

Parent Support In Female Teenagers Readiness In Facing Menarche

Heni Purwaningsih¹✉, Nanik Handayani², Mona Saparwati³ Sri Mintarsih⁴

^{1,3} Department of Nursing Universitas Ngudi Waluyo Ungaran, Indonesia

^{2,4} Department of Nursing, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

✉ henipurwaningsih@itspku.ac.id

Abstract

The readiness of female teenagers to face menarche affects the behavior of a female teenager. Wrong behavior in facing menarche causes problems with reproductive tract infections that cause infertility, cervical cancer and pregnancy outside the womb. Families as the closest people can provide support for teenagers in facing menarche so that they become better prepared. To find out the correlation between parents support and the readiness of female teenagers in facing. The design of this study was descriptive correlation with cross sectional approach. The sample of 50 respondents using the proportionate stratified random sampling technique. The data collection tool used a questionnaire. Data analysis used chi square test. The support of female adolescents parents was mostly low category (70.0%). The readiness of female teenagers in facing menarche was mostly ready (30.0%). There was a meaningful correlation between parents' support and the readiness of female teenagers to face with p value of $0.035 < 0.05$ (α). There is a correlation between parents' support and the readiness of female teenagers to face menarche. It is Suggestions for parents need an approach and assistance from parents to their children in dealing with menarche.

Keywords: Parents support 1; Readiness in facing menarche 2; Female teenagers 3

Dukungan Orang Tua Dalam Kesiapan Remaja Putri Menghadapi *Menarche*

Abstrak

Kesiapan remaja putri menghadapi menarche berpengaruh terhadap perilaku remaja putri. Perilaku yang salah menghadapi menarche menyebabkan masalah diantaranya infeksi saluran reproduksi yang menimbulkan kemandulan, kanker leher rahim dan kehamilan di luar kandungan. Keluarga sebagai orang terdekat dapat memberikan dukungan bagi remaja dalam menghadapi menarche sehingga mereka menjadi lebih siap.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan dukungan orang tua dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche. Desain penelitian ini deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 50 remaja putri. Pengambilan data menggunakan purposive sampling dan alat pengambilan data menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji chi square. Hasil penelitian didapatkan dukungan orang tua remaja putri sebagian besar kategori rendah (70,0%). Kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche sebagian besar kategori siap (30,0%). Ada hubungan yang bermakna dukungan orang tua dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche dengan p value sebesar $0,035 < 0,05$ (α). Saran untuk orang tua perlunya pendekatan dan pendampingan dari orang tua kepada anaknya dalam menghadapi menarche.

Kata kunci: Dukungan orang tua 1; kesiapan menghadapi *menarche* 2; remaja putri 3

1. Pendahuluan [Heading 1]

Masa remaja merupakan masa yang sangat penting dalam perkembangan seseorang. Pada umumnya remaja didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Peralihan masa kanak-kanak menjadi dewasa melibatkan perubahan berbagai aspek seperti biologis, psikologis, dan sosial budaya [1]. Masa remaja, yakni antara usia 10-19 tahun, adalah suatu periode masa pematangan organ reproduksi manusia, dan sering disebut masa pubertas [2]. Seiring dengan perkembangan biologis, maka pada usia tertentu seseorang akan mencapai tahapan kematangan organ-organ seks, yang ditandai dengan haid pertama atau yang disebut menarche. Menarche dapat menimbulkan perubahan psikologis bagi remaja putri, berupa emosional yaitu perasaan cemas ([3]. Perasaan cemas takut akan muncul bila kurangnya pemahaman remaja putri tentang menarche. Untuk itu, remaja perlu persiapan dalam menghadapi datangnya menarche [4]. Remaja dalam mempersiapkan datangnya menarche memerlukan dukungan, baik dukungan secara emosional, informasi, penghargaan dan instrumental. Dukungan tersebut dapat diperoleh dari lingkungan keluarga (orang tua), lingkungan sekolah (guru), lingkungan teman sebaya, dan lingkungan masyarakat (sosial budaya dan media massa). Lingkungan dalam keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama bagi perkembangan anak [5].

