

Menstrual Education as a Sign of Maturity in Children: A Nursing Approach and an Islamic Educational Perspective

Talia Berliana Fransisca¹, Arlita Dwi Wahyuni Leksono², Rahma Khoirunnisa³,
Alya Rafeyfa Maliha⁴, Syifa Khoirunnisa⁵

¹²³⁴⁵Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

Article History:

Received: 3/5/2026

Revised: 6/6/2026

Accepted: 20/6/2026

Published: 20/7/2026

Keywords:

Menstruation,
Children, Health
Education, Nursing,
Islamic Education

Kata Kunci:

Menstruasi, Anak, Edukasi
Kesehatan, Keperawatan,
Pendidikan Islam

Correspondence

Address:

taliaberliana@upi.edu

Abstract:

Children's limited understanding of menstruation remains a significant issue that may lead to psychological unpreparedness, inadequate hygiene practices, and limited comprehension of religious obligations during menstruation. This study aimed to explore menstrual education as a sign of maturity in children through a nursing approach and an Islamic legal perspective. A descriptive qualitative design was employed involving six informants consisting of parents, healthcare professionals, and religious scholars, conducted in various locations where the informants resided. The findings revealed that menstruation is understood as a natural biological process as well as a marker of puberty (baligh). However, the education provided remains limited and lacks comprehensiveness. Menstrual hygiene practices have been implemented, although not yet fully aligned with health standards, while understanding of menstrual pain and warning signs has begun to develop. Furthermore, menstruation is perceived as the beginning of spiritual responsibility related to religious obligations and the understanding of purification (thaharah). The study concludes that menstrual education should be delivered holistically by integrating health aspects and religious values to enhance children's physical, psychological, and spiritual preparedness. This research contributes to the achievement of Sustainable Development Goal (SDG) 3 (Good Health and Well-being) and SDG 4 (Quality Education) through the strengthening of comprehensive reproductive health education.

Abstrak

Kurangnya pemahaman anak mengenai menstruasi masih menjadi masalah yang dapat menimbulkan ketidaksiapan psikologis, praktik higiene yang kurang tepat, serta keterbatasan dalam memahami ketentuan ibadah saat menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi edukasi menstruasi sebagai tanda kedewasaan pada anak melalui pendekatan keperawatan dan perspektif pendidikan Islam. Penelitian ini menggunakan desain kualitatif deskriptif dengan 6 informan yang terdiri dari orang tua, tenaga kesehatan, dan ahli agama, yang dilakukan di berbagai lokasi tempat tinggal informan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa menstruasi dipahami sebagai proses biologis alami sekaligus tanda baligh, namun edukasi yang diberikan masih terbatas dan belum komprehensif. Praktik kebersihan menstruasi telah dilakukan, meskipun belum sepenuhnya sesuai standar kesehatan, serta pemahaman mengenai nyeri menstruasi dan tanda bahaya sudah mulai terbentuk. Selain itu, menstruasi juga dimaknai sebagai awal tanggung jawab spiritual yang berkaitan dengan kewajiban ibadah dan pemahaman thaharah. Simpulan penelitian ini adalah edukasi menstruasi perlu diberikan secara holistik dengan mengintegrasikan aspek kesehatan dan nilai-nilai agama untuk meningkatkan kesiapan fisik, psikologis, dan spiritual anak. Penelitian ini berkontribusi dalam mendukung pencapaian SDGs tujuan ke-3 (Good Health and Well-being) dan tujuan ke-4 (Quality Education) melalui penguatan edukasi kesehatan reproduksi yang komprehensif.

PENDAHULUAN

Secara ideal, masa anak merupakan fase transisi menuju kedewasaan yang ditandai dengan perkembangan fisik, psikologis, dan sosial. Pada anak perempuan, salah satu tanda penting pubertas adalah menarche atau menstruasi pertama yang umumnya terjadi pada usia 10–16 tahun dan menjadi indikator kematangan sistem reproduksi (Cahyanie et al., 2025; Yuningsih & Mujiyanti, 2023). Namun demikian, pada kenyataannya masih banyak anak yang mengalami menstruasi pertama tanpa pemahaman yang memadai mengenai menstruasi dan perubahan tubuh yang menyertainya. Kondisi tersebut dapat menimbulkan ketidaksiapan psikologis, praktik kebersihan menstruasi yang kurang tepat sehingga berpotensi meningkatkan risiko infeksi pada organ reproduksi, serta kurangnya pemahaman mengenai ketentuan ibadah ketika mengalami menstruasi dalam perspektif pendidikan Islam (Oktiawati et al., 2021; Yuningsih & Mujiyanti, 2023). Untuk mengatasi hal tersebut maka diperlukan edukasi menstruasi secara komprehensif sejak sebelum menarche melalui peran orang tua yang didukung oleh pendekatan keperawatan dan pemahaman pendidikan Islam. Edukasi mengenai higiene organ reproduksi penting untuk mencegah potensi infeksi selama menstruasi serta memberikan pemahaman tentang thaharah dan menstruasi agar anak dapat menjalankan ajaran agama dengan benar (Aristyasari et al, 2021; Oktiawati et al, 2021; Saputro et al, 2023). Oleh karena itu penelitian mengenai edukasi menstruasi sebagai tanda kedewasaan pada anak menjadi penting mengingat masih terbatasnya pemahaman anak dan orang tua mengenai menstruasi serta perlunya integrasi antara edukasi kesehatan reproduksi dan perspektif hukum Islam.

