

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI SEKOLAH DASAR TENTANG MENARCHE DI SD NO 1 KEROBOKAN KAJA

OVERVIEW OF ELEMENTARY SCHOOL GIRLS' KNOWLEDGE LEVEL ABOUT MENARCHE AT SD NO 1 KEROBOKAN KAJA

Komang Ayu Purnama Yanti^{1*}, Ni Ketut Citrawati¹, Ni Kadek Yuni Lestari¹

¹STIKES Wira Medika Bali

*E-mail: ayupurnama497@gmail.com

ABSTRAK

Menarche merupakan fase penting dalam perkembangan remaja putri yang memerlukan kesiapan pengetahuan sejak usia sekolah dasar. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat pengetahuan remaja putri sekolah dasar tentang menarche di SD No. 1 Kerobokan Kaja. Penelitian menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan sampel 90 siswi kelas IV–VI yang dipilih menggunakan teknik consecutive sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan tentang menarche yang telah diuji validitas dan reliabilitas, kemudian dianalisis secara univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan responden sebagian besar berada pada kategori cukup, dengan variasi tingkat pengetahuan berdasarkan usia, tingkat kelas, status menarche, dan sumber informasi. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa remaja putri sekolah dasar telah memiliki pemahaman dasar tentang menarche, namun masih memerlukan penguatan edukasi kesehatan reproduksi agar kesiapan menghadapi menarche dapat ditingkatkan secara optimal.

Kata Kunci: Menarche, Pengetahuan, Remaja putri SD.

ABSTRACT

Menarche is an important developmental phase in adolescent girls that requires adequate knowledge from an early age. This study aimed to describe the level of knowledge of elementary school girls regarding menarche at SD No. 1 Kerobokan Kaja. This study employed a quantitative descriptive design with a sample of 90 female students in grades IV–VI selected using consecutive sampling. Data were collected using a validated and reliable menarche knowledge questionnaire and analyzed using univariate analysis. The results indicated that most respondents had a moderate level of knowledge, with variations according to age, grade level, menarche status, and sources of information. In conclusion, elementary school girls generally possess basic knowledge about menarche; however, strengthened reproductive health education is needed to enhance their preparedness for experiencing menarche.

Keywords: Menarche, Knowledge, Female Students.

Pendahuluan

Menarche merupakan tanda awal pubertas pada remaja putri yang menandai dimulainya kematangan fungsi reproduksi. Saat ini, usia menarche cenderung terjadi lebih dini, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti status gizi, lingkungan, dan gaya hidup

(Amalia, 2024). Menarche yang terjadi pada usia dini memerlukan kesiapan fisik, psikologis, dan emosional yang didukung oleh pengetahuan yang memadai. Kurangnya pengetahuan tentang menarche dapat menimbulkan respon negatif pada remaja putri, seperti kecemasan, kebingungan, dan

ketakutan dalam menghadapi perubahan tubuh (Nasyalaras Paramita, 2023).

Masa pubertas merupakan fase transisi penting yang ditandai dengan perubahan biologis dan psikososial. Tanpa pemahaman yang baik mengenai menarche dan menstruasi, remaja putri berisiko mengalami gangguan adaptasi, terbentuknya citra diri yang negatif, serta praktik kebersihan menstruasi yang kurang tepat (Oktamia Anggraini Putri, 2022). Oleh karena itu, pengetahuan tentang menarche menjadi aspek penting dalam mempersiapkan remaja putri menghadapi perubahan perkembangan tersebut. Namun, pendidikan kesehatan reproduksi yang secara khusus membahas menarche di tingkat sekolah dasar masih belum dilaksanakan secara optimal (Indriasari & Kusuma, 2024).

