

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pertumbuhan dan perkembangan di setiap tahapan usia memiliki karakteristik yang unik dan memiliki perbedaan dari tahap pertumbuhan yang satu ke tahapan pertumbuhan lainnya. Begitu juga pada masa remaja yang menunjukkan ciri-ciri pada masa kanak-kanak, dewasa dan tua yang berbeda. Selain itu, setiap fase memiliki kondisi dan tuntutan bagi masing-masing individu. Oleh karena itu, kemampuan individu untuk bersikap dan bertindak dalam menghadapi situasi yang bervariasi dari tahap ke tahap. Hal ini jelas ketika seseorang yang telah mengekspresikan emosi-emosinya. Misalnya, cara melepaskan stres dengan benar, mengungkapkan kemarahan melalui kata-kata daripada tindakan negatif, menangani situasi sulit atau berbahaya dengan tenang, menangani situasi yang sedih dengan tepat, menangani situasi mengejutkan dengan terkendali, menunjukkan simpati, cinta, dan kasih sayang kepada orang lain, dan lain sebagainya. Pertumbuhan terjadi bersamaan dengan perkembangan fisik, sosial, kognitif, linguistik dan kreatif. Namun, respon dari setiap tahap perkembangan akan berubah seiring waktu karena kematangannya, lingkungannya, reaksi orang disekitarnya atau bimbingan orang tua .

Menurut WHO (Diananda, 2019), seseorang yang disebut sebagai remaja yaitu berusia antara 10-19 tahun, Menurut keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014, Remaja merupakan penduduk kelompok yang berusia 10-18 tahun, dan Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) penduduk kelompok usia muda adalah antara 10-24 tahun dan belum menikah. Perubahan fisik terjadi begitu cepat pada masa remaja, misalnya perubahan karakteristik seksual, seperti pembesaran payudara, Perkembangan pinggang pada anak perempuan dan laki-laki Tumbuhnya kumis, jenggot dan perubahan suara yang semakin dalam. Perubahan mental juga mengalami perkembangan. Pada fase ini, realisasi identitas diri sangat terlihat, pemikiran menjadi

semakin logis, abstrak dan idealis dan semakin banyak waktu yang diluangkan diluar lingkungan keluarga. Selanjutnya, pada perkembangan yang telah dijelaskan diatas disebut fase Pubertas adalah periode di mana kematangan kerangka atau fisik, seperti proporsi tubuh, berat badan, dan tinggi badan mengalami perubahan aktivitas seksual dan pematangan yang terjadi sangat cepat pada masa remaja.

Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Rief, Buhlmann, Sabine, Ada dan Elmar (2006), sekitar 10% remaja laki-laki dan 15,6% remaja perempuan menyatakan tidak puas dengan penampilannya. Remaja putri yang tidak puas dengan bentuk tubuhnya sering kali menolak realitas perubahan fisik dan sering terlihat mengucilkan diri karena merasa rendah diri. Perasaan rendah diri muncul karena remaja putri memahami bahwa daya tarik fisik peran penting dalam hubungan sosial (Rahmadiyah et al., 2020).

Hasil SDKI-R 2012 (Sagala et al., 2020) menunjukkan bahwa tidak semua remaja menyadari perubahan fisik yang dialaminya. Perubahan fisik pada remaja laki-laki yang paling sering disebutkan perempuan adalah perubahan suara sebanyak (69%), sedangkan perubahan fisik yang paling sering disebutkan responden laki-laki pada remaja laki-laki adalah tumbuhnya rambut di wajah, kemaluan, ketiak, dada, kaki atau lengan (50%). Sedangkan pada remaja perempuan, perubahan fisik yang paling umum disebutkan oleh responden perempuan adalah menstruasi (83%), diikuti dengan pertumbuhan payudara (73%). Pola sebaliknya diamati pada responden laki-laki, mereka lebih cenderung menyebutkan pertumbuhan payudara (58%), diikuti dengan datangnya menstruasi (43%). Hal yang menarik adalah bahwa hanya sedikit responden yang menyebut peningkatan hasrat seksual sebagai tanda perubahan fisik pada remaja putri (4% perempuan dan 3% laki-laki) dan laki-laki (4% perempuan dan 6% laki-laki).

