

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja menjadi fase penting dalam peralihan dari kanak-kanak ke dewasa, berlangsung antara usia 10-19 tahun (*World Health Organization*, 2022). Pada periode ini, remaja mengalami perubahan fisik psikologis, dan sosial yang cepat, termasuk pubertas. Salah satu perubahan utama bagi remaja putri yaitu menstruasi pertama atau *menarche*, yang menandai kematangan seksual dan fisik. Pada usia 10-12 tahun remaja masih terheran-heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan yang menyertai perubahan mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang secara erotis (*Adyani et al.,2024*).

Menarche merupakan proses fisiologis yang normal karena ditandai dengan mulainya siklus menstruasi pertama pada perempuan sebagai pertumbuhan alami setiap perempuan yang sehat dan bukan merupakan salah satu dari penyakit ataupun gangguan. Sangat penting bagi remaja putri untuk menyiapkan mental saat menghadapi *menarche* karena banyak remaja putri merasa cemas karena kurangnya pemahaman tentang perubahan fisik yang terjadi seperti perkembangan payudara, pertumbuhan rambut dibagian kemaluan dan ketiak, serta perubahan bentuk tubuh yang ditandai dengan pinggul mulai melebar dan tubuh mulai berisi. Kecemasan yang tidak teratasi dapat mengakibatkan rasa takut yang berlebihan terhadap menstruasi. Tidak

hanya terkait dengan kejadian fisik, seperti keluarnya darah yang menodai seragam, tetapi juga memicu rasa minder dan malu. Remaja putri mengalami penurunan rasa percaya diri yang mengarah pada perilaku menghindar karena takut menghadapi situasi sosial dan pandangan negatif dari lingkungan sekitar. Hal ini pada akhirnya dapat berdampak pada prestasi akademis dan perkembangan sosial mereka (Delima et al., 2020).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) menunjukkan remaja dengan jumlah sekitar 18% dari jumlah penduduk yang ada di dunia atau sekitar 1,2 milyar jiwa. Sedangkan data untuk Indonesia adalah Penduduk Indonesia 270 juta, 2/3 Dari usia produktif, 17% adalah Remaja (10-19 tahun) (UNICEF 2021).

Dalam skala nasional, jumlah penduduk usia 10 -24 tahun sebesar 66,74 juta jiwa atau 24,2 persen dari 275,77 juta total populasi pada tahun 2022. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik, jumlah remaja putri di Indonesia pada tahap remaja awal (usia 10-14 tahun) berjumlah 10.746,700 dan remaja putri akhir (usia 15-19 tahun) berjumlah 10.714,600 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2023).

Menurut data Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2020, angka kejadian *menarche* pada remaja putri di Sumatera Barat sebesar 43% remaja putri mendapatkan *menarche* dibawah usia kurang dari 11 tahun, kemudian hal ini mengalami peningkatan pada tahun 2021, dimana 50% remaja mendapatkan *menarche* dibawah usia kurang dari 11 tahun (Dinkes Kota Padang, 2021).

Berdasarkan hasil survei UNICEF tahun 2023, memaparkan bahwa satu dari tujuh siswi tidak masuk sekolah saat menstruasi, dengan alasan karena merasa tertekan, cemas, dan malu bila orang lain mengetahui mereka sedang menstruasi. Olokan dan ejekan pun masih diterima siswi perempuan, karena lingkungannya masih menunjukkan adanya stigma, terdapat 39% perempuan pernah diejek temannya saat menstruasi. Sementara itu, ada 64% orang tua tidak memberi penjelasan kepada anak perempuannya tentang menstruasi (UNICEF 2023).

Pendidikan kesehatan tentang menstruasi adalah proses penyampaian informasi tentang kesehatan menstruasi yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada remaja putri untuk mengetahui apa yang harus dilakukan disaat menstruasi pertama, diharapkan dengan diberikannya pendidikan kesehatan tentang menstruasi remaja putri akan merasa siap dan tidak takut atau dalam menghadapi *menarche* (Niman Susanti, 2020).

Pengetahuan tentang menstruasi yang kurang mengakibatkan remaja akan menganggap datangnya menstruasi adalah gejala dari datangnya suatu penyakit, sehingga menimbulkan kecemasan, dan beberapa remaja juga menganggap bahwa sangat kotor saat menstruasi pertama, sehingga mereka malu, hal tersebut membuat remaja putri tidak siap menghadapi datangnya *menarche* (Novitasari et al.,2018).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hanifa (2023) dengan judul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dalam Menghadapi *Menarche*”. menggunakan penelitian analitik kuantitatif dengan menggunakan desain Pre-

eksperimen. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pengetahuan sebelum dilakukannya pendidikan kesehatan mengenai menstruasi dan sesudah. Akan dilaksanakan dua kali pengukuran, yaitu yang pertama dilakukannya sebelum memberikan pendidikan kesehatan, melalui kuesioner pertama (*pre test*) dan yang kedua (*post test*) digunakan untuk melihat sejauh mana perubahan pengetahuan dan sikap setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Grhasta (2022) dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Menstruasi terhadap Kecemasan Menghadapi *Menarche* pada Remaja Putri” Hasilnya menunjukkan bahwa penyuluhan tentang menstruasi dapat mengurangi kecemasan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara penyuluhan menstruasi terhadap tingkat kecemasan menghadapi *menarche* pada remaja putri.

