

**FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU
REMAJA PUTERI DALAM MENGHADAPI MENARCHE
DI SMP NEGERI 1 DELI TUA
TAHUN 2015**

**Anita Veronika
Staf Pengajar STIKes Santa Elisabeth Medan**

ABSTRACT

The most crucial thing during the puberty for female teenagers is having the first menstruation or menarche, it becomes the biological signs for sexual maturity. Menarche is the first menstruation for the women that can be the initial for the maturity and healthy women. The purpose of this study is to find out the factors related to female teenagers action in facing the menarche in SMP Negeri 1 Deli Tua. The study method is quantitative approach with Cross sectional method. The samples are 92 people. The results of this study are (1) there is correlation between knowledge and female teenagers action in facing menarche in SMP Negeri 1 Deli Tua 2015 with p-value 0,029; (2) there is correlation between behavior and female teenagers action in facing menarche in SMP Negeri 1 Deli Tua 2015 with p-value 0,012; (3) there is correlation between family support and female teenagers action in facing menarche in SMP Negeri 1 Deli Tua 2015 with p-value 0,000; (4) there is correlation between peers and female teenagers action in facing menarche in SMP Negeri 1 Deli Tua 2015 with p-value 0,045; (5) there is correlation between internet and female teenagers action in facing menarche in SMP Negeri 1 Deli Tua 2015 with p-value 0,004; (6) the most dominant factor is family support. It is recommended to the family to give support for the female teenagers in preparing the menarche so they can have good sexual reproduction.

Keywords: teenagers action, Menarche

PENDAHULUAN

Remaja adalah masa depan bangsa yang akan datang. Remaja yang sehat dan berkualitas menjadi perhatian serius bagi orang tua, praktisi pendidikan ataupun remaja itu sendiri. Remaja yang sehat adalah remaja yang produktif dan kreatif sesuai dengan tahap perkembangannya. Oleh karena itu, pemahaman terhadap tumbuh

kembang remaja sangat penting untuk menilai keadaan remaja (Aryani, 2010).

Batasan usia remaja menurut WHO adalah 10 sampai 19 tahun (Aryani, 2010) menurut Depkes RI, 10 sampai 19 tahun dan belum kawin, menurut BKKBN, 10 sampai 19 tahun. Masa remaja adalah masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik

dan psikis, yakni suatu periode masa pematangan organ reproduksi manusia yang disebut masa pubertas (Widyastuti, 2009).

Peristiwa paling penting dalam masa pubertas remaja putri ialah datangnya menstruasi pertama atau *menarche*, yang menjadi pertanda biologis dari kematangan seksual (Suryani dan Widyasih, 2008). *Menarche* adalah haid yang pertama kali terjadi pada wanita, dimana hal tersebut merupakan ciri khas dari kedewasaan seorang wanita yang sehat dan tidak hamil (Yusuf, 2010). Gunarsa (2001) menyatakan, seiring dengan perkembangan biologis, maka pada usia tertentu, seseorang mencapai tahapan kematangan organ-organ seks, yang ditandai dengan haid pertama atau yang disebut *menarche*.

Menarche terjadi kurang lebih pada usia 11-16 tahun (Suryani dan Widyasih 2008). Gunarsa (2010) berpendapat, *menarche* terjadi sekitar umur 11 tahun. Sedangkan Sarwono (2010) menyatakan, *menarche* terjadi pada anak perempuan berumur 9 tahun, 10 tahun, bahkan ada yang berusia 17 tahun.

Untuk negara Indonesia rata-rata usia *menarche* adalah 11-14 tahun, dan di kota Medan juga terdata bahwa anak-anak perempuan biasanya mencapai rata-rata usia *menarche* pada usia tersebut. Anak-anak perempuan sekarang mengalami kematangan fisik yang semakin dini. Di kota Medan sendiri, ada juga yang mengalaminya kelas 4 SD (umur 9 tahun), dan yang seperti itu bisa tergolong *earlymaturation* (Harpenas et.al, 2012).

Bersamaan dengan menstruasi, akan terjadi banyak peristiwa yang meliputi: reaksi hormonal, reaksi biologis dan reaksi psikis, dimana akan terjadi reaksi penolakan di dalam jiwanya terhadap apa yang terjadi pada kondisi fisiknya. Semua peristiwa tersebut bisa dihadapi secara normal pada anak gadis, tetapi kadang kala juga bisa berjalan tidak lancar atau tidak normal dikarenakan banyak hambatan dan bisa menimbulkan masalah-masalah psikosomatis (Suryani dan Widyasih, 2008). Menurut Yusuf (2010) menstruasi awal sering disertai dengan sakit kepala, sakit punggung, dan kadang-kadang kejang, serta merasa lelah, depresi dan mudah tersinggung.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nurngaini 2003, di SD Al-Azhar Semarang, Secara emosional kesiapan dalam menghadapi menstruasi, menunjukkan bahwa: hampir semua perasaan subjek mengalami cemas, bingung, tegang, takut, kaget dan deg-degan. Sedangkan menurut penelitian yang dilakukan oleh Muriyana 2008, perasaan remaja saat mengalami *menarche* adalah takut, kaget, bingung, bahkan ada juga yang merasa senang.

