

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak sekolah merupakan kelompok anak usia 6 sampai 12 tahun (Suhatiningsih & Villasari, 2022). Saat menginjak usia sekolah dasar, setiap anak akan melewati suatu tahap yang disebut dengan masa pubertas (Patimah, *et al*, 2024). Pubertas yang terjadi pada perempuan ditandai dengan datangnya menstruasi pertama (*menarche*) (Artika *et al.*, 2022). *Menarche* adalah masa awal dari dimulainya pubertas (Nasution & Manullang, 2023). *Menarche* menjadi salah satu indikator yang membedakan antara pubertas laki-laki dan perempuan. Munculnya *menarche* pada perempuan menjadi suatu tanda awal kematangan organ reproduksi (Widiastini., *et al*, 2021). *Menarche* sendiri merupakan perdarahan pertama dari rahim yang terjadi pada seorang perempuan (Zalni, 2023). Kejadian *menarche* disebabkan oleh peluruhan dinding endometrium sebagai hasil dari perubahan hormonal (Siallagan, D., *et al*, 2020).

Prevalensi *menarche* pada remaja sebesar 14,6% dan negara Indonesia menduduki peringkat ke-15 dari 67 negara dengan percepatan usia *menarche* sebesar 0,145 tahun perdekade (Rita *et al.*, 2022). Menurut Survei Kesehatan Indonesia (2023), mayoritas 34,1% anak perempuan di Indonesia mengalami *menarche* pada usia 11-12 tahun, 27,2% mengalaminya pada usia 13-14 tahun, 5,4% mendapatkan *menarche* pada usia 15-16 tahun, dan 4,6% mengalami *menarche* di usia 9-10 tahun. Sedangkan di Provinsi Yogyakarta usia anak mengalami *menarche* tertinggi berada pada usia 11-12 tahun dengan presentase 47%, kemudian 7,5% anak mendapatkan *menarche* pada usia 9-10 tahun dan 18% mengalaminya di usia 13-14 tahun (Kemenkes, 2023)

Perubahan yang terjadi sebelum *menarche* pada perempuan meliputi perubahan fisik dan perubahan psikologis. Perubahan fisik pada perempuan ditandai dengan tumbuhnya payudara, pinggul melebar, tumbuh rambut halus pada area ketiak dan kemaluan, serta bertambahnya berat dan tinggi remaja (Wirenviona,

2020). Perubahan psikologis yang terjadi pada remaja perempuan mencakup cemas, tegang dan gugup, mudah tersinggung, depresi, mudah lupa dan kebingungan (Faisal., *et al*, 2022).

Dalam menghadapi *menarche* remaja perempuan cenderung menunjukkan respon psikologis negatif terhadap *menarche*, seperti kecemasan, ketakutan, sedih, dan kemarahan (Irawati., *et al*, 2020). Namun, tidak semua anak memberikan respon yang negatif dalam menghadapinya, bahkan ada anak yang justru menunjukkan respon positif senang dan bahagia karena *menarche* merupakan salah satu tanda kedewasaan seorang wanita (Suarni, 2020). Adanya respon negatif ketidaksiapan remaja akan berdampak pada munculnya kecemasan (Andolina., *et al*, 2024). Situasi dapat menjadi lebih serius jika pengetahuan remaja mengenai menstruasi kurang dan persiapan mental menjadi sangat penting, sebelum mengalami *menarche*.

Kecemasan merupakan suatu reaksi individu terhadap situasi menegangkan yang dialami setiap harinya oleh makhluk hidup (Suarni, 2020). Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *menarche* meliputi peran orang tua, pola asuh, pengetahuan, usia saat mengalami *menarche*, sumber informasi, dan tingkat kesiapan dalam menghadapi proses *menarche* tersebut (Wibisono & Kurniati, 2020). Kecemasan *menarche* dapat terjadi akibat ketidaktahuan dirinya yang diakibatkan orang tua masih merasa tabu dalam membicarakan masalah tentang *menarche* pada anaknya sendiri (Rodiyah *et al.*, 2023)

Berdasarkan survei di Amerika Serikat tentang tantangan yang dihadapi anak perempuan saat memasuki usia pubertas, hasil menunjukkan sekitar 5 sampai 50% anak perempuan mengalami kecemasan ketika menghadapi *menarche* (Nadila & Fajariyah, 2023). Menurut BPS (2018), sekitar 49,1% anak perempuan mengalami kecemasan terhadap pubertas, termasuk masalah seperti *menarche*. Di Yogyakarta belum terdapat data pasti tentang prevalensi kecemasan *menarche* yang tertulis di Dinkes Yogyakarta, namun sebuah penelitian yang dilakukan di Bantul terhadap pelajar SD, didapatkan 35,3% siswi mengalami kecemasan dalam menghadapi *menarche* dengan kategori tingkat kecemasan sedang (Sundari & Panjaitan, 2020).

Dampak kecemasan pada *menarche* apabila terjadi secara terus menerus dapat mengakibatkan depresi dan isolasi sosial pada siswi (Nadila & Fajariyah, 2023). Kecemasan yang berlebihan dalam menghadapi *menarche* dapat mempengaruhi konsentrasi belajar remaja, karena perasaan khawatir tentang kedatangan menstruasi yang semakin dekat (Sainah *et al.*, 2022). Siswi yang cenderung merespon cemas terhadap *menarche*, relatif terjadi pada usia *menarche* dini (Intaniza *et al.*, 2023).

