

## Dukungan Keluarga Terhadap Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas IV, V, VI SDN Genuksari 01

Yeni Apriyanti<sup>1\*</sup>, Hernandia Distinarista<sup>2</sup>, Tutik Rahayu<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup>Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang  
\*Email: [yeniapriyanti456@gmail.com](mailto:yeniapriyanti456@gmail.com)

### **Kata Kunci**

Dukungan  
Keluarga,  
Kesiapan  
Remaja Putri  
Menghadapi  
Menarche

### **Abstrak**

Masa remaja ditandai oleh perubahan signifikan yang mencakup pubertas dan kematangan seksual. Pubertas memicu perubahan fisik dan hormonal yang sering kali disertai ketidakstabilan emosional, terutama pada remaja putri yang mengalami menstruasi pertama (menarche). Ketidaksiapan dalam menghadapi menarche dapat memengaruhi kesehatan reproduksi akibat minimnya pengetahuan dan dukungan, baik dari keluarga maupun lingkungan. Metode penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner. Jumlah responden sebanyak 81 orang dengan teknik total sampling. Data yang diperoleh diolah menggunakan uji statistik gamma. Hasil penelitian ini didapatkan berdasarkan hasil analisa diperoleh dari 81 responden penelitian, bahwa dukungan negative sebanyak 24 responden (29,6%), serta memiliki dukungan positif sebanyak 57 responden (70,4%), dan juga kesiapan negative sebanyak 11 responden (13,6%), sedangkan kesiapan positif sebanyak 70 responden (86,4%). Kesimpulan penelitian ini adalah ada hubungan dukungan keluarga terhadap kesiapan remaja putri menghadapi menarche bahwa nilai ( $p$  value = 0,029).

## Family Support for the Readiness of Young Women Facing Menarche in Class IV, V, VI Elementary SDN Genuksari 01

### **Key Words:**

Family  
Support,  
Readiness of  
Adolescent  
Girls to Face  
Menarche

### **Abstract**

Adolescence is marked by significant changes that include puberty and sexual maturity. Puberty triggers physical and hormonal changes that are often accompanied by emotional instability, especially in teenage girls who experience their first menstruation (menarche). Unpreparedness in facing menarche can affect reproductive health due to lack of knowledge and support, both from the family and the environment. This research method is a type of quantitative research with a cross sectional research design. Data collection was carried out by distributing questionnaires. The number of respondents was 81 people using total sampling technique. The data obtained was processed using the gamma statistical test. The results of this research were

*obtained based on the results of the analysis obtained from 81 research respondents, that negative support was 24 respondents (29.6%), and positive support was 57 respondents (70.4%), and also negative readiness was 11 respondents (13.6%), while positive readiness was 70 respondents (86.4%). The conclusion of this research is that there is a relationship between family support and the readiness of young women to face menarche that value ( $p$  value = 0.029).*

## 1. PENDAHULUAN

Masa remaja ditandai dengan munculnya pubertas hingga mencapai kematangan seksual. Pubertas merupakan pertumbuhan fisik sangat cepat meliputi perubahan tubuh dan hormon (Shinta et al., 2021). Selama pubertas remaja putri memiliki kondisi tidak stabil dan lebih emosional yang diawali menstruasi pertama sehingga menimbulkan ketidaknyamanan fisik dan menimbulkan kecemasan selama beberapa hari sebelum datangnya masa menarche.

Menurut WHO (2022) remaja yakni masa yang berada diantara kanak-kanak dan dewasa melibatkan usia 10 hingga 19 tahun. WHO mengatakan jumlah usia remaja di seluruh dunia 1,2 milyar atau 18% dari total populasi global (Sari et al., 2021). Angka menarche di seluruh dunia relatif tinggi, dengan rata-rata melebihi dari 50%. Menurut informasi dari data BKKBN jumlah remaja usia 15-24 tahun mengalami menarche mencapai 40,75 juta, remaja usia 10-14 tahun dengan menarche mencapai 22,7 juta (Septina et al., 2021).

Menurut statistik nasional remaja di Indonesia 37,5% dengan menarche di usia 13-14 tahun (Septina et al., 2021). Di Provinsi Jawa Tengah umumnya menarche terjadi pada usia 13-14 tahun sebanyak (38,6%), usia 14-15 tahun mencapai (20%), dan usia 11-12 tahun sekitar (19,4%) (Fitriyaningrum & Hindriyastuti, 2021). Secara spesifik di Kota Semarang, 0,1% anak mengalami menarche di usia 6-8 tahun, 26,3% menstruasi pertama di usia 10-16

tahun, dan 4,5% di usia 17 tahun (Novita et al., 2020).

