

Perilaku Remaja Putri Menghadapi *Menarche* Berdasarkan Nilai Budaya Batak

Adolescent Girls Behaviour Encountering Menarche Phase According to Batak Culture

Merida Simanjuntak* Suryani Manurung** Tri Riana Lestari** Payung Hasibuan**

*Akademi Keperawatan Pasar Rebo, **Direktorat Politeknik Kesehatan Jakarta I

Abstrak

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai oleh perubahan fisik, intelektual, seksual, dan emosional. *Menarche* pada remaja putri menjadi pertanda memasuki tahapan sistem reproduksi dewasa. Sesuai dengan nilai dan budaya masyarakat, peristiwa menstruasi pertama yang fisiologis itu mendapat respons yang berbeda. Tujuan penelitian ini adalah mengembangkan kerangka teoritis tentang pola perilaku remaja putri dalam menghadapi *menarche* sesuai dengan nilai dan budaya keluarga Batak di Jakarta. Penelitian kualitatif ini dilakukan dengan pendekatan *grounded theory* dengan metode pengumpulan data melalui wawancara mendalam, observasi, dan studi literatur. Enam orang informan direkrut dengan cara *purposive sampling* di wilayah Jakarta Timur. Data yang dikumpulkan dianalisis dengan menggunakan *constant comparative analysis* sampai tercapai saturasi data. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku remaja putri menghadapi *menarche* sesuai dengan nilai dan budaya Batak di Jakarta dipengaruhi oleh informasi yang diterima, pola asuh dalam keluarga, dan pandangan orangtua terhadap *menarche*. Oleh sebab itu, perawat diharapkan dapat memberikan informasi yang komprehensif kepada remaja tentang proses perkembangan reproduksi dan perawatan saat *menarche* dengan mengikutsertakan orang tua dalam pemberian pendidikan kesehatan pada anak.

Kata kunci: Budaya Batak, *menarche*, perilaku, remaja putri

Abstract

Adolescence is a phase that lies between childhood and adulthood. There are some changes occur due to this transitional phase including physical, intellectual, sexual and emotional changes. Menarche phase in woman shows that a more developed reproductive system has started. There are different responses according to culture and community value in encountering the menarche phase. The purpose of this study was to develop a theory about adolescent girl behavioral pattern encountering menarche phase

according to Batak's culture and traditional value in Jakarta. This qualitative study was conducted using grounded theory approach, by collecting data from interviews, observation and literature study. Six respondents were recruited using purposive sampling in East Jakarta. The collected data was analyzed using constant comparative analysis until data saturation was achieved. Result of this study showed that adolescent girl behavior encountering menarche phase according to Batak's culture and traditional value was influenced by information adopted, mothering pattern in the family and parent's angle of view about menarche phase. Regarding this, a nurse is expected to be able to give comprehensive information to adolescent girl about its reproductive system development and nursing in menarche phase. In addition, parent's involvement is recommended in health education giving to children.

Keywords: Batak culture, menarche, behavior, adolescent girl

Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa ketika bentuk badan, cara berpikir, bersikap, dan bertindak seorang individu, bukan lagi anak-anak tetapi bukan pula dewasa yang telah matang.¹ Biasanya masa peralihan tersebut terletak pada usia 13 sampai 20 tahun.^{1,2} Pada masa itu, seorang individu mengalami perubahan fisik, psikis, dan sosial dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang dikenal dengan masa pubertas yang berhubungan dengan keseluruhan masa transisi antara anak-anak dan kematangan seksual. Salah satu tanda dari pubertas pada remaja putri adalah *menarche*, yang biasanya terjadi pada

Alamat Korespondensi: Suryani Manurung, Direktorat Politeknik Kesehatan Jakarta I, Jl. Wijaya Kusuma Raya No. 47, Cilandak Barat, Jakarta Selatan 12540, Hp. 081219969292, e-mail: yani_manru@yahoo.co.id.

