

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menarche merupakan menstruasi pertama yang dialami seorang perempuan pada masa pubertas. *Menarche* ini menjadi peristiwa penting yang akan terjadi pada remaja karena akan dikaitkan dengan kriteria kematangan seksual pada anak perempuan, tapi hal tersebut bukanlah perubahan fisik pertama serta terakhir yang terjadi selama masa puber. Lubis (2016, dalam Supriyanto, G., Sari, R. M., & Rosyladita, I, 2022) mengatakan menstruasi pertama (*menarche*) umumnya terjadi pada usia 11 tahun, tetapi dapat terjadi sejak usia 8 tahun atau paling lambat 16 tahun, tergantung dengan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kedewasaan dan perkembangan hormonal pada remaja itu. Menurut Lutfiyah (2016, dalam Lubis, M. S., Pramana, C., & Kasjono, H. S. 20 22) periode menstruasi wanita selalu disertai dengan perasaan tidak menentu, cemas, mudah tersinggung, sakit kepala, dan kram perut. Biasanya ada beberapa perubahan emosi sebelum tahap ini, seperti perasaan marah, putus asa, dan sedih akibat pelepasan berbagai hormon.

Sebelum mengalami *menarche* remaja putri perlu memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang *menarche* sejak dini karena pengetahuan tersebut nantinya akan mempengaruhi kesiapan remaja putri dalam menghadapi perubahan fisiologis dan psikologis yang berhubungan dengan *menarche*. Selain itu dengan adanya pengetahuan ini bisa meningkatkan kesadaran remaja untuk menjaga kesehatannya selama menstruasi.

Allah menerangkan anjuran untuk menuntut ilmu di dalam Al-Quran Surat Al-Mujadalah ayat 11:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحَ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ فَانصُرُوا فَانصُرُوا
يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ۗ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

Artinya: “Hai orang yang beriman apabila dikatakan kepadamu: “berlapang-lapanglah dalam majlis”, maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan bagimu. Dan apabila dikatakan: “Berdirilah kamu”, maka berdirilah. Niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan apa saja yang kamu kerjakan, maka sesungguhnya Allah Maha Mengetahuinya” (Q. S. Al-Mujadalah: 11).

Dari hasil penelitian Chandra-mouli & Patel (2017, dalam Lubis, Pramana & Kasjono, 2022) remaja putri di *Low Middle Income Country* (ILMIC) sebesar 88,7% berfikir negatif dan tidak siap menghadapi *menarche* karena kurangnya pemahaman mereka tentang menstruasi dan rasa malu yang ditimbulkannya. Kurangnya pemahaman akan membuat remaja kesulitan menghadapi menstruasi pertamanya (*menarche*) yang mengakibatkan ketakutan, kebingungan, terkejut, rasa malu, dan ketidaknyamanan sebagai reaksi negatif terhadap *menarche*.

إِقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ۙ ١ خَلَقَ الْإِنسَانَ مِنْ عَلَقٍ ۚ ٢ اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ ۙ ٣ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ۙ ٤
عَلَّمَ الْإِنسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمُ ۝

Artinya: “Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang menciptakan. Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah dan Tuhanmulah yang maha mulia. Yang mengajar (manusia) dengan pena. Dia mengajarkan manusia apa yang tidak diketahu” (Q. S. Al-Alaq: 1-5).

Seperti yang tertulis dalam Surat Al-Alaq, semua ilmu berasal dari Allah SWT. Ingatlah bahwa manusia tidak membawa apa-apa ketika dia lahir di bumi. Mereka juga tidak tahu apa-apa saat dilahirkan ke dunia. Dengan karunia-Nya, Allah SWT

mengajarkan ilmu kepada manusia dengan cara yang berbeda-beda. Dalam hadistpun dijelaskan:

وَمَنْ سَلَكَ طَرِيقًا يَلْتَمِسُ فِيهِ عِلْمًا سَهَّلَ اللَّهُ لَهُ بِهِ طَرِيقًا إِلَى الْجَنَّةِ

Artinya: “Barangsiapa menempuh jalan untuk menuntut ilmu, maka Allah akan memudahkan baginya jalan menuju surga” (H. R. Muslim, no. 2699).

Kutipan ayat di atas menerangkan bahwa betapa orang yang mencari ilmu akan ditinggikan oleh Allah beberapa kali lipat lebih tinggi daripada orang yang tidak. Sikap ini menyiratkan bahwa manusia hanya bisa menjadi lebih mulia melalui pengetahuan, bukan karena uang atau bahkan keturunan.

Salah satu upaya untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan remaja tentang menstruasi pertama (*menarche*) adalah dengan melakukan pemberian penyuluhan kesehatan. Febrina (2020, dalam Lubis, Pramana & Kasjoni, 2022) berpendapat bahwa penyuluhan menstruasi dapat membantu remaja putri untuk lebih memperhatikan pentingnya kesehatan pada remaja itu sendiri dan meningkatkan kesadaran akan kemungkinan risiko penyakit organ reproduksi jika tidak menjaga kebersihan diri selama menstruasi.

Menurut Machfoedz (2010, dalam Asni, A., dan Dwihestie, L. K., 2016) Kegiatan penyuluhan kesehatan di sekolah dapat mengubah respon psikologis siswi dalam menghadapi menstruasi, karena sekolah merupakan Langkah yang strategis dalam upaya peningkatan Pendidikan kesehatan di kalangan remaja. Selain itu, sekolah merupakan lembaga yang didirikan untuk meningkatkan kesadaran sumber daya manusia untuk mendorong serta meningkatkan fisik, mental secara moral dan intelektual.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Simon, M., dan Hutomo, W. M. P. (2021) didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan kesiapan siswi menghadapi *menarche* di SD Islam Guppi Kota Sorong dengan $p\text{-value}=0,002$ lebih kecil dari $\alpha=0,05$. Maka dari itu, pengetahuan sangat penting diberikan kepada siswi sebelum mengalami *menarche* karena apabila seorang remaja tidak diberi penjelasan mengenai *menarche* dan tidak dipersiapkan menghadapinya, mungkin akan muncul perasaan atau keinginan untuk menolak proses fisiologis ini. Remaja bisa mengembangkan pandangan yang salah tentang menstruasi, menganggapnya sebagai sesuatu yang tidak bersih, tidak suci, atau mengancam. Hal ini bisa berpotensi berujung pada pemahaman yang lebih negatif. Sebaliknya, bagi mereka yang menghadapi *menarche* dengan sikap positif, akan merasakan kegembiraan dan rasa bangga, karena mereka melihatnya sebagai tanda kedewasaan biologis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nurmawati, I. dan Erawantini, F (2019) dimana adanya peningkatan pengetahuan dapat mengakibatkan peningkatan persiapan siswi dalam menghadapi masa *menarche*. Ini berarti bahwa untuk meningkatkan persiapan siswi menghadapi *menarche*, diperlukan upaya untuk meningkatkan pemahaman mereka dengan memberikan informasi kepada siswi di tingkat SD maupun pada remaja yang telah memasuki usia *menarche*.

Data yang didapatkan dari dinas kesehatan Kota Tasikmalaya tahun 2023, jumlah sekolah yang belum terpapar penyuluhan kesehatan di beberapa Kecamatan cukup tinggi sebanyak 22 kecamatan. Salah satu yang paling tinggi berada di Kecamatan Tamansari dengan jumlah 39 sekolah yang terdiri dari 17 Sekolah Dasar

(SD), 12 Sekolah Menengah Pertama (SMP), dan 10 Sekolah Menengah Atas (SMA).

