

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Kematangan mental, sosial, dan emosional berkembang selama periode waktu ini untuk mempersiapkan anak-anak memasuki masa dewasa.^[1] Masa remaja merupakan masa dimulainya pertumbuhan dan perkembangan fisik, psikologis dan intelektual yang signifikan. Remaja ditandai dengan rasa ingin tahu, menyukai tantangan, dan berani mengambil risiko tanpa mempertimbangkan risiko yang mungkin terjadi. Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2021, remaja merujuk pada mereka yang berusia antara 10 hingga 19 tahun, sedangkan menurut BKKBN rentang usia remaja 10 hingga 24 tahun. Remaja merupakan kelompok populasi terbesar dari dunia sebesar 1,2 milyar, dimana setengahnya terdapat di Asia dan seperempat atau sekitar 282 juta remaja terdapat di Asia Tenggara. Di Indonesia proporsi penduduk usia muda sekitar 37,42% dari total penduduk Indonesia. Kelompok usia muda dengan persentase menurut kelompok umur paling tinggi adalah usia 15- 24 tahun.^[2]

Saat ini Indonesia merupakan negara yang menduduki peringkat keempat dunia memiliki penduduk paling banyak. Berdasarkan hasil data BPS (Badan Pusat Statistik) tahun 2021 jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2022 mencapai 270.203.917 jiwa. Dengan jumlah tersebut sekitar 46 juta jiwa merupakan remaja, yang mewakili 33,3% dari total penduduk Indonesia.^[3] Sehingga sebagian besar penduduk Indonesia adalah remaja. Hal ini membuat piramida penduduk Indonesia dikategorikan sebagai piramida penduduk remaja. Perkembangan fisik, mental, dan intelektual berakselerasi dengan cepat selama masa remaja. PMS (Penyakit Menular Seksual), kehamilan, aborsi, kekerasan seksual, pernikahan dini, seks bebas, dan

menjaga kesehatan reproduksi remaja adalah risiko kesehatan reproduksi yang harus dihadapi remaja. Pentingnya menjaga kesehatan reproduksi, terutama pada remaja perempuan, ketika sistem reproduksinya juga mengalami perubahan. Selama masa pubertas, yang dimulai dengan keluarnya darah menstruasi, organ-organ reproduksi mengalami perubahan yang signifikan.^[4]

Menurut WHO, kesehatan reproduksi merupakan suatu keadaan fisik, mental, dan sosial secara utuh tidak hanya terbebas dari penyakit atau kecacatan dalam berbagai aspek yang berhubungan dengan sistem reproduksi, fungsi serta prosesnya.^[5] Sementara menurut Kinanti kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan sejahtera baik fisik, mental maupun sosial secara utuh dengan segala hal yang berkaitan dengan fungsi dan peran dari sistem reproduksi wanita.^[6] Berdasarkan Data Survey Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 terkait dengan *personal hygiene*, proporsi perilaku Buang Air Besar (BAB) menurut tingkat pendidikan SLTP yaitu sebanyak 96,3%. Sedangkan proporsi perilaku baik dan benar dalam cuci tangan sebanyak 51,1% di Indonesia, dan di Provinsi Riau masih buruk yaitu 43%. Menurut data Riskesdas (2018), kurangnya pemahaman mengenai *personal hygiene* genitalia menjadi salah satu penyebab utama yang dapat mengakibatkan gangguan kesehatan reproduksi seperti keputihan, infeksi saluran reproduksi, penyakit radang panggul, dan meningkatkan resiko terjadinya kanker serviks. Begitu juga, gejala atau tanda penyakit menular seksual, pemeriksaan kesehatan sebelum menikah dan tempat pelayanan kesehatan remaja yang masih rendah.

Permasalahan kesehatan reproduksi pada remaja putri bukan hanya masalah tentang seksualitas tetapi juga masalah tentang menstruasi yang dapat memicu banyak penyakit pada organ reproduksi. Menstruasi merupakan proses keluarnya darah yang disertai dengan luruhnya dinding rahim (endometrium). Saat menstruasi,

penting untuk menjaga kebersihan organ reproduksi untuk mencegah infeksi. Terdapat resiko infeksi seperti saluran kemih (ISK), penyakit radang pada permukaan vagina, dan pertumbuhan jamur yang dapat menyebabkan keputihan. Jika tidak ditangani dengan baik, kondisi ini dapat menyebabkan kemandulan dan menurunkan kualitas hidup seseorang. Menurut data penelitian kesehatan reproduksi wanita, ditemukan bahwa 75% wanita di seluruh dunia pernah mengalami keputihan sebanyak satu kali dalam hidupnya dan 45% diantaranya pernah mengalaminya lebih dari dua kali. Menurut laporan *National Kidney and Urologic Disease Information Clearinghouse* (NKUDIC), Infeksi Saluran Kemih (ISK) adalah penyakit infeksi kedua terbanyak setelah infeksi saluran pernafasan dengan 8,3 juta kasus dilaporkan setiap tahunnya.

Menstruasi atau yang dikenal juga dengan haid adalah perdarahan yang terjadi secara teratur setiap bulan dari rahim yang disertai dengan pelepasan *endometrium* (deskuamasi).^[7] Siklus menstruasi adalah keluarnya darah dari rahim yang terjadi sesekali dan pada umumnya terjadi selama 5-7 hari secara konsisten. Untuk menghindari faktor risiko yang dapat membahayakan kesehatan dan keselamatan organ reproduksi saat menstruasi, remaja harus mengenal organ reproduksi dan perubahan fisik serta psikisnya. Gangguan menstruasi, kurangnya pemahaman mengenai siklus menstruasi, serta praktik kebersihan menstruasi yang tidak tepat dapat berpotensi menyebabkan masalah kesehatan reproduksi seperti keputihan, Infeksi Saluran Kemih (ISK), Penyakit Radang Panggul (PRP), dan kemungkinan kanker serviks efek jangka panjang pada remaja. Usia remaja dan dewasa muda memiliki tingkat ISK tertinggi di seluruh dunia (masing-masing antara 35% dan 42%). Angka kejadian perilaku kebersihan individu yang kurang baik selama siklus menstruasi adalah 83%.^[8] Diantara negara-negara Asia Tenggara,

khususnya remaja putri dewasa muda lebih rentan terkena ISK yang dipicu oleh lingkungan Indonesia yang hangat dan lengket.^[9]

Pengetahuan *personal hygiene* seseorang memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilakunya dalam menjaga dan merawat kesehatan reproduksinya khususnya saat menstruasi. Perilaku adalah segala bentuk aktivitas atau tindakan pribadi yang dapat dilihat secara langsung maupun tidak langsung. Perilaku bermula dari dorongan dalam diri seseorang dan merupakan respon individu terhadap rangsangan internal dan eksternal. Perilaku *hygiene* adalah aspek yang sangat penting dan perlu dikaji secara mendalam. Salah satu cara efektif untuk mengurangi gangguan menstruasi adalah dengan membiasakan diri menjalankan praktik kebersihan diri yang baik. Istilah *Personal hygiene* berasal dari bahasa Yunani, yaitu *personal* yang berarti pribadi dan *hygiene* berarti sehat. Kebersihan diri merujuk pada tindakan menjaga kebersihan dan kesehatan diri untuk meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikis.^[10]

Hygiene saat menstruasi (*menstrual hygiene*) adalah hal yang sangat penting, namun masih sering diabaikan. Beberapa faktor yang mempengaruhi *hygiene* menstruasi meliputi aspek ekonomi, yang berkaitan dengan akses terhadap sarana dan prasarana untuk perawatan diri, serta budaya yang dipengaruhi oleh mitos diyakini oleh remaja saat melakukan perawatan diri, dan pengetahuan. Pengetahuan tentang *personal hygiene* juga sangat penting karena pengetahuan yang baik dapat meningkatkan kesehatan seseorang yang memiliki pengetahuan tentang *personal hygiene* akan selalu cenderung peduli dan menjaga kebersihan dirinya untuk mencegah terjadinya penyakit.^[11]

Personal hygiene menjadi sangat penting karena *personal hygiene* yang baik dapat mengurangi kemungkinan masuknya mikroorganisme yang ada disekitar.

Dengan demikian, menjaga kesehatan pribadi yang baik dapat mencegah seseorang dari berbagai penyakit.^[12] Sebaliknya, *Personal hygiene* yang kurang memadai dapat meningkatkan resiko terjadinya berbagai penyakit, seperti penyakit kulit yaitu skabies, penyakit infeksi, penyakit mulut dan gigi, serta penyakit saluran pencernaan atau bahkan dapat merusak fungsi bagian tubuh tertentu, seperti kulit.^[13] Remaja putri yang berusia 10-19 adalah orang yang berdampak akan mengalami menstruasi. Oleh karena itu, *personal hygiene* yang baik harus dimiliki oleh remaja putri sedini mungkin sejak pertama kali mengalami menstruasi. *Personal hygiene* yang baik tidak hanya berdampak terhadap kesehatan individual, tetapi juga mencegah penyebaran penyakit yang bisa mempengaruhi kesehatan orang-orang sekitarnya. Salah satu upaya dari kesatuan untuk meningkatkan *personal hygiene* adalah melalui pemeriksaan kesehatan berkala setiap 6 bulan sekali. Dengan adanya program dari ini diharapkan remaja putri dapat mengontrol kebersihan diri sendiri. Langkah lain dalam meningkatkan kesadaran akan *personal hygiene* adalah dengan memberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* yang diharapkan dapat memberikan wawasan baru kepada remaja putri dengan demikian mereka terdorong untuk lebih menjaga kebersihan mulai dari diri mereka.^[14]

Berdasarkan penelitian Dilla Rofiana (2019) di Pondok Pesantren As'ad Kota Jambi, masih terdapat kurangnya kesadaran *personal hygiene* dikalangan santriwati. Rendahnya kesadaran akan kebersihan diri yaitu mandi, penggunaan pakaian, menjaga kebersihan organ reproduksi dan penggunaan alat mandi secara bersama. Melihat masih rendahnya *personal hygiene* remaja putri terutama pada santriwati pondok pesantren, serta keterbatasan sarana dan prasarana di pondok pesantren untuk menunjang perilaku sehat santriwati, peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian sejenis di pondok pesantren berbeda namun memiliki karakteristik wilayah

ataupun populasi yang sama yaitu Pondok Pesantren Darul Fatah Kabupaten Kampar. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Liza (2019) didapatkan bahwa sebagian besar responden mempunyai pengetahuan kurang baik tentang *personal hygiene* saat menstruasi sebesar 65,5% di SMP N 19 Kota Jambi.^[15,16]

Data ini selaras dengan informasi dari Pembina Asrama PP Darul Fatah Kabupaten Kampar yang menerangkan bahwa siswi di PP Darul Fatah belum maksimal terkait kesadaran perilaku *personal hygiene* serta keterbatasan sarana dan prasarana yang menunjang siswi untuk berperilaku hygiene yang baik dan benar. Begitupun dengan penerapan *personal hygiene* yang baik saat menstruasi, yaitu pemakaian pembalut yang lama, penggunaan pakaian dalam yang tidak menyerap keringat, dan kebersihan alat genitalia.

Berdasarkan Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar, Kabupaten Kampar merupakan kabupaten dengan jumlah Pesantren terbanyak dengan jumlah 114 pesantren, salah satunya yaitu pondok pesantren Darul Fatah. Pondok pesantren Darul Fatah merupakan salah satu pondok yang ada di Kabupaten Kampar provinsi Riau yang terletak di dusun teratak padang desa Sendayan Utara, Sendayan, Kecamatan Kampar.

Pondok pesantren Darul Fatah memiliki fasilitas yang cukup memadai salah satunya adalah asrama yang terdiri dari asrama putra dan asrama putri. Namun, fasilitas kesehatan seperti Unit Kesehatan Sekolah (UKS) yang ada di Pondok Pesantren Darul Fatah belum terkoordinasi dengan baik salah satunya minimnya penyediaan pembalut cadangan dan obat-obata pereda nyeri diruangan UKS. Kemudian juga penerapan PHBS di Pondok tersebut juga masih minim.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilaksanakan dengan mewawancarai pada siswi di Pondok Pesantren Darul Fatah Kabupaten Kampar berjumlah 10 orang dengan hasil 5 dari 10 siswi mengatakan, mereka mengganti pembalut 1 hari 2 kali, ketika mencuci vagina tidak mencuci tangan terlebih dahulu dan mencuci vagina dari arah belakang ke depan. Menurut mereka, mengganti pembalut 1 hari 2 kali itu sudah cukup.

Kemudian, sarana dan prasarana untuk mendukung perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi di PP Darul Fatah Kabupaten Kampar cukup memadai, namun akses untuk mendapatkan informasi melalui media masih tergolong kurang. Hal itu dikarenakan kebijakan yang ada di PP Darul Fatah Kabupaten Kampar tidak memperbolehkan siswa-siswinya untuk membawa alat komunikasi handphone yang dapat menjangkau akses internet ke wilayah pondok selama masa pendidikan maupun ke ruang kelas pada saat pelajaran berlangsung.

Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di PP Darul Fatah Kabupaten Kampar karena berdasarkan studi pendahuluan diketahui belum ada penelitian serupa yang dilakukan di PP Darul Fatah Kabupaten Kampar. Selain itu, di PP Darul Fatah Kampar tidak terdapat pembelajaran khusus tentang kesehatan reproduksi terutama mengenai *personal hygiene* saat menstruasi. Mata pelajaran yang ada hanya Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) secara umum, dan siswi tidak pernah menerima informasi mengenai *personal hygiene* saat menstruasi baik itu dari guru, tenaga kesehatan maupun media. Penyuluhan kesehatan yang belum maksimal dan tidak terjadwal dilaksanakan di PP Darul Fatah Kabupaten Kampar.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan di atas menunjukkan perlu dilakukannya suatu penelitian mengenai hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* pada remaja. Oleh karena itu, peneliti sangat tertarik untuk

melakukan penelitian di Pondok Pesantren Darul Fatah Kabupaten Kampar dengan judul penelitian “Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku *Personal hygiene* Saat Menstruasi pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Darul Fatah Kabupaten Kampar Tahun 2024”.

