

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menarche adalah periode pertama menstruasi yang biasanya dialami pada usia antara 10 hingga 16 tahun, umumnya pada fase awal masa remaja (Waryana, 2010 dalam Rummy Islami Zalni, 2023). *Menarche* adalah tahap akhir dari rangkaian perubahan fisiologis primer dan sekunder yang menunjukkan bahwa sistem reproduksi telah matang pada remaja perempuan. Peristiwa ini terjadi melalui perdarahan berkala akibat peluruhan endometrium umumnya muncul antara usia 10 hingga 16 tahun sebagai bagian alami dari pubertas. (Ambali, 2021).

Menarche adalah peristiwa penting dalam kehidupan seorang remaja perempuan, menandakan bahwa siklus subur telah dimulai dan Menjalani fase transisi dari periode anak-anak ke periode dewasa. Peristiwa ini tidak hanya menandakan kesuburan dan kesehatan (bahwa ia tidak sedang hamil), tetapi juga menjadi indikasi perubahan fisik lain yang menyertainya, seperti perkembangan payudara, munculnya rambut di area pubis dan ketiak, serta penataan lemak tubuh terutama di pinggul (Putri Via et al., Neni Nuraeni & Ida Rosidawati 2021; Dormina et al. 2019; Indarsita & Purba 2017; Masan & Frelestanty 2018).

Menurut Kemenkes RI (2018) usia rata-rata menstruasi yang pertama kali di Indonesia adalah sekitar 12,4 tahun, dengan 60% remaja perempuan

mengalami *menarche* pada usia ini. Sebanyak 2,6% mengalami menstruasi dini (usia 9–10 tahun), 30,3% pada usia 11–12 tahun, dan 30% pada usia 13 tahun, sementara sisanya *menarche* setelah usia 13 tahun. Variasi ini dipengaruhi oleh kondisi individu dan geografis. Data dari Riskesdas menunjukkan tren percepatan usia *menarche* dari sekitar 13 tahun di 2010 hingga menurun menjadi 12,4 tahun pada 2018 dan Nurfazriah (2021) menguatkan bahwa usia *menarche* rata-rata tetap di 12 tahun dengan prevalensi 60%.

Mengetahui tentang menstruasi pertama sangat krusial bagi remaja putri karena pengalaman awal *menarche* seringkali disertai dengan perasaan bingung, cemas, dan kurang nyaman. Gejala pra-menstruasi dapat memengaruhi berbagai bagian tubuh, seperti nyeri pinggang, otot lemah, jerawat, dan lain-lain. Kondisi ini cenderung memburuk bila remaja memiliki pemahaman yang minim mengenai menstruasi dan kurang menerima edukasi yang memadai dari orang tua atau lingkungan sekitar. Seringkali dipercaya bahwa menstruasi adalah hal tabu dan anak akan “mengetahuinya sendiri” tanpa harus dijelaskan sebelum waktunya (Afifah & Hastuti, 2016 dalam Risna Yuningsih et al., Sri Mujiyanti & Ijah, 2023).

Pengetahuan tentang *menarche* sangat dibutuhkan bagi remaja awal. Kurangnya pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi membuat mereka mudah terpapar risiko kesehatan (Yazia & Hamdayani, 2021). Akibatnya, mereka kerap memahami *menarche* sebagai suatu tanda penyakit, mengalami kepanikan, dan remaja putri sering merasa kotor saat

mengalami haid pertama, sehingga menimbulkan rasa malu dan ketidaksiapan. Kurangnya kesiapan ini meningkatkan risiko terjadinya kebersihan vulva yang buruk sekitar 4.079 kali lipat dibandingkan dengan remaja yang lebih siap menghadapi menstruasi. (Novitasari S, 2018). Selain itu, menarche sering kali mengalami rangkaian perasaan mulai dari kecemasan dan keterkejutan, hingga kesedihan, kekecewaan, rasa malu, kekhawatiran, serta kebingungan. Penelitian Yazia & Hamdayani (2021) dalam Risna Yuningsih; Sri Mujiyanti & Ijah (2023) menunjukkan bahwa remaja putri umumnya memiliki pemahaman terbatas mengenai menstruasi pertama (menarche).

