

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Remaja dikenal sebagai masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa, batasan usia remaja menurut *World Health Organization* (WHO) adalah 10-19 tahun yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan pada fisik, psikologis, dan intelektual, serta munculnya tanda-tanda seks primer dan sekunder (Wirenviona & Riris, 2020). Menurut Marmi (2015) tanda-tanda seks primer pada wanita ialah terjadinya menstruasi.

Menstruasi merupakan proses alamiah yang terjadi pada setiap wanita sebagai tanda bahwa organ reproduksi telah matang yang ditandai dengan pengeluaran darah secara teratur setiap bulan dari rahim (Sinaga dkk, 2017). Pengeluaran darah secara teratur setiap bulan ini disebut dengan siklus menstruasi. Siklus menstruasi yang normal terjadi setiap 22-35 hari dengan periode menstruasi 5-7 hari dan selama menstruasi rata-rata darah yang dikeluarkan adalah 35-50 ml tanpa gumpalan darah (Rosyida, 2019). Sedangkan tanda-tanda seks sekunder antara lain; pertumbuhan pada rahim dan vagina, pinggul melebar, payudara membesar, serta tumbuh rambut di sekitar kemaluan dan ketiak.

Menstruasi merupakan hal yang penting untuk diperhatikan. Salah satu hal yang harus diperhatikan adalah menjaga *personal hygiene* saat menstruasi (Sinaga dkk, 2017). *Personal hygiene* merupakan perawatan diri sendiri yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan baik secara fisik maupun psikologis (Nurchandra, Mirawati & Aulia, 2020). *Personal*

*hygiene* yang sehat ketika menstruasi sangat penting dilakukan dalam upaya mencegah gangguan kesehatan khusus reproduksi ketika menstruasi. Dalam upaya melakukan *personal hygiene* yang sehat dibutuhkan pengetahuan dan tindakan yang baik terkait *personal hygiene* ketika menstruasi.

Menurut UNICEF dalam upaya penerapan tindakan *personal hygiene* yang baik dan sehat mengacu dengan program manajemen kebersihan menstruasi meliputi; mencuci tangan sebelum dan setelah mengganti pembalut, menggunakan pembalut yang bersih, mengganti pembalut setiap 3-4 jam, mencuci pembalut, membungkus pembalut sekali pakai sebelum dibuang ke tempat sampah dan tidak mengubur pembalut, serta membersihkan area kemaluan setiap mengganti pembalut (UNICEF, 2017).

Upaya penerapan tindakan *personal hygiene* tersebut dapat terlaksana secara maksimal melalui pendidikan kesehatan yang relevan. Salah satu metode pendidikan kesehatan yang relevan adalah dengan mengadakan penyuluhan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Proses penyuluhan ini bertujuan untuk mengubah tindakan *personal hygiene* yang buruk pada remaja agar menjadi lebih baik, dan mampu menjaga kebersihan organ reproduksi serta terhindar dari penyakit (Nurchandra, Mirawati & Aulia, 2020).

Menurut WHO, perilaku sebagian remaja di dunia dalam menjaga *personal hygiene* saat menstruasi masih kurang (Syahda & Elmayasari, 2020). Hal ini dibuktikan dari beberapa penelitian yang telah dilakukan.

Menurut Abrori, infeksi pada vagina setiap tahunnya menyerang perempuan di seluruh dunia 10-15% dari 100 juta perempuan, contohnya remaja yang terkena infeksi bakteri *candida albicans* sekitar 15% dan mengalami keputihan. Kejadian tersebut terjadi karena remaja tidak mengetahui permasalahan dan *hygiene* seputar organ reproduksi (Abrori et al., 2017).

Dalam penelitian yang dilakukan Departemen Kesehatan Masyarakat St John's Medical College, Bangalore di India pada 506 remaja putri didapatkan 99,6% remaja putri pernah mendengar tentang menstruasi dan 28,7% memiliki pengetahuan tentang menstruasi. Sedangkan hanya 44,1% yang menggunakan pembalut selama siklus menstruasi. Diantara mereka yang menggunakan kain sebagai pembalut, hanya 31,3% menggunakan sabun dan air untuk membersihkan pembalut kain tersebut. Hal ini berisiko terhadap kesehatan organ reproduksi disebabkan karena saat perawatan yang dilakukan pada pembalut kain kurang baik, kebiasaan ini akan berisiko tumbuhnya mikroba dan menyebabkan vagina berbau tidak sedap.

