

HUBUNGAN DUKUNGAN IBU DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA ANAK DALAM MENGHADAPI *MENARCHE* DI SDN TERPADU 002 KUOK

Rahmadani Syahdatunnisa¹, M. Nizar Syarif Hamidi, A.Kep, M.Kes²,
Erlinawati, SST, M.Keb³

Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Pahlawan, Tuanku Tambusai Riau

ABSTRAK

Menarche terjadi lebih awal itu bisa menyebabkan kecemasan pada seseorang remaja putri. Kecemasan memiliki beberapa faktor –faktor yang mempengaruhi dalam menghadapi *menarche* yaitu dukungan ibu, pola asuh, pengetahuan, usia *menarche*, sumber informasi, dan ketidaksiapan menghadapi *menarche*. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan ibu dengan tingkat kecemasan pada anak dalam menghadapi *menarche* di SDN Terpadu 002 Kuok. Jenis penelitian adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 12-16 Juli 2022 dengan jumlah sampel 42 siswi yang telah *menarche* di SDN Terpadu 002 Kuok menggunakan teknik *total sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan uji Chi-Square. Hasil analisa univariat diperoleh 23 responden (54,8%) memiliki dukungan ibu buruk tentang anak dalam menghadapi *menarche*, 15 responden (35,7) memiliki tingkat kecemasan berat. Berdasarkan hasil analisis hasil uji statistic *Chi-square* diperoleh nilai *p value* = 0,001 ($\leq 0,05$) maka dapat disimpulkan ada hubungan dukungan ibudengan tingkat kecemasan pada anak dalam menghadapi *menarche* di SDN Terpadu 002 Kuok.

Kata Kunci : Dukungan Ibu, Kecemasan, *Menarche*

ABSTRACT

*Menarche occurs early it can cause anxiety in a young woman. Anxiety has several factors that influence in dealing with menarche, namely maternal support, parenting, knowledge, age at menarche, sources of information, and unpreparedness to face menarche. The purpose of this study was to determine the relationship between maternal support and the level of anxiety in children in dealing with menarche at SDN Terpadu 002 Kuok. The type of research is quantitative research with cross sectional design. This research was conducted on July 12-16, 2022 with a sample of 42 students who had menarche at SDN Terpadu 002 Kuok using total sampling technique. Collecting data using a questionnaire. Analysis of the data used is univariate and bivariate analysis with Chi-Square test. The results of the univariate analysis showed that 23 respondents (54.8%) had poor maternal support regarding their child in dealing with menarche, 15 respondents (35.7) had severe anxiety levels. Based on the analysis of the results of the Chi-square statistical test, the *p value* = 0.001 (≤ 0.05) can open a relationship with maternal support with the level of challenge in children in facing menarche at SDN Terpadu 002 Kuok.*

Keywords: Mother's Support, Anxiety, *Menarche*

PENDAHULUAN

Masa remaja ialah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang disertai dengan perkembangan biologis, psikologis, dan sosial budaya. Pubertas merupakan

masa peralihan yang pertama kali ditandai pada perempuan yakni menstruasi (*menarche*) dan mimpi basah pada laki-laki. *Menarche* adalah masa perdana menstruasi yang ditandai dengan timbulnya perubahan *fisiologis*, termasuk perubahan fisik dan mental. Kasus *Menarche* terjadi secara tiba-tiba dan tanpa peringatan. Perubahan tersebut dapat berupa kecemasan tergantung dari informasi yang didapat dan kemampuan beradaptasi, sehingga *menarche* merupakan pengalaman yang berkesan bagi sebagian besar anak perempuan (Marvan, 2014).

Menstruasi adalah proses terlepasnya *endometrium* atau dinding rahim yang diikuti dengan pendarahan serta mengandung sel telur yang tidak dibuahi yang terjadi secara periodik (waktu tertentu) dan siklik (berulang-ulang). *Menarche* atau menstruasi pertama biasanya terjadi pada umur 11 tahun, namun bisa juga terjadi pada umur 8 atau 16 tahun tergantung pada faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan hormon atau kematangan pertumbuhan pada wanita (Ellya et al. 2013).

