

Dukungan Sosial dan Ketersediaan Informasi Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche

The Social Support and Availability of Information Influence The Readiness of Adolescent Girls in Facing Menarche

Umi Narsih, Agustina Widayati¹, Homsiatu Rohmatin²

^{1,2}STIKes Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan, Probolinggo

Email: oemi_nrs@yahoo.co.id

ABSTRAK

Menarche merupakan menstruasi pertama kali yang dialami oleh setiap wanita. Menarche yang datang lebih awal dapat menjadi masalah bagi remaja putri jika belum ada kesiapan. Penelitian ini bertujuan mempelajari pengaruh dukungan sosial dan ketersediaan informasi terhadap kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Desember 2020 sampai dengan bulan Februari 2021 di MI Darul Ulum Kraksaan Probolinggo. Merupakan penelitian observasi dengan design *cross sectional*. Populasi penelitian sebanyak 35 orang remaja putri. Pengambilan sampel dengan teknik *non probability sampling* yaitu sampling jenuh sehingga besar sampel penelitian 35 orang remaja putri. Variabel dependent adalah kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche, variabel independent terdiri dari dukungan sosial (*social support*) dan ketersediaan informasi (*accessibility of information*). Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan wawancara serta dianalisis statistik dengan *chi square* dan *spearman rho*. Hasil penelitian menginformasikan bahwa dukungan sosial ($p = 0,006$) dan ketersediaan informasi ($p = 0,003$) mempengaruhi kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche. Perlu edukasi dan dukungan sosial terkait menarche dari orang tua, guru atau petugas kesehatan untuk mempersiapkan remaja putri dalam menghadapi menarche.

Kata kunci: Dukungan Sosial, Ketersediaan Informasi, Kesiapan Remaja Putri, Menarche

ABSTRACT

Menarche is the first menstruation experienced by every woman. Early menarche can be a problem for adolescent girls if there is no readiness. This study aims to analyze the effect of social support and the accessibility of information on the readiness of adolescent girls to face menarche. This research was conducted from December 2020 to February 2021 at MI Darul Ulum Kraksaan Probolinggo. The research was an observational study with cross sectional design. The study population consisted of 35 adolescent girls. Using non-probability sampling technique with 35 adolescent girls. The dependent variable is the readiness of adolescent girls in facing menarche, the independent variables are social support and the accessibility of information. Collecting data used questionnaires and interviews and statistically analyzed with chi square and spearman rho. The results of the study informed that social support ($p = 0,006$) and the accessibility of information ($p = 0,003$) affect the readiness of adolescent girls in facing menarche. Education and social support related to menarche are needed from parents, teachers or health worker to prepare adolescent girls in facing menarche.

Keywords: Social Support, Accessibility of Information, Readiness, Adolescent Girls, Menarche

PENDAHULUAN

Remaja putri merupakan kelompok yang rentan terkena infeksi organ reproduksi. Hal ini terjadi karena remaja putri memiliki tingkat perhatian yang rendah terkait kesehatan reproduksi sehingga mempunyai perilaku yang kurang baik dalam merawat kebersihan diri terutama saat mengalami menstruasi (Ningrum & Indriyanti, 2018; Pythagoras, 2018; Umahi Nnennaya et al., 2021). Penelitian yang dilakukan di negara dengan pendapatan menengah seperti Nepal, Zambia, Pakistan, Bangladesh dan Korea Selatan terkait kebersihan diri saat menstruasi, menunjukkan hasil yang serupa yang mana ditemukan masih banyak remaja putri yang belum memiliki praktik kebersihan yang baik ketika menstruasi (Kim & Choi, 2020; Lahme et al., 2018; Poudel & Gautam, 2020; Yadav et al., 2018; Yasmin et al., 2019). Bahkan terdapat 33% remaja putri di daerah pedesaan Kenya dan India mengalami infeksi saluran reproduksi (Juyal et al., 2014; Kerubo et al., 2016).

Dewasa ini, di Indonesia menstruasi yang terjadi pertama kali (*menarche*) pada remaja putri datang lebih awal. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) mengungkapkan bahwa perempuan di Indonesia mendapatkan haid untuk pertama kalinya pada usia kurang dari 10 tahun sampai dengan 17 tahun, dengan persentase <10 tahun (2,0%), 11-13 tahun (60,7,0%) dan sisanya 14-17 tahun. Diskusi tentang haid pertama lebih banyak dilakukan dengan teman (57,5%) dan sisanya dengan ibu, ayah, saudara, keluarga, guru, petugas kesehatan dan lain-lain (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional et al., 2018).

Usia *menarche* yang datang lebih awal dapat menjadi suatu masalah bagi remaja putri jika remaja putri tersebut belum siap. Kematangan yang terlalu awal dapat membuat remaja putri rentan menemui masalah yang tidak diinginkan seperti depresi, merokok, gangguan makan, bahkan gangguan mental (Mutasya et al., 2016). Remaja putri dengan usia *menarche* dini memiliki 1,36 kali kemungkinan mengalami gejala depresi dibandingkan dengan kelompok *menarche* normal (Shen et al., 2019). *Menarche* dapat menimbulkan perubahan psikologis berupa emosional yaitu perasaan cemas (Abadi et al., 2015; Alomair et al., 2021; Marvan et al., 2017). Selain itu, ketidaksiapan dalam menghadapi *menarche* dapat berdampak pada masalah kurangnya kebersihan diri (*personal hygiene*) sehingga beresiko terjadi infeksi organ reproduksi. Semakin dini *menarche* terjadi, semakin belum siap seorang remaja menerima peristiwa tersebut. Apabila informasi yang diberikan tentang menstruasi tersebut salah, maka akan memberikan dampak negatif.

Kesiapan merupakan kondisi seseorang yang membuatnya siap untuk memberikan respon terhadap suatu situasi atau perilaku yang dilakukan seseorang untuk merancang sesuatu. Kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche merupakan suatu keadaan bahwa remaja putri tersebut siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (menarche) (Indarsita, 2017).

Mengacu pada teori perilaku Karr (Notoatmodjo, 2014), kesiapan remaja putri untuk menerima menarche tergantung beberapa hal, antara lain dukungan sosial (*social support*) dan ketersediaan informasi (*accessibility of information*). Dukungan sosial (*social support*) merupakan suatu bentuk kenyamanan yang didapatkan seseorang dari orang lain seperti orang tua, pasangan, saudara, teman, guru ataupun petugas medis. Dukungan ini bisa berupa ungkapan empati, kepedulian, perhatian, bantuan uang atau barang, nasihat, saran ataupun umpan balik. Dukungan sosial yang diterima seseorang dapat membuat orang tersebut merasa dicintai, diperhatikan dan dapat meningkatkan perasaan positif. Dukungan sosial yang diterima remaja putri terkait menarche akan menyebabkan remaja putri merasa mendapatkan perhatian, informasi, cinta, kasih sayang dan rasa nyaman sehingga membantunya mempersiapkan diri dalam menghadapi menarche (Setyawati et al., 2019).

Ketersediaan informasi (*accessibility of information*) dapat meningkatkan intuisi sehingga pengetahuan yang didapatkan bisa bertambah. Informasi bisa berasal dari media cetak, media elektronik, media sosial, orang tua, guru, teman dan sebagainya. Informasi yang diperoleh akan menambah wawasan remaja putri, mengurangi kesalahan dalam mengambil keputusan serta meningkatkan gambaran yang positif terhadap menarche. Bertambahnya pengetahuan mengenai menarche dapat membuat remaja putri menjadi siap dalam menghadapi menarche.

Beberapa penelitian sebelumnya tentang kesiapan menghadapi menarche lebih banyak dilakukan di lingkungan perkotaan atau pedesaan, tapi belum ada yang membahas di lingkungan pondok pesantren (Fauziah et al., 2020; Hanifah et al., 2020; Lutfiya, 2017; Nurmawati & Erawantini, 2018; Setyawati et al., 2019).. Tujuan penelitian ini adalah mempelajari pengaruh dukungan sosial (*social support*) dan ketersediaan informasi (*accessibility of information*) terhadap kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche di pondok pesantren.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasi (*observational research*) dengan rancang bangun *cross sectional*. Populasi dalam penelitian adalah semua remaja putri