Sebagian masyarakat merasa tabu untuk membicarakan tentang masalah menstruasi sehingga membatasi komunikasi dalam keluarga, sehingga remaja awal kurang memiliki pengetahuan dan sikap yang cukup baik tentang perubahan – perubahan fisik dan psikologis terkait *menarche*. Kesiapan mental sangat diperlukan sebelum *menarche* karena perasaan cemas dan takut akan

muncul, selain itu juga kurangnya pengetahuan tentang perawatan diri yang diperlukan saat menstruasi.

Masalah fisik yang mungkin timbul dari kurangnya pengetahuan itu adalah kurangnya personal hygiene sehingga dapat beresiko untuk terjadinya infeksi pada saluran Kemih (ISK). Pada tahun 1999, insiden ISK di Inggris Utara pada usia 16 tahun adalah sekitar 3,6 % pada anak laki – laki dan 11,6 % pada anak wanita. Juga dapat dikatakan kejadian ISK pada wanita sekitar 3 -4 kali dibandingkan pada laki – laki. Diduga salah satu faktor penyebabnya adalah karena uretra wanita lebih pendek daripada laki – laki. Selain itu kesulitan yang lain yang timbul adalah dalam proses perawatan diri yaitu pemenuhan personal diri saat menarche., Hal ini dapat timbul karena sikap tertutup masyarakat dan lingkungan terhadap hal seperti itu (IDAI Cab Jatim 2003). Sekitar 50 % dari anak perempuan yang sebelumnya pernah mengalami ISK akan mengalami kelainan struktur saluran kemih. ISK juga akan mengganggu sirkulasi dengan terbentuknya jaringan parut yang merupakan faktor predisposisi terjadinya gagal ginjal kronik dan hipertensi. (Suryati, 2012)

Hasil penelitian Eka (2010) di SMP Negeri 19 Medan perilaku remaja putrid tentang menarche ditemukan mayoritas pada kategori sedang 56,38 %, baik 42, 55 %, dan kurang 1,04 %. Dalam penelitian Mulyanti (2001) di Purwokerto didapat bahwa perilaku kebersihan pada saat menstruasi yang baik 25% dan yang kurang baik 75%.

Banyak faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja puteri dalam menghadapi menarche diantaranya pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, peran teman sebaya, media informasi dan banyak lagi factor lainnya.

Berdasarkan hasil base-line survey yang dilakukan oleh LDUI menunjukkan bahwa hanya 45,1 % remaja mempunyai pengetahuan baik tentang organ reproduksi, pubertas, menstruasi dan kebersihan diri, dan juga hanya 16 % remaja yang mengetahui tentang masa subur. (Depkes, 2005)

Hasil penelitian Delfina (2010), tingkat pengetahuan remaja putri di SMP St. Thomas 1 Medan tentang *menarche* berdasarkan sudah belumnya *menarche* menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri yang memiliki pengetahuan yang baik sudah *menarche* dan remaja putri yang memiliki pengetahuan kurang belum *menarche* artinya *menarche* baru dipahami setelah dialami, sebaiknya pemahaman sudah dipunyai sebelum remaja mengalami *menarche*.

Hasil penelitian Leliana (2010), pengetahuan remaja putri SD Al-Azhar Medan terhadap kesiapan dalam menghadapi *menarche* menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 21 orang (95,5%) dengan sikap positif dalam menghadapi *menarche*, pengetahuan baik dengan sikap negative sebanyak 1 orang (4,5%), pengetahuan tidak baik 12 orang (63,2%) dengan sikap positif dalam menghadapi *menarche*, sedangkan pengetahuan tidak baik dengan sikap negatif dalam

menghadapi *menarche* sebanyak 7 orang (36,8%) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan remaja putri terhadap kesiapan dalam menghadapi *menarche*.

Sikap anak dalam menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu: usia anak saat mengalami *menarche*, sumber informasi tentang menstruasi sebelum anak tersebut mengalami *menarche*., peran orang tua (Nurngaini, 2002).

Penelitian Wulandari (2008), peran orang tua mempunyai hubungan dengan persepsi remaja putri tentang *menarche*, peran orang tua yang baik dalam pemahaman menstruasi dan permasalahannya cenderung akan memberikan persepsi remaja putri yang baik tentang *menarche* dibandingkan peran orang tua yang kurang baik.

