

# GAMBARAN PERAN KELUARGA TERHADAP TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI USIA 11-14 TAHUN DALAM MENGHADAPI MENSTRUASI PERTAMA DI DESA TUNTUNGAN I TAHUN 2019

**NOVELA WIDA ANATASIA**

Jurusan Keperawatan Poltekes Kemenkes Medan

## ABSTRAK

Peran Keluarga merupakan hal penting yang harus dijalankan dan dipatuhi oleh setiap anggota keluarga. Kecemasan merupakan salah satu sikap alamiah yang dialami oleh setiap manusia sebagai bentuk respon dalam menghadapi ancaman dan gangguan cemas. Menstruasi pertama merupakan haid yang pertama kali terjadi pada dinding rahim dan yang dikenal dengan istilah darah haid. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran Peran Keluarga terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri Usia 11-14 tahun dalam Menghadapi Menstruasi Pertama di Desa Tuntungan I Tahun 2019 . Jenis penelitian deskriptif dengan menggunakan desain *cross sectional*. Pengambilan sampel *Random Sampling*, Sampel dalam penelitian ini berjumlah 31 responden. Pengumpulan data yang dapat dianalisa secara manual melalui editing, coding, entry, dan tabulating yang disajikan dalam distribusi frekuensi. Setelah dilakukan penelitian peran keluarga terhadap tingkat kecemasan remaja putri usia 11-14 tahun dalam menghadapi menstruasi pertama di Desa Tuntungan I Tahun 2019 di peroleh hasil bahwa peran keluarga berdasarkan asih mayoritas responden pada tidak berperan sebanyak 23 responden dan minoritas responden yang berperan sebanyak 8 responden sedangkan peran keluarga berdasarkan asuh 22 responden mayoritas tidak berperan dan responden yang minoritas berperan sebanyak 9 responden serta peran keluarga berdasarkan asah mayoritas yaitu sebanyak 25 responden dan Minoritas sebanyak 6 responden. Dan pada tingkat kecemasan mayoritas responden mengalami tingkat Kecemasan sedang dan kecemasan berat sebanyak 11 responden serta minoritas responden yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 2 responden dan yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 7 responden. Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian peran keluarga terhadap tingkat kecemasan remaja putri usia 11-14 tahun di Desa Tuntungan I Tahun 2019 terdapat perbedaan peran keluarga terhadap tingkat kecemasan remaja putri berdasarkan asih, asuh, dan asah. Saran yang dapat diambil adalah untuk meningkatkan peranan keluarga yaitu menurunkan tingkat kecemasan remaja putri saat menstruasi pertama, bagi responden diharapkan dapat menambah informasi dan masukan atau wawasan dalam menghadapi menstruasi pertama.

**Kata Kunci** : *Peran Keluarga, Tingkat Kecemasan, Menstruasi Pertama, Remaja Putri*

## ABSTRACT

The role of the family is an important thing that must be carried out and obeyed by every family member. Anxiety is one of the natural attitudes experienced by every human being as a form of response in the face of threats and anxiety disorders. Menarche is menstruation the first time that occurs in the uterine wall and is known as menstrual blood. Research purposes This is to find out the description of the role of the family in the level of anxiety for young women aged 11-14 years in dealing with the first menstruation in Tuntungan I Village in 2019. Types of Research descriptive by using cross sectional design. Sample *Random Sampling*, Sample in this study there were 31 respondents. Data collection can be analyzed manually through editing, coding, entry, and tabulating which are presented in the frequency distribution. After researching the role of the family on the level of anxiety of young women aged 11-14 years in facing the first menstruation in Tuntungan I Village in 2019 the results showed that the family role was based on the majority of respondents who did not play 23 respondents and a minority of respondents had 8 respondents while Foster family's role based on 22 respondents, the majority did not play a role and minority respondents had a role of 9 respondents and the family role was based on the majority of the respondents as many as 25 respondents and Minorities as many as 6 respondents. And at the level of anxiety the majority of respondents experienced moderate anxiety levels and severe anxiety as many as 11 respondents and a minority of respondents who did not experience anxiety as much as 2 respondents and those who experienced mild anxiety as many as 7 respondents. Conclusion which can be taken from the research of the role of the family on the level of anxiety of young women aged 11-14 years in Tuntungan I Village. In 2019 there were differences in the role of the family towards the level of anxiety of young women based on love, fostering, and sharpening. Suggestion that can be taken is to increase the role of the family that is reducing the level of anxiety of young women during the first menstruation, for respondents expected to be able to add information and input or insight in dealing with the first menstruation.

