

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN  
KECEMASAN REMAJA PUTRI USIA PUBERTAS  
DALAM MENGHADAPI MENARCHE DI SMP  
MUHAMMADIYAH 5 YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana pada  
Program Pendidikan Ners-Program Studi Ilmu Keperawatan  
Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah  
Yogyakarta



Disusun oleh :  
**MERRY ULFAH**  
**070201104**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2011**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**THE RELATION BETWEEN FAMILY SUPPORT AND ANXIETY AMONG GIRLS IN PUBERTY ON DEALING WITH MENARCHE IN MUHAMMADIYAH 5 JUNIOR HIGH SCHOOL YOGYAKARTA**

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KECEMASAN REMAJA PUTRI USIA PUBERTAS DALAM MENGHADAPI MENARCHE DI SMP MUHAMMADIYAH 5 YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

Oleh:

**MERRY ULFAH  
070201104**



Telah Disetujui pada tanggal :

28 Juli 2011

.....

Pembimbing

Suryani S.Kep., Ns

# HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KECEMASAN REMAJA PUTRI USIA PUBERTAS DALAM MENGHADAPI MENARCHE DI SMP MUHAMMADIYAH 5 YOGYAKARTA<sup>1</sup>

Merry Ulfah<sup>2</sup>, Suryani<sup>3</sup>

## INTISARI

**Latar belakang:** Pubertas merupakan waktu kematangan seksual, yang di tandai dengan adanya menarche (haid yang pertama kali) pada anak perempuan atau terjadinya masa reproduksi. Gejala yang sering terjadi dan sangat mencolok pada peristiwa menarche ialah kecemasan atau ketakutan. Dukungan keluarga merupakan salah satu bentuk untuk mengatasi kecemasan.

**Tujuan penelitian:** Untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan remaja putri usia pubertas dalam menghadapi menarche di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta.

**Jenis penelitian :** Penelitian ini adalah non eksperimen dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah sebanyak 87 orang, dengan jumlah sample sebanyak 34 orang. Teknik pengumpulan sample dengan menggunakan *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner.

**Hasil penelitian:** Hasil uji statistik menunjukkan koefisien korelasi bahwa diperoleh harga  $\tau = 0,408$  ( $\tau > 0$ ) dan memiliki taraf signifikansi sebesar  $p = 0,011$  ( $p < 0,05$ ),  $Z_{hitung} > Z_{tabel}$  ( $3,458 > 1,96$ ). Jadi dari hasil uji statistik dapat ditarik kesimpulan bahwa  $H_0$  ditolak,  $H_a$  diterima, artinya ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan remaja putri usia pubertas dalam menghadapi menarche di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta Tahun 2011.

**Saran:** Untuk keluarga dapat lebih memberikan dukungan maupun perhatian kepada remaja putri, sehingga nantinya tidak akan terjadi kecemasan yang dapat mengganggu kehidupan remaja putri maupun keluarga.

Kata Kunci : Dukungan keluarga, Kecemasan, Menarche

Daftar Pustaka : 24 Buku (2000-2009), 8 website

---

<sup>1</sup> Judul Skripsi

<sup>2</sup> Mahasiswa PPN-STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup> Dosen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

**THE RELATION BETWEEN FAMILY SUPPORT AND ANXIETY  
AMONG GIRLS IN PUBERTY ON DEALING WITH  
MENARCHE IN MUHAMMADIYAH 5 JUNIOR  
HIGH SCHOOL, YOGYAKARTA<sup>1</sup>**

Merry Ulfah<sup>2</sup>, Suryani<sup>3</sup>

**ABSTRACT**

**Background of the problem:** Puberty is a period of sexual maturity, marked by menarche (first menstrual period) among girls or commonly labeled reproductive period. A common sign occurred in this period is anxiety or fright. Here, family support is a form of assistance which may lessen this rate of anxiety or fright.

**Aim of the research:** This research aims to observe the relation between family support and anxiety among girls in puberty on dealing with menarche in Muhammadiyah 5 Junior High School, Yogyakarta.

