

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun (WHO, 2014) menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. masa Remaja di tandai dengan pubertas.

Pubertas adalah perubahan cepat pada kematangan fisik yang meliputi perubahan tubuh yang dan hormonal yang terjadi selama masa remaja awal. Pubertas tercapai pada umur 12 -16 tahun. Pada masa ini hormon seksual seperti hormon progesteron dan esterogen meningkat. Hal ini menyebabkan banyak perubahan fisik yang meliputi tubuhnya rambut di bagian pubis, menonjolnya payudara, melebarnya pinggul dan kematangan organ seksual yang di tandai dengan menstruasi pertama atau disebut juga menarche (Sciences, 2016)

Menarche adalah haid atau menstruasi yang datang pertama kali pada seorang wanita yang sedang menginjak dewasa (Prawihardjo, 2014) Menarche merupakan Perubahan penting terjadi pada masa remaja menuju wanita dewasa yang biasanya muncul pada usia **11 sampai 14 tahun**, Saat anak sudah mengalami menarche menandakan bahawa anak tersebut sudah memasuki tahap kematangan organ seksual dalam tubuhnya. (Hafidha, 2020)

Remaja berumur 10-19 tahun sudah mengalami menstruasi adalah sebanyak sekitar seperlima dari penduduk dunia. (WHO, 2018). Umur kejadian menarche di Indonesia rata-rata terjadi pada umur 12,4 tahun dengan prevalensi 60%, pada usia 9-10 tahun sebanyak 2,6%, usia 11-12 tahun sebanyak 30,3%, dan pada usia 13 tahun sebanyak 30%. Sisanya mengalami menarche di atas umur 13 tahun. (Kemenkes RI, 2018) Menurut Hasil laporan Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (2017) menunjukkan bahwa mayoritas remaja (76,6%) memiliki usia menarche berkisar pada **11- 14 tahun** dengan kejadian awal kurang dari 8 tahun dan yang paling lambat sampai usia 17 tahun. Hal ini dipengaruhi oleh banyak faktor, yaitu ras, keturunan, status gizi, kondisi kesehatan secara umum. Usia menarche secara umum terjadi pada usia 11-14 taahun, pada saat ini jenjang pendidikan yang ditempuh remaja pada umumnya adalah SMP yang telah mengalami menarche.

Menarche merupakan peristiwa paling penting pada remaja putri sebagai tanda siklus masa subur telah di mulai. Faktor-faktor pencetus kejadian menarche disebabkan oleh genetik, stsatus dan pola makan, keterpaparan media, lingkungan dan aktivitas fisik. Datangnya menarche membuat sebagian remaja, takut dan gelisah karena beranggapan bahwa darah haid merupakan suatu penyakit, namun beberapa remaja justru merasa senang sewaktu mendapatkan menarche, terutama mereka yang telah mengetahui tentang menarche. Menarche dapat menimbulkan perubahan psikologis bagi remaja putri, perubahan psikologis tersebut dapat berupa perasaan yang emosional

seperti perasaan cemas, tidak nyaman selalu menyelimuti perasaan seorang wanita yang mengalami menstruasi untuk pertama kali. (Hafidha, 2020)

Fenomena menarche pada remaja lebih banyak mengalami cemas. Kecemasan adalah suatu respon terhadap kondisi stres atau konflik. Organisasi kesehatan dunia (WHO) memperkirakan 20% dari populasi dunia menderita kecemasan dan sebanyak 48% remaja sering merasa cemas. Nainggolan dan Tambunan (2013), menyatakan bahwa kecemasan merupakan respon dari individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh semua makhluk hidup dalam kehidupan sehari-hari dan digolongkan ke dalam pengalaman yang tidak menyenangkan yang biasanya ditandai dengan beberapa gejala seperti jantung yang berdebar-debar, sesak nafas, perasaan khawatir, rasa takut yang tidak normal, rasa ragu pada diri sendiri, dan merasa adanya ancaman. (Abadi, Nurcahyati, & Dewi, 2015).

Indonesia merupakan negara berkembang, dimana setiap tahunnya angka kecemasan semakin meningkat, prevalensi kecemasan diperkirakan 20% dari populasi dunia dan sebanyak 47,7% remaja merasa cemas. Fase remaja awal usia 10-13 tahun mengalami kecemasan karena perubahan psikologis dan fisik yang cepat pada tubuhnya. Kecemasan yang sering dialami oleh remaja putri yaitu kecemasan ketika mereka menghadapi menarche.

Kecemasan menghadapi menarche adalah keadaan suasana perasaan yang ditandai oleh ketegangan fisik, kekhawatiran dan anggapan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi saat menarche nanti. Anak yang tidak mempersiapkan

datangnya menarche menanggapi menarche dengan kaget, terkejut, dan takut. Hal ini karena ketidaktahuan anak tentang menstruasi dapat mengakibatkan anak sulit untuk menerima menarche.

Hasil penelitian Junita (2013) di SMP Negeri 10 Medan, faktor-faktor penyebab kecemasan dan tingkat kecemasan remaja putri saat mengalami menarche diketahui bahwa mayoritas usia menarche responden 12-13 tahun mengalami kecemasan ringan saat menarche yaitu sebanyak 45 orang (60,81%) dan minoritas usia menarche responden >13 tahun tidak mengalami cemas saat menarche yaitu sebanyak 1 orang (100%) dan mayoritas responden mengalami tingkat kecemasan ringan saat mengalami menarche sebanyak 63 orang (57,8%). (Abadi, Nurcahyati, & Dewi, 2015)

Berdasarkan wawancara kepada Kemahasiswaan SMPN 1 Cimanggung di dapatkan data jumlah siswi kelas VII SMPN 1 Cimanggung sebanyak 189 siswi, setelah dilakukan Studi pendahuluan kepada 10 orang siswi kelas VII SMPN 1 Cimanggung didapatkan 5 dari 10 siswa mengatakan merasa dada berdebar-debar karena khawatir, hingga tidak nafsu makan. Kebanyakan Remaja putri menunjukkan rasa khawatir jika pada saat mengalami menstruasi di sekolah, mereka tidak bisa bebas melakukan aktivitas sehari-hari, muncul rasa marah, merasa kurang nyaman, mengalami rasa sakit. karena kurangnya pengetahuan, pengaruh sumber informasi, dan dukungan ibu, sehingga mempengaruhi kecemasan remaja putri saat mengalami menarche.

Berdasarkan fenomena diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Menarche di SMPN 1 Cimanggung”

1.2.Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah yang dapat diambil yaitu bagaimanakah tingkat kecemasan remaja dalam menghadapi menarche?

1.3. Tujuan Penelitian

Untuk mengidentifikasi tingkat kecemasan remaja dalam menghadapi menarche di SMPN 1 Cimanggung

1.4.Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis :

Hasil penelitian ini dapat diajukan sebagai dokumen dan bahan bacaan untuk menambah pengetahuan bagi siapapun yang membaca terutama mahasiswa Universitas Bhakti Kencana mengenai Tingkat Kecemasan Remaja dalam menghadapi Menarche.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Universitas Bhakti Kencana

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur perpustakaan dan sebagai bahan bacaan bagi adik tingkat dan

dosen mengenai tingkat kecemasan remaja dalam menghadapi menarche

2. Bagi Peneliti

Menjadi bahan proses belajar bagi peneliti, dapat dijadikan referensi pada penelitian berikutnya yang ada hubungannya dengan penelitian ini

3. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai data dasar untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan tingkat kecemasan remaja dalam menghadapi menarche

1.5. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan oleh mahasiswi program studi D III Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana dalam konteks keilmuan Keperawatan Maternitas dan Keperawatan Jiwa yang bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan remaja dalam menghadapi menarche di SMPN 1 Cimanggung. Penelitian ini dilakukan di SMPN 1 Cimanggung pada bulan Mei - Agustus 2022.