
PENDAMPINGAN ORANG TUA TERHADAP TINGKAT KECEMASAN REMAJA MENGHADAPI MENARCHE

Uliyatul Laili¹, Nur Ainiyah², Hinda Novianti³, Diajeng Setyo Pratiwi⁴

^{1,2,3,4} Faculty of Nursing and Midwifery, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Surabaya, Indonesia

Info Artikel

Kata Kunci :

Pendampingan Orang Tua, Remaja putri, Menarche

Abstrak

Latar Belakang : Menarche adalah perdarahan pertama dari uterus yang terjadi pada seseorang wanita. Kurang pengetahuan menyebabkan cemas, kaget, mudah tersinggung, khawatir akan terjadi sesuatu yang buruk saat menarche. Upaya yang dilakukan untuk mengurangi kecemasan yaitu pendampingan dari orang tua. **Tujuan :** Mengetahui hubungan pendampingan orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi menarche. **Metode :** Desain penelitian ini Cross sectional. Sampelnya siswi kelas VII SMPN 40 Surabaya sebanyak 63 siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan propotional stratified random sampling. Variabel independen adalah peran pendampingan orang tua, sedangkan variabel dependen yaitu tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi menarche. Instrument pengumpulan data menggunakan kuesioner. Data dianalisis menggunakan uji statistik Rank Spearman dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. **Hasil :** Menunjukkan bahwa dari 63 responden terdapat 37 siswi yang memiliki tingkat kecemasan kategori tidak ada kecemasan (58,7%), dan (68,2%) siswi mendapatkan pendampingan orang tua baik yaitu sebanyak 30 siswi. Uji rank spearman didapatkan nilai $p = 0,002$ dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ yang berarti ada hubungan antara pendampingan orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi menarche. **Kesimpulan :** Terdapat hubungan pendampingan orang tua dengan tingkat kecemasan terhadap remaja putri dalam menghadapi menarche.

PARENTAL MENTORING ON ADOLESCENT ANXIETY LEVELS FACING MENARCHE

Article Info

Keywords:

Parental assistance, teenager, Menarche

Abstract

Background : Menarche is the first bleeding from the uterus that occurs in a woman. Lack of knowledge causing anxious, shocked, irritable, worried that something bad will happen during menarche. Efforts made to reduce anxiety include assistance from parents. **Objectives :** This study was to determine the relationship between parental assistance and the level of anxiety of female adolescents in facing menarche in seventh grade students. **Methods :** The design was cross sectional. The sampling were 63 students of class VII SMPN 40 Surabaya. The sampling technique used was proportional stratified random sampling. The independent variable is the role of parental assistance, while the dependent variable is the anxiety level of young women in facing menarche. The data collection instrument used a questionnaire. The data were analyzed using the Rank Spearman statistical test with a significance level of $\alpha = 0.05$. **Results :** showed that of the 63 respondents, there were 37 students who had a level of anxiety in the category of no anxiety (58.7%), and (68.2%) students received good parental assistance, namely as many as 30 students. The Spearman rank test obtained p value = 0.002 with a significance level of $\alpha = 0.05$, which means that there is a relationship between parental assistance and the anxiety level of young women in facing menarche. The conclusion from this research is that there is a relationship between parental assistance and anxiety levels towards young women in facing menarche.

Pendahuluan

Menurut Global Report World Health Organization (WHO), anak dikatakan remaja apabila telah mencapai usia 10-19 tahun. Masa remaja sering disebut juga adolesensi, berasal dari bahasa latin *adolescere* yang artinya “tumbuh untuk mencapai kematangan”. Anak dianggap sudah dewasa apabila sudah mampu mengadakan reproduksi dan salah satunya di tandai dengan menstruasi pertama (*menarche*) (Ali & Asrori, 2012).

Menarche adalah perdarahan pertama dari uterus yang terjadi pada seseorang wanita. *Menarche* terdiri karena peluruhan dinding *endometrium* sebagai akibat terjadinya perubahan hormonal. Terjadinya *menarche* merupakan proses yang relatif kompleks antara faktor genetik dan faktor eksternal. Usia *menarche* bervariasi pada setiap individu dan juga wilayah tempat tinggal (Sari et al., 2016). Anak yang tidak mempersiapkan datangnya *menarche* menanggapi *menarche* dengan kaget, terkejut, takut, dan mudah tersinggung. Remaja putri yang menghadapi *menarche* seharusnya tidak perlu cemas dan takut apabila sebelumnya sudah pernah mendapatkan pendidikan kesehatan mengenai reproduksi terutama mengenai *menarche*. Kenyataannya dijumpai pada remaja putri masih banyak yang kurang pengetahuan mengenai *menarche* sehingga merasakan takut dan cemas dalam menghadapi *menarche* (Susanti, 2012).