**Type of research:** This is a non experimental research with cross sectional approach. The population of this research was 87 respondents, with 34 of the total respondents served as the sample. The writer employed purposive sampling in collecting the sample. In collecting the data, the writer used questionnaire.

**Result of the research:** The statistic test result shows that coefficient correlation on the value of  $\tau$  equals 0.408 ( $\tau > 0$ ), its significance level equals 0.011 ( $p < 0.05$ ), and  $z_{\text{count}} > z_{\text{table}}$  ( $3.458 > 1.96$ ). From this statistical test, it can be concluded that  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. It means that there is a relation between family support and anxiety among girls in puberty on dealing with menarche in Muhammadiyah 5 Junior High School, Yogyakarta.

**Suggestion:** Firstly, it is suggested to family to give both support and attention to girls in puberty. Hopefully, in the end, there will not be any anxiety which may disturb the life of not only the girls themselves but also their families.

Keywords : Family support, anxiety, menarche

References : 24 books (2000 – 2009), 8 internet sites

---

<sup>1</sup> Title of the Thesis

<sup>2</sup> Student Of School Of Nursing 'Aisyiyah Health Sciences College Yogyakarta

<sup>3</sup> Lecturer Of School Of Nursing 'Aisyiyah Health Sciences Collage Yogyakarta

## LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan masa transisi antara masa anak-anak dan dewasa, dimana terjadi pacu tumbuh (growth spurt). Timbul ciri-ciri sekunder, tercapai fertilitas dan terjadi perubahan-perubahan psikologik, kognitif serta sosial (Soetjningsih, 2004). Pada masa ini anak tidak hanya bersifat reaktif tetapi anak-anak juga mulai aktif melakukan kegiatan dalam rangka menemukan jati dirinya, serta mencari pedoman hidup untuk bekal kehidupannya mendatang (Ahmadi dan Munawar, 2005).

Menarche adalah haid atau menstruasi yang pertama kali dialami oleh seseorang wanita dan terjadi di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi (Aulia, 2009). Semakin dini menarche terjadi pada seorang gadis, semakin belum siap ia menerima peristiwa haid tersebut. Dengan adanya informasi yang salah mengenai menarche, yang kemudian dikembangkan menjadi satu reaksi fantasi yang tidak nyata, maka proses menstruasi tersebut senantiasa dikaitkan dengan dampaknya yang bersifat negatif. Gejala yang sering terjadi dan sangat mencolok pada peristiwa menarche ialah kecemasan atau ketakutan. (Kartono, 2006).

Kecemasan merupakan gejala yang sering terjadi dan sangat mencolok pada peristiwa menarche yang kemudian diperkuat oleh keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut (Kartono, 2006). Kecemasan tersebut disebabkan oleh ketidaktahuan remaja putri tentang perubahan-perubahan fisiologis yang terjadi saat remaja sehingga menstruasi dianggap sebagai hal yang tidak baik (Dariyo, 2004). Dalam situasi demikian menarche tersebut dianggap oleh anak sebagai satu proses mengeluarkan

sejumlah darah kotor dari tubuhnya, di mana ia harus menyingkir, dan menyendiri. Maka ketika ia telah menjadi dewasa, ia cenderung untuk menghindari setiap kontak dengan orang lain, jika ia sedang mendapat haid. Hal ini dilakukan untuk membenaran anggapan bahwa dirinya memang sedang bermasalah, sehingga tidak patut berkontak dengan orang lain (Kartono, 2006).

Dukungan keluarga merupakan salah satu bentuk untuk mengatasi kecemasan (Stuart 2006). Dukungan tersebut bisa diwujudkan dalam bentuk emosional melalui rasa empati, dukungan penghargaan melalui dorongan maju, dukungan instrumental melalui bantuan langsung berupa harta dan benda, dan dukungan informatif melalui pemberian saran-saran atau petunjuk. Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga sangat diperlukan bagi remaja putri dalam menghadapi menarche baik dukungan secara fisik maupun psikologis.

