

Hubungan Dukungan Orang Tua Dan Sikap Remaja Putri Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi SDN

Lastri Mei Winarni¹, Sintha Rizki Utami², Ayu Pratiwi³, Nuryanti⁴, Acih Suarsih⁵

Program Studi Kebidanan, Universitas Yatsi Madani^{1,4,5}

Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Yatsi Madani^{2,3}

Email : lastri@uym.ac.id

ABSTRAK

Latar belakang: Menurut *World Health Organization* (WHO), 20% perempuan sejak usia 10 tahun telah mengalami menarche. Di Indonesia, Kementerian Kesehatan melaporkan 30% usia 13 tahun sudah mengalami menarche. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan orang tua dan sikap remaja putri dengan kesiapan menghadapi menarche pada siswi di SDN Periuk Kota Tangerang. **Metode:** Penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* dilakukan di SDN Periuk, waktu pengumpulan data Juni-Juli 2023. Populasi sebesar 138 responden, dan sampel menggunakan teknik total sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner yang mengukur dukungan orang tua, sikap, dan kesiapan menghadapi menarche. Analisis menggunakan *Chi-square* digunakan. **Hasil:** Mayoritas remaja putri memiliki dukungan orang tua yang baik (50,7%), sikap positif terhadap menarche (50%), dan kesiapan yang baik (54,3%). Uji *Chi-Square* menemukan hubungan signifikan antara dukungan orang tua dan kesiapan menghadapi menarche ($p\text{-value } 0,007 < 0,05$). Hubungan signifikan juga terlihat antara sikap remaja putri dan kesiapan menghadapi menarche ($p\text{-value } 0,0001 < 0,05$). **Kesimpulan:** Dukungan orang tua dan sikap remaja putri berhubungan positif dengan kesiapan menghadapi menarche, menunjukkan peran penting keduanya dalam persiapan menghadapi tahapan ini. Disarankan sekolah dapat bekerja sama dengan orang tua untuk memberikan edukasi mengenai kesiapan menarche pada siswi.

Kata Kunci : Menarche, Dukungan Orang Tua, Sikap Remaja.

ABSTRACT

Background: According to the World Health Organization (WHO), 20% of girls have experienced menarche since the age of 10 years. In Indonesia, the Ministry of Health reported that 30% of 13-year-olds have experienced menarche. **Objective:** This study aims to determine the relationship between parental support and attitudes of adolescent girls with readiness to face menarche in female students at SDN Periuk, Tangerang City. **Method:** Descriptive quantitative research with a correlation and cross-sectional approach was conducted at SDN Periuk, data collection time June-July 2023. The population was 138 respondents, and the sample used a total sampling technique. The instrument used was a questionnaire that measured parental support, attitudes, and readiness to face menarche. Analysis using Chi-square was used. **Results:** The majority of adolescent girls have good parental support (50.7%), positive attitudes towards menarche (50%), and good readiness (54.3%). The Chi-Square test found a significant relationship between parental support and readiness to face menarche ($p\text{-value } 0.007 < 0.05$). A significant relationship was also seen between the attitude of adolescent girls and readiness to face menarche ($p\text{-value } 0.0001 < 0.05$). **Conclusion:** Parental support and the attitude of adolescent girls are positively related to readiness to face menarche, indicating the important role of both in preparing for this stage. It is recommended that schools can work together with parents to provide

education on readiness for menarche to female students. Keywords: Menarche, Parental Support, Adolescent Attitudes.

Keywords: Menarche, Parental Support, Adolescent Attitudes.

PENDAHULUAN

Menstruasi sering kali dianggap sebagai tanda awal kedewasaan oleh perempuan dan remaja putri, menandakan tahap awal pubertas. Perubahan ini bersifat unik bagi setiap individu dan mencakup perubahan fisik dan emosional yang signifikan. Menarche, yaitu dimulainya menstruasi, biasanya terjadi pada rentang usia 10 hingga 16 tahun pada anak perempuan dan wanita muda (Montgomery et al., 2016). Proses ini disertai dengan perubahan fisik seperti pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut, dan perubahan tekstur kulit. Menurut *World Health Organization* (WHO), 20% perempuan sejak usia 10 tahun telah mengalami menarche. Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018 menyatakan bahwa rata-rata usia menarche di Indonesia adalah 12,4 tahun, dengan tingkat prevalensi sekitar 60%. Prevalensi menarche di Indonesia ditemukan menjadi 2,6% pada usia 9 dan 10 tahun, 30,3% pada usia 11 dan 12 tahun, serta 30% pada usia 13 dan 14 tahun. Untuk sebagian besar wanita, menarche cenderung terjadi pada usia yang lebih matang (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Menstruasi biasanya dimulai antara usia 12 dan 13 tahun, mengindikasikan bahwa mayoritas anak perempuan mencapai pubertas pada usia yang lebih matang. Menurut Puspitasari dkk, rata-rata usia menarche di Indonesia, anak perempuan mengalami pubertas antara usia 10 dan 16 tahun, dengan usia rata-rata sekitar 12 tahun 5 bulan (Puspitasari et al., 2016).

Menarche bisa menjadi permasalahan bagi remaja putri yang belum siap atau tidak familiar dengan perubahan ini. Gejala pre menstrual syndrom, secara fisik mengalami gangguan seperti nyeri perut (dismenorrhea), nyeri payudara, sakit kepala, jerawat dan mudah lelah, sedangkan secara mental sering pula mengalami ketidakstabilan emosi, cepat marah, sedih tanpa alasan, merasa sendiri, mood swing, hasrat seksual yang meningkat atau menurun, bahkan tidak bersemangat dalam melakukan apapun sering dialami oleh wanita saat menstruasi. Oleh karena itu, penting untuk memberikan informasi yang akurat dan dukungan emosional kepada remaja putri menjelang masa menarchenya (Ismiyati et al., 2019). Orang tua dan lingkungan sosial memainkan peran kunci dalam membantu remaja putri menghadapi menarche dengan percaya diri dan positif. Peran perawatan kesehatan juga penting dalam memberikan edukasi dan dukungan kepada remaja putri selama periode ini (Singh et al., 2019).

Dalam studi pendahuluan yang melibatkan sepuluh siswa dari kelas enam di Sekolah Dasar Negeri (SDN) Periuk II dan IV Kota Tangerang, ditemukan bahwa empat siswi mengalami pra-menarche (belum mengalami menstruasi) merasa belum siap menghadapi menarche karena kurangnya pemahaman tentang tahapan transisi ini. Dari delapan siswa yang telah mengalami menarche, enam di antaranya mengklaim mendapatkan informasi melalui perbincangan antar teman. Para remaja putri ini menyampaikan bahwa waktu belajar tentang menstruasi terasa tidak tepat pada saat itu, sehingga mereka tidak pernah berbagi informasi ini dengan teman sekelasnya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian hubungan dukungan keluarga dan sikap remaja putri dengan kesiapan menarche di SDN Periuk II dan IV di Kota Tangerang. Penelitian ini lebih menilai apakah keluarga benar-benar memberikan dukungan kepada remaja putri dalam kesiapan menghadapi menarche. Penelitian tidak hanya dukungan keluarga, namun sikap remaja putri dalam kesiapan menghadapi menarche.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* yakni penelitian dilakukan pada satu waktu dengan melihat bagaimana dukungan keluarga dan sikap remaja putri tentang kesiapan menghadapi menarche. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil populasi 138 siswi kelas V di SDN Periuk II dan IV di Kota Tangerang yang belum mengalami pubertas, menggunakan teknik sampling *Non Probability* dengan metode total sampling. Waktu pengumpulan data dilakukan antara bulan Juni-Juli 2023.

Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner yang mengukur dukungan orang tua, sikap remaja putri dan kesiapan menghadapi menarche yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Untuk nilai *alpha cronbach* kuesioner dukungan orang tua adalah 0.778, kuesioner sikap remaja putri adalah 0.777, dan kuesioner kesiapan menghadapi menarche adalah 0.775. Analisis data menggunakan tahapan memasukkan data, koding, cleaning, dan mentabulasi hasil. Uji analisis dilakukan dengan uji univariat dan uji bivariat menggunakan *Chi-Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menjelaskan tentang karakteristik, dukungan orang tua, sikap, dan kesiapan menghadapi menarche pada 138 siswi di SDN Periuk II dan IV di Kota Tangerang.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Siswi di SDN Periuk Tangerang Kota

Karakteristik	Kategori	n	%
Usia	9 tahun	2	1.4
	10 tahun	23	16.7
	11 tahun	78	56.5
	12 tahun	35	25.4
Total		138	100
Kelas	V (lima)	31	22.5
	VI (enam)	107	77.5
Total		138	100
Dukungan Orang Tua	Buruk	18	13
	Cukup	50	36.2
	Baik	70	50.7
Total		138	100
Sikap	Buruk	24	17.4
	Cukup	45	32.6
	Baik	69	50
Total		138	100
Kesiapan <i>menarche</i>	Buruk	15	10.9
	Cukup	48	34.8
	Baik	75	54.3
Total		138	100

Berdasarkan Tabel.1, keseluruhan 138 responden yang berpartisipasi dalam survei di SDN Periuk II dan IV Kota Tangerang, terdapat 56,5% siswa berusia 11 tahun, sekitar 50,7% siswi melaporkan mendapatkan dukungan yang kuat dari orang tua saat mendekati menarche; 50% siswa menunjukkan sikap positif terhadap menarche; dan 54,3% siswa perempuan mengungkapkan kesiapan mereka yang baik dalam menghadapi menarche.

Tabel 2 Hubungan Dukungan Orang Tua Terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswa Perempuan Di SDN Periuk Kota Tangerang

Variabel	Kesiapan Menarche						Total		p-value
	Buruk		Cukup		Baik		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Dukungan Orang Tua									
- Buruk	2	11.1	10	55.5	6	33.3	18	13	0.007
- Cukup	10	20	18	36	22	44	50	36.8	
- Baik	3	4.2	20	28.5	47	67.1	70	50.2	
Total	15	10.8	48	34.7	75	54.5	138	100	

Mayoritas 67.1% siswi yang mendapatkan dukungan baik dari orang tua melaporkan kesiapan yang baik dalam menghadapi menarche. Analisis Uji *Chi-Square* menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,007, mengindikasikan adanya hubungan yang bermakna antara dukungan orang tua dan kesiapan menghadapi menarche ($p < 0,05$).

Tabel 3 Hubungan Sikap Remaja Putri Terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswa Perempuan Di SDN Periuk Kota Tangerang

Variabel	Kesiapan Menarche						Total		p-value
	Buruk		Cukup		Baik		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Sikap Remaja Putri									
- Buruk	5	20.8	9	37.5	10	41.6	24	17.4	0.001
- Cukup	5	11.1	25	55.5	15	33.3	45	32.6	
- Baik	5	7.2	14	20.2	50	72.4	69	50	
Total	15	10.8	48	34.7	75	54.5	138	100	

Mayoritas 72.4% siswi yang memiliki sikap positif melaporkan kesiapan yang baik dalam menghadapi menarche. Analisis uji *Chi-Square* menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,001, mengindikasikan adanya hubungan yang bermakna antara sikap remaja putri dan kesiapan menghadapi menarche ($p < 0,05$).

PEMBAHASAN

Dalam studi mengenai kesiapan menarche pada 138 murid di SDN Periuk II dan IV di Kota Tangerang, ditemukan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan orang tua dengan kesiapan menarche remaja putri. Berdasarkan hasil penelitian terdapat 67,1% remaja putri yang siap menghadapi menarche dan mendapatkan dukungan yang baik dari orang tua.

