

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode transisi yang dicirikan oleh adanya perubahan fisik, emosional, dan psikologis. Organ reproduksi mulai matang, yang dikenal sebagai masa *pubertas*. Selama masa *pubertas*, terjadi perubahan fisik serta terjadi kematangan organ-organ seksual secara fisiologis. Perubahan fisik ini terjadi secara cepat, drastis, tidak beraturan, dan dipicu oleh perubahan pada sistem reproduksi serta produksi hormon-hormon yang mempengaruhi organ reproduksi (Rahayu et al., 2017).

Remaja mengalami perubahan peningkatan emosional yang cepat hal ini terjadi pada awal masa remaja yang dikenal sebagai masa "storm and stress", peristiwa ini dipicu oleh perubahan fisik utamanya terjadi karena hormon yang mengalami perubahan drastis (Saputro, 2018). Selain itu, pada fase ini remaja mulai memiliki kemampuan untuk memikirkan tentang kemungkinan atau hipotesis mengenai masa depan, serta sesuatu yang bersifat abstrak dan sudah mampu berfikir secara kritis ketika dihadapkan dengan masalah (Bujuri, 2018).

Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 mendefinisikan usia remaja sebagai penduduk dengan rentang usia 10-18 tahun (Diananda, 2019). Sedangkan Hurlock mengklasifikasikan remaja menjadi tiga kelompok yaitu remaja awal (usia 11-13 tahun), remaja madya (usia 14-16 tahun), dan remaja akhir (usia 17-20 tahun) (Hikmandayani et al., 2023).

Berdasarkan data dari *Badan Pusat Statistik Indonesia* tahun 2022, jumlah penduduk Indonesia mencapai sekitar 274,20 juta jiwa dalam populasi tersebut disebutkan bahwa kaum muda mendominasi dalam kelompok umur 10-14 tahun dan terhitung bahwa penduduk remaja perempuan berjumlah 8,12% jiwa dari jumlah populasi (Indonesia, 2022). Sedangkan di Jawa Barat berdasarkan data *BPS Jawa Barat* pada tahun 2022 kelompok umur 10-14 tahun pada perempuan mencapai 2.118.411 jiwa (Data, 2023).

Berdasarkan hasil survei Riset Kesehatan Dasar dari Kementerian Kesehatan RI tahun 2018 dalam (Fiah & Futriani, 2023), sekitar 20% penduduk Indonesia mengalami *menstruasi* pertama pada usia 13 tahun. Secara umum, kejadian *menstruasi* pertama di Indonesia mencapai 60% pada usia 12-14 tahun, 2,6% pada usia 9-10 tahun, 30,3% pada usia 11-12 tahun, dan 30% pada usia 13 tahun, sementara sisanya mengalami *menstruasi* pertama di atas usia 13 tahun.

Pada remaja perempuan, perubahan fisiologis yang terjadi diantaranya *menarce* (*menstruasi* pertama), pertumbuhan rambut di area pubis, pembesaran payudara, dan pinggul. Hal ini terjadi karena hormon-hormon mulai diproduksi dan memengaruhi organ reproduksi untuk memulai siklus reproduksi serta memengaruhi terjadinya perubahan tubuh (Namora Lumongga Lubis, 2016). Selain itu, datangnya *menstruasi* membawa perubahan fisik, mental, dan sosial pada remaja (Ilham et al., 2022). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Amalia pada tahun 2016 dalam (Sainah et al., 2022), sebagian besar remaja mengalami kecemasan sebesar 79%, yang meliputi perasaan takut, khawatir, gelisah, dan rasa malu untuk berbicara kepada orang lain mengenai pengalaman *menstruasi* mereka.

