



Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche

The Relationship between Family Support and Adolescents Girl's Readiness to Face Menarche

Irmawati Pomalingo¹, Ika Wulansari², Cindy Puspita Sari Haji Jafar³

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Gorontalo, Indonesia
Email: ikawulansari@ung.ac.id

Abstract

Menarche is the medical term for the first menstruation experienced by female adolescents entering puberty, marked by the shedding of the inner uterine lining rich in blood vessels. Unpreparedness to face menarche can lead to issues such as poor personal hygiene, increasing the risk of reproductive organ infections. Readiness to face menarche can be supported by providing information regarding it. One key source of such information for female adolescents is their family. Thus, this research aims to identify the relationship between family support and female adolescents' readiness to face menarche. This is a quantitative research with a cross-sectional approach. The population consists of 72 respondents, with a sample size of 61 respondents selected by using purposive sampling techniques. The research instrument is a questionnaire. Bivariate analysis is conducted using the Spearman Rho test. The results show a p-value = 0.000 (< α (0.05)) with a correlation value of 0.579, indicating a significant relationship between family support and female adolescents' readiness to face menarche at SD Negeri 1 Limboto. The researcher acknowledges the limitations of this research and suggests further research focusing on factors influencing female adolescents' readiness to face menarche.

Keywords; Family support; female adolescents; menarche

Abstrak

*Menarche merupakan menstruasi pertama yang terjadi pada remaja putri yang menginjak dewasa yang ditandai dengan luruhnya lapisan dinding bagian dalam rahim yang banyak mengandung pembuluh darah. Ketidaksiapan dalam menghadapi menarche dapat berdampak pada masalah kurangnya kebersihan diri (*personal hygiene*) sehingga beresiko terjadi infeksi organ reproduksi. Kesiapan menghadapi menarche dapat dilakukan dengan cara memberikan informasi tentang menarche. Salah satu sumber informasi yang di dapatkan remaja putri yaitu dari keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 72 responden dan jumlah sampel 61 responden dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner. Analisa bivariat menggunakan uji*

Spearman Rho. Hasil penelitian didapatkan $p\text{-value} = 0,000 (< \alpha (0,05))$ dengan nilai korelasi 0,579 yang bermakna terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri 1 Limboto. Peneliti menyadari penelitian ini masih banyak kekurangan sehingga perlu dikembangkan terutama mengkaji faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*.

Kata Kunci; Dukungan keluarga; *menarche*; remaja putri

PENDAHULUAN

Menarche adalah haid atau menstruasi pertama yang terjadi pada seorang remaja putri yang sedang menginjak dewasa dan sebagai tanda bahwa wanita sudah mampu hamil). Gejala yang sering menyertai *menarche* adalah rasa tidak nyaman yang disebabkan karena selama menstruasi volume air di dalam tubuh berkurang. Gejala lain yang dirasakan yaitu sakit kepala, pegal-pegal di kaki dan pinggang untuk beberapa jam, kram perut dan sakit perut (Usraleli & Magdalena, 2021).

World Health Organization (WHO) Tahun (2020) terdapat remaja usia 10-18 tahun sekitar seperlima dari penduduk dunia. Mayoritas berada di negara berkembang. Prevalensi *early menarche* pada remaja sebesar 14,6% (WHO, 2020). Indonesia menduduki peringkat ke-15 dari 67 negara dengan percepatan usia *menarche* yang mencapai 0,145 tahun perdekade. Hasil Riskesdas (2014) rata-rata usia *menarche* yaitu 13 tahun dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun Almaidah & Ambarwati (2022). Berdasarkan data dari Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan menunjukkan bahwa terdapat peserta didik SD di Provinsi Gorontalo yaitu berjumlah 108.247 siswa, Di Kabupaten Gorontalo terdapat 35.224 siswa, di Kota Gorontalo terdapat 16.900 siswa, di Kabupaten Pohuwato terdapat 16.072 siswa, di Kabupaten Bone Bolango terdapat 14.712 siswa, di Kabupaten Gorontalo Utara terdapat 12.058 siswa, dan di Kabupaten Boalemo terdapat 13.281 siswa. Sehingga diketahui bahwa jumlah peserta didik terbanyak berada di Kab. Gorontalo dengan jumlah 35.224.

