

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Masa remaja awal berada pada rentang usia 10-13 tahun ditandai dengan adanya peningkatan yang cepat dari pertumbuhan dan pematangan fisik. Sedangkan Masa remaja pertengahan umur 14 -16 tahun. Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan teman-teman. Ia senang kalau banyak teman sebaya yang mengakuinya. Ada kecenderungan narsistik yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang sama dengan dirinya. Masa remaja lanjut atau akhir umur 17 – 21 tahun, pada tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian lima hal yaitu, minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelektual, egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru, terbentuknya identitas seksual yang tidak akan berubah lagi, egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain, tumbuh dinding yang memisahkan diri pribadinya (*private self*) dan masyarakat (Soetjningsih, 2015). Perkembangan seksual ini akan merangsang pertumbuhan tanda-tanda seks sekunder seperti pertumbuhan payudara, perubahan-perubahan kulit, perubahan siklus, pertumbuhan rambut ketiak, dan rambut pubis serta bentuk tubuh menjadi bentuk tubuh wanita yang ideal (Proverawati, 2016). Awal pertumbuhan dan perkembangan remaja ditandai oleh pubertas. Pubertas sering didefinisikan sebagai transformasi fisik seorang anak menjadi dewasa. Perubahan-perubahan ini mencakup bentuk (pematangan seks), ukuran (peningkatan tinggi dan berat badan) dan komposisi tubuh (Rogol et al., 2015; Stang and Story, 2015; Doyle, 2015).

Prevelensi Remaja menurut *World Health Organization* (WHO 2018), kelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia. Berdasarkan proyeksi Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas), jumlah remaja Indonesia pada tahun 2018 mencapai 66,94 juta jiwa. Jumlah remaja perempuan di Indonesia tercatat 32.737.062 jiwa. Jumlah penduduk usia remaja perempuan rentang usia 10-24 tahun di Provinsi Jawa Tengah tahun 2018 adalah 4.045.957 jiwa. Penduduk Kabupaten Klaten pada tahun 2018 sebesar 1.499.001 jiwa. Remaja perempuan rentang

usia 10-24 tahun 2018 di Kabupaten Klaten adalah 120.594 jiwa. Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa besarnya penduduk usia remaja perlu mendapatkan perhatian khusus mengingat mereka termasuk dalam usia sekolah dan memasuki usia produktif. Perkembangan Kesehatan Reproduksi Remaja adalah Masa remaja juga dicirikan dengan banyaknya rasa ingin tahu pada diri seseorang dalam berbagai hal, tidak terkecuali bidang seks. Seiring dengan bertambahnya usia seseorang, organ reproduksipun mengalami perkembangan dan pada akhirnya akan mengalami kematangan. Pada masa pubertas, hormon-hormon yang mulai berfungsi selain menyebabkan perubahan fisik/tubuh juga mempengaruhi dorongan seks remaja. Remaja mulai merasakan dengan jelas meningkatnya dorongan seks dalam dirinya, misalnya muncul ketertarikan dengan orang lain dan keinginan untuk mendapatkan kepuasan seksual.

Menarche merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja ditengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. Menstruasi adalah pendarahan periodik dan siklik dari uterus disertai dengan pengelupasan (deskuamasi) endometrium. Menarche merupakan suatu tanda yang penting bagi seorang wanita yang menunjukkan adanya produksi hormon yang normal yang dibuat oleh hipotalamus dan kemudian diteruskan pada ovarium dan uterus. Selama sekitar dua tahun hormon ini akan merangsang pertumbuhan tanda-tanda seks sekunder seperti pertumbuhan payudara, perubahan-perubahan kulit, perubahan siklus, pertumbuhan rambut ketiak, dan rambut pubis serta bentuk tubuh menjadi bentuk tubuh wanita yang ideal (Proverawati, 2015).

Dampak menghadapi menarche pada remaja putri dapat menimbulkan kecemasan, menimbulkan gejala-gejala patologis serta rasa takut, kepala pusing, disminorhea, pegal-pegal di kaki dan punggung (Wahyu Rizky, 2017). Setiap remaja mempunyai karakteristik yang berbeda-beda dalam menerima perubahan biologis semasa remaja yaitu mulai tumbuhnya kematangan, baik kematangan fisik maupun kematangan sosial-psikologis. Seiring dengan perkembangan biologis, maka pada usia tertentu seseorang akan mencapai tahapan kematangan organ-organ seks, yang ditandai dengan haid pertama atau yang disebut *menarche*. Menarche mempunyai peranan psikologis yang unik yang dapat mempengaruhi sikap hidup sampai usia dewasa, oleh sebab itu diperlukan persiapan-persiapan dalam menghadapinya. Salah satu persiapan yang harus dilakukan adalah persiapan psikis. Persiapan psikis dapat tercapai apabila

mendapatkan informasi yang jelas dan benar tentang menstruasi. Kebutuhan untuk mendapatkan informasi atau penjelasan sehubungan dengan menstruasi sering kali tidak dapat tanggapan yang positif memuaskan dari lingkungannya terutama orang tua dan keluarga (Hidaya, 2017).

Kecemasan adalah suatu perasaan takut akan terjadinya sesuatu yang disebabkan oleh antisipasi bahaya dan merupakan sinyal yang membantu individu untuk bersiap mengambil tindakan menghadapi ancaman. Pengaruh tuntutan, persaingan, serta bencana yang terjadi dalam kehidupan dapat membawa dampak terhadap kesehatan fisik dan psikologi. Salah satu dampak psikologis yaitu ansietas atau kecemasan (Sutejo, 2018).

Kecemasan menghadapi *menarche* adalah keadaan suasana perasaan yang ditandai oleh ketegangan fisik, kekhawatiran dan anggapan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi saat *menarche* nanti. Anak yang tidak mempersiapkan datangnya *menarche* menanggapi *menarche* dengan kaget, terkejut, dan takut. Hal ini karena ketidaktahuan anak tentang menstruasi dapat mengakibatkan anak sulit untuk menerima *menarche*. Kecemasan menghadapi *menarche* yang dialami remaja putri saat mengalami menstruasi pertamanya disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya yaitu kurangnya pengetahuan tentang menstruasi yang dimiliki oleh seorang remaja. dalam hasil penelitiannya bahwa pengetahuan tentang menstruasi sangat dibutuhkan oleh remaja putri, karena pengetahuan dan sikap yang baik tentang perubahan-perubahan fisik dan psikologis terkait *menarche* sangat di perlukan. Indonesia merupakan negara berkembang, dimana setiap tahunnya angka kecemasan semakin meningkat, prevalensi kecemasan diperkirakan 20% dari populasi dunia dan sebanyak 47,7% remaja merasa cemas. Perasaan bingung, gelisah, tidak nyaman, selalu menyelimuti perasaan seorang remaja putri yang mengalami menstruasi untuk pertama kali (Hastuti,2014). Dampak kecemasan menghadapi *menarche* adalah berdampak pada psikologis dan fisik. Seperti denyut jantung yang cepat, gemetar, kelelahan, pusing, kesulitan berkonsentrasi, mual, dan mengalami masalah tidur. Kecemasn dalam jangka Panjang tidak baik untuk system kardiovaskuler dan kesehatan jantung, untuk itu pengetahuan perlu adanya dengan pendidikan kesehatan.

Seseorang yang mengalami kecemasan memiliki rentang respon dan tingkatan yang berbeda-beda. Menurut Struat (2016), ada empat tingkat kecemasan yang dialami individu, yaitu kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat, serta panik.

Rentang respon kecemasan dapat dikonseptualisasikan dalam rentang respon. Respon ini dapat digambarkan dalam rentang respon adaptif sampai maladaptif. Reaksi terhadap kecemasan dapat bersifat konstruktif dan destruktif. Konstruktif adalah motivasi seseorang untuk belajar memahami terhadap perubahan-perubahan terutama perubahan terhadap perasaan tidak nyaman dan berfokus pada kelangsungan hidup. Sedangkan reaksi destruktif adalah reaksi yang dapat menimbulkan tingkah laku maladaptif serta disfungsi yang menyangkut kecemasan berat atau panik (Stuart, 2016).

