

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Masa remaja merupakan tahapan kehidupan yang diawali dengan munculnya ciri-ciri seksual sekunder dan diakhiri dengan berhentinya pertumbuhan tubuh antara usia 11 sampai 18 tahun (Dorland,2014). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014, menjelaskan bahwa usia remaja antara 10 sampai dengan 18 tahun. Menurut Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun dan belum kawin. Sementara itu, menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah.

Jumlah penduduk usia remaja perempuan rentang usia 10-24 tahun di Indonesia tahun 2021 adalah 32.467.5 jiwa (Badan Pusat Statistik Indonesia). Jumlah penduduk usia remaja perempuan rentang usia 10-24 tahun di Provinsi Jawa Tengah tahun 2021 adalah 4.089.541 jiwa (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah). Jumlah penduduk usia remaja perempuan rentang usia 10-24 tahun di Kabupaten Klaten tahun 2021 adalah 31.996 jiwa. Di Jawa Tengah sekitar 0,1% remaja putri mengalami *menarche* lebih awal pada usia 6 sampai 8 tahun, dan sekitar 26,3% lainnya mendapat *menarche* pada usia lebih dari 14 tahun. Data yang diperoleh dari Kementerian Kesehatan RI Tahun 2019 menunjukkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia 2019 menyatakan bahwa remaja usia 10 – 19 tahun, proporsi *menarche* secara keseluruhan adalah 78,6% mulai dari 42,8%, 96,2%, 99,6% di usia 12 tahun, 15 tahun, dan 18 tahun. Masing-masing rata-rata usia *menarche* secara keseluruhan adalah 12,96 tahun. Kemudian menurut World Health Organization (2018), usia anak adalah 10 sampai 19 tahun. Rata-rata remaja mengalami menstruasi pada usia 13-14 tahun. 37,5% remaja putri di Indonesia mengalami menstruasi dini pada usia 9 tahun dan yang paling lambat usia 17 tahun.

Masa remaja akan mengalami perubahan, seperti perubahan secara fisik maupun perubahan non fisik. Masa remaja bisa dikatakan masa yang paling kritis dibandingkan dengan perkembangan kehidupan lainnya dikarenakan, pada masa ini terjadi begitu banyak perubahan dalam diri individu, baik itu perubahan fisik maupun psikologis (Kusmiran,

2018). Setiap remaja mempunyai karakteristik yang berbeda-beda dalam menerima perubahan biologis semasa remaja, perubahan tersebut seperti 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* adalah menstruasi pertama yang biasa terjadi pada remaja putri di usia 10 sampai 16, atau pada masa pubertas awal hingga pubertas pertengahan sebelum masa reproduksi (Proeverawati, 2019). *Menarche* merupakan suatu keadaan ketika seorang wanita mengalami menstusai untuk pertama kalinya (Ramadhy, 2011). Rata-rata menstruasi terjadi pada usia 12 tahun dengan variasi antara 10-16 tahun. Jika kurang dari 10 tahun sudah mengalami menstruasi maka keadaan ini disebut pubertas *precox* dan sebaliknya jika menstruasi pertama kali terjadi pada usia lebih dari 16 tahun maka disebut sebagai pubertas *tarda* (Ramadhy, 2011). Perdarahan (menstruasi) yang terjadi untuk pertama kali (*menarche*) muncul pada umur 12-13 tahun (Manuaba, 2009).

Cepat atau lambat, kematangan seksual (menstruasi, kematangan fisik) ditentukan oleh kondisi fisik seseorang, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor ras, faktor iklim dan gaya hidup. Jika fisik remaja lemah bisa memperlambat menstruasi. Islam menjelaskan bahwa seorang perempuan yang mengalami *menarche* dan yang sudah lama menstruasi itu dipandang sama, dengan arti ia tidak diperkenankan untuk melaksanakan sholat, puasa, membaca Al-Qur'an, serta amalan yang tidak diperkenankan dilakukan oleh seorang perempuan yang sedang mengalami haid atau menstruasi sampai suci (Hamdani, Muhammad, 2018).

Remaja putri yang mengalami *menarche* memiliki reaksi yang berbeda-beda. Mereka akan bereaksi positif dan negatif. Contoh reaksi positifnya yaitu ia mampu memahami, menghargai dan menerima sebagai tanda kedewasaan seorang wanita. Sikap yang positif akan menjadi salah tanda kedewasaan seseorang (*the maturity of personality*). Umumnya mereka yang dewasa ditandai dengan konsep diri (*self-concept*) yang positif, yakni memiliki kemampuan untuk melihat gambaran diri mengenai kelebihan dan kekurangan diri sendiri, artinya mereka mampu untuk mengevaluasi diri (*self-awareness*). Dari kemampuan tersebut akan menumbuhkan perasaan untuk menghargai diri sendiri (*self-esteem*), yang akhirnya

akan membentuk rasa percaya diri (*self-confidence*). Orang yang percaya diri akan memiliki rasa optimis dan penuh harapan terhadap masa depannya (Dariyo,2014).

