

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menarche merupakan satu peristiwa yang paling penting dan memiliki makna besar dalam kehidupan anak, khususnya pada masa pubertas. Secara biologis, *menarche* menandakan bahwa tubuh anak telah mengalami berbagai perubahan hormonal dan fisik yang menunjukkan bahwa mereka telah memasuki masa pubertas. Dengan terjadinya *menarche*, tubuh mereka mulai memiliki kemampuan untuk mengalami proses reproduksi, yang secara alami menandakan bahwa mereka telah siap secara biologis untuk menjalankan fungsi sebagai seorang perempuan dewasa, meskipun kesiapan psikologis dan sosial masih terus berkembang seiring waktu (Artika et al., 2022).

Menarche adalah kejadian pertama seorang remaja putri mengalami menstruasi, yang biasanya terjadi pada usia 10 hingga 16 tahun, yakni saat mereka memasuki awal masa remaja di tengah fase pubertas sebelum siap secara penuh untuk fungsi reproduksi. Menstruasi pertama ini menjadi indikator penting bahwa tubuh mulai menunjukkan tanda-tanda perkembangan fisik lainnya, seperti membesarnya payudara, munculnya rambut di area kemaluan dan ketiak, serta perubahan bentuk tubuh akibat distribusi lemak di area pinggul. *Menarche* juga mencerminkan bahwa proses pertumbuhan masih terus berlangsung, mengarah pada kematangan secara fisik, seksual, dan psikologis. Perubahan-perubahan ini terjadi secara bertahap sebagai bagian dari proses pertumbuhan yang pesat, bukan secara tiba-tiba, dan menjadi bagian penting dalam perjalanan menuju kedewasaan seorang perempuan (Riyani et al., 2023).

Sumber informasi yang cukup memiliki peran penting dalam membentuk cara pandang remaja putri terhadap *menarche*, atau menstruasi pertama. Informasi yang diperoleh sebelumnya dapat membantu mengubah persepsi mereka, sehingga mereka lebih siap secara mental dan emosional, serta merasa lebih tenang saat menghadapinya. Untuk mencapai hal tersebut, dibutuhkan keterlibatan aktif dari orang tua dalam memberikan perhatian dan pengawasan yang tepat. Keterlibatan ini dapat berupa edukasi sejak dini, komunikasi terbuka, dan dukungan emosional yang berkelanjutan (Artika et al., 2022).

Anak sering mengalami perasaan malu, cemas, dan takut saat menghadapi menstruasi pertama yang dikenal sebagai *menarche*. Beberapa di antara mereka juga memiliki pandangan negatif terhadap menstruasi, menganggapnya sebagai sesuatu yang menjijikan, kotor, dan membatasi aktivitas mereka, sehingga membuat mereka merasa tertekan. Hal ini mencerminkan dampak psikologis yang muncul akibat menstruasi. Selain itu, ada anak yang percaya bahwa darah haid yang keluar merupakan tanda adanya penyakit. Secara umum, anak perempuan merasa bingung ketika *menarche* terjadi karena mereka tidak tahu bagaimana cara beradaptasi dengan rutinitas atau aktivitas baru yang muncul akibat perubahan ini (Intaniza et al., 2023).

Berdasarkan penelitian Narsih et al., 2021, diperoleh bahwa sumber informasi dari teman, media sosial, guru, dan keluarga berperan sebagai sumber utama yang membantu remaja putri memperoleh pemahaman dan kesiapan dalam menghadapi *menarche*. Sedangkan berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Oktaviani et al., 2025 didapatkan hasil mengenai hubungan antara sumber informasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada anak yakni, responden

yang memiliki sumber informasi yang kurang dan tidak siap sebanyak 76,6% sedangkan responden yang memiliki sumber informasi yang baik dan siap sebanyak 16,7%. Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SDN Selodakon 04 Darungan Tanggul yang dilakukan peneliti terhadap 10 anak yang belum menghadapi *menarche* ditemukan bahwa 6 anak mendapat informasi dari teman sebayanya yang sudah menghadapi *menarche* dan 4 lainnya mendapatkan informasi tentang *menarche* dari ibu mereka. Namun 6 dari 10 anak mengatakan bahwa belum siap menghadapi *menarche*.

