

BAB 1: PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut Kemenkes RI (2018) berdasarkan UU Perlindungan Anak, remaja adalah seseorang yang berusia 10-18 tahun. Remaja merupakan jumlah kelompok penduduk yang cukup besar (hampir 20% dari jumlah penduduk). Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, pada masa remaja terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang cepat yang ditandai dengan beberapa perubahan baik secara fisik maupun psikologis. Secara fisik perubahan yang terjadi pada remaja dapat ditandai dengan tumbuh dan berkembangnya seks primer dan seks sekunder, sedangkan perubahan pada psikologis dapat ditandai dengan perubahan sikap, perasaan, keinginan, dan emosi yang labil atau tidak menentu.⁽¹⁾

Dalam Peraturan Pemerintah No. 61 Tahun 2014, disebutkan bahwa kesehatan reproduksi remaja merupakan masalah yang harus diperhatikan dalam pelayanan kesehatan reproduksi. Hal ini dilakukan agar remaja terhindar atau terbebas dari perilaku seksual menyimpang.⁽²⁾ Berdasarkan hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 tentang pengetahuan remaja tentang sistem kesehatan reproduksi masih tergolong rendah, yaitu sebanyak 67% remaja perempuan dan 63% remaja laki-laki berusia 15-24 tahun tidak memahami atau mengetahui tentang hari-hari subur, sebanyak 51% wanita dan pria tidak mengetahui kejadian hamil pada perempuan yaitu hanya dengan satu kali hubungan seksual. Begitu pula dengan gejala atau tanda terjadinya penyakit menular seksual, pemeriksaan pranikah dan tempat pelayanan kesehatan remaja yang masih kurang.⁽³⁾

Pada remaja putri salah satu ciri perkembangan reproduksinya adalah mengalami haid atau menstruasi. Menstruasi merupakan tanda pubertas yang terjadi pada wanita. Menstruasi adalah keluarnya darah dari vagina yang terjadi setiap bulan dengan selang waktu sekitar 28 hari dari endometrium uterus.⁽⁴⁾ Waktu timbulnya menstruasi atau menarche bervariasi antar negara. Namun usia rata-rata menarche biasanya antara 12-13 tahun pada populasi gizi baik di negara maju. Salah satu hal terpenting yang harus diperhatikan remaja putri saat menstruasi adalah *personal hygiene* atau kebersihan saat menstruasi.⁽⁵⁾

Menstruasi adalah proses biologis yang normal sebagai tanda vital kesehatan reproduksi, namun dalam banyak budaya, menstruasi dianggap sebagai sesuatu yang meremehkan, memalukan, atau kotor. Akses informasi yang terbatas mengenai menstruasi baik itu di rumah maupun di sekolah membuat jutaan perempuan dan anak perempuan sedikit atau bahkan tidak tahu sama sekali tentang perubahan yang terjadi pada tubuh mereka dan langkah-langkah untuk menghadapi menstruasi.⁽⁴⁾ Menurut Tarwoto & Wartonah perilaku *personal hygiene* organ reproduksi merupakan tindakan yang dilakukan individu dalam menjaga kebersihan dan kesehatan organ reproduksi untuk menjaga kesejahteraan fisik dan psikis. *Personal hygiene* menstruasi adalah suatu tindakan yang meliputi kegiatan untuk menjaga kesehatan dan upaya menjaga kebersihan pada organ genitalia saat menstruasi, dengan tujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan seseorang, menyempurnakan *personal hygiene* yang kurang baik, mencegah masalah kesehatan, meningkatkan kepercayaan diri seseorang dan menghasilkan keindahan.⁽⁶⁾

Setiap remaja putri seharusnya bisa menerapkan *personal hygiene* dengan baik dan benar. Namun pada kenyataannya masih banyak remaja putri yang tidak menjaga kebersihan diri dengan baik. Kurangnya keterpaparan informasi menjadi

salah satu penyebab buruknya perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri. Perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang buruk pada remaja putri ini dapat menimbulkan berbagai masalah terutama yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Beberapa masalah yang dapat timbul adalah infeksi saluran kemih, kanker serviks, vaginosis bakterial, gejala pruritus vulvae, keputihan disertai iritasi, gatal, bau, dan lain-lain⁽⁷⁾ Menurut penelitian Latifah (2017) didapatkan bahwa beberapa perilaku remaja yang tidak higienis ketika menstruasi diantaranya jarang mencuci area kewanitaan dan mengganti celana dalam saat menstruasi, penggunaan pakaian dalam yang ketat, dan mengganti pembalut selama lebih dari empat jam.⁽⁸⁾

