

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan reproduksi remaja merupakan peran penting dalam menghasilkan sumber daya manusia berkualitas tinggi karena memengaruhi kemampuan seseorang untuk menjalani kehidupan dewasa yang sehat dan produktif. Sindrom pramenstruasi yang seringkali kurang mendapat perhatian, adalah salah satu masalah kesehatan reproduksi khas yang dihadapi remaja perempuan. Sebelum menstruasi, siklus gejala fisik, mental, dan perilaku yang dikenal sebagai sindrom pramenstruasi dapat mengganggu aktivitas sehari-hari.(Organization, 2023)

Menurut laporan *World Health Organization* (WHO) tahun 2024, sekitar 47,8% remaja perempuan di seluruh dunia mengalami gejala sindrom pramenstruasi dengan tingkat keparahan yang bervariasi karena karakteristik budaya. Di Turki 5,9%-76,3%, Iran 98,2% dengan gejala ringan hingga berat, 12% di Prancis, India 54% gejala ringan, 28% gejala sedang, 18% gejala berat.(Armour and al., 2025)

Di Indonesia, khususnya Kota Yogyakarta sekitar 42,5% remaja perempuan perkotaan mengalami gejala serupa. Gejala umum meliputi nyeri perut (42,5%), anemia (22,6%), dan gangguan psikologis seperti kecemasan atau depresi (23,6%), yang berdampak pada ketidakhadiran di sekolah hingga 20% per bulan. Hal ini menunjukkan bahwa sindrom pramenstruasi bukan hanya masalah fisiologis tetapi juga memengaruhi kesehatan mental dan produktivitas akademik. Banyak kasus tidak tertangani karena remaja dan komunitas mereka menganggap gejala-gejala ini normal. Namun, konsekuensi jangka panjangnya dapat menurunkan kualitas hidup dan prestasi akademik. Oleh karena itu, pendidikan yang tepat dan efektif sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja perempuan tentang sindrom pramenstruasi.

Survei tahun 2024 oleh Kementerian Kesehatan/Survey Status Gizi Indonesia (Kemenkes/SSGI) menunjukkan bahwa 22,6% remaja mengalami

anemia yang berhubungan dengan sindrom pramenstruasi yang dikutip dari beberapa wilayah di Indonesia dengan angka anemia tinggi yaitu DKI Jakarta 47,1%, Sulawesi Barat 33,8 %, Papua Selatan 32 %, Kepulauan Bangka Belitung 30,9 %, Kalimantan Timur 30,4 %, dan DI Yogyakarta 28,1 %.(RI, 2024) Data ini menegaskan tingginya prevalensi sindrom pramenstruasi di Indonesia dan kaitannya dengan masalah fisik dan psikologis yang signifikan. Sayangnya, literasi kesehatan reproduksi remaja masih rendah; sekitar 25% remaja tidak menyadari menstruasi sebelum menarche, dan hanya 30–40% yang memiliki sikap positif terhadap pencegahan. Situasi ini menyoroti perlunya media edukasi yang efektif dan menarik untuk meningkatkan pengetahuan dan menumbuhkan sikap adaptif terhadap sindrom pramenstruasi di kalangan remaja.

Di Sumatera Utara, sebuah penelitian di kota Medan pada remaja putri menunjukkan bahwa sebagian besar siswi mengalami gejala sindrom pramenstruasi. Penelitian melaporkan bahwa sebanyak 56,9% responden menunjukkan sindrom pramenstruasi dengan frekuensi gejala ringan. (Zahra *et al.*, 2023)

Berdasarkan observasi dan survei awal melalui tes pengetahuan kepada lima remaja putri, ditemukan bahwa tingkat pengetahuan mengenai sindrom pramenstruasi masih tergolong rendah. Ketika ditanya tentang deskripsi, gejala, dan upaya, sebagian besar responden tidak dapat memberikan jawaban yang akurat.