**Keywords** : *The Role of Families, Anxiety Levels, First Menstruation, Young Women*

---

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang

Peran keluarga yang diberikan kepada remaja akan mempengaruhi kecemasan dan kesiapan remaja putri tersebut. Hal ini dikarenakan anggota keluarga merupakan orang yang paling dekat bagi remaja sehingga komunikasi pada halhal yang sensitif akan lebih terbuka. Keluarga berperan aktif dalam mengetahui kondisi remaja putri, baik fisik maupun psikologisnya karena keluarga bersifat

saling ketergantungan satu anggota keluarga dengan anggota keluarga lainnya Menurut Nainggolan & Tambunan,2013 : 2 ( Dalam jurnal Gladys Salangka 2018)

Tingkat kecemasan merupakan pengalaman emosi yang tidak menyenangkan yang datang dari dalam bersifat meningkat menggelisahkan dan menakutkan yang tidak diketahui oleh individu. Perasaan ini disertai oleh komponen somatik,fisiologis,otomatik,biokimiawi,horm

---

onal, perilaku (Stuart dan Laraira, 2002). Menurut Stuart dan Sundeen (2002) menyatakan bahwa kehadiran orang lain dapat membantu seseorang mengurangi kecemasan dan lingkungan mempengaruhi area berfikir seseorang.

Menarche adalah peristiwa ketika seorang anak perempuan mengalami haid atau datang bulan yang pertama kali. Menarche adalah perdarahan pertama dari uterus yang terjadi pada seorang wanita. Menurut Wiknjastro, 2005 : 184 (Dalam jurnal Ida Nilawati 2013) Menarche atau menstruasi pertama terjadi akibat proses sistem hormonal yang kompleks, setelah panca indra menerima rangsangan yang diteruskan ke pusat dan diolah oleh hipotalamus, dilanjutkan dengan hipofise memulai sistem portal dikeluarkan hormon gonadotropin perangsang folikel dan leutenizing hormon (LH) untuk merangsang indung telur. Pencapaian kematangan seksual ditandai dengan produksi semen yang biasanya timbul dalam bentuk mimpi basah (pada pria) datangnya menstruasi (pada wanita). Menurut Makhfudli, 2009 : 105 ( Dalam jurnal Sri Sundari 2016)

Dalam penelitian yang dilakukan oleh badan kesehatan dunia World Health Organization (WHO) sekitar seperlima dari penduduk dunia dari remaja berumur 10-19 tahun sudah mengalami menstruasi (Effendi & Makhfudli, 2009). Di Indonesia usia remaja pada waktu menarche bervariasi

antara 10 hingga 16 tahun dan rata-rata menarche pada usia 12 tahun 5 bulan. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2010 menyebutkan rata-rata usia menarche di Indonesia pada perempuan yang berumur 10 sampai 59 tahun adalah berusia 13 tahun yang berjumlah 20% dan di Provinsi Riau usia menarche remaja putri berada pada rentang usia 13-14 tahun yaitu sebanyak 41,2%. Menurut Mardiyah, 2012 : 1008 ( Dalam jurnal Desti Ramatika Abadi 2015)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Tuntungan I Kecamatan Medan Tuntungan pada tanggal 07 Januari 2018, diperoleh lima belas remaja putri, sepuluh diantara lima belas remaja putri sudah mengalami menstruasi, dan lima remaja putri belum mendapat menstruasi. Menurut data yang di dapatkan dari remaja putri empat orang tidak merasa cemas menghadapi menarche dan enam remaja putri mengatakan bahwa merasa cemas menghadapi menstruasi. Remaja putri mengatakan cemas yang mereka rasakan karna takut akan melihat darah yang keluar dari kemaluan dan takut merasakan nyeri pada saat menstruasi. Saat mereka merasa cemas tentang masalah menstruasi mereka biasa menceritakan tentang kecemasan yang mereka rasakan pada ibu, tetapi anak tidak mendapatkan pemahaman dari orang tua tentang proses dari menstruasi

---

sehingga anak masih merasa cemas dan takut mengalami menstruasi.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat deskriptif yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara objektif dengan desain “ *Cross Sectional* “ yaitu metode yang merupakan rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan untuk mengetahui gambaran peran keluarga terhadap tingkat kecemasan remaja putri usia 11-14 tahun dalam menghadapi menstruasi pertama di Desa Tuntungan I Tahun 2018.

