

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Anak usia sekolah merupakan anak yang sudah menginjak rentang usia 6-12 tahun. Mempunyai karakteristik yang senang bermain, senang bergerak, dan senang beraktivitas kelompok. Dalam perkembangan psikososialnya anak akan mengalami perubahan karena akan dihadapkan dengan datangnya *menarche*. Perubahan tersebut diantara perubahan pada fisik yang ditandai dengan anak sudah mulai membandingkan tubuh mereka dengan orang tuanya maupun teman sebayanya (Elseiver & Purwanti, 2019).

Remaja berasal dari bahasa latin "*adolescence*" yang memiliki arti tumbuh menjadi dewasa atau dalam perkembangan menjadi dewasa. Dalam masa ini remaja mengalami masa transisi yang terjadi dari masa anak-anak menuju ke masa dewasa. Masa remaja ini ditandai dengan adanya ciri-ciri seksual sekunder sampai dengan menuju kematangan seksual dan pada remaja awal akan mengalami masa pubertas (Sholeha, 2016). Menurut Kementrian Kesehatan bahwa remaja terjadi dalam rentang usia 10 sampai 19 tahun, dan membagi usia remaja dalam beberapa kategori yaitu remaja awal (10-13 tahun), remaja menengah (14-16 tahun), remaja akhir (17-19 tahun) (Sahertian, 2022).

BKKBN (1996) dalam Matahari dan Utami (2018) menyebutkan bahwa kesehatan reproduksi adalah keadaan sehat yang meliputi mental, fisik, dan sosial secara menyeluruh bukan sekedar sehat fisik saja, melainkan terbebas dari segala

kecatatan. Reproduksi berasal dari kata “re” yaitu kembali dan “produksi” adalah menghasilkan (Ningsih, Susila & Safitri, 2021). Ruang lingkup kesehatan reproduksi dalam kehidupan diantaranya yaitu kesehatan ibu dan bayi baru lahir, pencegahan dan penanggulangan infeksi saluran reproduksi termasuk Penyakit Menular Seksual (PMS), *Human Immunodeficiency/Acquired Immunodeficiency Syndrome (HIV/AIDS)*, pencegahan dan penanggulangan komplikasi aborsi, kesehatan reproduksi remaja, pencegahan dan penanganan *infertile*, kanker pada usia lanjut (Rahayu, et al, 2017). Kesehatan reproduksi pada masa remaja penting untuk ditingkatkan agar remaja mampu menjalani proses reproduksinya secara sehat sehingga dapat melindungi remaja dari resiko pernikahan usia dini, kehamilan yang tidak dikehendaki, aborsi, infeksi menular seksual, *HIV/AIDS*, bahkan kekerasan seksual, sehingga remaja dapat terpenuhi dalam meningkatkan kualitas hidupnya (Ningsih, Susila & Safitri, 2021).

Pada aspek fisik, remaja mengalami perubahan yang cepat ditandai dengan kematangan organ yang terlihat secara fisik yang disebut dengan pubertas. Kematangan organ tersebut meliputi payudara yang mulai membesar, panggul mulai melebar, tumbuhnya bulu halus atau rambut dan mengalami menstruasi pertama. Tahapan perkembangan psikologis remaja menurut Widyastuti, dkk (2009, dalam Meilan, Maryanah & Follona, 2018) menjelaskan tentang perubahan kejiwaan pada masa remaja. Perubahan-perubahan yang berkaitan dengan kejiwaan pada remaja diantaranya perubahan emosi, perubahan tersebut berupa kondisi sensitif atau peka misalnya mudah menangis, cemas, frustrasi, dan sebaliknya bisa tertawa tanpa alasan yang jelas. Tahapan perkembangan psikososial pada remaja

yaitu ditandai dengan mudah bereaksi bahkan sampai agresif terhadap gangguan dan berbagai rangsangan dari luar yang memengaruhinya. Itulah sebabnya mudah terjadi perkelahian. Terdapat juga sikap tidak patuh kepada orang tua, dan lebih senang pergi bersama dengan temannya daripada tinggal di rumah. Remaja biasanya memiliki energi yang besar, emosi berkobar-kobar, sedangkan pengendalian diri belum sempurna. Disamping itu juga remaja sering mengalami perasaan tidak aman, tidak tenang, dan khawatir kesepian (Meilan, Maryanah & Follona 2018).

Pubertas adalah masa yang unik dan khusus karena ditandai dengan perubahan pada perkembangan tertentu yang tidak terjadi pada periode sebelumnya dalam kehidupan manusia. Perubahan perkembangan pada perempuan yang dimaksud yaitu diantaranya mulai mengalami pembesaran pada payudara, tumbuh rambut pada organ seksual dan ketiak, mengalami menstruasi pertama atau disebut juga dengan istilah *menarche*. Periode pada masa pubertas berlangsung sekitar 2-4 tahun, selama proses ini terjadi perubahan yang cepat. Ciri dari masa pubertas diantaranya yaitu masa yang tumpang-tindih, dimana terjadi antara tahun akhir anak-anak menjelang masa remaja. (Pieter, 2018).

Remaja dikatakan memasuki masa pubertas ketika mendapatkan menstruasi pertama atau disebut juga dengan *menarche*. *Menarche* merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi pada usia 10 tahun atau pada masa remaja awal ditengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. *Menarche* adalah haid yang pertama kali terjadi dan merupakan ciri khas kedewasaan seorang wanita yang sehat dan tidak hamil. (Lailiyana et al., 2010, dalam Herwati & Murniati, 2022).

Menstruasi merupakan peristiwa keluarnya darah melalui vagina yang diakibatkan oleh luruhnya endometrium akibat tidak terjadi pembuahan. Menstruasi adalah hal yang normal terjadi setiap bulan, siklus normal menstruasi berkisar antara 21-35 hari. Selain itu, menstruasi menjadi ciri khas perempuan yang sehat, yaitu sebagai pertanda perempuan tersebut memiliki rahim. Darah yang keluar dikatakan dalam batas normal bila kurang lebih 60 cc per hari selama kurang lebih 3-7 hari (Wirenviona & Riris, 2020).

Dalam sebuah penelitian Brooks Gunn & Ruble (1982, dalam Santrock, 2003) terhadap 639 perempuan, didapatkan hasil aspek negatif dan positif. Dalam penelitiannya terdapat 120 perempuan menyebutkan aspek positif mereka merasa gembira karena sudah menginjak kedewasaan. Dalam beberapa aspek negatif, salah satu yang paling sering dilaporkan oleh anak perempuan adalah kerepotan (membawa pembalut pengganti) dan kekotoran. Perubahan emosional dan keterbatasan tingkah laku merupakan aspek negatif dari *menarche* yang dialami sebagian kecil anak perempuan. Singkatnya, awal dimulainya *menarche* merupakan suatu hal yang mengganggu, khususnya untuk anak perempuan yang tidak siap dan dewasa lebih cepat (Santrock, 2003). Anak yang menghadapi *menarche* membutuhkan kesiapan mental yang baik karena akan terjadinya perubahan fisik secara drastis seperti pembesaran payudara, panggul mulai melebar dan perubahan psikis remaja yang menimbulkan perasaan bingung, berbagai pertanyaan, ketakutan dan kecemasan (Proverawati, A & Misaroh, 2012, dalam Novita, Purwaningsih & Susilo, 2020).

Kecemasan adalah kondisi kejiwaan yang penuh dengan kekhawatiran dan

ketakutan akan apa yang mungkin terjadi (Said, 2015, dalam Pati, 2022). Pada saat mengalami *menarche*, emosi yang ditandai dengan merasa sedih dan sakit umumnya akan hilang dengan hilangnya penyebab kemunculannya, namun tidak dengan kecemasan. Kecemasan atau *anxiety* merupakan salah satu bentuk emosi individu yang berkenaan dengan rasa terancam oleh sesuatu, biasanya dengan objek ancaman yang tidak begitu jelas (Pati, 2022). Keadaan suasana perasaan yang ditandai oleh ketegangan fisik, kekhawatiran dan anggapan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi saat *menarche* nanti merupakan kecemasan saat mengalami *menarche* atau menstruasi pertama. Penelitian Dwi (2018) pada 36 anak usia sekolah di SDN Plalangan 01 Semarang, sebagian besar anak (55,6%) mengalami kecemasan dengan kategori sedang. Dapat dilihat pada jawaban kuisioner yang menyatakan bahwa saya takut menceritakan jika saya *menarche*, saya mimpi buruk jika memikirkan *menarche*. Sehingga dapat dijelaskan bahwa indikasi kecemasan sedang yang terjadi pada tingkat ini yaitu ditandai dengan beberapa hal diantaranya kelelahan meningkat, kecepatan denyut jantung, bicara cepat, persepsi menyempit, mampu untuk belajar namun tidak maksimal, kemampuan konsentrasi menurun, napas pendek, mulut kering, anoreksia, gelisah (Stuart, dalam Direja, Ade, 2011).

