

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Awal masa remaja, akan mengalami berbagai perubahan yang mencolok baik secara fisik maupun psikis. Tahap ini disebut pubertas. Pubertas pada anak perempuan biasanya terjadi pada usia 10 hingga 14 tahun, sementara pada anak laki-laki biasanya terjadi pada usia 12 hingga 15 tahun. Setelah usia 14 atau 15 tahun, perubahan tetap akan terjadi namun tidak sedrastis pada masa pubertas. Perubahan ini akan terus berlangsung hingga akhir masa remaja yaitu usia 19 tahun. Berbagai perubahan ini bertujuan untuk mempersiapkan tubuh secara fisik maupun psikis untuk memasuki masa dewasa (Musmiah, 2019).

Menurut WHO dalam Ekawati (2022) remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Definisi remaja lainnya menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) tentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Kemenkes RI dalam Ekawati, 2022). Kementerian Kesehatan membagi periode remaja menjadi tiga bagian, yaitu masa remaja awal (10-13 tahun), masa remaja menengah (14-16 tahun), dan masa remaja akhir (17-19 tahun). Dalam hal fisik, periode remaja ditandai dengan adanya perubahan ciri-ciri fisik dan fungsi psikologis, terutama yang berhubungan dengan organ reproduksi,

sedangkan dari sisi psikologis, masa remaja merupakan saat individu mengalami perubahan dalam aspek kognitif, emosi, sosial, dan moral (Kemenkes RI, 2020).

Menstruasi atau haid adalah proses keluarnya darah dari vagina diakibatkan dari siklus alami bulanan. Menstruasi normal berhubungan dengan kematangan dari sistem neuroendrokin, jika proses tersebut terganggu maka menarche dan siklus mestruasi bisa tertunda atau tidak teratur. Gangguan siklus menstruasi yaitu polimenore, oligemenore, dan amenore. Polimenore adalah menstruasi dengan siklus kurang dari 21 hari. Oligemenore adalah siklus menstruasi yang melebihi 35 hari. Amenore adalah tidak mengalami menstruasi selama tiga bulan berturut-turut. Amenore dibagi menjadi dua yaitu amenore primer jika belum pernah mendapatkan menstruasi selama hidupnya dan amenore sekunder jika sudah mendapatkan menstruasi sebelumnya (Sari, Wardani, and Wahid 2020). Siklus menstruasi idealnya teratur setiap bulan dengan rentang waktu antara 21-35 hari setiap kali periode menstruasi. Pola menstruasi dapat diukur berdasarkan tiga hal yaitu siklus menstruasi, lama menstruasi, jumlah darah saat menstruasi. Siklus menstruasi adalah lamanya atau jarak waktu mulai menstruasi sampai mulai menstruasi berikutnya. Lama menstruasi adalah menstruasi hari pertama sampai menstruasi berhenti dihari terakhir. Jumlah darah adalah jumlah darah yang dikeluarkan dari hari pertama menstruasi sampai berhenti (Anggela Yundita 2019).

Berdasarkan informasi WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2018 disebutkan bahwa sekitar 80% wanita di dunia mengalami menstruasi

yang tidak teratur. Sesuai Data Riset Kesehatan Dasar (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2018) sebanyak 11,7% remaja di Indonesia mengalami menstruasi tidak teratur dan sebanyak 14,9% di wilayah metropolitan di Indonesia mengalami ketidakteraturan menstruasi (Purwati & Muslikhah, 2021). Di dunia angka kejadian gangguan menstruasi sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami gangguan menstruasi. Penelitian yang dilakukan di Turki oleh Cakir M et al (2018) juga menunjukkan bahwa gangguan menstruasi dengan prevalensi terbesar (89,5%), diikuti ketidakteraturan siklus menstruasi (31,2%) dan sepanjangnya durasi menstruasi (5,3%). Menyebabkan gangguan menstruasi pada remaja yaitu aktivitas fisik, stres, dan kecemasan (Hidayatul & Supriyadi, 2020).

Ansietas adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik. *Ansietas* berbeda dengan rasa takut yang merupakan penilaian intelektual terhadap bahaya. *Ansietas* adalah respon emosional terhadap penilain tersebut (Stuart, 2016). Kecemasan adalah suatu keadaan patologis yang ditandai oleh perasaan ketakutan disertai tanda somatik pertanda sistem saraf otonom yang hiperaktif (Prawirohusudo dalam Wijayanti, 2017).

Menurut Suliswati (2005) dalam Wati, (2013) Kecemasan Ringan dihubungkan dengan ketegangan yang dialami sehari - hari. Individu masih waspada serta lapang persepsinya meluas, menajamkan indra. Dapat memotivasi individu untuk belajar dan mampu memecahkan masalah secara

efektif dan menghasilkan pertumbuhan dan kreativitas sedangkan tingkat kecemasan sedang yaitu individu terfokus hanya pada pikiran yang menjadi perhatiannya, terjadi penyempitan lapangan persepsi, masih dapat melakukan sesuatu dengan arahan orang lain. Sedangkan tingkat kecemasan berat akan mengakibatkan Lapangan persepsi individu sangat sempit. Pusat perhatiannya detail pada yang kecil (spesifik) dan tidak dapat berpikir tentang hal - hal lain. Seluruh perilaku dimaksudkan untuk mengurangi kecemasan dan perlu banyak perintah atau arahan untuk terfokus pada area lain.

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2017) menyatakan bahwa depresi dan kecemasan merupakan gangguan jiwa umum yang prevalensinya paling tinggi, lebih dari 200 juta orang di seluruh dunia (3,6% dari populasi) menderita kecemasan. Berdasarkan data dari Kemenkes (2019) gangguan kecemasan menduduki peringkat kedua dari gangguan mental di Indonesia. Sedangkan Kemenkes (2021) menyebutkan bahwa sebanyak 18.373 jiwa mengalami gangguan kecemasan angka tersebut menyebutkan bahwa ada kenaikan 6,8% dari jumlah penduduk Indonesia, dan lebih dari 23.000 mengalami depresi. Penelitian yang dilakukan di Tangerang oleh Khoirunnisa et al. (2018) menemukan bahwa remaja yang mengalami kecemasan sebesar 61%, dengan kebanyakan korban mengalami tingkat kecemasan ringan 34%. Hasil survei yang dilakukan oleh Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dari terkait peningkatan kecemasan juga meningkat setiap tahun. Pada tahun 2020, tercatat bahwa sebanyak 6,1% dari penduduk Indonesia atau setara 11 juta remaja yang berusia 15 tahun ke atas mengalami kecemasan.

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 31 Januari 2024 di SMP Negeri 1 Susukan Lebak Kabupaten Cirebon dilakukan pada 20 orang, bahwa yang mengalami kecemasan karena perubahan siklus menstruasi sebanyak 15 orang dengan kategori, kecemasan ringan sebanyak 3 orang, kecemasan sedang sebanyak 4 orang, dan kecemasan berat sebanyak 8 orang, responden yang tidak mengalami kecemasan dan tidak mengalami perubahan siklus menstruasi sebanyak 5 orang. Hasil wawancara menunjukkan bahwa remaja putri merasa cemas, takut, terlibat dalam proses pembelajaran, merasa cemas terhadap diri sendiri, dan merasa cemas ketika siklus menstruasinya tidak teratur setiap bulannya. Hal ini dapat disebabkan oleh kurangnya pemahaman serta pendidikan kesehatan tentang menstruasi yang belum diberikan oleh orang tua, sekolah mengenai kecemasan dan faktor lain yang dapat menyebabkan menstruasi tidak teratur.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Susukan Lebak Kabupaten Cirebon Tahun 2024”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah ada Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Susukan Lebak Kabupaten Cirebon Tahun 2024?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 1 Susukan Lebak Kabupaten Cirebon Tahun 2024.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui tingkat kecemasan pada remaja putri di SMP Negeri 1 Susukan Lebak Kabupaten Cirebon Tahun 2024.
2. Untuk mengetahui siklus menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 1 Susukan Lebak Kabupaten Cirebon Tahun 2024.
3. Untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 1 Susukan Lebak Kabupaten Cirebon Tahun 2024.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi wawasan dan pengetahuan tentang hubungan tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 1 Susukan Lebak Kabupaten Cirebon Tahun 2024.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Remaja Putri

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi serta menambah wawasan bagi remaja putri terhadap tingkat kecemasan dan siklus menstruasi, sehingga mampu mencegah timbulnya kecemasan dengan harapan siklus menstruasi teratur.

2. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi sumber informasi dan masukan untuk SMP Negeri 1 Susukan Lebak Kabupaten Cirebon dalam meningkatkan mutu pelayanan dibidang kesehatan reproduksi.

3. Bagi Institut Teknologi Dan Kesehatan Mahardika

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan referensi atau bahan bacaan bagi mahasiswa/i Institut Teknologi Dan Kesehatan Mahardika khususnya berkaitan dengan tingkat kecemasan dan siklus menstruasi.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Minda Septiani et al, (2022). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Gangguan Menstruasi Pada Remaja Putri di MTs Darusa'adah Cot Tarom Kabupaten Bireuen. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan gangguan menstruasi pada remaja putri. Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*, yaitu penelitian yang dilakukan dengan tujuan

utama untuk menjawab permasalahan yang sedang dihadapi dan dilakukan dalam waktu yang bersamaan.

Persamaannya adalah judul dan jenis penelitian *cross sectional*, sedangkan Perbedaannya adalah populasi, sampel, pengambilan, tempat dan waktu.

2. Restie Abeputri et al, (2022). Hubungan antara Tingkat Kecemasan dengan Siklus Menstruasi pada Pelajar Kelas XI SMA Kharisma Bangsa dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi pada pelajar dan tinjauannya dalam Islam. Desain penelitian Penelitian ini menggunakan penelitian analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Jenis pendekatan penelitian ini menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data hanya satu kali pada satu waktu.

Persamaannya adalah judul dan jenis penelitian *cross sectional*, sedangkan Perbedaannya adalah populasi, sampel, pengambilan, tempat dan waktu.

3. Herlina et al, (2023). Gambaran Kecemasan Dan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir Di Fakultas Keperawatan Unri. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran kecemasan dan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat akhir. Desain penelitian dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian *deskriptif* sederhana yang bertujuan untuk melihat gambaran tentang fenomena yang terjadi pada suatu populasi, penelitian ini bersifat *deskriptif*.

Persamaannya adalah variabel bebas, sedangkan Perbedaannya adalah judul, populasi, sampel, pengambilan, tempat dan waktu.

4. Ika Mustika Dewi et al, (2023). Hubungan Kecemasan Menghadapi Persiapan Ujian Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan menghadapi persiapan ujian dengan siklus menstruasi pada remaja putri. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Persamaannya adalah jenis penelitian *cross sectional* dan variabel terikat, sedangkan Perbedaannya adalah judul, populasi, sampel, pengambilan, tempat dan waktu.