

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Remaja ialah masa dimana anak-anak beralih menjadi dewasa peralihan tersebut meliputi berbagai macam perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa (Solihah, 2013). Remaja merupakan kelompok potensial yang perlu mendapat perhatian serius karena remaja dianggap sebagai kelompok yang memiliki risiko secara seksual maupun kesehatan reproduksi dimana mereka memiliki rasa keingintahuan yang besar dan ingin mencoba sesuatu yang baru. Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Sifat khas yang dimiliki remaja ialah memiliki rasa keingintahuan yang besar, menyukai petualangan dan tantangan juga cenderung berani menanggung risiko atas perbuatannya tanpa adanya pertimbangan yang matang. Apabila keputusan yang telah diambil dalam menghadapi konflik tersebut tidak tepat, mereka akan jatuh dalam perilaku berisiko dan mungkin harus menanggung akibat jangka pendek dan jangka panjang dalam berbagai masalah kesehatan fisik dan psikososial (Hapsari, 2019)..

Masa remaja berarti masa dimana anak tumbuh hingga mencapai kematangan, secara umum, proses fisiologis, sosial, dan kematangan yang diawali dengan perubahan masa pubertas. Remaja didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa dan merupakan tahap seorang dimana ia berada diantara fase anak dan dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, perilaku, kognitif, biologis dan emosional. Kriteria yang paling sering digunakan untuk menentukan masa pubertas adalah munculnya menstruasi (menarche) (Zeni et al., 2022).

*World Health Organization* menyatakan sekitar seperlima dari penduduk dunia dari remaja 10-19 tahun, sekitar sembilan ratus juta berada di negara sedang berkembang. Data Demografi di Amerika Serikat menunjukkan jumlah remaja berumur 10-19 tahun sekitar (15%) populasi di Asia Pasifik, jumlah penduduknya merupakan (60%) dari penduduk dunia, seperlimanya adalah umur remaja umur 10-19 tahun (WHO, 2017). Di Indonesia, jumlah remaja usia 10-13 tahun mencapai sebanyak 45.351 orang yang terdiri dari 22.120 remaja perempuan (BPS, 2019). 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.

*Menarche* merupakan merupakan peristiwa menstruasi pertama kali sebagai tanda kematangan alat reproduksi wanita. Datangnya menstruasi pertama justru membuat sebagian remaja, takut dan gelisah karena beranggapan darah haid merupakan suatu penyakit. Namun beberapa remaja justru terlihat senang sewaktu mendapatkan *menarche* terutama pada mereka yang mengetahui mengenai menstruasi pertama (Ai Kholifah, 2015)

*Menarche* dini adalah menstruasi pertama yang dialami seorang wanita ketika usianya masih dibawah 12 tahun, rata-rata wanita mengalami *menarche* antara usia 11-13 tahun dan saat ini usia *menarche* telah bergeser ke usia yang lebih muda yang disebut *menarche* dini yaitu antara 10-11 tahun. Usia *menarche* yang terlampau cepat pada remaja dapat menyebabkan ketidaksiapan dan masalah pada remaja (devin, 2019).

Survei Kesehatan Nasional pada tahun 2018, menunjukkan rata-rata usia *menarche* kebanyakan wanita Indonesia adalah 12,96 tahun dengan penurunan 0,145 tahun per dekade. Kebanyakan anak perempuan Indonesia mendapatkan menstruasi pertamanya pada usia 12 tahun sebesar 31,33%, usia 13 tahun sebesar 31,30%, dan usia 14 tahun sebesar 18,24%. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, angka kejadian *menarche* pada remaja putri di Indonesia sebesar 55,12% (Riskesdas, 2018). Di Provinsi Jawa Tengah 19,4% remaja mulai mengalami *menarche* pada usia 11-12 tahun.

Perkembangan fisik yang terlalu cepat pada fenomena *menarche* dini dapat meningkatkan terjadinya gangguan kesehatan mulai dari mengalami stress, gangguan psikologis dan perilaku, sampai pada masalah kesehatan reproduksi. Usia *menarche* yang terlampau cepat ini dapat menyebabkan ketidaksiapan dan masalah remaja akibat pematangan organ reproduksi. (Ni putu, 2017).