Pada saat ini bahwa anak-anak mulai menstruasi pada umur yang cenderung lebih muda, ada yang berusia dua belas tahun, tetapi ada juga yang berusia delapan tahun yang sudah memulai siklusnya. Kebanyakan usia *menarche* di Inggris adalah 13 tahun (Wibisono & Kurniati, 2020). Terdapat 37,5% remaja putri di Indonesia mengalami *menarche* pada umur 13-14 tahun, 0,1% pada usia 6-8 tahun, 19,8% pada usia 15-16 tahun dan 4,5% pada usia diatas 17 tahun. Usia *menarche* terendah di Yogyakarta yaitu pada usia 12,5 tahun (Saputro & Ramadhani, 2021). Usia *menarche* tertinggi terdapat di Papua yaitu 18 tahun (Wibisono & Kurniati, 2020). Menurut SDKI 2012, remaja putri di Provinsi Riau berusia antara 13-14 tahun atau 41%. Di Pekanbaru, *menarche* dialami pada umur 12-15 tahun (Wibisono & Kurniati, 2020). Sebagian besar pengetahuan tentang *menarche* (57,5 persen) didapat melalui teman sebaya, selebihnya dari keluarga, guru, petugas kesehatan, dan lain-lain (Badan Pusat Statistik, 2013).

Dampak dari *Menarche* pada remaja putri yaitu timbulnya perubahan *psikologis*, terdapat aspek *psikologis* berupa emosional yaitu perasaan cemas. Kecemasan yang dialami remaja seperti terkejut bahkan trauma, takut, bersikap irasional serta mudah tersinggung (Wati, 2015). Kecemasan adalah reaksi dari seseorang terhadap suatu kondisi tidak menyenangkan yang dihadapi oleh semua makhluk hidup setiap hari dan diklasifikasikan sebagai pengalaman yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan beberapa gejala seperti jantung berdebar-debar, sesak napas, perasaan khawatir, ketakutan yang tidak normal, keraguan pada diri sendiri, dan rasa terancam. (Nainggolan & Tambunan, 2013).

Apabila *menarche* terjadi lebih awal itu bisa menyebabkan kecemasan pada seorang remaja putri. Kecemasan memiliki faktor-faktor yang mempengaruhi dalam menghadapi *menarche* yaitu, dukungan ibu, pola asuh, pengetahuan, usia *menarche*, sumber informasi, dan ketidaksiapan menghadapi *menarche* (Wibisono & Kurniati, 2020). Sampai saat ini untuk mempersiapkan datangnya *menarche*, membutuhkan bimbingan keluarga terutama dari ibu namun sebagian masyarakat Indonesia masih menganggap tabu dalam pembicaraan masalah menstruasi dalam keluarga, akibatnya perubahan-perubahan yang terdapat pada fisik dan *psikologis* menjadi masalah saat menghadapi *menarche*, karna itu remaja harus mempersiapkan dalam menghadapi datangnya *menarche* (D.Vidya, 2018).

Dari hasil survei lembaga KRRI (Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia, 2017) menyatakan bahwa pengetahuan remaja tentang Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) berada dalam tingkat rendah, ditandai dengan pengetahuan remaja perempuan tentang menstruasi sekitar 6,5%. Ketidaktahuan anak perempuan tentang *menarche* disebabkan karena kurangnya akses terhadap informasi kesehatan reproduksi, sehingga banyak anak perempuan yang tidak mengetahui kapan *menarche* terjadi atau pada usia berapa *menarche* terjadi. Sebagian besar dari mereka yang menggunakan internet untuk belajar tentang *menarche* mendapatkan informasi dari pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) di sekolah (D.Vidya, 2018).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wibisono & Kurniati tahun 2020 ada hubungan pola asuh orang tua dengan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Demikian juga penelitian yang dilakukan oleh Sisilia tahun 2017 menyimpulkan bahwa dari 57 anak, 35 anak mendapatkan peran edukasi yang buruk, sementara itu 22 anak mendapatkan edukasi yang baik dalam menghadapi *menarche*. Penelitian lainnya tentang dukungan sosial dan ketersediaan informasi mempengaruhi kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di MI Darul Ulum Kraksaan Probolinggo yang dilakukan oleh Soetomo tahun 2021 bahwa dukungan sosial dan ketersediaan informasi mempengaruhi kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

Kesiapan menghadapi *menarche* bisa dilakukan dengan cara mendapatkan atau mencari tahu informasi tentang *menarche*, dengan begitu remaja putri akan menjadi lebih tenang dan merasa siap untuk menghadapi *menarche*. Bentuk dukungan ibu yang diberikan kepada anak dalam menghadapi *menarche* yaitu dukungan informasi dan dukungan sosial atau dukungan emosional untuk mengatasi kecemasannya dalam menghadapi *menarche*. Dampak jika tidak ada dukungan ibu kepada anak yang mengalami kecemasan menghadapi *menarche* yaitu dapat memperparah masalah kebersihan diri perorangan (*personal hygiene*) yang buruk, sehingga berisiko terhadap infeksi organ reproduksi, dan akan berdampak negatif jika informasi yang diberikan tentang menstruasi tidak benar (Narsih, 2021)

Berdasarkan data yang di dapat dari Dinas Pendidikan ada 20 SDN di Kecamatan Kuok, dan SDN Terpadu 002 Kuok merupakan SDN yang memiliki jumlah siswa terbanyak yaitu berjumlah 517 siswa, 274 laki-laki dan 243 perempuan. Umur siswa di SDN Terpadu 002 Kuok yaitu 7-12 tahun berjumlah 476 orang dan >12 tahun berjumlah 41 orang.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SDN Terpadu 002 KUOK pada tanggal 17 Mei 2022 terhadap siswi kelas VI. Setelah wawancara dilakukan dengan 10 siswi yang di pilih secara acak, terdapat 6 siswi yang belum pernah mengalami *menarche* mengatakan tidak mengetahui informasi tentang menstruasi, mereka mengatakan sangat cemas, dan tidak siap menghadapi *menarche*, sementara 4 siswi lainnya yang pernah mengalami *menarche* mereka tetap saja merasakancemas, karena mereka mendapatkan informasi dari teman sebaya dan mereka juga mengatakan bahwa ibunya tidak memberitahu tentang *menarche* atau menstruasi karena menurut ibu usia mereka saat ini belum boleh menceritakan tentang menstruasi.

Kecemasan yang di alami oleh para siswi SDN Terpadu 002 KUOK ini dikarenakan kurang pengetahuan menstruasi awal yang di alaminya dari cara mengatasi nyeri saat menstruasi tiba, dan apa yang harus dilakukan. Di saat siswi mengalami situasi ini yang dibutuhkannya adalah dukungan keluarga terutama ibu, alasannya karna dia juga malu menceritakan kepada keluarga laki-lakinya dan ibu adalah tempat yang paling tepat untuk anak perempuan yang baru mengalami *menarche* sebab ibunya telah mengalami situasi itu. Maka dengan ibu memberikan pemahaman dan bagaimana cara untuk mengatasi dan menghadapi saat *menarche* tiba anak tersebut akan merasakan kesiapan dan tidak cemas ketika dia *menarche*, tapi berdasarkan wawancara yang dikatakan di atas masih banyak siswi kurang mendapatkan dukungan dari ibu tentang pemberian informasi atau pengetahuan tentang *menarche*.

Peneliti melakukan penelitian di SDN Terpadu 002 Kuok karena masih banyak anak yang kurang mendapatkan informasi tentang *menarche*, sehingga mempengaruhi respon anak terhadap *menarche* dan dampak jika tidak ada dukungan ibu kepada anak yang mengalami kecemasan menghadapi *menarche*. Berdasarkan studi pendahuluan tersebut, Dari data yang di dapat, maka peneliti tertarik untuk meneliti "Hubungan dukungan ibu dengan tingkat kecemasan pada anak dalam menghadapi *menarche* di SDN Terpadu 002 KUOK".

METODE

Jenis penelitian adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 12-16 Juli 2022 dengan jumlah sampel 42 siswi yang telah *menarache* di SDN Terpadu 002 Kuok menggunakan teknik *total sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan uji Chi-Square.

HASIL

A. Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden terdiri dari umur dan jenis tinggal. Hasil penelitian disajikan pada tabel 4.1 berikut ini:

Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Umur dan Jenis Tinggal Di Kelas V Dan VI SDN Terpadu 002 Kuok.

