, penelitian yang dilakukan oleh Jane Mendley yang berjudul *Detrimental psychological outcomes associated with pubertal timing in adolescent boys*.<sup>19</sup> Penelitian tersebut lebih pada dampak pubertas anak laki-laki. Hasil temuan dari penelitian adalah waktu perkembangan seorang anak laki-laki yang diiringi dengan adanya dampungan orang yang telah mengalami atau teman sebaya yang sudah berpengalaman dan berperilaku baik memicu pengaruh baik pada anak laki-laki. Pada penelitian tersebut lebih fokus pada anak laki-laki dengan dampak psikologisnya ketika mengalami pubertas. Pada laki-laki maupun perempuan sebenarnya mempunyai persamaan masa

---

<sup>18</sup> Indah Lutfiya, “Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Menarche,” *Jurnal Biometrika dan Kependudukan* 5, no. 2 (2017): 135.

<sup>19</sup>Mendle and Ferrero, “Detrimental Psychological Outcomes Associated with Pubertal Timing in Adolescent Boys.”

pubertas dan hormon-hormon seksual akan mengalami perkembangan dengan sempurna. Kesiapan psikologi paling menentukan dampak dari pubertas pada laki-laki maupun perempuan.

*Ketiga*, penelitian yang dilakukan oleh Line Tremblay dengan judul *Precocious Puberty in Adolescent Girls: A Biomarker of Later Psychosocial Adjustment Problems*.<sup>20</sup> Penelitian ini mengemukakan hipotesis kondisi stres akan mempercepat pematangan pubertas pada anak perempuan remaja dan bahwa anak perempuan yang lebih cepat dewasa akan menampilkan lebih banyak masalah perilaku daripada rekan-rekan mereka yang tepat waktu atau terlambat dewasa selama perkembangan pubertas. Hasil temuan bahwa pubertas dini bisa menjadi indikator stres pada anak, dengan demikian, memungkinkan para profesional untuk melakukan intervensi dini dan untuk mencegah masalah kemudian dalam penyesuaian psikososial. Temuan ini menjadi relevan dengan adanya dampak psikososial pada masa pubertas anak perempuan.

*Keempat*, penelitian yang dilakukan oleh Charlotte N. Markey yang berjudul *Personality, puberty, and preadolescent girls risky behaviors: Examining the predictive value of the Five-Factor Model of personality*.<sup>21</sup> Penelitian tersebut mengemukakan bahwa kepribadian dan kebiasaan perempuan juga masa pubertas mempengaruhi lima model kepribadian. Hasil temuan bahwa pentingnya pemahaman pubertas dan sifat-sifat kepribadian

---

<sup>20</sup>Tremblay and Frigon, "Precocious Puberty in Adolescent Girls: A Biomarker of Later Psychosocial Adjustment Problems."

<sup>21</sup> Charlotte N. Markey, Patrick M. Markey, and Barbara J. Tinsley, "Personality, Puberty, and Preadolescent Girls' Risky Behaviors: Examining the Predictive Value of the Five-Factor Model of Personality," *Journal of Research in Personality* 37, no. 5 (2003): 405–419.



menentukan perilaku hidup sehat dan perbedaan individu yang stabil atau tidak berubah drastis ketika mengalami pubertas. Penelitian ini relevan karena pada kasusnya pubertas dapat mempengaruhi psikologi anak perempuan, tanda-tanda pubertas adalah salah satunya menstruasi, sedangkan penelitian yang akan dilakukan lebih pada bagaimana dampak dari menstruasi itu sendiri.

*Kelima*, penelitian yang dilakukan oleh Xiaojia Ge yang berjudul *Pubertal Transitions, Perceptions or Being Overweight and Adolescents Psychological Maladjustment: Gender and Ethnic Differences*.<sup>22</sup> Penelitian mengkaji mengenai pertumbuhan fisik ketika pubertas berdampak pada psikologi, pada perempuan maupun laki-laki. Perempuan lebih banyak yang tampak pada kelebihan berat badan berdampak pada penyesuaian diri terhadap dampak pubertas, tidak hanya mengenai berat badan tetapi juga mengenai etnik atau kebiasaan yang ada di daerah masing-masing, bagaimana lingkungan memperlakukan ketika perempuan harus mengalami penyesuaian diri terhadap dampak pubertas. Hasil temuan berupa kesiapan pengetahuan sangat mempengaruhi penyesuaian anak ketika pubertas baik laki-laki maupun perempuan. Kajian ini menjadi relevan mengenai dampak sosial terhadap pubertas atau pada perempuan berupa mengalami masa menstruasi.

