

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja bagi seorang putri merupakan tahapan yang tidak hanya penting, melainkan juga kompleks dalam mengalami berbagai perubahan. Sebagai masa peralihan fase anak menuju fase kedewasaan, periode ini mencirikan serangkaian transformasi mendalam yang mencakup aspek psikologis, fisik, biologis, dan sosial budaya (Hayati, 2020). Salah satu faktor utama dalam perjalanan ini adalah tahap pubertas yang menciptakan perubahan, memanifestasikan dirinya melalui perubahan fisik dan tingkatan hormonal yang tidak terhindarkan dan umumnya terjadi pada kisaran usia 12-16 tahun (Kamilah *et al.*, 2021).

Selama mengalami masa pubertas yang intens ini, remaja putri mengalami perubahan yang berbeda pada tubuhnya. Peningkatan eksponensial hormon seksual, terutama estrogen, menciptakan landasan perubahan nyata seperti pertumbuhan payudara yang signifikan, perluasan dan pembesaran pinggul yang mengesankan, serta tumbuhnya rambut halus di wilayah kemaluan dan ketiak. Selain itu, proses ini juga menandai inisiasi kematangan seksual, sebuah peristiwa monumental yang tercermin dalam momen *menarche* atau siklus menstruasi perdana (Kamilah *et al.*, 2021). Pada masa pubertas, remaja mengalami penyesuaian fisik, emosional, dan sosial. Pubertas ditandai dengan perkembangan organ seksual dan kemampuan reproduksi, termasuk *menarche* pada remaja perempuan yang biasanya terjadi pada usia 12 hingga 14 tahun (Hendriani, 2019).

Menarche, sebagai awal dari siklus menstruasi, merupakan momen penting dalam kematangan seksual seorang remaja putri. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), sekitar 20% remaja berusia 10-19 tahun di seluruh dunia telah mengalami menstruasi (Hayati, 2020). Secara global, usia rata-rata *menarche* mengalami penurunan. Di Amerika Serikat, usia rerata *menarche* menurun dari

12,53 tahun pada periode 1988-1994 menjadi 12,34 tahun pada periode 1999-2002. Di Korea, usia *menarche* menurun sebesar 0,4 tahun dalam 15 tahun terakhir (Seo *et al.*, 2020). Di Bangladesh, 58,3% anak perempuan mengalami *menarche* pada usia 12 tahun, 41,0% pada usia 11 tahun, dan 25,6% pada usia 10 tahun (Malitha *et al.*, 2020). Di Indonesia, usia *menarche* juga mengalami penurunan dari 14,43 tahun (1961) menjadi 13,63 tahun (2010) (Wahab *et al.*, 2020). Di Yogyakarta, 72,81% remaja perempuan mengalami *menarche* pada usia rerata 12,45 tahun, dan di Kabupaten Sleman, rerata usia *menarche* adalah 12,49 tahun dengan 72,54% remaja perempuan telah mengalami menstruasi (Riskesdas, 2019).

Menarche adalah fase penting dalam perkembangan remaja putri yang memerlukan kesiapan mental karena perubahan fisik yang signifikan saat pubertas dapat menyebabkan kebingungan, ketakutan, dan kecemasan. Proverawati (2012) mencatat bahwa anak yang menghadapi *menarche* sering mengalami pergolakan psikis. Kesiapan mental yang baik diperlukan untuk menghadapi *menarche*. Pada menstruasi pertama, seseorang perlu memahami, menerima, dan mengakui proses ini sebagai bagian dari kematangan fisik. Menurut Yusuf (2019), aspek-aspek dalam kesiapan menghadapi *menarche* yaitu pemahaman, penghayatan, dan kesediaan terhadap perubahan. Remaja perempuan yang siap menghadapi *menarche* cenderung memiliki sikap positif, sedangkan yang tidak siap mungkin mengalami ketidaknyamanan dan fluktuasi emosi.

Hasil studi penelitian yang dilakukan oleh Novitasari (2018) menunjukkan bahwa 46,7% remaja putri belum siap menghadapi *menarche*. Sebanyak 70% siswi merasa takut akan *menarche*, 60% tidak mengerti mengenai tindakan yang perlu diambil saat menstruasi, dan 40% belum mempersiapkan diri. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Kuswati (2018) menambahkan bahwa 20% remaja memiliki sikap negatif terhadap *menarche*, merasa kotor dan memalukan, sementara 15% merasa lebih baik jika tidak mengalami menstruasi di masa depan.

