

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja atau masa adolescence yaitu suatu fase pertumbuhan dan perkembangan yang dapat terjadi pada setiap individu. Masa remaja merupakan masa perubahan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Bentuk perubahannya ditandai dengan adanya perkembangan fisik, tingkat emosional, psikologis, dan sosial. Salah satu terjadinya perubahan penting seorang remaja putri adalah ditandai dengan adanya pubertas yaitu datangnya menstruasi (Amallya Faj'ri *et al.*, 2022).

Kecemasan dalam menghadapi *menarche* yaitu keadaan dimana suasana perasaan (*mood*) yang ditandai dengan ketegangan fisik, kekhawatiran dan beranggapan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi pada saat *menarche*. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi *menarche* yaitu faktor kognitif, faktor proses belajar, dan faktor psikologis (Perestroika *et al.*, 2011). Kecemasan merupakan sebuah respon emosional terhadap penilaian yang terjadi pada individu, namun hal tersebut bergantung dari bagaimana cara individu mempersepsikan rasa cemasnya, ini dapat berasal dari stimulasi stresor yang bersumber dari luar (interpersonal) atau dari dalam (interpsikis) (Nora, 2020)

Kecemasan yaitu salah satu gangguan mental paling umum diantara kecemasan lain dengan tingkat prevalensi 3,6% menjadi 5,1% selama seumur hidup dan 3,1% selama 1 tahun. Kecemasan sering dialami oleh anak dan remaja usia sekolah dengan tingkat prevalensi berkisar 4% menjadi 25% dengan rata-rata

8% (Suyamti & Hastuti, 2018). Dampak kecemasan menarche secara terus-menerus akan mengakibatkan siswi akan mengalami depresi (Hapsari, 2019). Kecemasan *menarche* akan berdampak pada prestasi belajar yang disebabkan oleh konsentrasi yang menurun akibat kecemasan pada saat *menarche* (Vildayanti et al., 2018).

Menarche merupakan menstruasi pertama yang biasanya terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja di tengah pubertas sebelum memasuki masa reproduksi (Leny, 2020). Berdasarkan dari hasil usia menarche yang dialami oleh remaja putri, Riset Kesehatan Dasar (2010) melaporkan bahwa Provinsi Bali memiliki prevalensi cukup tinggi yaitu 12,9% untuk usia menarche 11 tahun sampai dengan 12 tahun sedangkan untuk usia 13 sampai 14 tahun sebanyak 40,5% (Savitri, 2019). Selama ini sebagian dari masyarakat masih merasa tabu untuk membicarakan tentang menstruasi dalam keluarga, sehingga remaja awal kurang memiliki pengetahuan dan sikap yang cukup baik tentang perubahan fisik dan psikologis terkait menstruasi. Kesiapan mental sangat diperlukan sebelum menarche karena perasaan cemas dan takut akan muncul (Yazia Velga, 2021).

Menarche akan mengakibatkan beberapa pengaruh terhadap remaja awal dan terdapat salah satu faktor pengaruh *menarche* paling dominan yaitu tingkat kematangan emosi, yang dimana emosi merupakan unsur dari kecemasan. Pendapat lain juga dapat memperkuat hasil, penelitian ini menurut Suriati (2019) yang mengatakan bahwa pada setiap wanita yang akan mengalami *menarche*, biasanya akan dilanda perasaan kebingungan, kesedihan, dan gemeteran.

Berdasarkan perasaan perasaan inilah akan menimbulkan kekhawatiran pada setiap individu pada saat menghadapi *menarche* (Suriati & Ilmawati, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian Wati (2011) yang berjudul “Deskriptif Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di SMP Muhammadiyah Pekanbaru” menyebutkan bahwa dari 43 responden mayoritas siswi remaja berusia 12 tahun sebanyak 19 responden (44,1%), hasil penelitian yang dilakukan didapatkan hasil yang menunjukkan gejala kecemasan sedang pada masa menarche sebanyak 25,58%, tingkat kecemasan ringan sebesar 20,94%, sedangkan yang mengalami tingkat kecemasan berat sebesar 34,88% (I. Wati et al., 2011).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nora (2020) dengan judul penelitian “Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Di SDN 02 Lubuk Buaya Padang” didapatkan hasil dari 32 responden dengan mayoritas mengalami kecemasan berat sebesar 14 responden (43,8%), kecemasan sedang 10 responden (31,3%), kecemasan ringan 8 responden (25,0%), hal ini disebabkan oleh siswi yang memiliki perasaan khawatir, firasat buruk, sulit berkonsentrasi belajar, dan merasa gelisah saat menghadapi menarche (Nora, 2020).

Berdasarkan gambaran latar belakang yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai tingkat kecemasan remaja putri saat mengalami menarche, selain itu *menarche* akan menyebabkan munculnya keluhan, diantaranya merasa terganggu karena cemas saat menarche, sulit berkonsentrasi belajar, sakit perut hal ini dipengaruhi oleh faktor usia, lingkungan, dan faktor sosial. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan melalui

wawancara yang peneliti lakukan pada sisiwi remaja di Sekolah Dasar Muhammadiyah 1 Denpasar, terdapat data sebanyak 60 siswi mengatakan cemas dan gelisah pada saat mengalami menstruasi pertama kali, hal itulah yang menjadikan alasan peneliti untuk melakukan penelitian pada remaja putri di Sekolah Dasar Muhammadiyah 1 Denpasar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang di atas, dapat dirumuskan masalah penelitian “Bagaimana Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Putri Saat Mengalami *Menarche* di SD Muhammadiyah 1 Denpasar”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan remaja awal saat mengalami *menarche*.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- a. Mengidentifikasi karakteristik remaja putri berdasarkan usia di SD Muhammadiyah 1 Denpasar
- b. Mengidentifikasi karakteristik remaja putri berdasarkan kelas di SD Muhammadiyah 1 Denpasar.
- c. Mengidentifikasi tingkat kecemasan remaja putri saat mengalami *menarche* di SD Muhammadiyah 1 Denpar.
- d. Mengidentifikasi tingkat kecemasan remaja putri berdasarkan usia saat mengalami *menarche* di SD Muhammadiyah 1 Denpasar.

- e. Mengidentifikasi tingkat kecemasan remaja putri berdasarkan kelas saat mengalami *menarche* di SD Muhammadiyah 1 Denpasar.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan dapat dijadikan sebagai acuan serta referensi di bidang keperawatan khususnya maternitas mengenai Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Putri Saat Mengalami *Menarche*.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Peneliti

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat bermanfaat dalam meningkatkan inovasi bagi mahasiswa khususnya keperawatan dan dapat dijadikan bahan acuan berhubungan dengan gambaran tingkat kecemasan saat mengalami *menarche*.

b. Bagi Remaja putri

Diharapkan bahwa penelitian ini dapat menambah wawasan pada remaja putri tentang bagaimana mengatasi tingkat kecemasan saat mengalami *menarche*.

c. Bagi Masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengalaman dan pengetahuan tentang tingkat kecemasan saat mengalami *menarche* serta dapat menerapkan ilmu yang didapatkan di lingkungan keluarga khususnya remaja putri.