*Keenam*, penelitian yang dilakukan oleh Lilis Suryani dengan judul “Penyesuaian diri pada Masa Pubertas”.<sup>23</sup> Pada pubertas remaja mengalami perubahan fisik dan psikologis. Remaja seharusnya mampu menyesuaikan diri

---

<sup>22</sup> X. Ge, R. D. Conger, and G. H. Elder, “Pubertal Transition, Stressful Life Events, and the Emergence of Gender Differences in Adolescent Depressive Symptoms.,” *Developmental psychology* 37, no. 3 (2001): 404–417.

<sup>23</sup> Lilis Suryani Lilis Suryani, “Penyesuaian Diri Pada Masa Pubertas,” *Konselor* 2, no. 1 (2013): 136–140.

dengan perubahan yang terjadi saat pubertas dalam menerima kondisi fisik dan menggunakannya secara efektif. Faktanya di sekolah masih banyak anak muda yang belum mampu sesuaikan dengan perubahan yang terjadi pada tubuh. Hasil temuan menyatakan bahwa penyesuaian remaja pada dampak pubertas kurang baik, tentu sangat relevan dengan dampak sosial dan emosional remaja yang sedang mengalami pubertas yaitu menstruasi ketika belum mampu menyesuaikan diri dengan baik.

*Ketujuh*, penelitian yang dilakukan oleh Tri Esti Budiningsih dan Arita Ramadhani dengan judul “Dampak Pubertas Dini pada Perkembangan Anak (Studi Fenomenologis pada Siswa SD Hj. Isriati Baiturrahman Kota Semarang Tahun 2009)”. Penelitian ini mengkaji tentang perubahan-perubahan pada siswa sekolah dasar yang mengalami pubertas dini yaitu sebelum umur 10 tahun, yaitu mengenai perubahan fisik dan psikologis siswa. Hasil dari penelitian tersebut adalah bagaimana siswa dapat berkembang dengan baik yaitu menganggap bahwa pubertas adalah hal yang lazim dan akan terjadi pada masanya karena lingkungan yang mendukung dan mengetahui perubahan-perubahan pada siswa yang mengalami pubertas dini. Begitupun sebaliknya siswa akan merasa aneh dengan perubahan pada masa pubertas atau emosional yang kurang baik karena lingkungan yang tidak menyiapkan atau mengetahui pubertas dini pada siswa SD.<sup>24</sup>

---

<sup>24</sup> Tri Esti Budiningsih and Arita Ramadhani, “Dampak Pubertas Dini Pada Perkembangan Anak (Studi Fenomenologis Pada Siswa SD Hj. Isriati Baiturrahman Kota Semarang Tahun 2009),” *Intuisi* 1, no. 3 (2004).

## **E. Metode Penelitian**

### **1. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif dilakukan pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen), langsung ke sumber data dan peneliti adalah sebagai instrument kunci. Penelitian kualitatif lebih bersifat deskriptif. Data yang terkumpul berbentuk kata-kata atau gambar, sehingga tidak menekankan pada angka. Penelitian ini lebih menekankan pada proses daripada produk atau *outcome*, analisis data secara induktif dan penelitian ini lebih menekankan makna (data dibalik yang teramat).<sup>25</sup>

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif (*qualitative approach*) adalah suatu mekanisme kerja penelitian yang mengandalkan uraian deskriptif kata, atau kalimat, yang disusun secara cermat dan sistematis mulai dari menghimpun data hingga menafsirkan dan melaporkan hasil penelitian. Secara hasil, pendekatan kualitatif memberikan panduan yang sangat spesifik dan rinci terhadap hasil penelitian, ia bersifat subjektif dan transferability. Karenanya tidak mungkin adanya generalisasi dalam penelitian kualitatif.<sup>26</sup>

### **2. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di MI Muhammadiyah Beji, Tulung, Klaten. Penelitian ini dilaksanakan pada semester genap tahun pelajaran 2018/2019 mulai bulan Februari 2019- April 2019.

---

<sup>25</sup> Sugiyono, *Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis, Dan Disertasi* (Bandung: Alfabeta, 2014), 230–231.

<sup>26</sup> Ibrahim, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2015), 52–54.

### 3. Subjek dan Objek Penelitian

Dalam penelitian kualitatif tidak menggunakan istilah populasi, tetapi oleh Spradley dinamakan “*social situation*” atau situasi sosial yang terdiri atas tiga elemen yaitu: tempat (*place*), pelaku (*actors*), dan aktivitas (*activity*) yang berinteraksi secara sinergis.<sup>27</sup> Dalam penelitian kualitatif tidak menggunakan populasi, karena penelitian kualitatif berangkat dari kasus tertentu yang ada pada situasi sosial tertentu dan hasil kajiannya tidak akan diberlakukan ke populasi, tetapi ditransferkan ke tempat lain pada situasi sosial yang memiliki kesamaan dengan situasi sosial pada kasus yang dipelajari. Sampel dalam penelitian kualitatif bukan dinamakan responden, tetapi sebagai nara sumber, atau partisipan, informan, teman dan guru dalam penelitian. Sampel dalam penelitian kualitatif, juga bukan disebut sampel statistik, tetapi sampel teoritis, karena tujuan penelitian kualitatif adalah menghasilkan teori. Sampel dalam penelitian kualitatif juga disebut sebagai sampel konstruktif, karena dengan sumber data dari sampel itu dapat dikonstruksikan fenomena yang semula masih belum jelas.

#### a. Subyek Penelitian

- 1) Guru Kelas VI, Ibu Umi Nuradiyah yaitu sebagai sumber untuk mengetahui perubahan emosional siswa di MI Muhammadiyah Beji.

---

<sup>27</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2014), 297.

- 2) Peserta didik kelas VI yang telah menstruasi dan *menarche*, peserta didik sebagai sumber untuk mengetahui tentang dampak menstruasi terhadap emosional anak.
- 3) Wali murid kelas VI yang telah menstruasi dan *menarche*, wali murid sebagai sumber untuk mengetahui dampak menstruasi terhadap perubahan emosional di dalam keseharian di rumah.

b. Obyek Penelitian

Obyek penelitian adalah informasi atau data yang diperoleh dari subyek penelitian. Obyek penelitian ini adalah dampak menstruasi terhadap perubahan emosional siswa.

#### 4. Teknik Pengumpulan Data

a. Metode Observasi

Secara terminologi, observasi berasal dari istilah Inggris *observation* yang bermakna pengamatan, pandangan, pengawasan. Atau dalam kata keterangan sebagai observer yang berarti mengamati, melihat, meninjau, menjalankan, mematuhi, memperhatikan, menghormati.<sup>28</sup> Observasi atau yang disebut pula dengan pengamatan, meliputi kegiatan mengamati sesuatu objek, dengan menggunakan seluruh alat indra. Jadi, observasi dapat dilakukan dengan melalui penglihatan, penciuman, pendengaran, peraba, dan pengecap.<sup>29</sup> Tetapi dalam observasi ini, peneliti hanya menggunakan indra penglihatan dan pendengaran dalam mengumpulkan informasi atau data.

---

<sup>28</sup> Ibrahim, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, 80.

