

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa pubertas pada wanita ditandai oleh kehadiran menstruasi pertama atau *menarche*. *Menarche* biasanya terjadi antara umur 10-16 th tergantung oleh beberapa faktor termasuk kesehatan wanita itu, status gizi, keturunan dan faktor lingkungan sosial. Remaja putri akan kesulitan dalam menghadapi menstruasi yang pertama jika sebelumnya ia belum pernah mengetahui atau membicarakannya dengan teman sebaya maupun ibu mereka. Kurangnya pengetahuan tentang menstruasi pada remaja putri dapat berdampak terhadap kesiapan dalam menghadapi *menarche* (Jamadar, 2012).

Kesiapan atau ketidaksiapan menghadapi *menarche* berdampak terhadap reaksi individual remaja putri pada saat menstruasi pertama yang dapat dstimulasi dari berbagai faktor, diantaranya sosial ekonomi, kultur, pendidikan dan pengalaman (Atkinson, 2010).

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) (2012) menyatakan bahwa salah satu faktor risiko psikologis *menarche* yaitu kesiapan. Kesiapan menghadapi *menarche* dapat dilakukan dengan cara memberikan informasi dan perhatian pada perempuan pada masa menghadapi *menarche*, dengan demikian perempuan akan menjadi lebih tenang dan siap menyambut datangnya *menarche* (Fajri dan Khairani, 2011).

Menarche yang tidak disertai dengan pemberian informasi-informasi yang jelas, benar dan bisa menentramkan hati akan mengakibatkan munculnya gejala-gejala patologis misalnya rasa ketakutan, kecemasan konflik-konflik batiniah dan gangguan pusing, mual, *disminorhea*, haid tidak teratur dan berbagai macam gangguan lainnya, sedangkan masalah fisik yang mungkin timbul dari kurangnya pengetahuan itu adalah kurangnya personal hygiene sehingga dapat beresiko untuk terjadinya infeksi pada saluran kemih (ISK) dan kanker leher rahim (Proverawati, 2009). *Menarche* memerlukan penyesuaian diri yang kuat, baik positif maupun negatif yaitu sikap menerima secara biologis menjalani fungsi kewanitaannya (Manuaba, 2010).

Remaja merupakan suatu masa kehidupan individu dimana terjadi eksplorasi psikologis untuk menemukan identitas diri. Masa transisi dari masa anak-anak ke masa remaja, individu mulai mengembangkan ciri-ciri abstrak dan konsep diri menjadi lebih berbeda. Remaja mulai memandang diri dengan penilaian dan standar pribadi, tetapi kurang dalam interpretasi perbandingan sosial (Kusmiran, 2011).

Remaja merupakan masa peralihan dari masa pubertas menuju masa dewasa dan mengalami kematangan secara fisik dan psikisnya. Perubahan fisik yang dialami seorang remaja yaitu dari penambahan tinggi badan, penambahan berat badan, serta munculnya tanda kelamin sekunder seperti tumbuhnya rambut di beberapa tempat. Remaja juga mengalami perubahan psikis berupa perubahan pola pikir dan berusaha beradaptasi untuk menjadi pribadi yang lebih dewasa. Seseorang dikatakan sudah memasuki masa

remaja yaitu pada usia antara 10 sampai 19 tahun dan belum kawin (Kemenkes RI, 2011).

Ketidaksiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* dapat dipengaruhi oleh pengetahuan anak mengenai menstruasi yang kurang. Akibatnya anak akan merasa bingung, gelisah, dan tidak nyaman. Perasaan negatif tentang *menarche* pada remaja putri akan memburuk jika masih belum dapat meningkatkan pengetahuan tentang *menarche* itu, sehingga akan berdampak pada gangguan psikologis seperti terjadi kecemasan dimana kecemasan akan berdampak pada terjadinya gangguan kejiwaan seperti depresi, menarik diri, dan harga diri rendah untuk itu kesiapan mental yang baik sangat penting dalam menghadapi *menarche* (Erfandi, 2010).

Remaja yang belum siap menghadapi *menarche* akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut, mereka akan merasa haid sebagai sesuatu yang kejam dan mengancam, keadaan ini dapat berlanjut ke arah yang lebih negatif. Tetapi berbeda bagi mereka yang telah siap dalam menghadapi *menarche*, mereka akan merasa senang dan bangga, dikarenakan mereka menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis (Suryani, 2011).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hannah (2010) *Randomisation Study of Childhood BMI and Early Menarche*. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa anak perempuan yang mengalami *menarche* pertama mengalami perubahan pada dirinya baik secara psikis seperti timbul rasa cemas maupun terjadi perubahan seperti obesitas.

Pemberian informasi dan pendidikan kesehatan reproduksi remaja (KRR) khususnya tentang menstruasi, diperlukan untuk mempersiapkan remaja disamping lingkungan yang kondusif, dan ketersediaan fasilitas pelayanan kesehatan reproduksi remaja (Direktorat Kesehatan Keluarga Dirjen Bina Kesehatan Keluarga Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2011).

Pendidikan kesehatan adalah suatu kegiatan atau usaha menyampaikan pesan kesehatan kepada kelompok atau individu. Pendidikan kesehatan yang diberikan kepada remaja berdampak pada peningkatan pengetahuan remaja putri saat akan mengalami menstruasi. Pengetahuan tentang *menarche* perlu dimiliki remaja putri sejak dini, karena pengetahuan ini nantinya akan berpengaruh terhadap kesiapan remaja putri menghadapi *menarche* (Notoatmodjo, 2010).

Machfoedz (2011) menyatakan bahwa proses pendidikan kesehatan dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu metode, materi, pendidik dan alat bantu yang digunakan. Promosi kesehatan dapat mencapai suatu hasil yang maksimal apabila materi yang disampaikan sesuai dengan sasaran yang dimaksud dengan memberikan metode dua arah, yaitu siswi diberikan kesempatan untuk bertanya sehingga terjadi komunikasi dua arah (*two way method*) antara pendidik dan peserta didik.

Berdasarkan penelitian Henny (2012) mengenai pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan tingkat pengetahuan tentang *menarche* mengungkapkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara penyuluhan

kesehatan terhadap peningkatan tingkat pengetahuan tentang *menarche*. Jadi, dengan meningkatnya pengetahuan remaja putri diharapkan nantinya dapat menurunkan kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

Dampak dari kurangnya informasi tentang menstruasi pertama pada remaja putri menyebabkan pengalaman traumatis, remaja putri yang belum siap menghadapi *menarche* akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut, mereka akan merasa haid sebagai sesuatu yang kejam dan mengancam, keadaan ini dapat berlanjut ke arah yang lebih negatif, dimana individu tersebut memiliki gambaran fantasi yang sangat aneh bersamaan dengan perasaan bersalah atau berdosa, dimana semua hal tersebut dikaitkan dengan masalah perdarahan pada organ kelamin dan proses haidnya (Suryani, 2011).

Solusi agar remaja putri memiliki persepsi yang baik tentang *menarche* yaitu dengan memberikan informasi tentang *menarche* secara benar. Informasi tentang *menarche* dapat diperoleh dari pendidikan kesehatan, salah satu nara sumber tentang *menarche* yaitu kelompok teman sebaya, karena pada awal usia remaja, anak akan melakukan perjuangan kemandirian yang ditandai dengan adanya perubahan dari sifat tergantung kepada orang tua menjadi tidak tergantung. Oleh karena itu, anak lebih banyak menghabiskan waktu dengan teman sebaya (Proverawati, 2009).

