

## PENDIDIKAN SEKSUAL DENGAN *ANATOMICAL DOLL* TERHADAP KONTROL EMOSIONAL DALAM MENGHADAPI *MENARCHE*

**Indah Prawesti\*, Ignasia Yunita Sari**

STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

e-mail: indah@stikesbethesda.ac.id

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Masa pubertas terjadi perubahan fisik dan psikologis yang salah satunya pada remaja putri ditandai dengan *menarche*. Ketidaktepatan dalam pemberian informasi mengenai *menarche* dan menstruasi dapat mengakibatkan kontrol emosional yang negatif. Hal ini juga dapat menimbulkan perasaan bahwa *menarche* dan menstruasi merupakan suatu hal yang tabu dan memalukan untuk didiskusikan sehingga menyebabkan sering kali dirahasiakan oleh remaja putri. Akibatnya, pada awal menstruasi, remaja dapat menunjukkan kontrol dan perilaku emosi yang negatif. **Tujuan:** mengetahui pengaruh edukasi dengan *anatomical doll* terhadap kontrol emosional pada siswi sekolah dasar. **Metode:** penelitian menggunakan desain quasi eksperimen *one group pre-test post-test only*. Populasinya adalah anak usia sekolah yang belum mengalami *menarche*. Metode pengambilan sampel dengan *purposive sampling* sebanyak 30 orang responden. Alat ukur dengan kuesioner kontrol emosional dan uji statistik yang digunakan adalah *paired t test*. **Hasil:** usia responden paling banyak adalah usia 10 dan 11 tahun (36,67%). Hasil uji *paired t test* didapatkan nilai *p-value* 0,777 ( $p > 0,05$ ) yang berarti  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. **Kesimpulan:** tidak ada perbedaan kontrol emosional pada siswi usia sekolah sebelum dan sesudah dilakukan edukasi dengan menggunakan *anatomical doll*. **Saran:** Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggali terkait dengan faktor penghambat yang dapat mempengaruhi kontrol emosional remaja putri, seperti dukungan ibu, dukungan sebaya dan informasi sebelumnya yang telah didapatkan tentang *menarche* maupun menstruasi.

**Kata kunci:** edukasi; *anatomical doll*; *menarche*; kontrol emosional

### ABSTRACT

**Background:** During puberty there are physical and psychological changes, one of which is marked by *menarche* in young women. Inaccuracy in providing information about *menarche* and menstruation can result in negative emotional control. This can also create a feeling that *menarche* and menstruation are taboo and embarrassing to discuss, which causes young women to keep them secret. As a result, at the beginning of menstruation, adolescents can show negative emotional control and behavior. **Objective:** to determine the effect of education with *anatomical dolls* on emotional control in elementary school students. **Methods:** the study used a quasi-experimental design with *one group pre-test post-test only*. The population is school-age children who have not experienced *menarche*. Sampling method with *purposive sampling* as many as 30 respondents. Measuring tool with emotional control questionnaire and statistical test used is *paired t test*. **Result:** the age of the most respondents is aged 10 and 11 years (36.67%). The results of the *paired t test* obtained a *p-value* of 0.777 ( $p > 0.05$ ), which means that  $H_0$  is accepted and  $H_a$  is rejected. **Conclusion:** there is no difference in emotional control in school-age girls before and after education using *anatomical dolls*. **Suggestion:** It is hoped that future researchers will be able to explore the inhibiting factors that can influence female adolescent emotional control, such as maternal support, peer support and previous information that has been obtained about *menarche* and menstruation.

**Keywords:** sex education; *anatomical dolls*; *menarche*; emotional control

## PENDAHULUAN

Pubertas merupakan merupakan masa peralihan yang ditandai dengan adanya perubahan fisik, psikis, dan pematangan fungsi seksual. Masa pubertas pada perempuan biasanya dimulai pada usia 8 - 10 tahun dan berakhir pada usia 15 - 16 tahun. Pubertas pada anak laki-laki terjadi pada usia 9-14 tahun (Santrock, 2014). Masa pubertas terjadi perubahan fisik dan psikologis sehingga pada akhirnya seorang anak akan memiliki kemampuan bereproduksi (Prawirohardjo, 2016). Selama masa pubertas, terjadi empat perubahan fisik penting yaitu perubahan ukuran tubuh, perubahan proporsi tubuh, perkembangan ciri-ciri seks primer dan perkembangan ciri-ciri seks sekunder. Ciri seks primer pada perempuan yaitu kematangan organ-organ reproduksinya ditandai dengan berkembangnya rahim, vagina dan ovarium serta terjadi *menarche* atau haid pertama kali (Kusmiran, 2014).

*Menarche* (haid pertama) merupakan suatu pendarahan pertama pada anak perempuan yang ditandai dengan terjadinya perubahan primer dan sekunder untuk mencapai proses beranjak dewasa. (Prawirohardjo, 2014). Sekitar 95% remaja perempuan di Amerika Serikat mempunyai tanda-tanda pubertas dengan *menarche* pada umur 12 tahun dan umur rata-rata 12,5 tahun yang diiringi dengan pertumbuhan fisik saat *menarche*. Hasil *survey* Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 menunjukkan usia *menarche* perempuan Indonesia adalah usia kurang dari 10 tahun sebanyak 2%, usia 11 tahun sebanyak 7%, usia 12 tahun sebanyak 12%, dan usia 13 tahun sebanyak 27,7%, usia 14 tahun 22,9%, usia 15 tahun sebanyak 10,9%, usia 16 tahun sebanyak 2,3%, usia 17 tahun sebanyak 3,6%. Menurut Kemenkes RI (2018) umur kejadian *menarche* di Indonesia rata-rata 12,4 tahun dengan prevalensi 60% kemudian pada usia 9-10 tahun sebanyak 2,6%, usia 11-12 tahun sebanyak 30,3% dan pada usia 13 tahun sebanyak 30% untuk sisanya mengalami *menarche* di atas usia 13 tahun.

Remaja putri memerlukan informasi yang cukup dan jelas dalam menghadapi *menarche*. Ketidaktepatan dalam pemberian informasi mengenai *menarche* dan menstruasi dapat mengakibatkan kontrol emosional yang negatif pada remaja putri (Chandra, Mauli & Patel, 2017). Hal ini juga dapat menimbulkan perasaan bahwa *menarche* dan menstruasi merupakan suatu hal yang tabu dan memalukan untuk didiskusikan sehingga menyebabkan hal ini sering kali dirahasiakan oleh remaja putri. Akibatnya, pada awal menstruasi, remaja dapat menunjukkan kontrol dan perilaku emosi yang negatif (Jackson & Falmagne, 2013).

Rasa malu dan cemas dapat dialami oleh remaja putri saat *menarche*, bahkan sebagian remaja putri akan menghindari untuk keluar rumah saat menstruasi (Behera, Sivakami & Behera,

2015). Sebuah studi yang dilakukan oleh Lahme, Stern & Cooper (2018) menggambarkan perilaku diskriminatif di sekolah terutama oleh anak laki-laki untuk beberapa situasi seperti noda pada seragam yang dianggap memalukan, menyebabkan trauma yang mempengaruhi ketidakhadiran mereka di sekolah yang selanjutnya mempengaruhi kinerja akademik.

Pendidikan seks sangatlah diperlukan agar anak remaja memiliki pengetahuan yang memadai tentang kesehatan reproduksi sehingga remaja siap dalam menghadapi masa pubertas (Santrock, 2014). Proses pembelajaran yang nyata dengan media visual merupakan sarana yang tepat untuk belajar mengajar. Kelebihan dari media visual adalah pemakaiannya yang tidak membosankan, hasil penyuluhan dapat lebih muda dipahami dan informasi yang diterima lebih jelas dan cepat dimengerti (Saragih *et al.*, 2021). Media visual merupakan salah satu cara dalam menyampaikan pendidikan seksual yang terbukti efektif (Lestari & Herliana, 2020).

Boneka biasa digunakan dalam upacara keagamaan, pendidikan, komunikasi dan pelestarian budaya. Boneka sangat dikaitkan dengan anak-anak, mainan masa kecil ini dapat membuat anak mengekspresikan diri, belajar, bahkan bermain peran dan mengembangkan kecerdasan. Karena hubungan boneka dan anak-anak sangat erat, boneka menjadi media yang sangat tepat dalam visualisasi penyuluhan pendidikan seksual. *Anatomical doll* merupakan sebuah boneka yang memiliki gambaran nyata mengenai struktur anatomi manusia. *Anatomical doll* bermanfaat sebagai alat peraga untuk memahami tentang anatomi tubuh manusia secara visual. *Anatomical doll* juga memberikan keamanan dan kebebasan anak untuk bertanya dalam proses penyuluhan (Lesley & Krystyniak, 2020).