Studi kasus yang dilakukan oleh *The SMERU Research Institute* bekerjasama dengan *Plan International* Indonesia tahun 2019 di provinsi NTB (Nusa Tenggara Barat) pada siswi SD (Sekolah Dasar) dan SMP (Sekolah Menengah Pertama) menemukan bahwa sebagian kecil siswi SMP mencuci pembalut bekasnya, rata-rata siswi tersebut mengganti pembalut 3 kali perhari, dan sebagian siswi menggunakan sabun saat mengganti pembalut. Hal ini disebabkan karena persepsi yang masih salah,

sehingga kurangnya kemampuan dan pengalaman orang-orang di sekitar untuk mempraktikkan *personal hygiene* dengan benar serta kurangnya sosialisasi tentang *personal hygiene* saat menstruasi di sekolah (Mesquita, 2020).

Berdasarkan data Dinas Pendidikan Kota Padang tahun 2021 diketahui jumlah sisiwi SMP terbanyak berada di SMPN 30 Padang. Berdasarkan studi pendahuluan di SMPN 30 Padang diperoleh informasi bahwa sekolah belum pernah mengadakan penyuluhan terkait tindakan *personal hygiene* saat menstruasi. Disamping itu, berdasarkan data dari kepala sekolah terdapat perbedaan latar belakang ekonomi, tingkat pendidikan, dan pekerjaan orang tua. Hal tersebut akan berpengaruh pada kemampuan orang tua dalam memenuhi kebutuhan anak dan proses mendapatkan informasi tentang *personal hygiene*.

Berdasarkan studi pendahuluan terhadap 15 orang siswi secara acak di SMP Negeri 30 Padang terkait tindakan *personal hygiene* saat menstruasi, peneliti mendapatkan hasil bahwa siswi yang mengeringkan daerah kemaluan dengan tisu atau handuk khusus setelah buang air kecil dan buang air besar hanya 20%. Ditemukan 40% dari siswi membersihkan daerah kemaluan dari arah depan ke arah belakang. Sebanyak 80% dari siswi menyatakan bahwa sabun mandi harus digunakan untuk membersihkan alat kelamin agar alat kelamin tetap bersih, 67% diantaranya masih menggunakan celana dalam yang ketat saat menstruasi, dan semua siswi yang diwawancarai hanya mengganti pembalut setelah mereka merasa penuh saja. Hal ini menunjukkan bahwa tindakan *personal*

*hygiene* saat menstruasi pada siswi tersebut masih rendah dikarenakan pengetahuan siswi mengenai *personal hygiene* saat menstruasi masih kurang.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Perbedaan tingkat pengetahuan dan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi sebelum dan sesudah penyuluhan di SMP Negeri 30 Padang”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana perbedaan tingkat pengetahuan dan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi sebelum dan sesudah penyuluhan di SMP Negeri 30 Padang?”

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan dan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi sebelum dan sesudah penyuluhan di SMP Negeri 30 Padang.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan umur dan usia saat *menarche* pada siswi di SMPN 30 Padang.
2. Mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi di SMPN 30 Padang sebelum dan sesudah penyuluhan.

3. Mengetahui distribusi frekuensi tindakan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi di SMPN 30 Padang sebelum dan sesudah penyuluhan.
4. Mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan dan tindakan tentang *personal hygiene* saat menstruasi sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan bagi peneliti untuk menambah wawasan dan pengetahuan terkait penyuluhan dan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi.

##### **1.4.2 Bagi Instuisi Pendidikan**

Dengan adanya penyuluhan terkait pengetahuan dan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi diharapkan dapat dijadikan bahan masukan bagi akademik dalam pengembangan pembelajaran dan bahan acuan untuk penelitian selanjutnya.

##### **1.4.3 Bagi Tenaga Kesehatan**

Sebagai bahan pertimbangan untuk mengambil kebijakan lebih lanjut dalam rangka meningkatkan pencapaian kesehatan diri pada remaja.