

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan individual yang berada dalam rentang umur 10-19 tahun (WHO, 2018). Sedangkan menurut PERMENKES (2014) remaja merupakan penduduk yang berada di rentang usia 10 – 19 tahun. Pada masa ini terjadi transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Masa transisi ini melibatkan perubahan fisik, seksual, psikologi, dan perkembangan sosial secara bersamaan. Masa remaja dapat ditandai sebagai masa dimana seseorang memperlihatkan tanda-tanda pubertas dan dapat berlanjut hingga dicapainya kematangan seksual. Pubertas merupakan perubahan fisik yang meliputi perubahan tubuh dan hormonal, pada perempuan dapat ditandai dengan pertumbuhan payudara, pinggul melebar dan membesar, tumbuh rambut-rambut halus di ketiak dan kemaluan serta dimulainya kematangan seksual yang diindikasikan dengan menstruasi pertama atau *menarche* (Proverawati, 2009). Peristiwa penting yang terjadi pada masa pubertas bagi seorang perempuan adalah menstruasi pertama atau *menarche*, yang merupakan tanda biologis dari kematangan seksual (Suryani, 2008)

Umur saat *menarche* dapat bervariasi dari 9 – 18 tahun tergantung pada ras, etnik, genetik, faktor lingkungan terutama status nutrisi. Di Amerika *menarche* terjadi pada umur rata-rata 12,3 tahun (Prautami 2018). Di Asia Tenggara remaja wanita mendapatkan menstruasi pertama pada umur 12 tahun dengan usia paling muda 8 tahun dan usia paling lama 16 tahun (Kinanti, 2009 dalam Prautami, 2018). Menurut data dari Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2010,

terjadinya *menarche* di Indonesia ada pada rentang usia 9-20 tahun dengan rata-rata usia 13 tahun (KEMENKES RI, 2010). Usia saat *menarche* cenderung mengalami penurunan, dengan sampel yang diambil di Jakarta, menurut penelitian Ginarhayu (2002) usia rerata *menarche* 12,3 tahun, sedangkan penelitian yang dilakukan Putri (2009) menunjukkan hasil bahwa rata-rata usia *menarche* adalah 11,4 tahun.

Menstruasi merupakan pendarahan dari uterus secara teratur sebagai tanda bahwa organ reproduksi telah berfungsi secara matang (Proverawati, 2009). Menstruasi merupakan hal yang esensial yang berlangsung pada remaja putri, karena proses ini berimbas secara langsung terhadap kejiwaan dari remaja (KEMENKES RI, 2010). Proses pubertas termasuk *menarche* dapat memberikan kecemasan bagi remaja perempuan, tapi sebaliknya proses ini dapat juga memberikan perasaan senang sebagai suatu momentum untuk mengembangkan kepercayaan diri jika remaja tersebut telah dipersiapkan dengan baik (Proverawati, 2009).

Menstruasi pertama merupakan hal yang normal dan wajar dialami oleh setiap anak perempuan dan tidak perlu dicemaskan. Namun, pada kenyataannya hal ini dapat menimbulkan ketidak nyamanan dan hal negatif. Anak-anak perempuan sering beranggapan bahwa menstruasi sebagai keadaan yang memberikan efek trauma dikarenakan menstruasi dapat datang bersamaan dengan peristiwa-peristiwa lain seperti reaksi biologis dan psikis (Proverawati, 2009).

Perempuan yang akan menghadapi menstruasi pertamanya memerlukan kesiapan secara psikologis yang adekuat (Nagar, 2010). Kesiapan atau

readiness merupakan keadaan siap siaga untuk menerima kegiatan yang diarahkan yang merupakan bagian dari respon emosional dan dapat terlihat dari perubahan parameter fisiologis seperti perubahan denyut jantung, ritme pernapasan, dan ketegangan otot (VandenBos, 2013). Kesiapan dalam menghadapi *menarche* merupakan keadaan yang mengindikasikan bahwa seseorang telah bersedia menerima kematangan fisik yang pada perempuan ditandai oleh datangnya *menarche* yang akan berlangsung pada waktu tertentu secara berulang setiap bulannya (Nagar, 2010).