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Rochmania (2020) menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden yaitu 64,1% memiliki

pandangan negatif terhadap perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas atau menolak masalah terkait suatu perubahan yang berhubungan dengan fisiknya. Berdasarkan hasil penelitian yang juga telah dilakukan oleh Alifariki (2018) menunjukkan 42 remaja (51,9%) mengalami rasa cemas dan 39 remaja (48,1%) tidak mengalami rasa cemas, 52 remaja (64,2%) tidak menerima perubahan fisik, dan 29 remaja menerima perubahan fisik yang baik.

Menurut Hurlock (2003) masa remaja adalah suatu masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa meliputi kematangan spiritual, emosional dan secara fisik. Lalu dibagi menjadi tiga kelompok usia tahapan perkembangan yaitu remaja awal (*Early Adolescence*) berusia 12-15 tahun dimana usia ini merupakan masa negatif, karena pada masa ini terdapat sikap dan sifat negatif yang tidak terlihat pada masa kanak-kanak, orang merasa bingung, cemas, dan takut, Remaja pertengahan (*Middle Adolescence*) yang berusia 15-18 tahun pada fase ini seseorang menginginkan sesuatu dan sedang mencari sesuatu, merasa kesepian dan tidak dapat di mengerti oleh orang lain, dan remaja akhir (*Late Adolescence*) berusia 18-21 tahun Pada tahap ini, individu mulai hidup dan mulai memahami arah kehidupan serta memahami tujuan hidupnya.

Menurut Hurlock (2003) Masa remaja awal merupakan tahap di mana remaja merasa kagum pada perubahan yang terjadi dan dorongan yang mengikuti mereka perubahan sedang terjadi. Perubahan yang terjadi pada masa remaja awal meliputi perubahan kematangan psikis, fisik, dan genital. Dilihat dari kelompok batasan usia pada masa remaja awal, yaitu antara 12-15 tahun, remaja yang mengalami masa remaja awal adalah mereka yang bersekolah di Sekolah Dasar (SD) akhir atau kelas enam, dan pada awal Sekolah Menengah Pertama (SMP). Masa remaja awal dimulai dengan masa pubertas (pubertas), suatu perubahan kematangan fisik yang cepat melibatkan perubahan fisik dan hormonal. Perubahan bentuk perkembangan fisik dan psikis pada masa pubertas merupakan dua hal yang tidak dapat dipisahkan.

Menurut Hurlock (2003) ciri-ciri pada remaja yaitu perubahan fisik yang sangat pesat dan cepat, dianggap sebagai masa peralihan, terjadinya berbagai perubahan fisik sikap dan perilaku, mengalami berbagai problematika yang membuat remaja tidak dapat menyelesaikan masalah, pencarian identitas diri pada remaja, masa remaja bertindak dan berperilaku sesuai kehendaknya, dianggap sebagai masa remaja yang tidak realistis, dan untuk memusatkan perhatiannya remaja berperilaku seperti seks bebas, merokok dan lain sebagainya.

Peneliti mengambil lokasi tempat penelitian remaja awal di Kota Bekasi pada masa sekolah. Menurut Novi Fuji Astusi (2022), sekolah dapat diartikan sebagai bermain, bersosialisasi, berkreasi dan tentunya belajar serta mengasah otak. Sekolah tidak hanya tentang belajar, tetapi juga tentang mendidik dan membimbing siswa. Selain itu, sekolah memiliki peran penting dalam mendidik siswa tentang kesehatan dan kebugaran. Pentingnya sekolah tidak hanya untuk mendapatkan pemahaman dan pengetahuan yang banyak. Namun yang terpenting, sekolah adalah tempat guru dan siswa belajar bersama dan mengamati hal-hal di sekitar mereka bersama-sama, dan sekolah juga merupakan tempat siswa untuk membentuk jati dirinya. Sekolah juga dapat membentuk karakter siswa agar memahami bagaimana berperilaku terhadap sesama individu dan lingkungannya.

Menurut Suarni (2020) Remaja awal yang sudah mengalami menstruasi akan mengalami kecemasan sebab belum memahami *Sex Education* dari orang tua, teman dekat, atau kakak perempuannya. *Sex Education* pada remaja menjadi sangat penting, karena untuk mengantisipasi proses transisi yang tiba-tiba menjadi faktor timbulnya kecemasan terhadap perubahan dalam pertumbuhan yang semakin dewasa dan tidak adanya persiapan emosional yang matang. Kecemasan merupakan rangsangan dari sistem saraf ditransmisikan melalui sistem saraf pusat, yaitu melalui transmisi saraf ke sistem limbik, kemudian oleh saraf otonom (simpatis atau parasimpatis) ke kelenjar hormonal (endokrin) untuk mengeluarkan sekresi (cairan) neurohormonal ke kelenjar hipofisis melalui sistem fungsional

frontal untuk mengeluarkan *gonadotropin* yang berbentuk FSH (*Follikel Stimulating Hormone*) dan LH (*Leutinizing Hormone*).

Menurut Amalia (2016), kecemasan adalah sinyal yang membangunkan, memperingatkan bahaya yang akan segera terjadi dan memberikan tindakan untuk mengatasi ancaman yang ditimbulkan oleh pertumbuhan, perubahan dan pengalaman baru dan belum dicoba serta penemuan identitas dan tujuan hidup seseorang. Ketakutan adalah respons terhadap ancaman yang tidak diketahui, internal, tidak jelas, dan kontradiktif.

Faktor kecemasan utama adalah individu mempersepsikan perubahan fisik yang terjadi setelah menstruasi sebagai sesuatu yang sangat buruk. Menurut Amalia (2016) Mereka juga menganggap menstruasi bermasalah dan menjijikkan. Kecemasan pada remaja putri memiliki perbedaan karena dipengaruhi oleh beberapa faktor, terutama yang berkaitan dengan fase pubertas. Perubahan karakteristik yang telah terjadi pada masa pubertas dapat memicu kecemasan sosial pada remaja, antara lain tumbuhnya rambut kemaluan, bau badan, termasuk menstruasi pertama (*menarche*).

Menurut Suarni (2020) mengatakan bahwa lingkungan merupakan faktor yang mempengaruhi kecemasan. Informasi yang salah tentang lingkungan akan memicu terjadinya ketakutan dan kecemasan pada remaja putri, dan menyebabkan mereka secara tidak sadar menolak proses fisiologis menstruasi. Selain itu, kondisi fisik saat menstruasi mempengaruhi remaja putri yang mengalami perubahan pada dirinya sehingga menimbulkan kecemasan. Setiap remaja mengalami perubahan fisik yang cepat selama masa remaja. Remaja putri cenderung mengalami perubahan fisik lebih awal daripada remaja laki-laki.

Menurut Santrock (Candra et al., 2017) Salah satu perubahan yang sering disebut sebagai peristiwa penting dalam kehidupan remaja putri adalah datangnya menstruasi pertama (*menarche*). *Menarche* merupakan periode menstruasi pertama, Biasanya terjadi antara usia 12-15 tahun atau

awal pubertas. Sampai saat ini masih banyak masyarakat yang menganggap tabu untuk membicarakan menstruasi dalam keluarga, sehingga remaja belum memiliki pengetahuan dan sikap yang cukup tentang perubahan fisik dan psikis terkait menstruasi (*menarche*).

Menarche adalah fase pubertas pertama kali seorang remaja perempuan mengalami haid atau menstruasi. Sehingga terjadi perubahan fisik pada remaja tersebut seperti, pertumbuhan payudara, indung telur, rahim dan vagina. Selain itu ada ciri-ciri sekunder, seperti tumbuhnya bulu kemaluan dan bulu ketiak. *Menarche* juga disebut sebagai peristiwa penting dalam kehidupan seorang wanita. Secara medis, menstruasi adalah perdarahan rahim fisiologis (normal) yang terjadi secara teratur setiap bulan (menstruasi) dan perdarahan tersebut disebabkan oleh perubahan hormonal yaitu estrogen dan progesteron. Beberapa peneliti telah dilakukan untuk mengidentifikasi pengaruh tersebut, serta kemungkinan *menarche* berusia 12-15 tahun (Nurhayati et al., 2018).

Menurut Syarif (2020), kecemasan menghadapi *Menarche* dapat disebabkan karena remaja putri tidak mengetahui apa yang harus dilakukan pada saat menstruasi. Kecemasan akan *Menarche* disebabkan oleh dua faktor, yaitu faktor internal seperti pengetahuan, usia dan kesiapan diri (penerimaan diri) dan faktor eksternal yang meliputi lingkungan sosial budaya dan pengetahuan yang diperoleh. Sumber informasi merupakan salah satu faktor penyebab kecemasan pada *Menarche*. Saat ini remaja mudah terpengaruh oleh isu-isu dari media massa, hal tersebut akan berdampak pada pengetahuan dan keyakinan. Remaja yang paham tentang menstruasi tidak akan mengalami kecemasan dan mereka menilai bahwa itu hal yang normal.

Survei Kesehatan Peserta Didik di Kota Bekasi tahun 2014 (Amalia & Amrullah, 2019) menunjukkan 46% siswi mengalami masalah kesehatan reproduksi yaitu usia haid kurang dari 12 tahun dan lebih dari 15 tahun, siklus haid bulanan tidak teratur dan gangguan haid berat, Sakit perut, keputihan atau gatal-gatal pada alat kelamin. Pada tabel distribusi frekuensi

remaja putri tentang menstruasi di SMPN X Kota Bekasi berdasarkan usia *menarche* hasil penelitian menunjukkan gambaran pengetahuan remaja putri yang memiliki pemahaman pengetahuan berdasarkan usia *menarche* yaitu usia yang kurang dari 12 tahun berjumlah 54 orang (83,1%), sedangkan usia *menarche* remaja putri yang lebih dari 13-15 tahun sebanyak 11 orang (16,9%).

Penelitian yang dilakukan oleh Latifah (2017) Usia *menarche* yang dialami siswi SMKN X Kota Bekasi sebagian besar mengalami *menarche* pada usia lebih dari 12 tahun sebesar 212 siswi (88,3%), sedangkan siswi yang mengalami *menarche* pada usia kurang dari 12 tahun terdapat 28 siswi (11,7%). Penelitian yang dilakukan oleh A. BL, D. Fitria (2018) yang menyatakan bahwa 71,1% remaja putri merasa takut, cemas, dan khawatir terhadap perubahan yang terjadi pada diri mereka dan 51,9% remaja putri merasa masih bingung terhadap perubahan– perubahan yang diakibatkan dari menstruasi.

Di kehidupan manusia, *Sex Education* yang paling penting diberikan sejak memasuki usia remaja. Untuk mengantisipasi terjadinya kecemasan dalam menghadapi menstruasi maka perlu memahami tentang *Sex Education*, karena ini menjadi sangat penting bagi perkembangan setiap remaja. Hal ini sesuai dengan pendapat Effendi dan Wahidy (2019) bahwa remaja harus mendapatkan informasi yang sesuai dengan usianya tentang seks karena mampu berpikir dan membedakan mana yang baik dan mana yang buruk. Hal ini untuk mencegah perilaku seks bebas dan kejahatan seksual yang merusak moral generasi penerus bangsa. Dalam memberikan *Sex Education*, setiap remaja pada umumnya harus mampu melindungi diri dari pergaulan bebas, perilaku seks yang menyimpang dan kejahatan seksual yang akhir-akhir ini semakin memprihatinkan.

Sex Education sampai saat ini masih dianggap sebagai topik yang tabu dan berbau pornografi yang tidak boleh diperbincangkan, terutama di kalangan remaja. Tidak banyak pihak yang memahami betapa pentingnya pendidikan seks bagi remaja. Faktor kuat yang mempersulit pendidikan seks

formal maupun informal bagi para pelajar adalah pola pikir masyarakat yang masih belum terbuka dan belum mengetahui pentingnya pendidikan seks bagi remaja . Menurut Muarifah (2019), *Sex Education* adalah “suatu proses pengasuhan secara sadar dan dilaksanakan secara sistematis oleh sekolah, keluarga dan masyarakat. Untuk menyampaikan sebuah informasi tentang seksualitas dan membahas isu-isu seperti perkembangan remaja laki-laki dan perempuan, perilaku sosial, kesehatan seksual, peran keluarga, sekolah, masyarakat dan pemerintah serta tantangan dalam perkembangannya. Sedangkan, Menurut Dianawati (2003), menjelaskan *Sex Education* yaitu menjelaskan perubahan fungsi alat kelamin sebagai fase yang harus diatasi dalam kehidupan seseorang.

Data survey penelitian remaja yang berusia 10-19 tahun tinggal di desa Kali Baru, Bekasi Barat, dipilih secara cluster random sampling. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, terdapat dua kategori sikap yaitu sebanyak 61 responden (49%) sudah memiliki sikap sangat baik terhadap *Sex Education* dan sebanyak 63 responden (51%) memiliki sikap baik terhadap *sex education* (Refirman et al., 2018).

Survey yang dilakukan oleh Durex Indonesia Kesehatan Reproduksi dan Seksual (Andryanto, 2019) menunjukkan bahwa 84% remaja usia 12-17 tahun belum mendapatkan *sex education*. Menurut penelitian ini, *sex education* dimulai antara usia 14-18 tahun. Meski para ahli mengatakan bahwa *sex education* sebaiknya tidak menunggu hingga remaja memasuki masa pubertas, dan bisa dilakukan lebih awal. Ketika remaja mengalami tanda-tanda awal pubertas, kebanyakan dari mereka ingin orang tua yang menjadi sumber pertama yang dapat mereka ajak bicara dan mendiskusikan pengalaman mereka dengan tanda-tanda awal pubertas. Sumber informasi lain mendominasi sisanya, seperti teman sebaya 25%, internet dan media sosial 15%, dan kakak perempuan 4%. Pada saat remaja mengalami tanda-tanda awal pubertas, mereka merasa lebih nyaman mendiskusikan masalah *Sex Education* dan kesehatan reproduksi dengan teman sebaya 41%, diikuti oleh orang tua 24%.

Faktor yang menyebabkan kurangnya pengetahuan terhadap *Sex Education* pada remaja yaitu Menurut penelitian Lusiana (2019), sekitar 65% kedua orang tua bekerja di luar rumah dan 47% remaja yang termasuk ke dalam pergaulan bebas. Menurut peneliti, hal ini dikarenakan orang tua kurang memiliki waktu untuk membimbing, memperhatikan dan mengawasi/remajanya sehingga tidak memperoleh *Sex Education* dari kedua orang tuanya terutama dari seorang ibu. Dukungan yang telah diberikan oleh seorang ibu dapat memberikan ketenangan pikiran pada saat remaja putri mengalami pubertas, oleh karena itu remaja bisa mengetahui hal apa yang harus dilakukan pertama pada saat menstruasi pertama. Faktor lain yang dapat mempengaruhi *sex education* ini sulit diberikan pada remaja baik secara formal maupun informal, dan masyarakat yang masih belum terbuka dan belum memahami pentingnya *sex education* bagi remaja.

Survey yang telah dilakukan oleh Thalita dan Mahdalena (2022) telah melakukan terhadap 405 laki-laki dan perempuan yang berusia 15-19 tahun dari 32 provinsi di Indonesia. Survey yang telah ditemukan 98,5 % responden yang merasa *Sex Education* pada remaja itu diperlukan, sebanyak 31,6% sebaiknya sejak usia balita, 31,4% menjawab sejak SD, 27,2% menjawab sejak SMP. Namun sayangnya, hanya 12,84% yang menilai *Sex Education* di sekolah sudah memadai.

Berdasarkan uraian dari latar belakang ini, beberapa peneliti telah membuktikan terdapat salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan menghadapi *menarche* yaitu *sex education*. Menurut penelitian Lusiana (2019), orang tua memiliki waktu yang lebih sedikit untuk membimbing, memperhatikan dan mengawasi terhadap/remajanya, sehingga tidak memperoleh pengetahuan dan pemahaman tentang *sex education* dari kedua orang tuanya terutama dari seorang ibu. Menurut Pertiwi (2019) Seorang remaja putri akan mengalami kecemasan dan ketakutan jika belum siap menghadapi menstruasi. Ketidaktahuan mereka tentang menstruasi disebabkan kurangnya informasi yang menyeluruh dari kedua orangtua, guru dan saudara perempuan. Mereka harus tahu apa yang harus dihadapi agar tidak kaget atau malu, sehingga dapat membantu remaja mengatasi

perasaan negatif tentang menstruasi. Inti dari permasalahan ini adalah kedua orang tua memberikan informasi yang kurang dan belum dipahami oleh remaja terhadap *Sex Education* kepada remajanya. Karena orang tua menganggap hal yang berkaitan tentang menstruasi adalah hal yang dianggap tabu untuk disampaikan, dan orangtua merupakan sumber utama informasi bagi remaja. Sehingga remaja yang kurang memiliki pemahaman tentang *sex education* akan mengalami rasa kecemasan terhadap *menarche*.

Menurut Hurlock (2003) Masa remaja awal berusia 12-15 tahun yang merupakan tahap dimana remaja merasa kagum pada perubahan yang terjadi dan dorongan yang mengikuti mereka perubahan sedang terjadi. Berdasarkan hasil survey penelitian studi awal yang saya lakukan di lapangan pada remaja putri yang mengalami *menarche* kepada 5 responden untuk melakukan studi pendahuluan.

Pada responden pertama yaitu AY berusia 12 Tahun memberikan jawaban menstruasi itu mengeluarkan darah, responden menyebutkan bahwa ia pertama kali menstruasi itu berusia 12 tahun. Lalu orang pertama yang ia kasih tau kalau dia pertama kali menstruasi itu teman-teman yang berada disekolah. Responden mengatakan bahwa ia tidak pernah mencari tahu tentang menstruasi paling Cuma di buku itupun tidak terlalu dibaca. Perasaan responden ketika menstruasi itu mengeluhkan perutnya yang sakit dan malas bergerak ingin rebahan trus. Responden mengatakan jika ia berjalan dengan temannya takut keluar darahnya takut bocor apalagi kalau jalan-jalan sama temannya. Responden mengatakan tidak mengetahui pendidikan seks, ia mengatakan tidak pernah mencari tahu. Responden juga mengatakan tidak pernah membicarakan pendidikan perihal seks dengan orang tua nya dikarenakan orang tua terlalu memiliki kesibukan, lalu menurut responden pendidikan seks itu penting untuk pengetahuannya. Responden jika mengalami permasalahan tentang seksual atau pada saat menstruasi responden akan memberitahukan kepada kaka perempuannya.

Pada respodern kedua yaitu WJ berusia 13 Tahun yang diketahui pada menstruasi yaitu keluarnya darah dari kelamin, responden menyatakan

bahwa pada saat pertama kali menstruasi itu berusia 13 tahun. Jika responden mengalami menstruasi pertama kali responden akan memberitahukan kepada orang tua dan kakak perempuannya. Responden mengatakan pernah mencari tau perihal menstruasi dengan bertanya kepada kakak dan teman-temannya, perasaan responden pada saat mengalami menstruasi pertama kali yaitu pada saat sekolah takut mengganggu aktivitas di sekolah. Responden mengatakan tidak pernah tau tentang pendidikan seks, serta tidak ingin mencari tau tentang pendidikan seks. Responden mendapatkan informasi tentang pendidikan seks melalui buku dan tidak terlalu di fokuskan pada pendidikan seks, kemudian responden tidak pernah membicarakan perihal tentang seks pada orang tua nya karena responden tidak terbuka kepada orang tua nya. Menurut responden pendidikan seks itu sangat penting untuk mencari informasi tentang menstruasi agar mendapatkan solusi pada saat menstruasi pertama kali.

Pada responden ketiga yaitu T berusia 14 Tahun yang diketahui pada menstruasi yaitu darah yang keluar dari kelamin perempuan, responden berkata bahwa saat pertama kali menstruasi itu berusia 12 tahun. lalu orang pertama yang ia beritahu pada saat menstruasi pertama kali yaitu mama, kaka, teman dekat. Responden mengatakan pernah mencari tau tentang menstruasi di media sosial, Pertama kali responden mengalami menstruasi yaitu kaget karna baru pertama kali merasakan menstruasi. Responden tidak tau mengenai pendidikan seks tetapi responden ingin mencari tau tentang pendidikan seks dari orang tua meskipun tidak terlalu detail, menurut responden pendidikan seks itu penting untuk mengatasi masalah pada menstruasi.

Pada responden keempat yaitu AH berusia 14 Tahun belum mengetahui tentang menstruasi namun responden baru mengetahui pertama kali pada saat menstruasi. Responden menyatakan bahwa pada saat pertama kali menstruasi itu berusia 12 tahun. Responden juga memberitahukan pertama kali menstruasi kepada orang tua, teman dekat. Responden mengatakan pernah mencari tentang menstruasi di sosial media, perasaan responden ketika mengalami menstruasi pertama kali mengatakan kaget,

takut dan bingung serta bertanya tanya kepada teman dekat. Responden belum mengetahui sebelumnya tentang pendidikan seks tetapi responden pernah mencari tau tentang pendidikan seks pada buku pelajaran yang dibaca, Responden pernah membicarakan tentang pendidikan seks tetapi tidak terlalu sering dan pendidikan seks sangatlah penting. Ketika responden mengalami permasalahan seks akan membicarakan kepada orang tua.

Pada responden kelima yaitu A berusia 14 Tahun yang diketahui menstruasi yaitu keluarnya darah pada kelamin perempuan, responden menyebutkan bahwa menstruasi pertamanya itu saat berusia 12 tahun. orang yang diberitahukan pertama kali responden menstruasi yaitu ibu nya. Responden pernah mencari tau tentang menstruasi di media sosial untuk mengetahui berapa lama terjadi nya menstruasi dan pada rasa sakit menstruasi itu disebut normal atau tidak. Perasaan responden mengalami menstruasi pertama kali nya yaitu kaget dan takut karna ada darah pada kelaminnya. Responden belum mengetahui tentang pendidikan seks sehingga responden belum memiliki rasa ingin tau tentang pendidikan seks, responden pernah menemukan pendidikan seks pada buku pelajaran namun tidak pernah dilihat ataupun dimengerti. Responden pernah membicarakan masalah tentang pendidikan seks pada orang tua nya, serta menurut responden pendidikan seks sangat penting untuk seumurannya responden yang belum mengetahui. Responden pernah memberitahu orang tua ketika dia mengalami masalah seks.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang telah di uraikan terdapat beberapa penelitian terdahulu yang sudah dilakukan oleh peneliti sebelumnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Amalia (2016) Penggunaan metode observasi analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Jumlah sampel penelitian adalah 70 orang, termasuk 35 orang yang telah *menarcho* dan 35 orang yang belum mengalami *menarcho* dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan

mengisi data pribadi, formulir persetujuan, kuesioner LMMPI dan kuesioner TMAS. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang sudah mengalami *menarche* sebanyak 29 orang (33%) yang cemas berlebih, dan remaja yang belum mengalami menstruasi awal *menarche* sebanyak 15 orang (12%) yang merasa cemas. Hasil analisis mendapat tingkat signifikansi 0,001 ($P < 0,05$). Ada perbedaan yang signifikan antara remaja putri yang mengalami *menarche* dan belum mengalami *menarche* di SD Muhammadiyah 1 Surakarta. Remaja putri yang telah mengalami *menarche* lebih cemas daripada remaja yang belum mengalami *menarche*. Oleh karena itu remaja putri harus memperoleh pengetahuan tentang *sex education* dari kedua orang tuanya agar tidak merasa ketakutan dan kecemasan yang berlebihan.

Penelitian yang dilakukan oleh (Candra et al., 2017) Pengetahuan siswa kelas IV dan V SDI Darul Hikmah Krian Sidoarjo tentang *menarche* sebagian besar memiliki pengetahuan baik yaitu 24 responden (63,15%). kecemasan siswa kelas IV dan V SDI Darul Hikmah Krian Sidoarjo saat menghadapi *menarche* sebagian besar responden mengalami sedikit ketakutan yaitu 26 responden (64,42%). Terdapat 17 siswa (44,73%) yang berpengetahuan baik dan memiliki tingkat kecemasan ringan. Hasil uji statistik menggunakan *Spearman's rank test* menunjukkan bahwa $\rho < \alpha$ dengan taraf signifikansi ($\alpha = 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga dapat dikatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan ketakutan akan menstruasi. Kurangnya pengetahuan tentang *sex education* akan membuat individu merasakan kecemasan dan ketakutan yang berlebih.

Penelitian yang dilakukan oleh Marbun & Stevanus (2019) Seks tidak dianggap sebagai tabu atau lebih tepatnya najis sebagai sesuatu yang sakral dan terhormat seperti yang diajarkan di dalam kitab suci. Oleh karena itu, *sex education* harus diajarkan pada remaja dari kedua orang tuanya, bahkan sejak kecil. Pada masa remaja, seseorang akan mengalami perkembangan seksual. Maka, remaja membutuhkan untuk mendapatkan informasi yang benar dan cukup tentang kehidupan seks mereka dari kedua

orang tuanya. *Sex education* pada remaja sebagai tujuan memperkuat perkembangan kepribadian. Melalui *sex education* ini berharap untuk memberikan sikap yang sehat dan bertanggung jawab Seksualitas menurut Alkitab dan norma sosial setempat. Selain itu, remaja dapat memahami sebuah informasi yang telah diberikan oleh kedua orang tua nya tentang masa pubertasnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Rukmawati (2020) Desain penelitian ini menggunakan korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini semua siswa perempuan yang berusia 11-12 tahun untuk berpartisipasi dalam penelitian sebanyak 23 siswa perempuan. Sampel diambil dengan menggunakan teknik Total. Variabel bebas adalah *sex education*, dan variabel terikatnya adalah kecemasan sebelum menstruasi awal *menarche*. Kuesioner digunakan sebagai alat penelitian. Analisis data menggunakan *Rank Spearman* dengan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian diketahui dari 23 siswa, sebagian besar 13 siswa (56,5%) memperoleh pemahaman tentang *sex education* yang baik, dan kebanyakan 15 siswa Wanita (65,2%) mengalami kecemasan ringan. Hasil uji korelasi *Spearman Rank* diperoleh nilai $p (0,000) < (0,05)$ dengan $r = 0,681$ yang artinya ada hubungan antara pengetahuan tentang *sex education* dan kecemasan bagi siswa Anak usia 11-12 tahun yang memiliki hubungan yang kuat. Kesimpulan dari penelitian ini dapat diketahui bahwa pengetahuan tentang *sex education* dapat mempengaruhi kecemasan. Hal yang harus dilakukan untuk mengurangi kecemasan adalah meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang menstruasi sejak dini memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi remaja melalui pendidikan kesehatan khususnya yang berhubungan dengan menstruasi yang dapat dilakukan oleh orang tua, guru dan petugas kesehatan.

Penelitian yang dilakukan oleh Aziizah Amir (2022) Berdasarkan hasil penelitian, disimpulkan bahwa pengetahuan tentang *sex education* pada remaja cukup baik, dalam hal ini remaja yang berusia 10-24 tahun pengetahuan tentang organ reproduksi tubuhnya, pengendalian diri dan bagaimana cara melindungi dirinya. Sumber informasi utama mereka yaitu

Keluarga terutama orang tua, guru, teman sebaya, dan media massa. Remaja yang memperoleh pengetahuan tentang *sex education* secara positif menerima informasi dari guru, orang tua dan buku-buku pelajaran. Sumber data ini pasti sangat tepat dan bertanggung jawab. Sedangkan, remaja yang kurang memahami mengenai *sex education* akan mendapatkan informasi yang tidak tepat dari internet dan teman sebaya. Oleh sebab itu, remaja harus mempersiapkan dirinya dalam menghadapi *menarche* agar tidak kaget.

Sex Education sangat penting bagi remaja, Sumber utama informasi mengenai perubahan organ reproduksi yaitu orang tua, karena orang tua harus memberikan pendidikan tentang seks kepada remaja. Dengan memperoleh pendidikan seks tersebut remaja tidak akan mengalami kecemasan yang berlebihan nantinya terhadap menghadapi *menarche*. Berdasarkan beberapa penelitian-penelitian terdahulu yang telah di jelaskan di atas, maka dapat di rumuskan masalahnya yaitu “apakah terdapat hubungan antara *sex education* dengan kecemasan menghadapi *menarche*?”.

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah di uraikan, maka tujuan yang akan di capai dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang saling mempengaruhi antara kedua variabel tersebut
2. Untuk membandingkan dari penelitian yang sudah ada
3. Untuk membuktikan kebenaran serta menambah pengetahuan baru dan pemahaman

1.4. Manfaat penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari suatu penelitian ini adalah untuk memberikan pengetahuan dan menambah ilmu pengetahuan mengenai cara belajar yang dapat menjadikan siswa lebih aktif lagi, sehingga manfaat teoritis ini dapat mengembangkan suatu ilmu yang telah di teliti secara teoritis.

1.4.2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Peneliti Selanjutnya : Untuk menambah pengalaman dan juga menambah pengetahuan kepada penulis yang melakukan penelitian ini. Serta meningkatkan kualitas penggunaan kosakata bahasa indonesia dengan benar.
- b. Bagi Siswa : Dengan adanya penelitian ini, maka siswa dapat memberikan pemahaman serta mendapatkan informasi yang tepat, dan dapat meningkatkan ilmu pengetahuan.

