

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode krusial yang menuntut perhatian khusus terhadap kesehatan reproduksi mereka. Hal ini disebabkan oleh pertumbuhan dan perkembangan pesat yang mereka alami secara fisik, intelektual, dan pemahaman (Pulerwitz *et al.*, 2019). Remaja memiliki rasa ingin tahu yang besar, senang mencoba hal baru, dan berani mengambil risiko, meski terkadang tanpa memikirkan konsekuensinya (Atik dan Susilowati, 2021). Perubahan fisik yang dialami remaja pada masa pubertas, seperti pertumbuhan organ reproduksi dan kemampuan reproduksi yang pesat, dikenal sebagai "*growth spurt*" (Laswini, 2022).

Perubahan fisik yang terjadi pada remaja putri dipengaruhi oleh hormon estrogen dan progesteron, sehingga mereka mengalami pertumbuhan tinggi badan, pembesaran payudara dan panggul, menstruasi, kulit berminyak, serta pertumbuhan bulu di area alat kelamin dan ketiak. Menstruasi (*menarche*) terjadi ketika alat reproduksi dan hormon dalam tubuh remaja putri telah matang. Proses ini merupakan perdarahan teratur setiap bulan yang keluar dari uterus, disertai pelepasan endometrium, sekitar 14 hari setelah ovulasi (Laswini, 2022).

Menjaga *personal hygiene* ketika menstruasi merupakan hal yang sangat penting, karena pembuluh darah di rahim menjadi lebih rentan terhadap infeksi. Praktik kebersihan ini bertujuan untuk mencegah penyakit, meningkatkan kesejahteraan, dan menjaga kesehatan wanita (Sinaga *et al.*, 2017). Remaja putri yang tidak mengetahui cara menjaga *personal hygiene* yang benar saat menstruasi dapat mengalami berbagai masalah, seperti iritasi pada daerah vulva, keluarnya

cairan vagina atau *flour albus*, bau tidak sedap, Infeksi Saluran Kemih (ISK), vaginitis, dan ISR (Maharani dan Sarwinanti, 2017).

Angka kejadian ISR tertinggi di seluruh dunia terjadi pada kelompok usia remaja, dengan persentase antara 35%-42%, dan pada kelompok usia dewasa muda, dengan persentase antara 27%-33%. Menurut World Health Organization (2018), prevalensi candidiasis berkisar antara 25-50%, bacterial vaginosis antara 20-40%, dan trichomoniasis antara 5-15% (WHO, 2018). Cuaca panas dan lembab di Indonesia menjadi faktor yang meningkatkan risiko wanita Indonesia terkena ISR (Laswini, 2022). Kurangnya *personal hygiene* pada alat reproduksi masih menjadi faktor utama tingginya prevalensi ISR di Indonesia. Menurut Fransisca *et al.* (2021), jumlah penderita ISR di Indonesia akibat infeksi jamur candida mencapai 90-100 kasus per 100.000 penduduk setiap tahunnya.

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2017), menunjukkan bahwa sekitar 5,2 juta remaja putri di Indonesia sering menghadapi keluhan setelah menstruasi yang disebabkan oleh kurangnya praktik kebersihan diri yang tepat. *Pruritus vulvae* atau rasa gatal pada daerah kewanitaan, adalah salah satu keluhan yang paling umum (Kemenkes RI, 2017). Dari 69,4 juta jiwa remaja di Indonesia, 63 juta memiliki perilaku *hygiene* yang kurang baik, termasuk dalam menjaga kesehatan reproduksi saat menstruasi. Berdasarkan data Riskesdas (2016), terdapat dua faktor utama yang menyebabkan kurangnya kebersihan daerah kewanitaan yaitu 30% akibat dari lingkungan yang buruk dan tidak sehat serta 70% akibat dari penggunaan pembalut yang tidak tepat saat menstruasi (Pandelaki *et al.*, 2020). Hasil Survei BKKBN provinsi Jawa Barat, menunjukkan bahwa 83% remaja tidak memahami konsep kesehatan reproduksi yang benar, 61,8% tidak mengetahui

