

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa pubertas adalah periode peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang membawa perubahan besar secara fisik, psikologis, maupun sosial sebagai bagian dari proses menuju kematangan seksual dan fungsi reproduksi (Mancini et al., 2022). Pada remaja putri, salah satu tanda pubertas adalah *menarche* atau menstruasi pertama yang menunjukkan mulai matangnya fungsi reproduksi (Usraleli & Magdalena, 2021). Secara fisiologis, menstruasi merupakan proses normal pada sistem reproduksi perempuan yang terjadi secara berkala ketika tidak terjadi pembuahan. *Menarche* merupakan bagian dari rangkaian pubertas yang berlangsung secara bertahap dan ditandai dengan berbagai perubahan fisik pada remaja putri, seperti pertumbuhan payudara, tumbuhnya rambut pubis, serta percepatan pertumbuhan tubuh (Amy Lacroix et al., 2023).

Menarche umumnya terjadi pada rentang usia 10-16 tahun dengan rata-rata usia 12,4 tahun (Marques et al., 2022). Dalam beberapa dekade terakhir, berbagai negara menunjukkan kecenderungan penurunan usia *menarche*. Penelitian (Maharani et al., 2023) di India menunjukkan bahwa rata-rata usia *menarche* mengalami penurunan dari 13,78 tahun pada kelompok perempuan yang lahir tahun 1942–1950 menjadi 13,34 tahun pada kelompok yang lahir tahun 2001–2006. Fenomena serupa juga terjadi di Indonesia. Hasil penelitian (Asrullah et al., 2022) menunjukkan bahwa rata-rata usia *menarche* menurun dari 14,4 tahun pada

perempuan yang lahir pada dekade 1940-an menjadi 13,4 tahun pada perempuan yang lahir pada dekade 1990-an. Sejalan dengan temuan tersebut, data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa sebagian besar remaja mengalami *menarche* pada usia 11–12 tahun (34,1%), disusul usia 13–14 tahun (27,2%). Di Provinsi Jawa Barat, proporsi terbesar juga berada pada usia 11–12 tahun (36,8%), bahkan sebanyak 6,9% remaja putri telah mengalami *menarche* pada usia 9–10 tahun (Salsabila et al., 2025). Pergeseran usia *menarche* menuju usia yang lebih muda tersebut menunjukkan adanya fenomena *secular trend*. Kondisi tersebut menyebabkan remaja putri berpotensi mengalami *menarche* pada usia yang lebih dini sehingga memerlukan pengetahuan yang memadai tentang menstruasi dan kesiapan yang lebih awal dalam menghadapi *menarche*.

Penelitian (Meher & Sahoo, 2024) melaporkan adanya kecenderungan penurunan rata-rata usia *menarche* dari generasi ke generasi, di mana kelompok perempuan yang lahir lebih baru menunjukkan usia *menarche* yang lebih muda. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa fenomena ini berkaitan dengan berbagai faktor, seperti perbaikan status gizi, kondisi sosial ekonomi, dan kualitas hidup yang memengaruhi kematangan seksual (Meher & Sahoo, 2024). Temuan serupa juga dilaporkan pada penelitian di Indonesia, yang menunjukkan bahwa status gizi merupakan faktor yang signifikan berkaitan dengan usia *menarche*. Penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa remaja yang telah mengalami *menarche* memiliki indeks massa tubuh (IMT) yang lebih tinggi dibandingkan remaja yang belum mengalami *menarche*, serta usia *menarche* cenderung lebih

muda pada remaja yang tinggal di daerah perkotaan dan memiliki status sosial ekonomi yang lebih tinggi. Kondisi tersebut menyebabkan remaja putri berpotensi mengalami *menarche* pada usia yang lebih dini sehingga memerlukan pengetahuan yang memadai tentang menstruasi dan kesiapan yang lebih awal dalam menghadapi *menarche*.

Percepatan usia *menarche* tersebut menuntut adanya kesiapan yang lebih awal pada remaja putri. Namun pada kenyataannya, ketidaksiapan menghadapi *menarche* masih ditemukan pada siswi sekolah dasar. Penelitian (Wijayanti et al., 2025) pada siswi SD kelas IV, V, dan VI menunjukkan bahwa 62,2% siswi tidak siap menghadapi *menarche*. Hasil serupa ditemukan oleh (ramita et al., 2026) di SDN 6 Bukit Tunggal Kota Palangka Raya, yaitu 52% siswi dinyatakan tidak siap menghadapi *menarche*. Temuan tersebut menunjukkan bahwa ketidaksiapan menghadapi *menarche* masih ditemukan pada siswi sekolah dasar dan perlu mendapat perhatian.