kelas 4, 5, 6 MI Darul Ulum Kraksaan yang sudah mengalami menstruasi sebesar 35 orang. Teknik sampling menggunakan teknik *non probability sampling* yaitu total sampling sehingga besar sampel penelitian 35 orang remaja putri. Variabel dependent adalah kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche (skala data ordinal), sedangkan variabel independennya adalah dukungan sosial (*social support*) dengan skala data ordinal dan ketersediaan informasi (*accessibility of information*) dengan skala data nominal. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner dan wawancara serta dianalisis menggunakan uji statistik *chi square* (ketersediaan informasi dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche) dan *spearman rho* (dukungan sosial dengan ketersediaan remaja putri dalam menghadapi menarche). *Ethical Consideration*: Penelitian ini sudah dilakukan uji etik di STIKes Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan Probolinggo dengan nomor Sertifikat KEPK/011/STIKes-PZH/I/2021.

HASIL

Berikut ini disajikan karakteristik responden berdasarkan usia, dukungan sosial, ketersediaan informasi dan kesiapan menghadapi menarche.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Dukungan Sosial, Ketersediaan Informasi dan Kesiapan Menghadapi Menarche

Usia	n	%
10 tahun	6	17,1
11 tahun	9	25,7
12 tahun	12	34,3
13 tahun	8	22,9
Dukungan sosial (<i>social support</i>)		
Sangat mendukung	4	11,5
Mendukung	11	31,4
Kurang mendukung	20	57,1
Ketersediaan informasi (<i>accessibility of information</i>)		
TV	1	2,9
Majalah (koran)	1	2,9
Leaflet	1	2,9
Keluarga	3	8,6
Teman	12	34,3
Internet (sosial media)	8	22,9
Petugas kesehatan	2	5,7
Guru	7	20,0
Kesiapan menghadapi menarche		
Sangat siap	7	20,0
Siap	12	34,3
Kurang siap	16	45,7

Berdasarkan Tabel 1 diperoleh informasi bahwa sebagian remaja putri berusia 12 tahun sebesar 12 orang (34,29%), mempunyai dukungan sosial (*social support*) yang kurang mendukung dalam mempersiapkan diri menghadapi menarche sebesar 20 orang (57,1%), sebagian mendapatkan informasi (*accessibility of information*) terkait menarche dari teman yaitu 12 orang (34,3%), dan mempunyai kesiapan yang kurang dalam menghadapi menarche sebesar 16 orang (45,7%).

Tabel 2. Pengaruh Dukungan Sosial (*Social Support*) Terhadap Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche

Dukungan Sosial (<i>Social Support</i>)	Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche							
	Kurang Siap		Siap		Sangat Siap		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Kurang Mendukung	14	70,0	3	15,0	3	15,0	20	100
Mendukung	2	18,2	5	45,5	4	36,4	11	100
Sangat Mendukung	-	-	4	100	-	-	4	100
Total	16	45,7	12	34,3	7	20,0	35	100

P = 0,006, C = 0,457

Berdasarkan Tabel 2 ada kecenderungan semakin tinggi dukungan sosial (*social support*) kepada remaja putri dalam mempersiapkan diri saat menghadapi menarche maka semakin siap pula remaja putri dalam menghadapi menarche. Hasil analisis statistik dengan uji *spearman rho* diperoleh $p = 0,006 < \alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial (*social support*) dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche. Nilai koefisien korelasi (C) sebesar 0,457, yang berarti ada korelasi yang sedang antara dukungan sosial (*social support*) dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche.

Tabel 3. Pengaruh Ketersediaan Informasi Terhadap Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche

Ketersediaan Informasi	Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche							
	Kurang Siap		Siap		Sangat Siap		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
TV	-	-	1	100	-	-	1	100
Majalah / koran	-	-	1	100	-	-	1	100
Leaflet	-	-	1	100	-	-	1	100
Keluarga	3	100	-	-	-	-	3	100
Teman	3	25	7	58,3	2	16,7	12	100
Internet / sosial media	1	12,5	2	25,0	5	62,5	8	100
Petugas kesehatan	2	100	-	-	-	-	2	100
Guru	7	100	-	-	-	-	7	100
Total	16	45,7	12	34,3	7	20,0	35	100

P = 0,003

Berdasarkan Tabel 3 diperoleh informasi bahwa teman, sosial media, guru dan keluarga merupakan penyedia informasi bagi remaja putri terkait kesiapannya dalam menghadapi menarche. Hasil analisis statistik dengan uji *chi square* diperoleh $p = 0,003 < \alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara ketersediaan informasi (*accessibility of information*) dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche.

