

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penduduk rentang usia 10 – 19 tahun adalah remaja, menurut WHO (*Word Health Education*) remaja. Menurut peraturan menteri kesehatan RI nomor 25 tahun 2014 remaja adalah penduduk dalam rentang 10-18 tahun, sedangkan menurut Badan Kependudukan dan keluarga Berencana Nasional (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Dapat disimpulkan bahwa remaja adalah individu yang berusia 10 - 24 tahun (belum menikah) yang mengalami periode transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan terjadinya *menarche* (Menstruasi pertama kali) (Danoer *et al.*, 2022).

Data *Word Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa remaja dengan jumlah sekitar 18% dari jumlah penduduk yang ada di dunia atau sekitar 1,2 milyar jiwa. Sedangkan di Indonesia dari jumlah penduduk Indonesia yang berjumlah lebih dari 270 juta, 2/3 berada di usia produktif, 17% adalah remaja (usia 10-19 tahun) atau sama dengan 46 juta, 48% perempuan dan 52% laki-laki, 51% usia 10-14 tahun dan 49% usia 15-19 tahun (UNICEF-profil remaja, 2021).

Remaja usia 10-14 di Provinsi Jawa Barat tahun 2020 berjumlah 1.272.240 jiwa. Perempuan berjumlah 630.845 dan laki-laki berjumlah 641.395 jiwa. Usia remaja 15-19 tahun berjumlah 1.818.682 jiwa, perempuan berjumlah 898.831 jiwa dan laki laki berjumlah 919.851 jiwa (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat, 2020).

Data sensus penduduk tahun 2020 didapatkan bahwa usia 10-14 tahun berjumlah 19.240 jiwa, perempuan 9.625 jiwa dan laki-laki 9.615. usia 15-19 tahun berjumlah 27.013, perempuan berjumlah 13.823 jiwa dan laki laki berjumlah 13.190 jiwa (Badan Statistik Kota Tasikmalaya, 2020). Usia 10-19 tahun merupakan usia remaja, dimana remaja ini disebut juga masa transisi antara anak dan dewasa. Remaja dikategorikan menjadi tiga tahapan yang berbeda, terdiri dari remaja awal yang disebut dengan *early adolescent* yang terjadi pada usia 12-14 tahun, yang kedua ada remaja pertengahan yang disebut *Middle Adolescent* yang terjadi pada usia 15-17 tahun, dan yang terakhir yaitu remaja akhir yang disebut dengan *late adolescent* yang dimulai pada usia 18 sampai umur 19 tahun (Dartiwen & Aryanti, 2021).

Remaja dikatakan pubertas bila sudah mengalami *menarche* pada remaja putri. *Menarche* yaitu haid pertama terjadi di tengah-tengah masa pubertas yaitu rentang usia 10-16 tahun atau pada awal remaja sebelum memasuki masa reproduksi. *Menarche* merupakan tanda berfungsinya organ reproduksi dan sistem endokrin pada remaja putri (Meizela *et al.*, 2020). *Hipotalamus*, *hipofisis* dan *ovarium* (*Hypothalamic-pituitary-Ovarikratis*) merupakan organ yang berperan penting dalam hal ini, selain sehingga *korteks serebri*, *hipotalamus*, *hipofisis*, *ovarium*, *glandula suprarenalis* dan kelenjar-kelenjar *endokrin* lainnya (Meizela *et al.*, 2020). Pada awal proses *menarche* mula-mula terjadi peningkatan FSH, kemudian diikuti oleh peningkatan LH, setelah itu FSH akan merangsang sel granulosa

untuk menghasilkan estrogen dan inhibin. Dalam periode lanjutan, LH berperan dalam proses *menarche* dengan merangsang timbulnya ovulasi dan terjadilah *menarche* (Dartiwen & Aryanti, 2021).