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase(%)
1.	Umur		
	11 Tahun	23	54,8
	12 Tahun	15	35,7
	13 Tahun	4	9,5
2.	Jenis Tinggal		
	Bersama Orang Tua	36	85,7
	Wali	6	14,3
Jumlah		42	100

Berdasarkan tabel 4.1 diatas dapat dilihat bahwa usia responden *menarache* siswi SDN Terpadu kelas V & VI terbanyak berada pada usia 11 tahun dengan jumlah sebanyak 23 siswi (54,8%), pada usia 12 tahun dengan jumlah 15 siswi (35,7%), dan paling sedikit berusia 13 tahun dengan jumlah sebanyak 4 siswi (9,5%), Sebagian besar responden 36 siswi (85,7%) siswi yang tinggal bersama orang tua, dan sebanyak 6 siswi (14,3%) tinggal bersama wali.

2. Analisa Univariat

Analisa data dilakukan secara deskriptif dengan melihat persentase data yang dikumpulkan, dilanjutkan dengan membahas hasil penelitian dengan menggunakan teori kepustakaan yang ada dan hasil-hasil penelitian yang berkaitan yang telah dilaksanakan sebelumnya. Analisa univariat dalam penelitian ini yaitu dukungan ibu dan tingkat kecemasan anak menghadapi *menarache*.

berdasarkan tabel 4.3 diatas diketahui bahwa dari 42 responden, sebagian besar responden mendapatkan dukungan ibu baik yaitu 19 responden (45,2%), dan yang mendapatkan dukungan ibu buruk 23 responden (54,7%).

Berdasarkan tabel 4.3 di atas dapat dilihat bahwa dari 42 responden, di dapatkan sebagian besar responden mengalami kecemasan berat sebanyak 15 responden (35,7%), dan yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 27 responden (64,3%).

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Ibu pada Anak dalam Menghadapi *Menarche* di kelas V dan VI SDN Terpadu 002 Kuok Tahun 2022

No	Dukungan Ibu	Frekuensi (f)	Persentase(%)
1.	Baik (≥ 42)	19	45,2
2.	Buruk (< 42)	23	54,8
Jumlah		42	100

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan pada Anak dalam Menghadapi *Menarche* di kelas V dan VI SDN Terpadu 002 Kuok Tahun 2022.

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi(f)	Persentase (%)
1.	Ringan < 27	27	64,3
2.	Berat ≥ 27	15	35,7
Jumlah		42	100

3. Analisa Bivariat

Analisa bivariat adalah analisis untuk melihat hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Analisis bivariat ini digunakan untuk mengetahui hubungan (dukungan ibu) dengan tingkat kecemasan di SDN Terpadu 002 Kuok, dengan menggunakan uji statistic Chi-Square, dengan derajat kepercayaan $\alpha < 0,05$

a. Hubungan Dukungan Ibu dengan Tingkat Kecemasan.

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa dari 19 responden yang mendapatkan dukungan ibu baik, terdapat 18 responden (94,7%) responden yang mengalami tingkat kecemasan ringan dan 1 responden (5,3%) responden yang mengalami tingkat kecemasan berat, dari 23 responden yang mendapatkan dukungan ibu buruk, ada 14 responden (60,9%) responden yang mengalami tingkat kecemasan berat dan 9 responden (39,1%) responden yang mengalami kecemasan ringan. Hasil uji statistik didapatkan nilai P value 0,001 maka dapat disimpulkan ada perbedaan proporsi tingkat kecemasan antara siswi yang menghadapi *menarche* yang dukungan ibu baik dengan yang buruk (ada hubungan yang signifikan antara dukungan ibu dengan tingkat kecemasan). Kemudian dari hasil analisis diperoleh OR (*Odd Ratio*) = 28,0 artinya siswi yang menghadapi *menarche* yang buruk dukungan ibu mempunyai risiko 28,0 kali lebih tinggi tingkat kecemasan dibandingkan dengan siswi yang menghadapi *menarche* yang baik dukungan ibu.

PEMBAHASAN

A. Dukungan Ibu Kepada Anak dalam Menghadapi *Menarche* di SDN Terpadu 002 Kuok

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki dukungan ibu kepada anak dalam menghadapi *menarche* dengan kategori baik sebanyak 19 orang

(45,2%). Hal ini terjadi disebabkan sumber informasi yang memberikan penjelasan dan dukungan ibu tentang *menarche* adalah sumber yang cukup baik sehingga menyebabkan sebagian besar dukungan ibu yang didapat oleh responden sebanyak 19 orang (45,2%) berada dalam kategori baik, walaupun sebanyak 23 orang (54,8%) memiliki dukungan ibu dengan kategori buruk, karena masih kurangnya informasi yang diberikan ibu kepada responden sehingga menyebabkan anak tidak mengetahui bagaimana perubahan tubuhnya. Hasil dari riset ini sejalan dengan penelitian Prasetyo (2016) Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi *Menarche* Di SDN Dukuh 01 Majolaban Sukaharjo dengan dukungan orang tua dengan predikat baik sebanyak 68,9%.