Selain itu, infeksi pada organ genitalia lebih rentan terjadi selama menstruasi karena kuman dapat dengan mudah masuk yang menyebabkan terjadinya penyakit reproduksi. Pengetahuan tentang kebersihan dan *vulva hygiene* selama *menstruasi* pada remaja seringkali belum memadai. Sebagian remaja mungkin belum memahami praktik kebersihan pribadi yang tepat saat *menstruasi*, termasuk kapan harus mengganti pembalut dan cara mencucinya (Handayani, 2018). WHO memperkirakan bahwa 80%-90% beban global terkait infeksi saluran reproduksi terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah-menengah (*LMICs*). Meskipun infeksi saluran reproduksi dapat terjadi pada pria maupun wanita, kejadian paling umum terjadi pada wanita (Bhusal et al., 2020).

Untuk menghadapi *menarche*, remaja membutuhkan kesiapan yang memadai. Remaja yang kurang siap menghadapi *menarche* mungkin merasa ingin menolak proses fisiologis tersebut dan melihat *menstruasi* sebagai sesuatu yang kejam dan menakutkan (Sainah et al., 2022). Kesiapan merupakan kondisi individu dalam memberikan respon terhadap perubahan-perubahan yang di alaminya. Oleh sebab itu, remaja dalam menghadapi *menarche* membutuhkan kesiapan yang memadai. Ketidaktahuan remaja mengenai penyebab yang sedang dialaminya menjadi pengaruh banyaknya remaja yang belum siap dalam menghadapi *menarche* (F. D. Lestari et al., 2022).

Salah satu faktor yang memengaruhi kesiapan adalah pengetahuan. Kurangnya pengetahuan dan rasa malu yang dialami oleh remaja putri dapat mengakibatkan kesalahpahaman tentang *menstruasi*, hal itulah yang membuat mereka tidak siap menghadapi *menstruasi* (Dwi Wahyuni Ambali et al., 2022). Oleh sebab itu

pendidikan kesehatan sangat penting diberikan, hal tersebut dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan mempengaruhi sikap remaja dalam menghadapi perubahan-perubahan tersebut (Novita et al., 2020). Dengan begitu, remaja tidak akan merasa cemas dan dapat berpikir secara positif terhadap perubahan yang dihadapinya (Fatmawati et al., 2022).

Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.02.02/MENKES/52/2015 tentang Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019, Salah satu fokus utama Menteri Kesehatan adalah meningkatkan pemahaman dan pengetahuan remaja dengan indikator keberhasilan berupa peningkatan 75% dalam pemahaman mereka tentang kesehatan reproduksi (F. D. Lestari et al., 2022). Salah satu cara pemerintah berupaya dalam menghadapi masalah kesehatan reproduksi remaja adalah melalui implementasi Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR). Aplikasi PKPR dilaksanakan bersamaan dengan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) (Suazini & Humaeroh, 2019). Capaian jumlah Kabupaten/Kota yang menyelenggarakan Pelayanan Kesehatan Usia Reproduksi oleh Kementerian Kesehatan Indonesia pada tahun 2021 mencapai 360 Kabupaten/Kota, melebihi target sebanyak 200 Kabupaten/Kota. Di Jawa Barat, dari total 27 Kabupaten/Kota di lingkup Pemprov Jawa Barat, sebanyak 26 Kabupaten/Kota menyelenggarakan Pelayanan Kesehatan Usia Reproduksi (Kemenkes, 2021). Namun hal ini tidak sejalan dengan studi pendahuluan yang telah peneliti laksanakan di SDN Cicalengka 5, masih terdapat sekolah yang belum mendapatkan pendidikan kesehatan mengenai kesehatan reproduksi terkhusus mengenai *menstruasi*.

Bagi anak-anak, belajar sambil bermain adalah salah satu metode yang efektif digunakan untuk meningkatkan pengetahuan. Bermain adalah suatu kegiatan yang menyenangkan dan dilakukan atas kehendak sendiri (I Adeline et al., 2021). Media edukasi yang menyenangkan dan mudah digunakan, seperti permainan monopoli dan *puzzle*, diperlukan untuk menyampaikan pesan atau pengetahuan tentang kesehatan kepada anak-anak. Pendekatan ini dapat membantu meningkatkan minat anak-anak dalam mempelajari topik kesehatan (Hutami et al., 2019).

Permainan monopoli *puzzle* merupakan salah satu metode yang paling efektif digunakan untuk anak usia sekolah. Permainan ini merupakan permainan kelompok yang mudah dimainkan. Remaja mendapatkan informasi mengenai *menarche* melalui instruksi dan melihat gambar yang terdapat di dalam permainan serta menjawab pertanyaan sesuai dengan instruksi yang diberikan (Hutami et al., 2019). Penggunaan media edukasi yang menghibur dan tidak monoton untuk anak-anak akan menarik minat siswa, sehingga mereka akan lebih fokus dalam menerima informasi kesehatan yang disampaikan (Chifdillah et al., 2022).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Hutami et al., 2019) diperoleh gambaran nilai test siswa menunjukkan peningkatan sebanyak 29,4% sebelum dan sesudah dilakukan permainan Monopoli *Puzzle* Gigi (MOLEGI). Hal ini menunjukkan bahwa permainan dengan metode permainan yang mengkombinasikan monopoli dengan *puzzle* efektif dalam meningkatkan pengetahuan untuk anak usia sekolah. Pemanfaatan media pembelajaran berbasis permainan juga merupakan strategi yang efektif dalam memperkuat dan menerapkan konsep-konsep pembelajaran. Media pembelajaran yang digunakan

harus memberikan pengalaman yang nyata sehingga siswa dapat memahami pesan-pesan yang disampaikan secara langsung (Akhiryani et al., 2023).

Beberapa penelitian dan data yang sudah penulis paparkan diatas yang menjadi alasan penulis untuk melakukan penelitian tersebut. Kurangnya informasi yang didapat inilah yang membuat kesiapan remaja dalam menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi selama menstruasi belum maksimal. Kesiapan ini dapat tercapai dengan cara meningkatkan pengetahuan remaja melalui pendidikan kesehatan mengenai *menstruasi*.

Menggunakan permainan *puzzle* dan monopoli sebagai alat untuk pendidikan kesehatan selain dapat meningkatkan informasi mengenai *menarche* juga dapat meningkatkan aspek kognitifnya, terutama dalam memecahkan masalah dengan cara yang menyenangkan dan menarik bagi mereka (Permata, 2020). Selain itu, bermain juga membantu anak mengembangkan keterampilan kerjasama dan memahami pentingnya aturan, yang pada gilirannya membantu melatih kedisiplinan mereka (Hutami et al., 2019).

Pendidikan mengenai kesehatan reproduksi salah satunya mengenai *menarche* perlu mendapatkan perhatian dari tenaga kesehatan khususnya bagi perawat. Ketersediaan informasi yang kurang tepat tentang kesehatan reproduksi mendorong remaja untuk mencari pengetahuan sendiri, yang bisa mengarah pada mencari informasi yang mungkin tidak sepenuhnya akurat (Sainah et al., 2022). Oleh sebab itu, perawat kesehatan komunitas memiliki kewajiban untuk memulai dan terlibat dalam program promosi kesehatan reproduksi di lingkungan sekolah (Ramalepa, 2023).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di SDN Cicalengka 5 yang berlokasi di Kecamatan Cicalengka, Kabupaten Bandung. Pada saat dilakukan wawancara kepada kepala sekolah, beliau mengatakan bahwa belum pernah ada penyuluhan mengenai *menarche* serta tidak ada mata pelajaran khusus yang membahas tentang *menarche*. Dari ke 6 siswi yang telah dilakukan wawancara terdapat 6 orang tahu apa itu *menarche* namun mereka mengatakan tidak tahu perubahan seperti apa yang akan dialaminya sebelum dan setelah *menarche* sehingga mereka mengatakan tidak tahu apa yang perlu dilakukan dalam menghadapi perubahan tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan maksud untuk mengetahui sejauh mana efektifitas pemberian pendidikan kesehatan menstruasi melalui metode permainan Monopoli *Puzzle Menarche* (MOLEMEN) terhadap kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* di SDN Cicalengka 5.

