

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan fase transisi dari masa kanak kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis dan sosial. Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja adalah individu yang berada pada rentang usia 10-19 tahun, yang merupakan periode penting dalam pertumbuhan dan perkembangan manusia. Selain itu, menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2022), remaja dapat dikelompokkan dalam rentang usia 10-18 tahun terbagi menjadi remaja awal, pertengahan dan remaja akhir. Remaja awal (10-13 tahun) merupakan fase awal pubertas yang ditandai dengan perubahan fisik dan mulai berkembangnya organ reproduksi. Masa Remaja ialah masa transisi dari masa anak- anak menuju masa dewasa. Masa remaja merupakan suatu masa dalam lingkaran kehidupan diantara masa kanak kanak dan masa dewasa (Ayu dan Sinulingga, 2020).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Indonesia (2025), banyaknya remaja usia 10-14 tahun sebanyak 21.999,8 ribu jiwa di Indonesia, sebanyak 317.611 jiwa di Bali dan sebanyak 52.470 jiwa di Kota Denpasar yang merupakan jumlah remaja tertinggi dibandingkan dengan kabupaten lain di Bali. Berdasarkan data jumlah penduduk menurut kelompok umur tahun 2025, terdapat perbedaan jumlah usia 10-14 tahun di masing masing kecamatan di Kota Denpasar. Kecamatan Denpasar Selatan memiliki jumlah remaja usia 10-14 tahun tertinggi yaitu sebanyak 14.836 jiwa, diikuti oleh Kecamatan Denpasar

barat sebanyak 14.656 jiwa, Denpasar Timur yaitu 9.651 jiwa. Data ini menunjukkan bahwa distribusi remaja usia awal pubertas tidak merata setiap wilayah, dengan konsentrasi terbesar berada di Denpasar Selatan, sehingga menjadi kelompok yang berpotensi mengalami *menarche* dalam jumlah besar.

Anak perempuan yang sudah mencapai usia tertentu akan mencapai tahapan kematangan secara biologis pada organ-organ seksual, yang ditandai dengan haid pertama atau *menarche*. Menurut Sofiati (2022), *menarche* merupakan menstruasi pertama yang ditandai dengan munculnya perubahan secara fisiologis yaitu perubahan fisik dan mental. *Menarche* yang terjadi secara tiba tiba dan signifikan tanpa adanya peringatan sebelumnya yang mengakibatkan *menarche* memberikan pengalaman yang mengesankan bagi kebanyakan remaja putri. *Menarche* umumnya terjadi pada rentang usia 10-16 tahun dan merupakan salah satu tanda awal pubertas pada remaja putri. Berdasarkan laporan Kemenkes (2018) melalui Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), sebagian besar remaja putri di Indonesia mengalami *menarche* pada usia 12-14 tahun. Hasil ini sejalan dengan penelitian Asrullah dkk., (2022) yang menyatakan bahwa rata rata usia *menarche* di Indonesia berada pada sekitar 12-13 tahun serta menunjukkan adanya tren penurunan usia *menarche* dari waktu ke waktu. Data spesifik usia *menarche* di Bali belum tersedia secara rinci dalam laporan terbuka.

Menarche merupakan salah satu tahap kritis dalam masa perkembangan remaja putri karena menjadi pengalaman baru yang harus dilewati sebagai proses dari pertumbuhan. Di tahap ini remaja membutuhkan kesiapan fisik maupun psikologis, sebab banyak remaja putri yang menunjukkan perasaan

malu, kecemasan dan ketakutan ketika menghadapi *menarche* (Putri dkk., 2024). Menurut Irawati dkk., (2020) remaja yang kurang informasi dan pengetahuan yang buruk dapat menyebabkan timbulnya respon negatif seperti kecemasan, rasa malu, kesedihan, kebingungan dan stress. Pengetahuan remaja dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, termasuk usia, pengalaman, informasi, aspek sosial/budaya dan ekonomi.

Kesehatan reproduksi ialah sekumpulan metode, teknik dan pelayanan yang mendukung kesehatan dan kesejahteraan reproduksi melalui pencegahan dan penyelesaian masalah kesehatan reproduksi yang mencakup kesehatan seksual, status kehidupan dan hubungan perorangan, bukan semata konsultasi dan perawatan yang berkaitan dengan reproduksi dan penyakit yang ditularkan melalui hubungan seks (Noor *et al.*, 2020). Menurut Ibitoye *et al.*, (2025) Pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja masih belum dilaksanakan secara maksimal sebelum mereka memasuki masa pubertas. Walau beberapa sekolah sudah memberikan pembelajaran terkait seksualitas, materi yang diberikan masih terbilang umum dan belum mencakup berbagai hal penting seperti menghadapi pubertas. Informasi terkait menstruasi diberikan oleh sekolah, karena sekolah memiliki peranan penting. Sekolah dapat memberikan informasi terkait menstruasi serta membangun interaksi secara terbuka pada siswi remaja putri untuk dapat siap menghadapi *menarche*. Selain itu sekolah juga memiliki sarana penunjang dalam bentuk UKS yang bertugas memperhatikan kesehatan siswi dan juga memberikan pertolongan jika ada siswi yang mengalami *menarche* (Fretes dkk., 2020).

Kurangnya pengetahuan tentang menstruasi dapat menyebabkan remaja putri menganggap *menarche* sebagai suatu kepanikan yang tidak normal atau sebagai tanda penyakit, sehingga menimbulkan kepanikan, rasa malu dan perasaan tidak bersih. Kondisi tersebut membuat remaja menjadi tidak siap dalam menghadapi *menarche*. Selain itu, menurut Yuningsih dkk., (2023), remaja yang tidak siap memiliki risiko 4,079 kali lebih besar untuk berperilaku vulva hygiene yang kurang baik dibandingkan dengan remaja yang siap. Ketidaksiapan dalam menghadapi *menarche* tidak hanya berdampak pada aspek psikologis, tetapi juga dapat mempengaruhi perilaku kesehatan reproduksi remaja putri. Hal ini sejalan dengan pernyataan *United Nations Children's Fund* (UNICEF, 2020), yang menyebutkan bahwa kurangnya pengetahuan dan kesiapan remaja terhadap menstruasi dapat menyebabkan praktik higiene menstruasi yang tidak adekuat serta berdampak pada kesehatan dan kualitas hidup remaja putri.

Penelitian yang dilakukan oleh Losoiyo dkk., (2025), di SD Negeri 187 Maluku Tengah menyebutkan bahwa pembahasan mengenai menstruasi masih sering dianggap sebagai hal sensitif atau tabu untuk dibicarakan, baik dilingkungan keluarga maupun masyarakat. Akibatnya, banyak remaja putri yang tidak mendapat informasi yang cukup mengenai menstruasi sebelum mengalami *menarche*. Penelitian yang dilakukan Rotinsulu & Ati, (2025) di Sekolah Dasar Manado menunjukkan bahwa pentingnya pendidikan menstruasi yang bersifat komprehensif bukan hanya yang berorientasi pada penyampaian informasi secara biologis namun juga dapat membangun kepercayaan diri emosional, keterampilan komunikasi, serta lingkungan rumah dan sekolah yang

suportif. Sehingga untuk mempersiapkan remaja putri menghadapi *menarche* perlu pendekatan yang menyeluruh dan inklusif, sehingga remaja putri dapat menjalankan masa pubertas dengan percaya diri dan kesiapan yang optimal secara menyeluruh. Berdasarkan penelitian lain, yaitu penelitian Alifah dkk., (2025) menyebutkan intervensi pendidikan kesehatan reproduksi telah terbukti meningkatkan pengetahuan dan kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*. Seperti penelitian pengaruh edukasi tentang *menarche* terhadap tingkat kecemasan dan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas v di Kabupaten Sukabumi, yang menunjukkan peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan dan kesiapan menghadapi *menarche* setelah pemberian edukasi menstruasi

Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kesiapan menghadapi *menarche*, sebagian besar penelitian tersebut dilakukan pada remaja tingkat sekolah menengah pertama. Penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan tersebut pada remaja putri usia sekolah dasar masih terbatas, khususnya di wilayah Kota Denpasar. Selain itu, hasil penelitian yang ada menunjukkan bahwa kesiapan menghadapi *menarche* tidak hanya dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, tetapi juga oleh faktor lain seperti dukungan keluarga dan lingkungan, sehingga hubungan tersebut tidak selalu bersifat konsisten. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengkaji hubungan tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar dengan karakteristik yang berbeda.

Pemilihan lokasi penelitian di SD Negeri 6 Pedungan didasarkan pada beberapa pertimbangan. Hasil studi pendahuluan melalui wawancara dengan guru menunjukkan bahwa siswi di sekolah tersebut belum pernah memperoleh penyuluhan mengenai kesehatan reproduksi khususnya menstruasi, sehingga mengindikasikan adanya kesenjangan informasi. Selain itu, siswi kelas V dan VI umumnya berada pada rentang usia 10–13 tahun yang merupakan fase menjelang menarche, sehingga sesuai dengan kriteria responden dalam penelitian ini. Meskipun menarche dapat terjadi pada rentang usia 10–16 tahun, penelitian ini difokuskan pada remaja putri usia 10–14 tahun karena kelompok usia tersebut merupakan karakteristik mayoritas siswi kelas V dan VI di SD Negeri 6 Pedungan. Selain sesuai dengan populasi penelitian, usia 10–14 tahun merupakan masa pubertas awal yang ditandai dengan meningkatnya kemungkinan terjadinya menarche. Dengan demikian, pemberian edukasi mengenai menstruasi dan penilaian terhadap kesiapan menghadapi menarche pada kelompok usia ini menjadi penting untuk dilakukan.

Selain itu, SD Negeri 6 Pedungan yang terletak di Kecamatan Denpasar Selatan wilayah dengan jumlah remaja usia 10–14 tahun tertinggi di Kota Denpasar dianggap representatif dalam menggambarkan kondisi remaja putri pada fase awal pubertas. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui wawancara kepada beberapa siswi kelas V dan VI di SD Negeri 6 Pedungan menunjukkan bahwa masih terdapat siswi yang memiliki pengetahuan terbatas mengenai menstruasi. Sebagian besar siswi mengaku belum pernah memperoleh informasi yang lengkap mengenai menstruasi, tanda-tanda menjelang menarche, maupun cara menjaga kebersihan saat

menstruasi. Selain itu, beberapa siswi menyampaikan bahwa mereka merasa belum siap menghadapi menarche karena khawatir, takut, malu, dan tidak mengetahui apa yang harus dilakukan ketika menstruasi pertama kali terjadi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan mengenai menstruasi masih perlu ditingkatkan agar remaja putri memiliki kesiapan yang lebih baik dalam menghadapi menarche. Oleh karena itu, sekolah ini dipilih sebagai lokasi yang tepat untuk mengkaji hubungan antara tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menghadapi menarche.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan ulasan latar belakang tersebut, peneliti merumuskan permasalahan yang akan dikaji ialah “Apakah terdapat Hubungan Tingkat Pengetahuan Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* pada Remaja Putri Kelas V dan VI di SD Negeri 6 Pedungan?”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Secara umum penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri kelas V dan VI di SD Negeri 6 Pedungan.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi tentang tingkat pengetahuan menstruasi pada remaja putri kelas V dan VI di SD Negeri 6 Pedungan.
- b. Mengidentifikasi kesiapan menghadapi *menarche* remaja putri kelas V dan VI di SD Negeri 6 Pedungan.

- c. Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri kelas V dan VI di SD Negeri 6 Pedungan.

D. Manfaat

1. Manfaat teoritis

- a. Hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi ilmiah berupa bukti bahwa pengetahuan tentang menstruasi adalah faktor penting dalam kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.
- b. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk dasar dalam menyusun penelitian hubungan pengetahuan menstruasi dan kesiapan menghadapi *menarche* untuk penelitian sejenis dimasa mendatang.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi remaja

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran bagi remaja putri mengenai pentingnya pengetahuan dan wawasan mengenai menstruasi sehingga dapat meningkatkan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.

- b. Bagi sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran, informasi dan evaluasi bagi sekolah mengenai tingkat pengetahuan siswi tentang menstruasi dan kesiapan dalam menghadapi *menarche*, sehingga dapat dijadikan dasar pertimbangan dalam meningkatkan kegiatan yang ada untuk memberikan informasi dan pembelajaran yang lebih bagi para siswi.

- c. Bagi tenaga kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi dasar bagi tenaga kesehatan dalam merancang program pendidikan kesehatan reproduksi bagi remaja putri usia sekolah dasar. Secara promotif, tenaga kesehatan dapat memberikan penyuluhan yang sesuai dengan kebutuhan dan tingkat perkembangan remaja. Secara preventif, edukasi yang diberikan diharapkan dapat mencegah terjadinya miskonsepsi mengenai menstruasi serta meningkatkan kesiapan remaja dalam menghadapi menarche.