

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan sebagai individu yang berusia 10-19 tahun (*World Health Organization, 2018*) sedangkan di Indonesia terdapat beberapa batasan usia remaja diantaranya yaitu menurut Peraturan Menteri Kesehatan No. 25 tahun 2014 bahwa remaja merupakan kelompok usia 10 sampai 18 tahun dan menurut BKKBN Rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Remaja merupakan suatu masa individu berkembang dari saat pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual dan merupakan perubahan meliputi perubahan dalam sikap, perubahan fisik, perubahan emosi, tubuh, minat pola perilaku dan juga penuh dengan masalah-masalah pada remaja, jadi remaja merupakan transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa dan mengalami perubahan dalam bentuk fisik, hormonal, emosional dan psikologi atau kejiwaan (Darmayanti Wahyuningrut Ari, 2022).

Data *World Health Organization (WHO)* menunjukkan remaja dengan jumlah sekitar 18% dari jumlah penduduk yang ada di dunia atau sekitar 1,2 milyar jiwa. Sedangkan data untuk Indonesia adalah Penduduk Indonesia 270.203.917, 2/3 Dari usia produktif, 17% adalah Remaja (10-19 tahun) atau setara 46 juta, dimana 48% adalah perempuan, 52% laki-laki, 51% berusia 10-14 tahun 49% berusia 15-19 tahun (UNICEF, 2021).

Provinsi Sumatera Barat jumlah remaja usia 10-14 tahun berjumlah 491.656 jiwa, 254.481 laki-laki dan 237 175 perempuan. Usia 15-19 tahun berjumlah 491.186 jiwa 254 358 laki-laki dan 236.828 perempuan. Berdasarkan data sensus kependudukan tahun 2020 didapatkan bahwa usia 10-14 tahun berjumlah 74.585 jiwa, 38.578 laki-laki dan perempuan 36.007, sedang yang berusia 15-19 tahun 72.457 jiwa, 37.569 laki-laki dan 34.888 perempuan (*Badan Pusat Statistik Kota Padang, 2022*).

Masa remaja ditandai sebagai masa dimana seseorang menunjukkan tanda-tanda pubertas dan berlanjut hingga dicapainya kematangan seksual. Salah satu perubahan fisiologis hal yang paling terjadi dalam kehidupan remaja adalah menstruasi pertama, yang sering dikaitkan dengan masalah menstruasi (Eni, 2021). Pertumbuhan dan perkembangan manusia menjadi dewasa mengalami suatu tahap yang disebut masa pubertas. Pubertas adalah sebuah tahapan perpindahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, biasanya dimulai usia delapan tahun sampai sepuluh tahun, permulaan masa pubertas yang sering disebut sebagai pematangan fungsi reproduksi, pada wanita ditandai dengan haid. Remaja putri yang telah memasuki masa pubertas akan mengalami *menarche* (Proverawati, 2022).

Menarche merupakan menstruasi pertama yang bisa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi (Proverawati, 2022). *Menarche* merupakan puncak dari serangkaian perubahan primer sekunder serta tanda kematangan alat reproduksi, yang telah terjadi pada remaja putri yang

sebenarnya proses beranjak dewasa. Namun perlu diingat bahwa jiwa remaja masih belum stabil dan belum mampu mandiri secara ekonomi ataupun secara sosial. Kejadian *menarche* yang cenderung datangnya lebih awal, saat anak belum mencapai kedewasaan fikiran ditambah dengan kurangnya pengetahuan mengenai menstruasi yang dapat mengakibatkan anak merasa gelisah serta takut. Selain itu anak sangat sering sekali merasa malu yang amat dalam dan merasa kotor saat menstruasi pertama mereka (Nurwati & Erawantini, 2018). Menstruasi merupakan tanda pubertas sudah selesai dan selanjutnya pematangan organ reproduksi terus berlangsung sampai mengalami penyempurnaan diusia 18 tahun (Jumala, 2021).