PEMBAHASAN

Dukungan sosial merupakan keberadaan, ketersediaan, kepedulian, kenyamanan, perhatian dari orang-orang di sekitar kita yang dapat diandalkan dalam menghargai dan menyayangi kita. Dukungan ini dapat berupa pemberian informasi, nasihat verbal atau non verbal, bantuan nyata atau tidak nyata, tindakan yang mempunyai manfaat sosial dan efek perilaku bagi penerima yang akan melindungi diri dari perilaku negatif dan stres.

Hasil penelitian menginformasikan bahwa sebagian besar remaja putri di MI Darul Ulum Kraksaan mempunyai dukungan sosial (*social support*) yang kurang mendukung sehingga berdampak dalam ketidaksiapan menghadapi menarche. Walaupun demikian ada 31,4% dan 11,5% remaja putri mempunyai dukungan sosial yang mendukung dan sangat mendukung. Hal ini menunjukkan bahwa tidak semua remaja putri mendapatkan dukungan sosial terkait menarche dari orang-orang terdekat seperti ibu, saudara, guru, ataupun teman.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Rachmawati & Oktaviani, 2017) yang mengungkapkan bahwa dukungan sosial mampu memberikan pengalaman kepada remaja putri dalam berbagai bidang kehidupan sehingga remaja putri memiliki informasi yang banyak dalam menghadapi menarche. Dukungan sosial terutama dari ibu bisa berupa memberikan informasi yang lengkap dan benar mengenai menstruasi serta menjadi teladan yang baik bagi anak perempuannya yang menginjak usia remaja bagaimana cara menjaga kebersihan diri saat menstruasi. Penelitian (Ahadiningtyas Juliana Atmaja & Rahmatika, 2018) menyimpulkan bahwa dukungan sosial keluarga mempunyai peranan terhadap motivasi keluarga dalam menjaga kesehatan. Dukungan dari masyarakat sekitar mempengaruhi perilaku individu. Dukungan dari ibu dan teman sebaya dapat menjadi bekal bagi remaja putri dalam menghadapi menarche (Fauziyah et al., 2020).

Terbatasnya dukungan sosial dari orang-orang terdekat disebabkan remaja putri dalam penelitian ini tinggal di pondok pesantren dan jauh dari lingkungan keluarga. Sehingga dukungan sosial (*social support*) terkait menarche yang diperoleh remaja putri

lebih banyak berasal teman atau guru. Dengan adanya dukungan sosial ini, membuat remaja putri merasa nyaman dan tidak takut untuk mengalami menstruasi pertama (menarche).

Dukungan sosial (*social support*) memberikan kontribusi manfaat bagi kesehatan mental atau kesehatan fisik pada remaja putri. Dengan adanya dukungan sosial yang diterima dari orang lain seperti keluarga, teman ataupun guru, individu tersebut merasa dicintai, diperhatikan, memiliki harga diri dan bernilai serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi (Ningrum & Indriyanti, 2018). Kondisi atau keadaan psikologis ini dapat mempengaruhi respon dan perilaku individu sehingga berpengaruh terhadap kesejahteraan individu secara umum. Dukungan sosial yang diterima remaja putri berupa dukungan emosional yaitu mencakup empati, kepedulian dan perhatian dan juga dukungan informatif mencakup pemberian nasihat, petunjuk, saran ataupun umpan balik.

Di dalam kehidupan masyarakat, perilaku individu cenderung memerlukan penghargaan dari masyarakat. Minimal dalam berperilaku sehat tidak menjadi gunjingan di masyarakat. Selain itu, dukungan sosial dinilai mampu mempengaruhi perilaku sehat individu (Benih, 2014). Keberadaan dukungan sosial amatlah penting dalam mempengaruhi perilaku sehat. Seringkali ditemui kegagalan atau keberhasilan yang bersifat sementara di dalam penyelenggaraan promosi kesehatan, karena dukungan sosial kurang bahkan tidak ada. Seringkali upaya menerapkan perilaku sehat sia-sia karena kurangnya dukungan sosial (Benih, 2014; Notoatmodjo, 2014).

