JURNAL RISET KESEHATAN
POLTEKKES DEPKES BANDUNG
Vol 17 No 1, Mei 2025

e-ISSN: 2579-8103
p-ISSN:1979-8253

DUKUNGAN KELUARGA MENINGKATKAN SIKAP REMAJA DALAM MENGHADAPI *MENARCHE*

Family Support Improves Attitudes of Adolescents in Facing Menarche

Puspa Hapsari[1], Lola Noviani Fadilah[1], Rika Resmana[1], Henny Cahyaningsih[1]
[1]Prodi Sarjana Terapan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung, Bandung, Indonesia
*Email: puspa@student.poltekkesbandung.ac.id

ABSTRACT

As a sign of puberty, menarche is still viewed negatively by adolescents. In addition, menarche occurs at an earlier age which results in a lack of readiness and increases negative attitudes. This negative attitude in facing menarche has an impact on anxiety. The family, as an adolescent's closest environment, needs to provide support to make adolescents have a positive attitude towards menarche. The study aimed to determine the relationship between family support and the adolescent's attitude facing menarche at Cikancung Elementary School. This research was inferential research with cross-sectional research design. Sampling was carried out using Stratified Random Sampling and sample of 80 adolescents was obtained. The sample in this study were adolescent girls aged 10-13 years in Cikancung Regional Elementary School who had not yet reached menarche. Family support was measured using a valid and reliable questionnaire derived from Friedman's theory and menarche attitudes were measured using the standard AMAQ questionnaire. Data analysis used the Chi-square test. The research results showed that the majority (60%) of respondents received high family support for menarche and the majority (61%) of respondents had a positive attitude towards menarche. There was a relationship between family support and adolescent attitudes towards menarche in Cikancung Elementary School with p-value=0.000 and OR 9.54 or adolescents who received low family support were 9.54 times more likely to have a negative attitude towards menarche. Adolescents positive attitude in facing menarche is related to high family support, therefore families are expected to provide high support regarding menarche to adolescents.

Keywords*: adolescents*, *family support, menarche, reproductive health*

ABSTRAK

Sebagai ciri pubertas, kejadian *menarche* masih dipandang negatif oleh remaja. Selain itu, *menarche* terjadi pada usia semakin dini yang mengakibatkan kurangnya kesiapan serta meningkatkan sikap negatif. Sikap negatif dalam menghadapi *menarche* ini berdampak pada timbulnya kecemasan. Keluarga sebagai lingkungan terdekat remaja, perlu memberikan dukungan untuk membentuk remaja bersikap positif menghadapi *menarche*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan sikap remaja menghadapi *menarche* di SD Wilayah Cikancung. Penelitian ini merupakan penelitian inferensia dengan desain penelitian potong lintang. Pengambilan sampel dilakukan secara *Stratified Random Sampling* dan didapatkan sampel sebanyak 80 remaja. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja putri usia 10-13 tahun di SD Wilayah Cikancung yang belum *menarche*. Dukungan keluarga diukur menggunakan kuesioner valid dan reliabel yang berasal dari teori Friedman dan sikap *menarche* diukur menggunakan

https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v17i1.2528

e-ISSN: 2579-8103
p-ISSN:1979-8253

kuesioner baku AMAQ. Analisis data menggunakan Uji *Chi-square.* Hasil penelitian didapatkan sebagian besar (60%) responden mendapat dukungan keluarga yang tinggi terhadap *menarche* dan sebagian besar (61%) responden bersikap positif terhadap *menarche*, terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan sikap remaja dalam menghadapi *menarche* di SD Wilayah Cikancung dengan p-value 0,000 dan OR 9,54 atau remaja yang mendapatkan dukungan keluarga rendah berpeluang 9,54 kali mempunyai sikap negatif terhadap *menarche*. Sikap positif remaja dalam menghadapi *menarche* berhubungan dengan dukungan keluarga yang tinggi, oleh karena itu keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan yang tinggi mengenai *menarche* pada remaja.

Kata Kunci: dukungan keluarga, kesehatan reproduksi, *menarche*, remaja

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa.[1]Remaja putri mengalami pematangan organ reproduksi yang ditandai dengan kejadian *menarche. Menarche* adalah proses pengeluaran darah secara alamiah saat pertama kali akibat meluruhnya endometrium pada perempuan.[2] Namun tidak semua remaja memiliki sikap positif terhadap *menarche*. Menurut WHO, sebanyak 37,2% remaja tidak mendapat informasi tentang menarche sebelum mereka mengalami *menarche*, sehingga sebanyak 48,2% remaja merasa belum siap mental menghadapi *menarche* dan sebanyak 61,5% remaja masih memiliki perasaan negatif terhadap *menarche*.[3]

