

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan menarche dan juga perubahan-perubahan fisik yang drastis. Perubahan fisik yang cepat dan luas di masa pubertas terjadi beriringan dengan pergolakan emosi dan pertumbuhan psikis remaja. Hal tersebut dapat menimbulkan perasaan bingung, berbagai pertanyaan, ketakutan dan kecemasan (Proverawati, 2009). Saat memasuki periode baru dapat muncul masalah yang serius, dalam masa ini seringkali remaja mengalami kecemasan, tentang cara mengatasi perubahan yang terjadi pada dirinya. Kecemasan yang dialami oleh remaja putri sering terjadi pada saat menghadapi menstruasi terutama bagi mereka yang masih dalam siklus awal menstruasi (1-3 tahun post menarche) yang terjadi karena faktor hormonal (Golchin et al, 2012). Menstruasi merupakan aspek pubertas yang berpengaruh pada kualitas dan kenyamanan dalam pendidikan dibanding aspek pubertas lain (UNESCO, 2014). Kebanyakan orang menganggap remaja yang mengalami menarche adalah sesuatu yang biasa padahal pada masa ini adalah masa kritis bagi remaja dalam masa pubertas (Sommer, Sutherland, & Chandra-Mouli, 2015). Menurut Isaacs (2004) gejala kecemasan antara lain adanya kekhawatiran berlebihan, gelisah, tegang, mudah lelah, sulit berkonsentrasi, ketegangan dan gangguan tidur. Remaja yang mengalami menarche membutuhkan kesiapan mental yang baik karena hal ini merupakan sesuatu yang baru bagi dirinya (Ni'mah, 2014). Perubahan fisik yang secara drastis terjadi terhadap dirinya mengakibatkan kekhawatiran pada diri remaja

(Potter & Perry, 2009). Meskipun remaja sudah mendapatkan informasi mengenai menstruasi sebelumnya namun tetap saja menstruasi menjadi sesuatu yang mencemaskan karena merupakan pengalaman pertama bagi remaja. Kondisi ini akan menimbulkan kecemasan pada anak, bahkan sering tumbuh keyakinan bahwa menstruasi adalah sesuatu yang tidak menyenangkan atau serius yang mengakibatkan remaja mengembangkan sikap negatif menarche dan melihatnya sebagai penyakit (Llewellyn-Jones, 2005). Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecemasan remaja adalah pemberian dukungan sosial dari orang yang dicintai salah satunya ibu (Moloney, 2008). Dukungan sosial yang diberikan ibu kepada putri dapat mengurangi kecemasan yang terjadi dalam dirinya (Lieberman, 1992). Data pendahuluan didapatkan sebanyak 65% siswi di SDN Panjang Jiwo 1 menyatakan bahwa mereka mengetahui pertama kali mengenai menstruasi dari media massa terutama TV dan juga dari teman, guru serta ibu baru menjelaskan apa itu menstruasi saat anak sudah mengalami menstruasi. Dukungan sosial ibu terhadap putrinya dalam menghadapi menstruasi masih belum jelas.

Data yang diperoleh dari Riskesdas (2010) menunjukkan bahwa usia menstruasi pertama 37,5% pada usia 13-14; 19,8% usia 15-16 tahun; 4,5% pada usia 17 tahun keatas dan 0,1% usia 6-8 tahun. Usia menstruasi awal saat ini di negara berkembang termasuk Indonesia mengalami pergeseran usia yaitu dari usia awal 16-17 tahun menjadi usia 12-13 tahun (Rasjidi, 2010). Menurut penelitian di SD Negeri 1 Kretek Kecamatan Paguyangan Kabupaten Brebes tahun 2011 siswi yang tidak siap menghadapi menarche didapati bahwa dari 48 anak, sebanyak 27 anak (56,25%) positif dan 38 anak (79,17%) bersikap negatif (Jayanti & Purwanti,

2012). Penelitian Sasongko (2009), menyebutkan bahwa dari 60 responden terdapat 18,33% siswa mengalami tingkat kecemasan ringan, 55% mengalami tingkat kecemasan sedang, dan 26,67 % mengalami tingkat kecemasan berat dalam menghadapi menarche. Kecemasan dapat terjadi pada semua remaja termasuk remaja di SDN Panjang Jiwo 1 Surabaya. Berdasarkan studi pendahuluan didapatkan jumlah siswi kelas VI 37 siswi dan 72.97% siswi sudah mengalami menstruasi. Penyebaran kuisioner kepada 20 siswi usia 11- 13 tahun didapatkan sebanyak 11 siswi mengalami kecemasan. Para siswi mulai menarche pada usia 10 tahun (5 %), 11 tahun (60%), dan 12 tahun (35%). Sebanyak 60 % menyatakan cemas dalam menghadapi menstruasi dan 75% menyatakan baru dijelaskan mengenai menstruasai oleh ibu setelah sang anak mengalami menstruasi.

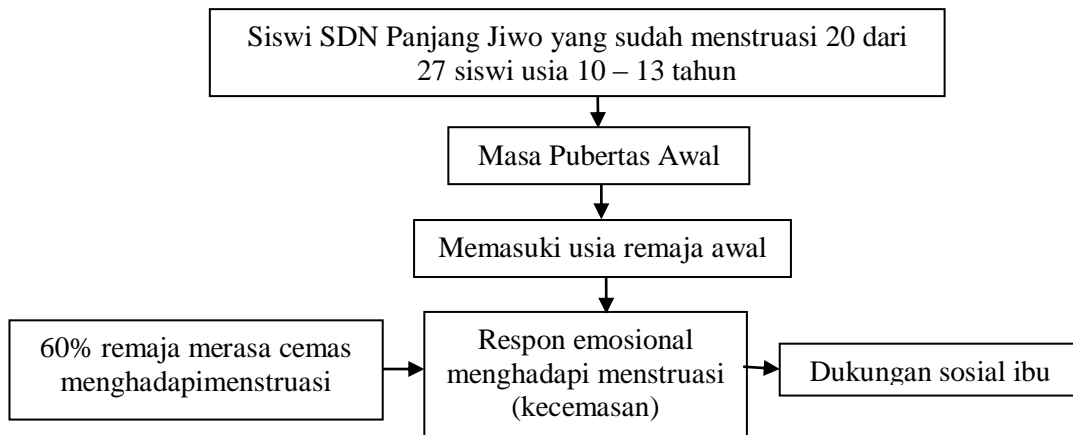
Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi menstruasi adalah usia, sumber informasi, dan sikap remaja sendiri (Jayanti & Purwanti, 2012). Pergeseran usia remaja yang alami menarche dari usia 16-17 menjadi 12 tahun bahkan 10 tahun sudah dianggap memasuki remaja dan siap menghadapi dunia dewasa namun remaja belum siap menghadapi kehidupan nyata orang dewasa atau remaja menjadi dewasa tanpa diimbangi dengan perkembangan psikologis (Solihah, 2013). Sumber informasi yang untuk remaja bisa dari sekolah, orang tua, dan media lain. Pendidikan mengenai kesehatan reproduksi terutama mengenai menstruasijarang didiskusikan dalam sekolah maupun dalam keluarga serta belum tersedianya pendidikan kesehatan secara baik di sekolah, media massa atau keluarga dapat menjadi pemicu terjadinya kecemasan pada remaja (Golchin et al, 2012). Menurut pihak guru di SDN

Panjang Jiwo 1, pendidikan mengenai kesehatan reproduksi saat menstruasi belum diberikan namun pembelajaran mengenai teori dasar menstruasi seperti apa yang dimaksud dengan menstruasi dan bagaimana terjadinya menstruasi sudah diberikan pada kelas 6 di pelajaran agama serta IPA. Sekolah belum pernah mendapatkan penyuluhan mengenai menstruasi maupun kesehatan reproduksi lain. Dalam penelitian Gulhin et al (2012) di Iran ditemukan bahwa kebanyakan dari remaja disana merasa cemas dan malu tentang penampilan fisik dan perubahan psikologis selama masa pubertas. Sieber et al (1977) mengungkapkan bahwa kecemasan dianggap sebagai salah satu faktor penghambat dalam belajar yang mengganggu kinerja fungsi-fungsi kognitif seseorang, misalnya dalam berkonsentrasi, mengingat, pembentukan konsep, dan pemecahan masalah. Sebenarnya kecemasan adalah sesuatu yang normal yang muncul yang menekan dan itu bersifat sebentar (Ramaiah, 2003). Namun apabila kecemasan berlarut yang dibiarkan pada anak dapat mengakibatkan timbul perasaan rendah diri ataupun anak akan merasa bahwa dirinya akan mudah sakit saat menstruasi sehingga dia tidak berani keluar rumah dan mendapatkan rasa kasihan dari berbagai pihak. Berdasarkan dari pengalaman itu remaja menggunakan menstruasi sebagai mekanisme pembelaan diri yang akan dipergunakan remaja agar terbebas dari tugas ataupun menghindari sekolah (Kartono, 2006).

Menarche merupakan peristiwa penting dalam kehidupan remaja sebagai penanda kesuburan dan salah satu tanda bahwa remaja telah memasuki masa pubertas. Remaja yang akan mengalami menstruasi pertama (menarche) membutuhkan kesiapan mental yang baik (Nagar & Aimol, 2010). Remaja perlu melakukan penyesuaian yang membutuhkan dukungan dari dalam lingkungan

keluarga. Keluarga adalah wilayah sosialisasi awal bagi remaja. Di dalam keluarga remaja dapat mendapatkan kehangatan dan juga tuntunan perilaku agar berkembang sesuai dengan harapan (Windyarini, 2009). Mayoritas di India 75,58% remaja telah membahas masalah haid dengan seseorang dan kebanyakan dari mereka, sebesar 38,15% bicara dengan ibunya (Dambhare et al, 2012). Remaja mulai mengenal berbagai proses seksual yang sedang terjadi pada tubuh dan jiwanya pertama kali melalui ibu (Sarwono, 2008). Umumnya anak perempuan akan memberi tahu ibunya saat menstruasi pertama kali (Santrock, 2003). Teori Green mengungkapkan kesehatan seseorang dipengaruhi oleh faktor perilaku yang terbentuk dari faktor predisposisi, faktor pendukung serta faktor pendorong. Dukungan sosial Ibu merupakan faktor pendorong dimana akan memberikan efektifitas yang besar kenyamanan dan keterbukaan anak sehingga anak dapat menceritakan masalah serta keluh kesahnya yang berimbas pada penurunan kecemasan (Beadle & Cahill, 2013). Penelitian di Iran didapatkan 35% dari 157 remaja menyatakan bahwa mereka membutuhkan informasi yang jelas dan dukungan sosial kepada mereka dan menjelaskan kepada mereka bahwa menstruasi adalah wajar dan merupakan fenomena yang tidak perlu dicemaskan dan ibu dapat memberi dukungan sosial serta meyakinkan remaja mereka (Golchin, Hamzehgardeshi, Fakhri, & Hamzehgardeshi, 2012).

1.2 Identifikasi Masalah



Gambar 1.1 Identifikasi masalah dukungan sosial ibu dengan kecemasan pada remaja dalam menghadapi menstruasi.

Gambar diatas menjelaskan mengenai kecemasan yang dialami remaja saat menghadapi menstruasi pada siswi kelas VI di SDN Panjang Jiwo 1. Sebanyak 60% siswa mengalami kecemasan saat menghadapi menstruasi. Selain usia yang terlalu dini, dukungan sosial ibu juga dapat mempengaruhi respon emosional remaja dalam menghadapi menstruasi. Dukungan sosial ibu dibutuhkan dalam mengatasi kecemasan yang terjadi pada masa remaja awal. Karena kecemasan yang berlebihan dapat merugikan bagi remaja sendiri (Cutler, 2004).

1.3 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara dukungan sosial ibu dengan kecemasan remaja menghadapi menstruasi di SDN Panjang Jiwo 1?

1.4 Tujuan

1.4.1 Tujuan umum

Menjelaskan hubungan antara dukungan sosial ibu dengan kecemasan remaja putri menghadapi menstruasi di SDN Panjang Jiwo 1.

1.4.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi kecemasan dalam menghadapi menstruasi pada remaja di SDN Panjang Jiwo 1 Surabaya.
2. Mengidentifikasi dukungan sosial ibu dengan kecemasan remaja yang menghadapi menstruasi di SDN Panjang Jiwo 1 Surabaya.
3. Menganalisis hubungan dukungan sosial ibu dengan kecemasan remaja menghadapi menstruasi di SDN Panjang Jiwo 1 Surabaya.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Teoritis

Mendukung konsep keperawatan maternitas dan komunitas khususnya mengenai hubungan dukungan sosial ibu dengan kecemasan remaja menghadapi menstruasi.

1.5.2 Praktis

1. Sekolah

Sebagai pertimbangan untuk pemberian materi kesehatan reproduksi kepada para siswa sebagai pengetahuan awal bagi remaja yang dapat mendukung pemberian dukungan sosial ibu.

2. Perawat Komunitas

Sebagai pertimbangan dalam penyuluhan kepada para ibu dalam menghadapi remajanya yang mengalami kecemasan akan menstruasi.

3. Peneliti

Sebagai suatu pengalaman penelitian dan pengembangan wawasan terhadap bidang keperawatan maternitas dan komunitas, serta untuk melengkapi tugas akhir pembelajaran.

4. Peneliti selanjutnya

Sebagai sumber informasi dan bahan pertimbangan untuk melakukan penelitian selanjutnya mengenai persiapan menghadapi menstruasi pada remaja.