

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja atau *adolescence* merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju dewasa. Dalam bahasa latin disebut *adolescere* yang berarti tumbuh menjadi dewasa (Proverawati, A & Misaroh, 2012). *Adolescence* merupakan tahap kehidupan yang dimulai dengan munculnya tanda-tanda seks sekunder dan diakhiri dengan berhentinya pertumbuhan tubuh, berkisar antara usia 11-19 tahun (Dorland, 2012). Perubahan yang terjadi pada usia remaja adalah perubahan secara fisik maupun perubahan non fisik. Masa remaja 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, 2011).

Pertumbuhan menggambarkan proses bertambahnya ukuran dan jumlah sel serta jaringan interseluler yang tampak secara fisik dan dapat diukur dengan menggunakan satuan panjang atau satuan berat. Proses pertumbuhan merupakan proses berkesinambungan yang dipengaruhi oleh faktor genetic (ras, keluarga) dan faktor lingkungan bio-psikososial dari konsepsi sampai dewasa. Perubahan fisik yang paling mencolok adalah pertumbuhan pada tubuh yang semakin tinggi, pertumbuhan payudara dan pinggul yang semakin melebar, pertumbuhan rambut pubis serta mulai berfungsinya alat-alat reproduksi yang ditandai dengan adanya menstruasi pertama atau yang dikenal dengan istilah *menarche* pada remaja putri dan mimpi basah pada remaja laki-laki (Soetjningsih, 2013). Pertumbuhan linier dapat digunakan sebagai indikator peka yang mencerminkan kesehatan fisik dan mental. Seringkali gangguan pertumbuhan yang

sebelumnya tidak terdeteksi akan muncul pada masa ini, serta masa remaja dikatakan juga sebagai kesempatan terakhir untuk melakukan intervensi sebelum terjadi penutupan lempeng epifisis (Proverawati, A & Misaroh, 2012).

Berdasarkan *World Health Organization* tahun 2018, umur remaja berkisar antara 10-19 tahun, dengan rata-rata usia *menarche* 13 tahun. Secara nasional rata-rata usia *menarche* 13-14 tahun terjadi pada 37,5% anak remaja Indonesia dengan kejadian lebih awal kurang dari usia 9 tahun atau lebih lambat sampai usia 17 tahun. Remaja putri yang mengalami *menarche* di Jawa Tengah khususnya Semarang sekitar 0,1% terjadi pada usia 6-8 tahun, 26,3% mengalami menstruasi pertama (*menarche*) pada usia antara 10-16 tahun, dan 4,5% pada umur 17 tahun ke atas (Kemenkes, 2013).

Berapa tahun terakhir masalah kesehatan reproduksi pada anak menjadi kepedulian Nasional karena disadari bahwa dalam hidupnya menghadapi berbagai masalah khususnya yang membutuhkan perhatian yang khusus pula. Kebutuhan terhadap kesehatan reproduksi pada anak sebenarnya merupakan permasalahan dunia, akan tetapi di Negara kita hal ini tidak mendapatkan perhatian yang memadai. Program kesehatan reproduksi merupakan upaya untuk membantu agar memiliki pengetahuan, kesadaran, sikap dan perilaku kehidupan reproduksi sehat dan bertanggung jawab. Kesehatan reproduksi ini tidak saja bebas dari penyakit dan kecacatan, namun juga sehat mental dan social dari alat, sistem, fungsi serta proses reproduksi (Irmawati, 2011).

Kejadian penting pada masa pubertas adalah masa ketika seorang anak mengalami perubahan fisik dan psikis. Perubahan fisik pada masa pubertas ini ditandai dengan *menarche*. *Menarche* merupakan istilah dari menstruasi yang pertama kali terjadi pada wanita yaitu suatu proses pengeluaran darah dari uterus yang disertai dengan serpihan selaput dinding uterus pada wanita yang terjadi secara periodik. Menstruasi pertama pada remaja putri sering terjadi pada usia 11 tahun, namun tidak tertutup

kemungkinan terjadi pada rentang usia 9 hingga 16 tahun. Remaja perempuan yang belum mendapatkan persiapan yang lebih baik, lebih banyak menampilkan perasaan negatif (takut, panik, kaget, sedih, marah, bingung, dan merasa direpotkan) dibandingkan perasaan positif saat memasuki *menarche* (Adelia, 2018). Anak yang akan mengalami *menarche* membutuhkan kesiapan fisik, psikologis, serta keluarga sebagai sumber informasi yang baik. Menurut Jayanti F.N, remaja yang belum siap menghadapi *menarche* akan timbul keinginan untuk menolak proses fisiologis tersebut. Remaja putri akan merasakan menstruasi sebagai sesuatu yang mengancam dan apabila tidak diatasi keadaan ini dapat berlanjut ke arah yang lebih negatif, namun berbeda bagi mereka yang telah siap dalam menghadapi *menarche*, mereka akan merasa senang dan bangga karena menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis.

Terjadinya *menarche* pada setiap wanita tidaklah sama karena ada beberapa faktor yang mempengaruhinya, antara lain faktor sosial ekonomi, keturunan dan juga faktor kesehatan gizi. Perempuan yang berbadan gemuk biasanya cenderung mengalami *menarche* lebih awal dari pada perempuan yang berbadan kurus, kejadian *menarche* yang cenderung lebih awal saat anak belum mencapai kedewasaan pikiran ditambah dengan faktor kurangnya pengetahuan memunculkan beragam respon psikologi pada anak perempuan. *Menarche* yang datang terlalu dini mungkin akan menjadi peristiwa yang menakutkan, traumatik, bahkan menjijikan bagi anak. Anak-anak perempuan yang tidak mengenal tubuhnya dan bagaimana proses reproduksi berlangsung dapat mengira bahwa menstruasi merupakan bukti adanya penyakit atau bahkan hukuman akan tingkah laku buruk hingga seringkali menyebabkan anak takut dan gelisah, selain itu anak sering mengalami rasa malu yang amat dalam dan perasaan kotor saat menstruasi pertama mereka (Dariyo, 2014).

Reaksi remaja wanita terhadap datangnya haid pertama (*menarche*), yaitu reaksi

negatif, ketika muncul menstruasi pertama, seorang individu akan merasa keluhan-keluhan psikologis (sakit kepala, sakit pingga, mual-mual, muntah) maupun kondisi psikologis yang tak stabil (bingung, sedih, stress, cemas, mudah tersinggung, marah emosional). Reaksi-reaksi tersebut kemungkinan bias muncul karena ketidaktahuan remaja tentang perubahan-perubahan fisiologis yang terjadi pada awal kehidupan seorang remaja wanita dan kurangnya pengetahuan, dimana hal ini bisa disebabkan dari segi fisik dan psikologis remaja yang belum matang, informasi yang kurang dari orang tua menyebabkan timbulnya perasaan cemas dan takut pada remaja ketika menstruasi pertama tiba (Irmawati, 2011).

Pada anak yang menghadapi *menarche* membutuhkan kesiapan mental yang baik karena mengalami perubahan fisik yang drastis saat pubertas akan menyebabkan pergolakan dan perubahan psikis remaja seperti perasaan bingung, berbagai pertanyaan, ketakutan dan kecemasan (Proverawati, A & Misaroh, 2012). Sulistyoningsih menyatakan bahwa sebanyak 46,7% remaja putri di Kabupaten Jember belum memiliki kesiapan dalam menghadapi *menarche*. Sebanyak 70% siswi mengatakan mereka takut bila dalam waktu dekat akan mengalami *menarche*, 60% mereka tidak tahu apa yang akan dilakukan ketika menstruasi datang, dan 40% siswi belum ada persiapan khusus jika akan mengalami menstruasi. Kuswati dan Handayani juga mengatakan bahwa 20% remaja mempunyai sikap negatif terhadap *menarche* dan mengungkapkan bahwa mereka merasa kotor, memalukan, dan merasa jijik karena mendapati celana yang penuh dengan darah menstruasi, 15% remaja menyatakan sangat setuju dan akan merasa senang jika sampai besar nanti tidak mengalami menstruasi, dan 0,4% mengatakan akan marah jika akan mengalami menstruasi di usia sekarang.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mouli menunjukkan remaja putri di *Low Middle Income Country* (LMIC) sekitar 88,7% berespon negatif dan tidak siap

