

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menstruasi pertama (*menarche*) merupakan peristiwa paling penting pada remaja putri sebagai pertanda siklus masa subur sudah di mulai. Datangnya menstruasi pertama justru membuat sebagian remaja, takut dan gelisah karena beranggapan bahwa darah haid adalah suatu penyakit. Namun beberapa remaja justru merasa senang sewaktu mendapatkan *menarche* terutama mereka yang mengetahui tentang menstruasi pertama (Rosidah,2006:24)

Menstruasi pertama (*menarche*) di mulai pada usia 9 sampai 14 tahun, dengan diikuti oleh pertumbuhan rambut pubis dan payudara, sebelum pertumbuhan payudara berlanjut, berat badan harus mencapai 45 kg sebelum menstruasi di mulai dan proporsi lemak tubuh sekitar 16-24% diperlukan untuk memperhatahkan siklus menstruasi yang normal, perempuan yang berolahraga berat, seperti senam, renang, balet, dan lari akan mengalami perkembangan reproduksi (menstruasi) akan terlambat, di pengaruhi oleh mekanisme hormonal karena telah menurunkan produksi *progesteron* dan akibatnya menunda kematangan *endometrium* (lapisan dalam dinding rahim). Sedangkan perempuan yang memiliki berat badan lebih akan cepat mengalami menstruasi lebih awal (Beckaman, 2002:49)

Rata-rata usia *menarche* di indonesia yaitu, usia 11,2-13,4 tahun. Dengan umur terendah 9 tahun dan tertinggi 15 tahun. Berdasarkan status sosial ekonomi, pada golongan sosial ekonomi rendah rata-rata usia menstruasi pertama (*menarche*) 9,6-15,6 tahun, sedangkan golongan sosial ekonomi tinggi rata-rata usia menstruasi pertama (*menarche*) 9,8-13,8 tahun (Ginarhayu, 2002:65).

Perubahan sikap premenstruasi pertama (*premenarche*) yang terjadi sebelum berlangsungnya masa menstruasi pertama (*menarche*) diantaranya

stres, cemas, ketegangan dan kegugupan, cepat marah, berat badan bertambah, oedema pada ekstremitas, payudara sakit, abdomen terasa penuh, nafsu makan, ingin makan yang manis, depresi, cepat lupa, cepat menangis dan bingung (Baradero 2007:10)

Penyebab stress pada perempuan yang mengalami menstruasi pertama (*menarche*) adalah kecemasan, ketakutan dan nyeri sehingga dapat menimbulkan pengalaman yang traumatis. Angka kejadian nyeri menstruasi di dunia sangat besar rata-rata lebih dari 59% perempuan disetiap Negara mengalami nyeri menstruasi. Angka kejadian (prevalensi) nyeri menstruasi berkisar 45-95% dikalangan wanita usia produktif. Walaupun umumnya tidak berbahaya, namun seringkali dirasakan mengganggu bagi wanita yang mengalaminya. Derajat nyeri dan gangguan tentu tidak sama pada setiap wanita. Ada yang masih bisa beraktifitas (sesekali sambil menahan sakit) dan ada pula yang tidak bisa beraktifitas karena menahan nyeri (Proverawati, 2009:21).

Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan oleh. Wahyuni (2010) pada siswa SMP Negeri 4 surakarta tentang tingkat stres siswi dalam menghadapi menstruasi pertama, menunjukkan dari 242 responden bahwa sebagian besar umur menstruasi pertama (*menarche*) berusia 10 tahun sebanyak 57 siswi dengan kategori normal (37,5%), sedangkan responden paling sedikit menstruasi pertama (*menarche*) berusia 14 tahun sebanyak 3 siswi dengan kategori berat (1,9%) Dari hasil penelitian wahyuni diketahui bahwa dari 106 responden yang mengalami stres sedang (69,7%), 76 responden yang mengalami stres ringan (50,0%), dengan kata lain ada hubungan tingkat stres dengan menstruasi pertama (*menarche*) pada siswi SMP Negeri 4 Surakarta dan menunjukkan suatu kecenderungan responden, bahwa semakin berat tingkat stres nya, maka pramenstruasi nya juga semakin berat.