Hasil Riskerdas tahun 2018 menunjukkan bahwa hasil berdasarkan laporan responden yang sudah mengalami haid rata-rata usia *menarche* di Indonesia 13 tahun (20%) dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun. Secara nasional rata-rata usia 13-14 tahun terjadi pada 37,5% anak Indonesia dan ada juga yang baru berusia 8 tahun sudah memulai siklus haid namun jumlah ini sedikit sekali Puspita dalam (Eni, 2021). Hasil Survei Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) menunjukkan hal itu Menurut laporan responden periode rata-rata Indonesia *menarche* 13 tahun (20%) onset dini dengan usia Kurang dari 9 tahun. Secara nasional rata-rata usia *menarche* adalah 13-14 tahun terjadi pada 37,5% anak Indonesia, dan ada yang baru berusia 9 tahun sudah memulai siklus haid namun Jumlah ini sangat kecil (Asteriana, 2019).

Perubahan psikologis yang dirasakan sebagian besar anak ketika menghadapi *menarche*, sering dijumpai bahwa anak tersebut mengalami menstruasi saat belajar atau bermain di sekolah, tanpa ada persiapan bahkan pengetahuan sebelumnya tentang *menarche*. Anak yang menstruasi di sekolah sering bocor (tembus), menyebabkan darah merembes ke rok sekolah, biasanya anak menangis, malu, takut, cemas, tidak jarang sebagian dari mereka merasa tidak nyaman dengan keadaan tersebut dan tidak mau menerima fakta ini (Ariana, 2020).

Dampak yang sering timbul ketika anak mengalami *menarche* yaitu merasa cemas, terkejut, sedih, takut, kecewa, malu, khawatir dan bingung. Masa depan sangat tergantung pada kondisi kesehatan organ reproduksi wanita. Namun, bila perubahan secara cepat dan mendadak terutama berkaitan dengan organ reproduksinya menjadikan seorang anak perempuan tidak selalu mampu bersikap secara tepat terhadap organ reproduksinya, beberapa penelitian lainnya menunjukkan bahwa remaja memiliki pengetahuan yang lain tentang menstruasi pertama *menarche* (Martin et al., 2021). Informasi utama mengenai menstruasi mereka peroleh dari ibu dan anggota keluarga perempuan lainnya yang belum tentu memberikan informasi yang benar tentang kebingungan yang dialami oleh remaja putri ketika mengalami *menarche*. Pengetahuan yang kurang dan rasa malu yang dialami remaja putri dapat menyebabkan kesalahpahaman tentang menstruasi sehingga menyebabkan remaja tersebut tidak siap dalam menghadapi *menarche* (Chandra-Mouli & Patel, 2017).

Kecemasan terhadap menstruasi adalah perasaan yang ditandai dengan penampilan fisik, kekhawatiran, dan perasaan bahwa akan terjadi sesuatu yang buruk selama menstruasi. Faktor-faktor yang mempengaruhi coping kecemasan *menarche* antara lain pengetahuan, usia *menarche*, dukungan ibu, sumber informasi, dan persiapan yang kurang (Eni, 2021). Kurangnya pendidikan kesehatan dapat menimbulkan kecemasan pada remaja pada masa pubertas, sumber informasi dapat diperoleh melalui orang tua, petugas kesehatan, guru, teman sebaya, saudara perempuan dan selebaran (Winarti et al., 2017).

