

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah kelompok usia yang mengalami berbagai perubahan penting dalam aspek biologis, psikologis dan sosial sebagai bagian dari perjalanan menuju dewasa. *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan remaja adalah kelompok yang memiliki risiko tinggi terhadap masalah kesehatan reproduksi, jika tidak mendapatkan dan dukungan yang cukup (WHO, 2023). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023), remaja adalah orang-orang yang berusia antara 10 hingga 19 tahun dan sedang dalam proses perkembangan organ reproduksi serta mencari jati diri. Pada remaja perempuan, salah satu perubahan biologis yang paling jelas terlihat adalah *menarche*, yaitu menstruasi pertama yang menandakan perkembangan sistem reproduksi matang (Matana et al., 2025).

Profil Kesehatan Indonesia melaporkan bahwa usia *menarche* pada remaja perempuan saat ini cenderung lebih muda dibandingkan dengan dekade sebelumnya, seiring dengan perubahan dalam pola makan dan gaya hidup (Kemenkes RI, 2023). Penelitian terbaru menunjukkan bahwa remaja yang memiliki pemahaman yang baik tentang *menarche* sebelum mengalaminya cenderung memiliki sikap yang lebih positif, tingkat kecemasan yang lebih rendah dan perilaku yang lebih baik dalam menjaga kebersihan saat menstruasi. (Masthura, 2025)

Asuhan kebidanan promotif dan preventif memiliki peran penting dalam mempersiapkan remaja menghadapi *menarche*. Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa masih ada sekelompok

remaja perempuan yang kurang memahami isu kesehatan reproduksi, terutama mengenai menstruasi. Ketidapahaman ini menyebabkan perilaku kebersihan menstruasi yang kurang baik, seperti jarang mengganti pembalut, menggunakan pembalut yang tidak bersih dan kurangnya pengetahuan tentang tanda-tanda bahaya saat menstruasi (Kemenkes RI, 2023). Situasi ini dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya infeksi pada saluran reproduksi dan masalah kesehatan lainnya. (Nyamin, 2020)

WHO (2022) menyatakan bahwa masa remaja merupakan fase penting dalam pembentukan perilaku kesehatan reproduksi sehingga diperlukan kesehatan reproduksi yang dilakukan secara dini dan berkesinambungan sebelum terjadinya menarche. kesehatan reproduksi bertujuan membantu remaja memahami perubahan pubertas, menjaga kesehatan reproduksi, serta meningkatkan kemampuan dalam mengambil keputusan yang sehat dan bertanggung jawab. Oleh karena itu, bidan berperan penting dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi yang ramah remaja dan sesuai dengan tahap perkembangan mereka.

Pelayanan Kesehatan Usia Sekolah dan Remaja (PKPR) dari Kemenkes RI (2022) menyatakan bahwa bidan harus memberikan bimbingan, konseling, dan pendampingan kepada remaja agar mereka bisa menghadapi menarche dengan kesiapan fisik dan mental yang baik. Di berbagai daerah di Indonesia, diskusi tentang menstruasi masih dianggap sebagai suatu hal tabu. Hal ini menyebabkan banyak remaja perempuan menghadapi menarche tanpa pengetahuan yang cukup dan tanpa bimbingan yang sesuai (Mahadewi et al.,

2023).

Penelitian terbaru di Indonesia menunjukkan bahwa masih banyak remaja perempuan memperoleh informasi mengenai menstruasi dari teman sebaya maupun media sosial yang belum tentu benar. Studi pada remaja putri di Indonesia menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan tentang menstruasi menyebabkan munculnya miskonsepsi, seperti menganggap menstruasi sebagai kondisi yang memalukan atau penyakit sehingga remaja cenderung menyembunyikan keluhan dan enggan berkonsultasi dengan tenaga kesehatan. Penelitian di Kota Tangerang tahun 2023 terhadap 162 remaja perempuan juga menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, dan perilaku mengenai menstruasi masih perlu ditingkatkan melalui kesehatan yang tepat. Selain itu, penelitian lain pada 70 siswi SMP menemukan bahwa sumber informasi memiliki hubungan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi. Hal tersebut menunjukkan bahwa kualitas informasi yang diterima remaja sangat memengaruhi kesiapan dan perilaku mereka dalam menghadapi menstruasi dan menarche. (Ninawati, 2024)

Penelitian oleh Wulandari et al. (2020) menunjukkan bahwa remaja perempuan yang tidak menerima *pramenarche* memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi pada saat mengalami menstruasi pertama dibandingkan dengan remaja yang telah mendapatkan penyuluhan kesehatan reproduksi sebelumnya. Keadaan ini bisa berpengaruh pada menurunnya rasa percaya diri dan kenyamanan remaja dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Realitas di lapangan juga mengindikasikan bahwa praktik kebersihan menstruasi pada remaja masih belum optimal. Laporan dari Kementerian Pemberdayaan

Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA) dan *United Nations Children's Fund* (UNICEF) Indonesia (2021) menyatakan bahwa masih ada remaja yang tidak secara rutin mengganti pembalut, tidak mencuci tangan sebelum atau sesudah mengganti pembalut dan masih kurang memahami cara membuang pembalut dengan benar. Praktik-praktik ini dapat menimbulkan masalah kesehatan, seperti iritasi kulit, infeksi pada saluran reproduksi dan ketidaknyamanan saat menstruasi.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis di Tamansari Kota Tasikmalaya mendapati jumlah remaja putri yang belum mengalami menstruasi rentang usia 10-14 tahun berjumlah 10 orang. Sebanyak 18 orang sudah mengalami menarche dan 10 orang belum mengalami menarche. Rata-rata remaja putri mengalami menarche pada usia 10 sampai 13 tahun. Hasil wawancara terbuka yang dilakukan terhadap 10 orang remaja putri mendapati 6 orang tidak siap menghadapi menarche karena merasa takut, malu, cemas dan tidak mengetahui apa yang harus dilakukan. Sedangkan 1 orang mengatakan siap menghadapi menarche karena sudah memiliki pengetahuan terkait persiapan menghadapi menarche.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan asuhan kebidanan pada remaja putri dalam menghadapi menarche di Tasikmalaya Tahun 2026.

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Mampu melaksanakan asuhan kebidanan pada remaja putri melalui kesehatan mengenai kesiapan menghadapi menarche dan personal hygiene

menstruasi dengan pendekatan manajemen kebidanan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mampu menyusun perencanaan edukasi kesehatan mengenai menarche dan *personal hygiene* menstruasi sesuai kebutuhan remaja.
- b. Mampu melaksanakan edukasi kesehatan tentang menarche dan *personal hygiene* menstruasi menggunakan media edukatif seperti leaflet, ceramah, diskusi, dan tanya jawab.
- c. Mampu mengevaluasi peningkatan pengetahuan dan kesiapan remaja putri setelah diberikan edukasi kesehatan mengenai menarche.
- d. Mampu mengetahui kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche
- e. Mampu mendokumentasikan kegiatan edukasi kesehatan yang telah dilakukan.

C. Manfaat Penulisan

1. Bagi responden

Diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, kesiapan, dan sikap positif remaja putri dalam menghadapi menarche serta meningkatkan perilaku *personal hygiene* menstruasi.

2. Bagi pelaksana

Diharapkan dapat menambah pengalaman, wawasan, dan keterampilan dalam memberikan asuhan kebidanan pada remaja khususnya mengenai kesehatan reproduksi, kesiapan menghadapi menarche, dan *personal hygiene* menstruasi.

3. Bagi Lembaga Praktik dan Edukatif

Diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam meningkatkan pelayanan kesehatan remaja khususnya kesehatan mengenai menarche dan *personal hygiene* menstruasi.

4. Bagi Institusi

Diharapkan dapat menjadi sumber referensi dan bahan pembelajaran mengenai asuhan kebidanan pada remaja dalam menghadapi menarche serta upaya peningkatan pengetahuan melalui kesehatan.