Stres merupakan respon non-spesifik tubuh terhadap tuntutan latihan, respons fisiologis, psikologis, dan perilaku manusia yang berusaha menyesuaikan dan mengatur tekanan internal dan eksternal (stress) (Kurniawan, 2020). Stress meningkatkan kemampuan seseorang untuk mengatasi kesulitan hidup, jadi stress normal merupakan reaksi alami yang sangat berguna. Tekanan stress terlalu besar untuk melebihi ketahanan individu, yang mengakibatkan gejala seperti sakit kepala, mudah marah, dan insomnia. Dengan stress yang berkepanjangan, tubuh berusaha untuk menyesuaikan orang yang terkena dengan patologis. (Wang et al, 2020)

Stres merupakan bagian yang tidak terhindarkan dari kehidupan. Stress mempengaruhi setiap orang, bahkan anak-anak, kebanyakan stress di usia remaja berkaitan dengan masa pertumbuhan. Remaja yang khawatir akan perubahan tubuhnya dan mencari jati diri, sebenarnya remaja dapat membicarakan masalah mereka dan mengembangkan

keterampilan menyelesaikan masalah mereka dan mengembangkan keterampilan dalam menyelesaikan masalah, tetapi karena pergolakan emosional dan ketidak yakinan remaja dalam membuat keputusan penting, membuat remaja perlu mendapat bantuan dan dukungan khusus dari orang dewasa.(Indri,2017).

Perkembangan fisik yang terlalu cepat pada fenomena *menarche* dini dapat meningkatkan terjadinya gangguan kesehatan mulai dari mengalami stress, gangguan psikologis dan perilaku, sampai pada masalah kesehatan reproduksi. Usia *menarche* yang terlampau cepat ini dapat menyebabkan ketidak siapan dan masalah remaja akibat pematangan organ reproduksi.(Ni putu,2017).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Zeni Herliasari, 2022) dalam hasil penelitian tersebut terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi remaja dalam menghadapi *menarche*. Dalam hasilnya,ada hubungan frekuensi kesiapan dan sikap remaja awal dalam menghadapi *menarche*, yang menunjukkan hasil bahwa dari 60 responden yang memiliki sikap negative terdapat 10 remaja tidak siap menghadapi *menarche* dan 12 remaja siapmenghadapi *menarche*. Responden yang memiliki sifat positif terdapat 12 remaja tidak siap menghadapi *menarche* dan 26 remaja siap menghadapi *menarche*.

Hasil dari beberapa penelitian lain menunjukkan bahwa kebanyakn remaja putri mempunyai sikap yang lebih negatif terhadap menstruasi peratama (*menarche*) dan merespon menstruasi pertama secara negative.Hal ini dideskripsikan oleh subjek dengan perasaan secara negative seperti merasa takut,terkejut,sedih,kecewa,malu,khawatir dan bingung.Berdasarkan hasil penelitian DS Bramanda (2019)terdapat responden dengan tingkat stres yang dikategorikan Normal dengan usia *menarche* tidak normal berjumlah 6 orang (6%) dan normal berjumlah 19 orang (19%), dikategorikan Stres Ringan dengan usia *menarche* tidak normal berjumlah 11 orang (11%) dan normal berjumlah 19 orang (19%). Kategorikan Stres Sedang dengan usia *menarche* tidak normal berjumlah 7 orang (7%) dan normal berjumlah 12 orang (12%). Kategorikan Stres Berat dengan usia *menarche* tidak normal berjumlah 6 orang (6%) dan normal berjumlah 14 orang (14%). Kategorikan Stres Sangat Berat dengan usia *menarche* tidak normal berjumlah 1 orang (1%) dan normal berjumlah 5 orang (5%).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMP N 2 Jatinom pada tanggal 10 Desember 2022 pada siswi kelas VII dengan mengambil sampel berjumlah 11 siswi menggunakan DASS 42. Berdasarkan hasil kuesioner tersebut terdapat 1 siswa mengalami stress berat,3 siswi mengalami stress sedang,4 siswi mengalami stress ringan dan 3 siswi tidak mengalami stres/normal. Berdasarkan hasil data diatas peneliti tertarik untuk melakukan

penelitian tentang masalah diatas yaitu “Gambaran Tingkat Stres Remaja Dalam Menghadapi *Menarche* di SMP N 2 Jatinom”