tentang masalah masa subur dan menstruasi, 40,6% tidak mengetahui tentang risiko kehamilan remaja, dan 42,4% tidak mengetahui tentang risiko *Premenstrual Syndrome* (PMS) (Laswini, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Chasani (2021) dengan judul, Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Perilaku dengan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi pada Kelas VII di SMPIT Bina Adzkia Depok ditemukan bahwa dari 55 responden, 16 di antaranya memiliki pengetahuan yang baik terkait *personal hygiene* saat menstruasi. Dari jumlah tersebut, 10 responden (18,2%) menunjukkan praktik *personal hygiene* yang baik. Selain itu, 2 responden (3,6%) dengan pengetahuan baik menunjukkan perilaku *personal hygiene* yang cukup. Dari 19 responden dengan perilaku baik, 11 di antaranya (20%) mempraktikkan *personal hygiene* dengan baik, sementara 5 responden (9,3%) menunjukkan perilaku yang baik dengan tingkat *personal hygiene* yang cukup (Chasani, 2021).

Pengetahuan kebersihan menstruasi yang rendah sangat berpengaruh dalam menentukan praktik kebersihan diri remaja putri pada saat menstruasi dan kebersihan diri yang tidak disadari menyebabkan masalah kesehatan reproduksi yang lebih buruk (Kaur *et al.*, 2018). Perilaku sendiri merupakan bentuk aktivitas individu yang dapat dilihat secara langsung maupun tidak (Hanissa *et al.*, 2017). Pengetahuan, informasi, dan sikap, serta sarana prasarana dan dukungan adalah beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku (Suryani, 2019). Suatu penelitian mengindikasikan bahwa terdapat faktor-faktor tambahan yang dapat berpengaruh kepada cara remaja putri menjaga kebersihan diri saat menstruasi yakni usia, komunikasi, pengetahuan dan fasilitas *Water, Sanitation, Hygiene* (WASH) (Shallo *et al.*, 2020).

Menurut Notoatmodjo (2014), menyatakan bahwa sikap memiliki peran penting dalam menentukan perilaku individu. Sikap menunjukkan tingkat kesiapan atau kesediaan seseorang untuk melakukan suatu tindakan, bukan hanya sebagai pelaksanaan dari motif tertentu. Meskipun sikap tidak secara langsung merupakan tindakan fisik atau aktivitas, namun lebih sebagai "*predisposisi*" terhadap tindakan atau perilaku spesifik. Sikap terkait dengan *personal hygiene* pada organ reproduksi mencakup kesediaan individu untuk melakukan tindakan perawatan diri guna menjaga kebersihan organ reproduksinya. Sikap ini menjadi faktor kunci dalam menjaga kesehatan sistem reproduksi wanita, terutama ketika menghadapi menstruasi, yang memiliki peran penting dalam mencegah berbagai macam penyakit (Fauziah *et al.*, 2020).

Saat mengalami menstruasi, remaja putri perlu memperhatikan berbagai aspek *personal hygiene*, termasuk pemeliharaan kebersihan rambut, kulit, tubuh, dan pakaian, serta jenis pembalut yang mereka gunakan dan seberapa sering menggantikannya. Mereka juga harus mempertimbangkan praktik pembersihan vagina, merawat area vagina, prosedur pembuangan pembalut, dan membersihkan pakaian yang telah terkena darah (Pertiwi dan Megatsari, 2018).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di MTs Negeri Kota Depok pada hari Rabu 06 Desember 2023, melibatkan 10 remaja putri dari kelas VIII B yang diwawancarai mengenai kebersihan organ reproduksi saat menstruasi. Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 siswi tersebut, diketahui bahwa rata-rata mereka pertama kali mengalami menstruasi pada saat kelas 6 SD atau pada usia 11 dan 12 tahun. Dari 10 siswi yang diwawancarai, hanya 4 di antaranya yang mengetahui cara menjaga *personal hygiene* yang baik selama menstruasi, seperti