Berdasarkan survey awal *Indonesia National Adolescent Mental Health Suvey (I-NAMHS)*, sebanyak satu dari tiga remaja berusia 10-17 tahun di Indonesia memiliki masalah kesehatan mental dalam 12 terakhir jumlah itu setara dengan 15,5 juta remaja di dalam negeri. Sebanyak satu dari 20 remaja berusia 10-17 tahun di Indonesia juga mengalami gangguan mental. Angkanya setara dengan 2,25 juta remaja di tanah air. Gangguan cemas menjadi gangguan mental paling banyak diderita oleh remaja, yakni 3,7%. Gangguan mental tersebut merupakan gabungan antara fobia sosial dan gangguan cemas secara menyeluruh. Menurut Biro Pusat Statistik (BPS) di Indonesia terdapat 49,1% remaja mengalami kecemasan terhadap pubertas termasuk masalah menstruasi (Suyanti et al., 2022), sedangkan di Padang anxietas atau kecemasan merupakan angka tertinggi setelah schizoprenia dengan jumlah 3454 orang.

Pendidikan kesehatan tentang menstruasi adalah suatu aplikasi atau suatu proses penyampaian informasi tentang kesehatan menstruasi yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada remaja putri untuk mengetahui apa yang harus dilakukan disaat menstruasi pertama, diharapkan dengan diberikannya pendidikan kesehatan tentang menstruasi remaja putri akan merasa siap dan tidak takut atau dalam menghadapi *menarche*.

Pengetahuan tentang menstruasi yang kurang mengakibatkan remaja akan menganggap datangnya *menarche* adalah gejala dari datangnya suatu penyakit, sehingga menimbulkan kepanikan, dan beberapa remaja juga menganggap bahwa sangat kotor saat menstruasi pertama, sehingga mereka malu, hal tersebut membuat remaja putri tidak siap menghadapi datangnya *menarche* (Novitasari et al., 2018). Pendidikan kesehatan dapat didefinisikan sebagai proses mengubah kebiasaan, sikap dan pengetahuan manusia untuk mencapai tujuan kesehatan. Artinya pendidikan kesehatan merupakan proses perkembangan yang dinamis karena individu dapat menerima atau menolak apa yang diberikan perawat (Niman Susanti, 2020).

Berdasarkan penelitian Grhasta Dian Perestoika pada tahun 2011 dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Menstruasi Terhadap Kecemasan Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Putri Kelas VII SMP N 2 Punggelan Banjarnegara”, didapatkan dari hasil uji beda pada selisih nilai posttest dan pretest pada masing- masing kelompok dapat diperoleh informasi sebagai berikut nilai t hitung adalah sebesar 6,377 maka dapat dilihat bahwa t hitung $>$ t tabel ($6,377 > 2,00$) sedangkan nilai signifikasinya adalah 0,001 ($p < 0,05$) hal ini

menunjukkan H_0 ditolak, yang artinya ada perbedaan rata-rata yang signifikan tingkat kecemasan antara yang mendapatkan penyuluhan dengan yang tidak dapat penyuluhan.

Berdasarkan penelitian Trya Aryaputri Sudjana dkk, pada tahun 2015 dengan judul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Mengenai *Menarche* Terhadap Penurunan Kecemasan Siswi SMP Kelas VII Menjelang *Menarche* Di SMP Negeri 1 Semarang”, didapatkan hasil bahwa hampir sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan sebelum diberikan pendidikan kesehatan yaitu sebanyak 45 siswi (51,7%). Sedangkan setelah diberikan pendidikan kesehatan hampir sebagian besar responden juga mengalami kecemasan ringan yaitu sebanyak 63 siswi (72,4%). Ini menunjukkan bahwa ada perbedaan kecemasan sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan mengenai *menarche*. Dengan hasil signifikan $p\text{-value} = 0,001$ nilai $p\text{-value} < \alpha$ (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, hal ini berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan mengenai *menarche* terhadap penurunan kecemasan siswi SMP kelas VII menjelang *menarche* di SMP Negeri 1 Semarang.