<sup>29</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), 199–200.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode observasi pengamatan langsung. Peneliti juga menggunakan teknik pengumpulan data observasi partisipasi pasif di mana peneliti datang ke tempat kegiatan, namun tidak ikut terlibat di dalamnya.

b. Metode Wawancara

Wawancara adalah pertemuan antara dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu.<sup>30</sup> Sebelum mengumpulkan data di lapangan dengan metode wawancara, peneliti menyusun daftar pertanyaan sebagai pedoman di lapangan. Tetapi daftar pertanyaan tidak menjadi mutlak, dapat mengalami perubahan sesuai situasi dan kondisi di lapangan.<sup>31</sup> Penelitian ini menggunakan wawancara bebas terpimpin yaitu wawancara yang menggunakan pedoman wawancara tetapi hanya sekedar pokok-pokoknya sehingga dimungkinkan terdapat perubahan.<sup>32</sup> Wawancara yang dilakukan dalam penelitian ini antara lain adalah Guru kelas VI, Wali murid kelas VI yang sudah menstruasi, Siswa kelas VI yang sudah menstruasi dan *menarche* di MI Muhammadiyah Beji.

Hal ini dilakukan untuk memperoleh data mengenai bagaimana mempersiapkan siswa tingkat sekolah dasar menghadapi

---

<sup>30</sup> Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2013), 73.

<sup>31</sup> Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kualitatif: Aktualisasi Metodologis Ke Arah Ragam Varian Kontemporer* (Jakarta: Grafindo, 2012), 101.

<sup>32</sup> Sukandarrumidi, *Metodologi Penelitia* (Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2012), 96.

menstruasi, hambatan-hambatannya, serta upaya yang dilakukan untuk mengatasi hambatan tersebut.

c. Metode Dokumentasi

Dokumentasi, dari asal katanya dokumen, yang artinya barang-barang tertulis. Di dalam melaksanakan metode dokumentasi, peneliti mengambil atau mengabadikan benda-benda tertulis seperti buku-buku majalah, dokumen, catatan harian, dan sebagainya.<sup>33</sup>

Dokumentasi dalam penelitian ini dilakukan untuk memperoleh data mengenai program mempersiapkan menstruasi siswa tingkat sekolah dasar di MI Muhammadiyah Beji.

## 5. Teknik Analisa Data

Dalam penelitian kualitatif, teknik analisis data yang digunakan sudah jelas, yaitu diarahkan untuk menjawab rumusan masalah. Data diperoleh dari berbagai sumber, dengan menggunakan teknik analisis data yang bermacam-macam (triangulasi), dan dilakukan secara terus menerus sampai datanya jenuh.<sup>34</sup>

Tahapan dalam analisa data ini adalah sebagai berikut:

a. Reduksi Data

Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya.<sup>35</sup> Reduksi data yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu

---

<sup>33</sup> Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, 2011.

<sup>34</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D)*, 333.

<sup>35</sup> *Ibid.*, 93.

mengumpulkan data dan menerangkan data yang memfokuskan pada hal-hal yang berhubungan dengan wilayah penelitian dan menghapus data yang tidak berpola, baik dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Reduksi data berlangsung selama proses penelitian sampai tersusunnya laporan akhir penelitian.

b. *Data Display* (penyajian data)

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah mendisplay data. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya.<sup>36</sup> Melalui penyajian data tersebut, maka data terorganisasikan, tersusun dan pola hubungan, sehingga akan mudah dipahami. Bentuk yang paling sering dari model data kualitatif selama ini adalah teks naratif.<sup>37</sup>

c. *Conclusion Drawing/Verification*

Langkah ke tiga dalam analisis data kualitatif menurut Miles and Huberman adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan

---

<sup>36</sup> Ibid., 341.

<sup>37</sup> Emzir, *Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data* (Jakarta: Rajawali Press, 2010), 131.



mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.<sup>38</sup>

d. Triangulasi

Triangulasi ini diartikan sebagai pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara, dan berbagai waktu. Dengan demikian terdapat triangulasi sumber, triangulasi teknik pengumpulan data, dan waktu.<sup>39</sup> Triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi teknik, yaitu menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data dengan sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. Misalnya data diperoleh dengan wawancara, kemudian dicek dengan observasi dan dokumentasi. Apabila dengan tiga teknik pengujian kredibilitas data tersebut menghasilkan data yang berbeda-beda, maka peneliti melakukan diskusi lebih lanjut kepada sumber data yang bersangkutan, untuk memastikan data mana yang dianggap benar, atau mungkin semuanya benar, karena sudut pandangnya berbeda-beda.