B. Perumusan Masalah

Rumusan masalah merupakan tulisan singkat yang berisi terkait dengan pertanyaan yang akan diangkat oleh penulis. Berdasarkan latar belakang diatas, pertanyaan penelitian ini adalah “Apakah pendidikan kesehatan melalui MOLEMEN efektif terhadap kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* di SDN Cicalengka 5?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang ada, maka peneliti memiliki tujuan dalam penelitian ini yaitu :

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi efektifitas pendidikan kesehatan melalui metode permainan MOLEMEN terhadap kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* di SDN Cicalengka 5.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kesiapan remaja putri di SDN Cicalengka 5 dalam menghadapi *menarche* sebelum pemberian pendidikan kesehatan melalui metode permainan MOLEMEN.
- b. Mengidentifikasi kesiapan remaja putri di SDN Cicalengka 5 dalam menghadapi *menarche* setelah pemberian pendidikan kesehatan melalui metode permainan MOLEMEN
- c. Menganalisis efektifitas pendidikan kesehatan melalui metode permainan MOLEMEN terhadap kesiapan remaja putri di SDN Cicalengka 5 dalam menghadapi *menarche*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penulis berharap bahwa hasil dari penelitian yang sudah dilakukan dapat memberikan manfaat bagi Ilmu Kesehatan dan dapat menjadi sumber informasi maupun referensi bagi penyelesaian penelitian selanjutnya. Selain itu penelitian ini dapat mengungkapkan suatu permasalahan yang terjadi serta dapat memecahkan suatu masalah tersebut khususnya dalam Ilmu Keperawatan Komunitas.

2. Manfaat Praktisi

a. Manfaat bagi Tempat Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi SDN Cicalengka 5 menjadikan metode MOLEMEN sebagai media pendidikan kesehatan bagi remaja putri dalam menghadapi menarche.

b. Manfaat bagi Perawat Komunitas

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi bagi perawat komunitas menjadikan metode permainan MOLEMEN sebagai media pendidikan kesehatan.

c. Manfaat bagi Puskesmas

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi acuan dan evaluasi dalam penggunaan metode permainan MOLEMEN untuk melakukan promosi kesehatan terutama kepada remaja.

E. Sistematika Penulisan

Untuk mempermudah mengetahui pembahasan yang terdapat pada proposal ini, maka perlu dikemukakan sistematika yang merupakan kerangka dan pedoman penulisan proposal. Adapun sistematika penulisannya sebagai berikut.

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini berisi latar belakang yang menjelaskan mengenai *menarche* yang terjadi pada remaja putri, efektifitas pemberian pendidikan kesehatan melalui metode permainan MOLEMEN serta menjelaskan mengenai hal yang diteliti oleh penulis. Kemudian di dalam rumusan masalah terdapat penjelasan yang merujuk kepada inti masalah yang hendak diteliti.

Berkaitan dengan rumusan masalah tersebut, juga dijelaskan mengenai tujuan yang hendak dicapai dari penelitian ini sehingga dapat memberikan manfaat sebagai dampak dari perbaikan yang dapat diperoleh setelah tercapainya tujuan tersebut.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Bab ini berisi landasan teoritis terkait dengan variabel penelitian seperti konsep remaja, konsep *menarche*, kesiapan dalam menghadapi *menarche*, pendidikan kesehatan dan MOLEME serta hubungan metode permainan MOLEME dengan kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche*. Dituliskan pula hasil penelitian yang relevan dan kerangka pemikiran.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

Bab ini berisikan jenis penelitian, desain penelitian, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data dan instrumen penelitian, validasi instrumen, teknik analisa data serta etika penelitian.