Berdasarkan Dinas Pendidikan Kota Padang didapatkan data SMP di Indonesia sebanyak 42.659 sekolah. Di Sumatera Barat terdapat 857 SMP sedangkan di kota Padang terdapat 101 SMP yang terdiri dari sekolah negeri 43 sekolah serta swasta 58 sekolah. Dari beberapa SMP yang ada di Padang terdapat 3 sekolah yang memiliki siswa dan siswi terbanyak yaitu SMP 18 Padang terdiri dari 1.025 peserta didik, SMP 13 terdiri dari 498 peserta didik

dan SMP 12 Padang 862 peserta didik. Dari data tersebut peneliti memilih tempat untuk melakukan penelitian di SMP Negeri 18 Padang dengan murid kelas VII sebanyak 346 siswa dan siswi.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti kepada siswi yang belum menstruasi dan yang baru menstruasi pada tanggal 4 Maret 2023 kepada 10 responden didapatkan 8 dari 10 remaja mengalami kecemasan yang terdiri dari 2 kecemasan ringan, 2 kecemasan sedang, 2 kecemasan berat, dan 2 kecemasan berat sekali, serta 2 diantaranya tidak mengalami kecemasan sama sekali. Saat dilakukan wawancara kepada guru BK kelas VII didapatkan bahwa siswi yang mengalami menstruasi pertama mengalami cemas, gelisah dan tidak mau terbuka kepada orang tuanya bahwa dia mengalami menstruasi, serta ada salah satu siswi mengatakan jijik dengan menstruasinya dan menganggap itu sebagai penyakit.

Dari uraian tersebut peneliti telah melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 18 Padang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan permasalahan penelitian ini adalah “Ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 18 Padang”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Diketahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 18 Padang.

2. Tujuan khusus

- a. Diketuinya rerata kecemasan siswi kelas VII di SMP Negeri 18 Padang dalam menghadapi *menarche* sebelum diberikan pendidikan kesehatan
- b. Diketuinya rerata kecemasan siswi kelas VII di SMP Negeri 18 Padang dalam menghadapi *menarche* sesudah diberikan pendidikan kesehatan,
- c. Diketuinya Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas VII di SMP Negeri 18 Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Peneliti

Sebagai pengembangan kemampuan peneliti sehingga dapat mengaplikasikan ilmu yang telah didapati dan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan bagi peneliti dalam hal penelitian ilmiah.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan perbandingan dan informasi untuk penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap tingkat

kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VII SMP Negeri 18 Padang.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dijadikan sebagai sumber informasi bagi perawat mengenai pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VII di SMP Negeri 18 Padang.

b. Bagi Institusi Tempat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VII di SMP Negeri 18 Padang.

E. Ruang Lingkup Peneliti

Ruang lingkup penelitian ini membahas tentang “Pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VII di SMP Negeri 18 Padang”. Variabel independen dalam penelitian ini pendidikan kesehatan tentang menstruasi, variabel dependen tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VII di SMP Negeri 18 Padang. Penelitian ini merupakan *pre eksperimen* dengan design penelitian *One Group intervention Pretest-Posttest Design* Yang melibatkan seluruh siswi kelas VII dari bulan Maret 2023 s/d Agustus 2023. Pengumpulan data dilakukan selama 2 hari dimulai pada tanggal 20 sampai 21 Juni 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah 170 siswi. Sampel dalam

penelitian ini berjumlah 33 orang dengan kriteria inklusi merupakan siswa kelas VII SMP Negeri 18 Padang, siswi berusia ≥ 12 tahun keatas, siswi yang bersedia menjadi responden dan siswi yang belum menstruasi serta yang menstruasi pertama, pengambilan data menggunakan rumus *lemeshow* dan teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling*. Data diperoleh melalui kuesioner *Hamilton Rating Scale For Anxiety* (HARS) yang di isi oleh siswi kelas VII SMP Negeri 18 Padang. Data diolah menggunakan analisis *univariat* dan *bivariat* dengan *uji t dependen* didapatkan hasil dengan nilai *p-value* =0,001 ($p \leq 0,05$) dinyatakan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi kelas VII di SMP Negeri 18 Padang.