Penelitian Mouli (2019) menunjukkan bahwa 88,7% remaja putri di negara berpendapatan rendah dan menengah (LMIC) memberikan respon negatif dan tidak siap mengenai *menarche*. Sumber informasi mereka adalah ibu dan anggota keluarga lainnya, yang mungkin tidak selalu memberikan informasi yang tepat.

Kurangnya pengetahuan dan rasa malu yang dialami remaja putri dapat menyebabkan kesalahpahaman mengenai *menarche*, sehingga mereka tidak siap menghadapi *menarche*. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Fadriyana (2017) menemukan bahwa 63% remaja tidak siap menghadapi *menarche* karena kurangnya informasi yang didapatkan dan sering menghubungkan *menarche* dengan hal-hal negatif.

Ketidaksiapan ini sebagian besar disebabkan oleh kurangnya dukungan keluarga dan kesiapan mengenai *menarche*. Lutfiya (2020) melaporkan bahwa 50% remaja putri memiliki pengetahuan dan dukungan yang kurang, sehingga merasa tidak siap menghadapi *menarche*. Penelitian Rohmah (2019) mendukung temuan ini dengan menyatakan bahwa remaja yang memiliki pengetahuan tinggi dan dukungan kuat dari orang terdekat tentang *menarche* lebih siap saat akan mengalami menstruasi pertamanya. Pengetahuan dan kesiapan yang memadai membantu remaja putri mempersiapkan diri menghadapi *menarche*.

Menarche merupakan bagian alami dari tahapan perkembangan, sebagian besar masyarakat di Indonesia masih merasa enggan untuk membahas topik menstruasi di dalam lingkungan keluarga. Dampaknya, remaja putri seringkali kurang mendapatkan wawasan dan kesiapan terkait sikap yang memadai terkait dengan perubahan bentuk tubuh serta psikologis yang terjadi saat menstruasi. Persiapan mental menjadi hal yang penting, karena kurangnya pemahaman remaja putri mengenai *menarche* bisa menimbulkan perasaan cemas dan ketakutan. Oleh karenanya, diperlukan persiapan diri untuk menghadapi *menarche* menjadi hal yang sangat penting bagi remaja putri (Hayati, 2020).

Salah satu upaya persiapan menghadapi *menarche*, remaja membutuhkan dukungan yang holistik, melibatkan aspek emosional, informasional, penghargaan, dan instrumen. Dukungan ini mampu didapatkan dari berbagai lingkup, mulai dari orang tua, lingkungan sekolah, teman, hingga lingkungan masyarakat termasuk dimensi sosial budaya dan pengaruh media massa. Keluarga, sebagai lingkungan awal dan primer bagi perkembangan anak, memegang peran yang sangat penting (Nur'aini *et al.*, 2020).

Hasil studi penelitian yang dilaksanakan oleh Hayati & Gustina (2020) di

SMP Negeri 13 Jambi mengungkap bahwa di tengah masyarakat tersebut, persiapan remaja putri dalam menghadapi menstruasi dapat melibatkan berbagai narasumber. Keluarga, teman, informasi media massa, penyedia layanan kesehatan, dan guru di sekolah teridentifikasi sebagai pihak-pihak yang berpotensi memberikan dukungan dan informasi. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Nagar dan Aimol (2010), menunjukkan bahwa dukungan keluarga saat mengalami *menarche* sebagian besar diperoleh dari ibu (50%), diikuti oleh kakak (36%), dan teman sebaya (14%). Temuan ini menunjukkan ketidakmampuan untuk berkomunikasi atau kesulitan dalam berkomunikasi antara orang tua dan anak terkait pembicaraan mengenai aspek seksualitas. Penelitian yang dilakukan oleh Fajri (2011) juga mendukung temuan serupa, menekankan bahwa efektivitas berhubungan antara ibu dan anak menjadi kunci guna mempersiapkan remaja untuk menghadapi menstruasi pertama.

