

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan tahapan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa yang terjadi antara usia 10–18 tahun. Sebelum seorang anak memasuki periode remaja, akan mengalami periode pubertas terlebih dahulu. Pada periode pubertas inilah akan terjadi percepatan pertumbuhan dan perkembangan fisik dari anak-anak menjadi dewasa serta mengalami kematangan organ reproduksi seksual. Masa pubertas pada wanita ditandai oleh pertumbuhan fisik yang cepat, *menarche*, perubahan psikologis dan timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder (Batubara, 2010).

Tanda awal pubertas bagi remaja putri salah satunya ditunjukkan oleh proses terjadinya *menarche*. Kematangan tahap pubertas yang ditandai oleh terjadi *menarche* ini merupakan tanda primer dengan rentang usia antara 10 – 15 tahun yang dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain reaktivasi sistem sekresi GnRH, faktor genetik, status gizi dan aktifitas fisik (Karapanou, 2010). *Menarche* adalah sebuah perkembangan masa transisi dari anak-anak ke proses perempuan dewasa yang merupakan kendali personal dalam bidang sosial dan biologi, yang juga akan disertai perubahan yang cukup signifikan. Perubahan tersebut akan sangat berpengaruh pada perkembangan keseimbangan emosional bagi remaja putri dalam proses kematangan seksual (Natsuaki, 2011).

Dalam penelitian Ruble and Brooks Gun (1982) menyatakan bahwa perubahan morfologi saat dan setelah *menarche* yang berhubungan dengan masa pubertas akan terus berkembang secara bertahap (contohnya, pertumbuhan payudara, pertumbuhan tinggi yang pesat, perubahan kulit, pertumbuhan rambut pubis), namun *menarche* sering terjadi secara tiba-tiba dan tidak terencana. Proses transisi yang tiba-tiba bisa menjadi faktor timbulnya cemas, karena tidak adanya persiapan emosional yang matang

(Natsuaki, 2011). Selain itu masalah selama pubertas awal dijelaskan ada beberapa poin penting yang harus diperhatikan, antara lain adalah *menarche* menjadi salah satu tanda yang tidak menyenangkan bagi remaja awal, dimana mereka akan merasa gelisah dan malu akan perubahan yang terjadi dalam dirinya, terjadi perubahan psikologi, perubahan orientasi seksual, kebutuhan edukasi yang mendalam terhadap masalah pubertas, masalah agama dan beribadah serta kelainan dalam belajar (Golchin, *et al.*, 2012).

Dari sebuah penelitian menyatakan salah satu kunci utama dari proses *menarche* dipengaruhi oleh aktifitas beberapa neurotransmitter, termasuk GABA. GABA berperan dalam supresi atau penahan sekresi GnRH yang terjadi saat masa anak-anak hingga pubertas. Jika terjadi kelainan pada GABA, akan menyebabkan berkurangnya kekuatan hambatan GABA sehingga memungkinkan peningkatan respon terhadap neurotransmitter lain yang dapat menstimulasi produksi GnRH. Salah satu kemungkinan penyebab kecemasan di pengaruhi oleh aktifitas GABA yang abnormal, sehingga hal ini bisa memicu terjadinya kecemasan karena mengalami *menarche* lebih awal dan terjadi perubahan secara tiba-tiba terhadap regulasi hormonal dan neurotransmitter (Kaplan & Sadock, 2010; Boswell, 2014).

Selain itu, pada puncak pubertas yang ditandai dengan *menarche* akan mulai terjadi kontrol HPO axis yang mengkoordinasikan kerja dari hipotalamus. Kemudian, memicu aktifitas dari GnRH yang menyebabkan peningkatan dari FSH dan LH untuk pematangan ovarium. Pada fase folikular terdapat fluktuasi secara signifikan dari estrogen dan progesteron. Siklus estrogen dan progesteron yang fluktuatif dan mendadak ini dapat menyebabkan stress pada remaja putri, sehingga memicu terjadinya kecemasan pada remaja putri yang mengalami *menarche* (Boswell, 2014 ; Shear, *et al*, 2005).

Kecemasan adalah suatu sinyal yang menyadarkan, memperingatkan adanya bahaya yang mengancam dan memungkinkan seseorang mengambil tindakan untuk mengatasi ancaman dari pertumbuhan, perubahan dan pengalaman dari sesuatu yang baru dan belum dicoba, dan dari penemuan

identitasnya sendiri dan arti hidup. Kecemasan adalah respon terhadap suatu ancaman yang tidak diketahui, internal, samar-samar dan konfliktual (Kaplan & Sadock, 2010).

Dari buku Pasiak (2009) didapatkan bahwa perempuan 2 kali lebih rentan untuk mengalami suatu kecemasan dibanding laki-laki. Hal ini dibuktikan juga oleh Brizendine bahwa remaja perempuan lebih mungkin mengalami kecemasan 2 kali lipat dibandingkan dengan laki-laki, terutama pada usia reproduktif, termasuk saat perempuan mengalami masa *menarche*. Perubahan hormonal, lingkungan dan faktor usia saat timbulnya *menarche* dapat berpengaruh terhadap psikologi dan emosi remaja, yang menyebabkan kebingungan, ketakutan dan kecemasan dengan tingkatan berbeda-beda dalam menyikapinya (Batubara, 2010). Dikuatkan dari penelitian non experimental di India yang menyatakan terdapat peningkatan tingkat kecemasan yang signifikan pada remaja yang mengalami *menarche*. Penelitian dilakukan pada remaja putri yang memiliki rentang usia 11 – 14 tahun. Dimana dari hasil penelitian diperoleh terdapat 52% remaja yang mengalami kecemasan berat, 42 % dengan kecemasan dan 6 % dengan kecemasan rendah (Babu, 2013).

Dari beberapa uraian diatas, maka penulis mencoba merangkaikan bahwa pada remaja putri dengan masa pubertas yang ditandai dengan *menarche* akan cenderung mengalami ketakutan dan kecemasan daripada yang belum mengalami *menarche*. Hal ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, terutama dalam menyikapi masa transisi yang tiba-tiba membawa perubahan dalam proses perkembangannya. Selain itu, penulis memilih SD Muhammadiyah 1 Surakarta sebagai tempat penelitian. Selama melakukan survei pendahuluan di beberapa SD di daerah Kota Surakarta, SD Muhammadiyah 1 Surakarta yang paling mendukung hipotesis dari penelitian ini. Hal ini karena dari hasil survei pendahuluan SD Muhammadiyah 1 Surakarta salah satu SD besar yang ada di Kota Surakarta, hasilnya diharap akan representatif dengan tujuan subjek penelitian ini. Selain itu menurut salah satu wali kelas 6 SD Muhammadiyah

1 Surakarta, anak yang telah mengalami *menarche* cenderung terlihat lebih cemas dari anak yang belum mengalami *menarche*. Sehingga hal ini menguatkan latar belakang dan perlu dilakukan penelitian untuk membedakan tingkat kecemasan antara remaja putri yang sudah mengalami *menarche* dan belum mengalami *menarche* di SD Muhammadiyah 1 Surakarta.

B. Rumusan Masalah

Adakah perbedaan tingkat kecemasan antara remaja yang telah mengalami *menarche* dan belum mengalami *menarche* di SD Muhammadiyah 1 Surakarta?

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui ada tidaknya perbedaan tingkat kecemasan antara remaja putri yang telah mengalami *menarche* dan belum mengalami *menarche* di SD Muhammadiyah 1 Surakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Aspek teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan masukan dalam penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan tingkat kecemasan dan remaja putri yang mengalami *menarche*.

2. Aspek Aplikatif

- a. Memberi informasi mengenai ada tidaknya perbedaan tingkat kecemasan antara remaja putri yang telah mengalami *menarche* dan belum mengalami *menarche* di SD Muhammadiyah 1 Surakarta.
- b. Menjadi masukan dalam penatalaksanaan yang dapat meminimalisir peningkatan kecemasan pada remaja putri.