

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Masa remaja merupakan masa transisi khusus dengan berbagai perubahan emosional, psikologis dan fisik. Pubertas merupakan masa yang penting karena pubertas merupakan tanda kematangan fisik dan memasuki masa dewasa yang disebut juga pubertas. Masa ini mendebarkan untuk remaja perempuan karena terjadinya berbagai perubahan pada fisik dan psikologis yang signifikan sehingga membutuhkan beberapa penyesuaian. Perubahan yang dialami remaja perempuan antara lain perubahan psikis yaitu mudahnya berubah suasana hati, lebih sensitif, dan mulai menyukai lawan jenis. Perubahan fisik yaitu payudara yang mulai membesar, tumbuhnya rambut-rambut halus dan *menarche* atau menstruasi pertama (Putri, 2023).

Menarche adalah menstruasi pertama kali pada perempuan, menstruasi adalah keluarnya darah secara teratur setiap bulan dari rahim menstruasi salah satu tanda terjadinya kematangan fisik pada remaja perempuan. *Menarche* terjadi antara usia 11 hingga 14 tahun, *menarche* dini biasanya terjadi pada usia 9 tahun, dan *menarche* panjang terjadi pada usia 15 tahun. *Menarche* pada usia muda di Indonesia terjadi antara usia 10 hingga 16 tahun, dan kebanyakan terjadi di usia 12 tahun (Livana dkk., 2019).

Menstruasi merupakan kejadian biologis yang berkaitan dengan kesehatan tubuh, kesuburan, dan kematangan seksual. *Menarche* tanpa informasi yang jelas dan benar tidak dapat memberikan kelegaan. Hal ini dapat menyebabkan gejala patologis seperti kecemasan, kegelisahan, konflik batin, gangguan reproduksi, pusing, mual, dismenore, menstruasi tidak teratur, dan banyak gejala lainnya. Bagi remaja yang tidak ingin menstruasi ini dianggap kejam dan mengancam, keadaan ini dapat berlanjut hingga dewasa jika tidak diinformasikan dengan baik (Vidya, 2018).

Kesulitan remaja dalam menerima menstruasi dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan mereka tentang menstruasi. Remaja yang tidak mendapatkan informasi yang akurat tentang menstruasi bahkan mungkin

mengasosiasikan menstruasi dengan hal-hal yang negatif. Pengetahuan adalah hasil dari panca indra seseorang, atau seseorang mengetahui suatu objek dengan panca indranya. Kesiapan remaja menghadapi menstruasi dapat dipengaruhi oleh informasi yang mempengaruhi persepsi remaja terhadap datangnya menstruasi dan menimbulkan persepsi positif terhadap datangnya menstruasi (Yuniza, 2018).

Intervensi yang harus dilaksanakan antara lain pendidikan kesehatan tentang kecemasan menarche untuk meminimalkan risiko gangguan fungsi sosial dan aktivitas yang mempengaruhi psikologi remaja, dan mengurangi kecemasan pada remaja perempuan. Pendidikan kesehatan yang diterima oleh remaja perempuan berdampak pada pertumbuhan pengetahuan. Remaja perempuan perlu mewaspadaai menarche sejak dini karena pengetahuan tersebut nantinya mempengaruhi kemauan mereka menghadapi menarche. Dengan bertambahnya pengetahuan remaja perempuan, diharapkan pada akhirnya akan mengurangi kecemasan remaja perempuan sebelum menarche.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan Rangkuti 2020, diketahui bahwa pendidikan pra dan pasca kesehatan berdampak pada persiapan siswi menghadapi menarche. Terbukti bahwa pendidikan kesehatan tentang kesiapan menarche sangat efektif untuk meningkatkan kesiapan siswi menghadapi menarche, dengan demikian pendidikan kesehatan tentang kesiapan harus diberikan secara berkesinambungan agar pengetahuan siswa meningkat dan tidak mengalami cemas lagi, sehingga perilaku siswi yang berkaitan dengan menstruasi dan kematangan organ reproduksi dapat terkontrol dengan baik.

Ketakutan akan menarche dapat terjadi pada semua remaja, termasuk siswi SMP Negeri 2 Tanjungsiang yang berada di Kecamatan tanjungsiang Kabupaten Subang. Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Subang, SMP Negeri 2 Tanjungsiang mendapatkan penghargaan sebagai sekolah sehat Se-kabupaten Subang pada tahun 2020. Staf pengajar mengatakan SMP Negeri 2 Tanjungsiang belum mendapatkan penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja dengan materi menarche. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan kepada siswi di SMPN 2 Tanjungsiang dari 10 responden yang telah diwawancarai 5 responden mengatakan tidak mengetahui apa itu *menarche*, mereka mengatakan belum pernah mendengar *menarche*. 2 responden mengatakan

tidak mengetahui penyebab menstruasi dan mengapa bisa terjadi menstruasi. 3 responden mengatakan cemas, khawatir, gelisah, dan takut menghadapi *menarche*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah disampaikan dalam latar belakang, maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul “Hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat ansietas remaja perempuan dalam menghadapi *menarche* di SMPN 2 Tanjungsiang”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat ansietas remaja perempuan dalam menghadapi *menarche*.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja perempuan dalam menghadapi *menarche*.
2. Untuk mengetahui tingkat ansietas remaja dalam menghadapi *menarche*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Praktis

Manfaat dilakukannya penelitian ini adalah dapat mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan tingkat ansietas remaja perempuan dalam menghadapi *menarche*.

1.4.2 Manfaat pengembangan

1. Bagi petugas kesehatan, penelitian ini bisa menjadi masukan untuk pendidikan kesehatan mengenai pencegahan kecemasan pada remaja perempuan.
2. Bagi remaja perempuan, penelitian ini dapat digunakan untuk deteksi dini kecemasan sehingga dapat mengenali kondisi yang derita.
3. Bagi pengelola sekolah, penelitian ini bisa dijadikan sebagai masukan untuk memberikan pengetahuan tentang *menarche* atau menstruasi pertama sehingga remaja terhindar dari ansietas.