1.2. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* remaja putri Pondok Pesantren Darul Fatah Kabupaten Kampar tahun 2024?”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk “Mengetahui hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* pada remaja putri Pondok Pesantren Darul Fatah Kabupaten Kampar tahun 2024”.

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah, sebagai berikut:

- a Diketuainya distribusi frekuensi perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri PP Darul Fatah Kabupaten Kampar tahun 2024.
- b Diketuainya distribusi frekuensi tingkat pengetahuan tentang perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri PP Darul Fatah Kabupaten Kampar tahun 2024
- c Diketuainya hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri PP Darul Fatah Kabupaten Kampar tahun 2024.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Adapun manfaat dari penelitian ini diharapkan dijadikan sebagai bahan kajian mahasiswa mengenai hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* remaja saat menstruasi dan sebagai sumber bacaan yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Peneliti

Dapat memberikan informasi, menambah wawasan dan keterampilan peneliti dalam melakukan penelitian serta dapat mengembangkan ilmu pengetahuan yang didapat selama perkuliahan.

1.4.2.2 Bagi Pihak Sekolah

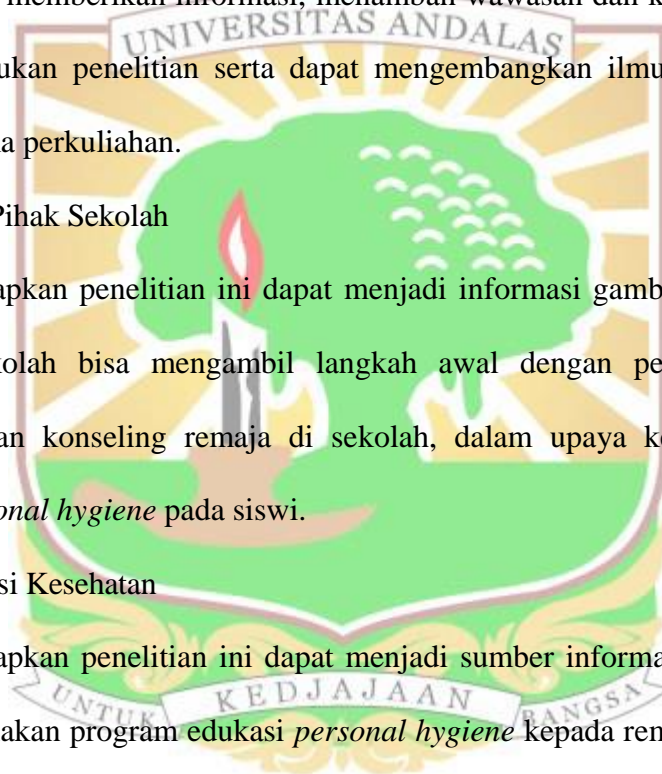
Diharapkan penelitian ini dapat menjadi informasi gambaran perilaku siswi, sehingga sekolah bisa mengambil langkah awal dengan pembinaan kesehatan reproduksi dan konseling remaja di sekolah, dalam upaya kegiatan membentuk perilaku *personal hygiene* pada siswi.

1.4.2.3 Instansi Kesehatan

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dalam menyusun dan melaksanakan program edukasi *personal hygiene* kepada remaja putri di Pondok Pesantren.

1.4.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi dalam meneliti tentang pengetahuan dari perilaku *personal hygiene* siswi.



1.5. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* pada remaja putri PP Darul Fatah Kabupaten Kampar tahun 2024. Penelitian ini dilaksanakan dari bulan Mei 2024 sampai Januari 2025. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswi MTS Pondok Pesantren Darul Fatah Kabupaten Kampar tahun 2024 sebanyak 97 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu menggunakan teknik *probability sampling* dengan *proportionate random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 77 orang. Dalam penelitian ini, variabel yang digunakan adalah variabel independen yaitu tingkat pengetahuan. Sedangkan, variabel dependen yaitu perilaku *personal hygiene*. Instrumen pengumpulan data yang dilakukan yaitu dengan menggunakan kuesioner yang kemudian dianalisis secara univariat dan bivariat dengan aplikasi SPSS dan disajikan dalam bentuk tabel kemudian dideskripsikan.