Reaksi negatif saat remaja putri mengalami menstruasi pertama, yaitu ia merasakan keluhan-keluhan psikologis (sakit kepala, sakit pingga, mual-mual, muntah) maupun kondisi psikologis yang tak stabil (bingung, sedih, stress, cemas, mudah tersinggung, marah emosional). Remaja menganggap menstruasi bisa membuat mereka kehabisan darah, remaja memandang bahwa menstruasi suatu hal yang menyakitkan karena ada darah yang keluar dari tubuh mereka. Reaksi-reaksi tersebut kemungkinan muncul karena ketidaktahuan remaja tentang perubahan-perubahan fisiologis yang terjadi pada awal kehidupan seorang remaja wanita, hal ini disebabkan dari segi fisik dan psikologis yang belum matang, informasi yang kurang dari orang tua bisa menyebabkan perasaan cemas dan takut pada ketika menstruasi pertama tiba (Irmawati,2017). Respon negatif saat menstruasi pertama pada anak disebabkan belum pernah mendapat informasi tentang menstruasi (Ulfa & Mardiyana, 2012).

Remaja yang menghadapi *menarche* membutuhkan kesiapan mental yang baik, karena ia akan mengalami perubahan fisik yang drastis, perubahan tersebut akan menyebabkan perubahan psikis remaja seperti bingung, berbagai pertanyaan, ketakutan dan kecemasan (Proverawati, A & Misaroh, 2018). Kecemasan merupakan perasaan keprihatinan, ketidakpastian dan ketakutan tanpa stimulus yang jelas, dikaitkan dengan perubahan fisiologis (*takikardia*, berkeringat, tremor, dan lain-lain). Kecemasan yang sering dialami oleh remaja putri yaitu kecemasan ketika mereka menghadapi *menarche*. Faktor-faktor kecemasan yang mempengaruhi dalam menghadapi *menarche* antara lain pengetahuan, usia *menarche*, dukungan ibu atau keluarga, sumber informasi, dan ketidaksiapan.

Ketidaksiapan dalam menghadapi *menarche* dapat disebabkan karena pengetahuan yang kurang tentang menstruasi. Menurut Lutfiya sebanyak 50% remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang tentang menstruasi dan mengatakan tidak siap untuk menghadapi *menarche* (Lutfiya, 2016). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rohmah, ia menyatakan bahwa remaja yang memiliki skor tinggi pada pengetahuan tentang menstruasi juga memiliki skor tinggi pada kesiapan menghadapi *menarche* (Rohmah, Djamahar dan Rahayu, 2015). Pengetahuan yang dimiliki oleh remaja putri akan mendorong ia untuk mempersiapkan diri dengan datangnya *menarche*.

Dari sebuah penelitian yang dilakukan oleh Lee (2008) dalam Marhamatunnisa (2012) kepada 155 remaja, ditemukan 12% remaja yang tidak mempersiapkan datangnya *menarche* mengungkapkan bahwa mereka merasa dirinya kotor, memalukan, dan menjijikkan karena mendapati celananya penuh noda darah menstruasi. Banyak respon negatif yang ditunjukkan anak yang baru mengalami *menarche* pada dasarnya merupakan hal yang wajar berkaitan dengan tumbuh kembangnya, namun penting untuk diberi tindakan. Jika tidak anak akan cenderung terus-menerus minder dan malu atas kodrat yang harus diterimanya. Namun dalam penelitiannya dijelaskan bahwa ada juga kelompok anak yang justru menilai *menarche* sebagai peristiwa normal. Kelompok ini merupakan kelompok yang sudah memiliki pengetahuan dan persiapan yang cukup terkait *menarche*.

Dalam sebuah penelitian yang dilakukan Ida Nilawati (2013) dalam jurnal ilmiah kebidanan terhadap 10 siswi yang mengalami *menarche* diperoleh bahwa sebagian besar siswi (60%) mengalami kecemasan dan 40% siswi merasa takut dalam menghadapi menstruasi sebab mereka belum pernah mendapatkan penjelasan tentang menstruasi. Marvan dan Veronica (2014) dalam penelitiannya tentang *menarche* ditemukan responden yang mengalami menstruasi dini memiliki kecemasan yang paling tinggi (48%) seperti rasa takut, khawatir, gelisah dan malu bahwa sudah mengalami menstruasi. Begitu pula halnya penelitian Afiyah (2016) menunjukkan menstruasi dini memiliki tingkat kecemasan yang paling besar (76%) yaitu cemas, takut, sakit dan malu dalam perubahan fisiknya. Kecemasan yang sering ditunjukkan pada remaja saat mengalami *menarche* yaitu perasaan takut, gelisah, tidak nyaman, bahkan malu untuk mengungkapkan bahwa dirinya sudah *menarche* (Proverawati & Misaroh, 2009). Dampak dari kecemasan saat mengalami *menarche* pada remaja akan mempengaruhi prestasi belajar karena aktivitas belajar remaja terganggu (Marhamatunnisa, 2012). Kecemasan remaja saat *menarche* menyebabkan remaja sulit untuk berkonsentrasi, mengganggu proses belajar dan menurunkan semangat belajar remaja (Rahayu, 2015).

