

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan dalam rentang kehidupan manusia. Usia remaja mengalami perubahan penting terhadap organ reproduksi yang menandakan mulai berfungsi atau mulai matangnya organ reproduksi tersebut. Masa remaja merupakan masa yang sangat penting dalam perkembangan seseorang pada umumnya remaja didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak menjadi dewasa melibatkan perubahan berbagai aspek seperti biologis, psikologis, dan sosial budaya (Sarwono, 2008).

Perubahan pada remaja putri ditandai dengan terjadinya *menarche*. *Menarche* adalah peristiwa ketika seorang anak perempuan mengalami haid atau datang bulan pertama kali. *Menarche* merupakan suatu peristiwa yang wajar dan pasti akan dialami oleh setiap remaja putri, karena *menarche* ini menjadi pertanda biologis dari kematangan seksual, sehingga terjadi bermacam-macam peristiwa seperti reaksi hormon, reaksi biologis, dan reaksi psikis yang berlangsung secara siklik dan terjadi pengulangan secara periodik peristiwa menstruasi. Semua ini dapat berproses dalam suasana hati yang normal pada remaja, tetapi bisa juga berjalan tidak lancar atau tidak normal dan bisa menimbulkan bermacam-macam masalah psikosomatis. Bahkan pada saat terjadi *menarche* dapat menjadi saat yang menyusahkan bagi remaja, karena seringkali diikuti perasaan yang campur aduk, takut, cemas serta membingungkan. Karena tidak semua remaja mengetahui

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengenai *menarche* dan bagaimana harus menghadapinya. Normalnya *menarche* berlangsung pada usia 11-16 tahun, dan cepat atau lambatnya *menarche* di tentukan oleh kondisi fisik individu dan kebiasaan hidup (Hastuti, 2014).

Menjelang *menarche* seorang remaja akan mengalami ketegangan atau kecemasan. Hal ini terjadi karena ketidakseimbangan hormon estrogen dan progesteron menjelang *menarche*. Gejala yang paling mudah terlihat adalah payudara tegang dan sakit, gangguan *mood* yang tidak bisa dijelaskan (Tribunnews, 2012).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada 06 April 2017 kepada remaja putri berinisial M berusia 12 tahun mengenai bagaimana pengalamannya saat mengalami *menarche*, diperoleh kesimpulan bahwa ketika pertama kali M mengalami menstruasi M merasa takut, bingung, gelisah dan tidak nyaman. Dan bahkan ketika disekolah, M tidak berani keluar kelas saat jam istirahat karena M takut “tembus”. M memang sudah pernah mendengar tentang menstruasi sebelumnya, hanya saja pengetahuan itu baru M dapatkan dari teman-temannya yang sudah mengalami *menarche*. Informasi itupun hanya sekilas M dapatkan karena teman-temannya juga malu untuk berbagi cerita tentang hal tersebut. Selain melakukan wawancara dengan M peneliti juga melakukan sesi wawancara dengan remaja K berusia 12 tahun, sama halnya dengan M, K juga mengalami hal sama dimana K juga merasa gelisah dan merasa tidak nyaman ketika pertama kali mendapatkan menstruasi. K juga merasa bingung ketika melihat ada darah di celana dalamnya. Kemudian di sekolah K juga merasa tidak percaya diri, dan K merasa kegiatannya menjadi terganggu. K juga mengaku ketika pertama kali

menstruasi K belum mengerti bagaimana cara menggunakan pembalut dan K juga mengaku bahwa K merasa tidak nyaman saat menggunakan pembalut. Hal tersebut karena K belum terbiasa menggunakannya dan karena itu adalah momen pertamanya mengalami menstruasi.

Seorang remaja saat mengalami *menarche* jika tidak mempunyai pengetahuan yang benar tentang menstruasi maka remaja tersebut diprediksi akan mengalami kecemasan saat menghadapi *menarche*. Nevid (2005) menjelaskan bahwa seseorang yang mengalami kecemasan akan menunjukkan gejala seperti merasakan kegelisahan, merasa lemas, mudah marah atau tersinggung. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Solihah (2013) mengatakan bahwa seorang remaja yang cemas dalam menghadapi *menarche* mungkin saja di karenakan gejolak psikis yang muncul saat menghadapi *menarche* seperti kegelisahan maupun ketakutan, hal tersebut dikarenakan kurangnya pengetahuan yang dimiliki remaja saat mengalami *menarche*.

Remaja yang akan mengalami *menarche* membutuhkan pengetahuan tentang menstruasi yang baik. Menurut Notoatmojo (2011) bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih bermanfaat dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Pengetahuan manusia banyak di peroleh dari mata dan telinga. Jadi, apabila remaja mempunyai pengetahuan yang memadai mengenai menstruasi maka kecemasan menghadapi *menarche* tersebut tidak akan meningkat.

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pengetahuan menstruasi itu meliputi bagaimana proses menstruasi itu terjadi, bagaimana siklus menstruasi, apa saja gangguan menstruasi dan bagaimana cara mengatasi gangguan menstruasi itu. Supaya saat mengalami *menarche* remaja telah siap menghadapinya dengan berbagai informasi dan pengetahuan yang telah diperolehnya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Zuliyanti, dkk (2014) mengatakan bahwa kecemasan yang dialami responden saat *menarche* karena kurangnya informasi atau pengetahuan terutama mengenai kesehatan reproduksi. Hastuti, dkk (2014) juga menjelaskan bahwa siswi yang memiliki pengetahuan cukup tetapi belum siap menghadapi *menarche* hal tersebut dikarenakan faktor lingkungan setempat contohnya kebiasaan atau adat yang menganggap menstruasi hal yang tabu untuk diketahui anak, jadi siswi mendapatkan informasi tentang menstruasi hanya sebatas dari pelajaran saja, sehingga kesiapan dalam psikis mereka kurang. Sedangkan pada siswi dengan tingkat pengetahuan kurang, dikarenakan kurangnya informasi tentang menstruasi yang mereka peroleh, sehingga banyak yang belum remaja ketahui sehingga belum siap dalam menghadapi menstruasi pertama. .

Pengetahuan yang benar mengenai pendidikan seks di perlukan remaja putri khususnya mengenai masalah menstruasi. Pengetahuan kesehatan reproduksi sebaiknya dilakukan sejak remaja, karena seseorang akan mengenali kelainan pada kesehatan reproduksinya sedini mungkin, terutama tentang menstruasi dan gangguannya. Selain itu, perlu diketahui susunan anatomi dari organ reproduksi meliputi badan rahim, ovarium, mau pun leher rahim. Dengan demikian

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pengetahuan remaja akan meningkat tentang menstruasi dan gangguannya. (Suhartini, 2010).

Kecemasan merupakan respon emosional dengan objek yang tidak spesifik atau tidak jelas secara subjektif dialami dan dikomunikasikan dalam hubungan interpersonal. Saat terjadi *menarche*, tidak semua remaja memberikan reaksi positif saat mengalaminya, dan juga tidak semua remaja siap dalam menghadapinya karena remaja memiliki kecemasan yang berbeda-beda dalam menghadapi *menarche* tersebut. Oleh karena itu penelitian ini penting untuk dilakukan, dan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche*.

### B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka masalah penelitian dirumuskan sebagai berikut: Adakah hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja ?

### C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja.

### D. Keaslian Penelitian

Penelitian pengetahuan menstruasi dan kecemasan menghadapi *menarche* sudah pernah diteliti oleh peneliti sebelumnya. Berikut ini adalah

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

beberapa penelitian yang berhubungan dengan pengetahuan tentang menstruasi dan kecemasan menghadapi *menarche*:

Solihah (2013) meneliti tentang hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan tingkat kecemasan saat menghadapi *menarche* pada Siswi Kelas 1 di SMPN 1 Baleendah Bandung. Hasil dari penelitian ini adalah seorang remaja yang memiliki pengetahuan yang baik dan benar tentang menstruasi maka tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* tersebut rendah. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah sama-sama meneliti pengetahuan tentang menstruasi dan kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi tingkat SMP/Sederajat. Perbedaannya terletak pada jenis penelitian, penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif sedangkan penelitian yang dilakukan Solihah merupakan penelitian analitik korelatif dengan pendekatan *cross sectional*.

Rahmawati, dkk (2014) meneliti tentang tingkat pengetahuan remaja putri tentang *menarche* di SMP Islam Al-Hikmah di Mayong Jepara. Penelitian ini memperoleh hasil bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang *menarche* adalah berpengetahuan baik, dengan memiliki pengetahuan yang baik tentang *menarche* maka dapat membantu kesiapan remaja untuk menghadapi *menarche*. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah sama-sama meneliti pengetahuan tentang menstruasi. Perbedaannya terletak pada jenis penelitian, penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif sedangkan penelitian Rahmawati yaitu penelitian dengan studi deskriptif.

Hak Cipta Ditanggung-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hastuti, dkk (2014) meneliti tentang hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas V dan VI di SD Negeri Dangkel Parakan Temanggung. Hasil dari penelitian ini adalah jika pengetahuan siswi tentang menstruasi baik, hal tersebut berhubungan dengan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche*. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah sama-sama meneliti pengetahuan tentang menstruasi. Perbedaannya yaitu penelitian ini menghubungkan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche* sedangkan penelitian Hastuti menghubungkan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche*.

Sapkota, dkk (2013) meneliti tentang *knowledge and practices regarding menstruation among school going adolescents of Rural Nepal*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa informasi yang paling banyak di peroleh remaja mengenai menstruasi dan cara menjaga kebersihan selama menstruasi yaitu dari keluarga terutama dari seorang ibu, jika seorang ibu salah dalam memberikan pengetahuan tentang menstruasi tersebut maka akan mempengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche*. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah sama-sama meneliti tentang pengetahuan tentang menstruasi. Perbedaannya yaitu penelitian ini menghubungkan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche* sedangkan penelitian Sapkota hanya membahas tentang pengetahuan tentang menstruasi.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, bahwa penelitian tentang pengetahuan tentang menstruasi dan kecemasan menghadapi

*menarche* telah banyak diteliti sebelumnya, bahkan penelitian yang menghubungkan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kecemasan menghadapi *menarche* telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Namun penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya karena dalam penelitian ini peneliti menggunakan subjek remaja yang ada di kota Pekanbaru.

### E. Manfaat Penelitian

#### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu psikologi terutama psikologi perkembangan dan pendidikan tentang pengetahuan tentang menstruasi dan kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi Orangtua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada para orangtua agar dapat memberikan pengetahuan tentang menstruasi kepada anaknya sedini mungkin supaya ketika menghadapi *menarche* anak tidak mengalami kecemasan. Karena kecemasan yang dialami anak ketika menghadapi *menarche* kemungkinan karena kurangnya pengetahuan yang diperoleh anak tentang menstruasi tersebut.

##### b. Bagi Remaja

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada para remaja khususnya remaja putri bahwa kemungkinan remaja itu mengalami kecemasan dalam menghadapi *menarche* itu disebabkan oleh kurangnya pengetahuan yang mereka peroleh tentang menstruasi.

c. Untuk penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi untuk penelitian selanjutnya.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