Menarche dapat menimbulkan berbagai reaksi, baik positif maupun negatif, tergantung pada kesiapan dan informasi yang dimiliki anak. Kurangnya informasi sering kali membuat anak bingung dan takut saat pertama kali menstruasi. Mereka mungkin tidak tahu apa yang sedang terjadi, bagaimana cara mengelolanya, atau pentingnya menjaga kebersihan, sehingga lebih rentan mengalami masalah kesehatan atau trauma emosional (Deade et al., 2022). Salah informasi juga menjadi masalah besar, Banyak anak mendapatkan pemahaman yang keliru dari mitos atau sumber yang tidak akurat. Misalnya, ada anggapan bahwa menstruasi adalah hal memalukan, kotor, atau bahkan tanda kelemahan. Pandangan negatif ini sering membuat mereka malu, takut berbicara, atau merasa rendah diri (Narsih et al., 2021).

Salah satu cara untuk membantu anak lebih siap menghadapi menstruasi pertama adalah dengan memastikan mereka mendapatkan informasi yang benar dan akurat tentang *menarche*, sehingga mereka dapat mempersiapkan diri secara fisik dan mental, serta menghadapinya dengan percaya diri tanpa rasa takut atau khawatir. Berdasarkan penjelasan tersebut perlu dilakukan penelitian tentang

sumber informasi dengan kesiapan anak dalam menghadapi *menarche*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan sumber informasi dengan kesiapan menghadapi *menarche* pada anak usia sekolah di SDN Selodakon 04.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan masalah

Menarche merupakan fase penting dalam perkembangan anak perempuan, namun banyak yang belum siap menghadapinya karena kurangnya informasi yang tepat. Meskipun anak mendapatkan informasi dari berbagai sumber seperti ibu, teman, guru, atau media, masih ditemukan ketidaksiapan dalam menghadapi menstruasi pertama. sehingga diperlukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara sumber informasi yang diperoleh anak dengan kesiapan mereka dalam menghadapi *menarche*.

2. Pertanyaan masalah

- a. Bagaimana sumber informasi tentang *menarche* pada anak usia sekolah di SDN Selodakon 04?
- b. Bagaimanakah kesiapan menghadapi *menarche* pada anak usia sekolah di SDN Selodakon 04?
- c. Adakah hubungan sumber informasi dengan kesiapan dalam menghadapi *menarche* pada anak usia sekolah di SDN Selodakon 04?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Menganalisis hubungan sumber informasi dengan kesiapan dalam menghadapi *menarche* pada anak usia sekolah di SDN Selodakon 04 Darungan Tanggul

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi bentuk sumber informasi pada anak yang akan menghadapi *menarche* di SDN Selodakon 04
- b. Mengidentifikasi kesiapan anak dalam menghadapi *menarche* pada anak usia sekolah di SDN Selodakon 04
- c. Menganalisis hubungan sumber informasi dengan kesiapan dalam menghadapi *menarche* pada anak usia sekolah di SDN Selodakon 04

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi

1. Responden

Manfaat penelitian ini bagi anak untuk memberikan gambaran tentang pentingnya mendapatkan informasi yang benar dan tepat mengenai *menarche*, sehingga anak dapat lebih siap secara fisik dan mental, serta mampu menghadapi menstruasi pertama dengan percaya diri dan tanpa rasa takut atau cemas.

2. Keluarga (orang tua)

Memberikan pemahaman kepada orang tua tentang pemberian informasi yang benar dalam mendukung kesiapan *menarche* anak, sehingga dapat meningkatkan komunikasi dan pemahaman pada anak

3. Masyarakat

Meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya sumber informasi dalam membantu anak menghadapi *menarche* dengan cara yang positif dan mendidik.

4. Instansi Pendidikan

Sebagai dasar seluruh pihak di lingkungan sekolah, termasuk guru dan staf, untuk menciptakan suasana yang mendukung dan terbuka dalam memberikan edukasi tentang kesehatan reproduksi, agar siswa merasa nyaman untuk membahas dan memahami *menarche*. Memberikan informasi yang akurat dan cukup kepada siswa sekolah dasar, terutama siswi kelas atas, tentang *menarche* dan menstruasi guna mempersiapkan mereka secara emosional, psikologis, dan fisik.

5. Instansi Pendidikan Kesehatan

Menyediakan ilmu tambahan dan materi pendidikan yang relevan terkait sumber informasi dalam kesiapan *menarche* pada anak dalam kurikulum keperawatan maternitas.

6. Peneliti selanjutnya

Menjadi referensi untuk penelitian berikutnya yang mengkaji lebih dalam tentang hubungan antara sumber informasi dengan kesiapan *menarche* pada anak, serta faktor-faktor lain yang berpengaruh.