Berdasarkan data Kemenkes (2018) rata-rata umur *menarche* di Indonesia semakin dini dibandingkan tahun 2010 (13,6 tahun) yakni 12,4 tahun sebanyak 60%, pada usia 9-10 tahun sebanyak 2,6%, usia 11-12 tahun sebanyak 30,3%, dan pada usia 13 tahun sebanyak 30%, sisanya mengalami menarche di atas 13 tahun.[4,5] Sedangkan hasil penelitian Tantry (2019), menunjukkan kejadian *menarche* di Bandung sebagian besar terjadi pada usia yang lebih dini lagi, yaitu 9-12 tahun (80,3%).[6] Hal ini juga sesuai dengan penelitian Ferina dan Dian (2021) bahwa rata-rata usia menarche adalah 12,07 tahun.[7] Usia *menarche* yang semakin dini ini berisiko meningkatkan remaja bersikap negatif dalam menghadapi *menarche*. Berdasarkan penelitian Marván (2014), remaja yang mengalami *menarche* di usia ≤10 tahun memiliki sikap negatif dan tertutup terhadap *menarche* lebih tinggi, yakni merasa malu (24%), takut (43%), sedih (35%), cemas (60%), tertutup (50%) daripada remaja yang mengalami *menarche* di usia ≥13 tahun yaitu malu (22%), takut (26%), sedih (26%), cemas (41%) dan tertutup (32%).[8]

Menarche dapat dipandang secara negatif karena kurangnya pemahaman mengenai perubahan fisiologis yang terjadi selama masa remaja.[9]. Selain itu bagi remaja yang mengalami *menarche* dini, sikap negatif disebabkan karena kurangnya pengalaman dan contoh diantara teman sebaya, waktu persiapan yang lebih sedikit, dan diperburuk dengan ketidaksiapan diri.[8] Penelitian kualitatif yang dilakukan Seyed (2020) menemukan bahwa remaja putri yang tidak diberi informasi sebelumnya tentang *menarche* merasa takut ketika mengalami menstruasi pertama, mengira akan mati, merasa dirinya salah atau memiliki penyakit dan mencoba mandi berulang kali karena

https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v17i1.2528

e-ISSN: 2579-8103
p-ISSN:1979-8253

merasa pengalaman tersebut sangat mengerikan.[10]

Sikap negatif juga dapat mempengaruhi perilaku *personal hygiene* ketika menstruasi berlangsung. Menurut penelitian Bulto (2021), sebanyak 69,5% remaja putri yang tidak pernah mengenal *menarche* sebelumnya memiliki manajemen kebersihan yang buruk saat menstruasi.[11] Hal ini dapat meningkatkan risiko infeksi saluran reproduksi dan saluran kemih, putus sekolah, prestasi akademik yang menurun dan kualitas hidup yang buruk.[12]

Remaja putri memerlukan dukungan dalam mempersiapkan diri menghadapi *menarche* sehingga dapat mengembangkan sikap positif terhadap *menarche*. Dukungan ini dapat diperoleh dari lingkungan terdekat yaitu keluarga. Berdasarkan penelitian Mouli (2017) sebagian besar (81,5%) remaja mendapat informasi dan saran mengenai menstruasi dari ibu.[13] Selain itu, menurut Marván (2014) 88% remaja memberitahukan terjadinya *menarche* pada ibu mereka.[8] Berdasarkan penelitian Ali (2020), dukungan keluarga berhubungan dengan sikap pubertas remaja, sebanyak 51,32% remaja yang mendapat dukungan keluarga bersikap positif terhadap pubertas, sedangkan 32,89% remaja yang tidak mendapat dukungan keluarga bersikap negatif terhadap pubertas.[14] Dukungan tersebut diberikan dalam bentuk dukungan informasional, penghargaan, instrumental dan emosional.[15]

Cikancung merupakan kawasan pedesaan dengan karakteristik homogen dalam aspek mata pencaharian, kebudayaan, sikap dan perilaku, serta adat istiadat yang kuat. Pendidikan seks termasuk informasi tentang *menarche* masih dianggap tabu oleh warga Cikancung. Hal ini disebabkan karena pendidikan seks dianggap sebagai informasi yang tidak boleh disebarluaskan secara umum, vulgar dan tidak etis diajarkan karena anak akan memahami dengan sendirinya ketika dewasa nanti.[16,17] Pandangan tabu ini dapat memengaruhi pemberian dukungan mengenai *menarche* terhadap remaja di wilayah Cikancung.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peran keluarga penting bagi remaja dalam mempersiapkan diri menghadapi pubertas. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan sikap remaja mengenai *menarche* di Sekolah Dasar Wilayah Cikancung."