Berdasarkan wawancara pada beberapa remaja putri kelas VII di SMP Negeri 2 Sokaraja Kabupaten Banyumas yang sudah mengalami menstruasi, mereka tidak mendapat informasi dari anggota keluarga terutama ibu tentang

perubahan yang akan terjadi dalam tubuh mereka dengan alasan yang tidak jelas. Informasi diperoleh dari teman satu kelas atau dari media massa. Hal tersebut menimbulkan kecemasan dan ketidaksiapan pada remaja putri, bahkan tumbuh keyakinan bahwa menstruasi itu sesuatu yang tidak perlu dibicarakan. Keadaan tersebut mendorong remaja putri untuk mencari informasi dari teman sehingga lebih dipercaya dari pada orang tua sendiri. Padahal, orang tua yang paling dekat yang mengasuh dan mendidik anak sejak balita hingga dewasa berperan sangat penting mempersiapkan remaja putrinya menjelang masa kedewasaan terutama masa *menarche*.

Masih banyak remaja putri yang belum mengalami menstruasi yaitu di kelas VII A-I di SMP Negeri 2 Sokaraja Kabupaten Banyumas. Usia remaja yang duduk di bangku sekolah menengah (SMP) juga masih ada yang belum mengalami menstruasi. Pendidikan kesehatan tentang menstruasi sangat berguna bagi remaja putri yang belum menstruasi, sehingga remaja putri dapat mempersiapkan segala sesuatu untuk menghadapi *menarche*. Pendidikan kesehatan tentang menstruasi bagi remaja putri yang sudah mengalami menstruasi juga dapat berguna sebagai informasi, perawatan, kebersihan diri, dan kesiapan dalam menghadapi menstruasi siklus berikutnya.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 2 Sokaraja Kabupaten Banyumas pada tanggal 11-12 November 2019 pada siswi kelas VII A-I sebanyak 147 orang, didapatkan 42 siswi belum mengalami *menarche*. Beberapa siswi belum mengetahui informasi atau pengetahuan

mengenai menstruasi sehingga banyak yang mengalami kecemasan dan belum mempersiapkan diri lebih matang untuk menghadapi *menarche*.

Berdasarkan latar belakang dan fenomena yang terjadi pada kasus diatas tersebut, maka peneliti tertarik mengambil penelitian tentang “Pengetahuan dan Kesiapan Sebelum dan Sesudah Pemberian Pendidikan Kesehatan Menstruasi dalam Menghadapi *Menarche* pada Remaja Putri Kelas VII di SMP Negeri 2 Sokaraja Kabupaten Banyumas”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang di diatas, maka dapat dilihat kondisi dimana ketidaksiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*, masalah ini timbul disebabkan karena kurangnya pengetahuan tentang menstruasi serta kurangnya pemahaman dalam menghadapi *menarche*. Rumusan masalah pada penelitian ini “Apakah ada perbedaan pengetahuan dan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menstruasi di SMP Negeri 2 Sokaraja Kabupaten Banyumas?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menstruasi di SMP Negeri 2 Sokaraja Kabupaten Banyumas.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi usia responden yang belum menghadapi *menarche*.
- b. Mengidentifikasi pengetahuan remaja putri dalam menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menstruasi.
- c. Mengidentifikasi kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menstruasi.
- d. Menganalisis perbedaan pengetahuan dan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menstruasi di SMP Negeri 2 Sokaraja Kabupaten Banyumas.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk menambah pengetahuan dan pemahaman peneliti tentang pengetahuan dan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri dalam menghadapi menstruasi.

2. Bagi Institusi Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi tambahan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan dini dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri dengan memberikan pendidikan kesehatan sejak dini.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan untuk peningkatan pelayanan kesehatan reproduksi pada remaja khususnya remaja putri dengan menerapkan program kesehatan reproduksi di sekolah maupun di luar sekolah, sehingga siswi akan siap dari segi fisiologis maupun psikologis saat mendapatkan *menarche*.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai data dasar untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan pengetahuan dan kesiapan remaja sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan menstruasi dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri dengan variabel dan jumlah sampel yang lebih banyak agar diperoleh hasil yang lebih baik.