

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan reproduksi remaja merupakan aspek penting dalam pembangunan manusia berkelanjutan karena masa remaja merupakan fase transisi menuju kematangan biologis dan sosial. *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan kesehatan reproduksi sebagai kondisi fisik, mental, dan sosial yang utuh terkait sistem, fungsi, dan proses reproduksi. Pada remaja perempuan, salah satu indikator utama kesehatan reproduksi adalah menstruasi sebagai tanda kematangan organ reproduksi dan kesiapan fungsi reproduksi normal (WHO, 2024).

Secara global, lebih dari 1,8 miliar perempuan mengalami menstruasi setiap bulan (WHO, 2023). Namun, data *United Nations Children's Fund* (UNICEF) menunjukkan bahwa sekitar 500 juta perempuan di seluruh dunia masih kekurangan akses terhadap fasilitas, produk, dan edukasi yang memadai untuk manajemen menstruasi terutama di negara berpenghasilan rendah dan menengah (UNICEF, 2023). Bahkan, laporan UNICEF–WHO *Joint Monitoring Programme* (JMP) tahun 2024 mengungkapkan bahwa hanya 69 % sekolah di dunia yang menyediakan pendidikan kesehatan menstruasi secara formal yang didominasi oleh negara berpenghasilan tinggi dan menengah seperti Eropa, Amerika, Jepang dan Selandia Baru, dan kurang dari 31 % tidak menerima pendidikan kesehatan menstruasi dengan layak di dominasi oleh negara berpenghasilan rendah dan menengah, seperti wilayah Afrika, Nigeria, India, Nepal dan Asia Tenggara Tertentu. (UNICEF, 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa masalah manajemen menstruasi tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga membatasi partisipasi pendidikan dan menimbulkan stres psikososial bagi remaja perempuan.

Kondisi serupa juga ditemukan di Indonesia, di mana akses dan praktik manajemen menstruasi remaja masih menghadapi tantangan signifikan. Berdasarkan survei *Performance Monitoring for Action* (PMA) tahun 2020 di

Indonesia, sebesar 78,8% perempuan usia 15–49 tahun telah memiliki kebutuhan dasar untuk mengelola menstruasi. Namun, sekitar 21% perempuan masih mengalami kesulitan dalam akses air bersih, sanitasi, dan produk pembalut menstruasi. Keterbatasan tersebut terutama ditemukan pada wilayah pedesaan, daerah tertinggal, dan kawasan kepulauan, yang mencakup beberapa wilayah di Indonesia Timur seperti Nusa Tenggara Timur, Nusa Tenggara Barat, Maluku, dan Papua, serta sebagian wilayah di Sulawesi, Sumatera, dan pedesaan Pulau Jawa (Kemenkes, 2020).

Pada tingkat nasional Badan Pusat Statistik melaporkan adanya peningkatan kasus kehamilan tidak direncanakan di kalangan remaja Indonesia, dengan prevalensi mencapai 48 per 1.000 remaja putri berusia 15-19 tahun pada tahun 2021. Secara absolut, jumlah kasus banyak ditemukan di provinsi berpenduduk besar seperti Jawa Barat, Jawa Tengah, dan Jawa Timur. Sementara itu, berdasarkan tingkat risiko, beberapa provinsi di luar Jawa juga menunjukkan prevalensi yang relatif tinggi. Kondisi ini terjadi baik di wilayah perkotaan maupun perdesaan dan berkaitan dengan keterbatasan pendidikan kesehatan reproduksi serta akses layanan kesehatan remaja (Profil Kesehatan Ibu dan Anak 2022). Tantangan lain adalah rendahnya praktik pencatatan siklus menstruasi. Data *Global Early Adolescent Study* (GEAS) Indonesia tahun 2020 menunjukkan bahwa hanya 29% remaja putri yang rutin melacak siklus menstruasi mereka, baik secara manual maupun digital. Temuan ini diperoleh dari lokasi studi di wilayah perkotaan dan semi-perkotaan di Indonesia, yang mencerminkan masih terbatasnya literasi kesehatan reproduksi dan kebiasaan pemantauan siklus menstruasi pada remaja putri.

Selain itu, beberapa penelitian nasional menemukan bahwa tingkat pengetahuan remaja tentang menstruasi masih berada pada kategori sedang atau rendah, misalnya, penelitian yang dilakukan Handayani di Tangerang menunjukkan hanya 48,9% remaja yang memiliki pengetahuan menstruasi pada kategori sedang, sementara sisanya berada pada kategori kurang (Handayani *et al.*, 2022).

