

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecemasan merupakan kondisi psikologi seseorang mengalami rasa cemas berlebihan secara konstan dan sulit dikendalikan, sehingga berdampak buruk terhadap kehidupan, rasa cemas timbul pada saat kejadian yang menimbulkan rasa tidak nyaman, sulit konsentrasi dan sulit rileks. Kecemasan adalah ketegangan, rasa tidak aman dan kekhawatiran yang timbul karena dirasakan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan tetapi sumbernya sebagian besar tidak diketahui dan berasal dari dalam (Kemenkes, 2018).

Kecemasan menurut *world health organization* (WHO) disebabkan oleh faktor terbesar karena adanya paksaan yang belum pernah terjadi sebelumnya, kesepian hingga menimbulkan ketakutan juga salah satu faktor penyebab kecemasan. Direktur jenderal *world health organization* (WHO) Tedros Adhanim Ghebreyesus mengatakan dan mendesak kepada negara-negara di dunia untuk segera mengatasi kondisi permasalahan kesehatan kecemasan dengan memperbaiki sistem pelayanan kesehatan mental, karena investasi untuk kesehatan mental adalah investasi untuk kehidupan dan masa depan yang lebih baik untuk semua. Direktur jenderal *world health organization* (WHO) juga menekankan kepada dunia agar bersama-sama untuk mengubah sikap tindakan dan pendekatan untuk mempromosikan serta melindungi orang dengan gangguan kesehatan mental salah satunya masalah kecemasan (Kemenkes, 2022).

Kecemasan menurut data *world health organization* (WHO) menembus lebih dari 2.000.000.000 orang di seluruh dunia atau 3,6% dari populasi menderita kecemasan dan di bulan Maret 2022 pada *Foxnews* dr.Tedros Adhanom Ghebreyesus sebagai direktur jenderal *world health organization* (WHO) menyatakan bahwa kecemasan di dunia meningkat 25% dari 90 negara di dunia (Ghebreyesus, 2022).

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan menyatakan bahwa kondisi kecemasan pada akhir tahun 2021 di Indonesia meningkat 6,8% dari tahun sebelumnya, berdasarkan data Kemenkes sepanjang tahun 2020 masyarakat Indonesia sebanyak 18.373 jiwa mengalami gangguan kecemasan lebih dari 23.000 mengalami depresi dan sebanyak 1.193 jiwa melakukan percobaan bunuh diri (Delianna, 2021)

Kecemasan juga di alami oleh masyarakat DKI Jakarta, menurut data terbaru yang di lansir oleh dr.Maxi Rein Rondonuwu Kemenkes pada Agustus 2022 bahwa masyarakat DKI Jakarta sebanyak 64,8% jiwa yang mengalami kecemasan, dan merupakan salah satu provinsi yang di kelompokkan ke kategori pekerjaan menderita gangguan mental emosional yang cukup tinggi dengan masalah kesehatan kecemasan. Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) pada akhir tahun 2018 menyatakan jumlah angka kejadian gangguan mental emosional di Jakarta sebesar 10,1% dengan jumlah responden 28.746 jiwa (Rondonuwu, 2018).

Masalah kecemasan di Jakarta Selatan dialami juga pada masyarakat remaja yang masih bersekolah, masalah kecemasan pada siswa sekolah disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya faktor kecemasan dalam menghadapi menstruasi pertama yang dialami oleh siswi, dilansir dari jurnal SIMFISIS bahwa pada salah

satu Sekolah Menuju Kejuruan yang berada di Jakarta Selatan berdasarkan penelitian pada tahun 2020 bahwa dari 57 responden terdapat sebanyak 19 atau 33,3% siswi tidak mengalami kecemasan dan sebanyak 38 atau 66,7% siswi mengalami kecemasan akibat dismenore berat atau nyeri pada haid. Dari jumlah 38 siswi yang mengalami kecemasan akibat dismenore terdapat 3 siswi yang tidak memiliki riwayat dismenore pada keluarga dan sebanyak 35 siswi yang memiliki riwayat dismenore pada keluarga dan mengalami dismenore berat, faktor terjadinya dismenore mempengaruhi tingkat kecemasan yang dialami siswi (Nency, 2020).

Kecemasan yang mempengaruhi perubahan fisiologis dialami oleh perempuan ketika hendak menghadapi menstruasi pertama atau *menarche*, kecemasan pada kejadian ini didukung dengan hasil survey di Amerika Serikat mengenai prevalensi yang diperoleh dari penelitian masalah remaja perempuan dalam menghadapi pubertas, diperoleh hasil 5-50% remaja perempuan mengalami kecemasan *premenarche* dalam menghadapi *menarche*. Kecemasan dengan intensitas yang wajar dapat dianggap memiliki nilai positif sebagai motivasi. Apabila intensitasnya sangat kuat dan bersifat negatif, justru akan menimbulkan kerugian dan dapat mengganggu keadaan fisik dan psikis (Mukholil, 2018).

Menarche merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja yaitu 10-19 tahun menurut *world health organization* (WHO). *Menarche* merupakan perdarahan siklik dan periodik dari uterus disertai dengan pengelupasan *endometrium*. Menstruasi pertama adalah tanda yang penting bagi perempuan yang menunjukkan adanya produksi hormon yang normal yang dibuat *hipotalamus* kemudian diteruskan pada uterus dan ovarium (Delfriana, 2020).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada perempuan adalah faktor tingkat kelas, usia, pengetahuan, sikap dan dukungan orang tua, faktor tingkat kelas mempengaruhi seseorang dalam pengetahuan dan rasa ingin tahu lebih, yang berhubungan dengan faktor usia dimana semakin seseorang bertambah usia semakin tambah pengetahuannya, faktor pengetahuan mempengaruhi seseorang perempuan yang belum menghadapi haid pertama karena memiliki pengetahuan mengenai tanda dan gejala mempengaruhi seseorang dalam kesiapan menghadapi suatu hal termasuk haid pertama bagi perempuan, lalu faktor sikap mempengaruhi seseorang dalam menghadapi perubahan biologis dalam tubuh bagaimana seseorang siap dalam perubahan dan menerima perubahan tersebut, dan faktor dukungan orang tua merupakan faktor yang penting dan berdampak dalam menghadapi haid pertama karena peran orang tua dapat mempengaruhi seorang anak dalam kesiapan menghadapi perubahan dengan memberikan informasi mengenai *menarche* (Tahiruddin, 2021).

Berdasarkan penjelasan di atas penulis ingin mengetahui mengenai “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Terhadap Pengetahuan Dalam Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Di SDI Teladan Al-Hidayah 1 Jakarta Selatan“. Menurut data hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SDI Teladan Al-Hidayah 1 yang berada di Jakarta Selatan siswi yang belum mengalami *menarche* atau menstruasi pertama terdapat 40 siswi sesuai dengan kriteria penelitian yaitu pada siswi usia 9-12 tahun.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang ditentukan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian adalah “Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi Di SDI Teladan Al-Hidayah 1 Jakarta Selatan?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum :

Mengetahui frekuensi pada faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi di SDI Teladan Al-Hidayah 1 Jakarta Selatan.

1.3.2 Tujuan Khusus :

- 1) Mengidentifikasi tingkat kelas pada siswi yang belum mengalami *menarche*.
- 2) Mengidentifikasi usia pada siswi yang belum mengalami *menarche*.
- 3) Mengidentifikasi pengetahuan pada siswi yang belum mengalami *menarche*.
- 4) Mengidentifikasi sikap pada siswi yang belum mengalami *menarche*.
- 5) Mengidentifikasi dukungan orang tua pada siswi yang belum mengalami *menarche*.
- 6) Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada siswi yang belum mengalami *menarche*.
- 7) Menganalisis hubungan faktor tingkat kelas, usia, pengetahuan, sikap dan dukungan orang tua dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Responden

- 1) Penelitian ini diharapkan dapat mengetahui jumlah frekuensi kecemasan dalam menghadapi *menarche* pada siswi.
- 2) Penelitian ini diharapkan dapat dipergunakan untuk memberikan gambaran kepada siswi untuk mengetahui faktor-faktor dalam menghadapi *menarche*.

1.4.2 Bagi Sekolah

- 1) Diharapkan dapat menjadi referensi pembelajaran bahan bacaan dan masukkan atau sumber pengetahuan pada tingkat kecemasan dalam menghadapi *menarche*.
- 2) Diharapkan dapat bermanfaat bagi SDI Teladan Al-Hidayah 1 Jakarta Selatan untuk melihat bagaimana keadaan tingkat kecemasan dari siswi sebagai bahan evaluasi bagaimana persiapan dalam menghadapi *menarche*.

1.4.3 Bagi Penelitian

- 1) Penelitian ini diharapkan menjadi bahan bacaan peneliti berikutnya khususnya orang tua yang memiliki anak perempuan dalam memberikan edukasi dari rumah mengenai *menarche*.
- 2) Penelitian ini bertujuan memberikan gambaran mengenai tingkat kecemasan pada siswi dalam menghadapi *menarche*.