Ketidaksiapan anak dalam menghadapi menarche dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan terkait organ reproduksi. Area reproduksi yang tak terjaga kebersihan seperti pemakaian celana tak menyerap keringat, kebiasaan tak mengganti celana dalam, serta tidak ganti pembalut secara teratur mengeluarkan bau menyengat, dan jadi tempat tinggal jamur dan bakteri (Permatasari, 2021). Beberapa masyarakat masih merasa tidak nyaman berbicara mengenai menstruasi di lingkungan keluarga hingga remaja awal seringkali kekurangan pengetahuan serta sikap memadai terkait perubahan dalam aspek fisik dan psikologis yang terjadi saat haid pertama (Septina et al., 2021). Jika anak mendapatkan informasi yang salah akan mendapatkan dampak negatif.

Keluarga sebagai peran utama memiliki dampak terhadap pertumbuhan dan perkembangan remaja, keluarga menjadi tempat remaja proses pembelajaran sosial, keberhasilan perkembangan remaja melalui interaksi dengan anggota keluarga. Remaja putri memiliki berbagai sumber informasi lebih banyak menghasilkan pemahaman lebih mendalam. Hal tersebut dikarenakan orang tua merupakan seseorang yang paling dekat bagi remaja yang biasanya dianggap penting sehingga saat berkomunikasi hal-hal yang sensitif akan lebih terbuka (Wahyuningsih et al., 2023).

Berdasarkan study pendahuluan ke guru wali kelas 4, 5 dan 6 mendapatkan hasil

sebagian besar siswi belum siap untuk menghadapi menarche dan belum mendapatkan sepenuhnya edukasi dari guru maupun orang tua, adapun yang sudah mendapatkan materi tentang menstruasi pada kelas 6.

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian kuantitatif dengan penelitian korelasional menggunakan pendekatan cross sectional. Populasi dari penelitian ini 81 responden pada siswi kelas IV, V, VI SDN Genuksari 01. Sampel penelitian menggunakan teknik total sampling. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini berupa kuesioner menggunakan skala likert, dengan menggunakan dua kuesioner yaitu Kuesioner *Dukungan Keluarga* dan Kuesioner *Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche*. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 30 Oktober 2024

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Analisa Univariante

Tabel 1 Karakteristik responden penelitian berdasarkan usia, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, dan tinggal bersama di SDN Genuksari 01 Tahun 2024 (n=81)

<b>Karakteristik Responden</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Usia</b>		
9 tahun	3	3.7
10 tahun	32	39.5
11 tahun	34	42.0
12 tahun	12	14.8
<b>Pendidikan Orang Tua</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
SD	2	2.5
SMP	20	24.7
SMA	49	60.5
Perguruan Tinggi	10	12.3
<b>Pekerjaan Orang Tua</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
IRT	9	11.1
Wiraswasta	64	79.0
Guru	4	4.9
Polisi	4	4.9

<b>Tinggal Bersama</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Saudara	2	2.5
Orang Tua	79	97.5
<b>Total</b>	<b>81</b>	<b>100.0</b>

Mayoritas usia responden paling banyak di penelitian ini yakni usia 11 tahun 34 responden (42.0%) dari jumlah keseluruhan responden. Dari pendidikan orang tua menunjukkan pendidikan orang tua responden terbanyak dalam penelitian ini adalah SMA sebanyak 49 responden (60,5%) dari jumlah keseluruhan responden. Dari jenis pekerjaan orang tua menunjukkan pekerjaan orang tua responden terbanyak penelitian ini adalah wiraswasta dengan jumlah 64 responden (79.0%) dari jumlah keseluruhan responden. Berdasarkan tinggal bersama menunjukkan tinggal bersama orang tua atau saudara responden terbanyak penelitian ini yakni tinggal dengan orang tua dengan jumlah 79 responden (97.5%) dari jumlah keseluruhan responden.

Tabel 2 Distribusi frekuensi Siswi Berdasarkan Dukungan Keluarga Terhadap kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SDN Genuksari 01 Tahun 2024 (n=81)

<b>Dukungan Keluarga</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Negatif	24	29,6
Positif	57	70,4
<b>Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Negatif	11	13,6
Positif	70	86,4
<b>Total</b>	<b>81</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 2 dukungan keluarga menggambarkan bahwa pada penelitian ini terdapat 24 (29,6%) responden dengan dukungan keluarga negatif dan 57 (70,4%) responden dengan dukungan keluarga positif. Berdasarkan kesiapan remaja putri menghadapi menarche menggambarkan

bahwa penelitian ini ada 11 (13,6%) responden yang memiliki kesiapan negatif dan 70 (86,4%) responden yang memiliki kesiapan positif.

