

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut WHO (*World Health Organisation*) remaja merupakan individu yang mengalami pubertas dimana terjadi perubahan-perubahan dari kecil menuju masa dewasa., masa remaja dicirikan dengan berubahnya bentuk fisik, psikolog serta sudah matangnya reproduksi. Dimasa remaja seorang wanita, salah satu tanda primer adalah pubertas yakni terjadinya mens yang pertama kali keluar (*Menarche*). Pada kali pertama sehabis darah mens keluar untuk pertama kalinya, siklus dan waktu menstruasi tidak sepenuhnya akan teratur. Pada masa pubertas kebanyakan dimulai pada umur (8 sampai 10 tahun) dan akan berhenti pada usia dibawah 16 tahun (WHO,2015)

WHO (*World Health Organisation*) mengatakan, remaja ialah Mahluk hidup dalam rentang umur (10-19) tahun, dari peraturan menteri Kesehatan RI Nomer 25 tahun 2014, Remaja diartikan sebagai penduduk dalam rentang umur (10- 18) tahun dan menurut Badan kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang umur remaja adalah 10-24 tahun dan belum berkeluarga (Infodatin Reproduksi Remaja,2020) . Masa remaja adalah masa perpindahan atau masa perubahan dari anak menuju masa remaja. Dimasa perubahan yang terjadi ini begitu cepat mengalami pertumbuhan serta perkembangan baik itu fisik maupun mental pada remaja (Diananda 2018).

WHO (*World Health Organisation*) menyatakan bahwa pada tahun 2010 data menunjukkan bahwa sekitar (19%) perempuan yang usianya 18-55 tahun mengalami keluhan seputar menstruasi (Rehana dkk, 2015). Data yang tercatat Indonesia pada tahun 2010 kebanyakan (68 %) berumur antara 10-59 tahun memberitahukan menstruasi yang dialami teratur dan sekitar (13,7%) mereka memiliki gangguan siklus menstruasi yang didapat tidak teratur pada dalam rentang satu tahun terakhir. Pada permasalahan menstruasi yang tidak teratur sudah mulai banyak terjadi pada wanita yang berusia usia 45-49 tahun (17,4%) dan 50-54 tahun (17,1%) kemungkinan besar ada hubungannya dengan umur menopause pada wanita. Pada permasalahan menstruasi yang kurang teratur pada wanita yang berumur 17-29 tahun dan wanita umur 30-34 tahun cukup sebesar yaitu 16,4 %. Adapun alasan yang dikatakan para wanita yang berusia 10-59 tahun yang mempunyai siklus tidak teratur karna pikiran stres sebesar 5,1 % (Rikesdas, 2010).

Masa remaja (*adolescence*) bisa di definisikan sebagai masa pergantian dari masa anak ke masa mereka beranjak dewasa dan ditandai adanya perubahan-perubahan pada tubuh, psikis dan psikososial. Para remaja bukan hanya tumbuh menjadi lebih berkembang dan lebih besar akan tetapi terjadi perbedaan di dalam tubuh yang mungkin untuk bereproduksi (Kundre, 2015). Adapun ciri seorang perempuan memasuki masa peralihan yakni dengan mengalamik menstruasi, di masa puber ketegangan emosi meningkat dan mengakibatkan berubahnya bentuk fisik dan kelenjar yang mengakibatkan remaja tersebut sangat sensitif terhadap

harapan-harapan baru, sangat gampang mengalami keluhan , baik gangguan pikiran, perasaan ataupun keluhan perilaku (Pinanti, 2012).

Menstruasi yaitu tahap yang terjadi secara alami pada seorang wanita. Menstruasi dapat diartikan sebagai keluarnya darah secara teratur dari Rahim setiap bualannya dan sebagai pertanda organ kandungan seseorang sudah berfungsi dengan baik atau sudah siap untuk bereproduksi. Umumnya, para wanita yang sedang menstruasi untuk yang pertama kali (*menarche*) aialah pada umur 12-16 tahun. Siklus menstruasi yang normal akan terjadi setiap 22 sampai 35 hari dengan lamanya menstruasi kira kira selama 2 sampai 7 hari (Kusmiran, 2012).

Kementrian kesehatan mengupayakan kebersihan pada saat menstruasi dengan memberitahukan tiga usaha kesehatan sekolah (Trias UKS). Upaya ini dilakukan supaya remaja yang baru *menarche* atau mengalami mens pertama kali dapat mengetahui serta memahami pentingnya untuk menjaga *hygene* saat menstruasi, dan dampak yang akan terjadi bila tidak menjaga kebersihan pada saat menstruasi akan rentan terjadi gangguan saluran kencing (ISK), gangguan pada saluran reproduksi dan iritasi pada kulit terutama kulit bagian genitalia perempuan. (Kemenkes RI, 2015).

Penggertian dari siklus menstruasi ialah batas antara tanggal awal mens yang didapat sebelumnya dengan mulainya menstruasi yang baru. Siklus menstruasi yang didapatkan para wanita bagusnya terjadi setiap 21 sampai 35 hari dengan waktu menstruasi sekitar 5-7 hari. Pada siklus menstruasi yang normalnya berlangsung sekitar 28 hari . Didapatkan sekitar 10 sampai dengan 15% wanita

yang mendapatkan siklus menstruasi 28 hari. Apabila siklus pada seorang wanita tidak lancar dikarenakan lamanya mens yang memanjang bahkan terlalu cepat biasanya memungkinkan penyebabnya adalah pada gangguan *endometrium* atau gangguan pada sel indung telur wanita tersebut. Tetapi bila keduanya dalam kondisi baik kemungkinan lain terjadi gangguan pada hormon ataupun asupan gizi yang kurang bagus (Pribakti, 2012).

Adapun beberapa faktor yang berpengaruh pada siklus menstruasi yaitu timbangan berat badan, aktivitas fisik yang dilakukan, faktor pikiran, diet, kondisi lingkungan dan tempat bekerja (Kusmiran.2013). Tidak hanya itu Menurut Mulastin (2013), ada juga beberapa faktor yang berpengaruh pada siklus menstruasi seorang wanita yaitu ada faktor hormonal, psikis, aktivitas, asupan gizi dan juga pola makan sehari hari. Pada panjangnya siklus menstruasi seorang wanita faktor usia juga sangat mempengaruhi, berat badan, tingkatan stress yang dialami serta faktor genetik dan kecukupan gizi sehari hari (Isnaeni 2010).

Fase menstruasi bisa diartikan masa pendarahan yang terjadi karena meluruhnya dinding uterus yang sangat banyak terdapat pembuluh darah. Di lapisan endometrium sudah disiapkan untuk menampung implementasi embrio dan jika tidak terjadi penanaman embrio maka lapisan uterus terjadi peluruhan dan dikeluarkan melalui mulut rahim (*serviks*) dan liang senggama (*vagina*). Pendarahan menstruasi terjadi secara berkala antara jarak menstruasi yang lalu dan menstruasi yang akan datang bisa disebut dengan satu siklus menstruasi (Irianto,2015)

Menstruasi bisa menjadi sesuatu yang menyusahkan bagi anak perempuan, hal ini umumnya disebabkan karena kurang atau salahnya informasi mengenai menstruasi. Umumnya orang takut melihat darah, apalagi anak-anak. Ketidaktahuannya dapat menyebabkannya secara keliru, mengaitkan menstruasi dengan penyakit atau luka bahkan memandangnya sebagai sesuatu yang memalukan, karena tidak mendapatkan penjelasan yang benar. Sangat banyak sekali cerita yang berkembang dikalangan masyarakat sehubungan dengan menstruasi sedangkan kebenarannya belum dapat dibuktikan secara ilmiah. Salah satu mitos yang sering terdengar diantaranya adalah bahwa remaja yang sedang menstruasi dianggap kotor dan sakit. Sebenarnya, menstruasi tidak membuat remaja perempuan menjadi kotor dan sakit (Soetjiningsih, 2011).

Pada saat menstruasi pengetahuan remaja sangat mempengaruhi terhadap menstruasi yang dialaminya. Selama masa menstruasi kebanyakan remaja puteri sering mengalami ketidaknyamanan dalam bentuk kram perut, yaitu rasa sakit dibagian bawah perut yang kadang meluas ke pinggang, punggung bagian bawah atau paha. Bahkan ada yang merasa mual, muntah, atau diare. Sedikit kram perut pada hari pertama atau kedua menstruasi yang terjadi merupakan hal yang biasa. Lebih dari 50% perempuan mengalaminya. Namun hanya sekitar 10% perempuan mengalami rasa sakit yang demikian hebat hingga perlu minum obat untuk dapat mengatasi rasa sakit tersebut. Bila tidak ada kelainan ginekologis, rasa nyeri

tersebut disebut dismenore primer. Dismenore primer sering terjadi, kemungkinan lebih dari 50% perempuan mengalaminya dan 15% diantaranya mengalami nyeri yang hebat. Biasanya dismenore primer timbul pada masa remaja, yaitu sekitar 2 - 3 tahun setelah menstruasi pertama. Selain mengalami kram perut, seringkali remaja putri mengalami menstruasi yang tidak teratur. Hal ini dapat disebabkan karena perubahan kadar hormon akibat stres atau sedang dalam keadaan emosi. Di samping itu, perubahan drastis dalam porsi olahraga atau perubahan berat badan yang drastis juga dapat menyebabkan menstruasi yang tidak teratur. Rasa ketidaknyamanan terhadap menstruasi menimbulkan perilaku yang berbeda - beda antara satu remaja dengan remaja lainnya antara lain perilaku penentangan untuk membersihkan dirinya, menyembunyikan semua pakaian yang kotor dalam laci - laci atau disudut lemari, tidak mau melakukan aktivitas sehari - hari seperti tidak mau berenang, berolahraga, beribadah. Semua ini menjadi pengalaman yang kurang menyenangkan. (Anurogo, 2010)

Berdasarkan data yang tercatat di Kementerian Kesehatan RI (2010), banyaknya wanita di Indonesia sekitar (68%) berumur 10-59 tahun memiliki menstruasi yang teratur dan sekitar (13,7%) memiliki gangguan siklus menstruasi yang kurang teratur dalam lamanya 1 tahun terakhir. Menurut (Mulastin 2013). Melonjaknya angka presentasi yang tinggi terjadi di daerah Gorontalo sekitar (23,3%) dan yang rendah ada di daerah Maluku Utara sekitar (15,7%).

