

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan dimana masa penting pada perkembangan seseorang. Seperti pada umumnya remaja adalah sebagai masa peralihan masa anak-anak menjadi ke masa dewasa. Pada masa peralihan ini anak-anak menjadi dewasa melibatkan perubahan-perubahan berbagai macam aspek contohnya yaitu biologi, psikologi, dan sosial budaya (Lestyani, 2015).

Haid pertama atau lebih dikenal dengan munculnya menstruasi pertama sering dianggap sebagai momok dalam kehidupan remaja putri yang mengalaminya dimasa menginjak *menarche* tersebut menimbulkan berbagai macam tanda kecemasan dan kecemasan itu sendiri merupakan respek emosi yang spesifik secara subjektif yang dialami dan dikomunikasikan secara intrapersonal.

Kecemasan merupakan perasaan kebingungan, kekhawatiran pada sesuatu yang akan dialami dengan penyebab yang tidak jelas dan dihubungkan dengan perasaan tak menentu dan tidak adanya daya dalam aktivitas sehari-hari.

Peristiwa dalam menghadapi *menarche* yang tidak ada disertai dengan pemberian informasi atau pengetahuan-pengetahuan dari sekolah maupun orang tua tentang *menarche* dengan tepat akan menimbulkan akibat munculnya gejala seperti contohnya ketidaksiapan, rasa takut, cemas, pusing, mual, dismenorea, haid dengan keluarnya darah tidak teratur dan gangguan-gangguan lainnya.

pengaruh genetik, status gizi dan kebiasaan sehari-harinya, menunjukkan bahwa adanya hubungan antara status gizi remaja sangat mempengaruhi terjadinya *menarche* pada remaja tersebut, dengan demikian nutrisi mempengaruhi kematangan seksual pada remaja yang mendapatkan menstruasi, pada remaja secara psikologis yang pertama kali akan mengeluh rasa nyeri, perutnya terasa pegal tetapi ada juga remaja yang tidak merasakan hal itu.

kegiatan sehari-hari selain sekolah, belajar dan les serta membantu pekerjaan rumah, remaja biasanya menghabiskan waktu dalam menonton TV dengan menonton film kegemarannya, dengan demikian dalam menonton TV dengan jangka waktu yang cukup lama dapat pula mempengaruhi kelambatan dalam mengalami *menarche* di karenakan menonton TV termasuk aktivitas kurangnya pergerakan pada tubuh.

Pengaruh genetik juga bisa menghambat datangnya *menarche*,

seperti umur saat remaja pertama mengalami *menarche* dengan umur ibu kandung yang mengalami awal *menarche* sangat berpengaruh pada putrinya. Pada dasarnya usia *menarche* putri dan ibu kandung biasanya tidak jauh berbeda.

Pendidikan kesehatan yaitu tentang menstruasi merupakan suatu aplikasi/proses menghantar informasi tentang kesehatan reproduksi terutama mensteruasi guna untuk memberikan suatu ilmu pengetahuan kepada remaja putri agar mereka memahami apa yang harus dilakukan saat dimana waktu *menarche* datang. Diharapkan penkes yang diberikan kepada remaja putrid tentang *menarche* ini remaja putrid akan merasakan tenang dan siap dalam menghadapi *menarche* sehingga kasus-kasus tingkat kecemasan akan menurun dengan adanya penyuluhan tersebut. (Utari, 2016).

Masa pubertas pada wanita ditandai oleh perubahan fisik yang cepat, seperti *menarche*, perubahan psikologis dan timbulnyaciri-ciri kelamin sekunder (Amalia, 2016).

Keadaan dimana darah yang muncul dari organ kemaluan yang ditemukan secara tiba-tiba oleh sebagian remaja awal yang tidak sama sekali diberikan pengetahuan/informasi dipersepsikan sebagai salah satu kejadian sakit atau dianggap

kelainan yang alaminya, sehingga mereka menghadapi dengan sikap yang yang mereka munculkan seperti, takut, bingung, hingga sedih dan diiringi dengan rasa cemas. Dalam kondisi ini remaja awal akan berperilaku depresi dimana remaja tersebut mengurung diri menghindari dari segala aktivitas luar rumah dan berubahnya tingkah laku dan sikap yang bisa membuat orang lain, teman dan orang tua bingung akan perubahan-perubahan pada remaja putri ini.