Studi pendahuluan yang dilakukan penulis pada 10 remaja putri di Dukuh Tegalrejo Desa Sembung, menunjukkan bahwa 8 remaja putri bereaksi negatif terhadap menstruasi pertama dan 2 remaja putri bereaksi positif dalam menanggapi menstruasi pertama. Dari 10 remaja, 2 remaja putri sudah mengetahui dan mampu menjelaskan mengenai menstruasi, mereka mendapatkan informasi mengenai menstruasi dari orang tua dan guru. Mereka juga

memahami bahwa menstruasi merupakan tanda kedewasaan bagi seorang perempuan. Dari 8 remaja tersebut, beranggapan bahwa, menstruasi merupakan hal yang akan dialami seorang perempuan. Remaja putri merasa kaget dan cemas saat mengalami menstruasi pertama. Remaja menganggap menstruasi bisa membuat mereka kehabisan darah. Lalu remaja memandang bahwa menstruasi suatu hal yang menyakitkan karena ada darah yang keluar dari tubuh mereka. Kemudian remaja lainnya mengatakan, jika seorang perempuan sudah mengalami menstruasi, tidak boleh bersentuhan dengan lawan jenis, karena bisa menyebabkan hamil.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk mengambil studi kasus Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Kecemasan Pada Remaja Putri Yang Mengalami *Menarche* Di Dukuh Tegalrejo Desa Sembung.

## **B. Batasan Masalah**

Batasan masalah pada studi kasus ini Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Kecemasan Pada Remaja Putri Yang Mengalami *Menarche* Di Dukuh Tegalrejo Desa Sembung.

## **C. Rumusan Masalah**

Di Dukuh Tegalrejo Desa Sembung terdapat 10 remaja yang mengalami *menarche*. Kemudian peneliti hanya membutuhkan 2 responden untuk studi kasus ini. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 remaja di Dukuh Tegalrejo Desa Sembung, menunjukkan bahwa 80% bereaksi negatif terhadap *menarche* dan 20% bereaksi positif dalam menanggapi *menarche*. Rumusan masalah pada studi kasus ini adalah Bagaimana Pelaksanaan Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Kecemasan Pada Remaja Putri Yang Mengalami *Menarche* Di Dukuh Tegalrejo Desa Sembung?

## **D. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan umum

Untuk memberikan “Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Kecemasan Pada Remaja Putri Yang Mengalami *Menarche* Di Dukuh Tegalrejo Desa Sembung”.

### 2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan pengkajian asuhan keperawatan jiwa dengan masalah kecemasan .
- b. Mendeskripsikan diagnosa asuhan keperawatan jiwa dengan masalah keperawatan kecemasan .
- c. Mendeskripsikan rencana asuhan keperawatan jiwa dengan masalah keperawatan kecemasan.
- d. Mendeskripsikan tindakan asuhan keperawatan jiwa dengan masalah keperawatan kecemasan.
- e. Mendeskripsikan evaluasi asuhan keperawatan jiwa dengan masalah keperawatan kecemasan.
- f. Menganalisis dengan menggunakan teori asuhan keperawatan jiwa dengan masalah keperawatan kecemasan.

### 3. Manfaat penelitian

#### a. Teoritis

Hasil penulisan pada karya tulis ilmiah ini dapat memberikan informasi dan pemecahan masalah dalam keperawatan jiwa khususnya tentang asuhan keperawatan tentang gangguan kecemasan. Dapat meningkatkan kualitas dan pengembangan ilmu pengetahuan tentang asuhan keperawatan jiwa khususnya kecemasan.

#### b. Praktik

##### 1) Bagi Remaja atau Masyarakat

Hasil penelitian studi kasus ini diharapkan dapat menjadi salah satu jalan alternatif untuk menurunkan kecemasan.

##### 2) Bagi Perawat

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan peran perawat sebagai pendidik, serta menjadi bahan pengembangan dan meningkatkan Pendidikan dalam bidang keperawatan secara professional dalam meningkatkan mutu pelayanan kesehatan.

##### 3) Bagi Institusi

Sebagai wacana intitusi dalam menentukan kebijakan kedepannya dan menambahkan program penyuluhan kesehatan.

4) Bagi penulis dan Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasannya untuk diri penulis sendiri, serta menambah wawasan untuk dimasa yang akan datang dan untuk referensi bagi penulis yang akan datang.