

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Fase awal pematangan seksual pada remaja perempuan ditandai dengan terjadinya menstruasi, di mana terjadi perubahan fisik, hormonal, dan seksual serta mampu melakukan proses reproduksi. Menstruasi merupakan proses alami dan teratur yang ditandai dengan luruhnya dinding rahim yang menebal karena tidak dibuahi, yang akan keluar melalui vagina.¹ Umumnya siklus menstruasi secara umum berkisar 21-35 hari dan berlangsung selama 2-7 hari. Pada saat menstruasi remaja putri harus menerapkan praktik kebersihan diri atau *personal hygiene*.

Personal hygiene merupakan suatu tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk mencapai kesejahteraan fisik dan psikis.² *Personal hygiene* menstruasi adalah perilaku yang berkaitan dengan tindakan untuk memelihara kebersihan pada daerah kewanitaan saat menstruasi. *Personal hygiene* saat menstruasi bertujuan untuk mencegah penyakit pada saluran reproduksi, memelihara kesehatan diri, meningkatkan kepercayaan diri, serta meningkatkan derajat kesehatan.³ Perilaku *personal hygiene* saat menstruasi mencakup menjaga genitalia dengan cara mencucinya dengan air bersih, menggunakan celana dalam yang menyerap keringat, mengganti pembalut sebanyak 4-5 kali sehari, dan mengganti celana dalam minimal dua kali sehari.³

Personal hygiene yang buruk saat menstruasi tentunya akan berdampak pada kesehatan reproduksi wanita, dimulai dari dampak jangka pendek hingga dampak jangka panjang yang lebih serius. Dampak jangka pendeknya adalah timbulnya gatal, ruam, lecet, dan bau tidak sedap pada daerah kewanitaan. Sedangkan salah satu dampak jangka panjangnya adalah penyakit *pruritus vulvae*, yaitu gangguan yang ditandai dengan sensasi gatal yang luar biasa dari alat kelamin eksternal wanita.⁴ Kadar kelembaban tubuh meningkat saat menstruasi, terutama pada organ reproduksi yang berlipat dan tertutup. Jika kebersihan pada organ reproduksi tidak

dijaga dengan baik, maka bakteri akan mudah berkembang biak sehingga menimbulkan infeksi dan bau tak sedap.⁵

Menurut WHO pada tahun 2020, prevalensi kejadian vaginosis bakterial pada wanita usia subur di dunia adalah sebesar 23%-29%.⁶ Hal tersebut dapat disebabkan oleh lemahnya kekebalan tubuh, lingkungan yang tidak bersih, dan *personal hygiene* yang kurang saat menstruasi.⁷ Sedangkan Menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI), perilaku remaja putri dalam menjaga *hygiene* saat menstruasi masih dikategorikan kurang yaitu sebesar 66,6% yang disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan informasi tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi.⁸

Menurut Notoatmodjo (2014) dalam Buku Ilmu Perilaku Kesehatan⁹ perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu faktor predisposisi (*predisposing factors*) yang mencakup pengetahuan, sikap, demografis, tradisi, dan kepercayaan masyarakat terhadap hal yang berhubungan dengan kesehatan, kemudian faktor pemungkin atau pendukung (*enabling factors*) yang mencakup ketersediaan sarana dan prasarana atau fasilitas kesehatan serta tenaga kesehatan. Sedangkan faktor yang terakhir adalah faktor penguat (*reinforcing factors*) berupa dukungan dari guru, keluarga, serta teman sebaya. Berdasarkan permasalahan di atas, peneliti akan menggunakan Teori Notoatmodjo sebagai acuan dari penelitian ini.

Kurangnya pengetahuan mengenai *personal hygiene* merupakan salah satu faktor risiko terjadinya permasalahan yang berhubungan dengan reproduksi.¹⁰ Pengetahuan remaja putri mengenai *personal hygiene* selama menstruasi sangatlah penting dikarenakan sangat berpengaruh dengan perilakunya dalam menjaga kebersihan organ reproduksi. Perilaku merupakan seperangkat perbuatan atau tindakan seseorang dalam melakukan respon terhadap sesuatu dan kemudian dijadikan kebiasaan karena adanya nilai yang diyakini.¹¹ Yang artinya, tanpa adanya pengetahuan yang baik maka perilaku pun tidak akan diterapkan dengan baik.

Selain faktor dari dalam diri sendiri, terdapat faktor eksternal yang mempengaruhi perilaku remaja dalam menjaga kebersihan organ reproduksi, salah satunya adalah peran orang tua dan guru. Sebagai tempat pendidikan pertama bagi anak, orang tua memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan dan perilaku anak sejak dini.¹² Khususnya bagi anak perempuan yang memasuki masa pubertas, mereka lebih nyaman berbicara dengan ibu mengenai pengalaman menstruasi. Peran guru juga dibutuhkan untuk memberikan wawasan dan pengetahuan kepada siswi mengenai kesiapan dalam menstruasi.¹³ Guru dapat memberikan informasi mengenai praktik *personal hygiene* saat menstruasi kepada siswinya, sehingga akan berdampak positif bagi perilaku siswi yang sudah terpapar informasi tersebut.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ahmad, dkk. (2023) bahwa terdapat 61,8% siswi di SMA/SMK Negeri kota Ende memiliki pengetahuan yang rendah tentang *personal hygiene* saat menstruasi.¹⁴ Kemudian didukung oleh hasil penelitian Aryani (2019) dengan hasil penelitian di mana sebanyak 67,3% siswi di Pesantren Ummul Mukminin Kota Makassar masih memiliki praktik *personal hygiene* yang buruk saat menstruasi dan sikap negatif sebesar 51%.¹⁵

Penelitian yang dilakukan oleh Khasanah (2021) menjelaskan bahwa ada hubungan antara peran orang tua dengan *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri. Penelitian ini menjabarkan bahwa seseorang akan memiliki *personal hygiene* yang kurang baik apabila orang tua kurang berperan dalam memberi pengetahuan mengenai *personal hygiene*.¹⁶ Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Fitriani (2022), terdapat 53,3% responden yang menyatakan bahwa guru berperan dalam memberikan informasi mengenai *personal hygiene* saat menstruasi. Yang artinya, dengan meningkatnya peran guru dalam penyebaran informasi tentang *hygiene* menstruasi maka akan semakin baik pula perilaku siswi.¹⁷

Peneliti memilih Sekolah Menengah Pertama (SMP) sebagai lokasi penelitian karena pada rentang usia ini remaja putri umumnya mengalami menstruasi pertama kali dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi mulai terbentuk. SMPN 12 Kota Jambi dipilih karena merupakan salah satu sekolah dengan jumlah siswi yang banyak di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Pinang. Menurut hasil survei awal

yang dilakukan pada 8 orang siswi SMPN 12 Kota Jambi mengenai *personal hygiene* saat menstruasi didapatkan bahwa semua siswi tidak mengetahui apa itu *personal hygiene*, begitu juga dengan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari. Semua siswi yang diwawancarai menggunakan pembalut sekali pakai dan terdapat 6 dari 8 siswi yang hanya mengganti pembalut 2 kali sehari, di mana seharusnya frekuensi mengganti pembalut yang baik yaitu 4-5 kali sehari agar terhindar dari bau tidak sedap serta mencegah terjadinya infeksi pada organ reproduksi.

Selain itu, SMPN 12 Kota Jambi belum memiliki wadah Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) yang seharusnya menjadi sarana edukasi dan konseling terkait kesehatan reproduksi remaja. Selama ini, siswa/i SMPN 12 Kota Jambi hanya mendapatkan informasi mengenai kesehatan reproduksi remaja dari guru mata pelajaran Bimbingan Konseling (BK) dengan cakupan materi yang masih terbatas, materi yang diberikan antara lain cara menjaga kebersihan organ reproduksi, bahaya penyalahgunaan narkoba, pentingnya mengonsumsi tablet tambah darah pada remaja putri, dan lain sebagainya.

Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMPN 12 Kota Jambi karena pada saat melakukan survei awal didapatkan kesimpulan bahwa pengetahuan dan kesadaran untuk melaksanakan *personal hygiene* menstruasi pada siswi yang masih kurang. Peneliti juga mendapat informasi bahwa di SMPN 12 Kota Jambi belum terdapat Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) serta belum ada penelitian terkait yang pernah dilakukan di SMPN 12 Kota Jambi. Dari uraian latar belakang di atas peneliti ingin menyelidiki lebih lanjut penelitian tentang “Determinan perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi di SMPN 12 Kota Jambi Tahun 2025”

1.2 Rumusan Masalah

Masalah *personal hygiene* saat menstruasi di kalangan remaja putri masih banyak ditemui. Hal ini didukung dengan masih rendahnya pengetahuan siswi mengenai *personal hygiene* dan pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi, sehingga kesadaran dan motivasi yang dimiliki remaja putri untuk mempraktikannya pun masih rendah. Peran orang tua dan guru sebagai pendidik

bagi remaja putri di sekolah pun sangat dibutuhkan untuk membentuk perilaku *personal hygiene* mereka saat menstruasi. Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu ”apa saja determinan perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi di SMPN 12 Kota Jambi Tahun 2025?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui determinan perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi di SMPN 12 Kota Jambi Tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui proporsi perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi di SMPN 12 Kota Jambi Tahun 2025.
- b. Mengetahui hubungan pengetahuan remaja putri dengan perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi di SMPN 12 Kota Jambi Tahun 2025.
- c. Mengetahui hubungan sikap remaja putri dengan perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi di SMPN 12 Kota Jambi Tahun 2025.
- d. Mengetahui hubungan peran guru dengan perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi di SMPN 12 Kota Jambi Tahun 2025.
- e. Mengetahui hubungan peran orang tua dengan perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi di SMPN 12 Kota Jambi Tahun 2025.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Keilmuan

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan kajian mahasiswa, terlebih bagi mahasiswa peminatan kesehatan reproduksi mengenai determinan perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi SMPN 12 Kota Jambi

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja putri SMPN 12 Kota Jambi tentang manfaat *personal hygiene* saat menstruasi, sehingga mereka terdorong untuk menerapkannya dalam kehidupan

sehari-hari. Hasil penelitian ini diharapkan juga dapat memberikan gambaran kepada pihak sekolah untuk mempertimbangkan penyusunan program pembelajaran kesehatan reproduksi.

b. Bagi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi

Penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi kepada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi dalam upaya meningkatkan pengetahuan mahasiswa terkait kesehatan reproduksi remaja. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mendorong peran aktif dalam mempromosikan kesehatan reproduksi pada kalangan remaja di Kota Jambi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan dapat dijadikan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMP.