

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menarche atau menstruasi pertama merupakan salah satu tahapan penting dalam perkembangan fisik dan psikologis siswi putri, menandai dimulainya masa reproduktif (Badan Pusat Statistik, 2023). Namun, transisi ini seringkali diiringi dengan berbagai tantangan, termasuk kurangnya pemahaman dan kesiapan yang dapat memicu ansietas (Setiawan & Susanti, 2022). Ansietas ini dapat bermanifestasi dalam bentuk kekhawatiran, ketakutan, dan ketidaknyamanan terkait perubahan tubuh, mitos yang beredar, hingga manajemen kebersihan diri saat menstruasi. Kurangnya edukasi yang tepat tentang menarche dapat berdampak negatif pada kesehatan reproduksi dan kesejahteraan psikologis siswi putri di kemudian hari (Putri & Sari, 2024).

Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, meskipun tidak secara spesifik mengukur prevalensi ansietas pra-menarche, secara kuat mendukung argumen bahwa kesehatan mental remaja, termasuk ansietas, merupakan isu krusial yang memerlukan perhatian serius, terutama dalam menghadapi transisi penting seperti menarche. SKI 2023 mengungkapkan bahwa prevalensi depresi nasional mencapai 1,4%, dengan angka tertinggi sebesar 2% ditemukan pada kelompok usia 15-24 tahun. Ini adalah kelompok usia yang sangat relevan dengan remaja putri yang akan menghadapi atau telah mengalami menarche. Keterkaitan antara depresi dan ansietas sering kali tumpang tindih; tingginya prevalensi depresi pada kelompok usia ini mengindikasikan kerentanan umum

remaja terhadap masalah kesehatan mental. Artinya, jika depresi sudah menjadi perhatian, ansietas—yang seringkali mendahului atau menyertai depresi—juga patut menjadi fokus (Supriadi & Hadi, 2023).

Hasil studi pendahuluan pada siswi kelas V dan VI SDN Suko 2 Sidoarjo menunjukkan bahwa 80% siswi memiliki pemahaman yang kurang atau keliru mengenai menarche, termasuk tanda-tanda dan cara menjaga kebersihan diri saat menstruasi. Sebanyak 70% siswi mendapatkan informasi dari ibu atau kakak perempuan, namun penjelasan tersebut seringkali tidak lengkap. Sebagian lainnya memperoleh informasi dari teman sebaya atau media sosial yang belum tentu akurat. Selain itu, tidak ada siswi yang mengingat pernah menerima edukasi formal tentang menarche di sekolah. Kondisi ini berdampak pada tingginya ansietas, di mana 60% siswi mengaku merasa cemas terhadap menstruasi karena takut sakit, darah, merasa malu, dan bingung jika hal itu terjadi di sekolah. Meski demikian, seluruh responden (100%) menyatakan antusias terhadap pembelajaran melalui video atau animasi, karena dianggap lebih mudah dipahami dan diingat.

Fenomena ansietas dalam menghadapi menarche seringkali bermula dari kurangnya informasi yang akurat dan komprehensif yang diterima oleh siswi putri. Pada banyak kasus, pembahasan mengenai menarche dianggap tabu atau hanya disampaikan secara singkat, sehingga menciptakan kebingungan dan persepsi yang keliru (Fauziah & Sari, 2022). Kondisi lingkungan, seperti dukungan keluarga yang minim dalam memberikan edukasi atau tidak adanya program edukasi kesehatan yang memadai di sekolah, turut memperparah situasi ini. Perilaku siswi putri yang cenderung mencari informasi dari teman

sebagai atau media sosial yang belum tentu valid, juga berkontribusi pada munculnya ansietas dan kesalahpahaman tentang proses menarche (Hartati & Dewi, 2023). Akibatnya, siswi dapat mengalami gejala fisik dan psikologis seperti sakit kepala, sulit tidur, gelisah, hingga menarik diri dari aktivitas sosial saat mendekati atau mengalami menarche pertama mereka (Pratiwi & Setiadi, 2024).