### B. Analisa Bivariate

Tabel 3 Hasil Uji Bivariate Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SDN Genuksari 01 Tahun 2024 (n=81)

	Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche		Total	r	p
	Negatif	Positif			
	Dukungan Keluarga	Negatif	7		
	Positif	4	53	57	0,6 0,0 90 29
<b>Total</b>		<b>11</b>	<b>70</b>	<b>81</b>	

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui nilai p value ( $0,029 < 0,05$ ) sehingga disimpulkan “Ha diterima dan Ho ditolak” dapat diartikan bahwasanya “terdapat hubungan dukungan keluarga terhadap kesiapan remaja putri menghadapi menarche pada sisiwi kelas IV, V, VI SDN Genuksari 01” serta nilai korelasi sebesar 0,690 menunjukkan korelasi positif dengan kekuatan korelasi sedang menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga semakin baik kesiapan remaja putri menghadapi menarche.

### C. Pembahasan

#### 1. Karakteristik Responden

Faktor genetik memengaruhi usia menarche, seperti yang dibuktikan oleh studi menunjukkan bahwa usia menarche ibu cenderung memprediksi usia menarche putrinya. Studi oleh Makarimah (2019) mengungkapkan hubungan signifikan usia menarche ibu dan anak perempuannya dengan rata-rata usia menarche ibu umur 12

tahun dan rata-rata usia menarche anak perempuannya umur 11 tahun (Sari et al., 2021). Jika menarche terjadi pada usia yang sangat muda, remaja tersebut cenderung memiliki tingkat kedisiplinan yang rendah, khususnya dalam menjaga kebersihan diri, misalnya masih memerlukan dorongan dari orang lain untuk mandi secara teratur.

Menurut Triana (2022) pendidikan merupakan upaya untuk membimbing anak agar siap menghadapi kehidupan di masyarakat. Mengingat proses pendidikan tidak berlangsung selamanya, setiap tahap perkembangan anak perlu diarahkan dan didukung agar mereka memiliki bekal yang memadai.

Biasanya semakin berpendidikan tinggi mudah memahami dan menerima informasi yang memperluas wawasan mereka. Sebaliknya, rendahnya tingkat pendidikan dapat menghambat kemampuan individu dalam menerima informasi serta mengenal nilai-nilai baru (Ummi, 2022). Pendidikan yang diberikan orang tua kepada anak memiliki dampak besar terhadap perkembangan di masa depan (Fitri, 2019).

Pekerjaan merupakan aktivitas yang dilakukan individu untuk mencapai tujuan tertentu atau memenuhi kebutuhan hidup. Pekerjaan orang tua dapat memengaruhi kondisi sosial ekonomi serta pola pikir seseorang (Sari et al., 2021). Kurangnya perhatian serta waktu untuk berkomunikasi dengan anak dalam keluarga dengan kondisi finansial tidak stabil dapat membuat anak merasa kurang nyaman untuk berbicara tentang masalah pribadinya (Permatasari, 2021). Situasi ini mempertegas pentingnya peran orang tua tidak hanya menyediakan kebutuhan materi, tetapi juga memberikan perhatian emosional memadai untuk mendukung perkembangan psikologis anak.

Tinggal bersama orang tua cenderung menjadi sumber utama informasi, bimbingan,

dan perhatian, yang dapat membantu remaja putri mempersiapkan diri menghadapi perubahan tubuh dan emosional pada masa pubertas. Sebaliknya, responden yang tinggal bersama saudara mungkin memiliki keterbatasan dalam memperoleh dukungan emosional yang sama, bergantung pada tingkat kedekatan dan komunikasi yang terjalin di antara mereka (Rafikawati, 2022).

## 2. Dukungan Keluarga

Hasil penelitian yang dimaksud dengan dukungan positif adalah dukungan yang mencakup seperti keluarga memberikan informasi yang benar sehingga dapat memberikan ketentraman hati, mengurangi rasa takut, cemas, lalu keluarga memberikan lingkungan yang nyaman jika perasaan suntuk, dan sedih. Sedangkan dukungan negative adalah tidak ada perhatian dari keluarga seperti orang tua melarang menggunakan celana yang terlalu ketat saat haid (Rafikawati, 2022).

