HUBUNGAN DUKUNGAN IBU DENGAN KESIAPAN PSIKOLOGIS MENGHADAPI *MENARCHE* PADA REMAJA *PRA MENARCHE* DI SDN 04 KENCONG JEMBER

Ade Sri Widiarti[1], Diyan Indriyani[2], Komarudin[3]
[1]Mahasiswa S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan UNMUH Jember, Ade.sriwidiarti@yahoo.co.id
[2]Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan UNMUH Jember, diendri@yahoo.com
[3]Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan UNMUH Jember, komarudicahyo@yahoo.co.id

ABSTRAK

PENDAHULUAN : Menarche merupakan hal yang wajar dan pasti dialami setiap wanita. Namun hal ini tidak baik bila pengetahuan mengenai menstruasi sangat kurang. Sehingga remaja awal kurang memiliki pengetahuan dan sikap yang cukup baik tentang perubahan-perubahan fisik dan psikologis terkait menarche. Kesiapan mental sangat diperlukan sebelum menarche karena perasaan cemas dan takut akan muncul (Sukarni, Wahyu, 2013). Muriyana (2008) dalam Nilawati, dkk (2013) mengatakan bahwa orang tua, terutama ibu secara lebih dini harus memberikan penjelasan dan dukungan tentang menarche pada anak perempuannya, agar anak lebih mengerti dan siap dalam menghadapi menarche.
DESAIN : Penelitian ini menggunakan desain *corelasional* dengan pendekatan *cross sectional* bertujuan untuk mengungkap hubungan dukunganibu dengan kesiapan psikologis menghadapi menarche. Populasi penelitian ini adalah remaja putri kelas V dan VI di SDN 04 Kencong Kabupaten Jember, dengan sampel sejumlah 33 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling.* Analisis menggunakan uji *Spearman Rho* ($\alpha = 0,05$).
HASIL : Hasil penelitian dukungan ibu adalah sabagian besar 20 responden 60,6 % (baik), kesiapan psikologis mayoritas 27 responden 81,8% (baik). Dari analisis uji *Spearman Rho* didapatkan hasil P value 0,014. Kesimpulan penelitian ini bahwa ada hubungan dukungan ibu dengan kesiapan psikologis menghadapi menarche.
SARAN : Rekomendasi dari penelitian ini disarankan para orang tua untuk lebih berperan aktif dalam memberikan manfaat mengenai menarche sehingga remaja lebih siap lagi menghadapinya.

Kata kunci : Dukungan Ibu, Kesiapan Psikologis, *Menarche*, Remaja Daftar Pustaka : 28 (2003 - 2015)

PENDAHULUAN

Menarche adalah hal wajar dan dialami oleh wanita normal. Hal ini semakin parah apabila pengetahuan remaja tentang menstruasi kurang dan pendidikan orang tua yang kurang. Kesiapan mental sangat diperlukan sebelum menarche karena perasaan cemas dan takut akan muncul (Sukarni, Wahyu, 2013).

Santrock (2003) dalam Nilawati, dkk (2013) mengatakan anak perempuan akan memberitahu ibunya saat menstruasi pertama kali. Llewellyn-Jones (2005) dalam Nilawati, dkk (2013) mengatakan tidak semua ibu memberi dukungan dan informasi kepada putrinya. Kondisi ini menimbulkan perubahan psikologis anak. Akibatnya anak mengembangkan sikap negatif terhadap *menarche* dan melihatnya sebagai penyakit. Muriyana (2008) dalam Nilawati, dkk (2013) mengatakan orang tua, terutama ibu harus memberikan penjelasan tentang menarche pada anak perempuannya, agar anak mengerti dan siap dalam menghadapi menarche.

Kuntjoro (2002) dalam Nilawati, dkk (2013) mengatakan dukungan yang diberikan ibu terhadap kesiapan psikologis remaja yang akan menghadapi menarche dapat memberikan keuntungan emosional dan berpengaruh terhadap perilaku remaja. Remaja yang memperoleh dukungan ibu merasa lega dan diperhatikan. Dukungan ibu sebagai informasi verbal maupun non verbal, dapat memberikan keuntungan emosional dan berpengaruh kepada orang-orang terdekatnya.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini variabel *independen* adalah dukungan ibu dan variabel *dependen* adalah kesiapan psikologis remaja menghadapi menarche.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *korelasional* dengan pendekatan *cross sectional* yaitu pengumpulan data variabel dependen dan independen dilakukan secara bersamaan dan hanya

satu kali pada saat itu juga (Setiadi, 2007).