Dari hasil studi pendahuluan di Desa Gebugan yang peneliti lakukan pada remaja putri yang dilaksanakan pada tanggal 13 Mei 2019 didapatkan 99 remaja putri yang belum mengalami menarche. Dari hasil kuesioner yang telah di analisis oleh peneliti kepada 15 orang tua dan remaja putri yang belum mengalami *menarche* didapatkan 12 orang tua mengatakan belum pernah memberikan informasi kepada remaja putrinya dikarenakan sibuk dengan pekerjaannya. Dan 3 orang tua sudah memberikan informasi mengenai menstruasi kepada anaknya. Dari 12 orang tua yang tidak memberikan informasi menstruasi tersebut, terdapat 11 remaja putri mengatakan takut dan tidak siap jika menstruasi datang dikarenakan belum mengetahui sama sekali mengenai akan siap meskipun belum pernah mendapatkan informasi tentang menstruasi kepada ibunya. sedangkan hasil kuesioner dari 3 orang tua yang mempunyai remaja putri yang sudah memberikan informasi tentang menstruasi kepada remaja putrinya terdapat 1 remaja putri mengatakan akan siap menghadapi *menarche* karena mereka sering diberi informasi tentang menstruasi dari ibunya, kemudian 2 remaja putri mengatakan tidak siap pada saat menghadapi *menarche*. Orang tua secara lebih dini harus memberikan penjelasan tentang menarche pada anak perempuannya, agar anak lebih mengerti dan siap dalam menghadapi menarche [3]. Umumnya anak perempuan akan memberi tahu ibunya saat menstruasi pertama kali [6]. Sayangnya tidak semua ibu memberikan informasi yang memadai kepada putrinya. Sebagian ibu enggan membicarakan secara terbuka sampai remaja mengalami menstruasi pertama (menarche). Kondisi ini akan menimbulkan kecemasan pada anak, bahkan sering tumbuh keyakinan bahwa menstruasi pertama (menarche) adalah sesuatu yang tidak menyenangkan atau serius. Akibatnya, anak mengembangkan sikap negatif terhadap menstruasi pertama (menarche) dan melihatnya sebagai penyakit [7].

2. Metode

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 23-30 Juni 2019 di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang. Desain penelitian *deskriptif korelasi* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri yang belum mengalami menstruasi berjumlah 50 responden. Teknik sampling menggunakan total sampling. Alat pengambilan data menggunakan kuesioner. Uji statistic menggunakan *chi square*.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Gambaran dukungan orang tua Remaja Putri

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Dukungan Orang Tua Remaja Putri di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang

Dukungan Orang Tua	Frekuensi (f)	Persentase (%)
--------------------	------------------	-------------------

Rendah	35	70,0
Tinggi	15	30,0
Jumlah	50	100,0

Tabel 1 menunjukkan bahwa dukungan orang tua remaja putri di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang sebagian besar kategori rendah yaitu sebanyak 35 orang (70,0%).

Dukungan orang tua merupakan sikap, tindakan, dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung selalu siap memberikan pertolongan dan bantuan jika diperlukan [2]. Hasil penelitian menunjukkan dukungan orangtua remaja putri di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang kategori rendah sebanyak 35 orang (70,0%). Hal tersebut ditunjukkan dengan responden yang menjawab orangtua bersikap membiarkan Ketika remaja mengalami menstruasi (29,5%), orang tua tidak memberikan informasi tentang cara menggunakan pembalut (40,5%) dan tidak memberikan informasi tentang perubahan yang dialami selama menstruasi (40,5%). Penelitian ini menunjukkan bahwa bentuk dukungan emosional yang kurang adalah tidak memberikan perhatian ketika mengalami masalah yang berhubungan dengan menstruasi. Menurut [1] mekanisme dalam hal membangun dukungan orangtua yaitu perhatian emosional. Dukungan ini berupa dukungan simpatik dan empati, cinta, kepercayaan, dan penghargaan. Seseorang yang menghadapi persoalan merasa dirinya tidak menanggung beban sendiri, tetapi masih ada orang lain yang memperhatikan, mau mendengar segala keluhannya, simpati, dan empati terhadap persoalan yang dihadapinya, bahkan mau membantu memecahkan masalah yang dihadapinya.

Hasil penelitian didapatkan 30% orang tua memberikan dukungan yang baik dalam kesiapan menghadapi menarche. Menurut [8] salah satu faktor dukungan ibu yang baik adalah pendidikan, semakin baik tingkat pendidikan maka semakin baik pula pengetahuan yang didapat. Orangtua responden yang baik dalam memberikan dukungan bagi anaknya dalam menghadapi *menarche* sebagian besar mempunyai Pendidikan atas (SMA). Pendidikan orangtua yang tinggi mempengaruhi kemampuan dan pengetahuan bagaimana orangtua tersebut berkomunikasi dan menjelaskan tentang masalah menstruasi kepada anak perempuan mereka. Menurut [4] lebih mudah menjelaskan suatu persoalan dibandingkan orangtua yang berpendidikan rendah sehingga informasi lebih mudah dapat diterima termasuk dalam memberikan informasi mengenai masalah *menarche*. Menurut [7] bila orangtua mempunyai tingkat pendidikan yang baik maka mereka juga mempunyai pengalaman dan pengetahuan yang baik juga dalam mendidik anak mengenai menstruasi. Orangtua yang mempunyai Pendidikan dan pengetahuan yang tinggi akan lebih aktif dalam memberikan pemahaman dan informasi terhadap anak terkait pubertas remaja putrinya.

3.2 Gambaran Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi *Menarche* di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang

Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak siap	23	46,0
Siap	27	54,0
Jumlah	50	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang sebagian besar kategori siap yaitu sebanyak 27 orang (54,0%).

Kesiapan merupakan kesediaan dalam menerima dan menghadapi perubahan dalam diri serta kesediaan untuk menerima perintah dari orang lain dan bertindak. Kesiapan diartikan siap untuk menerima sesuatu dari luar, bisa dalam bentuk pengetahuan baru

atau menerima sesuatu yang baru dari luar [2]. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang kategori siap sebanyak 27 orang (54,0%). Hal tersebut ditunjukkan dengan responden yang mengetahui bahwa *menarche* merupakan menstruasi yang terjadi pertama kali pada Wanita (86,0%), akan menggunakan pembalut ketika mengalami menstruasi pertama (*menarche*) (70,0%) dan akan mengganti pembalut minimal 3-4 kali sehari ketika menstruasi (78,0%). Responden dalam penelitian ini merasa tidak secara psikologis yang ditunjukkan dengan sikap negative dalam hal menghadapi *menarche* diantaranya kurang percaya diri, merasa hal yang buruk dan lebih sensitif. Menurut [9] remaja yang telah siap untuk menerima sesuatu dari luar mempunyai tanda-tanda diantaranya tidak menerima dirinya dan menyangkal impuls dan emosi atau merasa bersalah atas impuls tersebut. Responden menyatakan bahwa mereka merasa kurang percaya diri dengan perubahan yang akan terjadi setelah menstruasi pertama. Bahkan merasa menstruasi pertama (*menarche*) menjadi suatu hal yang menakutkan, menyiksa dan memalukan serta menjadi lebih sensitif saat mendapatkan ejekan dari teman-temannya.

Menurut [8], salah satu faktor yang mempengaruhi kesiapan *menarche* adalah tingkat umur. Penelitian ini menunjukkan bahwa umur menjadi salah satu factor yang mempengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche*. Remaja putri yang tidak siap dalam menghadapi *menarche* sebanyak 23 orang dimana sebagian besar adalah berusia sekolah yaitu 10-11 tahun sebanyak 9 orang (29,1%) lebih banyak dari pada yang berusia 12 tahun yaitu sebanyak 5 orang (21,7%) dan yang berusia 13 tahun yaitu sebanyak 6 orang (26,1%) serta yang berusia 14 tahun yaitu sebanyak 3 orang (13,0%). *Menarche* biasanya muncul pada usia 11-14 tahun. Perubahan penting terjadi pada masa si gadis menjadi matang jiwa dan raganya melalui masa remaja Wanita dewasa. Hal ini menandakan bahwa anak tersebut sudah memasuki tahap kematangan organ seksual dalam tubuhnya. Anak yang berusia cenderung kurang siap dalam menghadapi *menarche*. Menurut [6] umur mempengaruhi perubahan fisik seorang anak perempuan dan secara tidak langsung juga mempengaruhi cepat lambat datangnya menstruasi untuk pertama kali, sehingga dengan bertambahnya umur maka anak perempuan tersebut diharapkan mampu menghadapi menstruasi pertamanya, walaupun tidak memungkinkan banyak factor lain yang mempengaruhinya dan ada beberapa anak gadis yang telah mengalami menstruasi di usia yang lebih muda.

3.3 Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche

Tabel 3 Hubungan Dukungan Orang Tua dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi *Menarche* di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang

Dukungan Orang Tua	Kesiapan Menghadapi <i>Menarche</i>				Jumlah		p-value
	Tidak		Siap				
	f	%	f	%	f	%	
Rendah	20	57,1	15	42,9	35	100,0	0,035
Tinggi	3	20,0	12	80,0	15	100,0	
Jumlah	23	46,0	27	54,0	50	100,0	

Berdasarkan hasil analisis hubungan dukungan orang tua dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang, diperoleh hasil responden yang mendapat dukungan orangtua kategori rendah yaitu sebanyak 35 orang dimana sebagian besar menghadapi *menarche* dengan kategori tidak siap yaitu sebanyak 20 orang (57,1%) lebih banyak dari pada kategori siap yaitu sebanyak 15 orang (42,9%). Diperoleh hasil responden yang mendapat dukungan orangtua kategori tinggi yaitu sebanyak 15 orang dimana sebagian besar menghadapi *menarche* dengan kategori siap yaitu sebanyak 12 orang (80,0%) lebih banyak dari pada kategori tidak siap yaitu sebanyak 3 orang (20,0%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square* didapatkan *pvalue* sebesar $0,035 < 0,05$ (α), maka dapat disimpulkan ada hubungan yang bermakna dukungan orang tua dengan

kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang.

Hasil penelitian didapatkan ada hubungan yang bermakna dukungan orangtua dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di Desa Gebugan Kecamatan Bergas Kabupaten Semarang. Orangtua memiliki peranan penting terhadap remaja putrinya, apalagi hal ini menyangkut *menarche* dimana pada proses menstruasi ini akan menjadikan sesuatu yang membuat remaja putri was-was dan risau manakala kedua orangtua tidak memberikan penjelasan secara proporsional [2]. Orangtua dapat memberikan pengawasan, memberikan bimbingan, memberikan kesempatan anak untuk bercerita mengenai pengalaman seksualnya. Karena hanya sekali hal-hal yang dialami remaja putri (*menarche*) yang tidak ia mengerti dan membutuhkan dukungan dari orangtua untuk memberikan pengarahan padanya [5]. Biasanya anak lebih memilih enggan bertanya tentang menstruasi kepada orangtuanya, maka di sinilah seharusnya orangtua berperan, mereka biasa bertanya tentang apa itu menstruasi, bagaimana cara menggunakan pembalut, bagaimana cara mengatasi nyeri saat menstruasi. Pengetahuan yang harus diberikan kepada anak tentang menstruasi yaitu tentang pengertian menstruasi, fisiologi menstruasi, gangguan menstruasi, menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi, dan informasi informasi lain tentang menstruasi yang diperlukan oleh anak. Dari survei tersebut, mereka yang tidak pernah tahu masalah haid, mengatakan hal ini merupakan pengalaman yang sangat buruk dan haid pertama membuat panik, traumatis, malu sampai lanjut usia nanti [4]. Dukungan orangtua sangat berpengaruh dalam kesiapan remaja putri menghadapi suatu keadaan yaitu dengan datangnya menstruasi. Bila anak tidak diberikan dukungan orangtua baik dukungan informasi, emosional, penghargaan, dan instrumental akan berpengaruh terhadap kesiapan remaja putri tersebut dalam menghadapi menstruasi.