Kecemasan dalam menghadapi *menarche* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu pengetahuan, usia *menarche*, dukungan ibu, sumber informasi, ketidaksiapan (Desi & Ferika, 2016, dalam Retnaningsih, Wulandari & Afriana, 2018). Faktor yang paling memengaruhi dalam kecemasan menghadapi *menarche* adalah kesiapan, sejalan dengan yang disampaikan oleh BKKBN (2012, dalam Sholeha, 2016) bahwa dalam menghadapi *menarche* harus ditingkatkan kesiapannya

agar perempuan dapat mempersiapkan datangnya menstruasi dengan baik. Anak harus memiliki kesiapan yang baik sebelum mengalami menstruasi pertama kali, karena dengan kurangnya kesiapan anak menghadapi masa pubertas akan menjadikan pengalaman traumatis yang akan dialaminya (BKKBN, 2012, dalam Sholeha, 2016). Kartono (1989, dalam Anggraini & Edwina, 2015) menyebutkan pengalaman traumatis yang ditandai dengan gejala yang sering terjadi dan mencolok pada saat perempuan mengalami *menarche* yaitu kecemasan dan ketakutan, diperkuat oleh keinginan menolak proses fisiologis. Pada saat itu terjadi, ada kalanya perempuan menunjukkan sikap menyalahkan ibu yang telah melahirkannya sebagai perempuan yang harus mengalami menstruasi setiap bulannya (Anggraini & Edwina, 2015).

Kesiapan dalam menghadapi *menarche* adalah suatu kondisi siap untuk mencapai salah satu kematangan fisik yaitu datangnya *menarche*. Memberikan informasi dan perhatian kepada remaja pada masa menghadapi *menarche* merupakan tindakan yang dapat meningkatkan kesiapan menghadapi *menarche*, dengan demikian perempuan akan menjadi lebih tenang dan siap menyambut datangnya *menarche* (Fajri & Khairani, 2011, dalam Retnaningsih, Wulandari & Afriana, 2018). Suryani (2008, dalam Retnaningsih, Wulandari & Afriana, 2018) menjelaskan bahwa remaja yang belum siap menghadapi *menarche* timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis, merasa haid kejam dan mengancam serta menganggap *menarche* sebagai beban baru yang tidak menyenangkan. Dwi (2018) melaporkan bahwa sebanyak 36 siswi di SDN Plalangan 01 Semarang tidak siap menghadapi *menarche* sebanyak 28 siswi (77,8%) (Retnaningsih, Wulandari

& Afriana, 2018). Dalam kesiapan menghadapi *menarche* memiliki 2 aspek yaitu aspek psikologis dan aspek perubahan fisik. Dalam aspek psikologis terdapat kesiapan mental dan kesiapan diri sehingga dalam aspek psikologis seseorang memiliki kesiapan menyeluruh yang merupakan hasil dari tumbuh kembang dan pengalaman sepanjang hidupnya, dan kesiapan diri dapat terbangun dari kekuatan seseorang yang mempunyai keberanian dalam dirinya untuk menghadapi segala sesuatu yang terjadi. Sedangkan dalam aspek fisik ditandai dengan perubahan fisik yang menimbulkan perubahan pada aktivitas sehari-hari (Kuswahyuni, dalam Wardhani, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian Retnaningsih, Wulandari & Afriana (2018), tentang kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi SDN Plalangan 01 Semarang dengan analisis diperoleh hasil p value (0,026) dengan ρ (-0,372). Kesimpulannya yaitu terdapat hubungan kesiapan menghadapi *menarche* dengan tingkat kecemasan pada anak usia sekolah. Sejalan dengan penelitian Wardhani (2018) terdapat hubungan tingkat pengetahuan nyeri haid dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* pada siswi kelas IV dan V SDN 01 Purworejo Madiun dengan hasil $p = 0,04 < \alpha = 0,05$. Arlieza (2014) mendapatkan hasil $p=0,309$. Ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan kecemasan yang signifikan pada subjek sebelum dan sesudah diberi penyuluhan. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa tidak ada pengaruh penyuluhan tentang kesiapan menghadapi *menarche* terhadap kecemasan anak mengenai *menarche* pada siswi Sultan Agung 4 Semarang.

Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebonhui berada di Jalan Kenanga No. 52, Tanjungsari, Kecamatan Tanjungsari, Kabupaten Sumedang Jawa Barat. Di

Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebonhui terdapat sebanyak 244 siswa dan siswi dari kelas I sampai kelas VI, dengan jumlah siswi sebanyak 118 dan jumlah siswa sebanyak 126. Kelas V terdapat sebanyak 19 siswi dan 21 siswi kelas VI.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan kepada 10 orang siswi kelas V dan VI Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebonhui yang dilakukan pada tanggal 16 Februari 2022 didapatkan hasil bahwa mereka sudah mendapatkan informasi mengenai menstruasi pertama atau *menarche*, semua remaja mengatakan bahwa mendapatkan informasi tersebut dari kakak perempuan dan ibunya. Disisi lain juga mereka mendapat informasi dari pembelajaran di kelas yaitu dari guru mengenai sistem reproduksi. Dari 10 remaja tersebut, terdapat 7 remaja sudah mengalami menstruasi dan 3 remaja belum mengalami, 7 remaja tersebut mengatakan merasa repot karena harus membawa pembalut pengganti setiap saat ia pergi, kurang menjaga kebersihan organ reproduksi pada saat menstruasi, mengatakan pada saat mengalami *menarche* bahwa remaja tersebut merasa sulit menerima perubahan dirinya karena mengalami perubahan pada fisik seperti pertumbuhan payudara, tumbuhnya rambut halus pada area vagina. Disisi lain juga pada saat remaja mengalami *menarche*, mereka merasa kaget dan bingung harus melakukan apa karena kurangnya kesiapan dalam diri mengenai perubahan yang terjadi pada dirinya saat *menarche*. 3 remaja yang belum mengalami *menarche* merasa cemas yang ditandai dengan jantung berdebar cepat, khawatir juga dirasakan karena akan keluar darah dari alat vitalnya, berkeringat saat membahas tentang menstruasi, malu mengakui kepada orang tua dan teman, merasa marah dan perubahan emosi yang cepat, tidak dapat berkonsentrasi pada saat mengikuti

pembelajaran di kelas, dan remaja merasa takut pada saat mengalami *menarche*, seperti yang disampaikan oleh salah satu siswi yaitu ia merasakan perubahan psikologis yang terjadi pada dirinya yang ditandai dengan mudah marah, perubahan emosi yang tidak stabil. Disisi lain juga ia merasa takut, ada pula yang mengatakan malu dan risih ketahuan oleh orang lain, dan bingung harus melakukan apa saat terjadi *menarche*. Keadaan tersebut mengakibatkan remaja di SDN Kebonhui kurang menerima dan kurang memberi respon mengenai *menarche*.

Hasil yang didapatkan dari pemaparan di atas, yaitu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul penelitian Hubungan Kesiapan Menghadapi *Menarche* dengan Tingkat Kecemasan pada Remaja Sekolah Dasar (SDN) Kebonhui Tanjungsari Sumedang.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan kesiapan menghadapi *menarche* dengan tingkat kecemasan pada Remaja Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebonhui Tanjungsari Sumedang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan kesiapan menghadapi *menarche* dengan tingkat kecemasan pada siswi kelas V dan VI Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebonhui Tanjungsari Sumedang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi gambaran kesiapan siswi kelas V dan VI di Sekolah Dasar

Negeri (SDN) Kebonhui Tanjungsari Sumedang dalam menghadapi *menarche*.

2. Mengidentifikasi gambaran tingkat kecemasan siswi kelas V dan VI Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebonhui Tanjungsari Sumedang saat mengalami *menarche*.
3. Menganalisis hubungan kesiapan menghadapi *menarche* dengan tingkat kecemasan pada remaja Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebonhui Tanjungsari Sumedang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan dan memperkaya ilmu keperawatan serta dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktik

1. Bagi Universitas Bhakti Kencana

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber informasi mengenai pentingnya hubungan kesiapan menghadapi *menarche* dengan tingkat kecemasan pada remaja sekolah dasar.

2. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi perawat dalam melakukan promosi kesehatan di Sekolah Dasar maupun di lingkungan masyarakat mengenai kesehatan reproduksi.

3. Bagi SDN Kebonhui

Manfaat yang diperoleh bagi sekolah yaitu mendukung siswi SD mempersiapkan diri menghadapi *menarche* melalui kurikulum kesehatan reproduksi dalam proses pendidikan dan pengajaran. Manfaat yang diperoleh bagi keluarga yaitu berperan aktif dalam membimbing dan memberi dukungan pada anak untuk mempersiapkan diri menghadapi *menarche*. Manfaat bagi remaja yaitu mampu mempersiapkan diri menghadapi *menarche* dengan baik.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui hubungan kesiapan menghadapi *menarche* dengan tingkat kecemasan pada siswi kelas V dan VI Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebonhui Tanjungsari Sumedang yang termasuk dalam ruang lingkup Keperawatan Maternitas dan Keperawatan Komunitas. Desain penelitian dalam penelitian ini yaitu menggunakan korelasional dengan pendekatan *Cross Sectional*, dimana sampel pada penelitian ini adalah remaja perempuan kelas V dan kelas VI di Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebonhui Tanjungsari Sumedang sebanyak 40. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri (SDN) Kebonhui Tanjungsari Sumedang.