

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menarche adalah haid yang pertama kali terjadi pada wanita, dimana hal tersebut merupakan ciri khas dari kedewasaan seorang wanita yang sehat dan tidak hamil. *Menarche* merupakan menstruasi pertama yang terjadi pada rentang usia 10-16 tahun dan terjadi pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa pubertas. Dimulainya *menarche* merupakan salah satu tanda bahwa masa subur remaja sudah dimulai (Proverawati and Misarah, 2009, p. 56).

Di Amerika Serikat mengatakan bahwa, 95% anak perempuan mempunyai tanda pubertas pada usia 10 sampai 15 tahun, tetapi sebagian besar anak perempuan mempunyai tanda pubertas pada usia 12,5 dan terjadi pertumbuhan fisik saat *menarche* (Sudjana, dkk 2015). Di Inggris rata-rata usia *menarche* adalah 12 tahun 11 bulan. Data dari *World Health Organization* (WHO) sekitar seperlima dari penduduk dunia adalah remaja yang berusia 10-19 tahun sudah mengalami *menarche* (Effendi & makhfudli, 2009).

Dari hasil sensus penduduk di Indonesia dengan total 237,6 juta jiwa penduduk ada 26,67% atau 63,4 juta jiwa adalah remaja. 49,30% dari total remaja tersebut berjenis kelamin perempuan dan usia yang dominan

adalah usia 10-24 tahun sekitar 60 juta jiwa atau 30% dari keseluruhan jumlah penduduk (BKKBN, 2007). Berdasarkan hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 ada 23% perempuan usia 12 tahun dan 7% usia 10-11 tahun sudah mengalami *menarche*.

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2010), mengatakan bahwa rata-rata usia perempuan mendapatkan *menarche* di Indonesia adalah 13 tahun. Ada juga yang mengatakan bahwa 5,2% anak-anak di 17 provinsi di Indonesia mengalami *menarche* di bawah usia 12 tahun sehingga Indonesia menempati urutan ke 15 dari 62 negara dengan penurunan usia *menarche* mencapai 0,145 tahun perdekade (Nofia, dkk 2016).

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2016 di Sumatera Selatan remaja perempuan ada 4.013.761 ribu jiwa, sedangkan pada tahun 2017 mengalami peningkatan yaitu remaja perempuan ada 4.066.248 ribu jiwa. Di Kota Palembang sendiri jumlah remaja perempuan pada tahun 2016 ada 799.081 jiwa, sedangkan pada tahun 2017 mengalami peningkatan yaitu remaja perempuan ada 809.390 jiwa.

Kecemasan merupakan keadaan suasana perasaan (*mood*) atau ditandai oleh gejala jasmaniah seperti ketegangan fisik dan kekhawatiran dan ketakutan tentang masa depan yang akan datang (Perestroika, Agustin and C, 2015). Kecemasan dapat bersumber dari ketidakmampuan diri dalam menghadapi suatu keadaan tertentu serta pandangan yang negatif akan lingkungan serta dirinya. Kecemasan merupakan reaksi psikologis yang dapat dialami oleh siapapun dan kapanpun, serta dimanapun. Apabila kecemasan yang dialami

individu sangat tinggi, justru akan sangat mengganggu keefektifan individu (Siregar, 2013).

Kecemasan sering dialami oleh anak dan remaja usia sekolah dengan tingkat prevalensi berkisar 4% sampai 25% dengan rata-rata 8% (Siregar, 2013). Berdasarkan beberapa survei, kecemasan remaja pada pubertas biasanya saat akan menghadapi menarche angkanya sekitar 5-50%. Hal ini dapat terjadi karena kurangnya informasi tentang menstruasi (Sudjana, Sawitri and Triyani, 2015).

Cara mengurangi kecemasan tersebut salah satunya adalah dengan meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang menstruasi sejak dini dengan pemberian informasi Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) khususnya tentang menstruasi (Perestroika, Agustin and C, 2015). Hasil penelitian (Sudjana, Sawitri and Triyani, 2015), menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan mampu menurunkan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi menarche atau ada pengaruh pendidikan kesehatan mengenai *menarche* terhadap penurunan kecemasan. Pendidikan kesehatan yaitu mengubah perilaku seseorang yang belum sesuai dengan prinsip-prinsip sehat atau prinsip-prinsip kesehatan Machfoedz, (2013, p.110). Penelitian lain menyatakan bahwa ada perbedaan tingkat kecemasan yang cukup signifikan antara kelompok perlakuan yang diberikan pendidikan kesehatan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan pendidikan kesehatan. Tingkat kecemasan kelompok perlakuan lebih rendah daripada tingkat kecemasan kelompok kontrol (Perestroika, Agustin and C, 2015).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan jumlah siswa-siswi kelas VII SMP Negeri 46 Palembang ada 350 orang yang terdiri dari 161 orang siswa dan 189 orang siswi. Siswi yang belum mengalami *menarche* atau menstruasi pertama berjumlah 46 orang. Peneliti mengambil penelitian di sekolah ini karena dari jumlah siswi lebih banyak dari jumlah siswanya. Hasil wawancara dari 10 siswi kelas VII yang belum *menarche* adalah mereka merasa cemas dan takut saat mengetahui bahwa mereka akan mengalami *menarche* dan mereka belum menstruasi sehingga takut nantinya tidak bisa hamil. Ada juga yang mengatakan cemas karena rasa nyeri pada saat menstruasi, takut dan tegang karena jijik dengan darah dan takut nanti tiba-tiba keluar darah dan bocor membasahi seragam mereka di sekolah. Menurut yang disampaikan oleh mereka bahwa peran orangtua yaitu ibu dan saudara perempuan seperti ayuk mengatakan bahwa belum saatnya mengalami *menarche* dan nanti bakalan menstruasi tetapi mereka mengatakan dari peran orangtua tidak pernah menjelaskan tentang *menarche* seperti apa, hanya bilang menstruasi itu sakit perut dan keluar darah. Kalau dari peran guru ruang UKS dan guru BK, guru Biologi bahwa belum pernah menjelaskan bagaimana itu *menarche* atau menstruasi pertama. Mereka mengatakan bahwa guru ruang UKS menyediakan tempat untuk khusus perempuan dan peralatan seperti pembalut kalau saja nanti tiba-tiba siswi mengalami *menarche* atau menstruasi pertama, peran guru biologi belum pernah menjelaskan tentang informasi menstruasi pertama dan tidak terdapat data yang menunjukkan bahwa ada siswi yang pernah ke guru ruang UKS, guru BK atau guru Biologi tetapi mereka

mengatakan bahwa jika nanti mengalami menstruasi pertama segera melapor ke ruang UKS, sedangkan ada 1 siswi yang mengatakan sedikit cemas santai karena nanti juga bakalan menstruasi.

Dari uraian diatas, bahwa *menarche* ini menimbulkan kecemasan tersendiri bagi seorang remaja putri maka dari itu peneliti ingin memberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche*. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti tentang “perbedaan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan pada siswi kelas VII di SMP Negeri 46 Palembang”.

B. Rumusan Masalah

Menarche adalah haid yang pertama kali terjadi pada wanita, dimana hal tersebut merupakan ciri khas dari kedewasaan seorang wanita yang sehat dan tidak hamil. *Menarche* merupakan menstruasi pertama yang terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa pubertas. Di Indonesia usia rata-rata perempuan mendapatkan *menarche* adalah 13 tahun (Riskerdas, 2010) dan di kota Palembang jumlah remaja perempuan pada tahun 2016 yaitu 799.081 jiwa, sedangkan tahun 2017 jumlah remaja perempuan yaitu 809.390 jiwa jadi disimpulkan bahwa adanya peningkatan jumlah remaja perempuan di kota Palembang dari tahun 2016 ke 2017 sebesar 0,64 % (BPS, 2016).

Kecemasan merupakan keadaan suasana perasaan (*mood*) atau ditandai oleh gejala jasmaniah seperti ketegangan fisik dan kekhawatiran dan ketakutan tentang masa depan yang akan datang. Kecemasan merupakan reaksi psikologis yang dapat dialami oleh siapapun dan kapanpun, serta dimanapun. remaja perempuan yang akan menghadapi *menarche* mengalami kecemasan sekitar 5-50%, hal ini terjadi akibat kurang informasi tentang menstruasi (Sudjana, Sawitri dan Triyani, 2015).

Cara mengurangi kecemasan tersebut salah satunya adalah dengan meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang menstruasi sejak dini dengan pemberian informasi Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) khususnya tentang menstruasi maka perlu diberikan pendidikan kesehatan menghadapi *menarche*. Pendidikan kesehatan adalah mengubah perilaku seseorang yang belum sesuai dengan prinsip-prinsip sehat dan prinsip-prinsip kesehatan.

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti merumuskan masalah “adakah perbedaan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan pada siswi kelas VII di SMP Negeri 46 Palembang.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Dalam penelitian ini untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan pada siswi kelas VII di SMP Negeri 46 Palembang.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui tingkat kecemasan menghadapi *menarche* sebelum diberikan pendidikan kesehatan pada siswi kelas VII di SMP Negeri Palembang.
- b. Diketahui tingkat kecemasan menghadapi *menarche* sesudah diberikan pendidikan kesehatan pada siswi kelas VII di SMP Negeri 46 Palembang.
- c. Membandingkan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan pada siswi kelas VII di SMP Negeri 46 Palembang.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini, maka manfaat yang dapat diperoleh adalah sebagai berikut.

1. Bagi sekolah SMP Negeri 46 Palembang

Diharapkan untuk memberikan pemanfaatan bagi institusi pendidikan serta untuk memberikan informasi tentang kesiapan remaja putri dalam menghadapi menstruasi pertama (*menarche*).

