

SIKAP IBU TERHADAP KECEMASAN REMAJA PUTRI (KELAS VI) DALAM MENGHADAPI MENARCHE DI SD NEGERI GEBANGSARI 04 SEMARANG

Mother Attitudes Towards Adolescent Anxiety Dealing Menarche In SD Gebangsari 04 Semarang

Novita Nining Anggraini

Program Studi Diploma III Kebidanan Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Semarang

Email : novitanovi80@yahoo.co.id

ABSTRAK

Latar belakang : Menarche adalah tanda remaja putri memasuki masa pubertas yang disertai oleh perubahan fisik dan mental. Berbagai perubahan tersebut dapat menimbulkan kecemasan, dengan tingkat yang bervariasi tergantung dari informasi yang diperoleh dan kemampuan untuk beradaptasi. Tidak semua orang mengalami kecemasan tergantung pada struktur kepribadian orang tersebut. Orang dengan kepribadian pencemas, risiko untuk menderita gangguan cemas lebih besar dibanding orang yang tidak berkepribadian pencemas. **Tujuan :** Mengetahui peran ibu terhadap kecemasan remaja putri dalam menghadapi menarche di SD Negeri Gebangsari 04 Semarang. **Metode :** Jenis penelitian yang digunakan adalah studi korelasi dengan pendekatan cross sectional. Sampel sebanyak 39 siswa, yang diperoleh dari seluruh murid SD Negeri Gebangsari 04 Semarang, teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. **Hasil :** Peran ibu pada remaja putri di SD Negeri Gebangsari 04 Semarang sebagian besar (sebanyak 23 siswa; 59%) adalah tidak mendukung. Sebagian besar remaja putri yang mengalami menarche mengalami kecemasan dengan gejala berat pada tingkah laku (sikap; 61,5%), dan gejala autonom (59,0%; $p=0,001$). **Simpulan :** Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara sikap ibu dengan kecemasan dalam menghadapi menarche pada remaja putri di SD Negeri Gebangsari 04 Semarang.

Kata Kunci : Peran Ibu, Kecemasan, Menarche

ABSTRACT

Background : Menarche is a sign of young girls entering puberty marked by physical and mental changes . Various changes can cause anxiety , to varying degrees depending on the information obtained and the ability to adapt . Not everyone experiences anxiety depending on the structure of the personality of the person. People with anxious personalities risk to suffer more anxiety disorders than people who are not anxious personality . **Objective:** To determine the role of the mother of the teenage daughter of anxiety in the face of menarche at 04 Gebangsari SD Negeri Semarang. **Objective:** To determine the effect of the mother's role to anxiety in the face of menarche girls in SD Negeri Gebangsari 04 Semarang. **Methods :** This type of research is the study of cross sectional correlation . A sample of 39 students, the sampling technique used is total sampling that all of sample will be the response and technique to get the data is use questionnaire. **Results :** The role of mothers in adolescent girls in SD Negeri Gebangsari 04 Semarang mostly do not support that as many as 23 students (59%). Anxiety in the face of menarche in girls in SD Negeri Gebangsari 04 Semarang mostly experiencing severe anxiety symptoms on behavior (attitude) in the interview (61.5%), and autonomic symptoms (59.0%). **Conclusion :** Based on the results, the p value of 0.001 , indicating a significant result is that there is significant influence between maternal attitudes with anxiety in the face of menarche in girls in SD Negeri Gebangsari 04 Semarang.

Keywords : Role of Mother, Anxiety, Menarche

PENDAHULUAN

Perasaan bingung, gelisah, dan tidak nyaman, selalu menyelimuti perasaan seorang wanita yang mengalami menstruasi pertama kali (*menarche*). Menarche adalah hal yang wajar dan pasti dialami oleh setiap wanita normal. Namun akan menjadi tidak wajar bahkan menimbulkan kegelisahan apabila pengetahuan remaja mengenai fisiologi menstruasi dan pendidikan orang tua sangat kurang.

Menstruasi atau mimpi basah yang datang pertama tidak sama pada setiap remaja. Banyak faktor yang menyebabkan perbedaan tersebut. Salah satu faktor adalah status gizi. Sebagai contoh ada remaja perempuan dengan berat badan lebih mendapatkan menstruasi pada usia 9-10 tahun, namun remaja dengan berat badan normalmenarche terjadi pada usia 14 tahun. Akan tetapi secara umum menarche terjadi pada usia sekitar 12 tahun (2009).

Saat ini rerata usia remaja menarche semakin dini. Status gizi yang semakin baik mempercepat kesiapan tubuh untuk memulai menstruasi pada anak perempuan. Selain itu, informasi tentang seks yang semakin mudah diperoleh dari berbagai media sekarang ini juga dapat memicu otak untuk segera mengaktifkan hormon seksual (2011).

