

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Siswi adalah masa dimana peralihan dari masa kanak-kanak ke masa matang, yang sudah melauai semua pertumbuhan sebagai persiapan, merambah masa dewasa. Pergantian pertumbuhan tersebut meliputi aspek fisik, psikis, serta psikososial. Masa siswi ialah salah satu periode dari perkembangan manusia. Masa siswi merupakan masa transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menghubungkan antara masa anak-anak dan masa dewasa. Pada masa ini, siswi menghadapi sebagian pertumbuhan semacam bentuk fisik, kognitif dan sosial emosional. WHO menyatakan bahwa, Batas umur siswi yaitu 10- 19 tahun.(Rahayu, 2023)

Pubertas merupakan masa peralihan yang pertama kali ditandai pada perempuan yakni menstruasi (*Menarche*) dan mimpi basah pada laki-laki. Saat pubertas, terjadi perubahan fisik dan psikologis pada siswi putri. Perubahan fisik meliputi perubahan payudara, pertumbuhan rambut pada ketiak dan pubis, pinggul melebar, bokong membesar, timbulnya jerawat, penambahan berat serta tinggi badan dan *Menarche*. Perubahan tersebut dapat mengakibatkan siswi lebih sensitif dan membandingkan hal tersebut dengan teman sebayanya. Perubahan bentuk tubuh dan berat badan selama masa pubertas dapat memicu ketidakpuasan tubuh, yang dapat menyebabkan perilaku mengubah bentuk tubuh diri sendiri.(Winarti et al., 2020)

Perubahan psikologi pada siswi putri ketika mengalami *Menarche*, diantaranya yaitu perubahan aspek psikologis, dapat berupa emosional yaitu perasaan cemas. Perubahan – perubahan psikologis yang muncul akibat dari perubahan perubahan fisik. Diantara

perubahan – perubahan fisik, yang terbesar pengaruhnya pada perkembangan jiwa siswi adalah tanda – tanda seksual sekunder yang tumbuh yaitu mulai berfungsinya alat reproduksi seperti menstruasi (Sarwono, 2013).

Berdasar *World Health Organization* (WHO, 2018), seperlima dari penduduk dunia usia antara 10-19 tahun merasakan kecemasan saat datangnya fase pubertas. Di Indonesia berdasar Biro Pusat Statistik (BPS) terdapat 49,1% anak muda merasakan kecemasan saat pubertas (BPS, 2018). Terdapat 37,5% siswi putri di Indonesia mengalami *Menarche* pada umur 13-14 tahun, 0,1% pada usia 6-8 tahun, 19,8% pada usia 15-16 tahun dan 4,5% pada usia diatas 17 tahun. (Saputro & Ramadhani, 2021).

Kecemasan adalah masalah keadaan pikiran yang digambarkan dengan sensasi ketakutan atau stres yang serius dan berulang (penuh perasaan) yang didefinisikan sebagai perasaan takut atau khawatir tingkat normal yang berulang. Kecemasan menghadapi *Menarche* merupakan suatu keadaan suasana perasaan yang ditandai oleh ketegangan fisik, kekhawatiran dan anggapan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi saat *Menarche*. Penyebab pasti munculnya kecemasan dalam menghadapi *Menarche* diantaranya adalah hormonal pada tubuh wanita, yaitu ketidakseimbangan antara hormon estrogen dan progesteron.

Kecemasan pada siswi dapat berdampak negatif, jika tidak ditangani akan menimbulkan rasa takut yang berlebihan dan berulang terhadap menstruasi, penolakan yang bertahap mengakibatkan pengereman fungsional (retensi menstruasi). Dampak kecemasan *Menarche* dini secara terus menerus siswi akan mengalami penurunan prestasi belajar, depresi dan isolasi sosial. Kecemasan yang tidak diatasi segera akan dapat menimbulkan berbagai respon kecemasan, antara lain gelisah, keringat dingin, takut, dan berbagai gangguan kesehatan yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari.(Fitriani & Rohman, 2016)

Kecemasan *Menarche* berpengaruh pada kinerja belajar siswi disekolah sebab kegiatan sekolah yang terganggu sehingga mengakibatkan pemusatan belajar berkurang. Seorang siswi yang kurang pengetahuan dan informasi pasti akan merasakan dirinya menganggap pengalaman tersebut ialah pengalaman negatif dan dikhawatirkan merasakan cemas, takut, sedih, malu dan kebingungan.(Mohammad Syaikhuddin, 2020)

Faktor-faktor kecemasan yang mempengaruhi dalam menghadapi *Menarche* yaitu pengetahuan, usia *Menarche*, dukungan orang tua, sumber informasi, ketidaksiapan, teman sebaya. Dukungan ibu merupakan hal yang cukup berpengaruh pada kecemasan saat menghadapi *Menarche*, dibandingkan dengan teman sebaya, karena pada teman sebaya dengan usia yang sama pengetahuan dan pengalamannya tidak jauh berbeda dan pada usia 10-12 tahun pada umumnya belum mengalami *Menarche* sesuai teori yang menyatakan bahwa, *Menarche* diartikan sebagai permulaan menstruasi pada seorang wanita pada masa pubertas yang biasanya muncul pada usia 12 – 14 tahun . Sedangkan yang akan menghadapi *Menarche* yaitu pra siswi mulai dari usia 10-11 tahun yang masih duduk di bangku kelas IV dan V. (Fera Tri Hutami Anggraeni, 2022)