Remaja putri yang tidak siap menghadapi *menarche* kerap menunjukkan reaksi negatif berupa kecemasan, kebingungan, rasa takut, khawatir, dan konflik batin (Kas, 2024). Selain berdampak secara psikologis, ketidaksiapan menghadapi *menarche* juga dapat mempengaruhi perilaku kebersihan diri saat menstruasi. Remaja putri yang tidak siap menghadapi *menarche* memiliki risiko 4,079 kali lebih besar untuk berperilaku vulva hygiene tidak baik dibandingkan dengan remaja putri yang siap menghadapi *menarche* (Novitasari et al., 2018). Kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan kesehatan pada organ reproduksi (Febriany et al., 2024).

Ketidaksiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* salah satunya disebabkan oleh kurangnya pengetahuan mengenai proses menstruasi. Menstruasi seharusnya menjadi pengetahuan dasar bagi setiap remaja putri, mengingat pentingnya proses ini dalam siklus kehidupan perempuan. Namun, norma sosial, anggapan tabu dalam masyarakat, kurangnya komunikasi terbuka di dalam keluarga serta minimnya pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah menyebabkan pengetahuan tentang menstruasi masih rendah. Akibatnya, banyak remaja putri menghadapi *menarche* dalam kondisi tidak siap (J. R. Batubara, n.d.).

Pentingnya pemberian pendidikan mengenai menstruasi sebelum terjadinya *menarche* menjadi hal yang krusial karena pengetahuan berperan dalam membentuk kesiapan dan penerimaan remaja terhadap perubahan biologis tersebut (Pitaloka et al., 2024). Pengetahuan yang dimiliki seseorang tentang menstruasi akan mempengaruhi persepsinya terhadap *menarche*. Persepsi yang terbentuk secara positif akan membantu remaja putri lebih siap menerima dan menghadapi menstruasi pertama sebagai proses yang normal (Hidayah & Palila, 2018).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 15 April 2026 di SDN 1 dan 2 Sindangmukti menunjukkan bahwa materi tentang menstruasi di sekolah tersebut baru diberikan pada kelas V dan VI. Namun pada kenyataannya, ditemukan bahwa terdapat 2 siswi kelas IV yang telah mengalami *menarche* pada usia sekitar 10 tahun. Selain itu, terdapat seorang siswi kelas VI yang telah mengalami *menarche* sejak usia 10 tahun ketika masih duduk di kelas IV. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian siswi mengalami menstruasi lebih awal sebelum

mendapatkan materi tentang menstruasi di sekolah, sehingga terdapat kesenjangan antara waktu pemberian materi dengan waktu terjadinya *menarche*.

Selain itu, hasil wawancara terhadap 10 siswi kelas IV hingga VI menunjukkan bahwa sebagian besar siswi telah mengetahui menstruasi sebagai proses alami yang normal pada perempuan. Namun, pemahaman yang dimiliki masih belum utuh. Beberapa siswi masih menganggap menstruasi sebagai darah kotor atau darah penyakit, serta belum mengetahui dengan tepat mengenai frekuensi penggantian pembalut, cara membersihkan areaewanitaan, dan cara pembuangan pembalut yang benar. Pada saat yang sama, sebagian siswi juga mengaku merasa takut, cemas, bingung, serta tidak mengetahui tindakan yang harus dilakukan ketika *menarche* terjadi.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kesiapan menghadapi *menarche* masih menjadi permasalahan pada remaja putri usia sekolah dasar yang diduga berkaitan dengan tingkat pengetahuan mengenai menstruasi. Temuan dari beberapa penelitian sebelumnya juga menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche*. Penelitian yang dilakukan oleh (Ni Kadek Novia Ratna Dewi et al., 2026) dengan judul “Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi *Menarche* Di SMPN 3 Nusa Penida” menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* pada 64 siswi SMPN 3 Nusa Penida dengan teknik *stratified random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang (59,4%) dan mayoritas tidak siap menghadapi *menarche* (70,3%). Uji *Spearman's Rho* menunjukkan adanya

hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* ($p = 0,000$; $r = 0,810$).

Penelitian yang dilakukan oleh (Pitaloka et al., 2024) dengan judul “Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* pada Siswi Kelas 4-6” menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* pada 56 siswi kelas IV–VI di SDN 03 Pandanlandung Wagir dengan teknik *total sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang (64,3%) dan mayoritas tidak siap menghadapi *menarche* (75,0%). Hasil uji *chi-square* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* ($p = 0,001$).

Meskipun penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche*, terdapat pula penelitian yang menunjukkan hasil yang berbeda. Penelitian (Jati et al., 2025) berjudul “Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Sumber Informasi dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi *Menarche* di SDN Pejaten Timur 05 Pagi Jakarta” menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dengan kesiapan menghadapi *menarche* ($p = 0,185$). Selain itu, penelitian (Siti Fatimah et al., 2025) berjudul “Hubungan Pengetahuan dengan Kesiapan dalam Menghadapi Menstruasi Pertama pada Siswa Kelas V dan VI di SDN 1 Denpina Kabupaten Toraja Utara Tahun 2021” juga menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dengan kesiapan menghadapi menstruasi

pertama ($p = 0,640$).

Berdasarkan uraian di atas, fenomena *menarche* dini yang terjadi pada siswi sekolah dasar menunjukkan bahwa sebagian remaja putri mengalami menstruasi pertama sebelum memperoleh pendidikan kesehatan reproduksi yang memadai. Kondisi tersebut menyebabkan sebagian siswi merasa takut, bingung, cemas, serta belum mengetahui dengan tepat mengenai cara menjaga kebersihan diri saat menstruasi. Apabila kondisi ini tidak mendapatkan perhatian, maka dapat berdampak pada kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* serta kesehatan reproduksinya. Hasil studi pendahuluan di SDN 1 dan 2 Sindangmukti juga menunjukkan adanya kesenjangan antara waktu terjadinya *menarche* dengan pemberian materi menstruasi di sekolah. Selain itu, hasil penelitian terdahulu yang masih menunjukkan perbedaan hasil membuat hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* masih perlu dikaji lebih lanjut. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Kesiapan Menghadapi *Menarche* (Penelitian di Sekolah Dasar Desa Sindangmukti)”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan hasil studi pendahuluan di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi di SDN 1 dan 2 Sindangmukti?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini dibedakan menjadi tujuan umum dan tujuan khusus:

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi di SDN 1 dan 2 Sindangmukti.

2. Tujuan khusus

- a) Mengidentifikasi tingkat pengetahuan menstruasi pada siswi SDN 1 dan 2 Sindangmukti
- b) Mengidentifikasi kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi SDN 1 dan 2 Sindangmukti
- c) Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada Siswi di SDN 1 dan 2 Sindangmukti

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pengembangan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan, khususnya keperawatan maternitas, terutama yang berkaitan dengan hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi data dasar dan referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji hubungan pengetahuan menstruasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi yang

bermakna bagi siswi dalam mempersiapkan diri menghadapi menstruasi pertama, baik dari sisi pemahaman tentang proses menstruasi secara normal maupun dari sisi menjaga kebersihan diri selama menstruasi, sehingga siswi tidak merasa takut, cemas, atau bingung ketika *menarche* terjadi.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi tenaga kesehatan dalam merancang dan memberikan intervensi pendidikan kesehatan reproduksi yang lebih komprehensif kepada remaja putri usia sekolah dasar, sebagai bagian penting dari kesiapan menghadapi *menarche*.

c. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berharga bagi pihak sekolah mengenai kondisi pengetahuan dan kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche*. Mengingat temuan studi pendahuluan menunjukkan bahwa *menarche* telah terjadi sejak kelas 4, pihak sekolah diharapkan dapat mengevaluasi dan menyesuaikan waktu pemberian materi kesehatan reproduksi agar tidak terlambat, serta merancang program bimbingan yang sesuai dengan kebutuhan dan tahapan perkembangan siswi.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dan data dasar bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian serupa mengenai pengetahuan menstruasi dan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi sekolah dasar di berbagai wilayah.