Usia gadis remaja pada waktu *menarche* sangat bervariasi, yaitu berkisar 10-16 tahun, tetapi menarche pada usia 12,5 tahun adalah yang paling banyak terjadi. Berbagai literatur menunjukkan bahwa usia *menarche* dipengaruhi oleh faktor keturunan, keadaan gizi, dan kesehatan umum. *Menarche* terjadi ditengah-tengah masa pubertas, yaitu masa peralihan dari anak-anak ke dewasa. Sesudah masa pubertas, wanita memasuki masa reproduksi, yaitu masa dimana ia dapat memperoleh keturunan (2008).

Penelitian tentang dukungan sosial keluarga pada remaja putri yang mengalami *menarche* di SD Negeri 2, Yogyakarta dengan menggunakan pendekatan kualitatif menghasilkan bahwa *menarche* yang terjadi pada remaja mengakibatkan dampak pada fisik dan psikososial. Gangguan fisik yang dialami remaja mengakibatkan remaja sulit untuk beraktivitas sedangkan masalah psikososial yang muncul adalah remaja mengalami kecemasan dan iritabilitas. Bentuk dukungan yang diberikan oleh ibu adalah dukungan emosional, instrumental, penghargaan sedangkan dukungan informasional masih dirasakan kurang oleh remaja (2003).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah studi korelasi (*correlation study*) untuk menggambarkan hubungan antara peran ibu dengan kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri yang berusia 11-12 tahun di Semarang dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi studi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas VI yang belum mendapat menarche di SD Negeri Gebangsari 04 Semarang. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 39 orang, yang diperoleh dari seluruh populasi siswi putri di SD Negeri Gebangsari 04 Semarang.

Alat ukur yang digunakan untuk menggali sikap ibu berupa kuesioner yang terdiri dari 25 pertanyaan. Alat ukur untuk mengetahui kecemasan remaja putri dalam menghadapi menarche digunakan kuesioner *Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A)*.

HASIL

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa:

1. Umur Remaja Putri yang terlibat dalam penelitian ini berkisar antara 9 – 12 tahun (tabel 1).

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Umur Remaja Putri di SD Negeri Gebangsari 04 Semarang (n = 39)

Variabel	n	Rerata	SD	Min	Maks
Umur	39	10,85	0,670	9	12

Berdasarkan Tabel 1 diperoleh data umur responden berkisar antara 9 sampai dengan 12 tahun dengan rerata 10,85 tahun, dan simpangan baku $\pm 0,670$.

Menurut (2011), Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Umumnya, remaja yang mengalami menarche pada usia 10-12 tahun periode ini akan mengubah perilaku beberapa aspek, misalnya psikologi dan lainnya.

Menurut (2009) pemberian informasi bisa melalui berbagai media, baik media elektronik maupun media massa. Untuk memberikan pengetahuan pada remaja mengenai kesehatan reproduksi, dalam hal ini tentang *menarche*, diharapkan akan tumbuh keadaan yang kondusif dalam peningkatan pengetahuan, kemudian sikap, dan perilaku kehidupan seksual yang sehat dan bertanggung jawab pada remaja.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori diatas yang menyatakan bahwa rerata usia remaja putri mengalami menarche pada usia 10 tahun.

2. Sikap Ibu pada Remaja Putri di SD Negeri Gebangsari 04 Semarang

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Sikap ibu pada remaja putri di SD Negeri Gebangsari 04 Semarang (n = 39)

No	Sikap Ibu	n	%
1.	Mendukung	16	41
2.	Tidak mendukung	23	59
Total		39	100

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa sikap ibu pada remaja putri di SD Negeri Gebangsari 04 Semarang sebagian besar adalah tidak mendukung yakni sebanyak 23 siswa (59%) dan mendukung sebanyak 16 siswa (41%).

Untuk memberikan pengetahuan pada remaja mengenai kesehatan reproduksi, dalam hal ini tentang

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori bahwa banyak remaja yang tidak mendapat dukungan dari ibu dalam penanganan *menarche*. Para siswa berpendapat bahwa hal ini dikarenakan para ibu kurang mencari penanganan *menarche* melalui media massa maupun media elektronik. Ibu kurang mengetahui tentang perkembangan teknologi dalam mencari informasi kesehatan remaja sehingga pengetahuan para ibu saat ini dirasa kurang dalam memberikan informasi kesehatan *menarche* terhadap remaja putri (2004).

3. Kecemasan Dalam Menghadapi Menarche pada Remaja Putri di SD Negeri Gebangsari 04 Semarang

Tabel 3. Distribusi Jawaban Responden Berdasarkan Kecemasan Dalam Menghadapi *menarche* pada remaja putri di SD Negeri Gebangsari 04 Semarang (n = 39).

No	Gejala Kecemasan	Tidak ada		Gejala Ringan		Gejala Sedang		Gejala Berat		Gejala Sangat Berat/Panik	
		n	%	n	%	N	%	n	%	n	%
1	Perasaan cemas	0	0,0	6	15,4	11	28,2	16	41,0	6	15,4
2	Ketegangan	0	0,0	8	20,5	15	38,5	13	33,3	3	7,7
3	Ketakutan	0	0,0	4	10,3	11	28,2	21	53,8	3	7,7
4	Gangguan tidur	0	0,0	5	12,8	16	41,0	14	35,9	4	10,3
5	Gangguan kecerdasan	1	2,6	2	5,1	9	23,1	21	53,8	6	15,4
6	Perasaan depresi (murung)	1	2,6	6	15,4	12	30,8	16	41,0	4	10,3
7	Gejala somatik/fisik (otot)	1	2,6	5	12,8	9	23,1	19	48,7	5	12,8
8	Gejala somatik/fisik (sensorik)	1	2,6	6	15,4	12	30,8	18	46,2	2	5,1
9	Gejala kardiovaskuler	1	2,6	2	5,1	15	38,5	18	46,2	3	7,7
10	Gajala respiratori (pernafasan)	1	2,6	6	15,4	10	25,6	18	46,2	4	10,3

11	Gejala gastrointestinal	0	0,0	5	12,8	10	25,6	18	46,2	6	15,4
12	Gejala urogenital (perkemihan dan kelamin)	1	2,6	6	15,4	12	30,8	17	43,6	3	7,7
13	Gejala autonom	1	2,6	6	15,4	4	10,3	23	59,0	5	12,8
14	Tingkah laku (sikap) pada wawancara	0	0,0	6	15,4	5	12,8	24	61,5	4	10,3

Berdasarkan Tabel 3 tentang kecemasan dalam menghadapi *menarche*, banyak remaja yang memiliki gejala kecemasan berat yaitu pada tingkah laku (sikap) pada wawancara (61,5%), dan gejala autonom (59,0%).

Menurut (2001), apabila penerimaan informasi baru atau adopsi informasi melalui proses yang didasari oleh pengetahuan, kesadaran dan sikap maka informasi tersebut tidak akan menimbulkan kesalahan. Sebaliknya apabila informasi itu tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran maka akan menimbulkan kesalahan yang berdampak pada ketakutan dan kekhawatiran atau meningkatnya rasa kecemasan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori bahwa kurangnya informasi tentang *menarche* akan mempengaruhi kecemasan pada tingkah laku (sikap) seseorang.

4. Sikap Ibu dalam Penanganan Kecemasan

Data Tabel 4
Sikap Ibu Dalam Penanganan Kecemasan
(n = 39)

Sikap Ibu		Upaya Penanganan Kecemasan		P
		Mean	SD	
Mendukung	16	44,50	6,947	0,001
Tidak mendukung	23	52,57	6,754	

Berdasarkan tabel 4 uji beda dengan menggunakan Independent t test didapatkan nilai $p = 0,001$, karena $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan signifikan atau terdapat bermakna skor kecemasan pada kelompok peran ibu yang mendukung ($44,50 \pm 6,947$) lebih rendah dibandingkan yang tidak mendukung ($52,57 \pm 6,754$).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang

bermakna antara sikap ibu dengan kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri di SD Negeri Gebangsari 04 Semarang.

Menurut (2011) tentang dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan remaja putri menghadapi menstruasi disimpulkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan remaja putri menghadapi menstruasi pertama.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori bahwa dukungan keluarga dalam hal ini peran ibu yang tidak mendukung terhadap kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* akan membawa dampak pada perilaku remaja putri dalam penanganan *menarche* saat menstruasi

SIMPULAN

1. Sikap ibu pada remaja putri di SD Negeri Gebangsari 06 Semarang sebagian besar adalah tidak mendukung yakni sebanyak 23 siswa (59%).
2. Kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri di SD Negeri Gebangsari 04 Semarang sebagian besar mengalami kecemasan dengan gejala berat pada tingkah laku (sikap) pada wawancara (61,5%), dan gejala autonom (59,0%).
3. Ada pengaruh yang bermakna antara sikap ibu dengan kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri di SD Negeri Gebangsari 04 Semarang dengan p value sebesar 0,001.

DAFTAR PUSTAKA

- H, Dadang. 2001. *Manajemen Stres, Cemas, dan Depresi*. Jakarta : Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia

Eny. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika

Nur Najmi. 2011. *Buku Pintar Menstruasi*. 2011. Jogjakarta : Buku Biru

2004. *Tumbuh Kembang Remaja Dan Permasalahannya*. Jakarta : Sagung Seto

Yani *etal.*, 2009 *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Fitramaya

Hanifa. 2008. *Ilmu Kandungan*. Jakarta : YBP-SP

Savitri. 2003. *Kecemasan Bagaimana Mengatasi Penyebabnya*. Jakarta : Pustaka Populer Obor.

Atikah dan Misaroh, Siti. 2009. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna Penuh Makna*. Yogyakarta : Nuha Medika