METODE

Desain penelitian ini adalah *Cross sectional*. Sampel penelitian merupakan remaja putri usia 10-13 tahun di Sekolah Dasar Wilayah Cikancung yang belum mengalami *menarche.* Teknik pengambilan sampel menggunakan Teknik *Stratified Random Sampling* sejumlah 73 responden ditambahkan 10% cadangan, sehingga sampel minimal dalam penelitian ini adalah 80 responden. Penelitian ini dilaksanakan di Sekolah Dasar Wilayah Cikancung yaitu di SDN Cikancung 02, SDN Cikancung 04 dan SDN Cikancung 07 dari bulan Februari sampai April 2023. Sampel merupakan remaja, sehingga termasuk kelompok rentan yang belum bisa mengambil keputusan sendiri, oleh karena itu dibutuhkan persetujuan orang tua melalui naskah Penjelasan Sebelum Penelitian (PSP) dan surat izin orang tua (*informed consent*) untuk menjadi responden. Penelitian ini telah disetujui oleh Komite Etik Penelitian Kesehatan

https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v17i1.2528

e-ISSN: 2579-8103
p-ISSN:1979-8253

Poltekkes Kemenkes Bandung dengan nomer : No.65/KEPK/EC/II/2023.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 2 instrumen yaitu kuesioner dukungan keluarga dan *Adolescent Menstrual Attitude Questionnaire* (AMAQ). Kuesioner dukungan keluarga diadaptasi dari teori Friedman (2010) yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya, berdasarkan uji validitas terdapat 20 item yang valid dengan hasil nilai terendah 0,400 dan tertinggi 0,876, sedangkan untuk uji reliabilitas, nilai *cronbach alpha*nya adalah 0,896 (>0,60), sehingga kuesioner dinyatakan reliabel. Sikap remaja dalam menghadapi *menarche* diukur menggunakan *Adolescent Menstrual Attitude Questionnaire* (AMAQ) yaitu kuesioner baku berisi 58 item pernyataan yang sudah dilakukan uji validitas oleh pakar ahli (*Expert Judgement)* menjadi 30 item pernyataan sesuai kebutuhan klien. Hasil uji validitas 30 item dinyatakan valid dengan hasil nilai terendah 0,404 dan tertinggi 0,668, serta uji reliabilitas nilai *cronbach alpha*nya adalah 0,902 (>0,60) sehingga kuesioner dinyatakan reliabel. Prosedur penelitian dilakukan dengan cara memberikan kuesioner dukungan keluarga dan AMAQ dengan sekali waktu pada siswi kelas IV, V, dan VI yang memenuhi kriteria inklusi dan dipilih secara acak. Analisis data dilakukan dengan Uji *Chi-square* menggunakan program komputer SPSS 25.[18]

HASIL

Penelitian dilakukan pada 80 responden siswi kelas IV, V, dan VI di 3 SD yakni SDN Cikancung 02, SDN Cikancung 04 dan SDN Cikancung 07. Karakteristik responden penelitian dapat dilihat melalui tabel berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
1. Usia		
10 tahun	23	29
11 tahun	32	40
12 tahun	25	31
2. Status pekerjaan Ibu		
Bekerja	25	31
Tidak bekerja	55	69
3. Tinggal dengan		
Orang tua	80	100
Kakek dan nenek	0	0
Paman dan bibi	0	0

Sumber : Data Primer (2023)

Tabel 1. menunjukkan bahwa sebagian besar (40%) responden berusia 11 tahun, sebagian besar (69%) ibu responden tidak bekerja dan semua responden (100%) tinggal dengan orang tuanya.

Gambaran dukungan keluarga dan gambaran sikap remaja dalam menghadapi *menarche*, digambarkan melalui tabel berikut:

https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v17i1.2528

e-ISSN: 2579-8103
p-ISSN:1979-8253

Tabel 2. Gambaran Dukungan Keluarga pada Remaja terhadap *Menarche* di SD Wilayah Cikancung

Dukungan Keluarga	n	%
Dukungan Rendah	32	40
Dukungan Tinggi	48	60
Jumlah	80	100

Sumber : Data Primer (2023)

Tabel 2. menunjukkan bahwa sebagian besar (60%) responden mendapatkan dukungan keluarga yang tinggi dalam menghadapi *menarche.*

Tabel 3. Gambaran Sikap Remaja terhadap *Menarche* di SD Wilayah Cikancung

Sikap Terhadap *Menarche*	n	%
Sikap Negatif	31	39
Sikap Positif	49	61
Jumlah	80	100

Sumber : Data Primer (2023)

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar (61%) responden mempunyai sikap yang positif terhadap *menarche.* Hubungan dukungan keluarga dengan sikap remaja dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas IV, V dan VI di SDN Cikancung 02, SDN Cikancung 04, dan SDN Cikancung 07 dianalisis menggunakan Uji *Chi-square*, hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Sikap Remaja terhadap *Menarche* di SD Wilayah Cikancung

Dukungan Keluarga	Sikap terhadap *Menarche*				Total		*p-value*	*Odd-ratio*
	Negatif		Positif					
	n	%	n	%	n	%		
Dukungan Rendah	22	69	10	31	32	100	0,000	9,54
Dukungan Tinggi	9	19	39	81	48	100		
Jumlah	31	39	49	61	80	100		