Pemerintah Indonesia berupaya meningkatkan kesehatan reproduksi remaja melalui penguatan edukasi, pelayanan kesehatan ramah remaja, serta pemanfaatan media pembelajaran yang mudah diakses dan sesuai perkembangan teknologi. Upaya ini sejalan dengan Permenkes Nomor 2 Tahun 2025 tentang Penyelenggaraan Upaya Kesehatan Reproduksi, yang menekankan pentingnya komunikasi, informasi, dan edukasi kesehatan reproduksi bagi remaja melalui pendekatan promotif dan preventif. Melalui Program Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) di puskesmas, pemerintah menyediakan layanan penyuluhan, konseling, dan deteksi dini masalah kesehatan reproduksi, termasuk sindrom pramenstruasi. Dalam konteks tersebut, pemanfaatan e-modul interaktif menjadi strategi yang relevan untuk mendukung implementasi kebijakan karena mampu menyajikan informasi secara sistematis, menarik, dan berbasis bukti, sehingga dapat

meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif remaja putri dalam menghadapi sindrom pramenstruasi secara lebih efektif.(Permenkes, 2025)

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati & Putra (2021) dan Sari (2020) menunjukkan bahwa penggunaan e-modul maupun e-modul interaktif mampu memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman, motivasi belajar, serta kemampuan berpikir kritis peserta didik. Meskipun demikian, kajian-kajian tersebut lebih banyak diterapkan pada bidang pembelajaran umum dan belum secara khusus mengkaji permasalahan kesehatan reproduksi pada remaja. Selain itu, sebagian besar penelitian sebelumnya berorientasi pada pendekatan Research and Development (R&D) yang menitikberatkan pada aspek kelayakan media pembelajaran dan peningkatan hasil belajar kognitif. Kajian mengenai pengaruh e-modul interaktif terhadap pembentukan pengetahuan dan sikap peserta didik, khususnya pada topik kesehatan reproduksi seperti sindrom pramenstruasi, masih relatif terbatas. Dengan demikian, terdapat kesenjangan berupa minimnya pengembangan serta pengujian efektivitas e-modul interaktif yang secara khusus dirancang untuk meningkatkan pemahaman dan sikap remaja putri mengenai sindrom pramenstruasi, terutama pada tingkat sekolah menengah pertama. (Rahmawati and Putra, 2021)(Sari, Andayani and Yusuf, 2020)

Kebutuhan akan inovasi dalam pendidikan kesehatan semakin penting mengingat tingginya angka kejadian sindrom pramenstruasi di kalangan remaja putri, rendahnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, dan terbatasnya akses terhadap media pembelajaran yang menarik dan mudah diakses di sekolah. Di SMP Yaspend Maura El Mumtaz di Kota Binjai, sebagian besar remaja putri masih kurang pengetahuan tentang sindrom pramenstruasi dan menunjukkan sikap yang kurang optimal terhadapnya. Meskipun sekolah menyediakan akses internet untuk mendukung proses pembelajaran, pemanfaatan fasilitas ini dalam kegiatan pendidikan kesehatan masih kurang optimal.

Oleh karena itu, dibutuhkan media pembelajaran yang lebih menarik, interaktif, dan terstruktur untuk meningkatkan pemahaman siswa terhadap informasi kesehatan. E-Modul interaktif merupakan alternatif yang tepat karena memungkinkan remaja putri untuk belajar secara mandiri menggunakan akses internet yang tersedia. Lebih lanjut, penyajian materi dalam bentuk teks, gambar,

animasi, dan fitur interaktif dapat membantu meningkatkan pemahaman dan minat siswa terhadap materi yang dipelajari. Oleh karena itu, penelitian tentang pengaruh e-modul interaktif terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang sindrom pramenstruasi diperlukan sebagai upaya untuk meningkatkan literasi kesehatan reproduksi dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah : “Apakah ada pengaruh e-modul interaktif sindrom pramenstruasi terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di SMP Yaspeng Maura El Mumtaz Kota Binjai?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Adapun yang menjadi tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh penggunaan e-modul interaktif sindrom pramenstruasi terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri di SMP Yaspeng Maura El Mumtaz Kota Binjai.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui pengetahuan remaja putri tentang sindrom pramenstruasi sebelum dan setelah diberikan intervensi e-modul interaktif.
- b. Untuk mengetahui perubahan sikap remaja putri terhadap sindrom pramenstruasi sebelum dan setelah diberikan intervensi e-modul interaktif.
- c. Untuk mengevaluasi pengaruh e-modul interaktif efektif sebagai media pembelajaran kesehatan reproduksi di lingkungan SMP Yaspeng Maura El Mumtaz.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang pendidikan kesehatan dan literasi digital pada remaja. Hasil penelitian ini dapat menjadi