Remaja putri yang belum siap untuk *menarche* akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis. Perasaan negatif ini jika tidak dikelola dan mereka terus mengalami kecemasan dalam jangka Panjang. Selain itu, ketidaksiapan dalam menghadapi *menarche* dapat berdampak pada masalah kurangnya kebersihan diri (personal hygiene) sehingga beresiko terjadi infeksi organ reproduksi Artika *et al.* (2022). Remaja putri cenderung kurang siap untuk *Menstrual hygiene management* dan menderita kecemasan, ketakutan, rasa takut selama masa menstruasi mereka sehingga berdampak pada hasil klinis dan psikososial negatif yaitu Infeksi saluran kemih (ISK). Menstruasi yang tidak terkelola dengan baik juga dapat menyebabkan putus sekolah, ketidakhadiran, dan masalah kesehatan seksual dan reproduksi lainnya yang memiliki konsekuensi kesehatan dalam jangka panjang bagi remaja putri (Usman *et al.*, 2022).

Kesiapan menghadapi *menarche* dapat dilakukan dengan cara memberikan informasi tentang *menarche* dan perhatian pada remaja putri pada masa menghadapi *menarche*. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan anak dalam menghadapi *menarche* yaitu usia dan sumber informasi. Salah satu sumber informasi yang di dapatkan remaja putri yaitu dari keluarga (Fatmawati *et al.*, 2022). Keluarga terutama orang tua mempunyai peranan yang besar untuk lebih awal dalam menjelaskan tentang *menarche* pada putrinya ketika mengalami masa perubahan hormonal tubuhnya yaitu masa *menarche* (Permatasari, 2020). Melihat fenomena ini mendorong penulis untuk melakukan penelitian tentang

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi *Menarche* di SD Negeri 1 Limboto.

METODE

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 1 Limboto pada 30 Oktober sampai 11 November 2024 dengan jenis penelitian kuantitatif dengan desain *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswi kelas 4,5,dan 6 yang belum mengalami *Menarche* di SD Negeri 1 Limboto. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling* dengan jumlah 61 remaja putri. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Data yang telah dikumpulkan selanjutnya dianalisis menggunakan uji *Chi-Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Variabel	N	%
Kelas		
IV	30	49,1
V	22	36,1
VI	9	14,8
Usia		
9 Tahun	17	27,9
10 Tahun	20	32,8
11 Tahun	24	39,3
Pekerjaan Orang Tua		
IRT	17	27,9
PNS	33	54,1
Honorer	4	6,6
Lainnya	7	11,4
Pendidikan Orang Tua		
SMP	1	1,6
SMA	14	23,0
S1	43	70,5
S2	2	3,3
S3	1	1,6
Total	61	100

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa mayoritas responden duduk dikelas 4 yaitu sebanyak 30 siswa (49,1%). Kemudian disusul oleh siswa yang duduk dikelas 5 dan dikelas 6 berturut-turut sebanyak 22 siswa (36,1%) dan 9 siswa (14,8%). Sedangkan untuk usia didominasi oleh siswa yang berumur 11 tahun yaitu sebanyak 24 siswa (39,3%). Untuk pekerjaan didominasi oleh orang tua siswa yang bekerja sebagai PNS yaitu sebanyak 33 orang (54,1%). Sedangkan untuk pendidikan didominasi oleh orang tua siswa lulusan S1 yaitu sebanyak 43 orang (70,5%).

Tabel 2 Distribusi Responden berdasarkan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche dan Dukungan Keluarga di SD Negeri 1 Limboto

Variabel	N	%
Kesiapan Remaja Putri		
Siap	46	75,4
Tidak Siap	15	24,6
Dukungan Keluarga		
Mendukung	49	80,3
Tidak Mendukung	12	19,7
Total	61	100

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan kesiapan remaja putri yakni responden yang siap dalam menghadapi *menarche* yaitu sebanyak 46 responden (75,4%) sedangkan yang tidak siap hanya 15 responden (19,7%). Selanjutnya distribusi responden berdasarkan dukungan keluarga yakni responden yang memperoleh dukungan dari keluarga yaitu sebanyak 49 responden (80,3%) dan tidak memperoleh dukungan dari keluarga sebanyak hanya 12 responden (19,7%).