Remaja putri usia sekolah dasar, khususnya pada rentang usia 10–12 tahun, berada pada fase pra-pubertas hingga awal pubertas, sehingga memiliki kerentanan untuk mengalami menarche tanpa persiapan yang memadai. Kondisi ini menegaskan pentingnya pemberian edukasi sejak dini agar remaja putri memiliki pemahaman dasar sebelum mengalami menstruasi pertama. Pengetahuan tentang menarche mencakup pemahaman mengenai pengertian menstruasi, tanda-tanda fisik, proses biologis, serta cara menjaga kebersihan diri selama menstruasi (Notoatmodjo, 2012; Dewi 2025). Pengetahuan yang rendah dapat berdampak pada kesiapan mental dan perilaku perawatan diri yang tidak tepat (Rodiyah et al., 2023).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Provinsi Bali (2023), terdapat 146,0 ribu remaja putri pada kelompok usia 10–14 tahun yang merupakan usia rawan memasuki menarche. Dinas Kesehatan Provinsi Bali (2020) melaporkan bahwa Kabupaten Badung termasuk wilayah dengan proporsi remaja putri yang telah mengalami menarche cukup tinggi. Kondisi ini menunjukkan bahwa remaja putri sekolah dasar berada pada fase transisi menuju pubertas yang membutuhkan kesiapan dan pengetahuan sejak dini.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri sekolah dasar tentang menarche masih berada pada kategori cukup hingga rendah (Putri et al., 2024). Namun demikian, sebagian besar penelitian lebih banyak

berfokus pada remaja usia sekolah menengah, sementara data deskriptif mengenai tingkat pengetahuan remaja putri di tingkat sekolah dasar masih terbatas, khususnya pada konteks sekolah dasar negeri di Kabupaten Badung.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SD No. 1 Kerobokan Kaja pada 29 Juli 2025 menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri belum memahami secara optimal mengenai pengertian menarche, perubahan yang terjadi selama menstruasi, serta cara menjaga kebersihan diri. Selain itu, pendidikan kesehatan reproduksi yang secara khusus membahas menarche belum pernah dilaksanakan di sekolah tersebut. Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan akan data empiris mengenai tingkat pengetahuan remaja putri sekolah dasar sebagai dasar perencanaan intervensi edukatif yang tepat.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menggambarkan tingkat pengetahuan remaja putri sekolah dasar tentang menarche di SD No. 1 Kerobokan Kaja.

Metodologi Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif menggunakan pendekatan cross-sectional. Desain deskriptif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat pengetahuan remaja putri sekolah dasar tentang menarche tanpa menganalisis hubungan atau pengaruh antarvariabel. Pendekatan ini memungkinkan peneliti memperoleh gambaran karakteristik dan distribusi tingkat pengetahuan responden pada satu waktu pengukuran.

Penelitian dilaksanakan pada bulan Juli 2025 di SD No. 1 Kerobokan Kaja. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas IV, V, dan VI. Sampel penelitian terdiri dari 90 siswi yang dipilih menggunakan teknik consecutive sampling, yaitu seluruh subjek yang memenuhi kriteria inklusi dan bersedia menjadi responden selama periode pengumpulan data. Partisipasi responden dilakukan dengan persetujuan orang tua atau wali melalui penandatanganan informed consent.

Data yang dikumpulkan merupakan data primer yang meliputi karakteristik responden

dan tingkat pengetahuan tentang menarche. Instrumen penelitian berupa kuesioner tingkat pengetahuan tentang menarche yang telah diuji validitas dan reliabilitas. Analisis data dilakukan secara univariat untuk

menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase tingkat pengetahuan responden serta karakteristiknya. Penelitian ini tidak menggunakan analisis bivariat atau uji hubungan antarvariabel.

Hasil Penelitian

Tabel 1. Karakteristik Subyek Penelitian

Karakteristik		Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia	10	36	40,0
	11	36	40,0
	12	18	20,0
	Total	90	100
Kelas	IV	22	24,4
	V	30	33,4
	VI	38	42,2
	Total	90	100
Status <i>menarche</i>	Sudah	37	41,1
	Belum	53	58,9
	Total	90	100
Umur pertama <i>menarche</i>	10	14	15,6
	11	18	20,0
	12	5	5,6
	Belum <i>menarche</i>	53	58,9
	Total	90	100
Sumber Informasi	Orang sekitar	73	81,0
	Media	11	12,3
	Tidak pernah	6	6,7
	Total	90	100

Berdasarkan Tabel 1, responden dalam penelitian ini berjumlah 90 siswi sekolah dasar. Sebagian besar responden berusia 10 dan 11 tahun, masing-masing sebesar 40,0%, dan mayoritas berada di kelas VI (42,2%). Lebih dari setengah responden belum mengalami menarche (58,9%). Bagi responden yang telah mengalami menarche, usia pertama menarche paling banyak terjadi pada usia 11 tahun. Sumber informasi mengenai menarche sebagian besar diperoleh dari orang tua atau keluarga (81,0%).

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Sekolah Dasar Tentang Menarche

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	37	41,1
Cukup	49	54,4
Kurang	4	4,4
Total	90	100

Berdasarkan data tabel 2, dapat dilihat bahwa dari 90 responden, mayoritas responden memiliki pengetahuan cukup.

Tabel 3. Crosstabulasi Karakteristik Responden Dengan Tingkat Pengetahuan

Status Menarche	Pengetahuan							
	Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Sudah	35	38,9	2	2,2	0	0	37	41,1
Belum	2	2,2	47	52,2	4	4,5	53	58,9
Total	37	41,1	49	54,4	4	4,5	90	100

Berdasarkan hasil tabulasi silang pada Tabel 3, responden yang belum mengalami menarche sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan pada kategori cukup, sedangkan responden yang telah mengalami menarche lebih banyak berada pada kategori pengetahuan baik.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri sekolah dasar memiliki tingkat pengetahuan tentang menarche pada kategori cukup. Temuan ini mengindikasikan bahwa responden telah memiliki pemahaman dasar mengenai menarche sebagai bagian dari proses pubertas, namun pemahaman tersebut belum sepenuhnya mencakup aspek biologis dan perawatan diri selama menstruasi. Kondisi ini menunjukkan bahwa kesiapan remaja putri dalam menghadapi menarche masih memerlukan penguatan melalui edukasi kesehatan reproduksi yang terstruktur dan sesuai dengan tahap perkembangan usia sekolah dasar.

Ditinjau berdasarkan status menarche, responden yang belum mengalami menarche cenderung memiliki tingkat pengetahuan pada kategori cukup, sedangkan responden yang telah mengalami menarche lebih banyak berada pada kategori pengetahuan baik. Temuan ini menunjukkan bahwa pengalaman langsung terkait menstruasi dapat berperan dalam meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai menarche. Remaja putri yang telah mengalami menarche memiliki kesempatan untuk memperoleh informasi tambahan melalui pengalaman pribadi, diskusi dengan orang tua, maupun interaksi sosial, sehingga pengetahuannya menjadi lebih baik dibandingkan dengan remaja putri yang belum mengalami menarche.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa pengetahuan

merupakan hasil dari proses belajar yang diperoleh melalui pengalaman dan interaksi dengan lingkungan (Notoatmodjo, 2012). Pengalaman menstruasi pertama dapat menjadi stimulus bagi remaja putri untuk mencari informasi dan memahami perubahan yang terjadi pada tubuhnya. Hal ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa remaja putri yang telah mengalami menarche cenderung memiliki tingkat pemahaman yang lebih baik dibandingkan dengan remaja putri yang belum mengalami menarche (Rohmawati et al, 2023).

Dengan demikian, temuan ini mendapatkan sebagian besar remaja putri yang belum mengalami menarche masih berada pada kategori pengetahuan cukup menunjukkan adanya kebutuhan akan edukasi yang diberikan sebelum menarche terjadi. Edukasi yang diberikan sejak fase pra-menarche penting untuk mempersiapkan remaja putri secara fisik dan psikologis, sehingga mereka mampu menghadapi menstruasi pertama tanpa kecemasan berlebihan dan dengan perilaku perawatan diri yang tepat. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan reproduksi di tingkat sekolah dasar perlu diberikan secara sistematis dan berkesinambungan sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang tingkat pengetahuan remaja putri sekolah dasar mengenai menarche di SD No. 1 Kerobokan Kaja, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Secara umum, remaja putri sekolah dasar berada pada fase persiapan menuju pubertas dan masih memerlukan pemahaman yang memadai mengenai menarche sebagai bagian dari perubahan fisiologis yang akan dialami.
2. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang menarche sebagian besar berada pada

kategori cukup. Hal ini menunjukkan bahwa responden telah memiliki pemahaman dasar mengenai menarche, namun pengetahuan tersebut belum sepenuhnya komprehensif, terutama terkait aspek biologis dan perawatan diri selama menstruasi.

3. Berdasarkan hasil tabulasi silang, remaja putri yang belum mengalami menarche cenderung memiliki tingkat pengetahuan yang belum optimal dibandingkan dengan remaja putri yang telah mengalami menarche. Temuan ini mengindikasikan bahwa pengalaman menstruasi berperan dalam meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai menarche.

Saran

1. Bagi Perawat Komunitas

Bagi perawat komunitas dapat lebih intens memberikan edukasi yang bersifat promotif kepada remaja putri sekolah dasar, sebagai persiapan menghadapi menarche agar lebih optimal.

2. Bagi Pihak Sekolah

Pihak sekolah dapat mengintegrasikan pendidikan kesehatan reproduksi ke dalam kurikulum maupun kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) secara terstruktur dan berkelanjutan. Sekolah juga perlu menciptakan lingkungan yang suportif dan ramah bagi remaja putri yang mengalami menstruasi, termasuk penyediaan fasilitas sanitasi yang layak serta pelaksanaan kerja sama dengan tenaga kesehatan dalam kegiatan penyuluhan rutin guna meningkatkan kualitas pemahaman remaja putri mengenai menarche.

3. Bagi Remaja putri Sekolah Dasar

Remaja putri dapat meningkatkan pengetahuan mengenai menarche melalui pemanfaatan sumber informasi yang valid dan berbasis ilmiah, seperti tenaga pendidik, tenaga kesehatan, maupun media edukatif yang terpercaya. Selain itu, remaja putri diharapkan mampu mempersiapkan diri secara menyeluruh dalam menghadapi menarche, baik dari aspek pengetahuan, sikap, maupun kesiapan mental, sebagai

bagian dari proses perkembangan biologis yang alami.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan memperluas cakupan penelitian serta menambahkan variabel seperti kesiapan psikologis, sikap terhadap menarche, tingkat kecemasan, dan dukungan keluarga. Penelitian dapat dikembangkan melalui desain intervensi, seperti pemberian edukasi kesehatan reproduksi atau penyuluhan terstruktur, untuk menilai efektivitasnya dalam meningkatkan pengetahuan dan kesiapan remaja putri menghadapi menarche. Pendekatan ini diharapkan menghasilkan temuan yang lebih komprehensif dan bermanfaat secara praktis.

Daftar Pustaka

- Amalia, S. H., Angraini, D. I., Mayasari, D., & Perdani, R. R. W. (2024). Faktor-faktor yang Memengaruhi Menarche Dini pada Remaja Perempuan. *Medula*, 14, 2236–2248.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Bali. (2023). *Analisis Tematik Kependudukan*.
- Dewi., N. P. D. Y., Citrawati., N. K., & Sanjiwani., A. A. S. (2025). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Remaja Putri Kelas VII*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2020). *Profile Bali 2020*. Dinas Kesehatan Provinsi Bali.
- Indriasari, F. N., & Kusuma, P. D. (2024). Edukasi “Menarche” Sebagai Anticipatory Guidance Pada Anak Dengan Early Adolescence. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(3), 685–692.
- Midayanti Ramulya, A., Nurafriani, & Kasim, J. (2022). Gambaran Pengalaman Persepsi dan Kesiapan Anak Dalam Menghadapi Menarche Dini. *JIMPK : Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2(3), 302–308.
- Nasyalaras Paramita, F. N. K. A. D. S. D. (2023). Gambaran Pengalaman Anak Perempuan Dalam Menghadapi Menarche Di Sd Muhammadiyah Wedi.

The 2nd Conference Of Health And Social Humaniora, 17–25.

- Notoatmodjo. (2012). *Pdf-Metodologi-Penelitian-Kesehatan*. Rineka Cipta. .
- Oktamia Anggraini Putri. (2022). Jurnal Pendidikan dan Konseling. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(20), 1349–1358.
- Putri, D. M. F. S., Apriani, D. G. Y., & Supartha, I. G. N. A. (2024). Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Menarche Di Sd Saraswati Tabanan. *Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1–5.
- Rodiyah, Andayani, S. R. D., & Anis Satus Syarifah. (2023). Pendidikan Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Kesiapan Menghadapi Menarche pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri Pandanwangi Jombang. *DEDIKASI SAINTEK Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 137–146.
- Rohmawati, W., Wahyuningsih, A., Hartati, L., & Adi Anggreini, L. (2023). Gambaran Pengetahuan Siswi Tentang Menarche Di Sd Negeri 1 Keprabon Polanharjo Klaten. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 13(2), 66–69.