Faktor kesehatan yang timbul pada masa *menarche* Setiowatining, (2015) perasaan bingung, gelisah, tidak nyaman selalu menyelimuti perasaan seorang wanita yang mengalami menstruasi untuk pertama kali (*menarche*). Namun hal ini akan semakin parah apabila pengetahuan remaja mengenai menstruasi ini sangat kurang dan pendidikan dari orang tua yang minim. Adapun gejala lainnya yang dirasakan pada saat menstruasi pertama yaitu sakit kepala, pegal-pegal, kram perut, dan sakit perut. Dan biasanya gejala tersebut didampingi dengan rasa cemas hingga emosi yang disebabkan oleh adanya pelepasan hormon.

Hasil penelitian Demakokos, (2019) menemukan peningkatan proteksi oleh orang tua, menurunnya perawatan oleh ayah, pengasuhan yang berkualitas buruk dimasa kanak-kanak dihubungkan dengan *menarche* sebelumnya kurang dari 10

tahun.

Fida dkk (2020) Melaporkan bahwa wanita yang mengalami *menarche* dini kurang lebih 12 tahun adalah *menarche* yang tetunda dikaitkan dengan beberapa komplikasi seperti siklus menstruasi yang tidak teratur. Sifat hubungan antara usia *menarche* dan ukuran antropometri mungkin penting dalam memahami pentingnya efek usia *menarche* pada penyakit di kemudian hari wanita.

Hasil penelitian dari Mendelian Randomnisa, (2021) adalah metode epidemiologi mapan untuk menyimpulkan hubungan kausal antara faktor risiko dan hasil kesehatan, dengan memanfaatkan variabel instrumental genetik yang terkait dengan erat faktor risiko pada kesehatan.

Menurut Heiko Bradke, (2017) mengatakan remaja putri dengan adanya kelemahan informasi dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan tubuh seperti misalkan datangnya *menarche* yang datang dengan lewatnya rentan waktu *menarche* pada umumnya.

Kesiapan dalam menghadapi masa *menarche* pada remaja putri dapat dilakukan dengan adanya cara memberikan / menyalurkan informasi penting dan perhatian lebih pada remaja putri dalam menjalani masa *menarche*, sehingga remaja putri diharapkan akan menjadi lebih siap dan tidak ada rasa takut

hingga cemas dalam menyambut datangnya masa pubertas.

Berdasarkan hasil survei, kecemasan remaja sangat tinggi saat mengalami *menarche* dapat terjadi karena kurangnya informasi tentang menstruasi (Sudjana, 2015).

Kecemasan dapat bersumber dari ketidakmampuan diri dalam menghadapi suatu keadaan tertentu serta pandangan yang negatif akan lingkungan serta dirinya. Kecemasan merupakan reaksi psikologis yang dapat dialami oleh siapapun kapanpun dan dimanapun.

Kecemasan digambarkan sebagai perasaan takut yang tidak menyenangkan dan keprihatinan mengenai masa yang akan datang, biasanya disebabkan oleh hal yang tidak jelas dan tidak dapat di pahami serta sering disertai dengan gejala fisiologis (Onibala et al, 2016).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah di kemukakan di atas, Maka rumusan masalah dalam Penelitian ini adalah bagaimana “Gambaran tingkat kecemasan pada remaja awal yang menghadapi *menarche*.”

C. Tujuan Penelitian

1 Tujuan umum

Untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan pada remaja awal yang menghadapi *menarche*.

2. Tujuan Khusus

a. Untuk mengetahui tentang karakteristik responden.

b. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang kecemasan menstruasi.

c. Untuk mengetahui tingkat kecemasan remaja putri menghadapi menstruasi awal (*menarche*).

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Ilmu Pengetahuan

Sebagai tambahan bacaan mahasiswa dan referensi perpustakaan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

2. Bagi perawat

Memberikan informasi tentang tingkat kecemasan menstruasi sehingga dapat di gunakan untuk penyuluhan di masyarakat tentang kesehatan reproduksi wanita remaja awal.

3. Bagi Pengguna

a. Bagi remaja putri

Hasil penelitian dapat menambah pengetahuan bagi remaja tentang tingkat kecemasan menstruasi sehingga mengurangi kecemasan pada diri.

b. Menjadi masukan dan tambahan bagi peneliti lain untuk melanjutkan penelitian yang berhubungan dengan tingkat kecemasan remaja putri yang menghadapi *menarche*.

c. peneliti lain untuk melanjutkan penelitian yang berhubungan dengan tingkat kecemasan remaja putri yang menghadapi *menarche*.