usia 9 – 16 tahun.¹ Kehadiran menstruasi pada perempuan dan mimpi basah pada laki-laki yang pertama kali pada setiap orang berbeda. Berbagai faktor yang menjadi penyebab perbedaan tersebut antara lain adalah status nutrisi. Pada umumnya *menarche* tersebut dialami pada usia sekitar 12 tahun, tetapi saat ini, seorang anak perempuan mendapatkan menstruasi pertama pada usia 8 – 9 tahun yang tergolong *menarche* dini.^{1,2}

Menarche yang menjadi tanda seorang remaja putri sudah memasuki tahap kedewasaan khususnya organ tubuh sistem reproduksi merupakan masa penting dalam siklus kehidupan perempuan.^{1,2} Masa ini juga menjadi pertanda berbagai perubahan yang terjadi dalam siklus kehidupan seorang anak. Perubahan tidak hanya terbatas pada aspek fisik tetapi juga meliputi perubahan dalam status sosial, psikologis, ekonomi, bahkan juga spiritual.¹⁻³ Kesehatan reproduksi merupakan bagian kesehatan yang sangat penting yang kurang mendapat perhatian. Masalah reproduksi remaja dianggap sangat sensitif untuk diangkat ke permukaan karena anggapan masyarakat masalah tersebut tabu dibicarakan serta hambatan sosial budaya keluarga tentang aspek gender yang dapat memengaruhi cara berpikir, sikap, dan perilaku perempuan dan laki-laki.⁴

Banyak remaja tidak mendapatkan informasi yang memadai dari ibu tentang menstruasi karena secara tradisi banyak ibu yang enggan membicarakan secara terbuka sampai anak gadis telah mengalami hal tersebut.⁵ Berdasarkan wawancara pada beberapa orang yang sudah mengalami menstruasi, mereka tidak mendapat informasi dari ibu tentang perubahan yang akan terjadi dalam tubuh mereka dengan alasan yang tidak jelas. Informasi diperoleh dari teman dan dari media massa. Hal tersebut menimbulkan kecemasan anak, bahkan tumbuh keyakinan bahwa menstruasi itu sesuatu yang tidak perlu dibicarakan.⁵ Keadaan tersebut mendorong remaja mencari informasi dari teman sehingga lebih dipercaya daripada orang tua sendiri.⁶ Padahal, orang tua yang paling dekat yang mengasuh dan mendidik anak sejak kecil hingga dewasa berperan sangat penting mempersiapkan remaja putri menjelang masa kedewasaan terutama masa *menarche*.⁵

Jakarta, kota metropolitan menyediakan berbagai kemudahan untuk mendapatkan informasi. Pola gaya hidup orang perkotaan yang beraneka ragam termasuk pola hidup bebas seperti seks bebas dan sikap hidup yang individualis pada masyarakat yang multikultural.^{6,7} Berdasarkan survei terhadap 117 remaja di Jakarta Selatan yang sebagian besar (60%) adalah perempuan terungkap bahwa 42% remaja mengatakan pernah berhubungan seks dan 52% di antaranya masih aktif menjalaninya.⁷ Bagaimana dengan remaja Batak yang bermukim di Jakarta, ketika menghadapi perubahan dalam diri sendiri khususnya saat menghadapi *menarche*.

Apakah perilaku mereka sama dengan remaja lainnya yang berasal dari suku yang berbeda. Bagaimana nilai dan budaya keluarga memengaruhi perilaku remaja Batak dalam menghadapi *menarche*? Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pola perilaku remaja putri dalam menghadapi *menarche* sesuai dengan nilai dan budaya keluarga Batak di Jakarta.

Metode

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari – Maret 2010. Metode penelitian adalah riset kualitatif dengan pendekatan *grounded theory*, yang bertujuan untuk menemukan penjelasan secara teori tentang suatu fenomena secara lengkap. Sampel penelitian adalah remaja putri yang berasal dari keluarga Batak yang tinggal bersama orang tua di Jakarta. Metode pengambilan sampel adalah *purposive sampling* yang memilih sampel sesuai dengan kebutuhan dan tujuan penelitian terhadap informasi yang dibutuhkan. Jumlah informan yang terlibat dalam penelitian adalah enam orang. Informan yang dipilih semuanya tinggal di wilayah Jakarta Timur. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam yang direkam dengan menggunakan alat perekam, juga melalui hasil observasi, *field note* serta studi literatur. Wawancara dilakukan di rumah informan dan berlangsung selama 30 – 60 menit. Data yang diperoleh dianalisis dengan melakukan tiga tahap pembuatan kode sehingga dapat membentuk suatu tema. Proses analisis data kemudian dilanjutkan dengan pengembangan konsep. Hasil analisis data didukung dengan studi literatur menghasilkan suatu konsep baru.

Hasil

Hasil penelitian ini terdiri dari enam tema utama yang memaparkan perilaku remaja dalam menghadapi *menarche*. Beberapa diantara perilaku tersebut antara lain risau karena *menarche*, perilaku beda dari sebelum *menarche*, tabu untuk membicarakan *menarche*, perlakuan berbeda oleh orang tua pada anak perempuan dan anak laki-laki, ketidaksiapan menghadapi *menarche* serta menjaga *hasangapon* anak perempuan.

Risau Karena *Menarche*

Menarche menimbulkan rasa risau pada informan yang tampak dalam perilaku cemas, ketidaknyamanan dan aktivitas yang terbatas.

"Pertama kali sih pake softex sekaligus tiga, takut gitu kan, takutnya ntar berceceran kemana-mana." (P1)

"Nggak enak deh pokoknya, kayak...ya nggak enak gitu, kayak nggak lega, kayak ada yang ganjal, jadi nggak nyaman." (P3)

"Saat pertama kali dapat itu nggak enak, perutnya sakit, trus banyak keluar itunya...menstruasinya, trus jadi kalo ke sekolah jadi susah beraktivitas." (P2)

Perilaku Berbeda dari Sebelum *Menarche*

Perilaku berbeda yang diungkapkan oleh informan adalah merasa lebih dewasa dan feminim sesudah *menarche*. Hal ini terlihat dari perilaku dan ungkapan yang dinyatakan oleh informan.

"*Iya, tadinya kan masih suka main boneka-bonekaan. Sekarang udah nggak, udah disimpan semua bonekanya, sekarang jadinya senang ngobrol-ngobrol aja.*"(P5)

"*Jadi lebih cewek kayaknya, waktu itu kan aku memang tomboy banget, mainnya aja sama cowok-cowok kebanyakan, main tonjok-tonjokan. Ya gitu deh, trus kata temanku-temanku. Wah udah jadi cewek ni... cewek ni...gitu pada ngeledekin. Kata teman-temanku aku berubah jadi lebih cewek, lebih feminim katanya, jalannya juga katanya temanku mulai berubah, trus kalo lagi duduk katanya lebih rapi, cuma kalo menurut aku sendiri sih berubahnya apa ya, lebih cewek aja sih emang.*"(P5)

Tabu untuk Membicarakan *Menarche*

Anggapan tabu membicarakan *menarche* terlihat dari ungkapan informan dan dari hasil observasi yang mengatakan bahwa *menarche* adalah sesuatu yang tabu untuk dibicarakan dalam masyarakat Batak.

"*Awalnya saya juga merasa kayak tabu gitu mau ngomongin sama mama, apalagi sama bapak, merasa nggak pantas aja sih.*"(P1)

"*Ya itu, kurang pantaslah, kurang sopan gitu loh.*"(P6)

Perlakuan Berbeda oleh Orang Tua pada Anak Perempuan dan Anak Laki-laki

Perbedaan yang dirasakan terutama adalah sikap orang tua terhadap anak laki-laki terkesan dimanja sedangkan anak perempuan diberikan tanggung jawab pekerjaan.

"*Kalo beda...adalah. Misalnya kalo abang enak tuh, dapat nilai yang biasa saja nggak apa-apa, tapi kalo aku kata mama, kamu harus dapat nilai yang bagus ya. Apaan sih rese deh. Trus kalo di rumah yang cowok-cowok bisa tidur-tiduran, cewek disuruh kerja gitu.*"(P1)

"*Ya ada sih, saya harus bisa bantuin mama di rumah, harus bisa cuci piring walaupun pembantu ada.*"(P2)

"*Ah, nggak tahu tuh mama, gue harus bisa masak, harus bisa ini, harus bisa semuanya, tapi si abang naik motor aja juga nggak bisa, nggak diapa-apain, kan curang itu.*"(P5)

Ketidaksiapan Menghadapi *Menarche*

Kesiapan remaja menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh informasi yang diterima yang memberi pengaruh dalam menanggapi atau memengaruhi persepsi remaja

terhadap *menarche*.

"*Jadi waktu itu kan mama yang ngasih tahu trus bilanginya, oh...udah dapat nih, tapi gitu-gitu doang.*"(P1)

"*Di sekolah sih waktu itu ada, pas pelajaran IPA dulu kelas 6 SD, tapi nggak begitu perhatiin, pokoknya keluar darah gitu kan.*"(P6)

Menjaga *Hasangapon* Anak Perempuan

Orang tua sangat menekankan nilai keperawanan yang penting bagi anak perempuan Batak serta menerapkan aturan-aturan khusus dalam keluarga terutama bagi anak perempuan yang sudah *menarche*. Hal ini tampak dari sikap orangtua yang memerhatikan pergaulan sosial terutama hubungan dengan teman lawan jenis. Semua ini diakui oleh informan yang diungkapkan melalui pernyataan.

"*Kan katanya kalo sudah menstruasi gitu bisa hamil, jadi misalnya kalo sama cowok harus dijaga, jangan terlalu dekat...*"(P1)

"*Paling dibilangin supaya jaga diri aja, kayak pake baju misalnya ya yang sopan, takutnya kan bisa merangsang orang lain gitu.*"(P2)

"*Ya, pokoknya nggak boleh terlalu dekat sama laki-laki gitu, harus ada batas-batas gitulah.*"(P3)

"*Jangan sampe kayak gitu, jadi misalnya kalo bergaul jangan sampe terlalu begitu, begitu katanya. Pokoknya biasa aja, itu belum saatnya, katanya yang seawajar-wajarnya sajalah, nggak boleh melakukan kayak gitu.*"(P4)

Pembahasan

Remaja akan memiliki beberapa pengalaman yang berbeda selama periode pubertas mereka.⁸ Periode ini akan disertai dengan beberapa perubahan fisik dan psikoseksual ini seperti perasaan menarik dengan lawan jenis dan berubah dalam penampilan.³ Informan merasakan perilaku yang berbeda antara sebelum *menarche* dengan sesudah *menarche*, hal ini sesuai dengan hasil penemuan sebelumnya yang mengatakan bahwa menstruasi pertama biasanya memberikan keistimewaan dan kenangan tersendiri bagi sang anak.² Setiap anak akan memiliki perasaan yang berbeda-beda tergantung pada pengetahuan yang dimilikinya. Sebagian dari mereka ada yang merasa bingung, sedih, gemetar, tidak peduli, dan ada juga yang merasa bangga dengan dirinya (anak merasa sudah menjadi orang dewasa).⁵ Perubahan sikap seperti marah, cemas, dan ketidaknyamanan saat *menarche* pada individu berbeda tergantung pada tingkat pemahaman atau pengetahuan serta dukungan dari anggota keluarga.^{5,9} Reaksi emosi saat *menarche* beragam yaitu respons yang positif dan negatif, seperti menggembirakan dan menyenangkan atau sebaliknya menakutkan dan menggelisahkan.^{3,5}

Respons perilaku tersebut terkait erat dengan pemberian informasi kepada remaja sebelumnya. Dalam hal ini pola perilaku keluarga yang dibutuhkan oleh remaja selama masa pubertas adalah mendukung pemahaman, saran dan izin, memenuhi kebutuhan dan belajar. Namun, perilaku keluarga yang tersedia masih kurang dirasakan oleh anak remaja.⁵ Hal tersebut dibuktikan oleh hasil penelitian tentang pengalaman remaja di Eropa terhadap *menarche* dan menstruasi yang menemukan bahwa *menarche* adalah pengalaman yang menyenangkan bagi remaja yang sudah dipersiapkan sebelumnya. Penelitian ini juga menemukan bahwa ibu adalah sumber informasi yang utama bagi remaja.³ Peran ibu dalam menanamkan pengetahuan tentang menstruasi adalah faktor penting lain yang diamati karena beberapa batasan budaya dan agama, banyak gadis-gadis muda seperti di daerah pedesaan Nigeria khususnya tidak menerima informasi yang memadai mengenai kebersihan menstruasi. Hal ini menyebabkan praktik-praktik yang tidak benar dan tidak sehat selama periode menstruasi mereka. Hasil penelitian ini menunjukkan kebutuhan untuk pengembangan program pendidikan yang komprehensif dengan komponen pendidikan pubertas yang kuat. Para ibu dari gadis-gadis muda harus dididik dengan kebersihan kesehatan yang layak dan menstruasi, dan diberdayakan dengan keterampilan yang diperlukan untuk berkomunikasi dengan dan mentransfer informasi kepada anak-anak mereka.⁹

Saat ini, *menarche* masih dianggap tabu untuk dibicarakan, khususnya di kalangan suku Batak di Indonesia. Hal ini sesuai dengan pernyataan pemerhati adat yang mengatakan bahwa sikap terhadap menstruasi dapat berbeda pada setiap masyarakat. Anggapan tabu membicarakan *menarche* ternyata bukan hanya pada masyarakat Batak tapi juga terdapat pada suku lain seperti yang terdapat pada hasil penelitian pada masyarakat Ghana, Nigeria yang menunjukkan bahwa menstruasi adalah suatu hal yang tabu untuk dibicarakan.⁸⁻¹¹

Informan merasakan sikap orang tua yang berbeda terhadap anak laki-laki dan anak perempuan setelah *menarche*. Hasil penelitian di atas menunjukkan bagaimana nilai yang dianut memengaruhi dalam pola asuh anak. Hal ini sesuai dengan pernyataan, bahwa nilai dan budaya berpengaruh pada beberapa pola pertumbuhan keluarga yang berkembang, yang dapat menyatukan anggota keluarga saat menempuh tahap-tahap perkembangan dan konflik yang dialami oleh anggota keluarga.^{4,5}

Informasi tentang *menarche* sangat penting diberikan untuk remaja, hal ini sesuai dengan pendapat peneliti yang mengatakan bahwa reaksi individu sangat beragam, berupa reaksi emosi positif atau negatif.³ Reaksi akan berbeda tergantung pada tingkat pemahaman atau

pengetahuan serta dukungan dari anggota keluarga.⁹ Pengaruh perkembangan hormonal pada remaja dipicu oleh paparan media massa yang mengundang ingin tahu dan memancing keinginan untuk bereksperimen dalam aktivitas seksual bukan pada frekuensi tetapi isu media massa itu sendiri.^{6,12} Perlakuan dari orangtua yang menekankan akan pentingnya nilai keperawanan bagi anak perempuan suku Batak serta menerapkan aturan-aturan khusus dalam keluarga terutama bagi anak perempuan yang sudah *menarche* adalah untuk mencapai nilai budaya yang sangat didambakan oleh masyarakat suku Batak yaitu kehormatan.¹³ Hal ini sesuai dengan motto kehidupan suku batak pencapaian cita-cita meliputi hasangapan, hagabeon, hamoraon (dihormati di masyarakat, terpanchang, dan memiliki keturunan) sehingga anak perempuan di masyarakat Batak sangat diawasi.^{11,13,14} Penghormatan yang lain diperoleh apabila orangtua masyarakat suku Batak dapat mengantarkan anak sampai ke pelaminan tanpa ada perilaku negatif yang terjadi terhadap fungsi reproduksi anak serta jabatan dan pendidikan.^{13,14} Oleh sebab itu, nilai keperawanan atau status perawan pada anak gadis sangat penting.

Kesimpulan

Terdapat beberapa sikap dan perilaku yang menunjukkan cara remaja suku Batak di Jakarta menyikapi kedatangan *menarche*. Respons perilaku yang timbul pada dasarnya dipengaruhi oleh nilai dan budaya keluarga. Pengetahuan yang kurang tentang *menarche*, pola asuh orangtua dan dukungan yang kurang dari lingkungan sosial, membuat remaja tidak siap menghadapi saat kejadian *menarche*. Ketidaksiapan ini menjadikan *menarche* hal yang mengagetkan, mencemaskan, dan menakutkan.

Saran

Anggapan tabu dalam membicarakan masalah menstruasi dalam kehidupan keluarga terutama antara orangtua dan anak perlu diluruskan karena dapat menghambat penyampaian informasi tentang kesehatan reproduksi khususnya pada remaja putri. Keberhasilan perilaku sehat terhadap reproduksi remaja putri dalam keluarga perlu didukung oleh penerapan nilai-nilai dan budaya yang tidak bertentangan dengan praktek kesehatan.

Daftar Pustaka

1. Soetjiningsih. Tumbuh kembang remaja dan permasalahannya. Jakarta: Sagung Seto; 2004.
2. Aryati D. Usia *menarche* pada siswi SD dan SLTP di Kota Bandung. Kesmas Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional. 2008; 2(6): 243-8.
3. Triyanto E. Adolescent experiences in getting family development task during their puberty: a phenomenology study. International Journal of Public Health Research. 2011: Special Issue: 79-85.
4. Mendatu A. Budaya, moral, dan seksualitas [online]. Jakarta: 2007 [di-

- akses tanggal 16 Maret 2008]. Diunduh dari: <http://smartpsikologi.blogspot.com>.
5. Arneti. Gambaran pengetahuan, persepsi, dan sikap remaja awal sekolah dasar kelas IV, V, dan VI khusus wanita tentang menstruasi di Air Pacah dan Nanggalu Siteba Padang [tesis]. Depok: Universitas Indonesia; 2002.
 6. Budiono A. Remaja dan perilaku beresiko: siapakah mereka. Jakarta: 2008 [diakses tanggal 4 April 2008]. Diunduh dari <http://tabloidju-bi.wordpress.com/>.
 7. Yudana IG. Remaja dan hubungan seksual pranikah. Jakarta: Kompas; 2007 [Diakses tanggal 17 Juli 2008]. Diunduh dari www.kompas.com.
 8. Burrows A, Johnson S. Girls' experiences of menarche and menstruation. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*. 2005; 23(3): 235-49.
 9. Busari AO, Federal College of Education (Sp) Oyo Nigeria. Menstrual knowledge and health care behavior among adolescent girls in Rural, Nigeria. *International Journal of Applied Science and Technology*. 2012; 2(4): 149-56.
 10. Beausang CC. Young western women's experiences of menarche and menstruation. *Health Care for Women International*. 2000; 21: 517-28.
 11. Panjaitan D. Budaya batak. Jakarta; 2001 [diakses tanggal 31 Maret 2008]. Diunduh dari: <http://www.geocities.Com/dibang2001/html/batak.html>.
 12. Setiono L. Beberapa permasalahan remaja. Jakarta: 2002 [diakses tanggal 30 Januari 2009]. Diunduh dari: <http://www.e-psikologi.com/remaja/150802.htm>.
 13. Daulay AS. Adat budaya batak *dalihan na tolu*: analisis dari sudut prinsip serta urgensinya dalam merajut integrasi dan identitas bangsa. Jakarta; 2006 [diakses tanggal 31 Maret 2008]. Diunduh dari: <http://marbun.blogspot.com>.
 14. Silaban B. Pergeseran adat Batak. Jakarta; 2006 [diakses tanggal 10 Mei 2008]. Diunduh dari: <http://id-adatbatak.com/>.