Menstruasi pertama sering dihayati oleh remaja wanita sebagai suatu pengalaman traumatis, terkadang anak yang belum siap menghadapi *menarche* akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut, mereka akan merasa haid sebagai sesuatu yang kejam dan mengancam, keadaan ini dapat berlanjut ke arah yang lebih negatif, dimana anak tersebut memiliki gambaran fantasi yang sangat aneh bersamaan dengan kecemasan dan ketakutan yang tidak masuk akal, dapat juga disertai dengan perasaan bersalah atau berdosa, dimana semua hal tersebut dikaitkan dengan masalah perdarahan pada organ kelamin dan proses haidnya. Tetapi berbeda bagi mereka yang telah siap dalam menghadapi *menarche*,

mereka akan merasa senang dan bangga, dikarenakan mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis (Suryani dan Widyasih, 2008)

Salah satu kebijakan kesehatan reproduksi remaja adalah upaya pendidikan kesehatan reproduksi dilaksanakan melalui jalur pendidikan formal maupun non formal dengan memberdayakan para tenaga pendidikan pada system pendidikan yang ada dengan strategi pembinaan kesahatan reproduksi remaja dilakukan melauai pola intervensi di sekolah mencakup sekolah formal dan non formal dan diluar sekolah dengan pendekatan pendidikan sebaya (Depkes, 2005) Yang diwujudkan dalam wadah PIK-KRR (Pusat Informasi dan Konseling Kesehatan Reproduksi Remaja yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman, pengetahuan, sikap, dan perilaku positif remaja tentang kesehatan reproduksi.

Perilaku remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SMP Negeri 1 Deli Tua juga dipengaruhi oleh banyak factor. SMP Negeri 1 Deli Tua berada di kecamatan Deli Tua Kabupaten Deli Serdang. Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMP Negeri 1 Deli Tua jumlah siswi putrid kelas VII sebanyak 92 orang. Hasil wawancara terhadap 10 siswi sudah mengalami *menarche*, perasaan mereka ketika mengalami *menarche* diperoleh jawaban 6 orang (60 %) merassa cemas, 2orang (20 %) merasa takut dan 2 orang (20 %) merasa senang. Setelah di Tanya lebih lanjut ternyata mereka belum pernah mendapat

penjelasan tentang menstruasi baik dari keluarga maupun sekolah.

Hasil observasi peneliti di SMP Negeri 1 Deli Tua terdapat papan nama PIK-KRR. Berdasarkan informasi dari guru di SMP Negeri 1 bahwa sekitar tahun 2008 program PIK-KRR sudah ada dan berjalan hanya berkisar 2 tahun dan tidak pernah berlanjut lagi hingga sekarang. Materi kesehatan reproduksi khususnya tentang menarche juga belum dimasukkan secara khusus didalam kurikulum.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai “Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche di SMP Negeri 1 Deli Tua”.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja puteri dalam menghadapi menarche di SMP Negeri 1 Deli Tua tahun 2015.

HASIL PENELITIAN

Analisis Bivariat

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan desain *Cross sectional* (Penelitian yang pengambilan variabel *independen* dan *dependen* diwaktu yang bersamaan) yakni bertujuan untuk mengetahui faktor – faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja putri dalam menghadapi menarche di SMP Negeri 1 Deli Tua tahun 2015.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Deli Tua mulai bulan April s/d Agustus 2015.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa putri SMP Negeri 1 Delitua kelas VII yang terdiri dari 5 kelas sejumlah 92 orang Jenis penelitian yang digunakan adalah survei analitik dengan pendekatan potong lintang (*cross sectional*)

Tabel 1

Tabulasi Silang Pengetahuan dan Perilaku Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di SMP Negeri 1 Deli Tua Tahun 2015

Pengetahuan	Perilaku Remaja Puteri				Total		p-value	OR	95% CI
	Buruk		Baik		N	%			
	n	%	n	%					
Kurang	29	32	11	12	40	44	0,029	2,636	1,092 – 6,366
Baik	26	28	26	28	52	56			
Jumlah	55	60	37	40	92	100			

Dari table 1 hasil analisa faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja puteri dalam menghadapi menarche di SMP Negeri 1 Deli Tua diketahui bahwa diantara 44% remaja puteri yang berpengetahuan kurang terdapat 32% yang memiliki perilaku buruk dalam menghadapi menarche dan perilaku baik diperoleh 12%. Kemudian dari 56% remaja puteri yang

berpengetahuan baik, masing-masing diperoleh 28% yang memiliki perilaku buruk dan baik dalam menghadapi menarche.

Hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* 0,029 ($p < 0,05$) yang menunjukkan ada hubungan pengetahuan dengan perilaku remaja puteri dalam menghaddapi menarche. Selanjutnya diperoleh nilai OR= 2,636.