**Uji Chi-Square*
Sumber : Data Primer (2023)

Tabel 4. menunjukkan bahwa sebagian besar (69%) responden dengan dukungan keluarga rendah mempunyai sikap yang negatif dalam menghadapi *menarche*, dan sebagian besar (81%) responden dengan dukungan keluarga yang tinggi mempunyai sikap yang positif dalam menghadapi *menarche*. Setelah dilakukan analisis Uji *Chi-square* menggunakan aplikasi program SPSS 25 diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000, karena 0,000 < 0,05 maka Ho ditolak, sehingga terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan sikap remaja dalam menghadapi *menarche* di SD Wilayah Cikancung**.** Selain itu, hasil *odd-ratio* adalah 9,54 atau remaja yang mendapatkan dukungan keluarga rendah berpeluang 9,54 kali mempunyai sikap negatif dalam menghadapi *menarche*.

PEMBAHASAN

Sebagian besar responden berusia 11 tahun sebanyak 40%, sehingga responden berada di tahap remaja awal. Steinberg (2013) mengemukakan bahwa masa remaja awal dimulai dari usia 10-13 tahun.[19] Tahap ini merupakan masa krisis bagi remaja dimana terjadi perubahan

https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v17i1.2528

e-ISSN: 2579-8103
p-ISSN:1979-8253

signifikan pada berbagai aspek, diantaranya aspek fisik, psikologis dan sosial. Perubahan fisik pada remaja dilihat dari munculnya tanda seks primer yaitu *menarche* dan tanda seks sekunder yaitu penonjolan payudara *(thelarche)*, tumbuhnya rambut ketiak dan rambut pubis (*pubarche*) seringkali membuat remaja malu atau kurang percaya diri karena merasa kondisi mereka berbeda dengan teman sebayanya.[19] Disamping itu, sebagian besar (69%) ibu responden tidak bekerja, menurut pandangan masyarakat umum, ibu yang tidak bekerja cenderung lebih sering menghabiskan waktunya di rumah dan menggunakan waktunya untuk mengasuh dan merawat anak-anak.[21] Di samping itu, seluruh responden tinggal bersama orang tuanya, sehingga orang tua dapat menjalankan fungsinya sebagai pendidik dengan optimal, termasuk dalam memberikan pendidikan seks. Pada remaja awal, pendidikan seks yang dapat diberikan mencakup pertumbuhan dan perkembangan alat kelamin, fungsi kelamin sebagai alat reproduksi, serta terjadinya mimpi basah atau *menarche*. Dukungan ini harus diberikan sebelum anak mengalami pubertas, sehingga saat terjadi pubertas, anak akan menjadi paham dan siap.[22]

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 60% responden mendapatkan dukungan keluarga yang tinggi sedangkan 40% responden mendapatkan dukungan keluarga yang rendah dalam menghadapi menarche.. Hal tersebut menunjukkan bahwa mayoritas keluarga mempunyai kesadaran yang baik akan pentingnya mendampingi remajanya, didukung oleh temuan bahwa sebagian besar (69%) ibu responden berperan sebagai orang terdekat remaja tidak bekerja. Ibu yang tidak bekerja cenderung mempunyai lebih banyak waktu untuk merawat anak-anaknya, oleh karena itu anak akan lebih dekat dengan ibu. Hal tersebut sesuai dengan penelitian Meinarisa (2021) bahwa kedekatan ibu memiliki hubungan yang bermakna dengan kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* dengan nilai p-value= 0,003 (<0,05). Kedekatan ini akan membuat remaja merasa nyaman dan aman dalam menyampaikan keluhannya mengenai *menarche.*.[23] Selain itu, remaja putri mengandalkan ibu sebagai panutannya dalam bersikap sebagai perempuan dewasa karena kesamaan keadaan dan pengalaman daripada dengan ayah..[24]

Prevalensi dukungan keluarga yang tinggi juga didukung oleh temuan bahwa seluruh responden tinggal bersama orang tuanya, sehingga orang tua mempunyai waktu lebih banyak dan mampu memberikan dukungan yang maksimal kepada remaja. Hal ini sesuai dengan penelitian Sari (2020), bahwa dari 32 responden, 30 responden diantaranya tinggal bersama orang tua mendapat dukungan yang tinggi dari keluarga dalam menghadapi *menarche*. Hal ini dikarenakan orang tua mampu meluangkan waktu yang cukup bersama anak, termasuk memberikan dukungan mengenai menarche.[25]