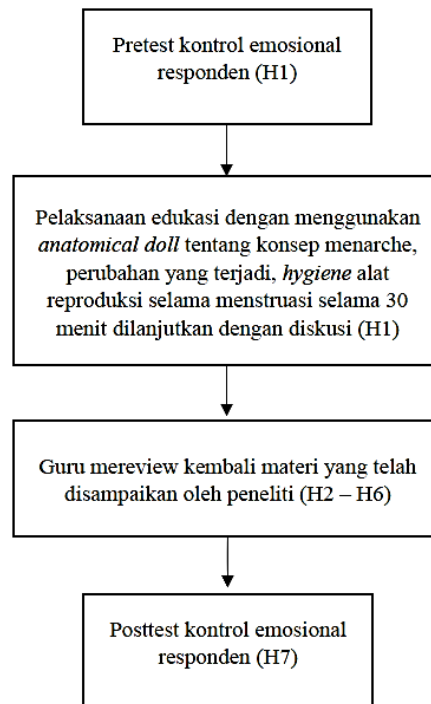
Sehingga Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan seksual dengan menggunakan *anatomical doll* terhadap kontrol emosional remaja dalam menghadapi menarche

## METODE

Penelitian ini adalah penelitian quasi eksperimental dengan menggunakan desain *one group pre test and post test*. Penelitian dilaksanakan pada bulan 19 – 25 Juli 2022 di salah satu sekolah dasar Kota Yogyakarta. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswi yang belum mengalami menstruasi dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 orang.

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini merupakan modifikasi dari kuesioner emosional respon dari Watson & Geer yang terdiri dari 21 item pertanyaan. Penelitian ini

telah mendapatkan surat kelayakan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta dengan Nomor Surat No.166/KEPK.02.01/VIII/2022. Uji yang digunakan adalah *paired t test*. Berikut adalah skema pelaksanaan intervensi edukasi kesehatan dengan media *anatomical doll*:



Skema 1. Alur pelaksanaan pelaksanaan penelitian

## HASIL

Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel, yang terdiri dari karakteristik usia anak, kontrol emosional sebelum dan setelah edukasi dengan *anatomical doll* dan pengaruh edukasi dengan *anatomical doll* terhadap kontrol emosional anak usia sekolah dalam menghadapi *menarche*.

### 1. Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Karakteristik Responden	F	(%)
9 Tahun	5	16,66
10 Tahun	11	36,67
11 Tahun	11	36,67
12 Tahun	3	10,00
Jumlah	30	100,00

Berdasarkan tabel 1 di atas, usia responden terbanyak berada dalam rentang usia 10 dan 11 tahun dengan jumlah masing – masing sebanyak 11 orang (36,67%) dan paling sedikit di usia 12 tahun sebanyak 3 orang (10%).

## 2. Analisis Bivariat

Tabel 2. Kontrol Emosional Sebelum dan Setelah Edukasi dengan *Anatomical Doll*

Kontrol Emosional	Sebelum Intervensi	Beda Rata-Rata	<i>p-value</i>
Pre-test	39,20	0,667	0,777
Post-test	39,87		

Dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan rata-rata nilai *pre-test* dan *post-test* sebesar 0,667 poin, namun dengan uji statistic *paired sample t test* diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,777 ( $>0,05$ ) yang artinya  $H_0$  diterima sehingga tidak ada perbedaan kontrol emosional pada responden sebelum dan sesudah dilakukan edukasi dengan *anatomical doll*.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak berada dalam rentang usia 10-11 tahun. Penelitian yang dilakukan oleh Alam et al., 2021 menunjukkan bahwa usia menarche terbanyak adalah usia 11 tahun sebanyak 63,5%. Penelitian Putra (2016) menyebutkan bahwa usia rata-rata remaja putri yang mengalami menstruasi adalah 11,75 tahun.

Usia *menarche* merupakan sebuah indikator transisi utama seorang anak perempuan dari masa kanak-kanak menuju dewasa muda yang menjadi penentu penting kesehatan fisik, gizi dan reproduksi anak perempuan (Ibitoye et al., 2017 dan Somer, 2013). Data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menyebutkan bahwa 70,1% remaja puteri yang berusia 10-19 tahun telah mengalami menstruasi dan sebanyak 29,9% belum mendapatkan haid/menstruasi. Berdasarkan beberapa hasil penelitian sebelumnya, diketahui bahwa usia *menarche* di Indonesia maupun di dunia mengalami penurunan disetiap tahunnya. Penelitian Wahab et al., 2020 menyebutkan bahwa data tahun 2010 usia rata-rata *menarche* anak perempuan di Indonesia adalah usia antara 12 -14 tahun (64,9%), sedangkan menurut Kemenkes RI (2018) umur kejadian *menarche* di Indonesia rata-rata 12,4 tahun dengan prevalensi 60% kemudian pada usia 9-10 tahun sebanyak 2,6%, usia 11-12 tahun sebanyak 30,3% dan pada usia 13 tahun sebanyak 30% untuk sisanya mengalami *menarche* di atas usia 13 tahun.