Tabel 2
Tabulasi Silang Sikap dan Perilaku Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di SMP Negeri 1 Deli Tua Tahun 2015

Sikap	Perilaku Remaja Puteri				Total		p-value	OR	95% CI
	Buruk		Baik		n	%			
	n	%	n	%					
Negatif	31	34	11	12	42	46	0,012	3,053	1,262
Positif	24	26	26	28	50	54			-
Jumlah	55	60	37	40	92	100			7,388

Dari table 2 hasil analisa faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja puteri dalam menghadapi menarche di SMP Negeri 1 Deli Tua diketahui bahwa diantara 46% remaja puteri yang memiliki sikap negatif terdapat 34% yang memiliki perilaku buruk dalam menghadapi menarche dan perilaku baik diperoleh 12%. Kemudian dari 54% remaja puteri yang bersikap positif diperoleh 26% yang memiliki perilaku buruk dalam menghadapi menarche dan baik di peroleh 28%.

diperoleh nilai OR= 3,053 yang menunjukkan remaja puteri yang memiliki perilaku buruk dalam menghadapi menarche akan 3,053 kali lebih tinggi pada remaja puteri bersikap negatif dibandingkan dengan remaja puteri yang memiliki sikap positif dengan interval kepercayaan 1,262 sampai 7,388.

Hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* 0,012 ($p < 0,05$) yang menunjukkan ada hubungan sikap dengan perilaku remaja puteri dalam menghaddapi menarche. Selanjutnya

Tabel 3
Tabulasi Silang Dukungan Keluarga dan Perilaku Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di SMP Negeri 1 Deli Tua Tahun 2015

Dukungan Keluarga	Perilaku Remaja Putri				Total		p-value	OR	95%CI
	Buruk		Baik		n	%			
	n	%	N	%					
Kurang didukung	46	50	9	10	55	60	0,000	15,901	5,640 – 44,832
Didukung	9	10	28	30	37	40			
Jumlah	55	60	37	40	92	100			

Dari table 3 hasil analisa faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja putri dalam menghadapi menarche di SMP Negeri 1 Deli Tua diketahui bahwa diantara 60% remaja putri yang kurang di dukung terdapat 50% yang memiliki perilaku buruk dalam menghadapi menarche dan perilaku baik diperoleh 10%. Kemudian dari 40% remaja putri yang didukung keluarga

dip eroleh 10% yang memiliki perilaku buruk dalam menghadapi menarche dan perilaku baik di peroleh 30%.

Hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan ada hubungan dukungan keluarga dengan perilaku remaja putri dalam menghadapi menarche. Selanjutnya diperoleh nilai OR = 15,901

Tabel 4
Tabulasi Silang Peran Teman Sebaya dan Perilaku Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di SMP Negeri 1 Deli Tua Tahun 2015

Peran Teman Sebaya	Perilaku Remaja Putri				Total		p-value	OR	95%CI
	Buruk		Baik		N	%			
	n	%	N	%					
Buruk	34	37	15	16	49	53	0,045	2,3,75	1,012 – 5,569
Baik	21	23	22	24	43	47			
Jumlah	55	60	37	40	92	100			

Dari table 4 hasil analisa faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja putri dalam menghadapi menarche di SMP Negeri 1 Deli Tua diketahui bahwa diantara 53% remaja putri dengan peran teman sebaya buruk terdapat 37% yang memiliki perilaku buruk dalam menghadapi menarche dan perilaku baik diperoleh 16%. Kemudian dari

47% remaja putri yang baik peran tebayanya diperoleh 23% yang memiliki perilaku buruk dalam menghadapi menarche dan perilaku baik di peroleh 24%.

Hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* 0,045 ($p < 0,05$) yang menunjukkan ada hubungan peran teman sebaya dengan perilaku remaja putri dalam menghadapi menarche. Selanjutnya diperoleh nilai OR = 2,375

Tabel 5
Tabulasi Silang Media Internet dan Perilaku Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di SMP Negeri 1 Deli Tua Tahun 2015

Media Internet	Perilaku Remaja Putri				Total		p-value	OR	95% CI
	Buruk		Baik		n	%			
	n	%	N	%					
Kurang	52	57	27	29	79	86	0,004	6,420	1,629
Baik	3	3	10	11	13	34			-
Jumlah	55	60	37	40	92	100			25,30

Dari table 5 hasil analisa faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja putri dalam menghadapi menarche di SMP Negeri 1 Deli Tua diketahui bahwa diantara 86% remaja putri yang peran media internet kurang terdapat 57% yang memiliki perilaku buruk dalam menghadapi menarche dan perilaku baik diperoleh 29%. Kemudian dari 34% remaja putri yang baik peran

media internet diperoleh 3% yang memiliki perilaku buruk dalam menghadapi menarche dan perilaku baik di peroleh 11%.

Hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* 0,004 ($p < 0,05$) yang menunjukkan ada hubungan peran teman sebaya dengan perilaku remaja putri dalam menghadapi menarche. Selanjutnya diperoleh nilai OR = 6,420

Analisa Multivariat

Tabel 6
Pemodelan Multivariat

No	Variabel	Model 1		Model 2		Model 3		Model 4	
		p-value	OR	p-value	OR	p-value	OR	p-value	OR
1	Pengetahuan	0,478	0,715	0,286	0,644	0,086	0,534	0,006	0,40
2	Sikap	0,643	0,810	-	-	-	-	-	-
3	Dukungan keluarga	0,002	4,279	0,002	4,122	0,003	3,423	0,001	2,481
4	Peran teman sebaya	0,223	0,607	0,170	0,580	0,099	0,530	-	-
5	Media internet	0,362	0,557	0,336	0,542	-	-	-	-

Dari table 6 pada pemodelan dapat diketahui variable yang paling dominan adalah dukungan keluarga.

PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche.

Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh nilai p -value 0,029 ($p < 0,05$) menunjukkan ada hubungan pengetahuan dengan perilaku remaja putri dalam menghadapi menarche di SMP Negeri 1 Deli Tua. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Leliana (2010) tentang hubungan pengetahuan terhadap kesiapan menghadapi *menarche* yang menyatakan ada hubungan positif dan signifikan antara pengetahuan terhadap kesiapan remaja putri. Semakin baik pengetahuan seseorang, maka semakin siap seseorang menghadapi *menarche*.

Menurut Astana Remaja putri yang kurang pengetahuan dan informasi mengenai menstruasi mengatakan *menarche* merupakan pengalaman yang sangat buruk dan membuat remaja putri panik, takut, traumatis dan malu. Berbagai macam kondisi tersebut menunjukkan bahwa banyak remaja putri yang kurang mempunyai kesiapan dalam menghadapi menarche, karena mereka tidak memiliki pengetahuan dan pemahaman untuk mempersiapkan dirinya masing-masing (Ayu putu, 2013).

Dengan demikian, hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pengetahuan *menarche* berhubungan dengan perilaku seseorang dalam menghadapi *menarche*.

Hubungan Sikap Dengan Perilaku Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche

Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh nilai p -value 0,012 ($p < 0,05$) menunjukkan ada hubungan sikap dengan perilaku remaja putri dalam menghadapi

menarche di SMP Negeri 1 Deli Tua. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Ninawati tahun 2006 tentang hubungan antara sikap terhadap menstruasi dan kecemasan terhadap menarche terdapat hubungan yang signifikan antara sikap terhadap menstruasi dan kecemasan terhadap menarche dengan besarnya korelasi adalah -0.671 . Hubungan ini menunjukkan semakin positif sikap terhadap menstruasi maka semakin rendah kecemasan menghadapi menarche.

Hasil ini juga sesuai dengan penelitian Suryati tahun 2012 terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dan perilaku kebersihan pada saat menstruasi dengan nilai p -value 0,002 ($p < 0,05$)

Sikap terhadap menstruasi mempengaruhi pengalaman pribadi seorang anak perempuan terhadap menstruasi dan dapat merefleksikan bagaimana perasaan menjadi seorang wanita pada umumnya. Kadang kala terjadi, sikap terhadap menarche sangatlah negative dikarenakan anak perempuan lebih sering melihat menstruasi sebagai suatu kutukan atau keadaan biologis yang tidak menyenangkan daripada melihat menstruasi sebagai suatu fungsi fisiologis yang normal, yang berkaitan dengan kewanitaan dan kesuburan. (Byer, Shainberg & Galliano, 1999)

Gunn dan Peterson menyatakan bahwa remaja putrid yang memiliki sikap negative terhadap menstruasi akan mengalami depresi dan ketidaknyamanan pada siklus menstruasi mereka. Remaja putrid dengan sikap positif mengenai peran gender dan seksualitas lebih sedikit mengalami sakit saat menstruasi dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki sikap negative terhadap menstruasi. (Paludi, 2002)

Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Remaja Puteri Dalam Menghadapi Menarche

Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh nilai *p-value* 0,000 ($p < 0,05$) menunjukkan ada hubungan dukungan keluarga dengan perilaku remaja puteri dalam menghadapi menarche di SMP Negeri 1 Deli Tua. Hal ini sejalan dengan penelitian Yuliana tahun 2013 memperlihatkan bahwa ada hubungan yang bermakna (signifikan) antara dukungan keluarga dengan kesiapan remaja putri menghadapi menarche dengan nilai signifikansi lebih kecil dari 5% ($p = 0.001 < 0.05$).

Hasil penelitian ini didukung oleh hasil penelitian Ezra Ebenezer Soleman (2003) yang menunjukkan bahwa informasi tentang menstruasi sebagian besar diperoleh dari ibu dan saudara. Apabila peristiwa menstruasi tidak disertai dengan pemberian informasi-informasi yang jelas, dan benar akan mengakibatkan rasa ketakutan, kecemasan dan konflik batin. Pengaruh dari informasi tentang menstruasi yang benar dapat menyingkirkan mitos-mitos dan informasi yang salah tentang menstruasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Wulandari (2008), peran orang tua mempunyai pengaruh dengan persepsi remaja putri tentang menarche, peran orang tua yang baik dalam pemahaman menstruasi dan permasalahannya cenderung akan memberikan persepsi remaja putri yang baik tentang menarche dibandingkan peran orang tua yang kurang baik.