Kurangnya pendidikan kesehatan akan mengakibatkan kecemasan pada siswi saat menghadapi *Menarche*, sumber informasi bisa di dapatkan dari orang tua, petugas kesehatan, guru, teman sebaya, kakak perempuan dan leaflet (Winarti, 2017). Contoh rasa cemas yang dirasakan siswi seperti rasa terkejut bahkan trauma, rasa takut, berlagak irasional dan mudah tersinggung .(Rahayu, 2023)

Secara psikologis, peran orang tua terutama ibu sangatlah penting bagi seorang siswi putri untuk dapat mengenal semua proses seksual yang terjadi pada dirinya. Oleh karenanya, peran orang tua terutama ibu diperlukan bagi setiap siswi putri untuk menghadapi semua

perubahan fisik maupun psikologis dan hormonal agar setiap siswi dapat melakukan penyesuaian tingkah laku sesuai dengan usianya. Orang tua terutama ibu berperan dalam memberikan dukungan meliputi pengetahuan dasar seperti apa yang dapat terjadi selama masa siswi, apa yang disebut dengan menstruasi, hal-hal yang terjadi selama menstruasi, perihal yang disarankan di dilarang ketika menstruasi, serta perawatan dan cara menjaga kebersihan organ reproduksi perempuan. (Yuliyani & Juwita, 2020)

Bentuk dukungan ibu yang diberikan kepada anak dalam menghadapi *Menarche* yaitu dukungan informasi dan dukungan sosial atau dukungan emosional untuk mengatasi kecemasannya dalam menghadapi *Menarche*. Dampak jika tidak ada dukungan ibu kepada anak yang mengalami kecemasan menghadapi *Menarche* yaitu dapat memperparah masalah kebersihan diri perorangan (personal hygiene) yang buruk, sehingga berisiko terhadap infeksi organ reproduksi, dan akan berdampak negatif jika informasi yang diberikan tentang menstruasi tidak benar. (Narsih et al., 2021)

Siswi putri yang mendapatkan dukungan dari ibu memiliki sikap positif menghadapi *Menarche* dibandingkan dengan siswi yang tidak mendapatkan dukungan, siswi putri dapat memiliki kesiapan psikologis yang baik ketika orang tua terlebih utama ibu menjalankan perannya dengan baik. (Yuliyani & Juwita, 2020)

Pemberian informasi yang tepat mengenai *Menarche* diperlukan untuk menumbuhkan sikap positif mereka dalam menghadapi *Menarche*. Apabila secara psikologis seorang siswi putri tidak mempersiapkan diri menghadapi *Menarche*, dikarenakan kurangnya informasi, maka akan menimbulkan perasaan cemas saat *Menarche* terjadi. (Rahayu, 2023)

Dalam kenyataan kasus ini, ibu adalah sumber informasi utama dengan saudara perempuan dan teman perempuan lainnya. Oleh karena itu, ibu diharapkan mampu

memberikan dukungan emosi sehingga siswi dalam hal ini merasa mendapat dukungan emosional, merasa nyaman diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya.(Rahayu, 2023)

Hasil penelitian Anggraini (2015) menyatakan bahwa “Terdapat Hubungan Dukungan Ibu dengan Kecemasan menghadapi *Menarche* (menstruasi pertama) pada anak masa pubertas Yogyakarta dimana nilai  $p = 0,001$  lebih kecil dari  $0,005$  ( $p < 0,05$ ) (Anggraini, 2015). Hasil penelitian lainnya Rahmadani Syahdatunnisa, dkk (2022) menyatakan bahwa “Terdapat Hubungan Dukungan Ibu dengan Kecemasan menghadapi *Menarche* (menstruasi pertama) pada anak masa pubertas Yogyakarta dimana nilai  $p = 0,001$  ( $\leq 0,05$ ).

Berdasarkan survey wawancara dengan wali kelas IV di MI Al Ittihad Semowo, MI Nurul Huda Sumberejo 02 dan MI Miftahul falah kadirejo 01 didapatkan MI Miftahul Huda 01 merupakan salah satu sekolah yang masih kurang dalam pemberian informasi mengenai *Menarche*, sedangkan dari ketiga madrasah ibtdaiyah diatas telah mendapatkan informasi dan pengetahuan tentang *Menarche* dari guru tema masing – masing dalam pelajaran IPA. Wali kelas IV A MI Miftahul Huda 01 mengatakan bahwasannya mendapati beberapa siswinya yang belum memahami mengenai *Menarche* dan beberapa siswinya merasa cemas saat nantinya akan menghadapi *Menarche*, kecemasan yang di alami oleh para siswi ini dikarenakan kurang pengetahuan menstruasi awal yang di alaminya dari cara mengatasi nyeri saat menstruasi tiba, dan apa yang harus dilakukan.