Dukungan keluarga baik dari orang tua maupun saudara berdampak positif dalam meningkatkan kemampuan remaja beradaptasi terhadap perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Terdapat 4 jenis dukungan yaitu dukungan informasional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Keluarga dapat memberikan dukungan informasional berupa menjelaskan

https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v17i1.2528

e-ISSN: 2579-8103
p-ISSN:1979-8253

proses *menarche*, cara mengatasi *menarche*, dan menjaga kebersihan selama menstruasi. Informasi ini akan memberikan pandangan positif pada remaja sehingga asumsi keliru mengenai menstruasi pertama dapat berubah dan memungkinkan remaja untuk lebih mempersiapkan diri menghadapi *menarche* nanti. Hal ini sejalan dengan penelitian Widayati (2016) bahwa dukungan informasional keluarga memengaruhi kesiapan remaja terhadap *menarche,* dengan hasil *p-value*=0,000 (<0,05).[26] Apabila kebutuhan informasi tersebut tidak terpenuhi, remaja tidak akan mengetahui bagaimana harus bersikap dan mempersiapkan diri dalam menghadapi *menarche*. Oleh karena itu, peran keluarga terutama ibu sangat diperlukan untuk memberikan dukungan informasional sebelum remaja mencari tahu sendiri dari internet, karena internet memberikan kebebasan akses yang dapat mengarahkan pada informasi yang tidak tepat. Menurut Ruble (1982), sangat sedikit remaja putri yang membicarakan *menarche* dengan ayah, saudara laki-laki, atau teman laki-laki, remaja putri lebih banyak menjadikan ibu sebagai sumber informasi utama mengenai *menarche*.[27] Hal ini sejalan dengan penelitian Mouli (2017) bahwa sebagian besar (81,5%) remaja menerima informasi dan saran mengenai menstruasi dari ibu.[13] Penelitian lain menyebutkan bahwa 88% remaja memberitahukan kejadian *menarche* pada ibu mereka.[28]

Dukungan lain yang perlu diberikan oleh keluarga adalah dukungan penghargaan. Keluarga berperan memberikan umpan balik, berupa pujian, pengakuan dan penghargaan dalam menjaga kebersihan menstruasi. Dukungan instrumental oleh keluarga diberikan secara langsung meliputi bantuan material, tenaga atau sarana seperti memberikan uang untuk membeli pembalut, menyediakan kompres hangat untuk mengatasi nyeri menstruasi, dan membantu mengerjakan tugas rumah saat menstruasi. Sedangkan dukungan emosional dapat ditunjukkan dengan ekspresi empati, perhatian, kepedulian, kehangatan pribadi, cinta dan pemberian motivasi mengenai *menarche*.[29] Dukungan ini dapat membuat remaja bersikap positif karena merasa lega sudah diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan, merasa nyaman dan tidak takut dalam menghadapi perubahan tubuhnya.[30] Dukungan keluarga juga diperlukan agar remaja dapat menjalankan salah satu tugas perkembangannya, yaitu menerima perubahan fisik yang dialami, dapat melakukan peran secara optimal dan merasa puas terhadap kondisi tersebut.[31]

Sebanyak 40% responden lainnya mendapatkan dukungan keluarga rendah dalam menghadapi *menarche*. Hal ini terjadi karena sebagian orang tua tidak mengajari anak perempuan mereka tentang *menarche* yang dianggap masih terlalu dini dan merupakan hal yang tabu. Ketabuan pendidikan seks disebabkan oleh anggapan bahwa pendidikan seks berisi informasi yang tidak pantas untuk disebarluaskan secara umum, vulgar dan tidak boleh disampaikan pada anak serta anak harus belajar menghadapinya sendiri.[16,17]

Sikap remaja dalam menghadapi *menarche* di SD Wilayah Cikancung menunjukkan sebagian besar (61%) remaja bersikap positif dan sebanyak 39% responden lainnya bersikap negatif terhadap *menarche*. Hal ini

https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v17i1.2528

e-ISSN: 2579-8103
p-ISSN:1979-8253

menunjukkan bahwa sebagian besar remaja sudah dibekali informasi mengenai *menarche* oleh keluarganya sehingga dapat bersikap positif, menurut Teitelman (2004), remaja yang sebelumnya tidak mengenal *menarche*, akan menganggap *menarche* sebagai pengalaman yang negatif, seperti merasa bingung, jijik, cemas, gugup, terkejut, malu, takut, aneh, berpikir ada yang salah dengan tubuhnya, tidak ingin orang lain tahu dan merasa hal tersebut mengerikan karena tidak tahu bagaimana cara mengatasi darah hasil menstruasi. Remaja yang bersikap positif dalam menghadapi *menarche* akan menganggap *menarche* sebagai tanda biologis kedewasaan perempuan, mereka akan merasa mampu menangani *menarche* dan akan merasa nyaman saat merasakan perubahan dalam tubuhnya.[32]

Sikap positif tersebut dapat terjadi karena sebagian besar (71%) responden dalam penelitian ini berusia >11 tahun, sehingga remaja sudah lebih mengerti dan menerima perubahan-perubahan yang terjadi dalam tubuhnya selama pubertas. Selain itu, pada usia tersebut remaja lain sudah banyak mengalami *menarche*, sehingga sudah memiliki contoh pengalaman diantara mereka. Hal ini sejalan dengan penelitian Marvan (2014), bahwa usia remaja >11 tahun cenderung bersikap positif dalam menghadapi *menarche* yaitu antusias (26%) dan senang (37%). Sedangkan untuk sikap negatif, remaja yang berusia <11 tahun berisiko mempunyai sikap negatif terhadap *menarche* lebih tinggi, yakni merasa malu (24%), takut (43%), sedih (35%), cemas (60%) dan merahasiakan (50%).