Menurut WHO *Regional Office for South East Asia* (2018), *personal hygiene* atau sanitasi perorangan dan kesehatan reproduksi merupakan salah satu dari sepuluh faktor risiko morbiditas/kematian pada usia remaja. Menurut Kemenkes RI (2016), di Indonesia, hingga 5,2 juta remaja putri sering mengeluhkan kebersihan yang buruk saat menstruasi yaitu pruritus vulvae yang ditandai dengan rasa gatal pada alat kelamin wanita.⁽⁹⁾ Hasil penelitian Riska, *et.al* (2017), menyatakan bahwa upaya menjaga kebersihan remaja putri saat menstruasi berada pada kategori kurang (56,4%). Remaja putri masih kurang dalam melakukan upaya menjaga kebersihan saat menstruasi.⁽¹⁰⁾

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) angka kejadian infeksi saluran reproduksi (ISR) tertinggi di dunia adalah pada usia remaja (35%-42%). Negara Indonesia memiliki iklim yang panas dan lembap, sehingga lebih rentan mengalami ISR.⁽²⁾ Berdasarkan Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (BKKBN) didapatkan sebanyak 63 juta remaja di Indonesia beresiko kurang menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi dan berdasarkan data statistik bahwa

43,4% juta remaja putri berusia antara 10-14 tahun memiliki kebersihan organ reproduksi yang sangat buruk.^{(11) (12)}

Menurut Hokkenberry & Wilson (2009) dalam Yulfitria (2019) seseorang harus melakukan perawatan lebih dari biasanya saat menstruasi, karena pada saat menstruasi terjadi beberapa perubahan pada tubuh. Perawatan diri selama menstruasi dapat berupa penggunaan pembalut yang tepat, intensitas penggantian pembalut, penggunaan air bersih dan cara membersihkan area genitalia bagian luar. Pada saat menstruasi, produksi keringat akan meningkat akibat kerja prostaglandin menyebabkan suhu hipotalamus meningkat. Karena peningkatan keringat ini, daerah genitalia eksterna akan menjadi lebih lembab sehingga dapat meningkatkan resiko pertumbuhan mikroorganisme. Infeksi candida di area vagina merupakan salah satu risiko yang bisa terjadi pada saat menstruasi. Dampak lain dari buruknya *personal hygiene* saat menstruasi ini adalah keputihan. Kejadian keputihan di dunia sebesar 75% , untuk di Eropa sebanyak 25% penduduk perempuannya mengalami keputihan. Kejadian keputihan di Indonesia mencapai angka 75% dari penduduk wanitanya.⁽¹³⁾

(10)

Berdasarkan hasil survei awal dengan cara wawancara pada siswi di SMA N 2 Kota Payakumbuh didapatkan bahwa dari 10 siswi terdapat 8 siswi (80%) pernah mengalami keputihan selama 3 bulan terakhir dan 2 siswi (20%) tidak mengalami keputihan selama 3 bulan terakhir, 5 dari 10 siswi menjawab pada saat mengalami keputihan cairan yang keluar seperti susu/yoghurt dan disertai rasa gatal, berbau, serta rasa panas di area kewanitaan, dan 7 dari 10 siswi pernah mengalami gatal-gatal di area kewanitaan selama 3 bulan terakhir. Berdasarkan data survei awal tersebut hampir seluruh siswi mengalami keputihan. Keputihan yang fisiologis apabila

kebiasaan perilaku *personal hygiene*nya kurang baik maka berpotensi menjadi keputihan pathologis.

Masalah reproduksi pada remaja memerlukan perhatian dan penanganan yang serius karena masalah tersebut paling banyak terjadi di negara berkembang dan iklim tropis seperti Indonesia akibat kurangnya pengetahuan, sikap, niat dan kelembapan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa banyak faktor yang mempengaruhi *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi.⁽¹⁴⁾ Menurut Potter & Perry (2012) ada tujuh faktor yang mempengaruhi *personal hygiene* yaitu citra tubuh, praktik sosial, status sosial ekonomi, pengetahuan, budaya, kebiasaan seseorang dan kondisi fisik.⁽¹⁵⁾ Menurut Tarwoto & Wartonah adapun faktor yang mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi diantaranya antara lain citra tubuh (*body image*), praktik sosial, tingkat ekonomi, pengetahuan tentang menstruasi, budaya, kebiasaan seseorang dan kondisi fisik.⁽⁶⁾

Salah satu faktor yang mempengaruhi *personal hygiene* menstruasi yang dipilih oleh peneliti adalah citra tubuh (*body image*) sebagai variabel yang mempengaruhi perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri. Citra tubuh (*body image*) merupakan penilaian seseorang atas bentuk tubuh yang dimiliki. Menurut Schilder citra tubuh merupakan pikiran yang terbentuk pada diri individu mengenai gambaran tubuh individu itu sendiri, atau dengan kata lain gambaran tubuh individu menurut individu itu sendiri.⁽¹⁶⁾ Menurut Santrock 2011 dalam Aristantya (2019) dibandingkan laki-laki, remaja putri pada masa remaja umumnya lebih merasa kurang puas dengan citra tubuh mereka ketika masa pubertas.⁽¹⁷⁾

Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2021) didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan citra tubuh dengan *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri di

sekolah MTs ALFALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan ($p=0,000$). Mekanisme citra tubuh (*body image*) dapat mempengaruhi *personal hygiene* mentruasi pada remaja putri mulai dari pemikiran yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri, keyakinan dan sikap remaja putri tersebut. Perubahan bentuk tubuh yang tidak sesuai dengan harapan akan berakibat pada *personal hygiene* siswi tersebut seperti dengan tidak merawat tubuhnya sendiri dan tidak ada keinginan untuk bersih. Pada umumnya para remaja sangat menyadari perubahan yang mereka alami, terutama dalam hal penampilan.⁽⁷⁾

Berbagai gambaran standar bentuk tubuh ini yang membuat remaja tidak puas dengan kondisi fisiknya. Remaja sering merasa gemuk, kulit kurang cerah, hidung kurang mancung, dan lain sebagainya. Perasaan puas dan tidak puas terhadap bentuk tubuh menimbulkan citra tubuh yang positif dan negatif pada remaja. Pandangan positif terhadap tubuh adalah kunci utama yang dapat membangun kesehatan psikologis dan perkembangan fisik pada wanita. Di sisi lain, remaja yang memiliki citra tubuh negatif memiliki banyak masalah dengan tubuhnya.⁽¹⁶⁾

Remaja sangat memperhatikan perubahan fisik dan psikologis yang terjadi selama masa pubertas. Mereka dapat membandingkan bagaimana perkembangan dan perubahan tubuh mereka dengan teman-teman sebayanya. Mereka mungkin lebih peka terhadap komentar orang lain tentang penampilan fisik mereka. Khususnya pada masa remaja, lingkungan menjadi faktor penting dalam pembentukan citra tubuh dan harga diri para remaja. Remaja lebih termotivasi untuk mengikuti tren dan gaya yang diterima oleh kelompok sosialnya.⁽¹⁷⁾

Dengan pesatnya perkembangan teknologi, wajar jika remaja untuk memiliki *gadget* pribadi untuk mendukung kebutuhan sosial dan akademiknya. Berdasarkan

usia saat ini, mereka juga biasanya sudah memiliki media sosial sendiri untuk apa yang terjadi di sekitar mereka. Namun media sosial merupakan cara mudah untuk mendapatkan informasi dan mengetahui tren di media sosial, jika tidak digunakan dengan bijak dapat berdampak negatif pada citra tubuh remaja. Keinginan untuk memiliki tubuh ideal akibat paparan media sosial muncul karena adanya proses perbandingan sosial.⁽¹⁷⁾

Media sosial, khususnya *Instagram*, saat ini menjadi salah satu tempat termudah bagi remaja untuk melakukan perbandingan fisik dengan teman-temannya. Fenomena “disukai” (*likes*) dan mendapat dukungan sosial berupa “komentar” di *Instagram* kini menjadi incaran para remaja. Mereka mungkin melihat bahwa orang-orang yang berkulit putih, kurus, rambut yang indah, dan memakai produk bermerek sering mendapat dukungan positif di *Instagram*, sehingga remaja lain juga mencoba mencocokkan karakteristik tersebut untuk mendapatkan dukungan positif secara *online*. Fenomena ini sering menimbulkan kesalahpahaman tentang citra tubuh (*body image*) ideal di kalangan muda.⁽¹⁷⁾