Akses informasi adalah tersedianya informasi terkait dengan tindakan yang akan diambil seseorang. Informasi yang cukup dapat menghasilkan pengetahuan terkait bagaimana mencegah suatu penyakit, sehingga individu dapat mengenali permasalahan yang ada sehingga mendorong untuk berperilaku sehat.

Hasil penelitian ini menginformasikan bahwa remaja putri di MI Darul Ulum Kraksaan lebih banyak memperoleh informasi terkait menarche dari teman serta sedikit dari sosial media, guru, keluarga, petugas kesehatan, TV, majalah (koran), dan leaflet. Sebagian mempunyai perasaan kurang siap dalam menghadapi menarche. Hal ini disebabkan sebagian remaja putri masih merasa takut dalam menghadapi menarche serta merasa belum siap menghadapi perubahan fisik dan psikologis yang menyertai menarche.

Salah satu faktor yang berpengaruh pada diri individu adalah lingkungan manusia dengan komponen keluarga, sekolah, masyarakat termasuk kebudayaan, agama, dan taraf kehidupan. Keluarga memberikan pengaruh yang sangat menentukan pada pembentukan watak dan kepribadian anak serta memberikan stempel dan pondasi primer bagi

perkembangan anak. Perkembangan membutuhkan campur tangan dari orang-orang yang ada di sekeliling kehidupan anak, yakni yang pertama dan terutama adalah orangtuanya sendiri, demikian pula dalam usaha mempersiapkan anak menghadapi masa remaja termasuk menghadapi *menarche* bagi anak perempuan. Lingkungan sekolah dan teman sebaya juga mempengaruhi kesiapan seorang anak perempuan dalam menghadapi *menarche*. Kualitas teman sebaya yang sudah mengalami menstruasi tampaknya juga mempengaruhi kesiapan menghadapi *menarche*.

Menurut Lutfiya dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa remaja putri yang memiliki pengetahuan baik berpeluang lebih siap dalam menghadapi *menarche* (Lutfiya, 2017) Kesiapan mental yang mengarah pada tingkat kematangan emosi anak ketika mengalami *menarche* sangat diperlukan sebelum anak perempuan mengalaminya. Seorang anak yang telah matang secara emosi akan dapat memahami arti menstruasi, menghayati, dan menerimanya sebagai sesuatu yang normal terjadi pada wanita sehingga ia siap menghadapinya (Rachmawati & Oktaviani, 2017).

Kesiapan menghadapi *menarche* dapat dilakukan dengan cara memberikan informasi dan perhatian pada remaja putri pada saat menghadapi *menarche*, sehingga remaja putri akan menjadi lebih tenang dan siap menyambut datangnya *menarche*. Sumber informasi utama sebenarnya berasal dari ibu dan kakak perempuan (Ningrum & Indriyanti, 2018). Orang tua terutama ibu harus memberikan penjelasan tentang *menarche* pada anak perempuannya, agar anak lebih mengerti dan siap dalam menghadapi *menarche* (Rachmawati & Oktaviani, 2017).

Saat menghadapi *menarche*, dibutuhkan kesiapan mental yang baik. Kesiapan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*), yang keluar dari tempat khusus wanita pada saat menginjak usia sepuluh sampai enam belas tahun, yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklik (berulang-ulang).

Kesiapan seorang perempuan dalam menghadapi *menarche* juga dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan anak tentang menstruasi. Pengetahuan tentang menstruasi dapat diperoleh dari berbagai sumber informasi seperti keluarga, kelompok teman sebaya, lingkungan sekolah, dan media baik cetak maupun elektronik. Banyak remaja yang memiliki informasi yang salah dan cenderung mengkaitkan menstruasi dengan sesuatu yang negatif. Kondisi tersebut pada akhirnya menyebabkan anak menjadi tidak siap untuk menerima *menarche* dan mengalami kesulitan dalam menghadapinya.