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas V dan VI di SDN 04 Kencong Jember. Sampel dalam penelitian ini diambil sebanyak 33 orang siswi yang belum mengalami menarche.

Dalam penelitian ini pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya. Analisis yang digunakan adalah uji *spearman rho*, karena data yang diperoleh berskala ordinal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 5.1
Distribusi dukungan ibu remaja putri di SDN 04 Kencong Kabupaten Jember, Bulan Januari 2016
n = 33

Dukungan Ibu	Responden	Persentase
Baik	20	60,6 %
Kurang	13	39,4 %
Total	33	100 %

Berdasarkan tabel 5.1 tentang distribusi dukungan ibu didapatkan bahwa sebagian besar responden yaitu 20 responden (60,6 %) mempunyai dukungan yang baik.

Tabel 5.2
Distribusi Kesiapan psikologis menghadapi menarche remaja putri di SDN 04 Kencong Kabupaten Jember, Bulan Januari 2016
n = 33

Kesiapan	Responden	Persentase
Baik	27	81,8 %
Kurang	6	18,2 %
Total	33	100 %

Berdasarkan tabel 5.2 tentang distribusi kesiapan psikologis remaja menghadapi menarche didapatkan bahwa mayoritas 27 responden (81,8 %) mempunyai kesiapan psikologis yang baik.

Tabel 5.3

Distribusi Kesiapan psikologis menghadapi menarche Remaja Putri di SDN 04 Kencong Kabupaten Jember, Bulan Januari 2016

n = 33

			Dukungan Ibu	Kesiapan Psikologis
Spearman Rho	Dukungan Ibu	Correlation Coefficier	1.000	.424*
		Sig. (2-tailed)	.	.014
		N	33	33
	Kesiapan Psikologis	Correlation Coefficien	.424*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.014	.
		N	33	33

Dari perhitungan dengan menggunakan bantuan software *SPSS* pada tabel 5.3 diperoleh nilai (ρ = 0,014) yang berarti ρ ≤ 0,05 berarti H1 diterima, yang artinya ada hubungan antara dukungan ibu dengan kesiapan psikologis menghadapi menarche pada remaja pra menarche.

Nilai koefisien korelasi didapatkan 0,424 yang berarti sebesar 42,4 %dukunganibu mempengaruhi kesiapan psikologis remaja dalam menghadapi menarche dan sebesar 57,6 % dipengaruhi oleh faktor lain, dengan kekuatan korelasi cukup, yaitu 0,424 yang mempunyai hubungan bersifat positif, yang artinya jika variabel independen (dukungan ibu) baik/ meningkat, maka diikuti peningkatan pada variabel dependen (kesiapan psikologis dalam menghadapi menarche).

Dari hasil penelitian ini didapatkan dukungan ibu sebanyak 20 responden (60,6 %), sehingga peneliti berpendapat bahwa dukungan ibu baik dikarenakan adanya beberapa faktor yang mempengaruhi, diantaranya sebagian besar ibu tidak bekerja, dari hasil data demografi responden sebanyak 24 responden (72,7 %) ibu hanya bekerja sebagai ibu rumah tangga, sehingga memiliki banyak waktu untuk mengurus anak-anaknya, dan anak lebih dekat dengan ibu sehingga anak merasa nyaman dan aman sehingga anak menyampaikan keluhannya mengenai menarche. selain itu sebanyak 20 responden (60,6 %) ibu dengan lulusan menengah atas, Hasil penelitian didukung dengan penelitian Astuti (2015) tentang gambaran dukungan ibu dengan

kesiapan psikologis remaja putri menghadapi menarche di Desa Sanur, bahwa didapatkan 37,4 % responden mendapat dukungan ibu dengan tingkat tinggi, salah satu faktor dukungan ibu yang baik adalah pendidikan, semakin baik tingkat pendidikan maka semakin baik pula pengetahuan yang didapat. Maka dapat disimpulkan bahwa dukungan ibu dan kesiapan remaja putri menghadapi menarche di Desa Sanur sudah cukup baik.