Menstruasi pertama biasanya menjadi pengalaman yang menakutkan bagi remaja putri. Ketika mereka tidak memiliki pengetahuan cukup, menstruasi bisa dianggap sebagai ancaman dan memicu reaksi mereka untuk menolaknya secara fisiologis karena dianggap menakutkan dan mengancam. hal itu berbeda untuk anak yang sudah memiliki pemahaman baik tentang menstruasi mereka akan merasa gembira dan bangga, karena melihat menarche sebagai tanda bahwa mereka telah mencapai kematangan biologis. Semakin besar dukungan dari orang tua terutama ibu semakin tinggi tingkat kesiapan remaja putri dalam menghadapi menstruasi pertama (menarche) akan semakin meningkat. Remaja membutuhkan lingkungan yang mendukung baik secara emosional dari keluarga, agar mereka memperoleh informasi dan merasa siap secara psikologis. Tanpa dukungan tersebut, mereka cenderung tidak memahami

bagaimana cara menghadapi menarche, sehingga kesiapan mereka menurun. Sebaliknya, semakin tinggi pemahaman remaja tentang menstruasi, maka semakin matang pula kesiapan mereka—dan sebaliknya, rendahnya pengetahuan akan menurunkan kesiapan menghadapi menarche.

Pengetahuan remaja putri tentang menstruasi (menarche) merupakan salah satu faktor paling dominan yang menentukan sejauh mana mereka siap menghadapinya. Pengetahuan berperan penting dalam memberikan rasa aman dan pemahaman bahwa perubahan yang dialami selama masa pubertas, termasuk menstruasi, adalah proses alami dan normal. Ketika remaja kurang mendapatkan informasi yang memadai mengenai menstruasi, mereka cenderung mengalami kebingungan, kecemasan, dan kekhawatiran saat pertama kali mengalaminya. Pemahaman yang cukup mengenai menstruasi akan membentuk persepsi positif terhadap menarche. Persepsi ini sangat menentukan bagaimana remaja menyikapi dan mempersiapkan diri menghadapi menstruasi pertama. Sebaliknya, keterbatasan pengetahuan reproduksi dapat menghambat kesiapan dan memicu reaksi negatif saat menarche terjadi. Reaksi tersebut bisa berbeda-beda pada setiap individu dan berpotensi memberikan dampak emosional maupun perilaku yang signifikan. Pengetahuan mengenai menstruasi dipengaruhi oleh sejumlah faktor, seperti kondisi sosial ekonomi keluarga, tingkat pendidikan, latar belakang budaya, serta pengalaman pribadi remaja (Riyani, 2022).

Menurut Badan Pusat Statistik Kabupaten Brebes Tahun 2022 mengatakan bahwa jumlah anak perempuan di daerah provinsi Jawa Tengah pada tahun 2023 sebanyak 1.332.842 jiwa, dan pada tahun 2024 sebanyak 1.328.217 jiwa. Jumlah anak perempuan di daerah kabupaten brebes pada tahun 2023 sebanyak 93.886 jiwa. Jumlah anak perempuan menurut kelompok umur di kabupaten brebes pada tahun 2023 dengan usia 10 - 14 tahun sebanyak 8,44 jiwa .

Menurut Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, sekitar 38 % remaja putri di Indonesia mengalami menarche pada rentang usia 13–14 tahun, sementara sebagian kecil sudah mengalami menstruasi sebelum usia 9 tahun. Di sisi lain, ada juga mereka yang mengalami menarche sangat lambat, mencapai usia 20 tahun (Enggar et al., 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan yang melibatkan 30 siswi kelas 5 dan 6 di Sekolah Dasar di Wilayah Desa Negla, ditemukan bahwa sebagian besar belum mengalami menarche dan pada saat ditanya seputar definisi mengenai menarche seperti apakah ada yang tau apa itu menstruasi pertama lalu siswi sebagian besar ada yang menjawab tau dan sebagian lainnya menjawab tidak. Sebagian kecil menganggap menarche sebagai hal yang normal dan pasti dialami setiap wanita. Secara umum, pengetahuan mereka tentang menarche cukup baik, meskipun masih ada sebagian kecil yang memiliki pengetahuan terbatas. Berbagai penelitian, termasuk oleh Ida Nurmawati (2019), mengungkapkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dan sikap dalam kesiapan menghadapi

menarche pada siswi sekolah dasar. Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis berminat untuk mengkaji lebih lanjut hubungan antara tingkat pengetahuan dan kesiapan menghadapi menarche pada siswi kelas 5–6 di Desa Negla.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* pada Siswi Kelas 5 – 6 Di Wilayah Desa Negla”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar kelas 5 – 6 di wilayah desa negla

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pengetahuan *menarche* pada siswi sekolah dasar kelas 5 - 6 di wilayah desa negla
2. Mengidentifikasi kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar kelas 5 - 6 di wilayah desa negla
3. Menganalisis hubungan pengetahuan dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar kelas 5 - 6 di wilayah desa negla

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian diharapkan memperluas pemahaman terkait hubungan antara pengetahuan dan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 5–6 di Desa Negla.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi responden

Penelitian ini dapat membekali siswi sedini mungkin mengenai kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar kelas 5 - 6 di Wilayah Desa Negla.

2. Bagi tempat peneliti

Penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam upaya edukasi mengenai pengetahuan dengan kesiapan menghadapi *menarche*.

3. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan atau sumber data penting untuk studi - studi selanjutnya yang meneliti hubungan pengetahuan dan kesiapan menghadapi *menarche*.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Mawaddah Raudhatul Jannah. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Mengahdapi *Menarche* Pada Remaja di SMPN 8 Palangka Raya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan *menarche* di SMPN 8 Palangka Raya. Populasi penelitian ini adalah 42 siswa dari 11 kelas di kelas VII SMPN 8 Palangka Raya. Sampel pada penelitian ini dilakukan dengan cara total sampling sesuai dengan kriteria inklusi yaitu siswi kelas VII dari 11 kelas di SMPN 8 Palangka Raya. Persamaan dari penelitian ini adalah variabel independen, teknik pengambilan sampel dan jenis penelitian. Sedangkan perbedaan dari penelitian ini adalah variabel dependen, tempat penelitian, populasi, sampel yang digunakan dan kuesioner pengukuran dalam pengumpulan data.
2. Sofiyati. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Menstruasi Dengan Kesiapan *Menarche* Siwi Kelas 6 Di SD Negeri 1 Kertawinangun Kabupaten Cirebon. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan menstruasi dengan kesiapan *menarche* siswi kelas VI di SD Negeri 1 Kertawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VI di SD Negeri 1 Kertawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon sebanyak 25 siswi. Sampel pada penelitian ini dilakukan dengan teknik penentuan sample adalah total sampling yaitu mengambil sampel penelitian seluruh

populasi yang ada dan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Sampel yang digunakan sebanyak 25 siswi kelas VI di SD Negeri 1 Kertawinangun Kecamatan Kedawung Kabupaten Cirebon. Persamaan pada penelitian ini adalah variabel independen, teknik pengambilan sampel, dan jenis penelitian. Sedangkan perbedaan dari penelitian ini adalah variabel dependen, tempat penelitian, populasi, sampel yang digunakan dan kuesioner pengukuran dalam pengumpulan data.

3. Jumruspita Sudirman., Suarnianti., & Andi Fajriansi. (2024). Hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi di SD Negeri Sipala I Makassar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan Kesiapan menghadapi *menarche*. Populasi penelitian ini sebanyak 56 siswi perempuan kelas 4, 5, dan 6 di SD Negeri Sipala 1 Makassar. Sampel pada penelitian ini dilakukan dengan teknik sampling menggunakan total sampling. Persamaan pada penelitian ini adalah variabel independen, teknik pengambilan sampel, dan jenis penelitian. Sedangkan perbedaan dari penelitian ini adalah variabel dependen, tempat penelitian, populasi, sampel yang digunakan, dan kuesioner pengukuran dalam pengumpulan data.
4. Risna Yuningsih., Sri Mujiyanti., & Ijah. (2023). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas V dan VI. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche*

pada siswi di SDN Sujung 1 dan 2 Kecamatan Tirtayasa. Populasi pada penelitian ini adalah siswi perempuan kelas V dan VI di SDN Sujung 1 dan 2 Kecamatan Tirtayasa berjumlah 74 orang. Sampel pada penelitian ini menggunakan uji chi square. Persamaan pada penelitian ini adalah variabel independen, teknik pengambilan sampel, dan jenis penelitian. Sedangkan perbedaan pada penelitian ini adalah variabel dependen, teknik pengambilan sampel, populasi, serta kuesioner data pada penelitian tersebut.