Dukungan orang tua terutama ibu dalam menyiapkan remaja putri dalam menghadapi menarche sangat penting karena dapat membantu remaja mendapatkan informasi yang akurat mengenai menarche, sering kali remaja putri mengalami kebingungan dan kecemasan tentang menstruasi (Michael et al., 2020). Dukungan tersebut dapat membantu mengatasi ketakutan dan kecemasan, sehingga remaja putri dapat lebih tenang dalam memahami bahwa menstruasi merupakan bagian alami dari pertumbuhan mereka. Dukungan ini juga meliputi mengenai cara menjaga kebersihan organ reproduksinya serta bagaimana menggunakan pembalut wanita termasuk, tata cara setelah menggunakannya (Coast et al., 2019). Dukungan yang baik dari orang tua akan mendorong remaja putri lebih percaya diri dan melakukan pola hidup sehat selama fase menstruasinya. Hal ini didukung oleh studi lain oleh Rahmawati dkk. pada remaja putri di Kelurahan Kadirejo, Karanganyar, Klaten menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki jaringan dukungan keluarga yang positif. Di Desa Tuah Karya, Mayoritas responden melaporkan adanya dukungan keluarga yang memberi dukungan. Namun, penelitian oleh Juwita pada 258 siswi menunjukkan bahwa sebagian dari mereka melaporkan ketiadaan dukungan dari ibu saat mereka mengalami menarche. Orang tua memiliki peran krusial dalam membantu anak perempuan mereka mempersiapkan fase menarche, termasuk memberikan pola pengasuhan yang positif, menjadi contoh yang kuat, serta menjaga komunikasi terbuka tentang menstruasi dengan anak perempuan mereka (Rahmawati & Oktaviani, 2017). Khususnya, peran ibu sangat berarti dalam mempersiapkan sikap dan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche.

Hasil penelitian di SDN Periuk 2-4 Kota Tangerang menunjukkan sikap positif lebih dominan daripada sikap negatif. Studi lain oleh Simon dan Hutomo (2021) juga menemukan sikap positif mayoritas siswa di SD Islam Guppi Kota Sorong. Pandangan dan etika seseorang mencerminkan sikap mereka terhadap berbagai hal. Kecenderungan untuk bertindak berdasarkan motivasi tertentu memengaruhi pembentukan sikap. Pengalaman pribadi, pengaruh orang lain, budaya, media, dan lainnya memengaruhi pandangan seseorang. Tingkat kesiapan remaja putri dari segi fisik, psikologis maupun sosial membantu kesiapan mereka dalam menghadapi menarche (Simon & Hutomo, 2021). Hal ini dikarenakan sikap yang positif memiliki arti remaja memiliki pemahaman yang cukup tentang menstruasi sebelum mengalaminya, mereka tidak terlalu merasa takut atau cemas berlebihan, serta mereka sudah memiliki kesadaran untuk menjaga kebersihan dan kesehatan jika nanti mengalami menstruasi (Mulazimah et al., 2022).

Dari penelitian ini terdapat 20,8% remaja putri yang belum menunjukkan sikap yang baik dan memiliki kesiapan yang buruk dalam menghadapi menarche. Hal ini dapat juga disebabkan oleh minimnya edukasi yang mereka dapatkan, minimnya dukungan orang tua, terpaparnya mitos terkait menstruasi, serta belum menyadarinya aspek kebersihan dan kesehatan jika nanti mereka menghadapi menstruasi. Oleh karena itu penting untuk memberikan pendidikan yang akurat tentang menarche kepada remaja agar mereka siap menghadapinya. Ibu memiliki peran penting dalam hal ini, namun seringkali isu-isu ini tidak dibahas dengan baik dalam keluarga. Sikap positif terhadap menarche dapat membantu remaja mengatasi perubahan yang terjadi. Penting bagi orang tua dan masyarakat untuk memberikan dukungan dan pemahaman kepada remaja perempuan dalam menghadapi menarche (Silviyanti et al., 2020).