## F. Sistematika Pembahasan

Untuk memudahkan dalam penyusunan dan pembahasan penelitian ini, maka disusunlah sistematika pembahasan yang terdiri dari lima bab, yaitu:

BAB I sebagai bab pendahuluan yang berisi latar belakang masalah yang diungkap melalui alasan-alasan akademis, rumusan masalah yang harus

---

<sup>38</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, 345.

<sup>39</sup> Emzir, *Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data*, 125.

dijawab, tujuan dan kegunaan penelitian yang ingin dicapai setelah penelitian dilakukan, telaah pustaka untuk menjaga keaslian, jenis metode penelitian yang digunakan dan sistematika pembahasan sebagai acuan dalam alur penelitian.

BAB II merupakan bab tentang kajian teori yaitu teori-teori seputar perkembangan remaja, perubahan anak setelah mengalami menstruasi dan peran guru dan orang tua dalam menyiapkan menstruasi.

BAB III merupakan bab seting penggambaran keadaan madrasah mulai dari guru dan sarana prasarana sebagai perlengkapan sanitasi untuk peserta didik

BAB IV merupakan bab analisis dan pembahasan tentang hasil penelitian data tentang bagaimana mempersiapkan siswa menghadapi menstruasi ditingkat sekolah dasar.

BAB V merupakan bab penutup yang terdiri dari kesimpulan hasil temuan di lapangan dan saran-saran yang berisi rekomendasi terkait kendala yang dialami di lapangan.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data diatas, secara umum keenam partisipan tidak merasakan dampak negatif menstruasi pada emosional mereka, dampak emosional ada 2 yaitu positif dan negatif. Sedangkan di lapangan dominan siswa merasa biasa saja cenderung positif, tidak ada perubahan perilaku yang signifikan berikut rincian hasil penelitian

##### 1. Kesiapan Anak secara Emosional menghadapi Menstruasi

Kesiapan anak dalam menghadapi menstruasi tidak lepas dari sejauh mana anak memahami menstruasi, pengalaman anak menghadapi menstruasi merupakan kunci untuk melihat bagaimana kesiapan mereka menghadapi menstruasi. kesiapan anak sangatlah penting karena menstruasi adalah proses penting dalam kehidupan seorang perempuan, karena awal dari menstruasi yang dialami oleh anak tingkat sekolah dasar tentu berbeda dikarenakan belum banyaknya teman yang mengalami menstruasi berdampak pada perubahan perilaku dan emosional anak. Hasil menyebutkan bahwa pengalaman mereka dalam menyiapkan diri dalam kategori baik meskipun mereka tergolong kurang dalam mendapatkan informasi mengenai menstruasi.

##### 2. Perubahan Perilaku dan Emosional Anak setelah mengalami Menstruasi

Perubahan setelah menstruasi yaitu dimana anak sudah disebut akil baligh sehingga tanggung jawab sudah sepenuhnya milik anak, dampak menstruasi sangat beragam seperti PMS (*Premenstrual Syndrom*) adalah

kondisi anak bisa merasakan nyeri, sakit perut, kepala pusing, emosi naik turun dan tidak stabil. Dari keenam peserta lebih dominan siswa yang merasa siap bahkan tidak mengalami PMS sama sekali. Mereka mengaku tidak pernah atau tidak tau akan tiba-tiba kesal ketika akan menstruasi. Temuan ini tentu sangat baik karena menstruasi tidak menjadi momok bagi siswa di tingkat dasar. Sebagian penelitian menemukan adanya tingkat kecemasan yang tinggi, berdampak pada emosional negatif. Sebagian siswa mungkin pernah merasakan pusing atau nyeri tapi tidak membuat mereka cemas atau takut akan menstruasi.

