

BAB I

PENDAHULUAN

1.2 Latar belakang

Kesehatan reproduksi menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) adalah kesehatan yang berkaitan dengan sistem reproduksi manusia, serta fungsi dan prosesnya. Kesehatan reproduksi merupakan salah satu aspek penting bagi pria maupun wanita. Kesiapan menjaga kesehatan reproduksi dimulai sejak usia remaja (Wardani & Pratiwi², 2022). Menurut Yanti dalam (Anggariyanti *et al.*, 2025) remaja adalah bagian masyarakat yang berusia 10-18 tahun. Kesiapan reproduksi pada pria maupun wanita tentunya berbeda. Pada wanita, kesiapan reproduksi ditandai oleh menstruasi pertama kali sejak remaja atau *menarche*.

Menurut Winarti dalam Shania *et al.* (2023) *menarche* merupakan peristiwa menstruasi pertama yang dialami oleh remaja dan menjadi penanda awal dimulainya masa pubertas serta kematangan fungsi reproduksi. Menurut Lacroix *et al.* (2022) umumnya perempuan mengalami *menarche* pada usia 12 sampai 16 tahun. Menstruasi normal terjadi pada remaja antara usia 9-12 tahun dan ada juga yang menstruasi lambat sekitar usia 13-15 tahun atau lebih dan rata-rata durasi haid berlangsung selama 3-8 hari, dengan siklus jeda 28 hari (Pratiwi *et al.*, 2024).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan (KEMENKES) dalam Nainar, *et al.* (2024) usia rata-rata *menarche* di Indonesia adalah 9-12 tahun. Rincian usia *menarche* berdasarkan survei Kemenkes 34,1% responden mengalami menstruasi pertama pada usia 11-12 tahun, 27,2%

mengalaminya pada usia 13-14 tahun, 5,4% mendapat haid pertama pada usia 15-16 tahun, 4,6% pada usia 9-10 tahun, 0,3% responden yang baru *menarche* pada usia 17-18 tahun 28,4% remaja yang mengaku belum mengalami haid.

Menurut Elvi dalam Fidina (2025), meskipun merupakan proses biologis yang normal, *menarche* seringkali menjadi pengalaman yang menegangkan bagi remaja, terutama bagi mereka yang belum mendapatkan informasi sebelumnya. Ketidaksiapan menghadapi *menarche* dapat menimbulkan reaksi negatif berupa rasa takut, cemas, malu, bingung, hingga stres emosional. Dalam penelitiannya, sekitar 68% remaja di Indonesia mengalami kecemasan saat menghadapi menstruasi pertama karena merasa tidak memiliki bekal pengetahuan yang cukup. Kondisi ini berpotensi mengganggu kesehatan reproduksi remaja apabila tidak ditangani dengan baik, seperti praktik kebersihan menstruasi yang tidak tepat, risiko infeksi saluran reproduksi, dan gangguan psikososial.

Proverawati dan Misaroh (2020) juga menyebutkan bahwa selama ini sebagian masyarakat merasa tabu untuk membicarakan tentang masalah menstruasi dalam keluarga, sehingga remaja awal kurang memiliki pengetahuan dan sikap yang cukup baik tentang perubahan-perubahan fisik dan psikologis terkait *menarche*. Kesiapan mental sangat diperlukan sebelum *menarche* karena perasaan cemas dan takut akan muncul, selain itu juga kurangnya pengetahuan tentang perawatan diri yang diperlukan saat menstruasi.

Menurut *World Health Organization* (WHO) dalam Wora (2023) memaparkan bahwa kesiapan menghadapi *menarche* dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi usia, kematangan fisik, dan tingkat pengetahuan individu. Sementara faktor eksternal yang paling dominan adalah edukasi kesehatan reproduksi dan dukungan serta komunikasi dalam keluarga. Edukasi kesehatan

reproduksi yang memadai berperan penting dalam memberikan pemahaman yang benar mengenai perubahan fisik dan psikologis yang terjadi saat pubertas (Heri, 2021).

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi sejak dini dapat meningkatkan pengetahuan, sikap positif, dan perilaku sehat remaja terkait kesehatan reproduksi. Tanpa edukasi yang tepat, remaja cenderung memperoleh informasi dari teman sebaya atau media sosial yang belum tentu akurat, sehingga menimbulkan miskonsepsi dan praktik yang berisiko (Wora, 2023).