Siswi SD kelas VI sebagian besar ada yang sudah dan belum mengalami menstruasi yang berusia antara 12 tahun sampai 13 tahun. Peneliti memilih usia 12 tahun sampai 13 tahun sebagai objek penelitian karena berdasarkan Proverawati dan Misaroh (2009), yang menyatakan bahwa perempuan

pubertas dan mengalami menstruasi pertama (*menarche*) yaitu usia 10 tahun sampai 14 tahun. Karena pada umumnya usia tersebut sudah mengalami menstruasi dan pembentukan fungsi hormon.

Pemilihan siswi SD sebagai subjek penelitian bertujuan untuk melihat dan mengetahui bagaimana tingkat stres anak usia sekolah (siswi SD) saat mengalami menstruasi pertama dan penyebab stres pada siswi saat menstruasi pertama terjadi.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 10 orang siswi SD dengan metode wawancara, 6 orang dari siswi tersebut mengatakan mereka takut akan menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) hal yang mereka takutkan dari menstruasi itu adalah nyeri yang hebat karena mereka mendengar berita tersebut dari kakak perempuan dan ibunya, namun 4 orang dari siswi ada yang mengatakan hanya biasa saja dalam menghadapi menstruasi pertama, mereka mengatakan bahwa menstruasi adalah hal pasti yang akan terjadi pada setiap perempuan.

Berdasarkan alasan di atas peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran tingkat stres pada anak usia sekolah menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) di SDN Gegerkalong Girang 2.

B. Identifikasi Masalah dan Perumusan Masalah

Menstruasi akan terjadi pada setiap wanita mulai dari usia 10-14 tahun. Wanita yang mengalami menstruasi pertama akan mengalami stres yang disebabkan oleh pengeluaran darah secara tiba-tiba dari vagina. Menstruasi pertama terjadi pada usia 10 tahun, faktor yang menyebabkan menstruasi dini disebabkan oleh gizi, olah raga, lingkungan sosial, audio visual dan ras. Stres yang disebabkan oleh siswa pada saat mengalami menstruasi pertama (*menarche*) yaitu dengan adanya nyeri pada perut yang menganggapnya bahwa nyeri tersebut hanya sebagai sakit perut biasa. Sehingga dari uraian di atas siswa SD bisa mencegah terjadinya stres saat menghadapi menstruasi pertama (*menarche*). Berdasarkan penjelasan tersebut, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut: Bagaimanakah gambaran

tingkat stres pada anak usia sekolah menghadapi menstruasi pertama (*menarche*) di SDN Gegerkalong Girang 2?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui tingkat stres pada anak usia sekolah menghadapi menstruasi pertama pada siswi SD kelas VI di SDN Gegerkalong Girang 2.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi jumlah siswi SD kelas VI yang sudah mengalami menstruasi di SDN Gegerkalong Girang 2.
- b. Mengidentifikasi jumlah siswi SD kelas VI yang belum mengalami menstruasi di SDN Gegerkalong Girang 2.
- c. Mengidentifikasi berdasarkan tingkat stres yang sudah dan belum mengalami menstruasi pertama di SDN Gegerkalong Girang 2.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada badan-badan yang khususnya bergerak menangani permasalahan perlindungan anak dan sebagai gambaran pengetahuan pada mahasiswa terhadap tingkat stres pada siswa anak usia sekolah dalam menghadapi menstruasi pertama, sehingga dapat dijadikan informasi yang penting bagi mahasiswa keperawatan untuk lebih mempelajari dan tergerak untuk melakukan penelitian selanjutnya yang dapat memberikan manfaat kepada mahasiswa ataupun masyarakat, agar dapat mengetahui penyebab stres yang di hadapi anak usia sekolah.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi instansi terkait penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada badan pemberdayaan dan perlindungan anak setempat agar dapat lebih mensosialisasikan penyebab terjadinya

stres sehingga dapat meningkatkan pengetahuan bagaimana cara menghadapi menstruasi pertama sehingga tidak menimbulkan stres.

- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi masyarakat, orang tua anak, guru di sekolah dasar. Agar dapat merangsang keingintahuan mengenai tingkat stres dan penyebab stres yang terjadi.