Dukungan sosial keluarga kepada remaja mencakup pentingnya komunikasi terbuka orang tua dan anak, terutama memberi pendidikan seks untuk membantu remaja memahami perubahan organ tubuh serta kematangan seksualnya (Ali et al., 2020). Komunikasi antara ibu dan anak merupakan proses bertukar pesan yang dilakukan secara langsung, di mana keduanya bergantian berperan sebagai pembicara dan pendengar, dengan didasari oleh niat untuk saling memahami (Novita et al., 2020).

## 3. Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche

Kesiapan adalah keadaan yang memungkinkan seseorang untuk merespons situasi tertentu atau tindakan yang dilakukan sebagai bagian dari perencanaan (Narsih et al., 2021). Menurut Narsih (2021) untuk menaikkan kesiapan siswi menghadapi menarche penting untuk memperluas pengetahuan mereka dengan memberikan

informasi yang akurat kepada remaja yang sedang mendekati usia menarche.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zalzabila (2022) mengatakan faktor internal yang mempengaruhi kesiapan meliputi kedewasaan dan kecerdasan kemampuan berpikir, yang merupakan kondisi yang dapat mengarah pada perubahan perilaku akibat proses pertumbuhan dan perkembangan. Seseorang yang cerdas cenderung lebih siap dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah. Sedangkan faktor eksternal mempengaruhi kesiapan meliputi sumber informasi, peran ibu dan keluarga, serta media massa dan elektronik.

## 4. Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche

Dukungan keluarga memiliki pengaruh terhadap kesiapan menghadapi menarche ada faktor yang bisa mendukung kesiapan remaja putri kemungkinan besar mendapatkan informasi peran teman sebaya, internet, buku, atau tenaga kesehatan. Di era digital remaja memiliki akses luas informasi mengenai pubertas dan kesehatan reproduksi melalui internet, media sosial, dan video edukasi, sehingga remaja putri tetap siap menghadapi menarche meskipun dukungan keluarga kurang optimal (Zalzabila, 2022).

Kurangnya kemampuan keluarga dalam memberikan pengawasan yang tepat, penjelasan yang bijaksana, serta sikap yang fleksibel dapat menyebabkan remaja merasa bingung dan salah memahami informasi yang diberikan (Annisyah et al., 2022). Oleh karena itu, diperlukan pemberian informasi tepat lewat edukasi orang tua, guru, atau tenaga kesehatan agar remaja putri merasa siap menghadapi menarche (Salfa, 2022).

Dukungan sosial keluarga ke remaja mencakup pentingnya komunikasi terbuka orang tua dan anak dapat memberi pendidikan seks untuk membantu remaja

memahami perubahan organ tubuh serta kematangan seksualnya (Ali et al., 2020). Remaja putri melihat menarche jadi suatu pengalaman menarik, akan merespon atau bertindak positif dalam menghadapinya sehingga remaja dengan sikap positif senang serta bangga karena menarche sebab secara biologis dirinya telah matang ( Novita et al., 2020).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zalzabila (2022) mengatakan faktor internal yang memberi pengaruh kesiapan meliputi kedewasaan dan kecerdasan kemampuan berpikir, yang merupakan kondisi yang dapat mengarah pada perubahan perilaku akibat proses pertumbuhan dan perkembangan. Faktor eksternal mempengaruhi kesiapan meliputi sumber informasi, peran ibu serta keluarga, serta media massa dan elektronik.

Bentuk dukungan keluarga berupa dukungan material atau non-material memberikan kesempatan kepada remaja untuk mengungkapkan perasaannya melalui percakapan dengan anggota keluarga, meminta saran atau pertimbangan dari orang tua, menerima bantuan atau saran yang diberikan, serta berbagi keluh kesah ketika menghadapi masalah pribadi (Ali et al., 2020). Dukungan ini membantu remaja merasa didengar, dihargai, dan lebih siap menghadapi perubahan yang terjadi selama masa pubertas.

Menurut Adam (2022) mengatakan seseorang dengan asupan gizi yang cukup dan baik akan memengaruhi hormon pertumbuhan tubuh, sehingga mempercepat kematangan hormon reproduksi yang mendukung terjadinya menarche secara dini atau tepat waktu. Sebaliknya, kekurangan gizi dapat menurunkan fungsi reproduksi, yang berpotensi memperlambat terjadinya menarche.

Menurut analisa peneliti remaja yang mendapatkan dukungan baik merasa dihargai dan lebih siap menghadapi perubahan tubuh. Komunikasi terbuka antara keluarga dan remaja putri sangat penting dalam memberikan pemahaman tentang perubahan organ tubuh. Kurangnya pengawasan atau penjelasan yang bijaksana dari orang tua bisa menyebabkan kebingungan pada remaja yang dapat memperburuk kesiapan mereka dalam menghadapi menarche.