Kurangnya pengetahuan menjadi permasalahan yang mempengaruhi remaja saat menghadapi *menarche*. Hal itu disebabkan oleh keengganan remaja untuk mencari informasi yang sangat bermanfaat bagi dirinya, serta kurangnya perhatian orang tua dalam menyampaikan informasi kesehatan. Kurangnya informasi menjadi penyebab kurangnya pemahaman remaja tentang reproduksi (Manase *et al.*, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan Yuningsih dan Mujiyanti (2023) tentang “*Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Dan VI Di SD Sujung 1 Dan 2 Kecamatan Tirtayasa*” bahwa pengetahuan tentang *menarche* menunjukkan hasil dari 74 responden didapatkan yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 33 atau (44,6%) responden dan yang memiliki pengetahuan kurang baik sebanyak 41 atau (55,4%) responden. Begitu pun, berdasarkan penelitian yang telah dilakukan (Supriyanto *et al.*, 2022) tentang “*Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Di SD Negeri 82 Kota Bengkulu*” didapatkan hasil bahwa dari 65 responden, jumlah yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 19 atau (29,2%), yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 25 atau (38,5%) responden, dan yang memiliki pengetahuan yang baik sebanyak 21 atau (32,3%).

Di lingkungan sekolah dasar, khususnya pada siswi kelas 4 dan 5, usia mereka umumnya berada pada fase pra-pubertas dan awal pubertas (Ardiansyah, 2024). Pada tahap ini, pemberian edukasi kesehatan reproduksi menjadi sangat krusial sebagai bentuk pencegahan primer. Namun, kenyataannya banyak sekolah di Indonesia belum memasukkan materi kesehatan reproduksi secara sistematis dalam kurikulum. Berdasarkan hasil survei Komisi Nasional Perlindungan Anak tahun 2022 menunjukkan bahwa 70% sekolah dasar belum memberikan edukasi menstruasi secara komprehensif kepada siswi. Akibatnya, banyak anak perempuan memasuki masa *menarche* tanpa persiapan yang memadai (Setyaningsih, 2024).

Selain peran sekolah, keluarga memiliki posisi sentral dalam proses sosialisasi kesehatan reproduksi. Komunikasi keluarga, terutama antara ibu dan anak perempuan, merupakan sumber informasi pertama mengenai menstruasi. Notoatmodjo dalam Meizela (2020) menjelaskan bahwa komunikasi yang terbuka, suportif, dan tidak menghakimi antara orang tua dan anak dapat meningkatkan pemahaman serta menurunkan kecemasan remaja dalam menghadapi perubahan tubuh. Keluarga yang memberikan dukungan emosional dan informasional akan membuat remaja merasa lebih aman dan siap menghadapi *menarche*. Sebaliknya, budaya tabu yang masih melekat pada pembicaraan tentang menstruasi di kalangan keluarga Indonesia menyebabkan anak tidak mendapatkan informasi yang memadai dari rumah.

Secara teoritis, kesiapan menghadapi *menarche* dapat dijelaskan melalui teori Lawrence Green yang menyatakan bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor predisposisi, faktor penguat, dan faktor pemungkin. Dalam penelitian ini, paparan informasi edukasi kesehatan reproduksi dipilih karena berkaitan dengan faktor predisposisi, khususnya pengetahuan yang dapat membantu siswi memahami perubahan pubertas

dan *menarche*. Sementara itu, komunikasi keluarga dipilih karena berkaitan dengan faktor penguat berupa dukungan dan keterbukaan komunikasi yang dapat membantu siswi mempersiapkan diri secara emosional. Pemilihan kedua variabel tersebut didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa edukasi mengenai *menarche* dapat meningkatkan pengetahuan, respons emosional, dan sikap remaja dalam menghadapi *menarche* (Hidayah et al., 2020). Dengan demikian, kedua variabel tersebut dipandang relevan untuk dikaji dalam hubungannya dengan kesiapan siswi menghadapi *menarche*.

Data UNICEF (2020) menyebutkan bahwa 60% remaja di Indonesia pertama kali mengetahui tentang menstruasi dari teman, bukan dari orang tua. Fenomena kurangnya kesiapan menghadapi *menarche* juga ditemukan pada studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SDN 2 Cibusah pada 29 Mei 2026. Melalui wawancara singkat dengan 10 siswi kelas 4 dan 5, diperoleh informasi bahwa 7 dari 10 siswi mengaku belum pernah mendapatkan penjelasan lengkap tentang menstruasi dari orang tua dan sebanyak 3 siswi menyatakan merasa takut dan bingung ketika melihat teman mereka mengalami menstruasi pertama. Selain itu, materi tentang menstruasi di sekolah hanya disampaikan secara singkat dan tidak mendalam. Kondisi ini mengindikasikan bahwa, baik edukasi kesehatan reproduksi maupun komunikasi keluarga pada siswi di SDN 2 Cibusah masih rendah, sehingga berpotensi mempengaruhi kesiapan mereka dalam menghadapi *menarche*.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kesiapan menghadapi *menarche* masih menjadi perhatian, terutama pada siswi sekolah dasar yang berada pada fase prapubertas. Temuan penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa sebagian remaja putri belum memperoleh informasi yang memadai mengenai menstruasi sebelum mengalami *menarche*. Edukasi kesehatan reproduksi yang diberikan sebelum *menarche* penting

karena dapat membantu meningkatkan pemahaman dan kesiapan siswi dalam menghadapi perubahan fisik dan psikologis. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang tidak hanya melihat pengetahuan, tetapi juga menilai paparan informasi edukasi kesehatan reproduksi dan komunikasi keluarga sebagai faktor yang berkaitan dengan kesiapan menghadapi *menarche*.

Beberapa penelitian sebelumnya telah membuktikan adanya hubungan antara edukasi kesehatan reproduksi dan komunikasi keluarga dengan kesiapan menghadapi *menarche*. Pratama, *et al.*, (2021) dalam penelitiannya di STIKES Hang Tuah Surabaya menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dan dukungan keluarga dengan kesiapan remaja menghadapi *menarche*, dengan nilai $p < 0,05$. Hasil serupa dilaporkan oleh Nasution, *et al.*, (2022) dalam studi literatur yang mengkaji 10 artikel ilmiah, di mana 9 artikel menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap kesiapan remaja menghadapi haid pertama. Penelitian oleh Fitriani dan Mulyani (2020) juga menegaskan bahwa remaja yang mendapatkan edukasi kesehatan reproduksi dari sekolah dan keluarga memiliki skor kesiapan *menarche* 2,5 kali lebih tinggi dibandingkan yang tidak mendapatkan edukasi.

Meskipun demikian, masih terbatas penelitian yang mengkaji secara bersamaan kedua variabel tersebut pada konteks siswi sekolah dasar di wilayah Cibarusah, Kabupaten Bekasi. Sebagian besar penelitian sebelumnya dilakukan pada siswi SMP atau SMA, sehingga hasilnya belum tentu dapat digeneralisasikan pada anak usia 9-11 tahun. Padahal, usia sekolah dasar merupakan periode yang tepat untuk memberikan edukasi dasar sebelum *menarche* terjadi. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan antara edukasi

kesehatan reproduksi dan komunikasi keluarga terhadap kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 4-5 SDN 2 Cibarusah.

Penelitian ini penting dilakukan karena hasil yang diperoleh dapat menjadi bahan evaluasi bagi pihak sekolah dan keluarga dalam merancang program edukasi kesehatan reproduksi yang sesuai dengan kebutuhan siswi. Dengan mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan *menarche*, diharapkan angka kecemasan dan miskonsepsi terkait menstruasi dapat ditekan, serta kualitas kesehatan reproduksi remaja dapat ditingkatkan sejak usia dini. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Paparan Informasi Edukasi Kesehatan Reproduksi Dan Komunikasi Keluarga Terhadap Kesiapan *Menarche* Pada Siswi Kelas 4-5 SDN 2 Cibarusah Kabupaten Bekasi Tahun 2026”**.

1.3 Rumusan Masalah

Menarche merupakan menstruasi pertama yang menjadi tanda awal kematangan reproduksi pada remaja. Meskipun bersifat fisiologis dan normal, tetapi masih banyak remaja yang mengalami kecemasan, ketakutan, dan kebingungan saat menghadapinya karena kurangnya persiapan. Ketidaksiapan ini umumnya dipengaruhi oleh minimnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan terbatasnya informasi yang diterima dari lingkungan terdekat.