Pentingnya dukungan orang tua dan sikap remaja putri telah dibuktikan dalam penelitian ini, dan perlu dukungan peningkatan pendidikan seksual dan reproduksi pada remaja putri dalam kesiapan menghadapi menarche, selain itu perlunya kemudahan dalam mengakses informasi yang benar serta peer group yang positif di lingkungan sekolah. Guru juga memiliki peranan penting untuk membantu remaja putri dalam menghadapi menarche.

SIMPULAN

Berdasarkan riset yang dilakukan terhadap 138 murid kelas V di SDN Periuk II dan IV di Kota Tangerang, terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan orang tua dan sikap remaja putri dalam menghadapi kesiapan menarche. Sekolah dapat melakukan kerjasama dengan orang tua mengenai pelaksanaan edukasi tentang menarche untuk membantu memperkuat kesiapan remaja putri yang akan menghadapi menarche.

DAFTAR PUSTAKA

- Coast, E., Lattof, S. R., & Strong, J. (2019). Puberty and menstruation knowledge among young adolescents in low- and middle-income countries: A scoping review. *International Journal of Public Health*, 64(2), 293–304. <https://doi.org/10.1007/s00038-019-01209-0>
- Ismiyati, Sabarudin, U., Wahmurti, T., Husin, F., Susanah, S., & Sunjaya, D. K. (2019). Reproductive Health Problems in Adolescents in Banten Province Permasalahan Kesehatan Reproduksi pada Remaja di Provinsi Banten. *Global Medical and Health Communication*, 7(12), 52–58.
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*.
- Michael, J., Iqbal, Q., Haider, S., Khalid, A., Haque, N., Ishaq, R., Saleem, F., Hassali, M. A., & Bashaar, M. (2020). Knowledge and practice of adolescent females about menstruation and menstruation hygiene visiting a public healthcare institute of Quetta, Pakistan. *BMC Women's Health*, 20(1), 4. <https://doi.org/10.1186/s12905-019-0874-3>
- Montgomery, P., Hennegan, J., Dolan, C., Wu, M., Steinfield, L., & Scott, L. (2016). Menstruation and the cycle of poverty: A cluster quasi-randomised control trial of sanitary pad and puberty education provision in uganda. *PLoS ONE*, 11(12). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0166122>
- Mulazimah, M., Nurahmawati, D., & Trishastuti, I. H. (2022). The Correlation of Knowledge and the Attitudes of Class VII Teenage Girls in Readiness to Face Menarche. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 9(2), 232–240. <https://doi.org/10.26699/jnk.v9i2.ART.p232-240>
- Puspitasari, R., Udiyono, A., Saraswati, L. D., & Ginanjar, P. (2016). GAMBARAN USIA MENARCHE DINI DI PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI DAERAH URBAN. *JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT*, 4(4), 443–447. <https://doi.org/10.1210/jc.2009-1789>
- Rachmawati, A. N., & Oktaviani, A. R. (2017). PERAN ORANGTUA DALAM MEMPERSIAPKAN REMAJA PUTRI MENGHADAPI MENARCHE DI KELURAHAN KADIREJO KECAMATAN KARANGANOM KABUPATEN KLATEN. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 170–176. <https://doi.org/10.34035/jk.v8i2.238>
- Silviyanti, Y., Susilowati, Y., & Winarni, L. M. (2020). PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG MENARCHE DAN PERILAKU MENSTRUAL HYGIENE PADA REMAJA PUTRI KELAS VII DI SMPN 31 KOTA TANGERANG. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*, 1(1), 18–26. <https://doi.org/10.24252/asjn.v1i1.16267>
- Simon, M., & Hutomo, W. M. P. (2021). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Kesiapan Siswi Dalam Menghadapi Menarche Di SD Islam Guppi Kota Sorong*. 3.
- Singh, M., Rajoura, O. P., & Honnakamble, R. A. (2019). Patterns and problems of menstruation among the adolescent school girls of Delhi: A cross-sectional study. *International Journal Of Community Medicine And Public Health*, 6(6), 2595. <https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20192329>