Populasi penelitian ini adalah seluruh keluarga yang mempunyai remaja putri usia 11-14 tahun yang mengalami menstruasi pertama yang ada di Desa Tuntungan I Kecamatan Medan Tuntungan yang berjumlah 100 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *accidental sampling* di Desa Tuntungan dengan menggunakan rumus Slovin, Maka sampel yang diambil adalah 31 orang responden.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

#### Peran Keluarga Berdasarkan Asih

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Peran Keluarga Asih Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri pada Usia 11-14 Tahun dalam Menghadapi Menstruasi Pertama di Desa Tuntungan I Tahun 2019**

Peran	Frekuensi	Persentase
Tidak Berperan	23	74,2
Berperan	8	25,8
Total	31	100,0

Berdasarkan tabel 1 bahwa distribusi frekuensi berdasarkan peran keluarga asih diatas mayoritas responden Tidak Berperan sebanyak 23 responden (74,2).

#### Peran Keluarga Berdasarkan Asuh

**Tabel 2**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Peran Keluarga Asuh Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri pada Usia 11-14 Tahun dalam Menghadapi Menstruasi Pertama di Desa Tuntungan I Tahun 2019**

Peran	Frekuensi	Persentase
Tidak Berperan	22	71,0
Berperan	9	29,0
Total	31	100,0

Berdasarkan tabel 2 bahwa distribusi frekuensi berdasarkan peran keluarga asuh diatas dapat dilihat bahwa responden berdasarkan peran keluarga asuh yang tidak berperan sebanyak 22 responden (71.0%)

## Peran Keluarga Berdasarkan Asah

**Tabel 3**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Peran Keluarga Asah Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri pada Usia 11-14 Tahun dalam Menghadapi Menstruasi Pertama di Desa Tuntungan I Tahun 2019**

Peran	Frekuensi	Persentase
Tidak Berperan	25	80,6
Berperan	6	19,4
Total	31	100,0

Berdasarkan tabel 3 bahwa distribusi frekuensi berdasarkan peran keluarga asah diatas dapat dilihat bahwa responden terbanyak adalah keluarga yang tidak berperan sebanyak 25 responden (80,6).

## Tingkat Kecemasan

**Tabel 4**

## Tingkat Kecemasan Berdasarkan Asih

**Tabel 5**  
**Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Berdasarkan Asih Remaja Putri Dalam Menghadapi Menstruasi Pertama Di Desa Tuntungan I Tahun 2019**

		Asih		Total	
		Tidak berperan	Berperan		
TingkatKecemasan	Tidak ada kecemasan	Count	2	0	2
		% within Asih	8,7%	0,0%	6,5%
	Kecemasan ringan	Count	5	2	7
		% within Asih	21,7%	25,0%	22,6%
	Kecemasan sedang	Count	7	4	11
		% within Asih	30,4%	50,0%	35,5%

## Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menstruasi Pertama Di Desa Tuntungan I Tahun 2019

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Presentase
Tidak ada kecemasan	2	6,5
Kecemasan ringan	7	22,6
Kecemasan sedang	11	35,5
Kecemasan berat	11	35,5
Total	31	100,0

Berdasarkan tabel 5 bahwa distribusi frekuensi berdasarkan tingkat kecemasan diatas dapat diketahui bahwa jumlah responden berdasarkan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi menstruasi pertama mayoritas mengalami Kecemasan sedang dan kecemasan berat sebanyak 11 responden (35,5).

Kecemasan Berat	Count	9	2	11
	% within Asih	39,1%	25,0%	35,5%
Total	Count	23	8	31
	% within Asih	100,0%	100,0%	100,0%

Berdasarkan tabel 5 bahwa distribusi frekuensi berdasarkan tingkat kecemasan berdasarkan asih diatas dapat dilihat bahwa responden terbanyak adalah tingkat kecemasan sedang dan tingkat kecemasan berat sebanyak 11 responden (35,5).