Penurunan usia *menarche* di Indonesia dapat dikaitkan dengan perubahan sosial ekonomi masyarakat yang membaik, yang menjadikan perbaikan konsumsi pangan (Sohn, 2015). Hal ini sejalan dengan penelitian Laili (2019) dan Alam et al., Tahun 2021 yang menyebutkan adanya hubungan antara status gizi dengan usia *menarche*, semakin baik status nutrisi remaja perempuan, maka usia *menarche* semakin muda.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kontrol emosional remaja dalam menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah dilakukan edukasi dengan menggunakan *anatomical doll*. Respon emosional terhadap *menarche* merupakan masalah psikologis bagi remaja putri. Selain itu *menarche* dianggap tabu dan memalukan oleh remaja putri. Banyak remaja putri yang memiliki perasaan negatif dan tidak mempersiapkan *menarche* (Rizkia et al., 2019). Pengetahuan tentang *menarche* dan proses menstruasi yang belum didapatkan pada anak perempuan dapat menyebabkan kesalahan persepsi dan pemahaman mereka tentang segala hal yang menyangkut proses menstruasi (Krishnan et al., 2016). Penelitian yang dilakukan di Turki menemukan hal itu 35,2% merasa takut dan 35,8% terkejut dan hanya 10,1% merasa siap menghadapi *menarche*. Reaksi emosional negatif ini akan terjadi jika para remaja tidak diberikan informasi yang relevan (Karacoc, 2014).

Tidak adanya perbedaan kontrol emosional remaja putri sebelum dan sesudah edukasi kemungkinan dapat disebabkan oleh beberapa faktor internal diantaranya adalah dukungan orang tua, dukungan teman sebaya dan pengetahuan awal yang telah dimiliki oleh responden. Seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh Fauziyah et al., tahun 2020 yang menyebutkan adanya hubungan antara pengetahuan, dukungan ibu dan dukungan teman sebaya terhadap kecemasan anak usia sekolah dalam menghadapi *menarche*.

Pengetahuan tentang *menarche* dapat mereka peroleh dari lingkungan seperti ibu atau guru. Namun dalam penelitian Fauziah et al., 2020, pengetahuan mereka dapatkan dari teman sebaya yang telah lebih dahulu mengalami menstruasi. Faktor kedua adalah dukungan ibu, merupakan dukungan yang paling sering diperoleh oleh remaja, yaitu dukungan emosional dalam bentuk pendekatan kepada remaja serta saran dan dorongan tentang masalah yang mungkin dihadapi saat *menarche* agar tidak mengalami kecemasan. Faktor yang ketiga adalah dukungan dari teman sebaya dapat mempengaruhi remaja dalam menghadapi *menarche*, karena rekan-rekan akan bercerita dan berbagi cerita mereka pengalaman saat mengalami *menarche* (Sulistyoningtyas & Fitriahadi, 2021).

Asumsi peneliti tidak adanya pengaruh pemberian edukasi kesehatan menggunakan *anatomical doll* terhadap kontrol emosional remaja putri dalam menghadapi *menarche* kemungkinan disebabkan informasi yang dapat mereka akses secara luas melalui internet

yang didukung dari hasil pengamatan peneliti bahwa seluruh siswa memiliki *gadget* yang dapat digunakan untuk mencari informasi secara luas di internet.

## SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan kontrol emosional pada responden sebelum dan sesudah dilakukan edukasi dengan *anatomical doll* dengan nilai *p-value* 0,777 ( $p > 0,05$ ). Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggali terkait dengan faktor penghambat yang dapat mempengaruhi kontrol emosional remaja putri, seperti dukungan ibu, dukungan sebaya dan informasi sebelumnya yang telah didapatkan tentang menarche maupun menstruasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alam, S., Syahrir, S., Adnan, Y., & Asis, A. (2021). Hubungan Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 10(03), 200-207.
- Behera, D., Sivakami, M., & Behera, M. R. (2015). Menarche and menstruation in rural adolescent girls in Maharashtra, India: A qualitative study. *Journal of Health Management*, 17(4), 510-519.
- Chandra-Mouli, V., & Patel, S. V. (2020). Mapping the knowledge and understanding of menarche, menstrual hygiene and menstrual health among adolescent girls in low-and middle-income countries. *The Palgrave handbook of critical menstruation studies*, 609-636.
- Fauziyah, N., Fitryasari, R., & Nastiti, A. A. (2020). Correlation Between Knowledge, Mother's Support, Peer Support with Anxiety to Confront Menarche among Adolescents at Elementary school: A Correlational Study. *NURSING JOURNAL*, 6(1).
- Jackson, T. E., & Falmagne, R. J. (2013). Women wearing white: Discourses of menstruation and the experience of menarche. *Feminism & Psychology*, 23(3), 379-398.
- Ibitoye, M., Choi, C., Tai, H., Lee, G., & Sommer, M. (2017). Early menarche: A systematic review of its effect on sexual and reproductive health in low-and middle-income countries. *PloS one*, 12(6), e0178884.
- Karakoç, A., BİNGÖL, F., & OCAKÇI, A. F. (2014). Menarche and first emotional reactions of Turkish adolescent. [https://www.researchgate.net/publication/280888099\\_Menarche\\_and\\_first\\_emotional\\_reactions\\_of\\_Turkish\\_adolescent/link/5b75479b45851546c9097329/download](https://www.researchgate.net/publication/280888099_Menarche_and_first_emotional_reactions_of_Turkish_adolescent/link/5b75479b45851546c9097329/download)
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Republik Indonesia. *Kemendrian Kesehatan Republik Indonesia*, 1–100. <http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-risikesdas-2018.pdf>
- Krishnan, G. G., Joseph, J., & Maheswari, B. (2016). Effect of structured West program on knowledge and attitude regarding preconception care among adolescent girls. *IJAR*, 2(4), 435-439.
- Krystyniak, J. (2020). The Use of Dolls and Figures in Therapy: A Literature Review. [https://digitalcommons.lesley.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1324&context=expressive\\_theses](https://digitalcommons.lesley.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1324&context=expressive_theses)
- Kusmiran, E. (2014). Kesehatan Reproduksi. Jakarta: Salemba Medika.
- Lahme, A. M., Stern, R., & Cooper, D. (2018). Factors impacting on menstrual hygiene and

- their implications for health promotion. *Global health promotion*, 25(1), 54-62.
- Laili, N. H. (2019). Hubungan status gizi, usia menarche dengan dismenorea pada remaja putri di smk k tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 9(02), 88-95.
- Lestari, N. E., & Herliana, I. (2020). Implementasi pendidikan seksual sejak dini melalui audio visual. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia Maju*.  
<https://doi.org/10.33221/jpmim.v1i01.566>
- Prawirohardjo Sarwono (2016). Buku Ilmu Kebidanan Edisi 4. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Putra, R. N. Y., Ermawati, E., & Amir, A. (2016). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Usia Menarche pada Siswi SMP Negeri 1 Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3).
- Rizkia, M., Setyowati, & Ungsianik, T. (2019). Female adolescents' preparations, knowledge, and emotional response toward menarche: A preliminary study. *Comprehensive child and adolescent nursing*, 42(sup1), 108-114.
- Santrock, J. W. (2014). Adolescence (14th ed.). UK: McGraw-Hil Education.
- Saragih, M., Hartati, R., Sidabutar, R., & Sembiring, R. W. (2021). Penerapan penggunaan media pembelajaran video interaktif untuk meningkatkan motivasi belajar di Sekolah Yabes School Medan. *JURNAL WIDYA*, 2(1), 75-82.
- Sohn, K. (2015). The trend in age at menarche in Indonesia: Birth cohorts 1944–1988. *Journal of biosocial science*, 47(3), 407-412.
- Sommer, M. (2013). Menarche: a missing indicator in population health from low-income countries. *Public health reports*, 128(5), 399-401.
- Sulistyoningtyas, S., & Fitriahadi, E. (2021, January). Counseling and Peers Effectively Overcome Anxiety of Adolescent Girl in Putri La Tahzanorphanage Yogyakarta. In *International Conference on Health and Medical Sciences (AHMS 2020)* (pp. 167-170). Atlantis Press.
- Wahab, A., Wilopo, S. A., Hakimi, M., & Ismail, D. (2020). Declining age at menarche in Indonesia: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 32(6).