Tabel 3 Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi *Menarche* Di SD Negeri 1 Limboto

Dukungan Keluarga	Kesiapan Remaja Putri				Total		P-Value	Nilai Korelasi
	Siap		Tidak Siap		N	%		
Mendukung	43	70,5	6	9,8	49	80,3	0,000	0,579
Tidak Mendukung	3	4,9	9	14,8	12	19,7		
Total	46	75,4	15	24,6	61	100		

Sumber : Data Primer 2024

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri 1 Limboto. Dari total 61 responden didapatkan hasil sebanyak 49 responden (80,3 %) yang memperoleh dukungan keluarga, terdapat 43 responden (70,5%) yang siap dalam menghadapi *menarche* dan 6 responden (9,8%) yang tidak siap dalam menghadapi *menarche*. Sedangkan dari 12 responden yang tidak memperoleh dukungan keluarga, terdapat 3 responden (4,9%) yang siap dalam menghadapi *menarche* dan 9 responden (14,8%) yang tidak siap dalam menghadapi *menarche*.

Dukungan Keluarga Remaja Putri dalam Menghadapi *Menarche* di SD Negeri 1 Limboto

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri 1 Limboto, menunjukkan dari total 61 responden, sebagian besar reponden mendapatkan dukungan keluarga sebanyak 49 responden (80,3 %). Sedangkan responden yang tidak mendapatkan dukungan dari keluarga sebanyak 12 reponden (19,7 %). Selain itu hasil penelitan juga menunjukkan bahwa responden dengan orang tua yang bekerja sebagai PNS sebanyak 33 responden (54,1%) paling banyak mendapatkan dukungan keluarga tentang *menarche* dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti tingkat pendidikan yang lebih tinggi, akses informasi yang baik, dan stabilitas ekonomi yang mendukung. Sejalan dengan penelitian Setiawan & Hidayati (2021) bahwa orang tua yang bekerja sebagai PNS dapat memberikan stabilitas ekonomi dan

jam kerja yang lebih terstruktur, sehingga memungkinkan orang tua untuk meluangkan waktu lebih banyak untuk mendidik dan memberikan perhatian kepada anak.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan orang tua pendidikan S1 sebanyak 43 responden (70,5 %) paling banyak mendapatkan dukungan keluarga tentang *menarche* dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti wawasan yang lebih luas, pola komunikasi yang lebih terbuka, dan kemampuan untuk memberikan informasi yang relevan serta mendukung anak secara emosional. Sejalan juga dengan penelitian Sudarno & Yati (2019) yang menyatakan bahwa orang tua yang berpendidikan tinggi akan memberikan pendidikan, pembimbingan, dan kasih sayang kepada anaknya lebih dibandingkan dengan orang tua yang berpendidikan rendah. Orang tua yang berpendidikan tinggi akan mempergunakan pengetahuannya untuk mencari bagaimana metode dalam membimbing dan mengasuh anaknya agar tumbuh mandiri.

Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi *Menarche* di SD Negeri 1 Limboto

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri 1 Limboto, menunjukkan dari total 61 responden, sebagian besar responden siap dalam menghadapi *menarche* sebanyak 46 responden (75,4 %). Sedangkan responden yang tidak siap dalam menghadapi *menarche* sebanyak 15 responden (24,5 %). Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebaran umur terbagi menjadi tiga kelompok yaitu 9, 10 dan 11 tahun. Tabel 4.2 menunjukkan bahwa semakin tinggi umur responden maka tingkat kesiapan dalam menghadapi *menarche* juga semakin baik. Didukung dengan penelitian Fathimi *et al.* (2020) yang menjelaskan bahwa umur mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang, semakin bertambah umur seseorang semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden siap menghadapi *menarche* karena adanya kombinasi antara pengetahuan yang memadai dan dukungan emosional dari keluarga. Selain itu, kemungkinan responden siap menghadapi *menarche* sebab adanya akses ke informasi tentang kesehatan reproduksi, dan pengalaman teman sebaya yang membagikan cerita positif juga menjadi alasan utama responden merasa siap menghadapi *menarche*. Sejalan dengan pendapat Nastiti *et al.* (2013) kesiapan seorang perempuan dalam menghadapi *menarche* juga dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan anak tentang menstruasi, pengetahuan tentang menstruasi dapat diperoleh dari berbagai sumber informasi seperti keluarga.

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi *Menarche* di SD Negeri 1 Limboto

Hasil uji statistik yang telah dilakukan dengan menggunakan uji Spearman rho diperoleh nilai signifikan $p\text{-value} (0,000) = < \alpha (0,05)$ yang artinya H_1 diterima dan H_0 ditolak. Sedangkan untuk nilai korelasi diperoleh sebesar 0,579 yang menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel searah dan terbilang cukup kuat. Sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri 1 Limboto.

Hasil penelitian diketahui bahwa sebanyak 43 responden (70,5 %) didukung oleh keluarga dan siap menghadapi *menarche*. Menurut Pawestri *et al.* (2023) kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* memerlukan dukungan dari orang tua, dukungan tersebut dapat berupa dukungan informasi, emosional, penghargaan, dan instrumental. Kesiapan remaja putri dalam

menghadapi *menarche* tergantung beberapa hal, salah satunya dipengaruhi oleh faktor perilaku orang tua. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Juwita (2019) yang menjelaskan bahwa dukungan keluarga yang diberikan kepada remaja akan mempengaruhi kecemasan dan kesiapan remaja putri tersebut dalam menghadapi menstruasi. Hal ini dikarenakan anggota keluarga merupakan orang yang paling dekat bagi remaja sehingga komunikasi pada hal-hal yang sensitif akan lebih terbuka.

Hasil penelitian diketahui bahwa sebanyak 6 responden (9,8 %) didukung oleh keluarga yang tidak siap menghadapi *menarche*. Beberapa responden tidak siap ini kemungkinan disebabkan oleh kurangnya pemahaman atau adanya faktor eksternal, seperti pengalaman negatif yang dialami teman sebaya. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Huda (2022) yang mengatakan bahwa meskipun orang tua memberikan dukungan, remaja mungkin merasa kesulitan mengelola perubahan emosional ini jika mereka belum siap secara psikologis. Perasaan cemas, bingung, atau bahkan takut bisa muncul meskipun ada dukungan orang tua yang baik. Selain itu, dalam beberapa kasus, meskipun orang tua memberikan dukungan, tekanan dari teman sebaya atau informasi yang didapat melalui media sosial bisa membuat remaja merasa lebih tertekan atau tidak siap.

Hasil penelitian diketahui bahwa sebanyak 3 responden (4,9%) tidak didukung oleh keluarga yang siap menghadapi *menarche*. Hal ini menunjukkan bahwa kesiapan menghadapi *menarche* tidak sepenuhnya bergantung pada dukungan keluarga. Faktor lain, seperti edukasi dari sekolah, informasi dari teman sebaya, atau kemandirian individu, mungkin turut berperan dalam membentuk kesiapan tersebut. Sejalan dengan penelitian Widyaningtyas (2020) bahwa remaja yang tidak mendapatkan dukungan dari keluarga namun tetap siap menghadapi menstruasi sering kali mendapatkan informasi yang cukup dari sumber lain seperti dari guru, teman sebaya, buku, atau media sosial. Pendidikan tentang kesehatan reproduksi yang diberikan di sekolah atau melalui platform online bisa memberikan mereka pemahaman yang diperlukan untuk menghadapi *menarche* tanpa rasa cemas.

Hasil penelitian diketahui bahwa sebanyak 9 responden (14,8%) tidak didukung oleh keluarga dan tidak siap dalam menghadapi *menarche*. Meskipun tidak semua remaja yang tidak memperoleh dukungan keluarga menunjukkan ketidaksiapan, data ini menunjukkan bahwa ketidaksiapan lebih banyak ditemukan pada kelompok yang tidak mendapat dukungan keluarga. Hal ini mengindikasikan bahwa dukungan keluarga merupakan salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi kesiapan remaja menghadapi *menarche*. Menurut penelitian Arista *et al.* (2022) menegaskan bahwa rendahnya dukungan keluarga dapat menghambat kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Dimana keluarga sangat berperan penting dalam memberikan informasi dan dukungan remaja putri untuk menerima keadaan ketika mengalami menstruasi. Didukung dengan penelitian Abdiana *et al.* (2023) sebagian lainnya masih ada siswi yang tidak siap dengan kesiapan *menarche* dikarenakan ada ibu yang pengetahuannya masih kurang baik, hal ini juga bisa terjadi misalkan ibu yang sudah mengetahui, namun ibu tidak berperan aktif dalam hal pribadi anak, tidak ada komunikasi dan kedekatan terhadap anak.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri 1 Limboto didapatkan remaja putri memperoleh dukungan dari keluarga yaitu sebanyak 49 responden dan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri

1 Limboto didapatkan remaja putri yang siap dalam menghadapi *menarche* yaitu sebanyak 46 responden, serta terdapat hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri 1 Limboto. Oleh sebab itu diharapkan dapat menjadi referensi atau sumber untuk penelitian-penelitian selanjutnya yang sejenis dengan menambahkan variabel atau intervensi lainnya yang dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang *menarche*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdiana, Mutiarahmi, Sunesni, & Firdawati. (2023). Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kesiapan *Menarche* Pada Siswi Disabilitas Intelektual Di Slb Kota Padang. *Huma Care Journal*, 8(3), 653–662.
- Almaidah, F., & Ambarwati, D. (2022). Jurnal Kesehatan Jurnal Kesehatan. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 20–27.
- Arista, D. F., Nurlinawati, & Nasution, R. A. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Haid Pertama (M Enarche): Studi Literatur. *Pinang Masak Nursing Journal*, 1(1), 39–52.
- Artika, A. K. W., Purnama, N. L. A., & Kurniawaty, Y. (2022). Kesiapan Siswi Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(4).
- Fathimi, Sasmita, Y., & Orisinal. (2020). Hubungan Umur, Status Gizi Dan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarche Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Di Mtss Durian. *Jurnal Pendidikan, Sains Dan Humaniora*, 8(4), 562–568.
- Fatmawati, L., Syaiful, Y., & Tamada, M. (2022). Pendidikan Kesehatan Meningkatkan Pengetahuan Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Usia 9-12 Tahun. *Journals Of Ners Community*, 13(1), 51–63.
- Huda, A. (2022). Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Menstruasi Pada Remaja. *Jurnal Psikologi Remaja*, 9(1), 58–72.
- Nastiti, F. D., Andayani, A., & Diah, M. (2013). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Menarche Dengan Kesiapan Siswi Kelas V Dan Vi Menghadapi Menarche Di Sd Negeri 1 Gedanganak*. Akademi Kebidanan Ngudi Waluyo.
- Pawestri, P., Rejeki, S., & Yolanda, M. (2023). Family Support For Anxiety Facing Menarche In School-Age Children. *Media Keperawatan Indonesia*, 6(1).
- Permatasari, R. D. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Penerimaan Individu Remaja Yang Mengalami Menarche. *Jurnal Kebidanan Stikes Insan Cendekia Medika*, 10(2), 93–102.
- Setiawan, D., & Hidayati, S. (2021). Pengaruh Pekerjaan Orang Tua Terhadap Pendidikan Kesehatan Remaja. *Jurnal Psikologi Remaja*, 12(3), 100–110.
- Sudarno, H. A., & Yati, D. (2019). *Hubungan Pendidikan Orang Tua Dengan Tingkat Kemandirian Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Dengan Intellectual Disability*. 6(1), 13–21.
- Usman, H., Tondong, H. I., & Kuswanti, F. (2022). Upaya Menghadapi Menarche Dengan Meningkatkan Pengetahuan Remaja Putri Melalui Menstrual Hygiene Management Comic Book Di Pondok Pesantren Hidayatullah. *Jurnal Abdinus : Jurnal Pengabdian Nusantara*, 6(2), 475–485.
- Usraleli, U., & Magdalena, M. (2021). Pengaruh Terapi Kelompok Terapeutik Dan Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di Kelurahan Delima Kecamatan Tampan Pekanbaru. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(2), 818.
- Widyaningtyas, E. (2020). The Role Of Peer Support In Adolescent Menstrual Health. *Jurnal Kesehatan Remaja*, 11(3), 205–211.