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2013) adapun faktor yang berpengaruh terhadap terjadinya gangguan menstruasi pada wanita yaitu meliputi

gangguan hormonal, perkembangan organ reproduksi, status gizi, stress, umur, dan gangguan penyakit metabolik. Dan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa bidan STIKes Yarsi Sumbar Bukittinggi ditahun 2014. Hasilnya dari 100 responden 92% diantaranya mengalami gangguan menstruasi. Adapun penelitian yang sudah dilaksanakan oleh (Shinta 2014) yang meneliti siswi SMA Negri 1 Melaya diketahui 70 responden atau 90% mengalami beberapa gangguan pada saat menstruasi. Biasanya gangguan tersebut berupa volume dan lamanya menstruasi yang didapat sekitar 32%, dan gangguan pada siklus menstruasi sebesar 68,9% juga gangguan lain yang berkaitan dengan menstruasi yang dialami sekitar 85,7%.

Di Indonesia ada beberapa kasus yang menunjukkan menstruasi yang lama atau pada gangguan siklus menstruasi yang dialami perempuan saat remaja/ sudah mendapatkan menstruasi sampai perempuan tersebut mengalami premenopause atau berakhirnya masa menstruasi. Pada kejadian yang dialami para perempuan yang berusia remaja sekitar 20% dan pada perempuan paruh baya/ perempuan yang umurnya 40 tahun lebih sekitar 40% yang biasanya diakibatkan oleh faktor stress (Lee, 2011).

Data yang tercatat di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2010 menyatakan pada wanita yang berusia sekitar 10 sampai 59 tahun yang mengamati siklus menstruasinya teratur sekitar (70,4%) , dan yang tidak teratur sebanyak (13,1%) , yang belum menstruasi (6,8%) dan ada yang tidak menjawab sekitar 9,7% (Kementrian Kesehatan RI, 2010). Berdasarkan data kunjungan poliklinik ginekologi remaja di RS Dr. Karyadi Semarang menunjukkan gangguan siklus

menstruasi sebesar 22,52% meliputi irregularitas haid dan amenorea (Aprilicia, 2016)

Berdasarkan Study pendahuluan pada 10 Siswi di SMA Negri 2 Ungaran , peneliti menemukan bahwa 6 siswi kurang mengetahui apa itu seputar mentruasi, siklus menstruasi, hormone pada saat menstruasi dan gangguan menstruasi dan 4 siswi sudah mengetahui seputar menstruasi yakni meliputi pengertian menstruasi, siklus menstruasi, hormon menstruasi dan gangguan pada saat menstrusi. Maka dari itu dari hasil study pendahuluan tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui sampai sejauhmana remaja mengetahui pengetahuan seputar menstruasi di SMA Negri 2 ungaran.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Bagaimana gambaran pengetahuan remaja putri tentang menstruasi?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri tentang menstruasi pada remaja Di SMA Negri 2 Ungaran.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengetahuan tentang pengertian menstruasi pada remaja putri di SMA Negri 2 Ungaran
- b. Mengetahui pengetahuan tentang siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Negri 2 Ungaran

- c. Mengetahui pengetahuan remaja tentang hormon pada saat menstruasi di SMA Negri 2 Ungaran
- d. Mengetahui pengetahuan tentang gangguan menstruasi pada remaja putri di SMA Negri 2 Ungaran

D. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada remaja yang sudah mengalami menstruasi yang berada di SMA Negri 2 Ungaran tahun 2020. Penelitian ini akan membahas tentang gambaran pengetahuan remaja putri tentang menstruasi pada remaja di SMA Negri 2 Ungaran. Penelitian ini dilakukan pada bulan November s/d Februari 2021 sedangkan data yang diambil untuk penelitian ini yaitu remaja yang sudah mengalami menstruasi di SMA Negri 2 Ungaran

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden

Sebagai sumber pengetahuan bagi remaja putri tentang siklus menstruasi yang dialaminya.

2. Bagi Peneliti

Merupakan pengalaman berharga dan wadah latihan untuk memperoleh wawasan dan pengetahuan dalam rangka penerapan ilmu pengetahuan yang telah diterima selama selama kuliah. Dan memberikan pengetahuan bagi peneliti tentang gambaran pengetahuan remaja tentang siklus menstruasi.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai sumbangan pemikiran dalam bentuk bahan bacaan untuk referensi bagi kalangan yang akan melakukan penelitian lebih lanjut dengan topik yang berhubungan dengan judul penelitian diatas