Beberapa penelitian telah mengkaji fenomena ini dari berbagai perspektif. Penelitian Saputro et al. (2023) dari Indonesia melakukan studi tentang edukasi pubertas yang mengintegrasikan perspektif biologi dan Islam dengan menggunakan desain intervensi edukatif pada siswa kelas VI SDN Serang 05, dan hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi tersebut membantu siswa memahami menarche sebagai tanda kedewasaan yang berkaitan dengan tanggung jawab ibadah dan thaharah. Penelitian Hamid et al. (2020) dari Malaysia menggunakan

desain kualitatif pada tenaga kesehatan profesional dan menunjukkan bahwa nilai-nilai agama memengaruhi cara perawat memberikan edukasi pubertas serta memandang menstruasi sebagai awal tanggung jawab hukum (taklif). Penelitian Kuhlmann et al. (2017) dari beberapa negara berkembang menggunakan desain tinjauan sistematis pada anak putri dan menunjukkan bahwa banyak anak belum siap menghadapi menarche sehingga diperlukan edukasi kesehatan reproduksi. Sementara itu, penelitian Ali Hamed Mohamed & Mohamed El. (2018) dari Mesir menggunakan desain kuasi-eksperimental pada 200 siswi sekolah menengah dan menunjukkan bahwa program edukasi kesehatan oleh perawat meningkatkan pengetahuan dan praktik higiene menstruasi.

Menanggapi hal tersebut, penelitian ini memandang edukasi menstruasi tidak hanya sebagai pemberian informasi mengenai menstruasi secara biologis, tetapi juga sebagai proses pendidikan yang membantu remaja memahami menstruasi sebagai tanda kedewasaan yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi sekaligus tanggung jawab keagamaan. Berbeda dengan penelitian di atas yang umumnya berfokus pada aspek kesehatan saja, penelitian ini mengintegrasikan pendekatan keperawatan dengan perspektif pendidikan Islam dalam memahami menstruasi sebagai tanda balig. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan mengkaji pengaruh pengetahuan orang tua mengenai kesehatan reproduksi dan pemahaman ajaran agama terhadap praktik edukasi menstruasi pada anak, sekaligus menelaah peran pendekatan keperawatan dalam memfasilitasi pemahaman dan kedewasaan mereka.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif yang bertujuan untuk mengeksplorasi dan menggambarkan secara mendalam fenomena edukasi menstruasi sebagai tanda kedewasaan pada anak. Pendekatan ini dipilih untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai edukasi menstruasi dari perspektif kesehatan dan pendidikan Islam berdasarkan pengalaman, pandangan, serta pemahaman para informan. Metode deskriptif kualitatif memungkinkan peneliti menyajikan data yang kaya dan

kontekstual sehingga dapat memberikan gambaran yang utuh mengenai bagaimana edukasi menstruasi dipahami dan diterapkan sebagai penanda fase balig atau kedewasaan pada anak.

Penelitian dilaksanakan di wilayah Kabupaten Bandung dengan mempertimbangkan aspek aksesibilitas dan kesesuaian karakteristik informan dengan tujuan penelitian. Pengambilan data dilakukan secara fleksibel di lingkungan tempat tinggal masing-masing informan dengan memperhatikan kenyamanan dan ketersediaan waktu mereka. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah enam orang yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik pemilihan informan berdasarkan relevansi informasi yang dimiliki terhadap topik penelitian. Informan terdiri atas dua orang tua yang merupakan ibu dari anak perempuan (OT1 dan OT2), dua tenaga kesehatan yang memiliki kompetensi dalam bidang kesehatan reproduksi yaitu seorang bidan (NK1) dan seorang perawat (NK2), serta dua ahli agama yang memahami pendidikan Islam, yaitu seorang pendakwah (AG1) dan seorang pakar konsep balig (AG2).