Remaja yang mengalami *menarche* biasanya mengalami ketakutan dan kecemasan. Menurut Danoer *et al.*, (2022), Sainah, Hamdayani, & Zalzabila (2022), mengemukakan bahwa datangnya haid pertama membuat remaja merasakan kebingungan kesedihan, cemas, stres, sampai dengan mudah marah dan emosional bahkan tertekan dan menolak terkait datangnya menstruasi. Hal ini dikarenakan banyaknya remaja yang tidak memahami dasar perubahan yang terjadi pada dirinya, dan tidak memiliki kesiapan untuk menghadapi *menarche*, sehingga membutuhkan penyesuaian terhadap perubahan yang terjadi. Demikian juga menurut Baroroh, & Artanti (2022), bahwa selain reaksi negatif tetapi juga menimbulkan reaksi positif seperti perasaan senang dan bangga karena menganggap dirinya sudah dewasa secara biologis.

Darah *menarche* warnanya hitam seperti darah haid pada umumnya. Seperti sabda Rasulullah SAW kepada putrinya Fatimah Binti Abu Hubaisy bahwa “Sesungguhnya darah haid itu warnanya kehitam-hitaman sebagaimana yang sudah dikenal. Jika keluar dengan ciri-ciri itu, maka janganlah mengerjakan sholat”

Ayat Al-Quran Surat Al-Baqarah ayat 222 menjelaskan bahwa menstruasi merupakan darah kotor yang keluar dari perempuan, berikut ayat Al-Qurannya.

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ ۖ قُلْ هُوَ أَذًى فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرُبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ ۖ فَإِذَا
طَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ ۚ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

Artinya:

“Mereka bertanya kepadamu tentang haid. Katakanlah, ‘haid itu adalah kotoran’. Oleh sebab itu hendaklah kamu menjauhkan diri dari wanita di waktu haid; dan janganlah kamu mendekati mereka sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, maka campurilah mereka itu di tempat yang diperintahkan Allah kepadamu. Sungguh, Allah menyukai orang-orang yang tobat dan menyukai orang-orang yang menyucikan diri”(Q.S Al-Baqarah: 222)

Faktor faktor yang menyebabkan remaja tidak siap menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh faktor diantaranya yaitu, pengetahuan, sikap, dukungan (keluarga dan teman sebaya), usia anak saat mengalami *menarche*, dan juga peran orang tua (Sinaga & Lubis, 2021). Selama ini sebagian masyarakat merasa asing terkait pembicaraan menstruasi kepada anggota keluarga, dimana orang tua merasa malu untuk membicarakan masalah terkait menstruasi kepada anaknya. Faktor yang menyebabkan anak tidak siap menghadapi *menarche* yaitu tingkat pendidikan juga mempengaruhi sejauh mana pengetahuan seseorang, sumber informasi tentang menstruasi sebelum anak mengalami *menarche*. Kesiapan menghadapi *menarche* dapat dilakukan dengan memberikan informasi dan perhatian pada remaja putri untuk menghadapi *menarche*, dengan begitu remaja putri menjadi lebih tenang dan siap untuk menghadapi *menarche* (Kurniawati & Mauliati, 2022).

Pendidikan kesehatan dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan remaja putri dijelaskan dalam penelitian yang dilakukan oleh Danoer *et al.*, 2022 pada siswi kelas VI Di SD Negeri 004/XI Pelayangraya Kota Sungai

Penuh didapatkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang *menarche* terhadap tingkat pengetahuan siswi remaja kelas VI 43% kurang pengetahuan tentang *menarche*, 37% memiliki pengetahuan cukup dan 20% memiliki pengetahuan baik tentang *menarche*. Setelah diberikan pendidikan kesehatan terkait *menarche*, hampir seluruh responden memiliki pengetahuan baik tentang *menarche* yaitu sebanyak 93% dan 7% memiliki pengetahuan cukup. Pendidikan kesehatan yang dilakukan menggunakan media *powerpoint* dengan metode ceramah sehingga pengetahuan mereka meningkat.