Paparan konten foto/video yang memperlihatkan bentuk tubuh ideal kini menjadi salah satu target para remaja untuk memiliki “*body goals*” seperti idola maupun teman sebaya yang mereka ikuti. Fenomena ini menyebabkan ketidakpuasan terhadap fisik (*body dissatisfaction*), kecemasan yang parah, dan gangguan makan (*eating disorder*) di kalangan remaja. Selain itu, sebuah penelitian yang dilakukan oleh Brown dan Tiggemann (2016) menemukan bahwa terpapar citra selebriti dengan tubuh ideal dan menarik dapat memengaruhi citra tubuh (*body image*) seseorang. Gambar yang menggambarkan ‘tubuh ideal’ tidak hanya dapat menyebabkan menurunkan citra tubuh, tetapi juga meningkatkan suasana hati (*mood*) negatif dan menurunkan harga diri (*self-esteem*).⁽¹⁷⁾

Pola pikir tentang penampilan fisik sangat berbeda pada masa remaja dengan dewasa awal. Pemikiran remaja bersifat egosentris. Egosentris remaja memiliki dua bagian yaitu *Imaginary Audience* dan *Personal Fable*.⁽¹⁸⁾ *Imagery audience* merupakan tingkah laku remaja yang merasa selalu diperhatikan atau menjadi pusat perhatian orang lain yang menyebabkan remaja sangat terpengaruh oleh penampilan fisiknya dan bisa mempengaruhi konsep dirinya. Sedangkan *personal fables* merupakan tingkah laku remaja yang merasa dirinya sangat unik dan berbeda dengan orang lain. Perilaku mengundang perhatian, umum terjadi pada masa remaja, mencerminkan egosentrisme dan keinginan untuk tampil di atas pentas, diperhatikan, dan terlihat. Inilah yang menjadikan remaja masih sangat peduli dengan citra tubuhnya didepan orang lain.⁽¹⁹⁾

Remaja yang memiliki citra tubuh yang buruk atau negatif biasanya tidak menjaga penampilan dan kesehatan mereka. Perilaku *hygiene* remaja yang kurang peduli terhadap kebersihan tubuh mereka termasuk tidak menjaga penampilan dan kesehatan saat menstruasi, kebersihan alat reproduksinya, dapat terkena berbagai penyakit reproduksi.⁽¹⁴⁾ Berdasarkan Ramadhan (2016) menemukan bahwa seseorang dengan *body image* yang positif biasanya memperhatikan perilaku *personal hygiene* dan dapat memilih perilaku yang sesuai untuk menjaga kualitas atau keadaan kesehatan fisik. Maka seseorang dengan *body image* yang negatif cenderung akan mengabaikan perilaku *personal hygiene* dan akan berperilaku yang membahayakan kesehatan.

Berdasarkan penelitian Yulfitria, dkk (2019) yang dilakukan pada mahasiswa kebidanan di Jakarta didapatkan hasil responden dengan perilaku menstrual hygiene yang buruk, memiliki *body image* yang baik sebesar 29.5% dan 60.5% lainnya memiliki *body image* yang buruk. Berdasarkan hasil tersebut didapatkan P value

sebesar 0.000 sehingga terdapat hubungan antara keduanya. Citra seseorang terhadap dirinya sangat mempengaruhi kebersihan diri misalnya karena fisik berubah, sehingga individu tersebut tidak peduli dengan kebersihannya. ⁽¹³⁾

Citra tubuh adalah konsep subjektif dari penampilan fisik seseorang. Citra tubuh ini bisa sering berubah. Citra tubuh mempengaruhi cara menjaga kebersihan. Citra tubuh adalah sekelompok sikap individu yang sadar dan tidak sadar terhadap dirinya tubuh termasuk persepsi dan perasaan masa lalu dan masa kini tentang bentuk, ukuran, kegunaan, penampilan dan kemampuan. Citra tubuh menghasilkan konsep tentang suatu kondisi tubuh ideal. Akibat dari *body image* ini, para remaja putri berusaha untuk mempertahankannya penampilan termasuk dalam melakukan kebersihan menstruasi. Citra tubuh seseorang tampak apa adanya mulai berinteraksi dengan lingkungan sosial atau teman sebayanya dan mulai membandingkan dengan teman-teman lainnya. ⁽¹³⁾