Anak usia sekolah adalah anak-anak yang berusia 7-12 tahun (Depkes, 2019). Berdasarkan World Health Organization tahun 2018, umur siswi berkisar antara 10-19 tahun. Periode pra siswi atau pra pubertas terjadi pada tahap perkembangan usia sekolah, periode pra siswi atau pra pubertas menandakan berakhirnya periode usia sekolah dengan usia kurang

lebih 12 tahun ditandai dengan pubertas. *Menarche* terdapat tiga golongan yaitu *Menarche* dini atau prekoks yang dapat terjadi pada usia <12 tahun, *Menarche* normal atau tengah dapat terjadi pada usia 12 – 13 tahun, dan *Menarche* lambat atau tarda terjadi pada usia lebih dari 14 tahun.(Fera Tri Hutami Anggraeni, 2022)

Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 15 Juni 2023 di MI Sumberejo 01, wawancara pada 10 siswi yang belum mengalami *Menarche*, 4 siswi mengatakan belum pernah mendapatkan dukungan dari ibu mereka berupa pengetahuan, psikologi dalam menghadapi *Menarche*. Ibu belum pernah menjelaskan tentang bagaimana cara-cara perawatan menghadapi *Menarche*, tidak memberikan penjelasan mengenai adanya perubahan pada diri mereka ketika sudah menghadapi *Menarche*, ibu juga tidak memberikan dukungan psikologi seperti memberikan motivasi untuk anaknya dalam menghadapi *Menarche*, sehingga beberapa siswi tersebut merasa cemas dan takut dalam menghadapi *Menarche*, 3 dari 10 siswi menjawab sudah diberikan dukungan oleh ibu saat diberikan pertanyaan dukungan ibu pada indikator dukungan instrumental “apakah ibu mengajarkan hal-hal yang berkaitan dengan *Menarche*?” Akan tetapi siswa tersebut masih mengalami kecemasan, merasa tegang dan takut jika nantinya menghadapi *Menarche*. Sementara itu, sebanyak 3 siswi tidak mengalami kecemasan karena sudah mendapatkan dukungan dari ibu dengan menjawab pertanyaan iya saat diberikan pertanyaan dukungan ibu dengan indikator dukungan informasioanal dan instrumental yaitu “Apakah ibu menjawab pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan *Menarche*?” dan “Apakah ibu mengajarkan hal-hal yang berkaitan dengan *Menarche*?”. Ibu dari beberapa siswa tersebut telah memberi dukungan berupa pengetahuan dan psikologi seperti ibu menceritakan pengalaman saat pertama kali

menstruasi tidak ada rasa takut, ibu memberikan motivasi agar siswi tidak merasa cemas, ibu juga mengajarkan bagaimana mengurangi rasa nyeri ketika menghadapi *Menarche*.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengambil judul “Hubungan Dukungan Ibu dengan Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Siswi di MI Miftahul Huda Sumberejo 01 Kecamatan Pabelan Kabupaten Semarang”.

## **B. Rumusan Masalah**

Adakah hubungan Dukungan Ibu dengan Tingkat Kecemasan Siswi Putri Menghadapi *Menarche* pada Siswi di MI Miftahul Huda Sumberejo 01 Kecamatan Pabelan Kabupaten Semarang tahun 2023? ”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan dukungan ibu dengan tingkat kecemasan siswi putri menghadapi *Menarche* pada siswi MI Miftahul Huda Sumberejo 01 Kecamatan Pabelan Kabupaten Semarang tahun 2023.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran dukungan ibu pada siswi di MI Miftahul Huda Sumberejo 01 Kecamatan Pabelan tahun 2023
- b. Mengetahui gambaran tingkat kecemasan pada siswi di MI Miftahul Huda Sumberejo 01 Kecamatan Pabelan tahun 2023

- c. Mengetahui hubungan dukungan ibu dengan tingkat kecemasan pada siswi MI Miftahul Huda Sumberejo 01 Kecamatan Pabelan tahun 2023

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi penulis

Menambah pengetahuan dan wawasan dalam penerapan ilmu yang diperoleh saat perkuliahan.

2. Bagi responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi sehingga tingkat kecemasan pada siswi awal yang mengalami *Menarche* dapat menurun dengan adanya dukungan dari ibu.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber data awal bagi peneliti selanjutnya dan dapat dimanfaatkan sebagai bahan kajian atau referensi bagi peneliti selanjutnya dan bisa dikembangkan menjadi lebih sempurna.

4. Bagi Instansi dan pendidikan kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pendidikan dalam bidang kesehatan secara profesional khususnya terkait dengan dukungan ibu menurunkan tingkat kecemasan siswi putri yang mengalami *Menarche*.