## B. Rumusan Masalah

*Menarche* merupakan merupakan peristiwa menstruasi pertama kali sebagai tanda kematangan alat reproduksi wanita. Datangnya menstruasi pertama justru membuat sebagian remaja, takut dan gelisah karena beranggapan darah haid merupakan suatu penyakit. Namun beberapa remaja justru terlihat senang sewaktu mendapatkan *menarche* terutama pada mereka yang mengetahui mengenai menstruasi pertama (Kholifah, 2015). *Menarche* terjadi pada usia 12 tahun kebawah, *menarche* dapat meningkatkan terjadinya gangguan kesehatan mulai dari mengalami stress, gangguan psikologis dan perilaku, sampai pada masalah kesehatan reproduksi. Usia *menarche* yang terlampau cepat ini dapat menyebabkan ketidaksiapan dan masalah remaja akibat pematangan organ reproduksi. (Ni putu, 2017). Berdasarkan penelitian sebelumnya terdapat 15 siswi yang sudah menstruasi pertama, dengan tingkat stresnya normal 10 siswi (66.6%) responden, ringan 3 siswi (20%) responden, sedang 2 siswi (13.4%) responden, sedangkan berat dan sangat berat (0%) tidak ada di responden.

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka pertanyaan peneliti bagaimana “Gambaran Tingkat Stress Remaja Dalam Menghadapi *Menarche* di SMP N 2 Jatinom”

## C. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat stress remaja dalam menghadapi *menarche* pada siswa SMP N 2 Jatinom

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan karakteristik responden berdasarkan usia, usia *menarche* ibu, informasi dan IMT yang didapatkan siswi di SMP N 2 Jatinom.
- b. Mendeskripsikan gambaran tingkat stress remaja dalam menghadapi *menarche* di SMP N 2 Jatinom.
- c. Mendeskripsikan gambaran tingkat stress berdasarkan usia *menarche* ibu.
- d. Mendeskripsikan gambaran tingkat stress berdasarkan usia.
- e. Mendeskripsikan gambaran tingkat stress berdasarkan informasi.
- f. Mendeskripsikan gambaran tingkat stress berdasarkan IMT

#### D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat baik secara langsung maupun tidak langsung. Adanya manfaat penelitian ini sebagai berikut:

##### 1. Teoris

Hasil penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan sumbangan pikiran dalam memperkaya wawasan terkait gambaran tingkat stress remaja dalam menghadapi *menarche*.

##### 2. Praktis

###### a. Bagi Remaja

Diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan daya tarik remaja dalam pengetahuan kesehatan, terutama mengenai gambaran tingkat stress remaja dalam menghadapi *menarche*.

###### b. Bagi Orang Tua

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan informasi bagi orang tua mengenai gambaran tingkat stress remaja dalam menghadapi *menarche*.

###### c. Bagi Tenaga Kesehatan (Perawat)

Menambah pengetahuan bagi tenaga kesehatan terutama perawat sebagai sumber informasi dan juga sebagai bahan kajian tentang gambaran tingkat stress remaja dalam menghadapi *menarche*.

###### d. Bagi Institusi Pendidikan (SMP)

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan juga sebagai sumber informasi bagi institusi mengenai gambaran tingkat stress remaja dalam menghadapi *menarche*.