Pendidikan kesehatan adalah upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat agar masyarakat mau melakukan tindakan - tindakan untuk memelihara, dan meningkatkan taraf kesehatannya. Jadi dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan adalah suatu bentuk kegiatan dengan menyampaikan materi tentang kesehatan yang bertujuan untuk mengubah perilaku sasaran (Notoatmodjo 2015). Berdasarkan penelitian Henny (2015) mengenai pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan tingkat pengetahuan tentang menarche mengungkapkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan tingkat pengetahuan tentang salah satu upaya untuk penyuluhan menstruasi yaitu kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan menyebarkan pesan dan menanamkan keyakinan tentang menstruasi sehingga masyarakat/remaja putri mengerti bahwa menstruasi adalah hal yang fisiologis dan merupakan tanda berfungsinya organ reproduksi (Fitriyani, 2016).

Pendidikan kesehatan merupakan usaha atau kegiatan individu, kelompok, dan masyarakat untuk meningkatkan kemampuan baik pengetahuan, sikap, maupun keterampilan dalam mencapai hidup sehat secara optimal (Kadek, 2014). Proses pendidikan akan berhasil jika dalam proses tersebut menggunakan media dan metode yang tepat. Metode dan media yang baik akan memberikan dampak yang efektif dalam mencapai tujuan. Penyampaian pendidikan dengan menggunakan banyak metode dan media akan lebih efektif meningkatkan pengetahuan siswa dalam pembelajaran. Audiovisual merupakan salah satu cara untuk menyalurkan pesan, baik itu pengetahuan, sikap, dan keterampilan serta dapat meningkatkan rangsangan pikiran, perasaan dan kemauan. Audiovisual adalah perpaduan media yang lebih dari dua media yang terdiri dari teks, grafis, gambar, foto, audio, video dan animasi secara terintegrasi. Manfaat multimedia dalam pembelajaran pendidikan kesehatan adalah dapat membuat siswa lebih aktif, meningkatkan kualitas belajar, meningkatkan daya tarik, kemauan, dan

pemahaman serta pendalaman terhadap materi yang sulit menjadi lebih cepat dan efektif (Selvi, 2016). Kelebihan menggunakan audiovisual yaitu video dapat memberikan pesan yang dapat diterima lebih merata oleh siswa, video sangat bagus untuk menerangkan suatu proses, mengatasi keterbatasan ruang dan waktu, lebih realistis dan dapat diulang atau dihentikan sesuai kebutuhan, serta memberikan kesan yang mendalam, yang dapat mempengaruhi sikap siswa (Rusman, 2013,h;220).

Hasil observasi yang peneliti lakukan terhadap beberapa siswi dan wali kelas guru SD N 02 Kalikebo, dipilih karena rata-rata siswi di SD N 02 Kalikebo masuk dalam kategori usia remaja awal dan dari hasil wawancara beberapa siswi menunjukkan kebutuhan edukasi dalam menghadapi menstruasi pertama. Siswi mengatakan belum mengetahui bagaimana cara menghadapi menarche dan siswi mengatakan cemas.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah pendidikan. Beberapa penelitian menunjukkan hasil yang berbeda tentang pengaruh pendidikan kesehatan dengan kecemasan remaja dalam menghadapi *menarche*.

Dari latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai adakah pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kecemasan remaja dalam menghadapi menarche. Maka dengan itu peneliti merumuskan masalah “Apakah ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Remaja Awal Menghadapi *Menarche* Di SD N Kalikebo?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Audiovisual Terhadap Kecemasan Remaja Awal Menghadapi *Menarche*.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi usia.
- b. Mendiskripsikan kecemasan responden sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pendidikan kesehatan secara audiovisual pada kelompok intervensi dan pada kelompok kontrol.
- c. Membandingkan kecemasan responden sebelum dilakukan intervensi dan sesudah dilakukan intervensi

- d. Menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kecemasan remaja di SD N Kalikebo.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi dalam upaya pengembangan ilmu keperawatan dengan meningkatkan pelayanan kesehatan khususnya pada remaja awal dalam menghadapi *menarche*.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi Siswa di SD N 02 Kalikebo

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi atau manfaat mengenai pengaruh pendidikan kesehatan tentang *menarche* dan kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche*.

- b. Bagi Guru di SD N 02 Kalikebo

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menumbuhkan pengetahuan mengenai pengaruh pendidikan kesehatan tentang *menarche* dan kecemasan terhadap guru.