membersihkan organ reproduksi menggunakan air bersih dari depan (vagina) ke belakang (anus), mengganti pembalut 4 kali atau lebih dalam sehari, menggunakan pakaian dalam yang menyerap keringat atau berbahan katun, dan mengeringkan alatewanitaan menggunakan handuk atau tisu. Selanjutnya, mereka menggunakan pembalut yang baru sebagai tindakan lanjutan menjaga kebersihan saat menstruasi. Sedangkan 6 orang siswi lainnya tidak mengetahui cara menjaga kebersihan diri yang baik selama menstruasi meliputi praktik membersihkan area genital dari belakang (anus) ke depan (vagina), bukan sebaliknya, penggunaan pakaian dalam yang tidak menyerap keringat, organ reproduksi tidak dikeringkan dengan handuk atau tisu setelah dibersihkan langsung menggunakan pembalut yang baru, dan pemakaian pembalut yang lama hanya 2-3 kali sehari.

Peneliti tertarik untuk menjalankan penelitian di MTs Negeri Kota Depok karena dalam studi pendahuluan ditemukan juga informasi bahwa belum pernah ada penelitian sebelumnya yang mengkaji topik ini di sekolah tersebut. Selain itu, penelitian ini dipicu oleh kurangnya informasi dan kurikulum pelajaran yang mencakup kesehatan organ reproduksi, khususnya mengenai *personal hygiene* saat menstruasi di MTs Negeri Kota Depok. Sejauh ini, hanya terdapat pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) secara umum tanpa fokus khusus pada aspek tersebut.

Berdasarkan uraian pemaparan di atas, sehingga peneliti merasa tertarik dan berkeinginan untuk meneliti topik terkait Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Remaja Putri di MTs Negeri Kota Depok.

## 1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut: Apakah terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dan sikap dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di MTs Negeri Kota Depok?.

## 1.3. Tujuan Penelitian

### 1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di MTs Negeri Kota Depok.

### 1.3.2. Tujuan Khusus

- 1) Diketuainya distribusi frekuensi pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di MTs Negeri Kota Depok.
- 2) Diketuainya distribusi frekuensi sikap *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di MTs Negeri Kota Depok.
- 3) Diketuainya distribusi frekuensi perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di MTs Negeri Kota Depok.
- 4) Diketuainya hubungan pengetahuan dan sikap dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di MTs Negeri Kota Depok.

## 1.4. Manfaat Penelitian

### 1.4.1. Bagi Remaja Putri

Hasil penelitian ini diharapkan akan terjadi peningkatan pengetahuan tentang *personal hygiene*, serta terjadi perubahan positif dalam sikap dan perilaku remaja putri terkait kebiasaan yang buruk dalam menjaga kebersihan diri ketika menstruasi.

### 1.4.2. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan saran kepada pihak sekolah untuk meningkatkan kualitas dan kuantitas pendidikan kesehatan, terutama yang berfokus pada pengetahuan dan sikap remaja putri dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi.

### 1.4.3. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan perawat dapat menggunakan hasil penelitian untuk mengembangkan program edukasi dan intervensi yang lebih tepat sasaran dan efektif dalam meningkatkan *personal hygiene* saat menstruasi. Serta perawat dapat memberikan kontribusi yang signifikan untuk meningkatkan Kesehatan dan kesejahteraan perempuan.

### 1.4.4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar yang kuat bagi peneliti selanjutnya dalam mengeksplorasi lebih lanjut topik mengenai *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri dengan menambah variabel lain yang relevan, seperti faktor-faktor lingkungan, sosial, atau psikologis yang juga dapat memengaruhi perilaku *personal hygiene* pada remaja putri.