###### e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan menjadi bahan pertimbangan dan informasi lanjut, sehingga dapat menjadi dasar penelitian selanjutnya

#### E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini didasari oleh penelitian sebelumnya terkait Gambaran tingkat stress remaja dalam menghadapi *menarche*. Adapun penelitian tersebut sebagai berikut :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Ai Kholofah ( 2015) dengan judul “Gambaran Tingkat Stress Pada Anak Usia Sekolah Menghadapi Menstruasi Pertama (*Menarche*) di Desa Gegerkalong Girang 2”. Dengan metode penelitian merupakan penelitian deskriptif

kuantitatif. Sample penelitian ini mengambil semua subjek (total sample) untuk pengambilan data. Dengan hasil Status menarche di SDN Gegerkalong Girang 2, dari 50 responden banyak yang belum mendapatkan menstruasi dengan jumlah 35 siswi (70%) responden dan 15 siswi (30%) responden yang sudah mengalami menstruasi dilihat dari penyebaran kuisioner. Rata-rata usia menarche siswi di Sekolah Dasar Negeri Gegerkalong Girang 2 yaitu 12 tahun sebanyak 14 siswi (28%) dan 13 tahun 1 siswi (2%) dari responden, usia 12 sampai 13 tahun sudah menstruasi adalah hal normal terjadi pada wanita. Tingkat Stres yang belum menarche yaitu normal 12 siswi (34.3%), ringan 19 siswi (54.3%), sedang 4 siswi (11.4%).

Perbedaan : Perbedaan pada penelitian (Ai Kholofah ( 2015)) dengan penelitian yang dilakukan terletak pada jumlah populasi yaitu 123 dengan sample berjumlah 38, dan juga terdapat perbedaan tempat dan waktu penelitian.

2. Penelitian oleh (DS Bramanda, 2019) dengan judul “Hubungan Tingkat Stres Dengan Usia Menarche Pada Siswi Kelas 8 dan Kelas 9 MTS KHANZANAH KEBIJAKAN Tahun 2019”. Dengan metode penelitian yang digunakan ialah deskriptif yang bersifat analitik dengan menggunakan desain potong lintang (*cross sectional*) untuk pengambilan data. Hasil yang diperoleh ialah rata-rata usia menarche pada siswi MTs Khazanah Kebajikan Kota Tangerang Selatan pada tahun 2019 adalah 11,9 tahun dengan usia termuda menarche pada 10 tahun dan usia tertua menarche adalah 13 tahun. Tingkat Stres pada siswi MTs Khazanah Kebajikan kota Tangerang Selatan pada tahun 2019 menunjukkan stres ringan berjumlah 30 orang, Stres sedang 19 orang. Stres berat berjumlah 20 orang dan Tingkat Stres sangat berat berjumlah 6 orang.

Perbedaan : Perbedaan ada penelitian (DS Bramanda, 2019) dengan penelitian yang dilakukan terletak pada metode penelitian dimana peneliti menggunakan *total sampling* sedangkan penelitian oleh (DS Bramanda, 2019) menggunakan *simple random sampling*.

3. Penelitian oleh (Toduho s, et al, 2019) dengan judul “Hubungan Stres Psikologis Dengan Siklus Menstruasi pada Siswi Kelas 1 SMA NEGERI 3 Tidore Kepulauan”. Dengan metode deskriptif analitik dengan menggunakan rancangan cross sectional study (study potong lintang). Tempat penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 3 Tidore Kepulauan. Pada tanggal 16-21 Juni 2014. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 68 siswi kelas 1, dengan teknik pengambilan sampel secara total sampling yaitu 68 siswi kelas 1. Dengan kriteria inklusi siswi kelas 1 yang bersedia menjadi responden dan yang telah mengalami menstruasi. Dengan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar stres psikologis sedang yaitu 49 responden (72,1%).

Perbedaan : Perbedaan penelitian (Toduho s, et al, 2019) dengan penelitian yang dilakukan terletak pada jenis penelitian yaitu metode deskriptif analitik sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode deskriptif kuantitatif.

Penelitian saat ini akan membahas mengenai gambaran tingkat stress pada kelompok pra remaja, yang akan melihat gambaran tingkat stress remaja dalam menghadapi menarche siswi yang bertempat di SMP N 2 Jatinom, dengan metode penelitian deskriptif kuantitatif