Semakin baik ibu mendukung anak, semakin termotivasi anak dalam menghadapi *menarche*. Perhatian ibu merupakan salah satu faktor psikologis anak, namun apabila kebutuhan informasi ini tidak terpenuhi dapat mengakibatkan anak menjadi tidak tahu bagaimana cara menghadapi *menarche*. Dukungan keluarga dan orang tua merupakan suatu faktor yang sangat penting dalam membantu anak menuntaskan masalah. Dukungan dapat meningkatkan rasa percaya diri dan motivasi untuk menghadapi masalah. Dukungan ibu dikatakan baik apabila ibu bisa dan mau menerangkan dengan benar mengenai *menarche* di saat remaja menghadapi *menarche* sehingga remaja tersebut mengerti apa yang dimaksud *menarche* dan apa yang sebaiknya ia perbuat. Seorang ibu wajib untuk memberikan pengetahuan tentang kesehatan alat reproduksi terutama tentang *menarche*, sebagai usaha dalam meningkatkan kesehatan alat reproduksi pada remaja (Kasdu, 2012).

Ibu seharusnya harus menguraikan informasi tentang perubahan- perubahan yang akan terjadi ketika anak memasuki usia remaja, sehingga anak akan lebih berhati-hati dan akan siap memasuki fase remaja. Pada hakikatnya, kesehatan alat reproduksi merupakan suatu materi yang paling tabu untuk dibicarakan antara ibu dan anaknya. Tidak banyak para ibu yang dapat memberikan pengetahuan mengenai kesehatan alat reproduksi kepada anaknya, sehingga tugas seorang ibu dalam menerangkan pengetahuan seks kepada anaknya tidak dapat berjalan mulus. Hal ini dapat diketahui dari hasil penelitian masih ada sebagian para ibu yang mempunyai dukungan buruk sebanyak 23 orang (54,8%). Dalam mengasuh anak, orang tua dipengaruhi oleh budaya yang ada di lingkungannya. Disamping itu, orang tua diwarnai oleh sikap-sikap tertentu dalam memelihara, membimbing, dan mengarahkan anaknya (Ningsih, N.F., & Siagian, S.H, 2022).

Menurut asumsi peneliti pada penelitian ini menghasilkan bahwa sebagian besar dukungan ibu baik dengan kecemasan yang ringan, sehingga terdapat dari sebagian dukungan ibu yang baik sangat berperan besar terhadap kecemasan anak saat memasuki & mengalami tahap *menarche*, seperti memperhatikan pergaulan anak, memberikan pelajaran khusus tentang informasi mengenai *menarche*, dan memberikan pengetahuan yang akurat terhadap anak.

B. Tingkat Kecemasan Pada Anak dalam Menghadapi *Menarche* di SDN Terpadu 002 Kuok.

Hasil distribusi frekuensi tingkat kecemasan pada anak dalam menghadapi *menarche* menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan ringan dalam menghadapi *menarche* sebanyak 27 orang (64,3%). Sedangkan responden yang mengalami kecemasan berat dalam menghadapi *menarche* sebanyak 15 orang (35,7%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa kecemasan yang dimiliki oleh anak perempuan di SDN Terpadu 002 Kuok berada dalam kategori kecemasan ringan. Dimana jika responden mengalami kecemasan ringan saat menghadapi *menarche*

maka responden mendapatkan dukungan ibu baik saat terjadinya *menarche*.

Menurut Durant (2016), Kecemasan anak muncul karena tidak siap dengan situasi yang dialaminya dan tidak mengerti apa yang terjadi pada dirinya. Ketakutan *menarche* adalah suatu kondisi dimana seseorang mengalami kegelisahan dan aktivitas sistem saraf otonom dalam menanggapi ancaman yang jelas dan tidak spesifik karena anak tidak menerima informasi yang jelas dan benar terkait *menarche*.