Dalam menghadapi permasalahan ansietas menjelang menarche, intervensi edukasi kesehatan berbasis bukti sangat dibutuhkan. Salah satu solusi keperawatan yang efektif adalah pemberian edukasi kesehatan dengan audiovisual (Dewi & Fitriani, 2022). Pendekatan ini memungkinkan informasi disampaikan secara lebih menarik, interaktif, dan mudah dipahami oleh siswi, meningkatkan retensi pengetahuan dibandingkan metode ceramah konvensional. *Audiovisual* dapat memvisualisasikan proses biologis menarche secara jelas, menjelaskan mitos dan fakta, serta memberikan panduan praktis mengenai manajemen kebersihan diri, sehingga mengurangi miskonsepsi dan ansietas (Rahayu & Putra, 2023). Selain itu, edukasi dengan media audiovisual juga dapat menjangkau lebih banyak siswi dalam waktu yang efisien dan seragam, memastikan kualitas informasi yang disampaikan konsisten. Intervensi ini sejalan dengan teori kognitif sosial yang menekankan pentingnya pembelajaran observasional dan pengalaman tidak langsung dalam mengubah perilaku dan mengurangi ansietas (Santoso & Kurniawan, 2024).

Penelitian ini memiliki nilai novelty (kebaruan) yang terletak pada spesifikasi subjek dan metode intervensi yang digunakan. Responden dalam penelitian ini secara khusus adalah siswi sekolah dasar kelas 4 dan 5, yang

merupakan kelompok usia transisi dari anak-anak menuju remaja awal dan berada pada fase awal pubertas. Kelompok ini seringkali belum mendapatkan edukasi kesehatan reproduksi secara optimal, padahal mereka mulai mengalami perubahan biologis seperti menarche. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam upaya pencegahan ansietas sejak dini terkait dengan menarche melalui pendekatan edukatif.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti Pengaruh Edukasi Kesehatan (Audiovisual) Terhadap Tingkat Ansietas Dalam Menghadapi Menarche Di SDN Suko 2 Sidoarjo.

B. Rumusan Masalah dan Batasan masalah

1. Batasan Masalah

Penelitian ini difokuskan pada siswi kelas IV dan V di SDN Suko 2 Sidoarjo. Batasan ini ditetapkan untuk memastikan kesesuaian usia responden dengan fase pramenarche, sehingga intervensi edukasi kesehatan dengan media audiovisual dapat diberikan secara tepat sasaran dan hasil penelitian lebih terfokus.

2. Rumusan Masalah

Bagaimana Pengaruh Edukasi Kesehatan (*Audiovisual*) Terhadap Tingkat Ansietas Dalam Menghadapi Menarche Di SDN Suko 2 Sidoarjo?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Edukasi Kesehatan (*Audiovisual*) Terhadap Tingkat Ansietas Dalam Menghadapi Menarche Di SDN Suko 2 Sidoarjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat ansietas siswi sebelum diberikan edukasi kesehatan dengan audiovisual di SDN SUKO 2 Sidoarjo.
- b. Mengidentifikasi tingkat ansietas siswi setelah diberikan edukasi kesehatan dengan audiovisual di SDN SUKO 2 Sidoarjo.
- c. Menganalisis Pengaruh Edukasi Kesehatan (*Audiovisual*) Terhadap Tingkat Ansietas Dalam Menghadapi Menarche Di SDN Suko 2 Sidoarjo

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang keperawatan anak dan kesehatan reproduksi remaja. Temuan penelitian ini memperkaya teori dan literatur mengenai intervensi edukasi dalam mempersiapkan menarche, serta bagaimana hal tersebut berpengaruh terhadap tingkat ansietas dan kesiapan psikologis siswi. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk penelitian selanjutnya yang ingin mengeksplorasi atau

mengembangkan intervensi yang lebih efektif dalam mendukung siswi menghadapi menarche.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Responden (Siswi): Memberikan pemahaman yang lebih baik tentang menarche, membantu mengurangi ansietas, dan meningkatkan kesiapan mental serta emosional dalam menghadapi menstruasi pertama.
- b. Bagi Institusi Pendidikan: Menjadi bahan referensi dalam penyusunan kurikulum atau program edukasi kesehatan reproduksi yang lebih aplikatif dan relevan dengan kebutuhan siswi.
- c. Bagi Profesi Keperawatan: Mendukung praktik keperawatan berbasis bukti (evidence-based practice) dalam memberikan edukasi dan dukungan psikologis kepada anak usia sekolah, khususnya terkait kesehatan reproduksi.
- d. Bagi Lahan Penelitian (Sekolah/Puskesmas): Memberikan masukan untuk meningkatkan kualitas layanan edukasi kesehatan melalui program yang lebih tepat sasaran dan efektif bagi siswi putri.
- e. Bagi Peneliti: Menambah wawasan dan pengalaman dalam pelaksanaan penelitian lapangan serta memperkuat kompetensi peneliti dalam bidang keperawatan komunitas dan kesehatan remaja.