Hasil penelitian Puspawati tahun 2013 tentang hubungan peran orang tua dalam pendidikan kesehatan reproduksi remaja dengan kesiapan remaja menghadapi menarche menunjukkan bahwa 24,3% siswi yang mendapatkan

peran yang baik dari orang tua dalam pendidikan kesehatan reproduksi mempunyai kesiapan yang cukup dalam menghadapi menarche. 15,7% siswi yang kurang mendapatkan peran dari orang tua menunjukkan bahwa mereka kurang siap dalam menghadapi menarche. Sehingga dapat dilihat bahwa peran orang tua berhubungan dengan kesiapan seorang remaja dalam menghadapi menarche.

Orang tua secara lebih dini harus memberikan penjelasan tentang *menarche* pada anak perempuannya, agar anak lebih mengerti dan siap dalam menghadapi *menarche* (Muriyana (2008).

Umumnya anak perempuan akan memberi tahu ibunya saat menstruasi pertama kali (Santrock, 2003). Sayangnya tidak semua ibu memberikan informasi yang memadai kepada putrinya. Sebagian ibu enggan membicarakan secara terbuka sampai remaja mengalami menstruasi pertama (*menarche*). Kondisi ini akan menimbulkan kecemasan pada anak, bahkan sering tumbuh keyakinan bahwa menstruasi pertama (*menarche*) adalah sesuatu yang tidak menyenangkan atau serius. Akibatnya, anak mengembangkan sikap negatif terhadap menstruasi pertama (*menarche*) dan melihatnya sebagai penyakit (Llewellyn-Jones, 2005).

Dukungan sosial yang diberikan ibu terhadap kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche* dapat memberikan keuntungan emosional dan berpengaruh terhadap tingkah laku penerimanya. Dalam hal ini orang yang merasa memperoleh dukungan sosial, emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya. Pendapat senada dikemukakan juga oleh Sarason dalam Kuntjoro (2002) yang mengatakan bahwa dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita.

Orang tua terutama ibu dapat berperan aktif dalam memberikan informasi dan pengetahuan tentang perkembangan masa remaja, karena ini merupakan hal yang awal bagi remaja. Ibu dapat memberikan penjelasan perawatan dan kebersihan kesehatan agar remaja mengerti apa yang dilakukan jika remaja putri sedang mengalami haid harus menjaga kebersihan, seperti mengganti pembalut karena kebersihan organ-organ seksual atau reproduksi, merupakan awal dari usaha menjaga kesehatan reproduksi (Nasution, 2011). Hendaknya setiap orang tua yang memiliki anak wanita membekali anaknya dengan pendidikan tentang *menarche* agar mereka tidak kaget saat siklus menstruasi itu tiba (Winaris, 2010).

Hubungan Peran Teman Sebaya Dengan Perilaku Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche

Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh nilai *p-value* 0,045 ($p < 0,05$) menunjukkan ada hubungan peran teman sebaya dengan perilaku remaja putri dalam menghadapi menarche di SMP Negeri 1 Deli Tua.

Hal ini sejalan dengan penelitian Cristina tahun 2014 tentang hubungan peran teman sebaya dengan kecemasan remaja putri pada masa pubertas menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara peran teman sebaya dengan kecemasan remaja putri pada masa pubertas dalam menghadapi perubahan fisik.

Menurut Santrock (2007) mengatakan bahwa peran terpenting dari teman sebaya adalah : a. Sebagai sumber informasi mengenai dunia di luar keluarga. b. Sumber kognitif, untuk pemecahan masalah dan perolehan pengetahuan. c. Sumber emosional, untuk mengungkapkan ekspresi dan identitas diri.

Melalui interaksi dengan teman-teman sebaya, anak-anak dan remaja mempelajari modus relasi yang timbal-balik secara simetris. Bagi beberapa remaja, pengalaman ditolak atau diabaikan dapat membuat mereka merasa kesepian dan bersikap bermusuhan. Dari uraian tersebut maka dapat diketahui bahwa teman sebaya sebagai lingkungan sosial bagi remaja mempunyai peranan yang cukup penting bagi perkembangan kepribadiannya. Teman sebaya memberikan sebuah dunia tempat para remaja melakukan sosialisasi dalam suasana yang mereka ciptakan sendiri (Piaget dan Sullivan dalam Santrock, 2007).

Hubungan Media Internet Dengan Perilaku Remaja Putri Dalam Menghadapi

Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh nilai *p-value* 0,004 ($p < 0,05$) menunjukkan ada hubungan peran media internet dengan perilaku remaja putri dalam menghadapi menarche di SMP Negeri 1 Deli Tua.

Bagi kalangan remaja Indonesia, khususnya remaja tingkat SMP (Sekolah Menengah Pertama) dan SMA (Sekolah Menengah Atas), internet sudah tentu bukanlah hal yang asing lagi, terutama bagi remaja di perkotaan. Terlihat dari survei terbaru yang diadakan oleh *Spire Research & Consulting* yang bekerja sama dengan Majalah Marketing (2008) mengenai tren dan kesukaan remaja Indonesia terhadap berbagai jenis kategori, salah satu kategorinya adalah media, ditemukan bahwa para remaja sudah mengerti dan menggunakan internet dalam kegiatan sehari-hari.

Penelitian yang dilakukan Astutik tahun 2009 tentang perilaku penggunaan internet pada kalangan remaja ditemukan

kalangan remaja di perkotaan menggunakan internet untuk empat dimensi kepentingan, yaitu informasi (*information utility*), aktivitas kesenangan (*leisure/fun activities*), komunikasi (*communication*), dan transaksi (*transactions*). Meskipun dari keempat kepentingan penggunaan internet tersebut aktivitas-aktivitas internet yang dilakukan kalangan remaja di perkotaan lebih banyak ditujukan untuk aktivitas kesenangan (*leisure/fun activities*) dari pada untuk kepentingan lainnya, namun aktivitas internet yang paling banyak dilakukan mereka adalah mencari sumber atau bahan terkait dengan tugas atau pelajaran.

Faktor – Faktor Paling Dominan Berhubungan Dengan Perilaku Remaja Puteri Dalam Menghadapi Menarache

Berdasarkan hasil pengolahan data diperoleh variable yang paling dominan berhubungan dengan perilaku remaja puteri dalam menghadapi menarache di SMP Negeri 1 Deli Tua adalah variabel dukungan keluarga (*p-value* 0,011).

Menurut Sarason (1983) dalam Zainudin (2002). Dukungan keluarga adalah keberatan, kesedihan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita.

Orang tua secara lebih dini harus memberikan penjelasan tentang *menarache* pada anak perempuannya, agar anak lebih mengerti dan siap dalam menghadapi *menarache* (Muriyana (2008).

Umumnya anak perempuan akan memberi tahu ibunya saat menstruasi pertama kali (Santrock, 2003). Sayangnya tidak semua ibu memberikan informasi yang memadai kepada putrinya. Sebagian ibu enggan membicarakan secara terbuka sampai remaja mengalami menstruasi pertama (*menarache*). Kondisi ini akan menimbulkan kecemasan pada anak,

bahkan sering tumbuh keyakinan bahwa menstruasi pertama (*menarache*) adalah sesuatu yang tidak menyenangkan atau serius. Akibatnya, anak mengembangkan sikap negatif terhadap menstruasi pertama (*menarache*) dan melihatnya sebagai penyakit (Llewellyn-Jones, 2005).

Dukungan sosial yang diberikan ibu terhadap kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarache* dapat memberikan keuntungan emosional dan berpengaruh terhadap tingkah laku penerimanya. Dalam hal ini orang yang merasa memperoleh dukungan sosial, emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya.

Orang tua terutama ibu dapat berperan aktif dalam memberikan informasi dan pengetahuan tentang perkembangan masa remaja, karena ini merupakan hal yang awal bagi remaja. Ibu dapat memberikan penjelasan perawatan dan kebersihan kesehatan agar remaja mengerti apa yang dilakukan jika remaja putri sedang mengalami haid harus menjaga kebersihan, seperti mengganti pembalut karena kebersihan organ-organ seksual atau reproduksi, merupakan awal dari usaha menjaga kesehatan reproduksi (Nasution, 2011). Hendaknya setiap orang tua yang memiliki anak wanita membekali anaknya dengan pendidikan tentang *menarache* agar mereka tidak kaget saat siklus menstruasi itu tiba (Winaris, 2010).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada hubungan pengetahuan dengan perilaku remaja puteri dalam menghadapi menarache di SMP Negri 1 Deli Tua Tahun 2015 dengan *p-value* 0,029
2. Ada hubungan sikap dengan perilaku remaja puteri dalam menghadapi

- menarache di SMP Negeri 1 Deli Tua Tahun 2015 dengan p-value 0,012
3. Ada hubungan dukungan keluarga dengan perilaku remaja puteri dalam menghadapi menarache di SMP Negeri 1 Deli Tua Tahun 2015 dengan p-value 0,000
 4. Ada hubungan teman sebaya dengan perilaku remaja puteri dalam menghadapi menarache di SMP Negeri 1 Deli Tua Tahun 2015 dengan p-value 0,045
 5. Ada hubungan media internet dengan perilaku remaja puteri dalam menghadapi menarache di SMP Negeri 1 Deli Tua Tahun 2015 dengan p-value 0,004
 6. Faktor yang paling dominan berhubungan dengan perilaku remaja puteri dalam menghadapi menarache di SMP Negeri 1 Deli Tua Tahun 2015 adalah dukungan keluarga.