Dari hasil studi pendahuluan yang sudah dilakukan dengan melakukan wawancara diperoleh data dari remaja putri yang sudah mengalami menarche mengatakan bingung karna tiba-tiba keluar darah dari vagina, belum tau cara memakai pembalut, mengatakan kurang perhatian dari orangtuanya, jarang bergaul, takut diejek oleh teman-temannya, dan belum mengerti menstruasi itu apa. Hasil wawancara dari 10 remaja putri tersebut 5 remaja putri hanya memperoleh informasi dari temannya, 3 orang remaja putri memperoleh dari ibunya, dan 2 remaja putri belum pernah memperoleh informasi menstruasi itu apa dari sapa pun. Remaja tersebut merasa malu karena ejek teman-temannya, merasa takut tiba-tiba keluar darah dari vagina,

dan bingung belum tau cara memakai pembalut.

Berdasarkan fakta terdapat remaja putri yang mengalami kecemasan saat menghadapi menarche dikarenakan anak tersebut kurang mendapatkan perhatian dari orangtuanya, dimana kedua orangtuanya bekerja dari pagi sampai sore, dari segi pergaulan remaja tersebut kurang bergaul, sehingga kecemasan yang muncul bisa disebabkan karena kurangnya perhatian dari orang-orang sekitarnya. Oleh karena itu penulis ingin mengetahui "Hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan remaja putri usia pubertas dalam menghadapi menarche di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta".

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah non eksperimen untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran / observasi data variabel bebas dan tergantung hanya satu kali pada satu saat (Nursalam, 2008). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah dukungan keluarga yang diterima remaja putri menghadapi menarche. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kecemasan pada remaja putri menghadapi menarche.

Alat yang akan digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kuesioner. Dukungan keluarga diukur dengan menggunakan kuesioner melalui penilaian terhadap beberapa pertanyaan yang diajukan. Pada kuesioner ini, jenis pertanyaan yang dibuat dengan pilihan jawaban SL (selalu), SR (sering), KD (kadang-kadang) dan TP (tidak pernah). Kuesioner tingkat kecemasan diukur dengan T-MAS (*Taylor Manifest*

*Anxiety Scale*) yang adopsi dari penelitian Yeni Rusiana (2008) yang berbentuk kuesioner. Instrumen T-MAS terdiri dari 50 pertanyaan yang diberi nilai atau skor berdasarkan nilai yang diperoleh dari jawaban responden yang kemudian dicocokkan dengan kunci jawaban. Skor yang diperoleh dikategorikan menjadi: tidak cemas skor 0-13, cemas ringan skor sebanyak 14-20, cemas sedang skor sebanyak 21-27, cemas berat skor sebanyak 28-41, dan panik jika skor sebanyak 42 atau lebih.

Uji validitas pada instrumen dukungan keluarga dilakukan di RT 08 Pendukuhan IX Ngestiharjo Kasihan Bantul pada 20 orang responden dengan karakteristik yang sama dengan responden penelitian. Dari 20 item pertanyaan terdapat 2 item pertanyaan tidak valid yaitu no 5 dan 20. Dari 2 item pertanyaan tersebut mempunyai nilai  $r$  hitung  $<$   $r$  tabel sehingga 2 item pertanyaan yang gugur kemudian dibuang atau tidak digunakan lagi. Dari hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa nilai alpha adalah 0,908. Hal ini menunjukkan bahwa nilai alpha  $>$  0,7 sehingga instrumen dukungan keluarga dikatakan reliabel.

## **HASIL PENELITIAN**

### **Gambaran Umum**

Penelitian ini dilakukan di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta merupakan salah satu SMP yang terletak di Yogyakarta. SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta adalah sekolah menengah pertama yang beralamat Jalan Patehan Lor 25 Yogyakarta.

SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta mempunyai program-program sekolah seperti UKS dan BK. UKS di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta berjalan dengan baik, selain itu ada juga BK di SMP tersebut dapat

membantu dalam jika murid ingin berkonsultasi dengan masalah yang dialaminya. Situasi dan kondisi SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta cukup nyaman dan kondusif untuk belajar dengan berbagai fasilitas yang cukup baik dan didukung oleh pendidik serta tenaga kependidikan yang berkualitas.

#### **Karakteristik responden berdasarkan umur**

Karakteristik responden berdasarkan umur dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.1

Distribusi frekuensi umur remaja putri di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2011

| No. | Umur (th) | Frekuensi | Persentase |
|-----|-----------|-----------|------------|
| 1.  | 10-12     | 8         | 23,5%      |
| 2.  | 12-15     | 26        | 76,5%      |
|     | Jumlah    | 34        | 100%       |

Sumber: Data Primer 2011

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa umur responden terbanyak yaitu berusia 12-15 tahun sebanyak 26 orang (76,5%).

#### **Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin**

Karakteristik yang diamati dalam penelitian ini adalah jenis kelamin remaja putri. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin responden seluruhnya perempuan yaitu sebanyak 34 orang (100%).

#### **Karakteristik responden berdasarkan agama**

Karakteristik yang diamati dalam penelitian ini adalah agama remaja putri. Karakteristik responden berdasarkan agama dapat diketahui seluruhnya beragama islam yaitu sebanyak 34 orang (100%).

#### **Karakteristik responden berdasarkan pendidikan orang tua**

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan orang tua dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.2

Distribusi frekuensi pendidikan orang tua responden di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2011

| No. | Pendidikan | Frekuensi | Persentase |
|-----|------------|-----------|------------|
| 1.  | SD         | 5         | 14,71%     |
| 2.  | SMP        | 5         | 14,71%     |
| 3.  | SMA        | 20        | 58,82%     |
| 4.  | PT         | 4         | 11,76%     |
|     | Jumlah     | 34        | 100%       |

Sumber: Data Primer 2011

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa pendidikan orang tua responden terbanyak yaitu SMA sebanyak 20 orang (58,82%).

#### **Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan orang tua**

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan orang tua dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.3

Distribusi frekuensi pekerjaan orang tua responden di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2011

| No. | Pekerjaan  | Frekuensi | Persentase |
|-----|------------|-----------|------------|
| 1.  | Tidak      | 12        | 35,30%     |
| 2.  | Bekerja    | 9         | 26,47%     |
| 3.  | Wiraswasta | 4         | 11,76%     |
| 4.  | Buruh      | 7         | 20,59%     |
| 5.  | Swasta     | 2         | 5,88%      |
|     | PNS        |           |            |
|     | Jumlah     | 34        | 100%       |

Sumber: Data Primer 2011

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa pekerjaan orang tua responden terbanyak yaitu tidak bekerja sebanyak 12 orang (35,30%).

### Dukungan keluarga

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka hasil tersebut dapat disajikan dalam bentuk tabel berikut:

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga Dalam Menghadapi Menarche di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta Tahun 2011

| Dukungan keluarga | F  | Presentase |
|-------------------|----|------------|
| Rendah            | 3  | 8,8%       |
| Sedang            | 20 | 58,8%      |
| Tinggi            | 11 | 32,4%      |
| Jumlah            | 34 | 100%       |

Sumber: Data Primer 2011

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa dukungan keluarga sebagian besar 20 (58,8%) dari 34 responden adalah sedang.

### Kecemasan remaja putri dalam menghadapi menarche

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka hasil tersebut dapat disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta Tahun 2011

| Kecemasan    | F  | Presentase |
|--------------|----|------------|
| Cemas ringan | 16 | 47,1%      |
| Cemas sedang | 11 | 32,4%      |
| Cemas berat  | 7  | 20,6%      |
| Jumlah       | 34 | 100%       |

Sumber: Data Primer 2011

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa kecemasan remaja putri sebagian besar 16 (47,1%) dari 34 responden adalah kecemasan ringan.

### Hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan remaja putri usia pubertas dalam menghadapi menarche di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2011.