Hal ini sejalan dengan penelitian Muniroh yang menyimpulkan bahwa sumber informasi yang berasal dari ibu mempunyai hubungan positif dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche (Muniroh, 2018). Akan tetapi penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Hanifah yang menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara jumlah sumber informasi dengan kesiapan dalam menghadapi menarche karena dalam penelitiannya tidak diamati bagaimana kualitas informasi yang diterima oleh remaja putri (Hanifah et al., 2020).

Informasi atau pengetahuan mengenai menstruasi sangat berpengaruh terhadap kesiapan seseorang dalam menghadapi menarche. Untuk membuat seseorang menjadi siap dalam menghadapi sesuatu, hal yang pertama diusulkan untuk dilakukan adalah memberi pengetahuan yang menyeluruh mengenai hal yang akan dihadapinya tersebut. Kalau anak perempuan pra-remaja sudah diberitahu tentang menstruasi sebelum ia benar-benar mengalaminya mungkin ia akan gembira ketika saat itu tiba karena dengan demikian ia menapak ke arah kedewasaan. Mereka yang tidak pernah mendapatkan keterangan apa-apa tentang menstruasi bisa ketakutan ataupun mengalami kecemasan ketika melihat darah mulai keluar dari vagina (Fauziyah et al., 2020; Rachmawati & Oktaviani, 2017).

Ketersediaan informasi yang cukup dalam menghadapi menarche, akan membuat remaja putri mempunyai pengetahuan terkait menarche sehingga dapat mempersiapkan diri dalam menghadapi menarche dan mendorong untuk berperilaku sehat. Ketersediaan informasi mengenai menarche yang tidak memadai akan menjadi pengalaman yang kurang baik bagi remaja putri dan ini membuatnya merasa panik, takut, traumatis dan malu. Selanjutnya berdampak pada kurang mempunyai kesiapan dalam menghadapi menarche karena kurangnya pengetahuan dan pemahaman untuk mempersiapkan dirinya masing-masing. Remaja putri mempunyai perasaan yang bingung pada saat pertama kali mengalami menstruasi (menarche) yang diakibatkan karena kurangnya pengetahuan tentang menarche sehingga sulit untuk menerima menarche.

Banyak remaja putri yang tidak mendapatkan informasi yang memadai tentang menarche dari orang terdekat seperti ibunya, karena secara tradisi banyak ibu yang enggan membicarakan hal tersebut secara terbuka sampai anak gadisnya sudah mengalami menstruasi. Dapat dikatakan bahwa ketersediaan informasi baik itu dari teman, guru, sosial media, ibu dan keluarga, akan memberikan pemahaman yang mendalam kepada remaja putri tentang proses menstruasi sehingga remaja putri akan siap menerima dan mengalami menstruasinya yang pertama (menarche) sebagai proses yang

normal. Mouli (2017) mengungkapkan dalam penelitiannya bahwa remaja putri yang kurang mendapatkan informasi terkait menarche (umumnya dari ibu dan anggota keluarga perempuan) cenderung tidak siap ketika menarche itu tiba (Chandra-Mouli & Patel, 2017).

Jika ingin meningkatkan kesiapan siswi dalam menghadapi menarche, perlu dilakukan peningkatan pengetahuan melalui pemberian informasi kepada remaja usia menarche (Nurmawati & Erawantini, 2018). Walaupun demikian, ketersediaan informasi yang benar juga harus menjadi pertimbangan, mengingat tidak semua informasi yang berasal dari teman ataupun sosial media adalah informasi yang tepat. Untuk itu perlu adanya informasi yang tepat melalui edukasi dari orang tua, guru ataupun petugas kesehatan sehingga remaja putri benar-benar merasa siap dalam menghadapi menarche (Rachmawati & Oktaviani, 2017).

