

Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Menghadapi *Menarche* Siswi Kelas Vi Di Sdn 14 Sungai Raya

Lestari Makmuriana¹, Indar Lestiana¹

¹Sekolah Tinggi Ilmu keperawatan Muhammadiyah Pontianak

Abstrak

Latar Belakang: Masa remaja diawali dengan masa pubertas, yaitu usia menuju dewasa yang ditandainya banyaknya perubahan fisik, perubahan perilaku awal kematangan seksual dan persiapan diri seseorang untuk mampu memberikan keturunan. *Menarche* akan membuat remaja merasa terkejut cemas bahkan trauma. Keluarga sebagai sumber dukungan sosial bagi anggota keluarga lainnya, dukungan sosial sangat diperlukan oleh setiap individu di dalam setiap siklus kehidupannya. Dukungan sosial akan semakin dibutuhkan pada saat seseorang sedang menghadapi masalah atau sakit, peran anggota keluarga diperlukan untuk menjalani masa-masa sulit dengan cepat.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga terhadap kecemasan menghadapi *menarche* siswi kelas VI di SDN 14 Sungai Raya.

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini adalah deskriptif korelasional, dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel sebanyak 50 orang. penelitian ini dilakukan di SDN 14 Sungai Raya. Analisis data menggunakan *Koefisien kontingensi Lambda*.

Hasil: Berdasarkan hasil analisis data dapat dilihat bahwa responden yang mempunyai dukungan keluarga kurang baik dan cemas dalam menghadapi *menarche* sebanyak 17 orang, sedangkan dukungan keluarga kurang baik dan tidak cemas dalam menghadapi *menarche* sebanyak 10 orang. responden yang dukungan keluarganya baik dan cemas dalam menghadapi *menarche* sebanyak 6 orang, sedangkan dukungan keluarga baik dan tidak cemas dalam menghadapi *menarche* sebanyak 17 orang. Hasil analisis statistik menggunakan *koefisien kontingensi lambda* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh nilai $p = 0,170 > 0,05$ yang artinya H_a ditolak (H_0 gagal ditolak), jadi dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan keluarga terhadap kecemasan menghadapi *menarche* siswi kelas VI di SDN 14 Sungai Raya.

Kesimpulan: Tidak ada hubungan antara dukungan keluarga terhadap kecemasan menghadapi *menarche* siswi kelas VI di SDN 14 Sungai Raya.

Kata Kunci: Dukungan Keluarga, Kecemasan, *Menarche*

Remaja adalah masa perkembangan. Remaja didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak ke dewasa. Remaja merupakan tahapan seseorang yang berada di antara fase anak dan dewasa yang di tandai dengan perubahan fisik, perilaku, kognitif, biologis dan emosi. Batasan usia remaja menurut WHO (2007) adalah 12 sampai 24 tahun. Pendeskripsian remaja dari waktu ke waktu memang berubah sesuai perkembangan zaman^[1]. Masa remaja diawali dengan masa pubertas, masa pubertas adalah suatu fase perkembangan yang ditandai telah terjadinya kematangan organ seksual dan tercapainya kemampuan reproduksi. Selama pubertas selalu disertai berbagai perubahan dalam pertumbuhan somatis dan perspektif psikologis. Kata pubertas berasal dari bahasa latin, yaitu usia menuju dewasa yang ditandainya banyaknya perubahan fisik, perubahan perilaku awal kematangan seksual dan persiapan diri seseorang untuk mampu memberikan keturunan^[2].

Usia remaja putri mendapatkan haid pertama semakin berkurang dari 17,5 tahun menjadi 12 tahun, demikian pula remaja pria. Kebanyakan orang menggolongkan remaja dari usia 12-24 tahun dan beberapa literatur yang menyebutkan 15-24 tahun. Hal yang terpenting adalah seseorang mengalami perubahan pesat dalam hidupnya di berbagai aspek^[1].

Menstruasi adalah runtuh dan luluhnya lapisan pada uterus berupa darah yang mengalir keluar melalui lubang vagina. *Menarche* adalah menstruasi pertama yang dialami seorang remaja perempuan yang umumnya dimulai pada usia 12-24 tahun^[3].

Umumnya perempuan Amerika, mendapatkan haid pertama antara usia 10-15 tahun dengan rata-rata usia 12 tahun^[4]. Usia *menarche* bervariasi pada setiap anak, bisa terjadi mulai dari sekitar

usia sembilan sampai dengan 15 tahun, tapi rata-rata usia 11-14 tahun, sedangkan anak Indonesia rata-rata mengalami *menarche* pada usia 12-14 tahun^[5]. Menurut Soetjningsih dan Proverawati dalam Ulfa^[6] bahwa fenomena yang terjadi di masyarakat bahwa sebagian masyarakat merasa tabu membicarakan masalah menstruasi dalam keluarga. Kesiapan mental sebelum *menarche* sangat diperlukan karena adanya perasaan cemas, takut, bingung, gelisah bagi remaja yang baru pertama kali mendapatkan menstruasi.

Keluarga sebagai sumber dukungan sosial bagi anggota keluarga lainnya, dukungan sosial sangat diperlukan oleh setiap individu di dalam setiap siklus kehidupannya. Dukungan sosial akan semakin dibutuhkan pada saat seseorang sedang menghadapi masalah atau sakit, disini lah peran anggota keluarga diperlukan untuk menjalani masa-masa sulit dengan cepat^[1].

Penelitian yang akan dilakukan adalah tentang hubungan dukungan keluarga terhadap kecemasan menghadapi *menarche* siswi kelas VI di SDN 14 sungai raya, merujuk saran yang diberikan oleh Yolanda^[7]. *Menarche* akan membuat remaja merasa terkejut cemas bahkan trauma. Selama masa penyesuaian remaja akan bersikap irasional, mudah tersinggung dan sulit dimengerti. Kecemasan seorang remaja akan semakin bertambah karena adanya perubahan bentuk fisik seperti timbulnya jerawat, tubuh menjadi gemuk, dan sakitnya payudara. Para remaja juga mengalami kecemasan terhadap terjadinya pendarahan dan cemas apabila prestasi belajar menurun dikarenakan sakit. Hal ini akan berimbas pada siswi yang sedang mengalami *menarche* menjadi malas belajar dan mengalami ketakutan berlebihan.

Penelitian Yolanda menitikberatkan pada pengetahuan kecemasan *menarche* yang menyarankan faktor lingkungan dan faktor keluarga. Oleh karena itu, peneliti tertarik melihat dari sisi faktor keluarga agar informasi dari hasil penelitian ini dapat bertambah dalam memahami permasalahan *menarche*. Dimana titik fokusnya adalah dukungan keluarga, hal ini yang membedakan penelitian saya dengan penelitian Yolanda^[7]. Dalam penelitian Yolanda lebih agresif dalam mengembangkan program BK yang sesuai dengan kebutuhan siswi. Disisi lain kekurangan penelitian Yolanda dalam mengungkapkan terbatas mengungkapkan satu aspek saja yaitu pengetahuan untuk mengungkapkan pengetahuan siswi.

Adapun hasil data studi pendahuluan yang telah di lakukan peneliti menunjukkan, dari sampel yang di ambil sebanyak dua kelas, dari 32 siswi sebanyak 24 siswi mengalami kecemasan dalam menghadapi *menarche*. Oleh karena itu, mendorong peneliti untuk melakukan penelitian tentang ada hubungan dukungan keluarga terhadap kecemasan menghadapi *menarche* siswi kelas VI di SDN 14 Sungai Raya.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif korelasional dengan pendekatan *Cross setional* adalah rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan (satu kali). Penelitian ini dilakukan mulai dari bulan September 2014 hingga Juli 2015.

Penelitian ini dilakukan pada siswi kelas VI di SDN 14 Sungai Raya yang tepatnya di Jalan Adi Sucipto KM 6,7. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VI SDN 14 Sungai Raya.

Penelitian ini menggunakan *total sampling*. *Total sampling* (sampel jenuh) adalah seluruh populasi diambil untuk

dijadikan sebagai sampel^[8]. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 50 responden.

Instrumen dalam penelitian ini adalah menggunakan kuisioner yaitu mengumpulkan data secara formal kepada subjek untuk menjawab pertanyaan secara tertulis^[9]. Instrumen dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur hubungan dukungan keluarga terhadap kecemasan menghadapi *menarche* siswi kelas VI di SDN 14 Sungai Raya. Kuesioner menggunakan skala likert dengan pilihan jawaban tidak setuju, sangat tidak setuju, setuju, sangat setuju dan ragu-ragu. Pengisian kuesioner oleh responden dengan memberikan tanda *checklist* (\surd) pada jawaban yang dianggapnya benar serta dijawab sesuai pengetahuan siswi.

Analisa data dilakukan dengan 2 tahap yaitu analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi frekuensi masing-masing variabel, baik variabel *independent*, variabel *dependent*.

Analisis bivariat dilakukan untuk mencari hubungan antara variabel *independent* dan variabel *dependent* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Variabel *dependent* yaitu dukungan keluarga dan variabel *dependent* yaitu kecemasan menghadapi *menarche*. Uji statistik yang digunakan adalah uji *Koefisien kontingensi Lambda*.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Distribusi frekuensi berdasarkan usia siswi kelas VI SDN 14 Sungai Raya didapatkan siswi umur termuda yaitu 11 tahun dan tertua 13 tahun.

Distribusi frekuensi dukungan keluarga siswi kelas VI SDN 14 Sungai Raya bahwa responden dengan jumlah terbanyak adalah dukungan keluarga kurang baik yaitu 27 responden (54%) dan

responden dengan jumlah paling sedikit adalah dukungan keluarga baik yaitu 23 responden (46%).

Distribusi frekuensi kecemasan menghadapi *menarche* siswi kelas VI SDN 14 Sungai Raya bahwa responden dengan jumlah terbanyak dalam kecemasan menghadapi *menarche* yang tidak cemas yaitu 27 responden (54%) dan responden dengan jumlah paling sedikit dalam kecemasan menghadapi *menarche* yang cemas yaitu 23 responden (54%).

Analisis Bivariat

Analisis hubungan dukungan keluarga terhadap kecemasan menghadapi *menarche* siswi kelas VI di SDN 14 Sungai Raya

Analisis bivariat dilakukan mencari hubungan antara variabel *independent* dan variabel *dependent* dengan menggunakan analisis *koefisien kontingensi lambda*. Uji *lambda* akan diperoleh nilai *p*, dimana dalam penelitian ini digunakan tingkat kemaknaan sebesar 0,05. Penelitian antara dua variabel dikatakan bermakna jika mempunyai nilai $p < 0,05$.

Hasil analisis statistik menggunakan koefisien kontingensi lambda dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh nilai $p = 0,170 > 0,05$ yang artinya H_0 gagal ditolak), jadi dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan keluarga terhadap kecemasan menghadapi *menarche* siswi kelas VI di SDN 14 Sungai Raya.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian bahwa responden yang mempunyai dukungan keluarga kurang baik dan cemas menghadapi *menarche* yaitu 17 orang sedangkan dukungan keluarga kurang baik dan tidak cemas menghadapi *menarche* yaitu 10 orang. Dukungan

keluarga baik dan cemas dalam menghadapi *menarche* yaitu 6 orang sedangkan dukungan keluarga baik dan tidak cemas dalam menghadapi *menarche* yaitu 17 orang.

Hasil analisis statistik menggunakan koefisien kontingensi lambda dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh nilai $p = 0,170 (0,170 > 0,05)$ yang artinya H_0 gagal ditolak), jadi dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan keluarga terhadap kecemasan menghadapi *menarche* siswi kelas VI di SDN 14 Sungai Raya tahun 2015.

Persamaan dan perbedaan dengan hasil penelitian orang lain. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Mulyati, Rina & Sri Utami^[10] yang berjudul Hubungan antara dukungan sosial (ibu) dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja putri prapubertas. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa putri sekolah dasar negeri (SDN) yang ada di Kabupaten Sleman Yogyakarta, berusia antara 9-13 tahun dan belum mengalami *menarche*. Subjek penelitian berjumlah 107 responden. Skala yang digunakan dalam penelitian ini ada dua yaitu skala dukungan sosial dari ibu yang terdiri dari 30 aitem dengan koefisien korelasi aitem total bergerak antara 0.250 sampai 0.726 serta koefisien alpha sebesar 0.867 dan skala kecemasan menghadapi *menarche* yang terdiri dari 40 aitem dengan koefisien korelasi item total bergerak antara 0.257 sampai 0.566 dengan koefisien alpha sebesar 0.859. Sebaran data subyek untuk dukungan sosial yang diberikan ibu menunjukkan ($K-SZ = 0.914$; $p = 0.374$), sedangkan untuk kecemasan menghadapi *menarche* menunjukkan ($K-SZ = 0.589$; $p = 0.879$), keduanya menunjukkan sebaran data normal. Begitu juga untuk dukungan sosial yang diberikan ibu dan kecemasan menghadapi *menarche* menunjukkan

sebaran data yang linier ($F= 5.587$; $p= 0.021$). Metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik *product moment* dari *Pearson*. Hasil menunjukkan ada hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial (ibu) dengan kecemasan menghadapi *menarche* ($r=-0.196$). Sumbangan efektif yang diberikan variabel dukungan sosial (ibu) terhadap variabel kecemasan menghadapi *menarche* sebesar 3.8%. Penelitian ini terdapat perbedaan yang dilakukan oleh peneliti Santjaka, dkk^[11] yang menunjukkan adanya hubungan antara dukungan ibu dengan kecemasan remaja dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri Lomanis 01 Kecamatan Cilacap Tengah Kabupaten Cilacap, diperoleh $p = 0,005$ yang berarti $< 0,05$. Bahwa *Menarche* adalah peristiwa ketika seorang anak perempuan mengalami haid atau datang bulan yang pertama kali, hal ini menimbulkan kecemasan pada sebagian remaja putri. Ibu adalah sosok paling dekat bagi remaja putri diantara keluarga sehingga komunikasi pada hal-hal yang sensitif akan relatif lebih terbuka, pada posisi inilah peran seorang ibu untuk mendukung remaja putri menghadapi *menarche* sangat dibutuhkan guna mengurangi kecemasan. Tujuan Penelitian: Mengetahui hubungan antara dukungan ibu dengan kecemasan remaja dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri Lomanis 01 Kecamatan Cilacap Tengah Kabupaten Cilacap Tahun 2013.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian *survey analitik* dengan rancangan *cross sectional*. Sampel pada penelitian ini adalah remaja putri kelas IV, V dan VI di SD Negeri Lomanis 01 Kecamatan Cilacap Tengah Kabupaten Cilacap sebanyak 37 orang. Metode analisa data menggunakan uji *rank spearman* dan distribusi frekuensi. Hasil Penelitian: Sebagian besar dukungan ibu terhadap remaja dalam

menghadapi *menarche* dalam kategori mendukung (62,2%). Sebagian besar kecemasan remaja dalam menghadapi *menarche* dalam kategori sedang (56,8%). Ada hubungan antara dukungan ibu dengan kecemasan remaja dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri Lomanis 01 Kecamatan Cilacap Tengah Kabupaten Cilacap Tahun 2013 dalam kategori sedang $p=-0,456$ ($p=-0,456 < 0,05$).

Kesimpulan: Ada hubungan antara dukungan ibu dengan kecemasan remaja dalam menghadapi *menarche*.

Tidak adanya hubungan antara variabel bebas dan terikat tersebut dikarenakan dukungan keluarga kurang baik hal ini disebabkan oleh kurangnya perhatian dari keluarga kepada anak secara personal dalam memberikan informasi tentang *menarche*, sehingga anak menjadi tertutup dan malu dalam mengungkapkan pertanyaan-pertanyaan yang sebenarnya ingin ditanyakan. Hal ini yang menyebabkan anak kurang aktif dalam mencari informasi atau bertanya di dalam keluarga dan sebagian besar siswi tidak cemas dikarenakan siswi kurang aktif dalam mencari informasi sehingga informasi yang didapat oleh siswi hanya sebatas nasehat, saran ataupun petunjuk baik dari anggota keluarga. Sebagian siswi menganggap menstruasi adalah suatu hal yang memalukan untuk dibicarakan sehingga mereka malu untuk bertanya mengenai menstruasi maka dari itu mereka merasa tidak cemas jika suatu saat mengalami menstruasi, sehingga peran dari keluarga bukan menjadi sebuah tolak ukur dalam menentukan kecemasan menghadapi *menarche*.

Hasil dari kedua variabel tidak ada hubungan hal ini disebabkan oleh pertanyaan kuisioner terbatas dan kurang mendalam sehingga responden hanya menjawab apa adanya dengan demikian peneliti menyarankan kepada peneliti

selanjutnya agar melakukan penelitian kualitatif, yang tidak hanya menggunakan kuisioner sebagai alat pengumpulan data tetapi juga melakukan wawancara yang lebih mendalam.

Selain itu dilatarbelakangi oleh faktor lingkungan dimana letak daerah merupakan perbatasan kota. Mengakibatkan faktor gejala sosial dan etika serta norma yang berkembang berbeda.

Dari kasus diatas, salah satu aplikasi yang dapat membantu dalam mengatasi kasus tersebut adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan dan penyuluhan kepada para orang tua dan siswi. Menginformasikan yang seharusnya dilakukan agar anak bisa mengatasi kecemasan *menarche* serta agar anak bisa mendapatkan dukungan yang seharusnya. Kedua peran tersebut diharapkan akan mampu memberikan sebuah solusi atas kasus diatas dan menurut peneliti hal ini dapat menjadi rekomendasi penelitian berikutnya.

SIMPULAN

Berdasarkan tujuan penelitian yang diharapkan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tidak ada hubungan antara dukungan keluarga terhadap kecemasan menghadapi *menarche* siswi kelas VI di SDN 14 Sungai Raya.
2. Berdasarkan hasil analisis data dapat dilihat bahwa responden yang mempunyai dukungan keluarga kurang baik dan cemas dalam menghadapi *menarche* sebanyak 17 orang, sedangkan dukungan keluarga kurang baik dan tidak cemas dalam menghadapi *menarche* sebanyak 10 orang. responden yang dukungan keluarganya baik dan cemas dalam menghadapi *menarche* sebanyak 6 orang, sedangkan dukungan keluarga baik dan tidak cemas dalam

menghadapi *menarche* sebanyak 17 orang.

3. Mengenai kecemasan menghadapi *menarche* bahwa responden dengan jumlah terbanyak dalam kecemasan menghadapi *menarche* yang tidak cemas yaitu 27 responden (54%) dan responden dengan jumlah paling sedikit dalam kecemasan menghadapi *menarche* yang cemas yaitu 23 responden (54%).

SARAN

1. Bagi Remaja Putri

Harus lebih aktif dalam mencari informasi dengan cara meningkatkan minat baca, mendengarkan penjelasan dari orang tua, anggota keluarga lainnya atau sumber informasi lainnya yang menjelaskan tentang menstruasi karena dapat mengurangi kecemasan dalam menghadapi *menarche*.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan Sekolah Dasar (SD) dapat sebagai sumber utama pengetahuan siswi dan dapat memberikan informasi yang lebih akurat dan berusaha u lebih aktif dalam menjelaskan masalah-masalah kesehatan terutama tentang kesehatan reproduksi remaja. Bagi institusi pendidikan Perguruan Tinggi Kesehatan dapat memberikan tambahan informasi kepada siswi Sekolah Dasar (SD) seperti memberikan penyuluhan kesehatan mengenai menstruasi guna meningkatkan pengetahuan dan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* sebelum.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja baiknya melakukan penelitian kualitatif, tidak hanya menggunakan

kuisisioner sebagai alat pengumpulan data tetapi juga melakukan observasi atau wawancara yang lebih mendalam. Selain itu, peneliti selanjutnya sebaiknya memperbanyak sampel dan memperluas populasi agar hasil penelitian dapat generalisasikan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Makhfudli & Efendi, F. (2009). Keperawatan Kesehatan Komunitas. Jakarta: Salemba Medika.
- [2] Lubis, N.L. & Pieter, H.Z. (2010). Pengantar psikologi dalam keperawatan. Jakarta: Kencana.
- [3] Madaras, A. & Madaras, L. (2011). Ada Apa Dengan Tubuhku. Jakarta Barat: Indeks
- [4] Harmandini, F. (2010). Umur Berapa Anda Pertama Kali Mens?. (<http://female.kompas.com/read/2010/0/14/11073732/umur.berapa.andaper.tama.kali.mens>) diakses tanggal 15 November 2014.
- [5] Kurnia, I.S. (2013). Haid Pertama Si Gadis Kecil. (<http://fahima.org/en/artikel/kesehatan/712-haid-pertama-si-gadis-kecil.html>) diakses tanggal 15 November 2014.
- [6] Ulfa, dkk. (2013). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada remaja putri dalam menghadapi menarche di MI Salafiyah Simbang Kulon 02 kabupaten Pekalongan.
- [7] Yolanda, dkk. (2013). Hubungan antara pengetahuan tentang menarche dengan kecemasan siswi. Volume 2 : 53-58
- [8] Sugiyono. (2011). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- [9] Nursalam. (2011). Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan. Jakarta: Salemba medika.
- [10] Mulyati, Rina & Sri Utami. (2008). Hubungan antara dukungan sosial (ibu) dengan kecemasan menghadapi menarche pada remaja putri prapubertas.
- [11] Santjaka, dkk. (2013). Hubungan antara dukungan ibu dengan kecemasan remaja dalam menghadapi menarche di SD Negeri Lomanis 01 Kecamatan Cilacap Tengah Kabupaten Cilacap.