#### 4. SIMPULAN

Hasil karakteristik responden data demografi (usia, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, tinggal bersama orang tua atau saudara) berdasarkan usia mayoritas responden usia 9-12 tahun, dengan tingkat pendidikan orang tua responden adalah SMA, sedangkan pekerjaan orang tua responden mayoritas wiraswasta dan tinggal bersama dengan orang tua. Dukungan keluarga pada remaja putri menghadapi menarche di SD Negeri 01 Genuksari sebagian besar memiliki dukungan positif sebanyak 57 (70,4%). Kesiapan pada remaja putri menghadapi menarche di SD Negeri Genuksari 01 sebagian besar memiliki kesiapan positif sebanyak 70 (86,4%). Ada hubungan antara dukungan keluarga terhadap kesiapan remaja putri menghadapi menarche di SD Negeri 01 Genuksari dengan *p value* 0,029 (<0,05). Perawat memiliki peran penting sebagai edukator dan konselor dalam memberikan informasi yang akurat kepada keluarga mengenai tanda-tanda pubertas, serta cara mendukung remaja secara fisik dan psikologis. Selain itu perawat juga berperan dalam mengidentifikasi remaja yang membutuhkan dukungan serta mendorong keterlibatan aktif keluarga dalam menciptakan lingkungan yang suportif.

#### 5. REFERENSI

Adam, F. I., Kadir, S., & Abudi, R. (2022). Relationship Between Body Mass Index (Bmi) And Age Of Menarche In Adolescent Girls At Mts Negeri 3

- Gorontalo Regency. *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health And Science Community*, 6(3), 272–283.
- Ali, M., Nursing, B., Vol, J., Mei, N., & Ca, M. A. (2020). Dukungan Keluarga Bagi Remaja Dalam Menghadapi Pubertas Di Smp Negeri 1 Kota Bima. 1(2), 97–102.
- Novita, Purwaningsih, H., & Susilo, E. (2020). 2 Readiness To Face Menarche In Elementary Students Before And After Getting Health Education. *Journal Of Tscs Ikep*, 5(2), 2503–2445.
- Fitri, C. (2019). No Title. Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) Pada Siswi Sd Negeri Langensari 02 Ungaran Barat Semarang.
- Fitriyaningrum, V., & Hindriyastuti, S. (2021). Gambaran Karakteristik Remaja Putri Kelas Vii Pada Saat Menghadapi Menarche Di Smp N 2 Undaan Kudus. *Jurnal Profesi Keperawatan*, 8(1), 44–54.
- Narsih, U., Rohmatin, H., & Widayati, A. (2021). Dukungan Sosial Dan Ketersediaan Informasi Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan Rs.Dr. Soetomo*, 7(2), 359.
- Permatasari, R. D. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Penerimaan Individu Remaja Yang Mengalami Menarche. *Jurnal Kebidanan*, 10(2), 93–102.
- Rafikawati, F. (2022). Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di Sd Negeri 3 Ciawi.
- Salfa, A. N. & Agri, A. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Anak Usia Sekolah Di Sdn Baginda 2 Tahun 2022. *Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April*, 4(2), 1–5.
- Sari, R. F. (2021). Skripsi Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di Sdn 38 Kota Bengkulu.
- Septina, Y., Nurohmah, A., Nurjannah, S. N., & Kartikasari, A. (2021). Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Sikap Remaja Dalam Menghadapi Menarche Di Desa Ragawacana Kecamatan Kramatmulya Kabupaten Kuningan. *Journal Of Midwifery Care*, 1(02), 117–124.
- Shinta, Y., Surmiasih, Putri, R. H., & Kameliawati, F. (2021). Hubungan Dukungan Ibu Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di Smp N Ii Sukoharjo. 3(2), 175–181.
- Triana, I. (2022). Analisis Kesiapan Menghadapi Menarche Remaja Awal Di Sdn Jakasampurna X Kota Bekasi.
- Ummi, A. (2022). Program Studi. Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Anak Remaja Di Sekolah Dasar Negeri Nomor 021 Kabupaten Mandailing Natal Tahun 2022, 36–122.
- Wahyuningsih, A., Wahyuni, S., & Anggreini, L. A. (2023). Efektifitas Penyuluhan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Pengetahuan Siswi. 13(1), 1–5.
- Zalzabila, N. (2022). Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche. 18(2).