Saran

Dari hasil penelitian yang diperoleh, terdapat beberapa saran yang diuraikan sebagai berikut :

1. Bagi institusi pendidikan
Dari hasil penelitian diketahui bahwa banyak faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja puteri dalam menghadapi menarache sehingga untuk itu pihak pendidikan dapat memberikan materi tambahan berupa informasi yg dibutuhkan tentang kesehatan reproduksi khususnya tentang menarache
2. Bagi Remaja Puteri
Agar dapat lebih memahami dan mendapatkan informasi yang jelas tentang menstruasi sehingga remaja tidak perlu merasa takut atau khawatir untuk menghadapi menstruasi dan perawatannya sehingga dapat memotivasi diri menjadi remaja yang sehat khususnya dalam kesehatan reproduksi

3. Bagi Pelayanan Kesehatan
Melihat pentingnya kesehatan reproduksi pada remaja putri khususnya mengenai menarache, maka pihak pelayanan kesehatan dapat melakukan penyuluhan-penyuluhan ke sekolah-sekolah terutama bagi para remaja yg belum mengalami menarache sehingga mereka dapat mengetahui dan memahami yang berkaitan dengan menarache. Khususnya untuk BKKBN agar tetap menggerakkan PIK-KRR tetap aktif.
4. Bagi Keluarga/Orang Tua
Dari hasil penelitian bahwa faktor yang paling dominan yang berhubungan dengan perilaku remaja puteri dalam menghadapi menarache adalah dukungan keluarga. Keluarga terutama orang tua agar lebih memperhatikan puterinya yang menginjak remaja. Memberikan dukungan social dalam mempersiapkan masa pubertas sehingga akan diperoleh remaja dengan kesehatan repduksi yang baik.
5. Bagi Peneliti Selanjutnya
Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat lebih mengembangkan penelitian khususnya yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Addy, (2009). *Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menarache*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Aulia, (2009). *Kupas Tuntas Menstruasi Dari A Sampai Z*, Yogyakarta: Millestone.
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Darvill, W. Dkk. (2003). *The Puberty Book panduan untuk remaja*. Jakarta : PT. Gramadia Pustaka Utama.
- Daryanto. (2007). *Memahami kerja internet*. Bandung: Yrama Widya

- Depkes. (2012). *Pengertian Remaja Pada Masa Perkembangan*. Jakarta : Depkes.
- Egemen. (2005). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Ezra, E. S. Dkk, (2003). *Konstitusional Psikologis Remaja Putri Yang telah Mengalami Menarche Di SLTP Negeri 1 Ogan Ilir*. Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
- Gunarsa, S. (2003). *Psikologi remaja*. Jakarta : Gunung Mulia.
- Hurlock, E. B. 1999. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Kehidupan*, Jakarta: Erlangga.
- Kurniawan, S.T. (2009). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Menarche pada Siswi SD Negeri 1 Gayam Kabupaten Sukaharjo. Skripsi (tidak diterbitkan)*. Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Lestari & Purwandari. (2002). *Kemampuan Komunikasi Ibu-Anak tentang Seksualitas Ditinjau dari Tingkat Pengetahuan Ibu. Jurnal Indigenous, Vol 6, No 1. h. 32-39*. Surakarta: Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Llewellyn. (2005). *Setiap Wanita*. Jakarta: Delapratasa
- Manuaba. (2001). *Kapita Selekta Penatalaksanaan Rutin Obstetri Ginekologi dan KB*. Jakarta: EGC
- Mochtar. (1998). *Sinopsis Obsetetri*. Jakarta: Erlangga
- Mubarak. W. I. Chayatin, N. Rozhikin, K & supriadi. (2007). *Promosi Kesehatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Mulyati, 2007. *Hubungan pengetahuan Mengenai Menstruasi Terhadap Kesiapan Remaja Putri Usia Pubertas Di SMP Negri 3 Medan Dalam Menghadapi Menarche*.
- Notoatmojo. (2007). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: PTRireka Cipta
- Nurngaini, S. (2003). *Kesiapan Remaja Putri Sekolah Dasar dalam Menghadapi Menarche Dini Studi Kualitatif Pada Siswa SD Islam AL Azhar 14 Semarang*. Undergraduate thesis, Diponegoro University, Rosdakarya Offset.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Pendidikan Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salenba Medika
- Pinem. (2009). *Kesehatan Reproduksi dan Kontrasepsi*. Jakarta. EGC
- Santrock, J. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*, Jakarta: Erlangga.
- Sarwono. (2003). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Gravid Persada
- Sastroasmoro. (2008). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: CV. Sagung Seto
- Soetijiningsih. (2004). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto. Universitas Islam Indonesia.
- Utami, S. (2008). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kecemasan*
- Widyastuti, Y., et.al, (2009), *Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : Fitramaya.
- Yusuf, S.H. (2004). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung :