

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan fase peralihan dari anak-anak ke dewasa dimana perkembangan yang menyertai peralihan fase tersebut berupa perubahan fisik, biologis, psikologis, dan sosial. Dari salah satu perubahan yang dialami remaja tersebut hal paling signifikan terjadi adalah pada aspek biologis ditandai dengan dimulainya menstruasi sebagai tanda kematangan sistem reproduksi remaja. Sistem reproduksi pada perempuan merupakan siklus umum, tetap serta lazim yang disiapkan tubuh untuk kehamilan dan pembuahan yang biasa disebut dengan siklus menstruasi. *National Institute of Health* menyebutkan jika, normalnya siklus menstruasi terjadi antara 21-35 hari. Umumnya, wanita mengalami siklus menstruasi 28 hari dengan lama 4-6 hari setiap bulannya. Hal ini merupakan salah satu indikator dalam menentukan keadaan fisiologis dari organ reproduksi wanita.

Berlangsungnya siklus menstruasi terkadang berbeda setiap bulannya, sehingga dapat ketidakteraturan menstruasi yang terjadi. Hal tersebut dapat menjadi gangguan menstruasi yang dialami oleh wanita, Menurut laporan WHO (2023), prevalensi gangguan siklus menstruasi pada wanita mencapai sekitar 45%. Berdasarkan hasil Data Riset Kesehatan Dasar (2023) menunjukkan bahwa di Indonesia, 13,7% wanita

berusia 10–59 tahun mengalami siklus menstruasi tidak teratur dalam kurun waktu satu tahun. Pada kelompok usia 17–29 tahun dan 30–34 tahun, prevalensi gangguan menstruasi mencapai 16,4%. Beberapa penelitian menunjukkan tingginya prevalensi remaja putri yang mengalami gangguan siklus mens, diantaranya penelitian dengan persentase sebesar 93,2% yang dilakukan pada remaja putri berusia 10-19 tahun (Miraturrofi'ah, 2020).

Beberapa faktor yang mempengaruhi gangguan menstruasi meliputi asupan fitoestrogen, tingkat aktivitas fisik, dan tingkat stress. Sehingga dari siklus menstruasi yang tidak teratur seperti lamanya durasi menstruasi yang tidak normal dapat memperburuk kondisi kesehatan pada remaja putri salah satunya dengan kejadian anemia dimana sehubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh D. Sumy, et.al (2025) di SMP Negeri 1 Grogol menunjukkan bahwa 26,7% mengalami menstruasi tidak normal, dengan durasi lamanya menstruasi >7 hari. Penelitian D. Sumy et al. (2025) di SMP Negeri 1 Grogol ini menemukan korelasi antara durasi menstruasi tidak normal dengan kejadian anemia pada siswi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan di SMPN 1 Grogol dengan jumlah siswi kelas 8 keseluruhan adalah 168. Dengan presentase sebesar 35,6% mengalami siklus menstruasi yang panjang sebesar 17,8% dari mereka tidak mengetahui mengenai panjang/pendek siklus menstruasinya, untuk durasi lamanya menstruasi

rata-rata 3-7 hari namun terdapat pula 6,7% siswi mengalami durasi menstruasi yang melebihi dari 7 hari.

Data ini menunjukkan urgensi intervensi preventif melalui peningkatan pengetahuan sebagai langkah awal pencegahan komplikasi. Dengan pemahaman yang baik tentang menstruasi, remaja diharapkan dapat melakukan *early detection* terhadap gangguan yang dialami, sehingga dapat segera berkonsultasi dengan tenaga kesehatan untuk mendapatkan penanganan dini sebelum terjadi komplikasi lebih lanjut.

Namun, *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa sekitar 500 juta perempuan dan anak perempuan di seluruh dunia mengalami kesulitan dalam mengakses fasilitas, materi, atau edukasi yang memadai untuk mengetahui permasalahan menstruasi dengan cepat, bermartabat dan aman. Di Indonesia, data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa 68,7% remaja putri usia 10-19 tahun telah mengalami menarche, namun tingkat pengetahuan mereka tentang kesehatan reproduksi masih relatif rendah.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di SMPN 1 Grogol diperoleh informasi bahwa siswi telah mendapatkan materi mengenai menstruasi melalui kegiatan belajar mengajar dikelas. Namun, penyampaian materi tersebut masih bersifat umum dan belum mendalam sehingga pemahaman siswi mengenai menstruasi cenderung terbatas pada pengetahuan dasar yang disampaikan dalam pembelajaran formal di

sekolah tanpa adanya pendalaman materi yang lebih komprehensif mengenai aspek-aspek penting terkait kesehatan reproduksi remaja.

Kurangnya pengetahuan tentang menstruasi dapat berdampak negatif pada kesehatan reproduksi remaja putri. Penelitian menunjukkan bahwa remaja dengan pengetahuan yang rendah tentang menstruasi cenderung mengalami kecemasan berlebihan, anemia, praktik kebersihan yang tidak tepat, dan gangguan aktivitas sehari-hari selama periode menstruasi (I. Dewi, S. Chasanah 2023). Selain itu, mitos dan stigma negatif yang masih beredar di masyarakat mengenai menstruasi memperburuk kondisi ini.

Pada era sekarang perkembangan teknologi digital telah membuka peluang baru dalam penyampaian edukasi kesehatan. *Smartphone* dan *Website* kini menjadi media yang efektif untuk menyebarkan informasi kesehatan kepada remaja. Data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2023 menunjukkan bahwa 77,02% penduduk Indonesia telah menggunakan internet, dengan penetrasi tertinggi pada kelompok usia 13-18 tahun mencapai 99,16%.

Website Cycle Core merupakan platform digital yang dirancang khusus untuk memberikan edukasi kesehatan reproduksi kepada remaja dengan format yang menarik dan mudah dipahami. *Website* ini menghadirkan materi dalam bentuk presentasi interaktif yang mencakup informasi komprehensif tentang menstruasi dan siklus menstruasi. Konten disajikan dengan pendekatan yang ramah kepada remaja, menggunakan

bahasa yang sederhana, visualisasi yang menarik, dan dapat diakses kapan saja melalui perangkat Android.

Siswa SMP kelas 8 dipilih sebagai subjek penelitian karena berada pada rentang usia 12-16 tahun, dimana sebagian besar telah mengalami menarche dan memiliki akses yang baik terhadap teknologi *Smartphone*. Selain itu, pada usia ini remaja sudah memiliki kemampuan kognitif yang memadai untuk memahami konsep-konsep kesehatan reproduksi yang sedikit lebih kompleks.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan *Website Cycle Core* terhadap tingkat pengetahuan siklus menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 1 Grogol, dengan harapan dapat memberikan gambaran jelas mengenai kontribusi teknologi digital dalam meningkatkan literasi kesehatan reproduksi remaja. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi rujukan untuk pengembangan aplikasi serupa dan implementasi program edukasi kesehatan berbasis teknologi di tingkat sekolah maupun komunitas.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah Pengaruh Penggunaan *Website Cycle Core* Untuk Pengetahuan Mengenai Menstruasi Yang Terjadi Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Grogol

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Penggunaan *Website Cycle Core* Sebagai Media Belajar dan Informasi Mengenai Menstruasi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Putri

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun Tujuan Khusus Dalam Penelitian ini untuk:

- a. Mengidentifikasi pengetahuan remaja putri mengenai menstruasi sebelum penggunaan *Website Cycle Core*
- b. Mengidentifikasi pengetahuan remaja remaja putri mengenai menstruasi sesudah penggunaan *Website Cycle Core*
- c. Menganalisis pengaruh penggunaan *Website Cycle Core* terhadap pengetahuan remaja putri mengenai menstruasi

1.4 Manfaat

1. Bagi responden

Mendapatkan alat sebagai media belajar setiap saat untuk terus meningkatkan dan mengingat pengetahuan mengenai menstruasi yang dialami oleh responden yaitu remaja putri SMP

2. Bagi peneliti

Dapat memberikan kontribusi nyata pada bidang kesehatan reproduksi serta memfasilitasi media belajar kepada remaja putri SMP melalui *Website* yang dapat diakses kapan dan dimana saja serta sudah disesuaikan dengan teori-teori yang akurat.

3. Bagi profesi kebidanan

Sebagai alternatif metode edukasi kesehatan reproduksi yang inovatif bagi profesi kebidanan, inovasi ini akan dapat mendukung bidan dalam memberikan pelayanan yang lebih menarik dan sesuai dengan perkembangan zaman.

4. Bagi institusi

Meningkatkan nilai program studi kebidanan melalui penelitian yang relevan dengan menciptakan media belajar edukatif, inovatif, dan kreatif.