Berdasarkan Profil Kesehatan Reproduksi Remaja Sumatera Utara 2020–2022 yang diterbitkan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Sumut, hanya

sekitar 41% remaja putri yang memahami cara menghitung siklus haid dengan benar pada tahun 2020 (Profil Kesehatan Reproduksi Remaja Sumatera Utara 2020). Hasil survey pendahuluan melalui wawancara dengan guru Bimbingan Konseling (BK) di SMPN 9 Kota Tebing Tinggi menunjukkan bahwa sebagian besar siswi belum melakukan pencatatan siklus menstruasi secara rutin. Selain itu, masih sedikit siswi yang memahami manfaat penggunaan kalender menstruasi sebagai alat pemantauan kesehatan reproduksi. Kondisi ini menegaskan perlunya penelitian lebih mendalam mengenai tingkat pengetahuan siklus menstruasi pada remaja di Kota Tebing Tinggi sebagai upaya yang strategis untuk meningkatkan kesehatan reproduksi remaja di wilayah Sumatera Utara.

Upaya peningkatan literasi kesehatan reproduksi juga dilakukan melalui program Generasi Berencana (GenRe) yang dijalankan oleh BKKBN Sumatera Utara. Laporan tahun 2023 menunjukkan bahwa partisipasi remaja putri dalam edukasi kesehatan reproduksi meningkat hingga 30%, termasuk kegiatan pelatihan pencatatan siklus menstruasi secara manual maupun menggunakan aplikasi kalender (BKKBN Sumatera Utara, 2023). Kementerian Kesehatan juga meluncurkan program Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) dan Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) di berbagai puskesmas di Sumatera Utara, yang memberikan layanan konsultasi, edukasi menstruasi sehat, pencegahan anemia, serta pelatihan pencatatan siklus haid untuk deteksi dini gangguan reproduksi yang pelaksanaannya didukung oleh Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 2 Tahun 2025 tentang Penyelenggaraan Upaya Kesehatan Reproduksi. (Kemenkes RI, 2022).

Meskipun demikian, efektivitas media edukasi yang digunakan dalam berbagai program tersebut masih bervariasi. Media leaflet hanya mampu meningkatkan pengetahuan remaja sekitar 25–40%, poster sekitar 15–30%, dan buku saku sekitar 30–50%, karena ketiganya cenderung bersifat pasif dan tidak melatih keterampilan praktik (Sari & Handayani, 2020; Rahmawati, 2021; Lestari, 2021). Sebaliknya, kalender menstruasi terbukti lebih efektif dengan peningkatan pengetahuan mencapai 40–65%, karena media ini bersifat visual, konkret, dan langsung mengajarkan remaja cara mencatat HPHT serta

memantau pola siklus haid secara mandiri (Putri, 2022; Widyaningrum, 2023).

Dengan efektivitas yang lebih tinggi dan sifat aplikatif, kalender menstruasi cetak merupakan media edukasi yang tepat untuk meningkatkan kesadaran dan keterampilan remaja dalam mengenali pola menstruasi. Media ini membantu remaja mencatat awal dan akhir haid, memahami interval siklus, serta mengidentifikasi ketidakaturan. Selain itu, bentuknya yang sederhana, mudah digunakan, dan tidak memerlukan perangkat digital menjadikan kalender menstruasi pilihan yang sesuai untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pencatatan siklus haid pada remaja putri

Penelitian sebelumnya umumnya berfokus pada edukasi terkait nyeri menstruasi atau pencegahan kehamilan tanpa menilai keterampilan praktis remaja dalam mencatat siklus, seperti menandai HPHT atau mengenali ketidakaturan haid (Dzihna Karima *et al.*, 2021); (Puspitasari *et al.*, 2020), Beberapa studi juga dilakukan pada kelompok yang tidak relevan dengan konteks penelitian ini, misalnya pada siswa sekolah dasar (Anita, *et al* 2025) atau remaja yang menggunakan aplikasi digital tanpa melibatkan media kalender cetak sebagai alat pencatatan rutin (Putriani *et al.*, 2025);(Rosyida, 2020). Selain itu, sebagian besar penelitian sebelumnya dilakukan di kota besar dan menyasar remaja SMA atau wanita usia subur, sehingga belum menggambarkan kebutuhan remaja SMP di wilayah non-metropolitan seperti Kota Tebing Tinggi. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan berupa belum tersedianya intervensi edukasi yang mengintegrasikan materi siklus menstruasi dengan penggunaan kalender cetak sebagai media latihan pencatatan yang sederhana dan mudah diterapkan di sekolah.