Kebanyakan anak yang belum siap dalam menyambut *menarche* akan timbul keinginan untuk menentang keadaan fisiologis tersebut, mereka akan berpendapat bahwa menstruasi adalah kejadian yang kejam dan mengancam, kondisi ini dapat bersinambungan kepada hal yang lebih negatif, anak tersebut dapat memiliki gambaran citra yang sangat aneh disertai dengan kecemasan dan ketakutan yang tidak masuk akal, dapat juga beriringan dengan perasaan bersalah atau berdosa, dimana semua hal tersebut dikaitkan dengan kejadian proses haid dan pendarahan pada organ reproduksi. Respon negatif lain yang dapat muncul seperti merasa takut, tercengung, berduka, kecewa, malu, khawatir dan bingung (Suryani, 2008).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Jumirah (2015) mengenai kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SD Negeri II Meijing Patukkan Amarketawang Gamping Sleman Yogyakarta, menunjukkan lebih dari setengah anak perempuan (58,7%) dari 43 anak perempuan tidak siap dalam menghadapi *menarche*. Dalam penelitiannya, Hastui (2014) juga menyatakan bahwa hampir setengah anak perempuan yang berada di kelas IV

dan V di SD Pacarkembang Kabupaten Jember belum memiliki kesiapan dalam menghadapi *menarche*. Sebanyak lebih dari setengah siswi mengatakan takut jika dalam waktu dekat akan mengalami *menarche*, tidak mengetahui apa yang harus dilakukan saat menstruasi, dan menyatakan belum siap dalam menghadapi *menarche*.

Kecemasan dan hal negatif lainnya yang muncul sebelum *menarche* dapat disebabkan karena ketidaktahuan anak perempuan dalam mengenali perubahan-perubahan fisiologis yang terjadi (Dariyo, 2004). Pengetahuan tentang *menarche* seharusnya diberikan pada saat sekolah dasar, namun pada kenyataannya masih jarang sekolah dasar yang memberikan pembelajaran mengenai menstruasi. Sedangkan di rumah dan di lingkungan tempat tinggal tidak banyak memberikan informasi terbuka mengenai kesehatan reproduksi dikarenakan banyak orang tua yang menganggap tabu hal ini dan bukan merupakan topik yang perlu dibicarakan dengan anak (Proverawati, 2009). Dalam hal ini, profesional kesehatan, perawat, serta guru memiliki peran yang penting untuk memberikan edukasi kesehatan, termasuk mengenai masalah reproduksi termasuk mengenai *menarche* (Riyani, 2011). Pemberian informasi yang positif, penuh dengan kehangatan, tidak menakuti, memotivasi, dan pengertian dapat mengurangi kekhawatiran, beban, dan kesedihan yang diakibatkan oleh menstruasi pertama (Ford Foundation, 2018).

Edukasi atau dapat disebut juga dengan pendidikan merupakan segala upaya yang terencana yang memiliki tujuan untuk mempengaruhi pengetahuan, sikap, dan perilaku orang lain baik individu, kelompok, atau masyarakat sehingga dimalarkan mereka menjalankan apa yang diharapkan oleh penyelenggara

pendidikan (Notoatmodjo, 2010). Edukasi *menarche* penting dilakukan untuk mengetahui apa yang akan terjadi pada saat pubertas untuk melangkah kepada fase selanjutnya yaitu fase remaja (Harris, 2014).

Beberapa penelitian menyatakan bahwa edukasi berpengaruh dalam memberikan kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche*. Diambil dari hasil beberapa penelitian diantaranya adalah: hasil dari penelitian Aswitami (2018) “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Kesiapan Psikologis Dalam Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Putri Prapubertas” menunjukkan nilai signifikan sebesar $0,010 < \alpha$ yang menandakan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kesiapan psikologis dalam menghadapi *menarche*. Hasil penelitian Safitri (2011) “Pengaruh Penyuluhan Tentang *Menarche* Terhadap Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas IV dan V” menunjukkan terjadi peningkatan kesiapan sebelum diberikan intervensi dan setelah diberikan intervensi. Jadi dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian penyuluhan tentang *menarche* terhadap kesiapan menghadapi *menarche*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh edukasi terhadap kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* berdasarkan hasil *literature review*?”

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengidentifikasi *literature review* pengaruh edukasi terhadap kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi bagi perkembangan ilmu keperawatan khususnya di bidang keperawatan maternitas dan komunitas serta dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Bagi peneliti sendiri, merupakan suatu pengalaman yang berharga dan dapat menambah wawasan serta pengetahuan mengenai pemberian edukasi untuk mempersiapkan remaja dalam menghadapi *menarche*.

b. Bagi Institusi

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi kepustakaan serta sebagai rekomendasi pembelajaran untuk mahasiswa untuk lebih memahami penelitian yang menggunakan metode *literature review*.