Hasil penelitian bivariat menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan dukungan keluarga rendah (69%) mempunyai sikap yang negatif mengenai *menarche*, dan sebagian besar responden dengan dukungan keluarga yang tinggi (81%) memiliki sikap yang positif mengenai *menarche. Uji Chi-square* menunjukkan bahwa p-value 0,000 < 0,05, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan sikap remaja mengenai *menarche*. Lingkungan pertama dan utama bagi anak adalah lingkungan keluarga, disusul oleh sekolah dan masyarakat. Oleh karena itu, peran keluarga untuk mendampingi anak dalam setiap fase sangat penting, terutama saat anak memasuki masa remaja.[33]

Remaja diharapkan dapat mempelajari sistem reproduksi dari keluarga sejak pra-pubertas. Keluarga dapat menyampaikan dukungan penghargaan dan informasi seksual termasuk *menarche* baik melalui komunikasi terbuka maupun tertutup. Teitelm (2004) menemukan bahwa remaja yang sebelumnya tidak diberi informasi mengenai *menarche* oleh keluarganya, menganggap terjadinya *menarche* sebagai pengalaman yang negatif, terutama jika *menarche* terjadi saat remaja tersebut berada di luar rumah, hal ini menyebabkan remaja merasa kebingungan dan malu dengan peristiwa keluarnya darah dan cara menjaga kebersihannya.[32] Oleh karena itu, remaja berharap keluarga dapat membantu mereka menyiapkan diri sebelum terjadinya *menarche*, dengan memberikan dukungan berupa menginformasikan tentang apa yang terjadi pada tubuh remaja, perubahan selama menstruasi, kebersihan organ reproduksi, manajemen penggunaan pembalut, serta hal-hal yang boleh dan tidak

https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v17i1.2528

e-ISSN: 2579-8103
p-ISSN:1979-8253

boleh dilakukan saat sudah mengalami *menarche*.[32,34]

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Nur'aini (2020) bahwa hasil uji statistik menunjukkan nilai p=0,009 < 0,05, sehingga peran ibu mempunyai hubungan yang signifikan dengan sikap remaja putri terhadap *menarche*. Ditemukan hasil bahwa sebagian besar ibu berperan positif (60,9%) dan sebagian besar remaja putri bersikap positif (62,7%). Selain itu, penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Ali (2020), bahwa dukungan keluarga berpengaruh signifikan (p-value= 0,0001) terhadap sikap remaja dalam menghadapi masa pubertasnya, sejumlah 32% remaja yang mendapatkan dukungan keluarga memiliki sikap positif dalam menghadapi pubertas, sementara 32,89% remaja lainnya yang tidak mendapat dukungan keluarga bersikap negatif dalam menghadapi pubertas.[14]

Sikap terbentuk karena adanya objek di lingkungan terdekat remaja yakni keluarga yang memberikan stimulus berupa dukungan, baik itu dukungan informasional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Melalui alat indera remaja, dukungan akan ditangkap kemudian diproses di dalam otak dan memunculkan suatu tanggapan berupa sikap positif. Penilaian sikap berupa positif atau negatif berhubungan dengan penerimaan informasi sebelumnya (dukungan) atau pengalaman pribadi remaja.[35] Pengalaman *menarche* di lingkungan sekitar yang kurang menyenangkan dan didasari oleh informasi yang kurang tepat dapat membentuk sikap yang negatif bagi remaja lainnya, untuk itu keluarga sebagai lingkungan pertama dan utama diharapkan dapat memberikan 4 jenis dukungan mengenai *menarche* sebelum remaja mengalami pubertas.[32,34]

Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan penelitian Makmuriana (2015), yang tidak menemukan hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan remaja terhadap menstruasi pertama.[36] Hal ini terjadi karena sikap remaja dalam menghadapi menstruasi pertama dipengaruhi juga oleh faktor lainnya seperti teman sebaya. Kelompok teman sebaya merupakan lingkungan sosial bagi remaja yang berperan penting bagi perkembangan kepribadiannya, termasuk dalam kesiapan menghadapi *menarche* yakni sebagai sumber informasi mengenai *menarche*. Hal ini sesuai dengan penelitian Mouli (2017) bahwa sebanyak 20,4% remaja menerima informasi tentang pubertas dari teman sebayanya.[13] Apabila informasi mengenai *menarche* tersebut benar, maka persepsi remaja tentang *menarche* pun akan positif begitu pula sebaliknya. Berdasarkan penelitian Irdianty (2015) menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya berpengaruh terhadap citra tubuh siswi usia sekolah setelah mengalami *menarche*, dengan nilai *p-value* =0,000<0,05. Dukungan sosial ini membuat remaja merasa mereka memiliki teman yang senasib, mempunyai minat yang sama, serta dapat saling menguatkan satu sama lain ke arah lebih baik, serta dapat memberikan remaja rasa aman dan tenteram.[37] Oleh karena itu, sebagian remaja lebih menerima informasi dari teman sebaya daripada keluarganya.[13]