Berdasarkan latar belakang tersebut diperlukan upaya edukasi yang terstruktur dan mudah dipahami, terutama di lingkungan sekolah, agar remaja putri memiliki pengetahuan dan keterampilan praktis dalam mencatat dan memahami siklus menstruasi sebagai bagian dari pemantauan kesehatan reproduksi lewat edukasi Siklus Menstruasi Dengan Media Kalender terhadap pengetahuan dan keterampilan pencatatan siklus menstruasi pada remaja putri di SMPN 9 Kota Tebing Tinggi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas yang menjadi rumusan masalah adalah : “Apakah ada pengaruh edukasi siklus menstruasi dengan media kalender terhadap pengetahuan dan keterampilan pencatatan siklus menstruasi pada remaja putri?”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh edukasi siklus menstruasi dengan media kalender terhadap pengetahuan dan keterampilan pencatatan siklus menstruasi pada remaja putri di SMPN 9 Kota Tebing Tinggi

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang siklus menstruasi sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan media kalender
- b. Untuk mengetahui keterampilan remaja putri dalam mencatat siklus menstruasi sebelum dan sesudah diberi edukasi dengan media kalender
- c. Untuk menganalisis pengaruh edukasi siklus menstruasi dengan media kalender terhadap pengetahuan dan keterampilan pencatatan siklus menstruasi.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai bahan untuk menambah referensi bagi pembaca maupun bagi mahasiswa yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan memberikan ilmu pengetahuan maupun pengalaman dalam memberikan edukasi kesehatan menggunakan media kalender

b. Bagi Remaja

Pendidikan ini memberikan remaja putri wawasan dan keterampilan praktis untuk memahami dan mencatat siklus menstruasi mereka secara mandiri. Melalui pendidikan ini, diharapkan remaja putri menjadi lebih peka terhadap pola menstruasi mereka, mampu menjaga kebersihan pribadi, dan memandang perubahan tubuh mereka dengan sikap yang lebih positif.

c. Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat digunakan sebagai panduan dan inovasi untuk kegiatan pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah dengan metode pendidikan yang menarik, mudah dipahami, dan disesuaikan dengan kebutuhan remaja. Sekolah juga dapat mengintegrasikannya ke dalam program UKS (Unit Kesehatan Sekolah) atau program pembentukan karakter untuk remaja putri.

d. Bagi Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan motivasi serta menghasilkan inovasi dalam proses pembelajaran yang lebih bervariasi, sehingga dapat menjadi salah satu referensi dalam meningkatkan mutu pendidikan dan menambah sumber pengetahuan bagi mahasiswa Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan.

E. Keaslian Skripsi

Tabel 1.1 Keaslian Skripsi

No	Nama Peneliti & Tahun	Judul Penelitian	Metodologi	Hasil Utama	Perbedaan
1	Karima & Karjatin (2021)	PENGARUH MEDIA KALENDER TERHADAP PENGETAHUAN PENCEGAHAN NYERI MENSTRUASI (DISMENOREA) PADA REMAJA	Pre-eksperimental, one-group pretest-posttest, 57 responden remaja putri	Ada peningkatan signifikan pengetahuan pencegahan nyeri menstruasi ($p=0,000$).	Fokus pada pencegahan nyeri menstruasi, bukan pencatatan siklus haid; tidak menilai keterampilan.

No	Nama Peneliti & Tahun	Judul Penelitian	Metodologi	Hasil Utama	Perbedaan
2	Puspitasari et al. (2020)	Pengaruh Kalender Penanda Menstruasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perubahan Perilaku Wanita Usia Subur Dalam Menandai Tanggal HPHT	Quasi-eksperimental, 32 responden WUS, intervensi 3 bulan	Peningkatan pengetahuan dan perilaku pencatatan HPHT signifikan ($p < 0,05$).	Subjek wanita usia subur, bukan remaja; fokus ke HPHT dan perilaku reproduksi, bukan edukasi remaja.
3	Anita et al. (2023)	Peningkatan Pengetahuan Dokumentasi Menstruasi Melalui Edukasi Buku “My Mens Day” Di UPT SDN 007 Pangkalan Baru Kecamatan Siak	Pre-eksperimental, pre-post test, 32 siswi SD	Peningkatan pengetahuan dokumentasi menstruasi sebesar 13,7%.	Subjek siswi SD, bukan SMP; tidak menilai keterampilan praktik pencatatan.
4	Putriani et al. (2025)	EFEKTIVITAS APLIKASI BLOOD TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG MENSTRUASI DI SMK SUMATRA 40 KOTA BANDUNG	Quasi-eksperimental, 52 siswi SMK	Peningkatan pengetahuan dari 73,1% menjadi 94,2%, $p = 0,000$.	Menggunakan aplikasi digital, hanya menilai pengetahuan, tidak menilai keterampilan.
5	Desta Ayu Cahya Rosyida, (2019)	Efektifitas Aplikasi Kalender Menstruasi Terhadap Pengetahuan Remaja Putri	Quasi-eksperimental, 34 siswi usia 10–22 tahun	Pengetahuan meningkat signifikan ($p = 0,000$).	Hanya menilai pengetahuan; belum menilai keterampilan pencatatan.