Siswa SMA/ sederajat termasuk pada masa remaja, atau dapat juga disebut sebagai peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa meliputi kematangan pada fisik, mental, sosial, dan emosional remaja. Kelompok remaja membutuhkan perhatian khusus karena pada masa ini mereka menentukan masa depan mereka dan membuat keputusan untuk mencapai tujuan yang dimiliki, sehingga remaja membutuhkan orang-orang terdekat untuk saling memotivasi dan menghindari hal-hal yang semestinya tidak terjadi pada masa pubertas. ⁽²⁰⁾

Berdasarkan hasil survei awal yang telah dilakukan di SMA N 2 Kota Payakumbuh pada 17 Februari 2023 terhadap 10 siswi, didapatkan bahwa 9 dari 10 siswi membasuh daerah kewanitaan dengan cara yang salah yaitu dari belakang ke depan, 7 dari 10 siswi tidak selalu mengganti pembalut setiap 4 jam sekali saat darah

menstruasi banyak, serta 6 dari 10 siswi terkadang menggunakan celana dalam yang ketat ketika menstruasi. Dari 10 siswi 5 diantaranya merasa tidak percaya diri dengan penampilan fisik mereka saat ini. Penelitian dilakukan di SMA N 2 Kota Payakumbuh karena belum ada penelitian sebelumnya dan berdasarkan hasil studi awal yang telah dilakukan. Berdasarkan beberapa hal yang telah disebutkan tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti hubungan citra tubuh (*body image*) dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Kota Payakumbuh.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana hubungan citra tubuh (*body image*) dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Kota Payakumbuh Tahun 2023.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan citra tubuh (*body image*) dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Kota Payakumbuh Tahun 2023.

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus pada penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui distribusi frekuensi perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Kota Payakumbuh Tahun 2023.

2. Untuk mengetahui distribusi frekuensi citra tubuh (*body image*) pada remaja putri di SMA N 2 Kota Payakumbuh Tahun 2023.
3. Untuk mengetahui distribusi frekuensi faktor lainnya berkontribusi dalam perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yaitu pengetahuan tentang menstruasi, praktik sosial, ketersediaan akses pembalut, dan budaya pada remaja putri di SMA N 2 Kota Payakumbuh Tahun 2023.
4. Untuk mengetahui hubungan citra tubuh (*body image*) dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Kota Payakumbuh Tahun 2023.
5. Untuk mengetahui hubungan variabel *confounding* yaitu yaitu pengetahuan tentang menstruasi, praktik sosial, ketersediaan akses pembalut, dan budaya dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Kota Payakumbuh Tahun 2023.
6. Untuk mengetahui hubungan citra tubuh (*body image*) dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Kota Payakumbuh tahun 2023 setelah dikontrol oleh variabel *confounding*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Untuk menambah wawasan peneliti serta meningkatkan kemampuan dalam mengumpulkan data, mengolah data, dan menganalisis data yang diperoleh untuk dijadikan sumber informasi
2. Untuk dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian lebih lanjut

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Untuk puskesmas

Informasi yang diperoleh dari hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi puskesmas dalam upaya peningkatan perilaku kebersihan diri saat menstruasi yang baik.

2. Untuk SMA N 2 Kota Payakumbuh

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar mengembangkan program pendidikan yang lebih efektif di sekolah.

3. Untuk remaja putri

Dengan penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan dapat merubah perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Kota Payakumbuh.

4. Untuk peneliti selanjutnya

Dengan penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan referensi bacaan bagi semua pihak yang membutuhkannya.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Berdasarkan uraian diatas dan sesuai dengan kemampuan serta keterbatasan waktu yang tersedia, maka peneliti membatasi ruang lingkup penelitian ini mengenai hubungan citra tubuh (*body image*) dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 2 Kota Payakumbuh Tahun 2023. Variabel independen yang diteliti pada penelitian ini adalah citra tubuh (*body image*), variabel dependen perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dan variabel *confounding* ada pengetahuan tentang menstruasi, praktik sosial, ketersediaan akses pembalut, dan budaya. Desain studi yang digunakan adalah *cross sectional* dengan memperoleh data melalui kuesioner yang diisi oleh responden. Populasi pada penelitian ini adalah siswi kelas

10 dan 11 di SMA N 2 Kota Payakumbuh Tahun 2023 sebanyak 478 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *accidental sampling*. Setelah dirumuskan didapatkan sampel sebanyak 87 responden. Penelitian ini dilakukan bulan Januari hingga bulan Juli 2023. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat serta analisis multivariat.