### Tingkat Kecemasan Berdasarkan Asuh

**Tabel 6**  
**Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Berdasarkan Asuh Remaja Putri Dalam Menghadapi Menstruasi Pertama Di Desa Tuntungan I Tahun 2019**

**Crosstab**

			Asuh		Total
			Tidak berperan	Berperan	
Tidak ada kecemasan	Count	1	1	2	
	% within Asuh	4,5%	11,1%	6,5%	
Kecemasan ringan	Count	7	0	7	
	% within Asuh	31,8%	0,0%	22,6%	
Kecemasan sedang	Count	5	6	11	
	% within Asuh	22,7%	66,7%	35,5%	
Kecemasan Berat	Count	9	2	11	
	% within Asuh	40,9%	22,2%	35,5%	
Total	Count	22	9	31	
	% within Asuh	100,0%	100,0%	100,0%	

Berdasarkan tabel 6 bahwa distribusi frekuensi berdasarkan tingkat kecemasan berdasarkan asuh diatas dapat dilihat bahwa responden terbanyak adalah tingkat kecemasan sedang dan tingkat kecemasan berat sebanyak 11 responden (35,5).

---

## Tingkat Kecemasan Berdasarkan Asah

**Tabel 7**  
**Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Berdasarkan Asah Remaja Putri Dalam Menghadapi Menstruasi Pertama Di Desa Tuntungan I Tahun 2019**

**Crosstab**

			Asah		Total
			Tidak berperan	Berperan	
TingkatKecemasan	Tidak ada kecemasan	Count	1	1	2
		% within Asah	4,0%	16,7%	6,5%
	Kecemasan ringan	Count	6	1	7
		% within Asah	24,0%	16,7%	22,6%
	Kecemasan sedang	Count	8	3	11
		% within Asah	32,0%	50,0%	35,5%
	Kecemasan Berat	Count	10	1	11
		% within Asah	40,0%	16,7%	35,5%
Total	Count	25	6	31	
	% within Asah	100,0%	100,0%	100,0%	

Berdasarkan tabel 5 bahwa distribusi frekuensi berdasarkan tingkat kecemasan berdasarkan asah diatas dapat dilihat bahwa responden terbanyak adalah tingkat kecemasan sedang dan tingkat kecemasan berat sebanyak 11 responden (35,5).

### **Pembahasan**

#### **Peran Keluarga**

Fungsi dan peran keluarga merupakan hal penting yang harus dijalankan dan dipatuhi oleh setiap anggota keluarga. Jika salah satu anggota keluarga tidak kuat atau tekendala, maka organisasi keluarga juga akan terhambat dan akan berakibat buruk atau tertundanya tujuan yang sudah di rencanaka. Menurut Maria Bakri,2018: (Dalam buku Asuhan Keperawatan Keluarga 2018).

Keluarga sangat berperan penting dalam membentuk karakter individu dalam sebuah masyarakat sehingga dalam keluarga masing-masing anggota keluarga harus saling memperhatikan pendidikan, kesehatan, dan gaya hidup anggota keluarganya. Menurut Maria Bakri,2018: (Dalam buku Asuhan Keperawatan Keluarga 2018).

Keluarga menjadi bagian terpenting dalam sistem sosial kemasyarakatan, bahkan dalam sistem ekonomi. Meski keberadaannya merupakan

---

bagian terkecil, tetapi keluarga memiliki peran sebagai kunci. Tanpa adanya keluarga maka sistem sosial tidak akan terbentuk. Hal ini karena terbentuknya sebuah masyarakat yang dimulai dari adanya keluarga. Menurut Maria Bakri, 2018: (Dalam buku Asuhan Keperawatan Keluarga 2018).

Menurut Effendy (via Dion dan Betan, 2013) ada 3 peranan pokok keluarga terhadap anggota keluarganya, yaitu :

### **Peran Keluarga Asih**

Hasil penelitian peran keluarga berdasarkan asih yang dilakukan pada 31 responden diperoleh hasil keluarga yang tidak berperan sebanyak 23 responden (74.2%) dan keluarga yang berperan sebanyak 8 responden (25.8%) mayoritas responden yang tidak berperan berdasarkan keluarga asih sebanyak 23 responden (74,2%). Hal ini dikarenakan dalam penelitian ini lebih menekankan pada keluarga yang tidak berperan.

Menurut analisa penelitian dari (Friedman, 2010) keluarga memberikan peranan yang asih terhadap responden dikarenakan keluarga belum menjalankan fungsinya dengan baik kepada setiap anggota keluarganya termasuk pada anaknya. Adapun fungsi yang dijalankan oleh keluarga adalah fungsi afektif yang merupakan sumber kekuatan dasar serta

pemenuhan kebutuhan psikologis dari keluarga untuk anggota keluarga lainnya, fungsi sosialisasi, fungsi reproduksi, fungsi ekonomi serta perawatan dari keluarga (Friedman, 2010). Dalam Jurnal (Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche. Vol 2 No 2, Oktober 2015).

Pada peranan asih juga sangat ditekankan tentang pemberian kasih sayang kepada anak, perasaan aman, kehangatan kepada anggota keluarga, sehingga jika terpenuhi peran keluarga asih pada anggota keluarga khususnya kepada anak maka memungkinkan mereka tumbuh dan berkembang sesuai dengan usia dan juga dengan kebutuhan anggota keluarga. Menurut Maria Bakri, 2018: (Dalam buku Asuhan Keperawatan Keluarga 2018).

### **Peran Keluarga Asuh**

Berdasarkan hasil penelitian peran keluarga berdasarkan asuh yang dilakukan terhadap 31 responden keluarga yang tidak berperan sebanyak 22 responden (71.0%) dan keluarga yang berperan sebanyak 9 responden (29.0%) dan dari hasil penelitian diperoleh bahwa responden dengan peran keluarga yang tidak berperan lebih mayoritas di bandingkan dengan responden dengan dukungan keluarga yang berperan.

---

Responden dengan keluarga yang tidak berperan sebanyak 22 responden (71.0%).

Hal ini dikarenakan dalam penelitian ini lebih menekankan pada keluarga yang tidak berperan. Menurut analisa peneliti, keluarga memberikan peranan yang asih terhadap responden dikarenakan keluarga belum menjalankan fungsinya dengan baik kepada setiap anggota keluarganya termasuk pada anaknya.

Menurut Ali (2009) mengemukakan bahwa peran keluarga sangat penting bagi anggota keluarga yang sedang mengalami masalah kesehatan, karena peranan orang tua yang baik dalam pemahaman menstruasi dan permasalahannya cenderung akan memberikan persepsi remaja putri yang baik tentang menarche dibandingkan dengan orang tua yang kurang memperhatikan anaknya (Wulandari, 2008).

Keluarga atau orang tua diharapkan mampu memberikan pengalaman kepada anak dalam berbagai bidang kehidupan sehingga anak memiliki informasi yang banyak dalam menghadapi menarche.

Sejalan dengan penelitian Aboyeji (2015) keluarga mempunyai peranan yang besar dalam memberikan informasi tentang perkembangan pada remaja, oleh karena itu keluarga diharapkan dapat memberikan

peranan emosi sehingga remaja merasa nyaman dan tidak takut untuk mengalami perkembangan terutama pada remaja putri yaitu dengan datangnya menstruasi pertama (menarche).

Pada peranan asuh ini juga sangat ditekankan tentang dimana orangtua harus bisa memenuhi kebutuhan pemeliharaan dan perawatan pada anak atau pun pada anggota keluarga yang lain agar kesehatannya selalu terpelihara, sehingga anggota keluarga termasuk anak remaja putri terhindar dari penyakit dan mereka tumbuh menjadi anak-anak yang sehat, baik fisik, mental, sosial, dan spiritual. Menurut Maria Bakri, 2018: (Dalam buku Asuhan Keperawatan Keluarga 2018).

### **Peran Keluarga Asah**

Berdasarkan hasil penelitian peran keluarga berdasarkan asah yang dilakukan terhadap 31 responden keluarga yang tidak berperan sebanyak 25 responden (80.6%) dan keluarga yang berperan sebanyak 6 responden (19.4%) diperoleh bahwa responden dengan peran keluarga yang tidak berperan lebih mayoritas dibandingkan dengan responden dengan dukungan keluarga yang berperan. Responden dengan dukungan keluarga yang tidak berperan sebanyak 25 responden (80.6%).

---

Hal ini dikarenakan dalam penelitian ini lebih menekankan pada keluarga yang tidak berperan. Menurut analisa peneliti, keluarga memberikan peranan yang asah terhadap responden dikarenakan keluarga belum menjalankan fungsinya dengan baik kepada setiap anggota keluarganya termasuk pada anaknya. Banyaknya keluarga yang dikategorikan mendukung dikarenakan sebagian besar belum mengetahui menstruasi dengan baik walaupun ibunya sudah mengalami menstruasi pertama dan mereka sudah melupakan bagaimana tanda dan gejala awal mereka ketika mengalami menstruasi pertama.

Maka berdasarkan kurangnya pengetahuan dan pengalamannya tersebut orangtua khususnya ibu kurang banyak maupun tidak memberikan masukan dan informasi tentang menarche kepada putrinya agar tidak cemas dan takut dalam menghadapinya. Menurut (Jurnal Ilmiah Kebidanan, Vol. 4 No. 1 Edisi Desember 2013, hlm. 178-189).

Umumnya anak perempuan akan memberi tahu orangtua khususnya ibunya saat menstruasi pertama kali (Santrock, 2003). Namun tidak semua orangtua ataupun ibu memberikan informasi yang memadai kepada putrinya. Sebagian orangtua ataupun 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).

Pada peranan asah ini juga sangat ditekankan tentang orangtua harus mampu memenuhi kebutuhan pada anak khususnya dalam hal pendidikan anak, sehingga mereka siap menjadi manusia yang dewasa, yang mandiri dalam mempersiapkan masa depannya. Menurut Maria Bakri, 2018: (Dalam buku Asuhan Keperawatan Keluarga 2018).

### **Tingkat Kecemasan**

Tingkat Kecemasan adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawtiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas, kepribadian masih tetap utuh (tidak mengalami keretakan kepribadian) perilaku sapat terganggu tetapi masih dalam batasan-batasan normal. (Prof. Dr.H.Dadang Hawari, Psikiater, 2018).

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa 2 responden (6.5%) tidak mengalami

---

kecemasan atau adanya rasa gelisah atau rasa takut yang ada pada dirinya, dan pada hasil penelitian ini juga didapatkan hasil kecemasan ringan 7 responden (22,6%). Perasaan bingung, gelisah, cemas, dan tidak nyaman selalu menyelimuti perasaan seseorang yang mengalami menarche (Proverawati & Misaroh, 2009). Cemas adalah suatu perasaan yang tidak pasti dan tidak berdaya yang timbul karena adanya rasa khawatir yang tidak jelas dan tidak mempunyai objek spesifik yang dialami secara objektif serta dikomunikasikan secara interpersonal (Stuart & Sudden, 2007).

Dalam penelitian ini terdapat 11 responden (35,5%) yang mengalami tingkat kecemasan sedang. Kecemasan merupakan pengalaman emosi yang tidak menyenangkan yang datang dari dalam bersifat meningkat menggelisahkan dan menakutkan yang tidak diketahui oleh individu. Perasaan ini disertai oleh komponen somatik fisiologis, otomatis, biokimiawi, hormonal, perilaku (Stuart dan Laraira, 2002). Menurut Stuart dan Sundeen (2000) menyatakan bahwa kehadiran orang lain dapat membantu seseorang mengurangi kecemasan dan lingkungan mempengaruhi area berfikir seseorang.

Dalam penelitian ini terdapat 11 responden (35,5%) yang mengalami cemas berat dalam menghadapi menarche. Hal ini sesuai dengan penelitian Dewati (2015)

yang melihat ada beberapa tema terkait dengan pengalaman remaja putri menghadapi menarche. Salah satunya adalah dominasi perasaan remaja putri saat menarche dan kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche. Dalam tema dominasi perasaan remaja putri dalam menghadapi menarche dijelaskan bahwa remaja putri yang menghadapi menarche merasa bingung, kaget, takut, merasa bad mood dan merasa panik.

Maka berdasarkan hasil penelitian tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi menstruasi pertama yang dilakukan terhadap 31 responden bahwa 2 responden (6,5%) tidak mengalami kecemasan, hasil kecemasan ringan 7 responden (22,6%), terdapat 11 responden (35,5%) yang mengalami tingkat kecemasan sedang, dan juga terdapat 11 responden (35,5%) yang mengalami cemas berat dalam menghadapi menarche. Maka diperoleh bahwa responden dengan tingkat kecemasan sedang dan kecemasan berat sebanyak 11 responden (35,5%).