### 3. Peran Orang tua dan Guru menghadapi Anak Menstruasi

Peran orang tua menjadi sangat penting karena dukungan moral juga material berupa sanitasi yang cukup. Tidak hanya sampai disitu orang tua juga terus memantau perkembangan putra putrinya agar tetap berada pada lingkungan yang baik. Peran guru sebagai pendamping selama disekolah dan dukungan dalam mengedukasi siswa serta menyiapkan sanitasi yang baik disekolah dapat membuat anak merasa nyaman untuk melaksanakan manajemen kebersihan menstruasi dengan baik. Dukungan sanitasi dimadrasah yang kurang baik membuat para siswa enggan dan tidak nyaman ketika akan menerapkan kebersihan diri ketika menstruasi.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

### **1. Bagi Partisipan**

Partisipan diharapkan untuk dapat meningkatkan pengetahuan tentang menstruasi serta memahaminya. Partisipan juga diharapkan untuk lebih terbuka dalam mengungkapkan masalah.

### **2. Bagi Orang tua**

Orang tua dapat lebih memperhatikan setiap tumbuh kembang anak salah satunya dengan memberikan edukasi tentang menstruasi dan menyiapkan kesiapan anak untuk menghadapi setiap perubahan dari dampak menstruasi secara lebih dini.

### **3. Bagi MI Muhammadiyah Beji, Tulung, Klaten**

Pihak sekolah dapat meningkatkan pengetahuan anak dan dapat melakukan pendekatan untuk memahami setiap masalah anak khususnya dalam menghadapi menstruasi, dan memberikan dukungan sanitasi yang baik, dan juga edukasi kepada siswa laki-laki tentang menstruasi pada perempuan.

### **4. Bagi Masyarakat dan Sekolah Dasar**

Selain dari memberikan informasi dan edukasi mengenai menstruasi, kepada pihak-pihak terkait masyarakat dan madrasah untuk menyiapkan sanitasi atau sarana prasarana yang memenuhi agar anak merasa aman dan

nyaman menjalani menstruasinya. Yaitu berupa kamar mandi yang permanen dan layak, pembuangan sampah yang terkontrol.

5. Bagi Bidan atau Tenaga Kesehatan

Untuk dapat membantu dalam memberikan informasi kepada masyarakat dan sekolah mengenai *menarche* atau menstruasi. dan penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk melakukan penelitian selanjutnya mengenai menstruasi ditingkat sekolah dasar maupun masyarakat luas.

6. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk penelitian selanjutnya. Peneliti dapat memberikan edukasi dini kepada siswi perempuan yang belum mengalami *menarche* atau menstruasi.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Irwan, and Nasaruddin Umar. *Islam Dan Konstruksi Seksualitas*. Yogyakarta: PSW IAIN Yogyakarta, 2002.
- Abdullah, Zulkarnain. *Mengapa Harus Perempuan*. Yogyakarta: Ar-Ruzz, 2003.
- Adair, L. S. "Size at Birth Predicts Age at Menarche." *Pediatrics* 107, no. 4 (2001).
- Agama RI, Departemen. *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*. Jakarta: Depag RI, 1993.
- Anak Perempuan Mulai Pubertas di Usia 7 Tahun (2016, Juni 22) Diakses pada 17 Februari 2020 <https://health.kompas.com/Anak>.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta, 2013.
- Batubara, Jose RL. "Adolescent Development (Perkembangan Remaja)." *Sari Pediatri* 12, no. 1 (2010): 21–29.
- Budiningsih, Tri Esti, and Arita Rahmadhani. "Dampak Pubertas Dini Pada Perkembangan Anak (Studi Fenomenologis Pada Siswa SD Hj. Isriati Baiturrahman Kota Semarang Tahun 2009)." *Intuisi* 1, no. 3 (2004).
- Bungin, Burhan. *Metodologi Penelitian Kualitatif: Aktualisasi Metodologis Ke Arah Ragam Varian Kontemporer*. Jakarta: Grafindo, 2012.
- Emzir. *Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data*. Jakarta: Rajawali Press, 2010.
- Fudyartanta, KI. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.
- Ge, X., R. D. Conger, and G. H. Elder. "Pubertal Transition, Stressful Life Events, and the Emergence of Gender Differences in Adolescent Depressive Symptoms." *Developmental psychology* 37, no. 3 (2001): 404–417.
- Hastuti, Rika Kumala Dewi, and Putri Pramana. *Studi Kasus Manajemen Kebersihan Menstruasi ( MKM ) Siswa SD Dan SMP Di Indonesia ( MKM ) Siswa SD Dan SMP Di Indonesia*, 2019.
- Hasil studi Manajemen Studi Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) yang dilakukan oleh Yayasan Plan Internasional Indonesia di tahun 2018 terhadap siswa SD dan SMP di Provinsi DKI Jakarta, NTT, dan NTB.
- Heffner, Linda J, and Danny J Schust. *At a Glance Sistem Reproduksi*. Edited by Amalia Safitri. Kedua. Yogyakarta: Erlangga, 2008.
- Hidayati, Yustisiana, and Endah Mastuti. "Perbedaan Tingkat Kecemasan Mengalami Pubertas Dini Pada Remaja Awal Ditinjau Dari Tingkat