sumber referensi mengenai efektivitas penggunaan e-modul interaktif sebagai media pembelajaran digital dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang sindrom pramenstruasi. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat mendukung pengembangan teori pembelajaran dan perubahan perilaku dalam pendidikan kesehatan, terutama yang berkaitan dengan upaya peningkatan pemahaman serta pembentukan sikap positif terhadap kesehatan reproduksi pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Untuk memperoleh data empiris yang dapat memperkuat kajian ilmiah mengenai efektivitas media pembelajaran digital dalam pendidikan kesehatan reproduksi, sekaligus menjadi pijakan untuk mengembangkan penelitian lanjutan di bidang intervensi edukatif berbasis teknologi. Membantu remaja putri memahami dan mengelola gejala sindrom pramenstruasi dengan pengetahuan dan sikap yang lebih positif.

b. Bagi Remaja Putri

Membantu meningkatkan pemahaman mereka tentang sindrom pramenstruasi dan membentuk sikap yang lebih positif dalam menghadapi gejala menstruasi, sehingga mereka lebih siap mengelola kondisi tersebut secara mandiri.

c. Bagi Sekolah

E-modul interaktif ini memberikan media edukasi yang praktis dan mudah digunakan dalam kegiatan pembelajaran maupun penyuluhan, sehingga dapat mendukung program kesehatan reproduksi di lingkungan sekolah secara lebih sistematis.

d. Bagi Institusi

Menjadi dasar untuk memperkuat pengembangan program pengabdian masyarakat, inovasi bahan ajar digital, serta kolaborasi institusi dalam meningkatkan literasi kesehatan reproduksi remaja di daerah binaan.

E. Keaslian Skripsi

Tabel 1.1 Keaslian Skripsi

No	Nama Penulis	Judul	Publikasi/ Tahun	Metode	Hasil Utama	Gap Penelitian
1	(Rakkini and Hema, 2023)	Influencia de un 6ocial didáctico en la comprensión y percepción de la menarquia precoz por parte de las adolescents	Salud, Ciencia y Tecnología, 6 Dec 2023	Kuasi-eksperimen	Modul didapatkan meningkatkan pemahaman remaja tentang menarche dini	Tidak spesifik pada sindrom pramenstruasi atau remaja SMP, dan belum menggunakan e-modul interaktif
2	(Saputra, Syurandhari and Fardiansyah, 2025)	Crossword puzzle sebagai media edukasi kesehatan menstruasi pada remaja putri	Deleted Journal, 28 Jul 2025	Eksperimen	Media teka-teki silang meningkatkan pengetahuan menstruasi remaja	Fokus pada teka-teki silang, bukan e-modul interaktif, dan tidak meneliti sikap terhadap sindrom pramenstruasi
3	(Tartaç and Özkan, 2011)	Lise Öğrencilerini Menstruasyon Hijyen Konusunda Bilgi/Tutumları ve Eğitimin Etkinliğini Değerlendirme	Gazi Medical Journal, 1 Jun 2011	Survei kuantitatif	Pendidikan kesehatan menstruasi meningkatkan pengetahuan dan sikap hygiene menstruasi	Tidak spesifik sindrom pramenstruasi, remaja SMA, bukan SMP, dan belum menggunakan e-modul interaktif

No	Nama Penulis	Judul	Publikasi/ Tahun	Metode	Hasil Utama	Gap Penelitian
4	(Silaban, Lumbant oruan and RouliD, 2023)	The Relationship Of Knowledge And Attitudes Of Adolescent Females About Dysmenorrhea With The Handling Of Dysmenorrhea In Class X Students	IJHET, 22 Jul 2023	Survei kuantitatif	Pengetahuan dan sikap berhubungan positif dengan cara menangani dismenore	Tidak meneliti sindrom pramenstruasi, tidak menggunakan media interaktif, populasi SMA
5	(Yolanda , Rustikayanti and Tamara, 2023)	Pengaruh Paket “Avil-PMS” Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Di SMA “X” Kota Bandung	Jurnal Nasional, 2023	Eksperimen	Paket edukasi Avil-PMS meningkatkan pengetahuan remaja putri	Tidak berbasis e-modul interaktif, populasi SMA, hanya pengetahuan