Proses penelitian dilakukan melalui beberapa tahapan yang meliputi persiapan, penentuan informan, pengumpulan data, serta analisis dan pelaporan hasil. Pada tahap persiapan, peneliti menyusun rancangan penelitian dan instrumen berupa pedoman wawancara terstruktur. Selanjutnya, informan dipilih sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara terstruktur menggunakan pedoman wawancara yang telah disusun sebelumnya sehingga seluruh aspek yang berkaitan dengan edukasi menstruasi dari perspektif kesehatan dan pendidikan Islam dapat tergali secara konsisten. Untuk meningkatkan keabsahan data, peneliti menerapkan triangulasi sumber dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari kelompok informan yang berbeda, yaitu orang tua, tenaga kesehatan, dan ahli agama.

Data yang telah diperoleh kemudian dianalisis menggunakan analisis deskriptif kualitatif. Proses analisis dilakukan melalui pengelompokan data berdasarkan tema-tema yang muncul, penginterpretasian makna dari pernyataan informan, serta penyajian hasil secara naratif dan sistematis. Analisis ini bertujuan untuk menghasilkan pemahaman yang mendalam mengenai praktik edukasi

menstruasi sebagai tanda kedewasaan pada anak, baik ditinjau dari perspektif kesehatan maupun pendidikan Islam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pemahaman Dasar tentang Menstruasi sebagai Proses Alami dan Tanda Kedewasaan

Menstruasi merupakan salah satu proses fisiologis yang menandai kematangan sistem reproduksi perempuan sekaligus menjadi indikator awal menuju kedewasaan. Pemahaman dasar mengenai menstruasi menjadi penting sebagai fondasi dalam membentuk kesiapan anak menghadapi perubahan yang terjadi. Hasil wawancara menunjukkan bahwa pengalaman menarche umumnya terjadi pada usia sekolah dasar. Pada fase ini, anak cenderung belum memiliki kesiapan yang cukup, sehingga pengalaman pertama sering kali direspons dengan rasa kaget, bingung, dan cemas. Oleh karena itu, pemahaman dasar mengenai menstruasi menjadi aspek penting dalam membantu anak menghadapi perubahan tersebut.

Hal tersebut tergambar dari beberapa pernyataan informan berikut:

“Menstruasi itu luruhnya darah dari dinding rahim yang siklusnya 1 bulan sekali.” (OT1)

“Menstruasi itu proses alami keluarnya darah dari vagina akibat dinding rahim yang tidak dibuahi.” (OT2)

“Waktu pertama kali menstruasi, saya kaget sekali, terus perut terasa kram dan punggung pegal.” (OT2)

“Menstruasi itu terjadi karena dinding rahim mengelupas setiap bulan sehingga menyebabkan keluarnya darah.” (NK1)

“Menstruasi itu darah yang keluar dari rahim perempuan dalam kondisi sehat, bukan karena penyakit, luka, atau melahirkan.” (AG1)

Temuan ini menunjukkan adanya kesamaan pemahaman lintas informan bahwa menstruasi merupakan proses biologis yang normal dan fisiologis. Keselarasan ini penting karena dapat membentuk persepsi positif pada anak bahwa menstruasi bukan kondisi yang perlu ditakuti. Selain itu, menstruasi juga dimaknai sebagai tanda baligh yang menandai transisi dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan, sehingga tidak hanya berdampak pada aspek fisik, tetapi juga membawa konsekuensi psikologis dan spiritual. Setelah memahami menstruasi sebagai proses alami, penting untuk melihat bagaimana edukasi mengenai menstruasi diberikan kepada anak sebagai bekal dalam menghadapi menarche.

2. Edukasi Menstruasi pada Anak Awal

Edukasi mengenai menstruasi pada anak usia awal menjadi salah satu hal penting dalam mempersiapkan anak menghadapi masa pubertas, khususnya saat mengalami menstruasi pertama. Pemahaman yang diberikan sejak dini tidak hanya membantu anak mengenali perubahan pada tubuhnya, tetapi juga berperan dalam membentuk kesiapan mental dan emosional. Dalam hal ini, orang tua memiliki peran yang cukup besar sebagai sumber informasi pertama bagi anak, sehingga kualitas edukasi yang diberikan akan sangat berpengaruh terhadap kesiapan tersebut. Edukasi menstruasi pada anak usia awal umumnya telah diberikan sebelum menarche, terutama oleh orang tua, namun masih bersifat dasar dan belum komprehensif, sehingga kesiapan anak dalam menghadapi menarche sangat dipengaruhi oleh sejauh mana edukasi tersebut diberikan sebelum menstruasi pertama.

Gambaran mengenai edukasi menstruasi pada anak awal dapat dilihat dari pernyataan informan berikut:

“Saya sudah pernah dikasih tahu sama Mamah jauh-jauh hari, jadi pas menstruasi pertama tidak terlalu kaget.” (OT2)

“Dikasih tahunya nanti bakal keluar darah setiap bulan dan cara pakai pembalut.” (OT2)

“Waktu pertama menstruasi itu saya biasa saja.” (OT1)

“Informasi juga dapat dari teman-teman, guru Biologi, dan penyuluhan dari Puskesmas.” (OT2)

“Edukasi sebelum menarche sangat penting untuk membantu anak siap secara mental dan fisik.” (NK2)

“Edukasi idealnya diberikan sejak usia 7–9 tahun.” (AG1)

Hal ini menunjukkan bahwa edukasi menstruasi bersifat multisumber namun belum terintegrasi secara optimal, di mana orang tua sebagai sumber utama masih memberikan materi yang terbatas sehingga pemahaman anak belum mencakup aspek biologis, kesehatan, dan agama secara menyeluruh, sementara edukasi sebelum menarche memiliki peran penting dalam membentuk kesiapan psikologis anak agar lebih siap dan adaptif, sehingga keterbatasan tersebut berpotensi memicu kecemasan, kebingungan, dan persepsi negatif yang pada akhirnya mempengaruhi praktik perawatan diri selama menstruasi.

3. Praktik Kebersihan dan Perawatan Diri saat Menstruasi

Perawatan diri selama menstruasi merupakan aspek penting dalam menjaga kesehatan reproduksi serta mencegah terjadinya infeksi akibat praktik kebersihan yang kurang tepat. Penerapan perawatan diri ini dapat dilihat dari bagaimana anak menjaga kebersihan selama menstruasi, terutama dalam hal penggunaan dan penggantian pembalut serta kebiasaan menjaga kebersihan area genital.

Praktik kebersihan selama menstruasi yang dilakukan anak tergambar dalam pernyataan informan berikut:

“Pembalut diganti minimal sehari 3 kali, kalau 2 jam sudah penuh harus ganti.” (OT1)

“Diganti kalau sudah ngerasa risih atau lembab, biasanya 3–4 jam sekali atau kalau sudah penuh.” (OT2)

“Pada hari pertama sampai ketiga sebaiknya diganti 2–3 jam sekali, lalu hari berikutnya setiap 4 jam.” (NK1)

“Standarnya 3–4 jam sekali atau 2–3 jam kalau darahnya banyak.” (NK2)

“Kesalahan yang sering terjadi itu jarang mengganti pembalut, cara membersihkan yang salah, dan memakai pakaian dalam terlalu ketat.” (NK2)

Temuan ini menunjukkan bahwa anak telah memiliki pemahaman dasar terkait praktik kebersihan selama menstruasi, namun masih terdapat ketidaksesuaian dengan standar kesehatan yang dianjurkan. Praktik yang dilakukan cenderung dipengaruhi oleh pengalaman pribadi dan kebiasaan yang diajarkan di lingkungan keluarga. Oleh karena itu, peran tenaga kesehatan menjadi penting dalam memberikan edukasi yang lebih terstandar dan berbasis ilmiah. Selain praktik kebersihan, pemahaman mengenai kondisi normal dan tidak normal selama menstruasi juga menjadi hal penting dalam menjaga kesehatan anak.

4. Pemahaman tentang Nyeri dan Tanda Bahaya Menstruasi

Pemahaman mengenai nyeri menstruasi dan tanda bahaya menstruasi penting agar anak mampu membedakan kondisi fisiologis normal dengan kondisi yang memerlukan penanganan lebih lanjut. Pemahaman mengenai nyeri menstruasi dan tanda bahaya menstruasi penting agar anak mampu membedakan kondisi fisiologis normal dengan kondisi yang memerlukan penanganan lebih lanjut. Pemahaman ini tidak hanya mencakup pengenalan gejala yang dirasakan, tetapi juga bagaimana anak menyikapi nyeri menstruasi serta mengetahui kapan kondisi tersebut masih tergolong normal atau sudah perlu diwaspadai. Dengan adanya pemahaman yang baik, anak diharapkan dapat mengambil langkah yang tepat dalam mengatasi keluhan yang muncul selama menstruasi.

Pemahaman mengenai nyeri menstruasi dan tanda bahaya menstruasi tercermin dalam pernyataan informan berikut:

“Nyeri menstruasi itu seperti kram di perut bawah seperti ditarik-tarik, kadang sampai pegal ke punggung.” (OT2)

“Biasanya diatasi dengan istirahat dan kompres hangat.” (OT2)

“Nyeri menstruasi terjadi karena dinding rahim mengelupas sehingga menyebabkan kontraksi.” (NK1)

“Nyeri itu normal karena rahim berkontraksi untuk mengeluarkan darah menstruasi.” (NK2)

“Tanda bahayanya seperti anemia.” (NK1)

“Perdarahan sangat banyak, nyeri hebat berkepanjangan, dan menstruasi lebih dari 14 hari itu perlu diwaspadai.” (NK2)

“Kalau menstruasi lebih dari 15 hari sebaiknya diperiksa ke tenaga kesehatan.” (OT1)

Hasil ini menunjukkan bahwa anak dan orang tua telah memiliki pemahaman dasar mengenai nyeri menstruasi sebagai kondisi yang normal, namun juga memiliki kesadaran terhadap tanda-tanda bahaya yang perlu diwaspadai. Hal ini penting sebagai bentuk deteksi dini terhadap gangguan kesehatan reproduksi. Edukasi dari tenaga kesehatan berperan dalam memperjelas batas antara kondisi normal dan patologis. Selain aspek kesehatan, menstruasi juga memiliki makna penting dalam perspektif agama yang mempengaruhi sikap dan perilaku anak.

5. Menstruasi sebagai Tanda Kedewasaan dalam Perspektif Kesehatan dan Pendidikan Islam

Menstruasi tidak hanya dipahami sebagai proses biologis, tetapi juga sebagai tanda kedewasaan dalam perspektif Islam yang membawa konsekuensi tanggung jawab spiritual. Pemahaman ini berkaitan dengan

perubahan status seorang perempuan menjadi baligh, yang menandai dimulainya kewajiban dalam menjalankan ajaran agama. Dalam hal ini, menstruasi dimaknai tidak hanya sebagai perubahan fisik, tetapi juga sebagai awal dari tanggung jawab terhadap ibadah dan perilaku sesuai dengan nilai-nilai agama.

Pemaknaan menstruasi dalam perspektif kesehatan dan agama tercermin dalam pernyataan informan berikut:

“Menstruasi itu tanda anak sudah baligh, jadi sudah punya kewajiban seperti salat, puasa, dan menutup aurat.” (OT1)

“Setelah menstruasi, saya sadar sudah harus tanggung jawab sama kewajiban agama seperti shalat dan puasa, dan dosa pahala ditanggung sendiri.” (OT2)

“Setelah baligh, seseorang memikul tanggung jawab penuh atas segala amal perbuatannya.” (AG1)

“Kewajiban setelah baligh itu salat, puasa, menutup aurat, dan mempelajari ilmu agama.” (AG2)

Selanjutnya, dalam pelaksanaan ibadah, terdapat ketentuan khusus bagi perempuan yang sedang mengalami menstruasi:

“Perempuan menstruasi tidak boleh salat dan puasa, salat tidak diqadha, tapi puasa wajib diganti.” (AG1 & AG2)

Ketentuan tersebut diperkuat oleh hadis:

حَدَّثَنَا أَبُو الرَّبِيعِ الزُّهْرَانِيُّ حَدَّثَنَا حَمَّادٌ عَنْ أَيُّوبَ عَنْ أَبِي قِلَابَةَ عَنْ مُعَاذَةَ ح وَ حَدَّثَنَا حَمَّادٌ عَنْ
يَزِيدَ الرَّشَكِيِّ عَنْ مُعَاذَةَ أَنَّ امْرَأَةً سَأَلَتْ عَائِشَةَ فَقَالَتْ أَتَقْضِي إِحْدَانَا الصَّلَاةَ أَيَّامَ مَحِيضِهَا فَقَالَتْ
عَائِشَةُ أَحْرُورِيَّةٌ أَنْتِ قَدْ كَانَتْ إِحْدَانَا تَحِيضُ عَلَى عَهْدِ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ ثُمَّ لَا تُؤْمَرُ
بِقِضَائِهِ

Artinya:

“Dari Mu’adzah, ia berkata: ada seorang perempuan bertanya kepada Aisyah ra, ‘Apakah perempuan menstruasi wajib mengqadha salat?’ Aisyah menjawab, ‘Apakah engkau termasuk golongan Haruriyyah? Dahulu kami mengalami menstruasi di masa Rasulullah SAW dan kami tidak mengqadha salat serta tidak diperintahkan untuk mengqadhanya.’” (HR. Abu Dawud).

Setelah masa menstruasi berakhir, perempuan diwajibkan untuk bersuci sebelum kembali melaksanakan ibadah:

“Saya sudah tahu cara mandi wajib mulai dari niat sampai membersihkan seluruh tubuh termasuk rambut dan lipatan.” (OT2)

“Mandi wajib harus memastikan seluruh tubuh terkena air sebagai syarat kembali suci.” (AG1 & AG2)

Temuan ini menunjukkan bahwa menstruasi memiliki makna yang komprehensif, tidak hanya sebagai tanda kematangan biologis, tetapi juga sebagai awal tanggung jawab spiritual. Integrasi antara aspek kesehatan dan agama membantu anak memahami menstruasi secara utuh, termasuk kewajiban ibadah dan konsep dosa-pahala. Dengan demikian, menstruasi pada anak perempuan perlu dipahami secara menyeluruh melalui integrasi aspek biologis, kesehatan, dan agama agar terbentuk kesiapan fisik, mental, dan spiritual dalam menghadapi masa pubertas.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak telah memahami menstruasi sebagai proses biologis sekaligus tanda kedewasaan, sehingga temuan ini secara kuat mendukung teori perkembangan reproduksi yang menyatakan bahwa menstruasi merupakan indikator kematangan organ reproduksi perempuan dan awal dari fase pubertas (Apriyanto et al., 2026). Pemahaman ini menunjukkan

bahwa secara kognitif anak sudah mampu mengidentifikasi fungsi biologis tubuhnya. Selain itu, jika ditinjau dari perspektif pendidikan Islam, menstruasi dipandang sebagai tanda baligh yang menjadikan seorang perempuan sebagai mukallaf, yaitu individu yang telah memiliki kewajiban hukum dalam menjalankan syariat (Jayusman et al., 2014). Dengan demikian, temuan penelitian ini tidak hanya memperkuat teori dalam ilmu kesehatan reproduksi, tetapi juga mengonfirmasi keselarasan dengan teori fiqh Islam terkait kedewasaan. Hal ini menunjukkan bahwa konsep menstruasi sebagai tanda kedewasaan memiliki dimensi multidisipliner, yaitu biologis dan spiritual, yang saling melengkapi.

Meskipun demikian, temuan penelitian yang menunjukkan adanya perasaan cemas, takut, dan kebingungan saat menghadapi menarche mengindikasikan bahwa temuan ini sebagian membantah asumsi dalam teori kesiapan anak, yang menyatakan bahwa pengetahuan yang memadai akan berbanding lurus dengan kesiapan psikologis (Retnaningsih., 2018). Dalam kenyataannya, meskipun anak telah memiliki pengetahuan dasar tentang menstruasi, hal tersebut belum sepenuhnya mampu mengurangi kecemasan yang muncul. Hal ini memperkuat pandangan bahwa kesiapan menghadapi menstruasi tidak hanya ditentukan oleh aspek kognitif, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor emosional, pengalaman, dan dukungan sosial. Temuan ini sejalan dengan penelitian fenomenologi yang menyatakan bahwa pengalaman menarche merupakan peristiwa yang kompleks dan melibatkan dimensi psikologis serta spiritual, sehingga tidak cukup hanya dipahami secara biologis (Machmudah et al., 2026). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa teori kesiapan anak perlu dilengkapi dengan pendekatan yang lebih holistik.

Selanjutnya, temuan bahwa edukasi menstruasi telah diberikan sejak dini namun masih terbatas menunjukkan bahwa temuan ini mendukung sekaligus memperluas teori pendidikan kesehatan, khususnya terkait efektivitas edukasi dalam meningkatkan kesiapan individu (Apriyanto et al., 2026). Edukasi yang tidak komprehensif cenderung menghasilkan pemahaman yang parsial, sehingga anak belum mampu menginternalisasi informasi secara menyeluruh. Hal ini juga

sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa kualitas dan metode penyampaian edukasi sangat berpengaruh terhadap tingkat pemahaman dan sikap individu (Retnaningsih et al., 2018). Dengan demikian, temuan ini tidak menolak teori yang ada, melainkan menegaskan bahwa keberhasilan edukasi tidak hanya ditentukan oleh keberadaan informasi, tetapi juga oleh kedalaman, kontinuitas, dan pendekatan yang digunakan. Oleh karena itu, edukasi menstruasi perlu dirancang secara sistematis, berkelanjutan, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak agar dapat meningkatkan kesiapan secara optimal.

Di sisi lain, temuan terkait praktik kebersihan selama menstruasi serta pemahaman pendidikan Islam menunjukkan bahwa anak mulai mengintegrasikan aspek kesehatan dan spiritual dalam memaknai menstruasi. Hal ini berarti temuan penelitian mendukung teori pendekatan holistik dalam keperawatan, yang menekankan bahwa asuhan kesehatan harus mencakup dimensi bio-psiko-sosio-spiritual (Machmudah et al, 2026). Pemahaman mengenai hukum menstruasi, tata cara bersuci, serta hal-hal yang boleh dan tidak boleh dilakukan selama menstruasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman fiqih wanita pada anak putri (Rosyida et al, 2022). Temuan ini menegaskan bahwa edukasi menstruasi yang diberikan saat ini masih bersifat parsial dan cenderung memisahkan aspek kesehatan dan nilai-nilai keagamaan, sehingga belum mampu membentuk kesiapan anak secara utuh. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan edukasi yang holistik dan terintegrasi yang tidak hanya berfokus pada aspek kognitif, tetapi juga mencakup dimensi emosional dan spiritual guna mendukung kesiapan fisik, psikologis, dan spiritual anak.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa menstruasi dipahami sebagai proses alami dalam tubuh perempuan sekaligus menjadi tanda awal kedewasaan atau baligh. Baik anak, orang tua, tenaga kesehatan, maupun tokoh agama pada dasarnya memiliki pemahaman yang sejalan bahwa menstruasi merupakan bagian normal dari perkembangan, bukan sesuatu yang perlu ditakuti.

Namun demikian, dalam praktiknya, edukasi yang diberikan kepada anak masih cenderung terbatas. Informasi yang disampaikan umumnya hanya berfokus pada hal-hal dasar, seperti keluarnya darah dan penggunaan pembalut, sementara aspek kebersihan yang benar, kesiapan psikologis, serta pemahaman keagamaan belum sepenuhnya disampaikan secara utuh. Kondisi ini membuat sebagian anak masih mengalami kebingungan atau kecemasan saat menghadapi menstruasi pertama.

Di sisi lain, anak mulai menunjukkan pemahaman awal terkait cara menjaga kebersihan selama menstruasi dan mengenali nyeri menstruasi sebagai hal yang wajar, meskipun praktiknya belum selalu sesuai dengan anjuran kesehatan. Menstruasi juga mulai dimaknai sebagai awal dari tanggung jawab dalam menjalankan ibadah, walaupun pemahaman tersebut masih perlu diperkuat.

Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan bahwa edukasi menstruasi perlu diberikan secara lebih menyeluruh, dengan mengintegrasikan aspek kesehatan, psikologis, dan keagamaan agar anak lebih siap dalam menghadapi masa pubertas.

Berdasarkan temuan penelitian, edukasi menstruasi pada anak perlu dilakukan secara lebih terarah dengan melibatkan peran aktif berbagai pihak.

Orang tua memiliki peran penting sebagai sumber pertama informasi bagi anak. Oleh karena itu, orang tua diharapkan dapat mulai mengenalkan menstruasi sejak dini dengan cara yang terbuka dan bertahap. Penjelasan tidak perlu terlalu rumit, tetapi cukup jelas dan sesuai dengan usia anak, disertai dukungan emosional agar anak merasa nyaman dan tidak malu untuk bertanya.

Tenaga kesehatan, khususnya perawat, diharapkan dapat memperkuat edukasi melalui pendekatan yang lebih komunikatif dan mudah dipahami. Penyuluhan dapat dilakukan di sekolah maupun lingkungan masyarakat dengan materi yang tidak hanya membahas kebersihan menstruasi, tetapi juga cara mengatasi nyeri menstruasi serta mengenali tanda bahaya.

Sementara itu, tokoh agama memiliki peran dalam memberikan pemahaman yang tepat mengenai menstruasi dalam perspektif Islam. Penyampaian materi tentang baligh, thaharah, dan ketentuan ibadah saat menstruasi sebaiknya

dilakukan dengan bahasa yang sederhana dan dekat dengan kehidupan anak, sehingga lebih mudah dipahami dan diterapkan.

REFERENSI

- Ali Hamed Mohamed, H., & Mohamed El, E. (2018). Effect of Health Education Program on Menstrual Practices Among Secondary School Girls. In Port Said Scientific Journal of Nursing (Vol. 5, Number 1).
- Apriyanto, A., Program, Y. I., Pendidikan, S., Keperawatan, P., & Kesehatan, I. (2026). Laporan kasus asuhan keperawatan keluarga anak usia sekolah pada tn. A dengan masalah kesiapan peningkatan pengetahuan tentang menstruasi di Padukuhan Genitem RT 07 RW 17 Godean Sleman Yogyakarta (Vol. 4).
- Aristyasari, Y. F., Nisa', M., & Indriastuti, N. A. (2021). Peningkatan kesadaran kesehatan reproduksi perspektif Islam dan medis bagi remaja Pimpinan Cabang Nasyiatul Aisyiyah Ngawen Klaten. Jurnal Warta LPM, 24(2), 342–353. <http://journals.ums.ac.id/index.php/warta/article/view/10992>
- Astutiningrum, D., Ernawati, E., & Riyanti, E. (2022). Pembentukan Kader Kesehatan Remaja dan Peningkatan Pengetahuan tentang Menstrual Hygiene Dengan Edukasi Pada Santriwati. Jurnal EMPATI (Edukasi Masyarakat, Pengabdian Dan Bakti), 3(1), 29. <https://doi.org/10.26753/empati.v3i1.746>
- Cahyanie, C. N., Purwaningsih, H., & Sulastri, S. (2025). The Effect Of Menstrual Education On Readiness to Face Menarche. JKEP, 10(2), 146–152. <https://doi.org/10.32668/jkep.v10i2.2002>
- Hanifah, I., Parwati, D., & Jauhar, M. (2022). Audio Visual Media-Based Health Education Increases Knowledge of Menstrual Disorders in Adolescence. In JENDELA NURSING JOURNAL (Vol. 6, Number 1). <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jnj/about/submissions#authorGuidelines>
- Harvey, J., Western, M. J., Townsend, N. P., Francombe-Webb, J., Sebire, S., Malkowski, O. S., Remskar, M., Burfitt, E., & Solomon-Moore, E. (2025). Adolescents, menstruation, and physical activity: insights from a global scoping review. In BMC Women's Health (Vol. 25, Number 1). BioMed Central Ltd. <https://doi.org/10.1186/s12905-025-03825-w>
- Hidayat, H., Sartika Sari, W., Abdilla Yanre, M., Gusman, R., Rahmadhani, S., & Studi Pendidikan Dasar, P. S. (2024). Perkembangan Pribadi dan Sosial Masa Remaja.
- Influence of religion on healthcare professionals' beliefs toward teenage sexual practices in Malaysia. (2020). Makara Journal of Health Research, 24(1). <https://doi.org/10.7454/msk.v24i1.1175>

- Jayusman. (2014). Permasalahan menarche dini (Tinjauan hukum Islam terhadap konsep mukallaf). *Yudisia: Jurnal Pemikiran Hukum dan Hukum Islam*, 5(1), 139–166.
- Kuhlmann, A. S., Henry, K., & Lewis Wall, L. (2017). Number 6 Obstetrical and Gynecological Survey. In CME REVIEW ARTICLE (Vol. 72). www.obgynsurvey.com/356
- Kustina, F. (2023). Fikih wanita dan pemahaman remaja putri di Pondok Pesantren Sunan Drajat. *Multidisciplinary Journal of Education, Economic and Culture*, 1(1), 41–51. <https://sunanbonang.org/index.php/mjeec/article/view/58>
- Lestari, S. H., & Sholeh, N. A. (2021). Pubertas dan Macamnya.
- Machmudah, Salsabilla, N. A., Rejeki, S., & Khayati, N. (2026). Studi fenomenologi: Pengalaman menarche pada anak remaja usia sekolah. *Journal of Midwifery*, 2(2), 11–17.
- Oktiawati, A., Fauziah, M. N., Laili, R. T. N., & Oktaviani, T. A. P. (2021). Edukasi kesehatan reproduksi remaja di Panti Asuhan Darul Farroh. *JABI: Jurnal Abdimas Bhakti Indonesia*, 2(2), 56–62.
- Retnaningsih, D., Wulandari, P., Afriana, V. H., Kesehatan, J., & Husada -Januari, K. (2018). Kesiapan Menghadapi Menarche Dengan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Sekolah.
- Rosyida, K. (2022). Penyuluhan fiqih wanita kepada remaja putri Dsn. Mulyorejo Ds. Kampung Baru Kec. Kepung Kab. Kediri. *JPMD: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Desa*, 3(3), 31–46. <https://ejournal.iaifa.ac.id/index.php/jpmd>
- Saputri, L. W., Surmiasih, S., Putri, R. H., & Kusuma, A. (2025). Akses informasi dan pengetahuan dengan perilaku kesehatan reproduksi remaja. *Journal of Public Health Innovation*, 5(2), 200–209. <https://doi.org/10.34305/jphi.v5i2.1566>
- Saputro, A. A. N. P., Chaerunisa, R., Haya, N. D., Pardede, P. I., Anilah, N. G., & Hendriyani, M. E. (2023). Edukasi persiapan pubertas ditinjau dari perspektif biologi dan agama Islam pada siswa kelas 6 SDN Serang 05. *Jurnal Pengabdian Masyarakat MIPA dan Pendidikan MIPA*, 7(1), 42–50. <http://journal.uny.ac.id/index.php/jpmmp>
- Taliki, V., Hartiti, T., & Keperawatan, M. (2025). A SYSTEMATIC REVIEW. Retrieved <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Yuningsih, R., & Mujiyanti, S. (2023). Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Pada Siswa Kelas V Dan VI. *Artikel Penelitian Jurnal Kesehatan*, 12(2). <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v12i2.280>

Yusuf, Y., Kundre, R., Rompas, S., Studi, P., Keperawatan, I., Kedokteran, F., Sam, U., & Manado, R. (2014). Hubungan Pengetahuan Menarche Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP Negeri 3 Tidore Kepulauan.