Menurut asumsi peneliti kecemasan anak perempuan dalam menghadapi *menarche* di SDN Terpadu 002 Kuok berada dalam keadaan kecemasan ringan. Hal ini terjadi karena anak perempuan memiliki dukungan ibu yang baik, mereka mendapatkan informasi terkait menstruasi dari beberapa sumber media sosial, dari cerita beberapa teman yang sudah mengalami menstruasi dan informasi dari keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa sumber informasi sangat berpengaruh bagi anak perempuan dalam menghadapi *menarche*.

C. Hubungan Dukungan Ibu Dengan Tingkat Kecemasan Pada Anak dalam Menghadapi *Menarche* di SDN Terpadu 002 Kuok.

Berdasarkan riset bivariat dengan *chi square* diperoleh nilai *p value* 0,001 (<0,05) yang artinya ada hubungan antara dukungan ibu dengan tingkat kecemasan. Dari hasil penelitian juga diketahui bahwa nilai POR=

28 hal ini berarti responden yang buruk mendapatkan dukungan ibu tentang menghadapi *menarche* berpeluang 28 kali mengalami kecemasan berat menghadapi *menarche*. Hasil penelitian ini berhubungan dengan Nilawati (2013) Hubungan Dukungan Orang Tua Dengan Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi *Menarche* Di SDN Lomanis 01 Kecamatan Cilacap Tengah Kabupaten Cilacap dengan nilai *p value*: 0,002 (<0,05) yang berarti ada hubungan antara sikap orang tua dengan kecemasan.

Selain itu dapat dilihat dari tabel 4.4 dari 19 responden yang mendapatkan dukungan ibu baik sebanyak 18 responden (94,7%) yang mendapati kecemasan ringan dalam menghadapi *menarche*, sedangkan yang mengalami kecemasan berat dalam menghadapi *menarche* sebanyak 1 responden (5,3%). 1 responden (5,3%) yang memiliki dukungan ibu baik, namun mengalami kecemasan berat dalam mengalami *menarche* hal tersebut disebabkan karena faktor dari lingkungan setempat yang menanggapi bahwa menstruasi merupakan suatu hal yang tabu bahkan jarang sekali dibicarakan dari lingkungan responden. Selain itu umur responden saat pertama kali terjadinya *menarche* juga berpengaruh terhadap ketidaksiapan responden dalam menghadapi *menarche*, karena jika dilihat dari data sebagian responden mengalami *menarche* pada usia 11 tahun. Dimana pada usia tersebut responden belum mencapai usia yang cukup untuk menghadapi *menarche*. Penelitian ini berhubungan dengan penelitian Jayanti (2012) semakin muda umur siswi maka akan menjadi semakin belum siap dalam menghadapi *menarche*.

Selanjutnya pada tabel 4.4 dapat dilihat bahwa dari 23 responden yang mendapatkan dukungan ibu buruk, sebanyak 14 responden (60,9%) yang menghadapi kecemasan berat dalam *menarche*, sedangkan yang menghadapi kecemasan ringan dalam *menarche* sebanyak 9 responden (39,1%). 9 responden (39,1%) yang mendapatkan dukungan ibu buruk, namun mendapatkan kecemasan ringan dalam mengalami *menarche* dikarenakan faktor teman seumurannya, seperti penelitian oleh Puspita, dkk (2015) teman seumurannya saling berperan penting dalam hal pertukaran informasi dan pengalaman, salah satunya tentang menstruasi. Karena mereka seringkali bertukar cerita tentang menstruasi dengan teman yang sudah melewati masa *menarche*, sehingga dapat dimengerti bagaimana kondisi ketika mengalami *menarche* bahwa sama sekali tidak menakutkan dan itu merupakan hal yang wajar sehingga dapat

mempengaruhinya, walaupun pengetahuan tentang menstruasi mereka masih minim.

