

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN DALAM MENGHADAPI *MENARCHE*
PADA SISWI SD NEGERI I GAYAM
KABUPATEN SUKOHARJO**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana S-1 Keperawatan**



Disusun oleh :

SAHURI TEGUH KURNIAWAN

J 210 050 027

**JURUSAN KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2009

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang dimulai pada saat terjadinya kematangan seksual yaitu antara usia 11 atau 12 tahun sampai dengan 20 tahun. Remaja tidak mempunyai tempat yang jelas, mereka tidak termasuk golongan anak-anak tetapi tidak juga termasuk golongan orang dewasa (Hurlock, 2006).

Masa remaja adalah masa transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menghubungkan masa kanak-kanak dan masa dewasa. Pertumbuhan penduduk usia remaja terjadi di berbagai negara, demikian pula di Indonesia, saat ini remaja di Indonesia mencapai 22 % atau sekitar 44 juta jiwa. Remaja adalah calon generasi penerus bangsa yang besar pengaruhnya atas segala tindakan yang mereka lakukan.

Pubertas pada perempuan umumnya terjadi di usia 9-12 tahun, sedangkan pubertas pada laki-laki terjadi di usia yang lebih tua yaitu 9-14 tahun. Menurut WHO batasan usia remaja adalah 12 sampai 24 tahun, sedangkan menurut Departemen Kesehatan yaitu yang berusia 10 sampai 19 tahun dan belum kawin. Pubertas pada perempuan dapat ditandai dengan datangnya menstruasi untuk pertama kalinya (menarche).

Remaja putri yang mempunyai kecenderungan nerotis dalam usia pubertas, banyak mengalami konflik batin dari datangnya menstruasi pertama

yang dapat menimbulkan beberapa tingkah laku patologis, meliputi kecemasan-kecemasan berupa fobia, wujud minat yang sangat berlebih, rasa berdosa atau bersalah yang sangat ekstrim yang kemudian menjelma menjadi reaksi paranoid (Yetty, 2005).

Menarche merupakan peristiwa paling penting pada remaja putri sebagai pertanda siklus masa subur sudah dimulai. Datangnya menarche justru membuat sebagian remaja, takut dan gelisah karena beranggapan bahwa darah haid merupakan suatu penyakit (Rosidah, 2006), namun beberapa remaja justru merasa senang sewaktu mendapatkan menarche, terutama mereka yang telah mengetahui tentang menarche.

Rosidah (2006), menyebut bahwa cepat lambatnya menarche tergantung pada faktor gizi, genetik dan psikologis dari remaja tersebut. Dalam penelitiannya menunjukkan bahwa dari 52 responden berdasarkan pengetahuan tentang menarche diperoleh responden dengan pengetahuan baik sebanyak 15 siswi, pengetahuan cukup sebanyak 14 siswi dan dengan pengetahuan kurang sebanyak 23 siswi, menurut SKRRI (2002-2003) pengetahuan remaja tentang masalah kesehatan reproduksi masih rendah yaitu pengetahuan laki-laki 46,1% dan pengetahuan perempuan sekitar 43,1%.

Kurangnya pengetahuan disebabkan karena dari segi fisik dan psikologis remaja belum matang, informasi yang kurang dari orang tua, sulitnya mencari informasi karena letak desa yang jauh dari perkotaan menyebabkan timbulnya perasaan cemas dan takut pada remaja ketika menstruasi pertama tiba.

Kecemasan sangat berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya, pada remaja putri yang mengalami menarche tanpa pengetahuan yang cukup akan mengalami berbagai kecemasan, kecemasan tersebut akan dapat berkurang apabila tersedianya layanan pendidikan kesehatan di sekolah-sekolah serta meningkatnya keinginan remaja untuk membaca buku-buku kedokteran (Burn, 2000).

Meningkatkan minat baca yang berhubungan dengan menarche dan meningkatkan pengetahuan remaja tentang masalah kesehatan, sekolah adalah tempat yang paling tepat karena sekolah merupakan perpanjangan tangan dari keluarga dalam meletakkan dasar perilaku untuk kehidupan anak selanjutnya, sehingga sekolah sangat berperan dalam proses penyampaian informasi kesehatan kepada remaja.(Notoatmodjo, 2007).

Pendidikan kesehatan sekolah merupakan masalah penting yang perlu mendapatkan perhatian semua pihak (Manuaba, 1998), sekolah merupakan langkah yang strategis dalam upaya meningkatkan kesehatan masyarakat karena sekolah merupakan lembaga yang sengaja didirikan untuk membina dan meningkatkan sumber daya manusia baik fisik, mental, moral maupun intelektual. Pendidikan kesehatan melalui sekolah paling efektif diantara usaha kesehatan masyarakat yang lain, karena usia 6-18 tahun mempunyai prosentase paling tinggi dibandingkan dengan kelompok umur yang lain (Notoatmodjo, 2007).

Menurut Deutsch saat menstruasi timbul proses yang disebut kompleks kastrasi atau trauma genetalia. Pada peristiwa ini muncul bermacam-macam

gambaran fantasi yang aneh dibarengi dengan kecemasan dan ketakutan yang tidak riil, disertai perasaan bersalah dan berdosa yang semuanya dikaitkan dengan masalah pendarahan, sehingga menarche merupakan suatu pengalaman yang traumatis bagi remaja putri (Kartono, 1992).

Ellis dalam bukunya Kartono (1992), menyebut bahwa ada seorang remaja putri melakukan bunuh diri dengan alasan menderita suatu penyakit kotor, setelah diperiksa ternyata penyakit kotor yang dimaksud adalah haid. Dari survey yang telah dia lakukan, remaja memperoleh informasi menstruasi dari rekan-rekan dan hanya sedikit yang memperoleh informasi dari buku-buku kesehatan.

Gambaran-gambaran yang menakutkan mengenai menstruasi itu mulai timbul pada masa remaja. Gambaran tersebut merupakan interpretasi yang keliru terhadap informasi-informasi yang tidak riil yaitu informasi dari orang tua, atau kenalan lain yang menakutkan mengenai pendarahan disaat menstruasi.

Gejala-gejala yang sering terjadi dan sangat mencolok pada peristiwa menstruasi pertama adalah kecemasan atau ketakutan diikuti oleh keinginan untuk menolak proses fisiologis (Ibrahim, 2002). Menurut Burns (1999), bila remaja perempuan sudah diberitahu tentang menstruasi sebelum ia benar-benar mengalaminya mungkin ia akan gembira ketika menstruasi tiba, karena dengan demikian ia menapak ke arah kedewasaan. Mereka yang tidak mendapat keterangan tentang menstruasi bisa ketakutan ketika melihat darah mulai keluar dari vagina.

Rencana tempat penelitian ini adalah SD Negeri I Gayam Kecamatan Sukoharjo. Berdasarkan survey pendahuluan yang telah dilakukan dari 41 siswi, yang telah mengalami *menarche* sebanyak 7 siswi, mereka menyebutkan timbul perasaan cemas, takut, kwatir dan gelisah karena tidak tahu dan mengira *menarche* akan terjadi ketika SLTP, timbul kecemasan karena kurangnya pengetahuan tentang *menarche*, terjadi penurunan semangat belajar dan timbul rasa malu, dari siswi yang belum *menarche* mereka menyebutkan belum pernah mendapatkan materi pendidikan kesehatan tentang *menarche*, timbul berbagai perasaan negatif seperti cemas, takut dan bingung ketika menghadapi *menarche*.

Dari survey pendahuluan tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi SD Negeri I Gayam Kabupaten Sukoharjo.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, peneliti dapat merumuskan “Apakah ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat kecemasan siswi SD Negeri I Gayam Kabupaten Sukoharjo dalam menghadapi *menarche* ?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat kecemasan siswi SD Negeri I Gayam dalam menghadapi *menarche*.

2. Tujuan Khusus

a. Untuk mengetahui tingkat kecemasan siswi SD Negeri I Gayam dalam menghadapi *menarche* sebelum diberikan pendidikan kesehatan.

b. Untuk mengetahui tingkat kecemasan siswi SD Negeri I Gayam dalam menghadapi *menarche* sesudah diberikan pendidikan kesehatan.

c. Untuk memberikan pendidikan kesehatan bagi siswi SD Negeri I Gayam dalam mempersiapkan diri menghadapi *menarche*.

d. Mengetahui perbedaan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi pendidikan kesehatan.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman dalam melakukan pengkajian kesehatan reproduksi remaja.

2. Bagi Sekolah

Sebagai bahan pertimbangan kepada sekolah mengenai pentingnya pendidikan kesehatan bagi remaja untuk menurunkan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*.

3. Bagi Perawat

Sebagai bahan pertimbangan pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi bagi masyarakat.

4. Bagi siswi

Untuk meningkatkan pengetahuan siswi tentang *menarche* sehingga ada persiapan ketika *menarche* datang tiba-tiba.

E. Keaslian Penelitian

1. Ida Rosidah, 2006. Meneliti tentang Gambaran Pengetahuan Remaja Mengenai Menstruasi Pertama (Menarche) Pada Siswi SMP Harapan Desa Paya Bakung Kecamatan Hamparan Perak dengan menggunakan metode diskriptif untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja tentang menarche. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berpengetahuan kurang.
2. Rizanna Fajrunni'mah, 2006. Meneliti tentang Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMPN 1 Karangrayung. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non eksperimental yaitu explanatory research dengan pendekatan cross sectional dan metode penelitian survei dengan hasil bahwa faktor yang berpengaruh terhadap kesiapan remaja putri yaitu tingkat kematangan emosi, lingkungan, dan pengetahuan.
3. Sri Susanti, 2006. Meneliti Konsep Diri Remaja Putri Setelah Mengalami Menarche di SDN Bulusan 01-02 Kecamatan Tembalang Kota Semarang

Desain penelitian ini yaitu penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, Metode pengumpulan data dengan menggunakan indepth interview. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri mengalami perubahan konsep diri yang negatif sehingga mengakibatkan terjadinya pembatasan hubungan sosial remaja putri dan muncul perilaku merusak diri, sehingga perlu disediakan sumber-sumber informasi tentang menarche bagi keluarga dan sekolah.

4. Nyoman Gde Aditya Gitapradita Bagiada, 2007, meneliti Tentang Profil Kecemasan Siswi Kelas I SLTP Negeri 4 Jember yang mengalami menarche. Penelitian ini menggunakan metode diskriptif observasional dengan pendekatan cross sectional dengan alat ukur yang digunakan untuk mengetahui tingkat kecemasan yaitu kuisioner HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). Hasil penelitian dari 20 siswi yaitu 7 siswi tidak mengalami kecemasan, 9 siswi mengalami kecemasan ringan, dan 4 siswi mengalami kecemasan sedang.
5. Joni, 2008, meneliti tentang Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Tentang Menstruasi Terhadap Kesiapan Mental Menghadapi Menarche Siswi SDN I Sawahan Juwiring Klaten, dengan metode penelitian one group pretest-posttest. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna, yaitu nilai post lebih besar daripada nilai pre, Hal ini membuktikan bahwa penyuluhan kesehatan reproduksi tentang menstruasi berpengaruh kuat terhadap kesiapan mental dalam menghadapi menarche.