2. Bagi siswi SMP Negeri 46 Palembang

Diharapkan bagi siswi untuk menurunkan kecemasan dalam menghadapi *menarche* lebih memperhatikan dalam pengetahuan dari beberapa sumber dan informasi dari beberapa orang yang sudah mengetahui tentang menghadapi *menarche*.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam melakukan penelitian dalam bidang maternitas dan dengan menggunakan desain yang berbeda dan menambahkan variabel yang lain yaitu selain tingkat kecemasan seperti pengetahuan atau perawatan tentang *menarche*.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini termasuk dalam lingkup keperawatan maternitas. Penelitian ini bertujuan yaitu untuk mengetahui “Perbedaan tingkat kecemasan menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan pada siswi kelas VII di SMP Negeri 46 Palembang”. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi kelas VII di SMP Negeri 46 Palembang berjumlah 189 orang siswi dengan jumlah siswi yang belum mengalami *menarche* atau menstruasi pertama berjumlah 46 orang siswi. Jumlah sampel yang diteliti adalah 40 responden yang belum mengalami menstruasi pertama. Penelitian ini di SMP Negeri 46 Palembang pada minggu ketiga 2019. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *pra-eksperimen* tanpa menggunakan kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Teknik Pengambilan sampel penelitian ini dengan menggunakan teknik *total sampling*. Analisis bivariat akan menggunakan *Uji Wilcoxon*.

F. Penelitian Terkait

No	Nama peneliti	Judul	Hasil	Perbedaan	
				Penelitian lain	Penelitian saat ini
1.	Mardalena	Faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi <i>menarche</i> di smp negeri 31 Palembang Tahun : 2018 Volume : 6 Nomor : 2	Hasil penelitian menunjukan “ada hubungan pengetahuan dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi <i>menarche</i> (p value = 0,000), dan tidak ada hubungan antara peran ibu terhadap kesiapan remaja putri dalam menghadapi <i>menarche</i> (p value=0,05).	<ol style="list-style-type: none"> 1. Variabel independen: pengetahuan, peran ibu 2. Variabel dependen: kesiapan dalam menghadapi <i>menarche</i>. 3. Uji statistik: <i>chi-square</i>. 4. Teknik pengambilan sampel : <i>total sampling</i> 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Variabel independent : pendidikan kesehatan 2. Variabel dependent : tingkat kecemasan dalam menghadapi <i>menarche</i> 3. Uji statistik:<i>kendall tau</i> 4. Teknik pengambilan sampel : <i>total sampling</i>
2.	Trya Aryaputri Sudjana, Ni Komang Ari Sawitri, I.G.A Triani	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Mengenai <i>menarche</i> terhadap penurunan kecemasan Siswi SMP kelas VII menjelang <i>menarche</i> di SMP Negeri 1 Semarang Tahun : 2015 Volume : 3 Nomor : 2	Hasil penelitian P value = 0,000 Nilai P value < a (0,05).	<ol style="list-style-type: none"> 1. Variabel dependen: penurunan kecemasan siswi SMP kelas VII 2. Uji statistik : uji <i>wilcoxon</i> 3. Teknik pengambilan sampel :<i>quota sampling</i> 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Variabel independen : pendidikan kesehatan 2. Variabel dependent : tingkat kecemasan dalam menghadapi <i>menarche</i> 3. Uji statistik : kendall tau 4. Teknik pengambilan sampel :<i>total sampling</i>

No	Nama peneliti	Judul	Hasil	Perbedaan	
				Penelitian lain	Penelitian saat ini
3.	Grhasta Dian Perestroika, Rin Widya Agustin, Erindra Busi C	Pengaruh penyuluhan menstruasi terhadap kecemasan menghadapi <i>menarche</i> pada remaja putri kelas VII SMP N 2 Punggelan Banjarnegara	Hasil penelitian menunjukan “ada perbedaan yang signifikan antara kecemasan pada kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol.	1. Variabel independen: penyuluhan menstruasi 2. Variabel dependen: kecemasan menghadapi <i>menarche</i> 3. Uji statistik : <i>paired t test</i> 4. Teknik pengambilan sampel : <i>nonprobability sampling</i> dengan <i>systematic sampling</i>	1. Variabel independen : pendidikan kesehatan 2. Variabel dependent : tingkat kecemasan dalam menghadapi <i>menarche</i> 3. Uji statistik : <i>kendall tau</i> 4. Teknik pengambilan sampel : <i>total sampling</i>
4.	Vino Rika Nofia	Pengaruh pendidikan kesehatan tentang <i>menarche</i> terhadap kecemasan menghadapi <i>menarche</i> pada siswa kelas 4-6 di SDN 24 ujung gurun kecamatan padang barat Tahun: 2016 Volume: 7 Nomor: 1	Dari hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna antara nilai tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan nilai signifikan 0,000.	1. Variabel independen: pendidikan kesehatan 2. Variabel dependen: kecemasan menghadapi <i>menarche</i> 3. Uji statistik : pre-eksperimental 4. Teknik pengambilan sampel : total populasi	1. Variabel independen : tingkat kecemasan menghadapi <i>menarche</i> sebelum diberikan pendidikan kesehatan 2. Variabel dependent : tingkat kecemasan menghadapi <i>menarche</i> sesudah diberikan pendidikan kesehatan 3. Uji statistik : <i>kendall tau</i> 4. Teknik pengambilan sampel : <i>total sampling</i>