Menurut Wong (2015), tindakan intervensi yang dapat dilakukan terhadap anak yang mengalami kecemasan meliputi upaya untuk mengurangi faktor pemicu kecemasan dengan memberikan dukungan psikologis kepada anggota keluarga, dan menyiapkan anak sebelum memasuki usia *menarche*. Salah satu langkah yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecemasan pada anak adalah melibatkan orang tua secara aktif dalam memberikan informasi kepada mereka sejak dini tentang perubahan yang terjadi pada tubuh anak perempuan saat memasuki usia produktif terutama masa *menarche* (Suhatiningsih & Villasari, 2022). Menurut SDKI (2018), sumber informasi mengenai *menarche* bagi anak perempuan adalah 38% dari teman, 30% dari orang tua, 9% dari saudara kandung, 10% dari wali kelas (guru) dan 14% tidak mendapatkan informasi dari sumber manapun.

Peran orang tua, terutama ibu memainkan peranan yang sangat krusial dalam memperkenalkan konsep *menarche* kepada anak perempuan agar mereka lebih siap dalam menghadapinya (Meinarisa *et al.*, 2021). Orang tua, terutama ibu sangat berperan sebagai pembimbing yang memberikan pengertian dan dukungan saat anak mengalami *menarche* (Rahayu, 2023). Komunikasi terbuka mengenai *menarche* dapat membantu menciptakan lingkungan yang mendukung remaja, membangun pandangan positif terhadap tubuh, mendorong keberlanjutan kesehatan reproduksi yang optimal (Yati, 2024). Orang tua memiliki peran yang signifikan sebagai pendidik dan pemberi asuhan keluarga bagi anak perempuan saat mengalami *menarche* yang mencakup bimbingan terkait perawatan masa haid, perawatan area genital, serta pemahaman terhadap keluhan fisik dan psikis seperti sakit perut, pusing, sakit pinggang, mual, mules, perasaan kaget dan takut (Virgiawan & Safrudin, 2020). Dalam konteks perawatan masa *menarche*, orang

tua dapat memberikan pengetahuan tentang masalah yang mungkin muncul selama *menarche*. Sementara dalam perawatan secara genital, orang tua dapat memberikan wawasan tentang merawat tubuh, terutama pada daerah sensitifnya (Fauzia & Anggraeni, 2021). Penting bagi orang tua, terutama ibu, untuk menyampaikan informasi yang akurat mengenai *menarche* agar remaja putri lebih siap menghadapi menstruasi pertama mereka (*menarche*).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 18 Maret melalui wawancara 2 SD di Kelurahan Tamantirto Bantul, terdapat 59,26% dari 27 siswi, mengatakan sudah mendapatkan penjelasan terkait *menarche* dari orang tuanya, sedangkan 37,04% siswi mengatakan mendapatkan informasi tentang *menarche* dari kakak, teman sebaya, serta mata pelajaran Pendidikan Agama Islam (PAI). Kemudian 51,85% orang diantaranya mengatakan merasa cemas, takut, malu dan belum siap untuk menghadapi *menarche*. Siswi yang mendapatkan informasi dari orang tuanya mengatakan, bahwa informasi yang didapatkan hanya berkaitan dengan cara penggunaan pembalut, penanganan saat perut sakit, dan proses mencuci pembalut. Informasi yang kurang dari orang tua mengenai *menarche* membuat setiap anak mencari informasi sendiri, sehingga memungkinkan informasi yang didapat kurang tepat dan dapat menyebabkan timbulnya perasaan cemas serta takut saat menstruasi pertama tiba (*menarche*). Oleh sebab itu, perlu adanya peran lebih dari orang tua agar para siswi dapat memahami terkait *menarche* serta dapat mempersiapkan diri sejak dini.

Berdasarkan uraian di latar belakang, peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Peran Orang Tua dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi *Menarche* Pada Remaja Putri di Tamantirto Bantul”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara peran orang tua dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri di Tamantirto Bantul?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan antara peran orang tua dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri di Tamantirto Bantul.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui peran orang tua pada remaja putri di Tamantirto Bantul tentang *menarche*.
- b. Diketahui tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada remaja putri di Tamantirto Bantul.
- c. Diketahui keeratan hubungan antara peran orang tua dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada pada remaja putri di Tamantirto Bantul tentang *menarche*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menjadi tambahan informasi dalam bidang ilmu keperawatan maternitas dan anak. Menambah wawasan tentang hubungan peran orang tua dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswi SD

Penelitian ini sebagai sarana bagi siswi sekolah dasar untuk mendapatkan informasi mengenai *menarche* melalui peran orang tua serta untuk mengetahui sejauh mana kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi.

b. Bagi Orang Tua

Penelitian ini sebagai bahan masukan bagi orang tua, akan pentingnya memberikan pemahaman terhadap anak perempuan dalam menghadapi *menarche* dan dapat memberikan informasi dini tentang *menarche*.

c. Bagi Guru SD

Penelitian ini dapat menjadi dasar dalam membimbing siswi saat menghadapi *menarche* dan dapat memfasilitasi komunikasi lebih baik dengan orang tua terkait *menarche*.

d. Bagi Perawat

Penelitian ini bermanfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya mengenai hubungan peran orang tua terhadap tingkat kecemasan anak perempuan dalam menghadapi *menarche*.

e. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat mendukung pembaca dalam meningkatkan pemahaman mereka terutama terkait dengan bagaimana peran orang tua dapat mempengaruhi tingkat kecemasan mereka saat menghadapi *menarche*.