Adapun distribusi korelasi antara dukungan keluarga dan kecemasan remaja putri usia pubertas dapat dilihat pada tabel 4.6 berikut ini :

Tabel 4.6 Hasil Uji Korelasi Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Remaja Putri Usia Pubertas dalam Menghadapi Menarche di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta

| Dukungan Keluarga | Kecemasan Menghadapi Menarche |      |              |      |             |      | Jumlah | p    | $\tau$ |
|-------------------|-------------------------------|------|--------------|------|-------------|------|--------|------|--------|
|                   | Cemas ringan                  |      | Cemas sedang |      | Cemas berat |      |        |      |        |
|                   | Jml                           | %    | Jml          | %    | Jml         | %    |        |      |        |
| Rendah            | 0                             | 0    | 0            | 0    | 3           | 8,8  | 3      | 8,8  | 0,011  |
| Sedang            | 9                             | 26,5 | 7            | 20,6 | 4           | 11,8 | 20     | 58,8 |        |
| Tinggi            | 7                             | 20,6 | 4            | 11,8 | 0           | 0    | 11     | 32,4 |        |

Sumber: Data Primer 2011

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan kemudian dilakukan pengujian hipotesis dengan korelasi Kendall Tau. Secara statistik SPSS 15 for windows dengan taraf kesalahan 5%, hasil perhitungan menunjukkan adanya hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan remaja putri usia pubertas dalam menghadapi menarche karena diperoleh harga  $\tau = 0,408$  ( $\tau > 0$ ) dan memiliki taraf signifikansi sebesar  $p = 0,011$  ( $p < 0,05$ ),  $Z_{hitung} > Z_{tabel}$  ( $3,458 > 1,96$ ), sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa  $H_0$  ditolak,  $H_a$  diterima, artinya ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan remaja putri usia pubertas dalam menghadapi menarche di SMP



Muhammadiyah 5 Yogyakarta Tahun 2011.

## **PEMBAHASAN**

### **Karakteristik responden berdasarkan umur**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan karakteristik responden berdasarkan umur seperti pada tabel 4.1 yang menunjukkan bahwa dari 34 responden, sebagian besar berumur 12-15 tahun sebanyak 26 orang (76,5%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 12-15 tahun, hal ini dikarenakan pada saat itu banyak terjadi perubahan-perubahan baik fisik maupun fisiologis pada remaja putri yang akan menghadapi menarche.

Menurut Kartono (2006), Semakin dini menarche terjadi pada seorang gadis, semakin belum siap ia menerima peristiwa haid tersebut. Dengan adanya informasi yang salah mengenai menarche, yang kemudian dikembangkan menjadi satu reaksi fantasi yang tidak nyata, maka proses menstruasi tersebut senantiasa dikaitkan dengan dampaknya yang bersifat negatif. Gejala yang sering terjadi dan sangat mencolok pada peristiwa menarche ialah kecemasan atau ketakutan.

### **Karakteristik responden berdasarkan pendidikan orang tua**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan karakteristik berdasarkan pendidikan orang tua seperti yang diperlihatkan pada tabel 4.4 yang menunjukkan bahwa dari 34 orang tua remaja putri, dapat diketahui bahwa pendidikan orang tua responden terbanyak yaitu SMA sebanyak 20 orang (58,82%). Kecemasan yang

dialami responden dalam menghadapi menarche dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan orang tua. Hal ini dikemukakan oleh Jones (2005).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang mengalami kecemasan ringan adalah pendidikan orang tua responden dengan latar belakang pendidikan SLTP dan SLTA. Orang yang berpendidikan SLTP dan SLTA sebenarnya sudah mampu untuk memberikan informasi kepada remaja putrinya dengan lebih baik dibandingkan dengan orang yang memiliki tingkat pendidikan lebih rendah. Kecemasan ringan yang dialami oleh responden mungkin disebabkan karena orang tua responden kurang mendapatkan informasi tentang menarche terutama berkaitan dengan tanda, gejala dan mengatasi permasalahan yang timbul selama menarche. Informasi tentang menarche dari orang tuanya yang minim menyebabkan responden kurang mengetahui perubahan yang terjadi pada dirinya, sehingga ketika timbul tanda-tanda menarche merasa cemas.

### **Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan orang tua**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan karakteristik responden berdasarkan pekerjaan orang tua Berdasarkan tabel 4.5 dapat diketahui bahwa pekerjaan orang tua responden terbanyak yaitu tidak bekerja sebanyak 12 orang (35,30%). Hasil penelitian didapat orang tua responden di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta banyak yang bekerja sehingga remaja putri yang mengalami kecemasan saat menghadapi menarche dikarenakan anak tersebut kurang mendapatkan perhatian dari orangtuanya, dimana kedua orangtuanya bekerja dari pagi sampai sore.

## Dukungan Keluarga

Berdasarkan tabel 4.6 dapat diketahui bahwa dukungan keluarga dari 34 responden, 11 responden (32,4%) adalah tinggi, 20 responden (58,8%) adalah sedang, dan 3 responden (8,8%) adalah rendah. Pada penelitian dukungan keluarga sebagian besar dukungan keluarga adalah dikategorikan sedang disebabkan pendidikan dari keluarga tersebut kurang memahami tentang masalah menstruasi sehingga keluarga kurang memberi penjelasan kepada remaja putri mereka tentang cara dalam menghadapi menarche dan kurangnya pemahaman pengalaman tentang cara menghadapi menarche.

Dari hasil penelitian keluarga juga sebagian besar bekerja sehingga sebagian besar remaja putri tersebut memperoleh dukungan keluarga yang kurang dari keluarganya karena sebagian orang tua mereka sibuk bekerja dan kurangnya pengetahuan yang diberikan kepada remaja putrinya. Menurut (Struat and Sundeen, (2000) Tingkat pendidikan rendah pada seseorang akan menyebabkan orang tersebut mudah mengalami kecemasan, semakin tingkat pendidikannya tinggi akan berpengaruh terhadap kemampuan berfikir.

Keluarga atau orang tua diharapkan mampu memberikan pengalaman kepada anak dalam berbagai bidang kehidupan sehingga anak memiliki informasi yang banyak. Cara-cara yang digunakan dengan memberikan kesempatan kepada anak untuk merealisasikan ide-idenya, menghargai ide tersebut dan memuaskan dorongan keingintahuan anak (Ali. 2009).

Hal ini seperti yang dikemukakan oleh Friedman (2000), yang menyebutkan bahwa ada 4 jenis dukungan sosial keluarga yaitu

dukungan informatif, dukungan emosional, dukungan instrumental, dan penghargaan. Dengan adanya dukungan keluarga meskipun dalam kategori sedang maka akan mampu membantu remaja putri usia pubertas di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta dalam menghadapi menarche nanti. Seperti yang telah dikemukakan oleh Kuntjoro (2002), bahwa dukungan keluarga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologi dan penyesuaian diri dengan rasa memiliki, meningkatkan dan memelihara kesehatan fisik, dapat mengelola stress dan tekanan serta dapat meningkatkan produktifitas.

## Kecemasan remaja putri usia pubertas dalam menghadapi menarche di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta

Berdasarkan hasil penelitian yang bisa ditinjau dari tabel 4.7 dapat dilihat dari 34 responden, 16 responden (47,1%) adalah cemas ringan, 11 responden (32,4%) adalah cemas sedang, dan 7 responden (20,6%) adalah cemas berat. Dari hasil penelitian pada kecemasan remaja putri sebagian besar remaja putri mengalami kecemasan ringan dikarenakan sebagian dari remaja putri tersebut mengatakan sudah mendapatkan informasi dan mengetahui dari temannya sehingga sebagian dari remaja putri tersebut sudah bisa memahami tentang menarche. Pada penelitian ini remaja putri mengalami kecemasan disebabkan ketidak siapan mental karena perubahan-perubahan fisik dan psikologinya terkait menarche. Remaja tersebut merasa malu karena ejek teman-temannya, merasa takut tiba-tiba keluar darah dari vagina, dan bingung belum tau cara memakai pembalut. Menurut (Struat and Sundeen, (2000) Dukungan sosial dan lingkungan

sebagai sumber koping, dimana kehadiran orang lain dapat membantu seseorang mengurangi kecemasan dan lingkungan mempengaruhi area berfikir seseorang.