- c. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada tenaga kesehatan untuk meningkatkan upaya dalam melakukan promosi dan penyuluhan kesehatan.

- d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menambah pengetahuan mengenai manfaat Pendidikan kesehatan terhadap kecemasan remaja dalam menghadapi *menarche* dan dapat mengembangkan penelitian lebih lanjut dan mendalam terkait dengan judul penelitian ini.

E. Keaslian Penelitian

1. Yuniza (2018), judul penelitian “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Siswi Dalam Menghadapi *Menarche*”.

Penelitian ini berbentuk penelitian pra-eksperiment menggunakan rancangan one group pretest-posttest dengan teknik kuantitatif. Penelitian dilaksanakan di SD Muhammadiyah 16 Palembang, subyek penelitian adalah pada siswi-siswi kelas V dan VI berjumlah 53 responden. Teknik sampling adalah total sampling pada siswi-siswi kelas V dan VI berjumlah 53 responden di SD Muhammadiyah 16 Palembang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nilai kecemasan sebelum diberikan pendidikan kesehatan 54.15 dan setelah diberikan pendidikan kesehatan 38.02 sedangkan p value = 0,000. Hal ini menunjukkan terdapat penurunan kecemasan secara signifikan antara sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Perbedaan penelitian ini adalah metode penelitian, teknik sampling dan variabel penelitian serta analisis data. Metode penelitian ini adalah *pra-eksperiment* dengan desain penelitian *one group pretest-posttest*. Teknik sampling yang digunakan adalah *total sampling* dan pada penelitian ini variabel independen adalah Pendidikan kesehatan, sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini adalah kecemasan. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner kecemasan Zung Self-Rating Anxiety Scale (Z-SAS) dan video dengan menggunakan Uji T test.

2. Eci Nopia, Liza Fitri Lina, Wulan Angraini (2020), judul penelitian “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Sd Negeri 06 Ipuh Desa Semundam Kecamatan Ipuh Kabupaten Mukomuko”.

Metode penelitian ini menggunakan *kuasi ekperimen* dengan desain “*One Groups Pretest- Post test Design*” yaitu desain penelitian yang terdapat pretest sebelum diberi perlakuan dan post test setelah diberi perlakuan. Sampel penelitian adalah Sampel berjumlah 15 orang siswi SD Negeri 06 Ipuh Desa Semundam Kecamatan Ipuh Kabupaten Mukomuko. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *Purposive Sampling*. Analisa data menggunakan dengan paired t test. Hasil penelitian Rata-rata pengetahuan tentang menarche sebelum dilakukan pendidikan 7,27 dan sesudah dilakukan pendidikan 10,47. Rata-rata kesiapan sebelum dilakukan menarche 4,13 dan sesudah 7,00 menghadapi menarche siswa. Ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan siswi tentang pengetahuan dan kesiapan menghadapi siswi SD Negeri 06 Ipuh Desa Semundam Kecamatan Ipuh Kabupaten Mukomuko. Ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kesiapan menghadapi Menarche pada siswi SD Negeri 06 Ipuh Desa Semundam Kecamatan Ipuh Kabupaten Mukomuko.

Perbedaan penelitian ini adalah metode penelitian dan variabel penelitian serta analisis data. Metode penelitian ini adalah *kuasi ekperimen* dengan desain “*One*

Groups Pretest- Post test Design. Pengumpulan data pre eksperimen dengan model desain satu kelompok pretest-posttest.

3. Dwi Hendriani, Nino Adib Chifdillah, Sinta Rusdiana Tamara (2019), judul penelitian “Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Tentang Menarche Terhadap Pengetahuan Dan Kecemasan Siswa”

Metode penelitian menggunakan rancangan penelitian eksperimen dengan desain *pra eksperimen* atau *pre experimental designs* dengan menggunakan rancangan *one group pretest posttest*. Sampel penelitian adalah sampel yang digunakan sebanyak 37 orang siswi. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah total sampling semua siswa kelas 5 dan 6. Analisa data menggunakan *Wilcoxon Test*. Hasil Penelitian menunjukkan p-value $0,000 < 0,05$ ada perbedaan yang signifikan terhadap pengetahuan siswi sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media audiovisual tentang menarche sedangkan hasil pada variable kecemasan p-value $0,000 < 0,05$ yang berarti ada perbedaan yang signifikan terhadap kecemasan siswi sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan media audiovisual tentang menarche. Sehingga pemberian pendidikan kesehatan menggunakan media audiovisual efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan mengurangi kecemasan siswa.