dalam menghadapi *menarche* (Mouli, V.C. dan S.V. Patel., 2017). Informasi utama mengenai menstruasi mereka peroleh dari ibu dan anggota keluarga perempuan lainnya yang belum tentu memberikan informasi yang benar tentang kebingungan yang dialami oleh remaja putri ketika mengalami *menarche*. Pengetahuan yang kurang dan rasa malu yang dialami oleh remaja putri dapat menyebabkan kesalahpahaman tentang menstruasi sehingga menyebabkan remaja tersebut tidak siap dalam menghadapi *menarche*. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fadriyana mengatakan bahwa 63% remaja tidak siap dalam menghadapi *menarche* karena memiliki informasi yang salah tentang menstruasi dan sering mengaitkan menstruasi dengan suatu hal yang negatif (Fadriyana Ningtyas dan Ajiningtyas, 2017).

Ketidaksiapan dalam menghadapi *menarche* ini dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan anak tentang menstruasi. Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (Notoatmodjo, 2015). 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, 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*.

Pengetahuan tentang *menarche* sangat dibutuhkan oleh calon remaja putri karena dapat berpengaruh pada emosi, fisik, dan perilaku selama menstruasi. Dampak yang dapat ditimbulkan dari kurangnya pengetahuan anak tentang menstruasi dapat menyebabkan tidak siap dalam menghadapi *menarche* selain itu juga berdampak pada permasalahan psikologi dan masalah fisik seperti kurangnya kebersihan diri (personal

hygiene) sehingga dapat beresiko untuk terjadinya infeksi saluran kemih (ISK), sebanyak 50,3% remaja putri yang tidak siap menghadapi *menarche* memiliki perilaku yang tidak baik dalam personal hygiene saat menstruasi (Proverawati,2010). Resiko keputihan dan ISK dapat dikurangi jika anak tersebut mengetahui bagaimana cara menjaga kebersihan reproduksi selama menstruasi (Proverawati, A & Misaroh, 2012).

Informasi yang kurang mengenai *menarche* menyebabkan anak usia sekolah dasar secara psikologis tidak mempersiapkan diri menghadapi *menarche*. Sewaktu *menarche* terjadi seringkali muncul anggapan bahwa segala sesuatu yang keluar dari alat kelamin anak perempuan adalah sesuatu yang kotor, menjijikan dan noda bagi diri anak perempuan. Oleh karena itu timbul perasaan rendah diri, atau anak perempuan akan merasa sakit-sakitan saat menstruasi sehingga tidak berani keluar rumah. Sehingga informasi sedini mungkin dari lingkungan dan tenaga kesehatan juga dapat membantu remaja tersebut untuk menerima kodratnya atau identitas sebagai perempuan, merasa bahwa *menarche* adalah peristiwa alamiah dan bisa mengurangi sikap negatif remaja dalam menghadapi *menarche*(Handayani dan Rahayu, 2014).