Wanita yang merasa cemas dalam menghadapi menarche nantinya akan memiliki tingkat kesiapan yang lebih rendah jika dibandingkan dengan wanita yang tidak mencemaskannya, sehingga sangatlah penting bagi remaja putri usia pubertas mendapatkan pemahaman tentang menarche agar tidak terjadi perasaan takut yang berlebih dalam menghadapi menarche kelak.

### **Hubungan dukungan keluarga dengan kecemasan remaja putri usia pubertas dalam menghadapi menarche di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2011**

Hasil dari pengujian hipotesis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kecemasan remaja putri usia pubertas dalam menghadapi menarche di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2011 dengan kecemasan hubungan sedang.

Ditinjau dari tabel 4.6 dan tabel 4.7 dapat diketahui bahwa memang ada keterkaitan antara dukungan keluarga dengan kecemasan remaja putri usia pubertas dalam menghadapi menarche. Hal ini signifikan dengan teori yang dikemukakan oleh Kuntjoro (2002), bahwa memasuki masa pubertas maka keluarga menjadi penting dan berharga sehingga akan menambah harga diri dan ketentraman hidup seseorang. Seseorang yang mempunyai dukungan yang tinggi maka akan kurang menilai situasi penuh stress dan tidak memperdulikan banyak stress yang dialami. Sehingga semakin tinggi dukungan keluarga maka semakin rendah tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi menarche.

Perubahan-perubahan yang terjadi menjelang menarche baik fisik maupun psikologi yang dapat menimbulkan stress fisik maupun stress kejiwaan yaitu kecemasan. Perubahan emosi yang tidak stabil dari kecemasan remaja putri usia pubertas dalam menghadapi menarche sangat membutuhkan dukungan dari keluarga, karena dukungan keluarga merupakan dukungan natural atau alami yang memiliki makna penting dalam kehidupan seseorang yang tidak didapatkan dari lingkungan luar. Seperti yang dikemukakan oleh Roor dan Dooley (cit Kuntjoro, 2002), menyatakan bahwa dukungan keluarga yang natural diterima seseorang melalui interaksi sosial dalam kehidupannya secara spontan dengan orang-orang yang berbeda disekitarnya dan dukungan ini bersifat apa adanya tanpa dibuat-buat sehingga mudah diperoleh dan bersifat spontan.

Pengetahuan tentang menarche sangat dibutuhkan untuk memenuhi keinginan tuannya dalam meminimalkan kecemasan, karena menarche pasti akan dialami oleh semua wanita, sehingga masa demi masa yang harus dilalui harus dipersiapkan terlebih dahulu dari gejala-gejala menarche, perubahan-perubahan yang terjadi dan apa yang harus dilakukan dalam menghadapi menarche. Seperti yang dikemukakan oleh Cholimah (2002), informasi yang diberikan untuk meningkatkan tingkat pengetahuan seseorang yang kemudian akan menjadi dasar bagi orang tersebut melakukan sesuatu hal dalam kehidupannya untuk berbagai tujuan.

Hasil penelitian ini didukung pada hasil penelitian Mutmainah (2005), menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara hubungan kecemasan dengan menghadapi tes dengan optimis, religiusitas dan dukungan sosial di Madrasah Aliyah