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan sikap remaja mengenai

https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v17i1.2528

e-ISSN: 2579-8103
p-ISSN:1979-8253

menarche di SD Wilayah Cikancung. Keluarga sebagai lingkungan pertama dan utama diharapkan dapat memberikan remaja dukungan dalam menghadapi *menarche* baik itu dukungan informasional, penghargaan, instrumental maupun emosional sejak pra-pubertas, sehingga remaja dapat mempunyai sikap yang positif dalam menghadapi *menarche* nantinya.

DAFTAR RUJUKAN

1. Herting MM, Sowell ER. Puberty and Structural Brain Development in Humans. *Front Neuroendocrinol*. 2017;44:122-137. doi:10.1016/j.yfrne.2016.12.003
2. BKKBN. *Modul Pegangan Bagi Fasilitator Kegiatan Bina Keluarga Remaja (BKR)*.; 2019. www.bkkbn.go.idwww.bkkbn.go.id
3. Tiwari H, Oza UN, Tiwari R. Knowledge, Attitudes and Beliefs About Menarche of Adolescent Girls in Anand District, Gujarat. *Eastern Mediterranean Health Journal*. 2006;12(4):1-6. Accessed June 13, 2024. https://www.emro.who.int/emhj-volume-12-2006/volume-12-issue-3-4/knowledge-attitudes-and-beliefs-about-menarche-of-adolescent-girls-in-anand-district-gujarat.html
4. Dwi Anggraini F, Hikmawati N, Wayuningsih S. Hubungan Antara Status Gizi dengan Usia Menarche pada Remaja Siswi Kelas 4, 5 Dan 6 di SDN Dawuhan Lor 01 Kecamatan Sukodono Lumajang. *Jurnal Ilmiah Obsgyn*. 2023;15(3):339-343. https://stikes-nhm.e-journal.id/OBJ/index
5. Wahab A, Wilopo SA, Hakimi M, Ismail D. Declining Age At Menarche In Indonesia: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Int J Adolesc Med Health*. 2020;32(6). doi:https://doi.org/10.1515/ijamh-2018-0021
6. Tantry YU, Tetti Solehatib, Desy Indra Yani. Gambaran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Perawatan Diri Selama Menstruasi pada Siswi SMPN 13 Bandung. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*. 2019;10(1):146-154. Accessed June 13, 2024. https://ejr.umku.ac.id/index.php/jikk/article/view/531
7. Ferina, Hadianti DN. Indeks Masa Tubuh, Menarche dan Siklus Menstruasi pada Remaja. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*. 2021;13(2):339-346. doi:10.34011/juriskesbdg.v13i2.1913
8. Marván ML, Alcalá-Herrera V. Age at Menarche, Reactions to Menarche and Attitudes Towards Menstruation Among Mexican Adolescent Girls. *J Pediatr Adolesc Gynecol*. 2014;27(2):61-66. doi:10.1016/J.JPAG.2013.06.021
9. Kadek Windy Artika A, Luh Agustini Purnama N, Kurniawaty Y. Kesiapan Siswi Sekolah Dasar dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. 2022;7(4):52-57. Accessed June 13, 2024. https://journal.um-surabaya.ac.id/JKM/article/view/15377/5711
10. Seyed HA. Unpreparedness, Impurity and Paradoxical Feeling:

https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v17i1.2528

e-ISSN: 2579-8103
p-ISSN:1979-8253

Menstruation Narratives Of Iranian Women. *Int J Adolesc Med Health*. 2020;32(6). doi:10.1515/ijamh-2018-0008