Muriyana (2008) dalam Nilawati, dkk (2013) mengatakan bahwa orang tua, terutama ibu secara lebih dini harus memberikan penjelasan tentang menarche pada anak perempuannya, agar anak lebih mengerti dan siap dalam menghadapi menarche. Llewellyn-Jones (2005) dalam Nilawati, dkk (2013) mengatakan sayangnya tidak semua ibu memberi dukungan dan informasi yang memadai kepada putrinya, sebagian ibu enggan membicarakan secara terbuka sampai remaja mengalami menstruasi pertama. Kondisi ini akan menimbulkan perubahan psikologis anak seperti kecemasan, bahkan sering tumbuh keyakinan bahwa menstruasi pertama adalah sesuatu yang tidak menyenangkan atau serius. Akibatnya anak mengembangkan sikap negatif

terhadap *menarche* dan melihatnya sebagai penyakit.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa kesiapan psikologis remaja menghadapi menarche didapatkan sebagian Responden yaitu 27 responden (81,8 %) mempunyai kesiapan psikologis yang baik, 6 responden (18,2 %) mempunyai kesiapan psikologis yang kurang dalam menghadapi menarche.

Menurut peneliti bahwa kesiapan psikologis yang baik pada remaja putri dipengaruhi oleh dukungan ibu yang baik, dari hasil penelitian ini kesiapan psikologis dalam menghadapi menarche cukup baik, yang dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu sumber informasi yang didapatkan dari ibu sebanyak 15 responden (45,5 %), dan informasi yang didapat dari guru sebanyak 15 responden (45,5 %), dimana antara dukungan ibu dengan peran sekolah (guru) sangat besar pengaruhnya terhadap sumber informasi yang diperoleh remaja, antara guru dengan murid hampir setiap hari bertemu dan guru selalu memberikan informasi yang bermanfaat, dan sebagian ibu yang tidak bekerja dan selalu berada di rumah, ibu dapat dengan mudah berinteraksi dengan anaknya dan memberikan informasi yang dibutuhkan anak, sehingga menambah wawasan pengetahuan anak mengenai menarche.

Sedangkan hasil penelitian dari Ayu (2009) tentang hubungan antara dukungan sosial dengan kesiapan psikologis mengahadapi menarche pada siswi kelas VII di SMP 1 Playen Gunung Kidul, hasil distribusi frekuensi tingkat kesiapan responden dalam mengahadapi menarche usia 13 tahun dengan kategori cukup 12 responden (75 %), usia 12 tahun dengan kategori cukup 7 responden (70 %). Pada hasiluji *chi-square* disimpulkan bahwa Ha diterima yang artinya ada hubungan antara dukungan sosial dengan kesiapan psikologis menghadapi menarche. Hal ini dikarenakan siswi telah mendapatkan informasi tentang menstruasi dari teman sebaya ataupun guru di sekolah.

Selain itu faktor kematangan diri anak dalam mempersiapkan diri menghadapi menarche kurang. Tiga faktor yang mempengaruhi kesiapan dalam mengahadapi menarche, yaitu pemberian informasi pendidikan mengenai menstruasi, kuantitas teman sebaya yang sudah lama mengalami menstruasi dan tingkat kemandirian anak.

Berdasarkan uji statistik menggunakan metode korelasi kontigensi diperoleh nilai $p = 0{,}014$ yang berarti $\rho < 0{,}05$ yaitu ada hubungan antara dukungan ibu dengan kesiapan psikologis remaja menghadapi menarche.

Mar`at (2005) dalam Utami (2008) mengatakan bahwa dukungan orang tua terutama ibu sangat diperlukan guna membantu pemahaman remaja putri mengenai menarche. Ibu sebagai orang terdekat dalam keluarga mempunyai tanggung jawab untuk perkembangan anak kedepannya, ibu sebagai orang yang pernah mengalami menarche diharapkan dapat menjadi tempat berbagi pengalaman untuk anak-anaknya dalam memahami menarche.

Peneliti berasumsi bahwa adanya dukungan ibu yang baik dan kesiapan yang baik dikarenakan beberapa faktor yang meliputi sumber informasi yang diperoleh oleh responden berasal dari ibu 15 respon den. Sehingga hal itu membuat remaja putri siap dalam menghadapi menarche dengan dukungan ibu yang baik pula. Orang tua terutama ibu sangat penting dalam memberikan dukungan mengenai pemberian informasi mengenai menarche. Hal ini bertujuan menambah pengetahuan remaja mengenai manarche sehingga dalam mengatasi menarche nanti remaja sudah tidak merasa cemas, takut, dan siap dalam kondisi apapun.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan:

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden yang mendapatkan dukungan ibu dalam menghadapi menarche pada remaja putri yaitu sebanyak 20 responden (60,6 %) baik

dan sisanya 13 responden (39,4 %) mengatakan dukungan ibu kurang.

Sebagian besar responden mempunyai kesiapan psikologis yang baik dalam mengahadapi menarche yaitu 27 responden (81,8 %) dan sisanya 6 responden (18,2 %) mempunyai kesiapan yang kurang.

Ada hubungan antara dukungan ibu dengan kesiapan psikologis menghadapi menarche pada remaja pra menarche di SDN 04 Kencong Kabupaten Jember.

Saran:

Bagi remaja putri Disarankan bagi remaja putri untuk menambah ilmu pengetahuan mengenai menarche dengan mencari sumber literatur yang lebih banyak seperti dari buku, media internet atau apapun yang lainnya untuk menambah informasi pengetahuan mengenai menarche sehingga remaja putri lebih dari siap menghadapi menarche.

Disarankan agar orang tua lebih sering berkomunikasi dengan anak dalam hal perkembangan pengetahuan menarche sehingga menambah pengetahuan anak, dan anak lebih membuka diri terhadap ibu dan mau mengungkapkan apa yang dirasakan dalam menghadapi menarche.

Disarankan kepada sekolah untuk mengembangkan kurikulum mata pelajaran yang berhubungan dengan menarche (Ilmu Pengetahuan Alam), hal ini dapat dikembangkan melalui kerja sama dengan petugas kesehatan seperti Puskesmas, dan lain-lain.

Kepada peneliti selanjutnya untuk kuesioner ibu dukungan ibu lebih baik diisi langsung oleh ibu, selain itu sebelum dilakukan penelitian, sebaiknya dilakukan uji validitas pada kuesioner agar hasil penelitian menjadi lebih baik, sebaiknya pada variabel *confounding* dikontrol agar risiko bias bisa dihentikan. Untuk penelitian selanjutnya alangkah baiknya meneliti menarche dengan desain eksperimen, dengan judul “pengaruh pendidikan

kesehatan terhadap kesiapan psikologis remaja pra menarche dalam menghadapi menarche".

DAFTAR PUSTAKA

Astuti, N. (2015). *Hubungan Dukungan Ibu Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche di Desa Sanur.* Skripsi. Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. http://repository.usu.ac.id diakses 1 November 2015

Ayu, S. M. (2009). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesiapan Psikologis Mengahadapi Menarche Pada Siswi Kelas VII di SMP 1 Playen Gunung Kidul.* Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan. *http://download.portalgaruda.org* diakses 1 November 2015

Nilawati, I. (2013). *Hubungan Dukungan Ibu Dengan Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menarche di SDN 01 Lomanis Cilacap Tengah Kabupaten Cilacap.* Skripsi. Akademi Kebidanan YLPP Purwekerto. http://portalgaruda.orgdiakses 19 November 2015

Setiadi. (2007). *Konsep dan Penulisan.* Yogyakarta: Graha Ilmu

Sukarni, I., & Wahyu P. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas.* Yogyakarta: Nuha Medika

Utami, S. (2008). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Ibu Dengan KecemasanMenghadapi Menarche Remaja Pada Remaja Putri Pubertas.* Skripsi. Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.

http://ejournal.psikologi.ac.id
diakses 10 November 2015