Perbedaan penelitian ini adalah metode penelitian dan variabel penelitian serta analisis data. Metode penelitian ini adalah *pra eksperimen* atau *pre experimental* dengan desain penelitian *one group pretest-posttest*. Pengumpulan data pada penelitian ini adalah kuesioner. Penelitian menggunakan 2 kuesioner yaitu pengetahuan dan kecemasan. Kuesioner kecemasan menggunakan *Hamilton Anxiety Scale (HAS)*.

4. Abayneh Birlie Zeru, Mikyas Arega Muluneh (2019) , judul penelitian ”Pre-menarche adolescent girls’ menstrual knowledge and preparedness To Menarche In North Shewa Zone Of Amhara Region, Ethiopia”.

Metode penelitian menggunakan sebuah studi *cross-sectional* berbasis sekolah dilakukan pada peserta yang dipilih melalui teknik *multistage sampling*. Sampel penelitian menggunakan data yang dikumpulkan melalui kuesioner yang dikelola sendiri dimasukkan ke Epi. Data dan diekspor ke SPSS untuk dianalisis. Teknik pengambilan pada penelitian ini *Regresi logistik bi-variabel dan multivariabel* dihitung untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan

dengan pengetahuan menstruasi yang baik dan kesiapan untuk menarche. Analisa data menggunakan *rasio odds*. Hasil penelitian menunjukkan nilai $p < 0,05$ pada analisis multivariabel dianggap sebagai faktor yang secara statistik signifikan terkait variabel hasil. Dari total 424 remaja putri pra-menstruasi yang dilibatkan dalam penelitian, 166 (39,2%) memiliki Pengetahuan tentang menstruasi dan sekitar seperempat 110 (25,9%) memiliki kesiapsiagaan yang baik terhadap menstruasi.

Perbedaan penelitian ini adalah metode penelitian dan variabel penelitian serta analisis data. Metode penelitian ini adalah *cross-sectional* dengan desain penelitian berbasis sekolah. Pengumpulan data pada penelitian ini adalah kuisisioner. Penelitian menggunakan *Regresi logistik bi-variabel dan multivariable*.

5. Nadira Parvin, Bonita Parvin, Md Monoarul Haque, Mohammad Shahinoor Islam (2016) Judul penelitian “*Knowledge On Menstruation Among Adolescent School Girls In A Selected Area Of Dhaka City*”.

Metode penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *deskriptif* potong lintang. Sampel Penelitian menggunakan Kuesioner yang dimodifikasi sebelumnya telah diuji digunakan untuk mendapatkan data dengan wawancara tatap muka. Teknik pengambilan pada penelitian ini mudah non probabilitas teknik diterapkan untuk penelitian. Analisa data menggunakan Data dimasukkan ke dalam Program komputer Paket Statistik untuk Ilmu Sosial (SPSS 16.0, Chicago). Hasil penelitian menunjukkan Usia rata-rata responden adalah $15,46 + 1,17$ tahun. Berarti Pendapatan keluarga bulanan responden adalah 22.500 ± 4256 BDT. Mayoritas responden (88%) tidak memiliki pengetahuan tentang menstruasi sebelum menstruasi menarche mereka. Sebagian besar responden (88%) tidak siap mental untuk periode pertama. Sekitar 5,6% responden merasa nyaman atau normal saat menstruasi diikuti oleh 51%, 39,4% dan 4% memiliki perasaan tidak nyaman, takut dan menjijikkan masing-masing. Mayoritas responden (44%) mengetahui tentang menstruasi dari TV.

Perbedaan penelitian ini adalah metode penelitian dan variabel penelitian serta analisis data. Metode penelitian ini adalah *deskriptif* dengan desain penelitian potong lintang. Pengumpulan data pada penelitian ini Kuesioner yang dimodifikasi sebelumnya telah diuji digunakan untuk mendapatkan data dengan wawancara tatap muka. Penelitian ini menggunakan dilakukan dengan menggunakan angket yang sudah dimodifikasi.