Peneliti menemukan 1 responden (5,3%) responden yang mendapatkan dukungan baik tapi tetap mengalami tingkat kecemasan berat, berdasarkan hasil pengamatan peneliti responden tersebut mengatakan banyaknya gejala kecemasan yang ada pada saat siswi menghadapi *menarche* gejala tersebut yaitu ada perasaan cemas (firasat buruk, takut akan pikiran sendiri dan mudah tersinggung), lesu, tidak dapat istirahat nyenyak, adanya ketakutan (ketakutan ditinggal sendiri dan ketakutan pada kerumunan banyak orang), adanya gangguan tidur (susah memulai tidur dan mimpi buruk), gangguan kecerdasan (daya ingat buruk dan sering bingung), perasaan depresi (sedih dan perasaan berubah-ubah sepanjang hari), gangguan somatik/otot-otot (kaku dan suara tidak stabil), gejala sensorik (telinga berdengung, muka merah dan pucat dan merasa lemah), gejala kardiovaskuler (berdebar-berdebar dan rasa lemah seperti mau pingsan), gejala pernapasan (rasa tertekan didada, merasa nafas sesak, dan sering menarik nafas panjang), gejala gastrointestinal (berat badan menurun dan gangguan pencernaan), gejala urogenital (sering kencing, tidak dapat menahan kencing dan menstruasi tidak teratur), dan responden mengatakan merasakan gelisah dan tidak tenang.

Hal ini sesuai dengan pendapat Dariyo yang dikutip dalam penelitian yang dilakukan oleh Ratna (2012) yaitu setiap individu mampu menerima perubahan semasa remaja dengan respon yang berbeda, terutama saat menghadapi *menarche* salah satunya adalah kecemasan yang disebabkan oleh ketidaktahuan remaja putri tentang perubahan-perubahan fisiologis yang terjadi pada awal kehidupan sehingga menstruasi dianggap sebagai hal yang tidak baik. *Menarche* seharusnya diterima dengan sikap wajar. Namun bila peristiwa tersebut menimbulkan keterkejutan (syok) yang sangat hebat disertai dengan iritasi (rangsangan yang mengganggu), maka remaja putri mengalami sakit, mual, cepat lelah, dan berbagai emosi depresi (Ade, 2011). Namun hal ini semakin parah apabila pengetahuan remaja mengenai menstruasi ini sangat kurang dan pendidikan dari orang tua yang kurang. Adanya anggapan orang tua yang salah bahwa hal ini merupakan hal yang tabu untuk diperbincangkan dan menganggap bahwa anak akan tahu dengan sendirinya menambahumitnya permasalahan.

Dukungan ibu pada remaja awal dalam menghadapi *menarche* sebagian besar pada kategori dukungan ibu yang buruk sebanyak 23 responden, ada 14 responden (60,9%) responden yang mengalami tingkat kecemasan berat dan 9 responden (39,1%) responden yang mengalami kecemasan buruk. Kategori dukungan ibu dan tingkat pemahaman dan tingkat kecemasan dari respondenpun berbeda. Ada yang tahu tentang definisi *menarche* tetapi tidak mengetahui apa yang menyebabkan *menarche*, atau mereka memahami tentang fase dan faktor yang menyebabkan menstruasi tetapi tidak tahu bagaimana cara menggunakan pembalut yang benar dan mengatasi gangguan saat menstruasi. Hal ini dipengaruhi oleh kurangnya pendidikan tentang kesehatan reproduksi saat usia remaja sehingga remaja akan mengalami kebingungan, kecemasan, dan perasaan-perasaan lain yang mengganggu saat menghadapi *menarche*. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Wawan dan Dewi dalam Endang dan Tanjung (2016) dimana kurangnya pengetahuan tentang *menarche* disebabkan karena kurangnya pemahaman anak tentang perubahan fisik yang akan dialami sebagai seorang wanita dan kurangnya pengetahuan yang dapat diperoleh dari lingkungan yaitu sebuah kondisi yang ada di sekitar manusia dan pengaruhnya.

Dukungan ibu terhadap anak perempuan dalam mengalami *menarche* sangat diperlukan agar remaja putri tidak mengalami kecemasan, ketakutan serta ketidaksiapan mereka dalam menghadapi *menarche*. Sikap yang dapat diberikan oleh ibu berupa sikap sosial yang terdiri dari bantuan emosional seperti memberikan

dorongan serta informasi, instrumental dan finansial. Pada umumnya remaja perempuan akan memberi tahu ibunya saat memasuki awal *menarche*, sayangnya tidak semua ibu memberi informasi yang pasti kepada anak perempuannya. Sebagai seorang ibu tidak mau membicarakan secara terbuka sampai remaja saat mendapati *menarche*. Dalam kondisi ini akan menimbulkan kecemasan pada remaja putri, bahkan seringkali tumbuh pendapat bahwa *menarche* adalah suatu hal yang tidak menyenangkan atau serius. Pada akhirnya, anak akan mengembangkan sikap negatif terhadap *menarche* dan memandangnya sebagai penyakit.