11. Bulto GA. Knowledge on Menstruation and Practice of Menstrual Hygiene Management Among School Adolescent Girls In Central Ethiopia: A Cross-Sectional Study. *Risk Manag Healthc Policy*. 2021;14:911-923. doi:10.2147/RMHP.S296670
12. Belayneh Z, Mekuriaw B. Knowledge and Menstrual Hygiene Practice Among Adolescent School Girls In Southern Ethiopia: A Cross-Sectional Study. *BMC Public Health*. 2019;19(1). doi:10.1186/s12889-019-7973-9
13. Mouli VC, Patel SV. Mapping The Knowledge and Understanding of Menarche, Menstrual Hygiene And Menstrual Health Among Adolescent Girls In Low- And Middle-Income Countries. *Reprod Health*. 2017;14(1):1-16. doi:10.1186/s12978-017-0293-6
14. Ali M. Dukungan Keluarga Bagi Remaja dalam Menghadapi Pubertas di SMP Negeri 1 Kota Bima. *Bima Nursing Journal*. 2020;1(2). Accesses June 13, 2024. http://jkp.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/bnj/article/view/517
15. Bonavantura NN, Jahum G. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan pada Remaja Putri Kelas VII dalam Menghadapi Menarche di SMP Widya Bhakti Ruteng. *Jurnal Wawasan Kesehatan*. 2019;4(2): 81-90. https://stikessantupaulus.e-journal.id/JWK/article/download/64/44/
16. Winoto Y, Rachmawati TS, Sinaga D. Pendidikan Seks dan Kesehatan Reproduksi Remaja pada Para Siswa/Siswi SMP Negeri Cineam di Kecamatan Cineam, Kabupaten Tasikmalaya. *Journal of Berdaya*. 2021;1(1):11-22. https://jurnal.unpad.ac.id/
17. Amaliyah S, Nuqul FL. Eksplorasi Persepsi Ibu tentang Pendidikan Seks untuk Anak. *Psympathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*. 2017;4(2):157-166. doi:10.15575/psy.v4i2.1758
18. Proverawati A, Misaroh S. *Girls, What Makes You So Special? Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Nuha Medika; 2009.
19. Steinberg L. Tenth Edition: Adolescence . In: 10th ed. McGraw-Hill Higher Education; 2013.
20. Wulandari A. Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan dan Keperawatannya. *Jurnal Keperawatan Anak*. 2014;2(1):39-43. Accesees 13 June, 2024. https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jka/article/view/3954
21. Dwijayannti J. Perbedaan Motif Antara Ibu Rumah Tangga Yang Bekerja Dan Yang Tidak Bekerja Dalam Mengikuti Sekolah Pengembangan Pribadi Dari Jhon Robert Power. *Media Psikologi Indonesia*. 1999;14(55).
22. Safita R. Peranan Orang Tua Dalam Memberikan Pendidikan Seksual Pada Anak. *Jurnal Edu-Bio*. 2013;4:32-40.
23. Meinarisa, Lisa Anita Sari, Bella Mardiantika. Hubungan

https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v17i1.2528

e-ISSN: 2579-8103
p-ISSN:1979-8253

Pengetahuan, Kedekatan Ibu dan Pola Asuh Terhadap Kesiapan Remaja Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) di SMP Negeri 04, 06, dan 17 Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*. 2021;2(2):99-107. https://www.onlinejournal.unja.ac.id/JINI

24. Rahayu R. Hubungan Pendidikan Dan Dukungan Ibu Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Saat Menarche Di MTs A Cirebon. *Jurnal Kesehatan Mahardika*. 2023;10(1):60-67.
25. Sari EP. The Relationship Between Family Support And The Readiness Of The Menarche In Young Women. *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan*. 2020;9(2):145-151. doi:10.36720/nhjk.v9i2.184
26. Widayati D, Taukhid M, Twoining T, et al. Informational Support Of Family Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Usia 10-12 Tahun. *Adi Husada Nursing Journal*. 2016;2(2).
27. Ruble D, Brooks-Gunn J. The Experience of Menarche. *Child Dev*. 1982;53(6):1577-1566.
28. Nagar S, Aimol R. Knowledge of Adolescent Girls Regarding Menstruation in Tribal Areas of Meghalaya. *ournalSrudies of Tribes and Tribals*. 2010;8(1):27-30.
29. Friedman. *Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori Dan Praktek*. EGC; 2010.
30. Salangka G, Rompas S, Program MR. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kesiapan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di SMP Negeri 1 Kawangkoan. *Jurnal Keperawatan*. 2018;6(1):1.
31. Putro KZ. Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*. 2017;17(1):25-32.
32. Teitelman AM. Adolescent girls' perspectives of family interactions related to menarche and sexual health. *Qual Health Res*. 2004;14(9):1292-1308. doi:10.1177/1049732304268794
33. Gunarsa SD, Gunarsa YS. *Psikologi Praktis: Anak, Remaja Dan Keluarga*. BPK Gunung Mulia; 2001.
34. Rachmawati AN, Oktaviani AR. Peran Orangtua Dalam Mempersiapkan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di Kelurahan Kadirejo Kecamatan Karanganom Kabupaten Klaten. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*. Published online 2017:170-176.
35. Zuchdi Darmiyati. Pembentukan Sikap. *Cakrawala Pendidikan*. 1995;3.
36. Lestari Makmuriana. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kecemasan Menghadapi Menarche Siswi Kelas VI Di SDN 14 Sungai Raya. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*. 2015;6(3):1-4. doi:https://doi.org/10.54630/jk2
37. Irdianty MS, Rita Hadi W. Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Citra Tubuh (Body Image) Siswi Usia Sekolah dengan Menarche di Kecamatan Sale. *Jurnal Unimus*. 2012;4(1):100-104.

https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v17i1.2528