Data demografi menunjukkan bahwa remaja merupakan populasi yang paling besar dari penduduk bumi. Global Report World Health Organization (WHO) dalam seperlima dari penduduk dunia adalah remaja yang berumur 10-19 tahun, sekitar 900 juta berada di negara sedang berkembang (Puspita, 2015).

Hasil RISKESDAS (Riset Kesehatan Dasar) tahun 2014 menunjukkan bahwa berdasarkan laporan responden yang sudah mengalami haid rata-rata usia *menarche* di Indonesia 13 tahun (20%) dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun. Secara nasional rata-rata usia *menarche* 13-14 tahun terjadi pada 37,5% anak Indonesia dan ada juga yang baru berusia 8 tahun sudah memulai siklus haid namun jumlah ini sedikit sekali. Di Jawa timur ada 38,9% anak yang *menarche* diantaranya 36,5% pada usia 13-14 tahun, 2,3% pada usia 9-10 tahun, 0,1% pada usia 6-8 tahun. Di Surabaya sekitar 0,1% remaja putri mengalami *menarche* lebih awal Atau *menarche* dini pada usia 6-8 tahun dan sekitar 26,3% lainnya mengalami *menarche* pada usia kurang lebih 14 tahun, sisanya 73,6% mengalami *menarche* diatas 14 tahun (Puspita, 2015) (BPPK, 2013).

Kurangnya pengetahuan tentang reproduksi khususnya menstruasi pada remaja putri ini disebabkan oleh beberapa faktor di antaranya karena tidak adanya informasi. Oleh karena itu

perlu pengertian, bimbingan, pendampingan dari orang tua dan dukungan dari lingkungan di sekitarnya sehingga remaja dapat tumbuh dan berkembang menjadi manusia dewasa yang sehat baik jasmani, mental maupun psikososial. Keadaan ini dapat menyebabkan anak tidak siap menerima datangnya menstruasi yang pertama kali. Dampak lanjut ketidaksiapan menghadapi *menarche* remaja putri dapat menimbulkan kecemasan, akan mengakibatkan munculnya gejala-gejala patologis seperti rasa ketakutan, kecemasan, konflik batiniah dan gangguan lain berupa pusing, mual, *dimenorhea* dan haid tidak teratur. Masalah fisik yang mungkin timbul dari kurangnya pengetahuan itu adalah kurangnya personal hygiene sehingga dapat berisiko terjadinya infeksi saluran kemih (ISK), kanker leher rahim dan sebagainya. Hal ini tentunya perlu mendapatkan perhatian serius dengan memberikan informasi secara tepat (Sari et al., 2016).

Pendampingan keluarga terutama orang tua yang diberikan kepada remaja akan mengurangi kecemasan tersebut. Hal ini dikarenakan orang tua adalah orang yang paling dekat bagi remaja sehingga komunikasi pada hal-hal yang sensitif akan lebih terbuka dan remaja akan memiliki gambaran tentang *menarche*. Orang tua berperan aktif dalam mengetahui kondisi remaja putri, baik fisik maupun psikologisnya karena bersifat saling ketergantungan satu anggota keluarga dengan anggota keluarga lainnya (Abadi, 2015)

Berdasarkan fenomena yang di jelaskan dalam latar belakang yang di sertai data-data yang terkait maka tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan peran pendampingan orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

Metode

Desain dalam penelitian ini Cross sectional. Sampel dalam penelitian ini adalah siswi kelas VII SMPN 40 Surabaya sebanyak 63 siswi. Proses pengambilan sampel dilakukan selama 3 bulan. Teknik pengambilan sampel menggunakan propotional *stratified random sampling*. Variabel independen dalam penelitian ini adalah peran pendampingan orang tua, sedangkan variabel dependen yaitu tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Instrument pengumpulan data menggunakan kuesioner. Kuesioner yang digunakan pada variabel peran pendampingan keluarga dengan menggunakan skala guttman, sedangkan variabel kecemasan menggunakan *Hamilton Rating Score Anxiety (HRS-A)* dan telah dilakukan uji validitas serta reliabilitas. Data dianalisis menggunakan uji statistik Rank Spearman dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendampingan orang tua dan kecemasan

Variabel	Frekuensi	Prosentase (%)
Pendampingan Orang Tua		
Kurang	19	30,2
Baik	44	69,8
Tingkat Kecemasan		
Tidak ada	37	58,7
Ringan	10	15,9
Sedang	5	7,9
Berat	10	15,9
Berat sekali	1	1,6

Sumber: Data Primer

Berdasarkan uraian tabel 1 diatas menunjukkan bahwa Dari 63 responden di dapatkan sebagian besar responden (69,8%) mendapatkan pendampingan orang tua baik yaitu sebanyak 44 anak, sedangkan pada variabel kecemasan setengah responden (58,7) dinyatakan tidak ada kecemasan yaitu sebanyak 37 anak.