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah diatas adalah dengan diberikannya pendidikan kesehatan tentang *menarche*. Pendidikan kesehatan merupakan kegiatan untuk membantu individu, kelompok masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan untuk mencapai hidup sehat secara optimal (Triwibowo dan Puspahandani, 2015). Pendidikan kesehatan tentang reproduksi remaja khususnya tentang menstruasi perlu mendapatkan perhatian dari semua pihak. Pemberian pendidikan kesehatan reproduksi tentang menstruasi akan menambah pengetahuan dan informasi tentang menstruasi sehingga dengan bertambahnya pengetahuan mengenai menstruasi diharapkan remaja tersebut menjadi siap untuk menghadapi *menarche*(Proverawati, A & Misaroh, 2012).

Pendidikan kesehatan tentang *menarche* kepada anak sangat perlu dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan anak, sehingga mereka lebih mempersiapkan diri dalam menghadapi *menarche*. Pendidikan kesehatan ini dapat dilakukan dengan beberapa metode diantaranya dengan metode audiovisual dan metode ceramah. Di sekolah dasar audiovisual menjadi salah satu pembelajaran yang tepat untuk mengembangkan kemampuan dan proses pembelajaran. Pendidikan atau penyuluhan kesehatan di sekolah penting dilakukan, terutama masalah kesehatan reproduksi, dan sebagainya. Hal ini dilakukan karena kemampuan memelihara dan meningkatkan kesehatan harus dikembangkan sedini mungkin, termasuk pada saat masih menjadi murid sekolah (Notoatmodjo, 2015).

Berdasarkan permasalahan diatas, peran perawat dalam hal ini adalah dapat berperan sebagai edukator yaitu pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan yang perlu diberikan pada anak usia sekolah ialah tentang organ reproduksi wanita, perubahan fisik yang terjadi pada anak saat menjelang *menarche* (menstruasi pertama), cara menjaga kebersihan pada organ kewanitaan saat menjelang menstruasi dan setelah menstruasi, serta dampak buruk yang terjadi jika tidak bisa menjaga kesehatan organ reproduksi. Untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap pada anak usia sekolah, maka diperlukan pendidikan tentang kesehatan reproduksi untuk mencegah terjadinya dampak negatif dalam menghadapi *menarche* seperti kecemasan akan perubahan fisik dan psikisnya dan kebingungan untuk melakukan higienitas saat menstruasi pertama kali datang yang berakibat terhadap kesehatan organ reproduksinya (Achjar, 2015).

Pendidikan yang dapat diberikan pada anak dapat berupa pendidikan tentang kesehatan reproduksi (Achjar., 2015). Banyak media yang dapat digunakan untuk memberikan pendidikan kesehatan salah satunya adalah dengan menggunakan media audiovisual. Beberapa manfaat media audiovisual yaitu memberikan pengalaman yang

tak terduga kepada peserta didik, memperlihatkan secara nyata sesuatu yang pada awalnya tidak mungkin bisa dilihat, menganalisis perubahan dalam periode waktu tertentu, Memberikan pengalaman kepada peserta didik untuk merasakan suatu keadaan tertentu, dan menampilkan presentasi studi kasus tentang kehidupan sebenarnya yang dapat memicu diskusi peserta didik (Prastowo, 2012).

Beberapa kelebihan penggunaan media audiovisual, antara lain video menambah suatu dimensi baru dalam pembelajaran, video menyajikan gambar bergerak kepada siswi dan terdapat suara penjelasan gambar yang menyertainya, video dapat menampilkan suatu fenomena yang sulit untuk dilihat secara nyata, pesan yang disampaikan cepat dan mudah diingat, mengembangkan pikiran dan pendapat para siswi, mengembangkan imajinasi, memperjelas hal-hal yang abstrak dan memberikan penjelasan yang lebih realistik dibandingkan dengan media cetak seperti leaflet, poster dan booklet, yang hanya menggunakan visual saja (Daryanto, 2011).