Pendidikan kesehatan yang disampaikan dipengaruhi oleh media dan metode yang diterapkan. Metode yang biasa dilakukan adalah ceramah dengan media video, leaflet atau pun *powerpoint*. Sejalan dengan penelitian Rahmawati, Nurdianti & Puspitasari (2023), bahwa terdapat pengaruh edukasi menstruasi melalui tiktok terhadap kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri dikarenakan media audiovisual mampu menstimulasi indera pendengaran dan penglihatan sehingga hasil yang diperoleh lebih maksimal (Rahmawati, Nurdianti & Puspitasari, 2023).

Tetapi untuk melakukan pendidikan kesehatan terutama anak sekolah dasar yang senang bermain berkelompok dengan teman sebaya harus menggunakan metode pendidikan kesehatan yang inovatif berupa permainan, seperti media pembelajaran ular tangga. Ular tangga merupakan permainan yang dilakukan oleh 2 orang atau lebih dengan menggunakan dadu dan juga terdapat kotak-kotak disertai gambar tangga dan ular. Pada

permainan ini siswa melakukan dan menemukan sendiri hasil pembelajaran yang akan dicapai sehingga siswa secara aktif melakukan pembelajaran. Permainan ular tangga dapat dijadikan pembelajaran yang mengasyikan sehingga siswa tertarik mengikuti proses pembelajaran (Wati, 2021).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kurniawati (2017), mengemukakan bahwa ada perbedaan pengetahuan dan sikap yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test* pada kelompok yang diberi intervensi media ular tangga dan kelompok yang tidak diberi intervensi. Dan hasilnya ada pengaruh ular tangga terhadap pengetahuan dan sikap dalam menghadapi *menarche* pada kelompok perlakuan. Hal ini menunjukkan bahwa media pembelajaran ular tangga dapat meningkatkan pengetahuan dan salah satu media yang berfungsi sebagai penyampaian informasi. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Desi, Ratnasari dan Lutfia Uli Na'mah (2019), merekomendasikan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri dengan menggunakan media ular tangga dikarenakan selain belajar tapi juga bermain.

Pemberian informasi mengenai *menarche* remaja putri yang awalnya tidak mengerti menjadi mengerti mengenai *menarche*, sesuai dalam ayat Al-Quran Surat Al-Alaq ayat 1-5 menjelaskan bahwa dengan ilmu manusia bisa mengetahui apa yang tidak diketahui, berikut ayat Al-Qurannya.

أَفْرَأُ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ (١) خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ (٢) أَفْرَأُ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ (٣) الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ (٤)
(٥) عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَم

Artinya:

“Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang menciptakan (1) Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah (2) Bacalah, dan Tuhanmulah Yang Maha Pemurah (3) Yang mengajarkan (manusia) dengan perantaraan kalam (4) Dia mengajar kepada manusia apa yang tidak diketahuinya (5)” (Q.S Al-Alaq: 1-5)

Ilmu menjadi manusia bisa mengetahui apa yang tidak diketahui dan ilmu juga menjalani jalan untuk meraih kebahagiaan hidup manusia sebagaimana ungkapan dari imam syafi’i, sebagai berikut:

مَنْ أَرَادَ الدُّنْيَا فَعَلَيْهِ بِالْعِلْمِ وَمَنْ أَرَادَ الْآخِرَةَ فَعَلَيْهِ بِالْعِلْمِ وَمَنْ أَرَادَهُمَا فَعَلَيْهِ بِالْعِلْمِ

Artinya:

“Barangsiapa yang menginginkan (kebahagiaan) dunia, maka hendaknya dengan ilmu. Dan barangsiapa yang menginginkan (kebahagiaan) akhirat, maka hendaknya dengan ilmu” (Manaqib Asy Syafi’i, 2/139)

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SDN Sindanggalih Kota Tasikmalaya terdapat jumlah siswi usia 10-12 tahun sebanyak 43 orang, dan yang belum mengalami haid sebanyak 40 orang. Hasil wawancara dengan siswi yang belum mengalami *menarche* sebanyak 9 dari 10 orang mengatakan belum mengetahui tentang *menarche* dan merasa cemas akan datangnya *menarche*. Sedangkan untuk usia 13-14 tahun sebanyak 43 orang dan yang belum mengalami haid sebanyak 28 orang, untuk hasil wawancara sebanyak 10 orang siswa mengetahui tentang *menarche* dan kebetulan sudah mendapatkan informasi mengenai *menarche*.

