

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekolah Dasar (SD) merupakan jenjang pendidikan dasar yang menjadi landasan bagi setiap individu dalam mengembangkan potensi diri. Menurut UNESCO Berdasarkan laporan pemantauan pendidikan global, jumlah sekolah dasar di seluruh dunia bervariasi. Sekolah dasar di Indonesia Pada tahun 2022, terdapat sekitar 394 ribu unit sekolah di Indonesia, dengan 87,74% merupakan SD negeri (Geograf, 2023). Siswa yang berada di rentang usia 10-12 tahun merupakan remaja awal. Jumlah remaja awal perempuan di DIY pada tahun 2022 yaitu 27.252 jiwa (BPS, 2022). Di Kabupaten Sleman jumlah remaja Perempuan pada tahun 2023 diperkirakan mencapai 1,2 juta jiwa, sedangkan di Kecamatan Ngaglik adalah 53,4 ribu jiwa (BPS, 2022).

Masa remaja awal tersebut terjadi perubahan yaitu adanya perubahan fisiologis atau fisik, perubahan secara psikologis, perubahan kognitif, dan perubahan biologis. Perubahan fisiologis yang terjadi antara lain yaitu melebarnya pinggul, tumbuhnya rambut di sekitar alat kelamin dan membesarnya payudara (Aisyaroh, 2020). Salah satu penanda akan terjadinya menstruasi yaitu adanya perubahan fisiologis yang terjadi pada remaja awal (Wahab dkk., 2020). Masa remaja atau masa pubertas adalah tahap perkembangan di mana terjadi kematangan fisik, perkembangan alat-alat seksual, dan tercapainya kemampuan reproduksi (Timiyatun & Okta, 2021). Perubahan fisiologis ini berdampak pada kurangnya rasa percaya diri seorang remaja perempuan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Madya (2023) kepercayaan diri pada remaja: menguji peranan perbandingan sosial dan ketidakpuasan tubuh yang dilakukan pada 100 responden remaja yang artinya social comparison dan *body dissatisfaction* (ketidakpuasan bentuk tubuh) memberikan sumbangan efektif sebesar 52,4% terhadap kepercayaan diri. Sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Dengan demikian, social comparison dan *body dissatisfaction* (ketidakpuasan bentuk tubuh) secara bersamaan memiliki korelasi dengan kepercayaan diri.

Perubahan lain yang terjadi yaitu perubahan psikologis dapat berupa kecemasan, gangguan harga diri rendah, gangguan gambaran diri dan gangguan sosial. Menurut Riset yang dilakukan oleh Tim Divisi psikiatri anak dan remaja, dan Riset tersebut juga mendukung temuan Badan Kesehatan Dunia, bahwa 1 dari 4 remaja di usia 10-12 tahun menderita gangguan psikologis karena perubahan fisik pada masa pubertas dapat memicu rasa tidak percaya diri, kecemasan, dan depresi pada remaja (Bunga, 2023). Indonesia adalah negara berkembang karena setiap tahunnya angka kecemasan semakin meningkat, prevalensi kecemasan diperkirakan 20% dari populasi dunia sebanyak 47,7% remaja awal merasakan cemas. Fase remaja awal usia 10-12 tahun mengalami kecemasan karena perubahan psikologis dan perubahan fisik yang cepat pada tubuhnya (Hidayatus Sholeha, 2016).

Faktor lain yang juga dapat mengganggu kesiapan, dalam menghadapi *menarche* yaitu perubahan kognitif. Perubahan kognitif yang dialami oleh siswi remaja awal yaitu perubahan kemampuan mental seperti belajar, memori, menalar, berpikir, dan bahasa (Nur dkk., 2017). Berdasarkan penelitian yang dilakukan 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 (Nur dkk., 2017). Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa 71,4% remaja putri berumur 12 tahun semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir. Daya ingat orang itu salah satunya dipengaruhi oleh umur, dengan bertambahnya umur orang akan berpengaruh pada penambahan pengetahuan yang diperolehnya (Susanti, dkk).

Penelitian yang dilakukan oleh Bharatwaj dkk, (2014) menyatakan bahwa dari 101 responden remaja awal perempuan, 61.3% responden remaja awal tidak memiliki pengetahuan tentang menstruasi. Sekitar 49.5% responden remaja awal

dalam penelitian tersebut merasa panik dan 50.49% merasa terpuruk, terbatas dan depresi.

Perubahan yang juga akan dialami oleh remaja awal adalah perubahan biologis, seperti menstruasi yang pertama kali terjadi pada seorang perempuan disebut dengan *Menarche*. Usia *menarche* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu genetika, nutrisi, aktivitas fisik, faktor lingkungan, pengaruh arus komunikasi, dan globalisasi. Remaja awal putri yang mengalami *menarche* membutuhkan penyesuaian diri terhadap perubahan yang terjadi sehingga dapat menimbulkan respon berupa kebingungan, rasa cemas, sedih, stress, sampai dengan mudah marah dan emosional. Kecemasan yang berlebihan pada saat menghadapi *menarche* akan berdampak pada belajar anak yang menjadi terganggu karena membayangkan menstruasi yang semakin dekat, dengan adanya perubahan tersebut (Sainah dkk., 2022).