Sebuah dukungan yang ibu berikan terhadap putrinya akan mempengaruhi kecemasan remaja. Jika dukungan yang diberikan ibu meningkat maka tingkat kecemasan yang dialami remaja dalam menghadapi *menarche* akan menurun, maka sebaliknya jika dukungan ibu tidak mencukupi maka tingkat kecemasan remaja putri dalam mengalami *menarche* akan meningkat drastis.

Menurut asumsi peneliti bahwa remaja putri yang memiliki dukungan ibu yang bagus akan mengalami kecemasan ringan dalam memasuki tahap *menarche* daripada remaja yang memiliki dukungan ibu yang kurang bagus. Hal ini disebabkan adanya dukungan ibu tentang *menarche* yang dimiliki remaja putri merupakan sebagai landasan untuk mengetahui proses *menarche* yang akan dihadapi. Dengan timbulnya pengetahuan dan dukungan penuh dapat mempengaruhi dalam menghadapi proses *menarche*. Dengan demikian remaja putri tersebut merasa siap untuk melewati proses *menarche* tanpa timbulnya rasa takut untuk mengalaminya.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan dengan judul tentang hubungan dukungan ibu dengan tingkat kecemasan pada anak dalam menghadapi *menarche* di SDN Terpadu 002 Kuok dapat diambil kesimpulan sebagai berikut, Sebagian besar siswi mendapatkan dukungan ibu buruk dalam menghadapi *menarche*. Sebagian besar siswi mengalami kecemasan berat dalam menghadapi *menarche*. Ada hubungan dukungan ibu dengan tingkat kecemasan pada anak dalam menghadapi *menarche* di SDN Terpadu 002 Kuok.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik, Badan Koordinasi Keluarga Berencanaan Nasional, Departemen Kesehatan, & Macro International. (2013). Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2012. *Sdki*, 16. <https://doi.org/10.1111/j.1471-0528.2007.01580.x>
- D.Vidya. (2018). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Orang Tua Tentang Menarche Dengan Kecemasan Anak Dalam Menghadapi Menarche* (Vol. 2, Nomor 2) [universitas muhammadiyah kalimantan timur]. <https://doi.org/10.1016/j.gecco.2019.e00539><https://doi.org/10.1016/j.for-eco.2018.06.029>http://www.cpsg.org/sites/cbsg.org/files/documents/Sunda_Pangolin_National_Conservation_Strategy_and_Action_Plan%28LoRes%29.pdf<https://doi.org/10.1016/j.forec>
- Wibisono, & Kurniati. (2020). Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 72–83. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v9i1.121>
- Jayanti. (2012). Deskripsi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesiapan Anak Dalam Menghadapi Menarche Di Sd Negeri 1 Kretek Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes Tahun 2011. *Bidan Prada: jurnal Ilmiah Kebidanan*, 3(1), 1–14.
- Nainggolan, E., & Tambunan, D. (2013). Tingkat kecemasan orang tua menghadapi

- perubahan perilaku remaja pada masa pubertas di Kelurahan Balige 3. *Jurnal Keperawatan HKBP Balige*, 1(1), 82–90.
- 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. <https://doi.org/10.29241/jmk.v7i2.797>
- Wikipedia Bahasa Indonesia. (2021). *Wikipedia Bahasa Indonesia, Ensiklopedia Bebas "Kognisi."* <https://id.wikipedia.org/wiki/Kognisi>
- Kasdu, (2012) Masalah Kesehatan Wanita Remaja, Jakarta : Puspa Swara, Anggota. IKAPI
- Ningsih, N. F., & Siagian, S. H. (2022). Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Di Mtsn 1 Kampar. *Jurnal Ners*, 6(2), 1-6.
- Durrant (2016). *Half The World, Half a Chance: An Introduction to Gender and Development*. Dalam bahasa Indonesia : Gender dan Pembangunan. Terj.H, Silawati. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- I.Nilawati. (2013). Hubungan Dukungan Ibu Dengan Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menarche Di SD Negeri Lomanis 01 Kecamatan Cilacap Tengah Kabupaten Cilacap. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, Vol 4 No. 1 Edisi Desember 2013, Hlm. 178-189
- Ade. 2011a. Psikologi Kesehatan Wanita (Remaja, Menstruasi, Menikah, Hamil, Nifas Dan Menyusui). Yogyakarta: Nuha Medika.