SDN Sindanggalih merupakan salah satu SDN yang ada di Kota Tasikmalaya, di sekitaran SDN ini terdapat sekolah swasta Islam dan SDN

Sindanggalih merupakan salah satu sekolah pemerintah atau sekolah negeri yang dimana menurut penuturan dari kepala sekolah SDN Sindanggalih, siswi kelas IV belum pernah mendapatkan informasi terkait menstruasi sedangkan untuk siswi kelas V sudah diberikan informasi terkait menstruasi pada saat pembelajaran Ilmu Pengetahuan Alam.

Oleh karena itu, peneliti memberikan informasi pendidikan kesehatan tentang *menarche* kepada remaja putri yang belum mengalami *menarche* melalui media ular tangga selain untuk belajar tetapi juga bermain.

B. Rumusan Masalah

Menarche terjadi pada remaja putri usia 10-15 tahun sebagai tanda berfungsinya alat reproduksi. Namun, kebanyakan remaja putri mengalami kebingungan, ketakutan dan kecemasan karena tidak memiliki kesiapan. Salah satu faktor kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* adalah adanya informasi terkait dengan *menarche* baik dari keluarga maupun lingkungan sekitarnya. Hasil penelitian terkait dengan memberikan informasi melalui pendidikan kesehatan dengan menggunakan metode ceramah dan media yang digunakan *powerpoint*, leaflet dan video sudah banyak, namun media ular tangga belum banyak dilakukan. Dengan demikian rumusan masalah ini adalah bagaimanakah efektivitas ular tangga terhadap peningkatan pengetahuan tentang *menarche* pada remaja putri SDN Sindanggalih Kota Tasikmalaya?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Diketuinya efektivitas media ular tangga terhadap pengetahuan tentang *menarche* pada remaja putri SDN Sindanggalih Kota Tasikmalaya

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya pengetahuan remaja putri mengenai *menarche* sebelum dilakukan edukasi media ular tangga di SDN Sindanggalih Kota Tasikmalaya.
- b. Diketuinya pengetahuan remaja putri mengenai *menarche* sesudah dilakukan edukasi menggunakan media ular tangga di SDN Sindanggalih Kota Tasikmalaya.
- c. Diketuinya efektivitas media ular tangga terhadap pengetahuan tentang *menarche* pada remaja putri SDN Sindanggalih Kota Tasikmalaya

D. Manfaat

1. Bagi FIKes Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan dalam kegiatan pengajaran, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat terutama dalam menginformasikan *menarche* pada siswi dengan media edukasi yang tepat di usianya.

2. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menjadi pembelajaran, pengalaman dalam mengaplikasikan ilmu yang sudah didapatkan selama perkuliahan terutama penelitian.

3. Bagi Profesi Perawat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pustaka dalam rangka menambah informasi bagi remaja yang menghadapi *menarche* dengan memberikan informasi edukasi kesehatan dengan media yang berbeda.

4. Bagi Responden

Sebagai bahan informasi dan meningkatkan pengetahuan dengan belajar dan bermain tentang *menarche*.

5. Bagi SDN Sindanggalih

Sebagai bahan masukan dalam meningkatkan edukasi menggunakan media ular tangga mengenai *menarche*.

6. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan menjadi dasar atau referensi bagi penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan efektivitas media ular tangga terhadap pengetahuan tentang *menarche*.