As-Sa'adah Bunga Gresik. Meskipun terdapat perbedaan dalam salah satu variabelnya yaitu dukungan keluarga akan tetapi mempunyai sedikit kecemasan dalam pokok masalah yaitu kecemasan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Dukungan keluarga terhadap remaja putri usia pubertas dalam menghadapi menarche di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2011, mayoritas sedang yaitu 20 responden atau 58,8% dari seluruh responden.
2. Kecemasan remaja putri dalam menghadapi menarche di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2011, mayoritas kecemasan ringan yaitu 16 responden atau 47,1% dari seluruh responden.
3. Ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kecemasan remaja putri usia pubertas dalam menghadapi menarche. Diperoleh harga  $\tau = 0,408$  ( $\tau > 0$ ) dan memiliki taraf signifikansi sebesar  $p = 0,011$  ( $p < 0,05$ ),  $Z_{hitung} > Z_{tabel}$  ( $3,458 > 1,96$ ), sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa  $H_0$  ditolak,  $H_a$  diterima, artinya ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kecemasan remaja putri usia pubertas dalam menghadapi menarche di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta Tahun 2011.

## SARAN

1. Bagi Keluarga  
Keluarga dapat lebih memberikan dukungan maupun perhatian dan informasi terhadap remaja putri usia pubertas sehingga dapat menghadapi

menarche, sehingga nantinya tidak akan terjadi kecemasan yang dapat mengganggu kehidupannya maupun keluarga.

### 2. Bagi Remaja

Dapat memahami informasi dalam menghadapi kecemasan remaja putri usia pubertas dalam menghadapi menarche sehingga dapat menyikapi dengan baik.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

- a. Diharapkan dapat memperbaiki dan mengantisipasi segala kelemahan yang ada dalam penelitian ini.

- b. Diharapkan pada penelitian selanjutnya dapat menggunakan kuesioner dalam menggunakan metode wawancara sehingga aspek-aspek dalam penelitian dapat diteliti lebih dalam.

- c. Dapat meneliti lebih jauh faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kecemasan pada remaja putri usia pubertas selain dukungan keluarga sehingga peneliti selanjutnya dapat berkembang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi Drs. H. Abu, Sholeh Drs. Munawar. 2005. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktik, edisi revisi VI*. Jakarta: Rineka Karya
- Atikah Proverawati, Siti Misaroh. 2009. *Menarche menstruasi pertama penuh makna: Yogyakarta* : Muha Medika.
- Aulia, 2009. *Kupas tuntas Menstruasi*. Yogyakarta: Milestone Publishing House

- Bobak. (2004). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Edisi : keempat. Jakarta: EGC.
- Hawari, D. (2006). *Psikiatri Manajemen Stres, Cemas & Depresi*. Jakarta : FK UI.
- Hidayat. (2007). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Salemba Medika. Jakarta.
- Jones, D. L. 2005. *Setiap Wanita*. Jakarta: PT. Delapratasa Publishihing.
- Kartono K, 2006. *Psikologi Wanita 1 Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*. Bandung : CV Mandar Maju
- Mansjoer, Arif M. 2005. *Kapita Selekta Kedokteran Jilid I, Cetakan Ketujuh*. Jakarta : Media Aesculapius.
- Muhammad Al-Mighwar. M. Ag, 2006. *Psikologi Remaja*. Bandung: Pustaka Setia
- Nursalam. (2008). *Konsep & penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Prawirohardjo, Sastro. 2007. *Ilmu Kandungan Edisi Kedua, Cetakan V*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka.
- Soetjningsih. 2004. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta : Sagung Seto
- Stuart. (2006). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Edisi : Lima. Jakarta : EGC.
- Stuart and Sundeen, (2000). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta. EGC.
- Sudiharto, 2007. *Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Pendekatan Keperawatan Transkultural*. EGC, Jakarta
- Sugiyono. (2007). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suliswati. (2005). *Konsep Dasar Keperawatan Jiwa*. Jakarta : EGC.
- Suprajitno (2004). *Asuhan Keperawatan Keluarga*. EGC. Jakarta.
- Friedman, 2000. <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/108/jtptunimus-gdl-budiwurtin-5362-3-bab2.pdf>. Diunduh tanggal 10 februari 2011.
- Kuntjoro. 2002. *Masalah Kesehatan Jiwa Lansia*. [http://www.e\\_psikologi.com](http://www.e_psikologi.com). Diunduh pada tanggal 10 februari 2011.