Dukungan orang tua, khususnya ibu, dalam mendidik anak memiliki dimensi yang kompleks dan esensial. Ibu tidak hanya sebagai pendorong pendidikan tentang kesehatan pada anak tetapi juga seperti role model, guru, dan sumber cinta dan pendidikan yang tulus. Secara konteks *menarche*, pemahaman yang diberikan oleh orang tua, terutama ibu, sangat penting karena *menarche* merupakan pengalaman awal yang mungkin membingungkan untuk remaja awal. Melalui dukungan keluarga yang tepat, ditekankan kepada remaja putri agar dapat mengidentifikasi langkah-langkah yang perlu diambil saat mengalami *menarche*, termasuk langkah dalam menjaga kebersihan diri saat *menarche* seperti mengganti pembalut minimal 4 jam sekali, yang esensial untuk menjaga kesehatan organ reproduksi atau seksual (Annisa, 2020). Oleh karena itu, orang tua seharusnya melibatkan diri secara langsung dalam memberikan pemahaman mengenai *menarche* kepada anak perempuan mereka, guna memastikan bahwa mereka siap dan tidak terkejut dalam menghadapi siklus menstruasi yang pertama kali datang (Alam *et al.*, 2021).

Ketidakpahaman dan kurangnya dukungan keluarga yang diberikan kepada remaja mengenai *menarche* dapat menimbulkan sejumlah dampak psikologis yang signifikan. Sebagian remaja, jika tidak mendapatkan pemahaman yang memadai, mungkin mengalami keinginan untuk menolak proses fisiologis *menarche*.

Berbagai kasus yang terjadi, seringkali timbul anggapan keliru terkait menstruasi, di mana remaja mungkin memandangnya sebagai suatu hal yang tidak pantas, kotor, dan najis. Beberapa remaja bahkan mungkin mengembangkan kekhawatiran yang tidak rasional, seperti anggapan bahwa mereka bisa meninggal karena jumlah peluruhan darah yang keluar melalui vagina selama menstruasi (Nur'aini *et al.*, 2020)

Studi pendahuluan yang dilakukan di SD Negeri Triharjo. Melalui wawancara dengan 10 siswi kelas III, IV, dan V menunjukkan bahwa 80% siswi belum mengetahui pengetahuan mengenai *menarche*, kemudian pada saat wawancara didapatkan 90% siswi belum siap apabila terjadi perubahan pada saat menstruasi pertama terjadi, siswi yang belum siap menghadapi *menarche* sebanyak 80%, sebanyak 80% siswi merasa cemas apabila terjadi menstruasi pertama dan 80% siswi belum mendapatkan informasi mengenai *menarche* dan belum mendapatkan dukungan keluarga berupa informasi. Temuan ini, akan dilakukan penelitian untuk lebih mendalami situasi di SD Negeri Triharjo, menggali lebih dalam tentang hubungan dukungan keluarga dengan persiapan anak perempuan dalam menghadapi *menarche* di lingkungan tersebut.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi *menarche* siswi sekolah dasar?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan antara dukungan keluarga dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada siswi SD Negeri Triharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui hasil gambaran dukungan keluarga.
- b. Diketahui hasil kesiapan siswi menghadapi *menarche*.
- c. Diketahui hasil keeratan dukungan keluarga dengan kesiapan siswi

menghadapi *menarche*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan informasi, ilmu keperawatan maternitas, keluarga, dan anak. Hal ini dapat menambah wawasan mengenai dukungan keluarga dan kesiapan anak perempuan saat akan menghadapi *menarche*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswi SD N Triharjo

Penelitian ini sebagai sarana siswi agar bisa lebih mempersiapkan diri dalam menghadapi *menarche*.

b. Bagi Guru SD N Triharjo

Penelitian ini dapat menjadi sarana pengembangan pendidikan kesehatan untuk siswi mengenai persiapan diri pada anak untuk menghadapi *menarche*.

c. Bagi Keluarga

Penelitian ini dapat berguna untuk pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kesiapan siswi sekolah dasar menghadapi *menarche*.

d. Bagi Perawat

Penelitian ini dapat dikembangkan untuk materi pendidikan kesehatan yang menarik dan mudah dipahami untuk remaja putri dan orang tua tentang menstruasi, perawatan diri selama menstruasi, dan kesehatan reproduksi secara umum.

e. Bagi peneliti selanjutnya.

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan penelitian selanjutnya untuk menyempurnakan teori penelitian berkaitan aspek-aspek terkait dengan variabel.