Tujuan dari penyuluhan kesehatan reproduksi menggunakan media audiovisual adalah untuk mempersiapkan agar remaja tahu tentang *menarche*, dampak yang akan dirasakan saat mengalami *menarche*, serta kesiapan mental dan material seseorang. Selain itu penyuluhan kesehatan reproduksi menggunakan media audiovisual juga bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan mendidik anak agar berperilaku sehat. Keefektifan media audiovisual dapat dibuktikan dengan Penelitian oleh Sandhi peningkatan yang signifikan pada pengetahuan responden sebelum dan sesudah mendapatkan pendidikan kesehatan dengan media audiovisual (Sadiman, 2012).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Purnamasari tentang pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi dengan kesiapan psikologis remaja menghadapi *menarche* didapatkan hasil bahwa sebelum diberikannya pendidikan kesehatan 95% mengatakan tidak siap untuk menghadapi *menarche* namun setelah diberikannya

pendidikan kesehatan sebagian besar responden (90%) sudah siap menghadapi *menarche* (Purnamasari, 2010). Penelitian Shaghira menunjukkan ada pengaruh penyuluhan tentang *menarche* terhadap kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI SDN 5 Panjer Kebumen (Shaghira, 2016). Perbedaan dengan penelitian sebelumnya dimana penelitian sebelumnya meneliti kesiapan psikologis sedangkan peneliti yang akan dilakukan meneliti semua aspek kesiapan. Penelitian yang akan dilakukan juga menggunakan media yang berbeda yaitu audio visual, sementara penelitian sebelumnya menggunakan media *leaflet*.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti pada bulan Januari tahun 2020 diperoleh data jumlah siswi kelas 5 sebanyak 23 anak dan kelas 6 sebanyak 20 anak. Peneliti juga melakukan kuesioner sederhana terhadap 6 siswi untuk mendapatkan informasi tentang kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche*. Peneliti mendapatkan data 5 siswi belum siap menghadapi *menarche* (takut dengan menstruasi, menganggap menstruasi merepotkan, bingung menghadapi menstruasi dan belum menanyakan tentang menstruasi kepada ibu). Peneliti juga mendapatkan 2 siswa menyatakan siap menghadapi menstruasi (siap menjadi remaja, menganggap menstruasi lambang kematangan dan siap menghadapi *menarche*). Peneliti juga mendapatkan informasi bahwa mereka belum pernah mendapatkan informasi tentang kesiapan menghadapi *menarche* dari pendidikan dan penyuluhan.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengambil judul “Perbedaan Kesiapan Siswi Kelas 5 dan 6 dalam Menghadapi *Menarche* Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pendidikan Kesehatan di SD Negeri 01 Genuk Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalahnya adalah adakah perbedaan kesiapan siswi kelas 5 dan 6 dalam menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan di SD Negeri 01 Genuk Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui perbedaan kesiapan siswi kelas 5 dan 6 dalam menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan di SD Negeri 01 Genuk Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kesiapan siswi kelas 5 dan 6 dalam menghadapi *menarche* sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* di SD Negeri 01 Genuk Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.
- b. Mengidentifikasi kesiapan siswi kelas 5 dan 6 dalam menghadapi *menarche* sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menarche* di SD Negeri 01 Genuk Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.
- c. Menganalisis perbedaan kesiapan siswi kelas 5 dan 6 dalam menghadapi *menarche* sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan di SD Negeri 01 Genuk Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah wawasan peneliti sebagai pembelajaran dan pengembangan potensi diri sesuai dengan ilmu yang diperoleh selama perkuliahan.

2. Bagi Responden

Mengetahui pengetahuan dan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi.

3. Bagi Institusi

Diharapkan hasil penelitian dapat digunakan sebagai masukan dan dapat bermanfaat sebagai bahan pengembangan ilmu pengetahuan guna meningkatkan mutu pendidikan selanjutnya.

4. Bagi Orang Tua

Penelitian yang akan dilakukan ini diharapkan dapat memberi informasi kepada orang tua mengenai upaya memberikan informasi lebih dini tentang *menarche* kepada anak.