Menghadapi *menarche* remaja awal harus membutuhkan kesiapan yang baik. Remaja yang belum siap menghadapi *menarche* mungkin memiliki keinginan untuk menolak proses fisiologis, psikologis, biologis dan kognitif tersebut dan merasa bahwa menstruasi yaitu hal yang kejam dan menakutkan (Sainah dkk., 2022). Beberapa penelitian yang membuktikan bahwa kesiapan menghadapi *menarche* dinyatakan tidak siap sebanyak 28 siswi (77,8%) menurut (Retnaningsih 2020). Menurut penelitian Elvina (2021) tentang faktor yang berhubungan dalam menghadapi *menarche* ditemukannya hasil pengetahuan rendah (47,9%), sikap negatif (40,9%), dukungan orangtua tidak mendukung (44,7%), belum siap (64%). Sedangkan penelitian Simon (2021) tentang hubungan pengetahuan dan sikap dengan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche* di SD Islam Guppi Kota Sorong ditemukan hasil pengetahuan kurang (41,2%) dan sikap negatif (38,6%), tidak siap (52,4%) hal ini berarti mayoritas siswi belum siap menghadapi *menarche*.

Faktor yang paling mengganggu kesiapan selain dari masalah kognitif yaitu psikologis. Kecemasan adalah masalah utama dalam menghadapi *menarche* antara lain pengetahuan, usia *menarche*, dukungan ibu, sumber informasi, dan ketidaksiapan. Dampak dari ketidaksiapan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri dapat menimbulkan kecemasan, menimbulkan gejala-gejala patologis

seperti rasa takut, kepala pusing, dismenorea, pegal pegal di kaki dan di punggung (Winarti dkk., 2017). Emosi negatif muncul pada anak perempuan yang tidak dipersiapkan dengan baik diawal menstruasi akan mengakibatkan kecemasan (Yeung & Retnaningsih, 2020). Tingkat kecemasan pada responden dengan cemas ringan sebanyak 3 siswi (8,3%), cemas sedang sebanyak 20 siswi (55,6%) dan dengan cemas berat sebanyak 13 siswi (36,1%). Hal ini menunjukkan bahwa responden mayoritas memiliki tingkat kecemasan yang sedang (Retnaningsih dkk 2020).

Melihat gambaran tersebut kekhawatiran dan juga kecemasan yang dialami remaja putri dalam menghadapi menstruasi yang dialaminya terutama pada masa *menarche* ini apabila tidak tertangani dengan baik akan mendapatkan beberapa masalah kesehatan psikologis bagi remaja salah satunya yaitu terjadinya isolasi sosial, harga diri rendah, remaja awal yang belum menerima perbuahan fisik dan perubahan kognitif di dalam dirinya akan merasa minder atau kurangnya rasa percaya diri. Oleh karena itu, penting untuk melihat kesiapan diri dari remaja awal dalam menghadapi *menarche* (Retnaningsih dkk. 2020).

Menurut hasil dari studi pendahuluan pada SD di wilayah Donoharjo yang saya lakukan oleh 17 siswi kelas 4 dan 5 bahwa dari 17 siswi 40% siswi mengatakan mampu mengganti pembalut dengan benar dan 50% siswi mengatakan belum mengetahui cara mengganti pembalut, 30% siswi mengatakan sudah mengetahui apa itu menstruasi dan 60% siswi mengatakan belum mengetahui apa itu menstruasi, 70% siswi mengatakan bahwa menstruasi adalah hal yang tabu dan 20% siswi mengatakan bahwa menstruasi adalah hal yang wajib bagi seorang perempuan. Maka dari itu, untuk memastikan apakah adanya hubungan antara kesiapan diri dan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini mengenai hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di wilayah Donoharjo tahun 2024 untuk melengkapi penelitian sebelumnya. Sekolah dasar yang akan saya lakukan penelitian yaitu pada SD Negeri Brengosan 1, SD Negeri Brengosan 2 dan SD Negeri Banteran 1 yang merupakan salah satu SD di Kabupaten Sleman yang berada pada wilayah kerja Puskesmas Ngaglik. Dari hasil

Search tidak ditemukan adanya penelitian di SD tersebut terkait dengan hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di wilayah Donoharjo?”

C. Tujuan Penelitian

1) Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat kesiapan diri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada pada siswi Sekolah Dasar di wilayah Donoharjo.

2) Tujuan Khusus

- a) Diketahui karakteristik responden remaja awal dalam menghadapi *menarche* pada siswi Sekolah Dasar di wilayah Donoharjo.
- b) Diketahui gambaran kesiapan diri remaja awal dalam menghadapi *menarche* pada siswi Sekolah Dasar di wilayah Donoharjo.
- c) Diketahui gambaran tingkat kecemasan remaja awal dalam menghadapi *menarche* pada pada siswi Sekolah Dasar di wilayah Donoharjo.
- d) Diketahui keeratan hubungan kesiapan diri dengan tingkat kecemasan remaja awal dalam menghadapi *menarche* pada siswi Sekolah Dasar di wilayah Donoharjo.

D. Manfaat Penelitian

1) Bagi Siswi Sekolah Dasar

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai kesiapan tentang *menarche* dan tingkat kecemasan siswi dalam menghadapi *menarche*.

2) Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada tenaga Kesehatan untuk meningkatkan upaya dalam melakukan promosi dan penyuluhan Kesehatan.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian dapat menambah informasi awal bagi peneliti yang berminat melakukan penelitian serupa atau lanjutan.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDRAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA