

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa transisi dalam kehidupan manusia yang menghubungkan masa kanak-kanak dan masa dewasa (Santrock, 2003). Masa remaja telah dianggap sebagai masa transformasi, pada periode remaja awal (*early adolescence*) dengan rentang usia 10-13 tahun. Salah satu ciri pada tahapan remaja awal, individu akan mengalami pubertas, yakni terdapat peningkatan dalam perkembangan fisik, hormon, dan kemampuan kognitif. Bagi remaja perempuan yang mengalami pubertas, menstruasi merupakan salah satu tanda pubertas seorang perempuan. *Menarche* adalah sebuah istilah menstruasi pertama yang ditandai dengan munculnya perubahan fisiologis, meliputi perubahan fisik seperti bertambahnya tinggi, berat badan serta muncul rambut di area kemaluan dan perubahan mental seperti cemas, gelisah, serta emosi yang bergejolak (Suyanti, 2022).

Perubahan fisik dan mental ini dapat menyebabkan berkembangnya kecemasan, tergantung pada informasi yang diterima dan kemampuan individu untuk beradaptasi (Suyanti, 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bharatwaj, dkk (2014; Hidayah, N dan Palila, 2018) menyatakan bahwa 34% responden memiliki pengetahuan tentang menstruasi dan merasa nyaman saat menghadapinya, sedangkan

66% responden tidak memiliki pengetahuan tentang menstruasi. Dari responden yang tidak memiliki pengetahuan tentang menstruasi ini 49.5% diantaranya merasa panik dan 50.49% merasa buruk, bahkan depresi saat mengalami menstruasi pertamanya. Penelitian Budiati dan Apriastuti (2012; Hidayah, dan Palila, 2018) menyatakan bahwasannya banyak remaja yang masih memiliki informasi yang salah serta cenderung mengkaitkan menstruasi dengan sesuatu yang negatif karena kebanyakan dari mereka belum memiliki dan bahkan tidak memiliki pengetahuan dengan *menarche*. Penelitian yang dilakukan oleh Imam Zainuri dan Ella (2012; Hayati, 2020) menunjukkan bahwa semakin remaja putri memiliki pengetahuan yang cukup tentang *menarche* maka semakin sedikit pula kecemasannya, dan sebaliknya, semakin kurang pengetahuan individu tentang *menarche* maka semakin tinggi tingkat kecemasannya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada siswa kelas IV, V, dan VI di dapatkan bahwa sebagian besar siswi menjawab definisi menstruasi seperti, “bahwa mens berarti tidak boleh beribadah” namun ada juga siswi yang menjawab definisi menstruasi sebagai keluarnya darah dari vagina. Tujuh siswi diantaranya belum mengetahui siklus menstruasi namun beberapa siswi sudah mengetahui rentang waktu terjadinya menstruasi. Peneliti melakukan wawancara yang kedua di SD X dengan lima siswi dari kelas V dan lima siswi dari kelas VI. Dari wawancara yang dilakukan oleh peneliti didapatkan hasil bahwa tujuh dari sepuluh orang siswi masih belum mengetahui pengertian dari menstruasi dan dua

dari sepuluh siswi mengetahui siklus menstruasi sedangkan sebagian diantaranya belum mengetahui siklus menstruasi. Enam diantaranya mengetahui gejala fisik yang dirasakan saat menstruasi yakni sakit perut dan kram sedangkan gejala emosi yang dialami seperti emosi yang meledak-ledak dan mudah marah. Terdapat enam siswi yang mengetahui perubahan fisik setelah mengalami *menarche* seperti payudara membesar dan mengetahui perubahan mental seperti mudah marah.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut juga didapatkan bahwa sebagian besar yakni sembilan dari sepuluh remaja putri yang sudah mengalami *menarche* akan menceritakan mens pertamanya kepada ibu. Respon yang diberikan oleh ibu beragam antara lain cara menjaga kebersihan saat menstruasi dan cara menggunakan pembalut pada siswi yang sudah mengalami menstruasi dan menyediakan pembalut namun tidak semua ibu menyediakan semacam obat-obatan pereda nyeri haid untuk anak remaja mereka yang sudah mengalami menstruasi. Sedangkan pada siswi yang belum mengalami *menarche*, nantinya para siswi juga akan menceritakan mens pertamanya kepada ibu, akan tetapi karena para siswi belum mengalami *menarche* maka orang tua belum banyak terlibat memberi informasi seputar menstruasi. Para siswi yang belum mengalami menstruasi belum mendapatkan informasi maupun edukasi cara menjaga kebersihan saat menstruasi. Beberapa ibu yang anak remajanya belum mengalami menstruasi belum mendapatkan dukungan berupa di sediakan pembalut dan obat pereda nyeri.

Dukungan sosial dari keluarga menjadi peranan penting bagi remaja dalam menghadapi *menarche*. Dukungan yang diberikan oleh orang tua juga dapat berupa menanyakan keluhan kesah dan permasalahan yang dialami oleh remaja putri misalnya seperti gatal-gatal, lamanya waktu atau siklus menstruasi, dan gejala fisik yang dialami misalnya seperti kram perut (Safira dan Devy, 2023). Dalam hal ini, keluarga memiliki peran dalam mendukung perkembangan remaja dan membantu anak remaja mereka mengatasi tantangan yang datang saat peristiwa *menarche* seperti perubahan tubuh dan identitas diri. Menurut Sarafino (2011) menjelaskan dukungan sosial yakni sebagai perasaan nyaman, penghargaan, perhatian, atau dukungan yang diterima seseorang (Dluha, 2020). Sarafino dan Timothy (2011) juga menemukan bahwa orang yang menerima atau sedang menerima dukungan sosial merasa dicintai, dihargai, dan memiliki sekelompok orang yang dapat membantu mereka ketika mereka membutuhkan bantuan anggota Sarafino (2011) menyebutkan empat dimensi dukungan sosial, antara lain dukungan emosional, dukungan material atau instrumental, dukungan informasional, dan dukungan persahabatan (Dluha, 2020).

Berdasarkan pengambilan data awal, dukungan sosial dari orang tua ketika anaknya mengalami *menarche* dalam aspek *emotional support*, misalnya menunjukkan kepedulian dengan menjadi pendengar ketika anak mengeluhkan tentang sakit dan nyeri *menarchenya*. Dalam aspek *tangible or instrumental support*, misalnya orang tua menyediakan pembalut untuk

persediaan ketika menstruasi. Dalam aspek *companionship support*, misalnya dengan menemani individu ketika mengalami menstruasi. Dalam aspek *informational support*, misalnya orang tua memberikan informasi penggunaan pembalut.

Dalam hal ini beberapa aspek dukungan sosial tersebut diperlukan oleh remaja yang akan atau sudah mengalami *menarche*, namun dalam kajian ini khususnya tidak hanya akan membahas dengan kebutuhan aspek pada *informational support* kepada remaja namun juga aspek lain seperti *emotional support*, *tangible support*, dan *companionship support*. Dukungan *informational* merupakan dukungan yang berupa informasi, saran, atau panduan yang diberikan kepada individu. Dukungan informasional membantu individu dalam memahami situasi dan mengambil keputusan yang tepat. Informasi ini bisa berasal dari guru, orang tua, teman sebaya, maupun media lainnya. Informasi yang diperoleh remaja ini akan menambah wawasan bagi remaja putri dan mengurangi tingkat kesalahannya dalam mengambil keputusan serta dapat meningkatkan gambaran positif *menarche*, seperti tanda kematangan fisik dan reproduksi (Kim, 2020). Bertambahnya pengetahuan *menarche* dapat menambah kesiapan remaja ketika menghadapi *menarchenya*. Pengetahuan yang berhubungan dengan kesehatan adalah konsep lain yang muncul di dalam kerangka literasi kesehatan (Janine, 2017). Dalam literasi kesehatan sendiri mencakup pengetahuan, kompetensi, dan motivasi masyarakat untuk menilai, mengakses, memahami dan menerapkan informasi kesehatan untuk

membuat penilaian dan mengambil keputusan dalam kehidupan sehari-hari mengenai layanan kesehatan, pencegahan penyakit, dan promosi kesehatan untuk mempertahankan atau meningkatkan kualitas kehidupan selama perjalanan hidup (Janine, 2017). Pengetahuan tentang *menarche* ini termasuk dalam lingkup literasi kesehatan karena mencakup informasi yang berguna untuk membuat penilaian dalam meningkatkan kualitas hidup dan mengambil keputusan dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan tentang *menarche* ini dapat meliputi pengertian tentang *menarche*, siklus *menarche*, serta gejala fisik dan psikologis sehingga dengan memiliki pengetahuan yang cukup dengan *menarche* para remaja putri tidak merasa cemas dan takut serta dapat menjaga kesehatannya dengan baik pada saat mengalami menstruasi ataupun setelahnya.

Berdasarkan yang telah diuraikan diatas, dapat dilihat bahwa penting sekali untuk remaja mendapatkan dan mengetahui pengetahuan tentang *menarche* agar remaja putri tidak merasa takut, cemas dan bingung pada saat mengalami menstruasi pertama atau *menarche*. Orang tua sebagai keluarga inti dari remaja putri perlu memperhatikan anak remaja mereka dengan cara memberi informasi *menarche* serta perhatian pada remaja untuk menghadapi *menarchenya*, demikian mereka akan menjadi lebih siap dan tenang dalam menyambut *menarchenya*. Oleh karena itu dukungan keluarga pada remaja dalam menghadapi masa *menarche* menjadi sangat penting. Dikarenakan masih ada banyak orang yang merasa malu atau masih merasa tabu dalam membicarakan mengenai hal-hal seperti menstruasi

termasuk orang tua kepada anak-anaknya. Padahal di era saat ini remaja bisa mengalami menstruasi lebih awal atau yang biasa disebut *menarche* dini. Remaja perempuan yang mengalami menstruasi pertama atau *menarche* memerlukan dukungan keluarga untuk menghadapi menstruasi pertamanya. Remaja perempuan yang mengalami *menarche* yang belum memiliki pengetahuan yang cukup menstruasi dan merasa malu bertanya pada orang tua dapat menyebabkan kesulitan seperti ketidaknyamanan emosional dan perubahan mood serta perihal menjaga kebersihan saat menstruasi bagi individu tersebut.

#### **B. Rumusan Masalah**

Adakah hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan pengetahuan tentang *menarche* pada remaja awal?

#### **C. Tujuan Penelitian**

Mengetahui hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan pengetahuan tentang *menarche* pada remaja awal.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi perkembangan ilmu psikologi mengenai dukungan sosial orang tua dengan pengetahuan *menarche* pada remaja.

## 2. Manfaat Praktis

Dalam pelaksanaannya, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bagi pihak-pihak yang berkepentingan dan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi pembaca.

### E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang telah dilakukan oleh (Hayati, 2020) yang berjudul “Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP Negeri 13 Kota Jambi” dengan menggunakan teori perkembangan Rumini (2004) dan kecemasan Nainggolan (2013). Populasi dalam penelitian ini yakni siswi SMP Negeri 13 Kota Jambi dengan sampel 40 responden. Dan dari hasil yang didapatkan dari penelitian menyatakan adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan tingkat kecemasan pada remaja putri SMPN 13 Jambi ketika menghadapi *menarche*.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Sanjiwani (2020) yang berjudul “Gambaran Kesiapan *Menarche* Siswi di SD 2 Dalung” yang menggunakan teori perkembangan dari Santrock (2003). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini ialah siswi di SD 2 Dalung kelas IV, V, dan VI dengan jumlah sampel 65 siswi atau responden. Hasil yang didapatkan dari penelitian ini ialah bahwa rata-rata usia remaja awal di SD 2 Dalung yaitu pada usia 11 tahun dan diketahui tingkat kesiapan menstruasi pada siswi yakni sebesar 5,34 yang berada pada kategori kesiapan kurang.



Rio (2015) yang berjudul “*Age at menarche in schoolgirls without excess weight*” yang menggunakan teori perkembangan Santrock (2023). Penelitian ini merupakan penelitian cross-sectional yang membandingkan usia menarche pada 750 siswi sekolah swasta dengan 921 siswa sekolah negeri, berusia antara 7 hingga 18 tahun. Menarche dilaporkan oleh 883 anak perempuan. Tidak terdapat pula perbedaan usia menarche antara anak perempuan yang belajar di sekolah swasta dan sekolah negeri. Jika dilihat berdasarkan status gizi, hanya terdapat perbedaan usia menarche antara anak perempuan sekolah swasta yang kelebihan berat badan dan tidak kelebihan berat badan (11,6 dan 12,3 tahun;  $p < 0,001$ ). Anak perempuan dengan berat badan berlebih yang bersekolah di sekolah swasta juga mengalami menarche lebih awal dibandingkan anak perempuan yang bersekolah di sekolah negeri (masing-masing 11,6 dan 12,1 tahun;  $p = 0,016$ ). (Rio, 2015)

Penelitian yang telah dilakukan oleh Ali (2020) dengan judul “Hubungan persepsi dukungan sosial keluarga dengan sikap remaja dalam menghadapi pubertas.” Yang menggunakan teori perkembangan dari Hurlock (1996) dan teori dukungan sosial Zimet (1988). Hasil dari penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan persepsi dukungan keluarga dengan sikap remaja ketika mengalami pubertas.

Penelitian yang dilakukan oleh Kusuma (2021) yang berjudul “Gambaran Dukungan Ibu Pada Remaja Tunagrahita Dalam Menghadapi Menstruasi” yang menggunakan teori perkembangan dan teori dukungan

sosial. Populasi dan sampel yang digunakan dalam penelitian ialah ibu-ibu yang mempunyai anak remaja tunagrahita. Dukungan gerak terhadap higiene menstruasi pada anak tunagrahita berada pada kategori baik sebesar 50% dan cukup sebesar 50%. Dukungan apresiasi terhadap kebersihan menstruasi pada anak tunagrahita berada pada kategori cukup (57,1%) dan dukungan instrumental atau *tangible* pada kebersihan saat menstruasi berada pada kategori cukup (85,7%) sedangkan dukungan informasi kebersihan pada anak tunagrahita berada pada kategori cukup (71,4%).

Berdasarkan uraian tentang penelitian yang telah dilakukan dengan *menarche*, peneliti akan melakukan penelitian tentang hubungan dukungan sosial orang tua dengan pengetahuan *menarche* pada remaja awal. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian lain, peneliti berfokus pada hubungan dukungan sosial dari orang tua terhadap pengetahuan *menarche* pada remaja awal. Selain itu peneliti disini menggunakan teori dukungan sosial dari Sarafino dan alat ukurnya menggunakan skala dukungan sosial yang dikembangkan dari teori dukungan sosial Sarafino yang dibuat oleh raudatul (2024) yang akan di adaptasi oleh peneliti. Sedangkan alat ukur pengetahuan *menarche*, peneliti menggunakan kuesioner yang dikembangkan oleh Qu Yang (2004) yakni *Menarche Questioner Knowledge* (MQK) yang akan di adaptasi oleh peneliti. Populasi dalam penelitian ini, peneliti merujuk pada remaja awal dengan rentang usia 10-12 tahun.