Berdasarkan data Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Kota Padang tahun 2025 terdapat 268 SD Negeri di Kota Padang dan 80 SD Swasta di Kota Padang, dan untuk wilayah Kecamatan Koto Tangah, terdapat 35 SD Negeri di wilayah Koto Tangah, SD 11 Lubuk Buaya Kota Padang merupakan SD yang memiliki jumlah siswi terbanyak yaitu sebanyak 311 orang. Dengan jumlah siswi kelas IV dan V sebanyak 83 orang dengan jumlah kelas sebanyak 8 kelas (Kemendikbud Kota Padang 2024).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada tanggal 17 Maret 2024 terhadap siswi kelas IV dan V SD Negeri 11 Lubuk Buaya kota Padang. Setelah dilakukan wawancara pada 10 orang secara acak terdapat 6 siswi

merasa cemas bahkan ada yang merasakan panik saat akan menghadapi *menarche*. Hal ini dikarenakan ketidak tahuan mereka dengan apa yang akan dilakukan dan mereka merasa khawatir akan tembus disekolah nanti. Mereka mengatakan tidak tahu cara penggunaan pembalut. Sementara itu sebanyak 2 siswi merasa cemas menghadapi *menarche* karena melihat orang yang sedang menstruasi itu repot dan akan merasakan sakit perut, dan merasa cemas dikarenakan malu jika diketahui oleh teman laki – laki karena takut diejek, dan 2 siswi tidak merasakan cemas dalam menghadapi *menarche* karena mereka mendapatkan informasi dari teman sebaya.

Dari data yang di dapat, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Kecemasan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi SD Negeri 11 Lubuk Buaya Kota Padang” agar siswi SD Negeri 11 Lubuk Buaya Kota Padang mendapatkan pengetahuan dan pendidikan lebih tanpa ada kecemasan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada “pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kecemasan menghadapi *menarche* pada Siswi SD Negeri 11 Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025 ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum pada penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi SD Negeri 11 Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui rata – rata kecemasan siswi kelas IV dan V di SD Negeri 11 Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025 dalam menghadapi *menarche* sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dan diketahui rata – rata kecemasan siswi kelas IV dan V di SD Negeri 11 Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025 sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi.
- b. Diketahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi Kelas IV dan V di SD Negeri 11 Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi peneliti
Menambah wawasan ilmu pengetahuan dan pengalaman penulisan mengenai pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi SD Negeri 11 Lubuk Buaya Kota Padang tahun 2025.
- b. Bagi peneliti Selanjutnya
Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan informasi dan perbandingan bagi peneliti selanjutnya mengenai Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Kecemasan Menghadapi *Menarche* Pada Siswi SD Negeri 11 Lubuk Buaya Kota Padang.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi institusi pendidikan

Sebagai bahan tambahan kepastakaan kebidanan di Universitas Alifah Padang dan dapat dijadikan sebagai data informasi bagi institusi pendidikan.

b. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi yang berkaitan dengan pengaruh pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kecemasan menghadapi *menarche*.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan evaluasi agar mampu memberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi terhadap kecemasan menghadapi *menarche* pada siswi SD Negeri 11 Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini membahas tentang pengaruh pendidikan Kesehatan tentang menstruasi terhadap kecemasan menghadapi *menarche* di SD Negeri 11 Lubuk Buaya Kota Padang tahun 2025. Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan April sampai Agustus 2025 dan pengumpulan data penelitian ini dilakukan pada tanggal 14 Mei tahun 2025 dan 21 Mei tahun 2025 . Variabel independen penelitian ini yaitu Pendidikan Kesehatan tentang menstruasi, sedangkan variabel dependen penelitian ini yaitu kecemasan menghadapi *menarche*. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan design penelitian *Pre Experimental* dengan rancangan penelitian

One Group Pretest-Posttest. Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 11 Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas IV dan V SD Negeri 11 Lubuk Buaya Kota Padang dengan jumlah populasi sebanyak 83 orang dan sampel sebanyak 58 orang yang diambil menggunakan teknik *Total Sampling* dengan mengurangi terlebih dahulu jumlah populasi yang sudah dijadikan responden survey awal. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner dan Analisis data menggunakan bivariat, univariat dan uji *T-Dependen* dengan nilai $p\text{-value} = 0,000 (<0,05)$.