Peran orangtua dalam mempersiapkan remaja putri menghadapi *menarche* meliputi peran sebagai pendidik, teman, teladan, pengawas serta pemberi *support*. Sebagai pendidik, orang tua memberikan informasi yang lengkap dan benar mengenai menstruasi kepada anak. Sebagai teman, orang tua memberikan informasi mengenai menstruasi dengan bahasa yang mudah dimengerti. Sebagai teladan, orang tua memberikan contoh yang baik kepada anak perempuan mengenai cara menjaga kebersihan diri saat mengalami menstruasi. Sebagai pengawas, orang tua senantiasa memantau pergaulan anak. Dan sebagai pemberi *support*, orang tua memberikan dukungan baik secara fisik maupun mental kepada anak perempuan dalam menghadapi *menarche*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebagian remaja putri mempunyai dukungan sosial (*social support*) yang kurang mendukung dalam mempersiapkan diri saat menghadapi menarche, mendapatkan informasi terkait menarche dari teman, dan mempunyai perasaan yang kurang siap dalam menghadapi menarche. Dukungan sosial (*social support*) dan ketersediaan informasi (*accessibility of information*) mempengaruhi kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche. Diperlukan edukasi untuk memberikan informasi serta dukungan mengenai menarche baik itu dari orang tua, guru ataupun petugas kesehatan sehingga remaja putri benar-benar merasa siap dalam menghadapi menarche.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih penulis sampaikan kepada 1) STIKes Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan yang telah memberikan dukungan berupa dana sehingga penelitian ini dapat terlaksana sesuai dengan yang diharapkan, 2) Kepala Madrasah Ibtidaiyah Darul Ulum Kraksaan Probolinggo yang telah berkenan mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian di sekolah yang dikelola.

DAFTAR PUSTAKA

- Abadi, D. R., Dewi, A. P., & Nurchayati, S. (2015). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche. *JOM*, 2(2), 7.
- Ahadiningtyas Juliana Atmaja, R., & Rahmatika, R. (2018). Peran Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Motivasi Menjaga Kesehatan Melalui Aktivitas Fisik Pada Lansia. *Journal Psikogenesis*, 5(2), 180. <https://doi.org/10.24854/jps.v5i2.506>
- Alomair, N., Alageel, S., Davies, N., & Bailey, J. V. (2021). Sexual And Reproductive Health Knowledge, Perceptions And Experiences Of Women In Saudi Arabia: A Qualitative Study. *Ethnicity & Health*, 1–19. <https://doi.org/10.1080/13557858.2021.1873251>
- Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional, Badan Pusat Statistik, Kementerian Kesehatan, & USAID. (2018). *Survei Demografi Dan Kesehatan Indonesia 2017: Kesehatan Reproduksi Remaja—Indikator Utama*.
- Benih, A. (2014). *Sosiologi Kesehatan*. Nuha Medika.
- Chandra-Mouli, V., & Patel, S. V. (2017). Mapping The Knowledge And Understanding Of Menarche, Menstrual Hygiene And Menstrual Health Among Adolescent Girls In Low- And Middle-Income Countries. *Reproductive Health*, 14(1), 30. <https://doi.org/10.1186/s12978-017-0293-6>
- Fauziyah, N., Fitriyasari, R., & Nastiti, A. A. (2020). Correlation Between Knowledge, Mother's Support, Peer Support With Anxiety To Confront Menarche Among Adolescents Atelementary School: A Correlational Study. *Pedimaternal Nursing Journal*, 6(1), 21–28.
- Hanifah, D. R. N., Dewi, M., & Sariati, Y. (2020). Hubungan Antara Komunikasi Ibu Dan Anak, Pola Asuh Orang Tua, Dan Sumber Informasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Remaja Awal. *Journal Of Issues In Midwifery*, 4(3), 142–149. <https://doi.org/10.21776/ub.joim.2020.004.03.5>
- Juyal, R., Kandpal, S. D., & Semwal, J. (2014). Menstrual Hygiene And Reproductive Morbidity In Adolescent Girls In Dehradun, India. *Bangladesh Journal Of Medical Science*, 13(2), 170–174. <https://doi.org/10.3329/bjms.v13i2.14257>
- Kerubo, E., Laserson, K. F., Otecko, N., Odhiambo, C., Mason, L., Nyothach, E., Oruko, K. O., Bauman, A., Vulule, J., Zeh, C., & Phillips-Howard, P. A. (2016). Prevalence Of Reproductive Tract Infections And The Predictive Value Of Girls' Symptom-Based Reporting: Findings From A Cross-Sectional Survey In Rural Western Kenya. *Sexually Transmitted Infections*, 92(4), 251–256. <https://doi.org/10.1136/sextrans-2015-052371>