Adapun gejala dan tanda-tanda cemas berat tidak berbeda jauh dengan tanda dan gejala panik. Angka kecemasan ini dapat diakibatkan karena belum ada kesiapan dari remaja putri tersebut dalam menghadapi menarche. Penelitian Dewati (2015) dalam tema kesiapan menghadapi menarche, semua remaja putri dalam penelitiannya mengatakan belum siap untuk

---

menghadapi menarche tersebut. Hal ini berbanding terbalik dengan penelitian Muriyana (2008) yang menyampaikan dalam penelitiannya bahwa dalam salah satu tema yaitu kesiapan menghadapi menarche, remaja putri telah bersedia mengalami menarche pada usia 11-12 tahun serta merasa siap dengan adanya perubahan fisik setelah menarche dengan alasan remaja menganggap menarche merupakan suatu tanda dimana remaja sudah tumbuh dewasa.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini, maka didapat beberapa kesimpulan yaitu :

1. Bahwa berdasarkan peran keluarga asih adalah mayoritas responden tidak berperan.
2. Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa berdasarkan peran keluarga asuh mayoritas pada kategori tidak berperan.
3. Mayoritas responden berdasarkan peran keluarga asah yaitu tidak berperan.
4. Berdasarkan hasil penelitian bahwa mayoritas responden mengalami tingkat Kecemasan sedang dan Kecemasan berat.

### **Saran**

Setelah melakukan penelitian terhadap Gambaran Peran Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Remaja Putri Usia 11-14 Tahun Dalam Menghadapi Menstruasi Pertama di Desa Tuntungan I Tahun 2019 maka penulis menyarankan :

1. Bagi Responden  
Sebagai informasi dan masukan agar remaja putri pada usia 11-14 tahun dapat lebih terbuka kepada keluarga ataupun petugas kesehatan.
2. Untuk Peneliti  
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman yaitu gambaran peran keluarga terhadap tingkat kecemasan remaja putrid usia 11-14 tahun dalam menghadapi menstruasi pertama.
3. Terhadap Institusi
4. Sebagai bahan referensi di perpustakaan Politeknik Kesehatan Kemenkes Jurusan Keperawatan Medan.

### **Daftar Pustaka**

- Bakhri, Maria. 2018. *Asuhan Keperawatan Keluarga* 2018
- Desti, Ramatika, Abadi, Dewi, Pristiana, Ari, Nurcahayati. 2015. *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat*

---

*Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche*. Jom Vol 2, No.2, Oktober 2015

Effendy. 2013. *Asuhan Keperawatan Keluarga* 2018

Elvira,Sylvia. 2018. *Sindrom Pra-Menstruasi Normal*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI

Dadang,Psikiater.2018. *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI

Hawari, Dadang, Psikiater.2018. *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI

Hawari.2001. *Hubungan Dukungan Ibu Kecemasan Remaja Menghadapi Menarche di SD Negeri Lomanis 01 Kecamatan Cilacap Tengah Kabupaten Cilacap*. Jurnal Ilmu Kebidanan Vol 4, No. 1:178-189

Hurlock. 2002. *Hubungan Dukungan Ibu Kecemasan Remaja Menghadapi Menarche di SD Negeri Lomanis 01 Kecamatan Cilacap Tengah Kabupaten Cilacap*. Jurnal Ilmu Kebidanan Vol 4, No. 1:178-189

Ida, Nilawati, Sumarni, Santjaka, Aris.2016. *Hubungan Dukungan Ibu Kecemasan Remaja Menghadapi Menarche di SD Negeri Lomanis 01 Kecamatan Cilacap Tengah Kabupaten Cilacap*. Jurnal Ilmu Kebidanan Vol 4, No. 1:178-189

Makhfudli. 2009. *Hubungan Dukungan Orang Tua tentang Menarche Pada Siswi sekolah Dasar*. Jurnal Ilmu Kebidanan Jilid 3, No. 2: 104-110

Notoatmodjo, S.2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

Proverawati, Atikah, Misaroh, Siti.2017. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika

Salangka, Gladys, Rompas, Sefti, Regar, Maria. 2016. *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche di SMPN1 Kawangkoan*. Jurnal Keperawatan Vol 6, No. 1,Februari 2018

Saryono, Sejati, Waluyo. 2016. *Sindrom Premenstruasi*. Yogyakarta: Nuha Medika

Sri, Sundari, Panjaitan, Naomi. 2016. *Hubungan Dukungan Orang Tua tentang Menarche dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche pada Siswi Sekolah Dasar*. Jurnal Ilmu Kebidanan Jilid 3, No. 2: 104-110

Tambunan, Nainggolan.2013. *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kesiapan remaja Putri dalam Menghadapi Menarche di SMPN1 Kawangkoan*. Jurnal Keperawatan Vol 6, No. 1,Februari 2018