Menurut [2] dukungan orangtua adalah interaksi yang dikembangkan oleh orangtua yang dicirikan oleh perawatan, kehangatan, persetujuan, dan berbagai perasaan positif orangtua terhadap anak. Sejalan dengan penelitian [10] orangtua mempunyai peranan yang besar dalam memberikan informasi tentang perkembangan pada remaja, oleh karena itu orangtua terutama ibu diharapkan dapat memberikan dukungan emosi sehingga remaja merasa nyaman dan tidak takut untuk mengalami perkembangan terutama pada remaja putri yaitu dengan datangnya menstruasi pertama (*menarche*). Komunikasi ibu dan anak yaitu proses pengiriman dan penerimaan pesan antara ibu dan anak yang berlangsung secara tatap muka dan dua arah (interpersonal) dan disertai adanya niat atau intens dari kedua belah pihak, dimana keduanya berperan sebagai pembicara dan pendengar secara bergantian sehingga menimbulkan efek tertentu berupa respon dan umpan balik segera (feedback) [8].

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan diperoleh didapatkan dukungan orang tua remaja putri sebagian besar kategori rendah yaitu sebanyak 35 orang (70,0%) dan 54% remaja putri siap menghadapi *menarche*. Hasil analisis bivariat terdapat hubungan yang bermakna dukungan orang tua dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Beberapa rekomendasi untuk orang tua perlu adanya peningkatan komunikasi antara orang tua dengan remaja tentang *menarche*. Selain itu perlu adanya peningkatan informasi tentang *menarche* melalui edukasi dan penyuluhan baik oleh guru ataupun tenaga medis.

Referensi

- [1] R. D. Yanti and I. Handayani, "Pre *menarche* class," *J. Kesehatan. Terap.*, vol. 4, no. 1, pp. 65–73, 2018.
- [2] N. Hidayah and S. Palila, "Kesiapan Menghadapi *Menarche* pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu," *Psymphatic J. Ilm.*

- Psikol.*, vol. 5, no. 1, pp. 107–114, 2018, doi: 10.15575/psy.v5i1.2021.
- [3] I. Lutfiya, “Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar dalam Menghadapi Menarche,” *J. Biometrika dan Kependud.*, vol. 5, no. 2, p. 135, 2017, doi: 10.20473/jbk.v5i2.2016.135-145.
- [4] R. Rahmawati, M. Murwati, and H. Istikhomah, “Hubungan Antara Dukungan Orang Tua Dan Pengetahuan Siswi Dengan Kesiapan Siswi Dalam Menghadapi Menstruasi Di MI Sanggrong Tegalrejo Purwantoro Wonogiri,” *J. Kebidanan dan Kesehatan Tradis.*, vol. 3, no. 1, pp. 14–18, 2018, doi: 10.37341/jkkt.v3i1.59.
- [5] Y. Hartatin, Hariani, and N. Hasanuddin, “Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di Smp Negeri 4 Parepare,” *J. Ilm. Kesehatan. Diagnosis*, vol. 2, no. 3, pp. 1–7, 2013.
- [6] E. P. Sari, “Improving Menarche Readiness Through Health Education for Young Women,” *J. Heal. Community Serv.*, vol. 1, no. 1, pp. 29–34, 2021, doi: 10.33086/jhcs.v1i1.2108.
- [7] N. M. Diaris, R. Listyowati, and P. P. Januraga, “Readiness of girls aged 10-12 years for an early menarche: a transtheoretical model of behavioural change analysis,” *Public Heal. Prev. Med. Arch.*, vol. 5, no. 1, p. 55, 2017, doi: 10.24843/phpma.2017.v05.i01.p09.
- [8] S. Juwita, “Dukungan Ibu dengan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche,” *J. Kesmas Asclepius*, vol. 8, no. 5, p. 55, 2019.
- [9] S. P. Nur Fitri Jayanti, “Deskripsi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Anak Dalam Menghadapi Menarche Di Sd Negeri 1 Kretek Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes Tahun 2011,” *Bidan Pradajurnal Ilm. Kebidanan*, vol. 3, no. 1, pp. 1–14, 2012.
- [10] H. Saputro and C. M. Ramadhani, “Peran Orang Tua Dengan Sikap Remaja Putri Menghadapi Menarche,” *J. Qual. Women’s Heal.*, vol. 4, no. 1, p. 21, 2021, doi: 10.30994/jqwh.v4i1.77.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)