Pada siswi kelas 4-5 di SDN 2 Cibarusah, berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada 29 Mei 2026, ditemukan bahwa sebagian besar siswi belum pernah mendapatkan penjelasan lengkap mengenai menstruasi, baik dari pihak sekolah maupun keluarga. Materi tentang menstruasi di sekolah disampaikan secara singkat, sementara di lingkungan keluarga pembahasan mengenai hal tersebut masih dianggap tabu. Akibatnya, siswi memperoleh informasi dari teman sebaya yang belum tentu benar, sehingga menimbulkan miskonsepsi dan rasa takut

ketika teman mereka mengalami menstruasi pertama. Kondisi ini menunjukkan adanya kemungkinan bahwa rendahnya edukasi kesehatan reproduksi dan kurangnya komunikasi keluarga berhubungan dengan rendahnya kesiapan siswi dalam menghadapi *menarche*. Padahal, edukasi yang tepat dan komunikasi yang terbuka dalam keluarga seharusnya dapat meningkatkan pemahaman dan kesiapan mental serta fisik remaja dalam menghadapi perubahan tubuhnya.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini perlu dilakukan untuk mengkaji lebih lanjut hubungan paparan antara edukasi kesehatan reproduksi dan komunikasi keluarga terhadap kesiapan *menarche* pada siswi kelas 4-5 di SDN 2 Cibarusah.

1.4 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, pertanyaan penelitian yang diajukan adalah :

1. Apakah terdapat hubungan paparan informasi antara edukasi kesehatan reproduksi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 4-5 SDN 2 Cibarusah?
2. Apakah terdapat hubungan paparan informasi antara komunikasi keluarga dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 4-5 SDN 2 Cibarusah?
3. Apakah terdapat hubungan secara bersamaan antara paparan informasi edukasi kesehatan reproduksi dan komunikasi keluarga dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 4-5 SDN 2 Cibarusah?

1.5 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan paparan informasi antara edukasi kesehatan reproduksi dan paparan komunikasi keluarga terhadap kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi kelas 4-5 SDN 2 Cibarusah.

1.5.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik siswi kelas 4 – 5 SDN 2 Cibarusah Kabupaten Bekasi
2. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kesiapan menghadapi *menarche*
3. Untuk mengetahui distribusi frekuensi paparan informasi edukasi kesehatan reproduksi
4. Untuk mengetahui distribusi frekuensi komunikasi keluarga
5. Menganalisis hubungan paparan antara edukasi kesehatan reproduksi dengan kesiapan menghadapi *menarche*
6. Menganalisis hubungan antara komunikasi keluarga dengan kesiapan menghadapi *menarche*

1.6 Manfaat penelitian

1.6.1 Manfaat teoritis

1. Menambah kajian ilmiah mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kesiapan menghadapi *menarche*, khususnya pada anak usia Sekolah Dasar.
2. Mengembangkan teori tentang peran edukasi kesehatan reproduksi dan komunikasi keluarga dalam menghadapi *menarche*.
3. Menjadi bahan literatur bagi pengembangan ilmu keperawatan anak dan kesehatan masyarakat, terutama dalam bidang kesehatan reproduksi remaja.

1.6.2 Manfaat praktis

1. Bagi siswi
Meningkatkan pemahaman siswi tentang menstruasi dan cara mempersiapkan diri secara fisik maupun mental, sehingga dapat mengurangi kecemasan dan miskonsepsi terkait *menarche*.
2. Bagi Orang Tua
Memberikan gambaran kepada orang tua mengenai pentingnya komunikasi terbuka dengan anak perempuan terkait perubahan fisik dan menstruasi, sehingga dapat meningkatkan kesiapan anak dalam menghadapi *menarche*.
3. Bagi Pihak Sekolah
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak sekolah dalam merancang program edukasi kesehatan reproduksi yang sesuai untuk siswi Sekolah Dasar sebelum memasuki masa pubertas.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya
Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan bahan pembandingan bagi penelitian selanjutnya dengan variabel dan metode yang berbeda.

1.7 Ruang lingkup

Subjek penelitian adalah siswi kelas 4 dan 5 di SDN 2 Cibusah yang belum mengalami *menarche*. Pembatasan pada subjek ini dilakukan agar data yang diperoleh lebih homogen dan sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu mengukur kesiapan sebelum siswi mengalami menstruasi pertama.

Penelitian dilaksanakan di SDN 2 Cibusah, Kecamatan Cibusah, Kabupaten Bekasi Tahun 2026, dengan pertimbangan bahwa lokasi tersebut merupakan tempat dilakukannya studi pendahuluan dan ditemukan adanya permasalahan terkait rendahnya pemahaman siswi

tentang menstruasi. Pengumpulan data dilakukan pada bulan Juni s.d Juli 2026 menggunakan metode survei dengan instrumen kuesioner.

Desain penelitian yang digunakan adalah analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*, sehingga data mengenai edukasi kesehatan reproduksi, komunikasi keluarga, dan kesiapan menghadapi *menarche* dikumpulkan dalam satu waktu untuk kemudian dianalisis hubungannya secara statistik.