Dari studi pendahuluan yang dilakukan pada hari selasa tanggal 3 Mei 2023 di lingkungan SD Negeri 1 Gobras dan SDN 1 Setiamulya dengan masing-masing sekolah sebanyak 8 responden kelas V yang sesuai dengan usia kematangan remaja dan usia *menarche* yaitu dimulai dari usia 10 tahun, serta menggunakan metode wawancara dengan memberikan 5 soal kepada responden mengenai pengetahuan tentang *menarche*. Wawancara dilakukan di SD Negeri 1 Gobras, pertanyaan pertama dan kedua yang diajukan yaitu “apakah pernah mendengar kata menstruasi dan *menarche*?” jawaban dari 8 responden mengatakan tidak pernah mendengar. Pertanyaan ketiga, “apakah sudah siap menghadapi *menarche*?” jawaban 6 dari 8 responden mengatakan tidak siap dalam menghadapi *menarche* karena ketakutan akan sakit yang akan dirasakan dan khawatir tercium bau sehingga mereka akan *dibully*. Pertanyaan keempat “apa saja yang harus dipersipkan sebelum menghadapi *menarche*”, semua responden mengatakan tidak tahu dan bingung apa yang harus dipersiapkan jika mereka haid nanti. Pertanyaan kelima, “apakah kamu akan merasa bangga atau merasa sudah dewasa jika nanti menstruasi” responden menjawab tidak merasa bangga. Wawancara selanjutnya dilakukan di SDN 1 Setiamulya dengan hasil beberapa remaja sudah mengetahui tentang menstruasi yang didukung oleh pemberian edukasi dari orangtuanya

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh penyuluhan kesehatan tentang *menarche* terhadap pengetahuan siswi kelas V di SD Negeri 1 Gobras Kota Tasikmalaya. Didukung dengan

pernyataan dari bapak Jajang Bahtiar selaku kepala sekolah SD Negeri 1 Gobras yang menyatakan bahwa penyuluhan mengenai *menarche* belum pernah dilaksanakan di sekolah tersebut, sebelumnya penyuluhan yang pernah dilaksanakan hanya penyuluhan PHBS tentang cuci tangan dan perawatan gigi.

B. Rumusan Masalah

Kurangnya pengetahuan tentang *menarche* menyebabkan remaja putri menganggap datangnya *menarche* sebagai gejala suatu penyakit, sehingga menimbulkan kepanikan dan membuat remaja putri tidak siap menghadapi datangnya *menarche*. Perilaku remaja putri dalam menghadapi *menarche* seperti perasaan bingung, gelisah, tidak nyaman merupakan aktifitas yang timbul dari stimulus dan respon yang dapat diamati secara langsung maupun tidak langsung. Hal tersebut dapat diketahui bahwa remaja belum mendapatkan informasi yang benar tentang *menarche* bahkan cenderung mengaitkan dengan sesuatu yang negatif. Berdasarkan uraian tersebut maka didapatkan rumusan masalah yaitu Apakah Ada pengaruh penyuluhan kesehatan tentang *menarche* terhadap pengetahuan siswi kelas V di SD Negeri 1 Gobras Kota Tasikmalaya

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh penyuluhan kesehatan tentang *menarche* terhadap pengetahuan siswi kelas V di SD Negeri 1 Gobras Kota Tasikmalaya

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya pengetahuan siswi kelas V sebelum diberikan penyuluhan kesehatan tentang *menarche* di SD Negeri 1 Gobras Kota Tasikmalaya

- b. Diketuahuinya pengetahuan siswi kelas V setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang *menarche* di SD Negeri 1 Gobras Kota Tasikmalaya
- c. Diketuahuinya pengaruh penyuluhan kesehatan tentang *menarche* terhadap pengetahuan siswi kelas V di SD Negeri 1 Gobras Tasikmalaya

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut;

1. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Menambah sumber bacaan di perpustakaan tentang penyuluhan kesehatan *menarche* terhadap pengetahuan siswi SD, sebagai bahan masukan dan referensi untuk penelitian selanjutnya serta dijadikan sebagai bahan pertimbangan bagi yang ingin melanjutkan penelitian sejenis

2. Bagi SD Negeri 1 Gobras

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi bagi sekolah untuk memberikan informasi yang tepat kepada siswa yang belum mengalami *menarche* dan sebagai referensi di masa yang akan datang.

3. Bagi responden

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan remaja putri mengenai pengetahuan tentang *menarche*

4. Bagi Peneliti

Dengan dilaksanakannya penelitian ini, diharapkan peneliti dapat menerapkan ilmu yang telah didapat di bangku kuliah

5. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian ini dijadikan sebagai sumber data atau referensi bagi peneliti selanjutnya mengenai penyuluhan kesehatan tentang *menarche*.