- Dukungan Sosial.” *Psikologi Pendidikan dan perkembangan* 1, no. 03 (2012): 124–130.
- House, Sarah, Thérèse Mahon, and Sue Cavill. “Menstrual Hygiene Matters Hygiene around the World.” *UKaid* 1, no. 1 (2012): 2–343.
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edited by Istiwidayanti and Soedjarwo. Kelima. Jakarta: Erlangga, n.d.
- Ibrahim. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2015.
- Kementerian Kesehatan, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar 2010. Jakarta: Badan Litbang Kesehatan, Kemenkes, 2010.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. *Panduan Manajemen Kebersihan Menstruasi Bagi Guru Dan Orang Tua*. Who/Unicef. Jakarta: Kemendikbud, 2017.
- Kenapa Sih Remaja Sekarang Menstruasi Lebih Dini? Ini Penjelasannya (2020, November 13). Diakses pada 25 november 2020. <https://www.suara.com/health/2020/11/13/090619/kenapa-sih-remaja-sekarang-menstruasi-lebih-dini-ini-penjelasannya>
- Lilis Suryani, Lilis Suryani. “Penyesuaian Diri Pada Masa Pubertas.” *Konselor* 2, no. 1 (2013): 136–140.
- Lusiana, Sanya Anda, and Cesilia Meti Dwiriani. “Usia Menarche, Konsumsi Pangan, Dan Status Gizi Anak Perempuan Sekolah Dasar Di Bogor.” *Jurnal Gizi dan Pangan* 2, no. 3 (2007): 26–35.
- Lutfiya, Indah. “Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Menarche.” *Jurnal Biometrika dan Kependudukan* 5, no. 2 (2017): 135.
- Maharani, Nur, Restuning Widiasih, and Fanny Adistic. “Kesiapan Anak Dan Peran Orang Tua Muslim Dalam Memepersiapkan Menarche.” *Jurnal ilmiah ilmu kesehatan* 8, no. 2 (2020): 284–293.
- Manuaba, I.B. G. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan Dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC, 2010.
- Markey, Charlotte N., Patrick M. Markey, and Barbara J. Tinsley. “Personality, Puberty, and Preadolescent Girls’ Risky Behaviors: Examining the Predictive Value of the Five-Factor Model of Personality.” *Journal of Research in Personality* 37, no. 5 (2003): 405–419.
- Marván, M. L., and M. Molina-Abolnik. “Mexican Adolescents’ Experience of Menarche and Attitudes Toward Menstruation: Role of Communication Between Mothers and Daughters.” *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology* 25, no. 6 (2012): 358–363.



- Mendle, Jane, and Joseph Ferrero. "Detrimental Psychological Outcomes Associated with Pubertal Timing in Adolescent Boys." *Developmental Review* 32, no. 1 (2012): 49–66.
- Muniroh, Siti, and Wiwiek Widiatie. "Hubungan Tingkat Stres Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri (Studi Di Asrama III Nusantara Pondok Pesantren Darul Ulum Jombang)." *Ners Community* 08, no. 01 (2017): 1–10.
- Murwitasari, Sinta, and Bimono. "Perbedaan Kepekaan Sensitivitas Emosi Pada Saat Haid Dan Tidak Haid." *Psikologi* 6, no. 1 (2010).
- Nurhayati, Eti. *Psikologi Perempuan Dalam Berbagai Perspektif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.
- Pemberian Edukasi Soal Kebersihan Menstruasi Bagi Remaja Putri (2019, 8 November) diakses pada 25 november 2020, Liputan6.com
- Pieter, Herri Zan, and Namora Lumongga Lubis. *Pengantar Psikologi Untuk Kebidanan*. Revisi. Jakarta: Prenada media, 2010.
- Pieter, Herri Zan, and Namora Lumongga Lubis. *Pengantar Psikologi Kebidanan*. Edited by Kencana. Revisi. Jakarta, 2010.
- Prabawani, Rida Cahya. *Gambaran Perilaku Remaja Putri Pada Masa Pubertas Di Desa Tanjungrejo Grobogan*. Surakarta, 2016.
- Price, Sylvia Anderson, Lorraine, Mc Carty Wilson. *Patofisiologi*. Jakarta: EGC, 2006.
- Proverawati, A., and Misaroh. S. *Menarche: Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2009.
- Ramadani, Mery. "Premenstrual Syndrome ( PMS )." *Kesehatan Masyarakat* 7, no. 1 (2013): 21–25.
- Saribanon, Nonin, Mursyidah Thahir, Ummu Salamah, Hayu Prabowo, Faisal Parouq, and Mifta Huda. *Haid Dan Kesehatan Menurut Ajaran Islam. Majelis Ulama Indonesia*. Jakarta: Majelis Ulama Indonesia, 2016.
- Sinaga, Ernawati, Nonon Saribanon, Suprihatin, Sa'adah Nailus, Ummu Salamah, Yulia Andani Murti, Agusniar Trisnamiati, and Santa Lorita. *Manajemen Kesehatan Menstruasi. Acta Universitatis Agriculturae et Silviculturae Mendelianae Brunensis*. Jakarta: Universitas Nasional IWWASH Global One, 2017.
- Stubbs, Margaret L., and Daryl Costos. "Negative Attitudes Toward Menstruation: Implications for Disconnection Within Girls and Between Women." *From Menarche to Menopause: The Female Body in Feminist Therapy* 27, no. 3–4 (2014): 37–54.
- Subhan, Zaitunah. *Tafsir Kebencian: Studi Bias Gender Dalam Qur'an*. Yogyakarta, 1999.

- Sugiyono. *Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis, Dan Disertasi*. Bandung: Alfabeta, 2014.
- . *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- . *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D)*. Bandung: Alfabeta, 2014.
- Suhendra, Ahmad S.TH.I. “Haid (Menstruasi) Dalam Hadis.” *UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta* (2014). <http://digilib.uin-suka.ac.id/15137/>.
- Sujanto, Agus. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2005.
- Sukandarrumidi. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press, 2012.
- Suryani, Lilis, Syahniar, and Zikra. “Penyesuaian Diri Pada Masa Pubertas.” *Ilmiah Konseling* 2, no. 1 (2013).
- Tremblay, Line, and Jean Yves Frigon. “Precocious Puberty in Adolescent Girls: A Biomarker of Later Psychosocial Adjustment Problems.” *Child Psychiatry and Human Development* 36, no. 1 (2005): 73–94.
- unalayouth. (2021, 31 Mei). Kenapa Pengetahuan Soal Menstruasi “Sulit” Diperoleh?. diakses melalui [https://www.instagram.com/p/CPhanmBL4u-/?utm\\_medium=copy\\_link](https://www.instagram.com/p/CPhanmBL4u-/?utm_medium=copy_link). 31 Mei 2021.
- Wibisono, and Yulinto. *Dari Wanita Untuk Wanita*. Surabaya: Usaha Nasional, n.d.
- Zalni, Rummy, Heryudarini Harahap, and Sri Desfita. “Usia Menarche Pada Anak Perempuan Berhubungan Dengan Status Gizi, Konsumsi Makanan Dan Aktivitas Fisik.” *Jurnal Kesehatan Reproduksi* 8, no. 2 (2017): 153–161.
- “Panduan Manajemen Kebersihan Menstruasi Bagi Guru Dan Orangtua.” *Direktorat Pembinaan Sekolah Dasar*, 2017.
- Panduan Manejemen Kebersihan Menstruasi Bagi Guru Dan Orangtua*. Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Dasar, 2017.