- Kim, K. M., & Choi, J. S. (2020). Female University Students' Menstrual-Hygiene Management And Factors Associated With Genitourinary-Tract Infections In Korea. *Women & Health*, 60(5), 559–569.
- Lahme, A. M., Stern, R., & Cooper, D. (2018). Factors Impacting On Menstrual Hygiene And Their Implications For Health Promotion. *Global Health Promotion*, 25(1), 54–62. <https://doi.org/10.1177/1757975916648301>
- Lutfiya, I. (2017). Analisis Kesiapan Siswi Sekolah Dasar Dalam Menghadapi Menarche. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 5(2), 135. <https://doi.org/10.20473/jbk.v5i2.2016.135-145>
- Marvan, Ma. L., Chrisler, J. C., Gorman, J. A., & Barney, A. (2017). The Meaning Of Menarche: A Cross-Cultural Semantic Network Analysis. *Health Care For Women International*, 38(9), 971–982.
- Muniroh, M. (2018). Peran Ibu Dalam Pemberian Informasi Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di SDN Palur 2 Mojokaban Sukoharjo. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 2(1). <https://doi.org/10.32536/jrki.v1i1.4>
- Mutasya, F. U., Edison, E., & Hasyim, H. (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Usia Menarche Siswi SMP Adabiah. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(1). <https://doi.org/10.25077/jka.v5i1.475>
- Ningrum, M. A. C., & Indriyanti, D. R. (2018). *The Influence Of Knowledge, Attitude, Family Support And Peer Support On The Behavior Of Female Teenage Menstrual Hygiene*. 9.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurmawati, I., & Erawantini, F. (2018). Level Of Knowledge Of Menstruation In Supporting Elementary Students Preparation For Menarche. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 12(1), 10. <https://doi.org/10.24893/jkma.v12i1.270>
- Poudel, S., & Gautam, D. (2020). Knowledge And Practices On Menstrual Hygiene Management Among Adolescent Girls Of Kaski District, Nepal. *International Journal Of Social Sciences And Management*, 7(3), 169–175. <https://doi.org/10.3126/ijssm.v7i3.28579>
- Pythagoras, K. C. (2018). Personal Hygiene Remaja Putri Ketika Menstruasi. *Jurnal PROMKES*, 5(1), 13. <https://doi.org/10.20473/jpk.v5.i1.2017.13-26>
- Rachmawati, A. N., & Oktaviani, A. R. (2017). Peran Orang Tua Dalam Mempersiapkan Remaja Putri Menghadapi Menarche Di Kelurahan Kadirejo Kecamatan Karanganyar Kabupaten Klaten. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 170–176. <https://doi.org/10.34035/jk.v8i2.238>
- Setyawati, A., Widiasih, R., E, E., & Maryati, I. (2019). A Literature Review: Urban Teenagers' Readiness To Improve The Quality Of Life Toward The Menarche. *Journal Of Maternity Care And Reproductive Health*, 2(2). <https://doi.org/10.36780/jmcrh.v2i2.85>
- Shen, Y., Varma, D. S., Zheng, Y., Boc, J., & Hu, H. (2019). Age At Menarche And Depression: Results From The NHANES 2005–2016. *Peerj.7150*, 1–12. <https://doi.org/10.7717/Peerj.7150>
- Umahi Nnennaya, E., Atinge, S., Paul Dogara, S., & Joel Ubandoma, R. (2021). Menstrual Hygiene Management Among Adolescent School Girls In Taraba State, Nigeria. *African Health Sciences*, 21(2), 842–851. <https://doi.org/10.4314/ahs.v21i2.45>
- Yadav, R. N., Joshi, S., Poudel, R., & Pandeya, P. (2018). Knowledge, Attitude, And Practice On Menstrual Hygiene Management Among School Adolescents. *Journal Of Nepal Health Research Council*, 15(3), 212–216. <https://doi.org/10.3126/jnhrc.v15i3.18842>

Yasmin, R., Afzal, M., Hussain, M., & Gillani, S. A. (2019). EUROPEAN ACADEMIC RESEARCH, VOL. *European Academic Research*, 7(1), 21.

Submission	05-09-2021
Review	21-09-2021
Accepted	30-09-2021
Publish	29-10-2021
DOI	10.29241/jmk.v7i2.797
Sinta Level	3 (Tiga)