Tabel 2. Tabulasi silang antara Tingkat Kecemasan dengan Pendampingan Orang Tua pada remaja

Tingkat kecemasan	Pendampingan Orang Tua				P value
	Kurang		Baik		
	n	%	n	%	
Tidak ada	7	36,8	30	68,2	P = 0,002
Ringan	2	10,5	8	18,2	
Sedang	2	10,5	3	6,8	
Berat	7	36,8	3	6,8	
Berat sekali	1	1,6	0	0	
Jumlah	19	100	44	100	

Sumber: Data Primer

Hasil uji korelasi *rank spearman* menunjukkan nilai $p = 0,002$ maka $p < 0,05$ berarti ada hubungan antara pendampingan orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi menarche.

Berdasarkan hasil penelitian Abadi (2015) dengan judul hubungan antara pendampingan orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi menarche di kelas IV dan V SD. Hasil $p\text{-value} = 0,007 < (\alpha = 0,05)$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara pendampingan orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi menarche di kelas IV dan V SD.

Menurut Saputri Pendampingan anak di dalam keluarga merupakan upaya bantuan yang dilakukan

pihak keluarga khususnya orang tua dengan mendampingi anak untuk memenuhi kebutuhan dan pemecahan masalah anak dalam rangka mendukung optimalisasi perkembangan anak (Saputri, 2017). Pendampingan orang tua penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama pada masa remaja awal. Melalui orang tua, remaja mengenal berbagai proses seksual yang terjadi pada tubuhnya (Dariyo, 2010).

Pendampingan orang tua dalam pertumbuhan dan perkembangan anak menuju dewasa sangat berhubungan dan dapat menentukan bagaimana kesehatan anak dimasa yang akan datang. Terutama ibu dapat mengambil peran yang cukup besar dari pada ayah pada perkembangan anak perempuan, karena kesamaan gender dan pengalamannya di masa lalu. Seperti pada masalah menstruasi dapat dipastikan bahwa ibu sudah mempunyai pengalaman yang lebih dari pada ayahnya. Informasi yang di dapatkan akan menambah pengetahuan anak tentang perubahan yang terjadi pada dirinya, kemudian pengetahuan yang di dapatkan akan mengurasi tingkat kecemasan pada remaja putri dalam menghadapi menarche. Remaja yang mendapat informasi yang benar tentang menstruasi maka mereka akan mampu menerima terjadi menarche dan mampu menerima setiap perubahan yang dialami dengan sikap positif. Sebaliknya remaja yang tidak dibekali pengetahuan tentang menstruasi akan merasa cemas dengan perubahan yang dialami dan cenderung bersikap negatif (Saputro & Mutiara, 2021).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian lain yang menunjukkan bahwa peran orang tua berperan aktif dalam memberikan bimbingan tentang menstruasi melalui nasihat dan komunikasi dalam keluarga, sehingga tidak terjadi kesalahpahaman dalam memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi remaja yang dapat mempengaruhi kecemasan dari seorang anak itu sendiri saat menstruasi. Dalam hal ini diharapkan peran orang tua lebih intensif dalam memberikan pendidikan atau informasi tentang kesehatan reproduksi saat menstruasi (Utami, 2019).

Penutup

Terdapat hubungan antara pendampingan orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri terhadap dalam menghadapi menarche.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya dan SMAN 40 Surabaya dalam pelaksanaan penelitian ini.

Daftar Pustaka

Abadi, D. R. (2015). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan remaja putri

- dalam menghadapi menarche. *J. Jurnal JOM*, 2.
- Ali, M., & Asrori, M. (2012). *Psikologi remaja perkembangan peserta didik*. PT. Bumi Aksara.
- BPPK. (2013). *Riskesdas 2013*. Jakarta : Kemenkes.
- Dariyo, A. (2010). *Dariyo, A (2010). Psikologi Perkembangan Remaja, Bogor: Ghalia Indonesia*. Ghalia Indonesia.
- Puspita, I. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri Menhadapi Menarche di SDN 02 Sukorejo semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 2.
- Saputri, A. Ega. (2017). *Pendampingan Anak Dalam Keluarga Di Tk Pertiwi Kebasen Kabupaten Banyumas*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Saputro, H., & Mutiara, C. (2021). Peran Orang Tua Dengan Sikap Remaja Putri Menghadapi Menarche. *Jurnal for Quality in Women's Health*, 4(1), 21–34. <https://doi.org/DOI:10.30994/jqwh.v4i1.77>
- Sari, R., Udiyono, Saraswati, L., & Ginanjar, P. (2016). Gambaran Usia Menarche Dini Di Pada Anak Sekolah Dasar Di Daerah Urban. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 4(4), 443–447.
- Susanti, A. V. (2012). Faktor Resiko Kejadian Menarche Dini pada Remaja di SMPN 30 Semarang. *Journal of Nutrition College.*, 1(1), 386–407.
- Utami, Y. A. P. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan Vi Di Sd Negeri 1 Ceper Klaten. *Jurnal Keperawatan*, 4(1), 1–12.