

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Masa remaja adalah periode penting dalam kehidupan manusia yang ditandai oleh perubahan fisik dan psikologis, termasuk perkembangan sistem reproduksi. Menurut *World Health Organization* (WHO), masa remaja berlangsung dari usia 10 hingga 19 tahun.¹ Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) mendefinisikan remaja sebagai individu yang berusia 10 hingga 18 tahun.² Pada fase ini, remaja putri mulai mengalami menstruasi, yang merupakan tanda bahwa mereka telah memasuki masa reproduktif. Menstruasi sendiri adalah proses fisiologis yang terjadi ketika dinding rahim meluruh akibat tidak terjadinya pembuahan, normalnya berlangsung antara 2-8 hari dengan volume darah yang bervariasi antara 5-80 ml per siklus.³ Siklus haid normal sekitar 21-35 hari.⁴

Data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri di Sumatera Barat telah mengalami menstruasi (70,5%). Proporsi wanita mendapat haid pertama kali pada umur 9-10 tahun (2,8%), diikuti oleh umur 11-12 tahun (35,0%), umur 13-14 tahun (28,1%), umur 15-16 tahun (4,2%), dan umur 17-18 tahun (0,3%). Sedangkan proporsi remaja umur 10-19 tahun yang belum haid sebesar 29,5%.⁵

Pentingnya menjaga *personal hygiene* selama menstruasi tidak bisa diabaikan. *Personal hygiene* mencakup tindakan individu dalam menjaga kesehatan dan kebersihan diri untuk meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikis agar terhindar dari penyakit akibat *personal hygiene* yang kurang baik.⁶ Remaja putri perlu memahami cara-cara menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi, seperti mengganti pembalut secara teratur, menjaga kebersihan genitalia, dan mencuci tangan sebelum dan setelah menyentuh area vagina. Namun, masih banyak remaja yang kurang pengetahuan tentang praktik *hygiene* yang benar, sehingga berdampak pada kesejahteraan fisik mereka.⁷ Menurut *United Nations Children's Fund* (UNICEF), dampak dari *personal hygiene* yang tidak dijaga saat menstruasi dapat menyebabkan risiko seperti gatal dan iritasi pada kulit vagina, keputihan patologis. Jika dibiarkan

tanpa penanganan yang tepat, kondisi ini dapat berkembang menjadi penyakit infeksi, salah satunya Infeksi Saluran Reproduksi (ISR).⁸ Dampak paling buruk dapat menyebabkan kanker serviks, yang merupakan penyebab kematian tertinggi pada wanita.⁹

Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) juga menjadi fokus dalam mencapai beberapa target *Sustainable Development Goals* (SDGs), seperti hidup sehat dan sejahtera, pendidikan berkualitas, kesetaraan gender, dan akses air bersih dan sanitasi yang layak. Pengetahuan yang cukup tentang *personal hygiene* saat menstruasi diharapkan dapat meningkatkan sikap positif dan tindakan yang sehat di kalangan remaja putri. Namun, pada masyarakat awam ini masih menjadi suatu hal yang jarang untuk dibahas, sehingga pendidikan kesehatan reproduksi menjadi sangat penting untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman remaja.¹⁰

Berdasarkan data Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKRRI) tahun 2016 secara nasional menunjukkan bahwa perilaku *personal hygiene* remaja masih tergolong rendah. Hanya sekitar 21,3% remaja yang menunjukkan perilaku *hygiene* yang benar selama menstruasi. Sedangkan data Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017, perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi masih buruk, yaitu 63,9%.¹¹ Karena perilaku tersebut, angka insiden penyakit infeksi yang terjadi pada remaja di Indonesia terkait saluran reproduksi remaja usia 10-18 tahun, yaitu 35-42%.¹²

Berdasarkan penelitian Sabaruddin (2021) di SMP Bangsa Mandiri 2 Bogor, sebagian besar yaitu 39 siswi (83%) memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang kurang baik. Selain itu, 33 siswi (70,2%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang kebersihan menstruasi, dan 24 siswi (51,1%) menunjukkan sikap negatif terhadap perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.¹³ Berdasarkan penelitian Hulkarimah (2022) yang dilakukan pada siswi kelas VII MTSN 6 Kota Padang menunjukkan mayoritas siswi memiliki pengetahuan baik tentang *personal hygiene* saat menstruasi, yaitu 33 responden (48,5%) dan melakukan tindakan *personal hygiene* yang baik sebanyak 37 responden (54,4%).¹⁴

Berdasarkan Data Pokok Pendidikan Dasar dan Menengah (Dapodikdasmen) tahun 2024, SMP Negeri 2 Bonjol merupakan sekolah dengan jumlah siswi terbanyak di Kecamatan Bonjol. Hasil wawancara dengan pihak sekolah menunjukkan bahwa informasi mengenai menstruasi dan kesehatan reproduksi masih sangat minim didapatkan oleh siswi di sekolah, karena sekolah belum memiliki program PIK-R dan UKS yang sedang dalam tahap pembangunan. Dari hasil survei awal, didapatkan jumlah siswi kelas VII, VIII, dan IX sebanyak 211 siswi, dengan 202 siswinya sudah menstruasi dan 9 siswi belum mengalami menstruasi. Hal ini menunjukkan perlunya peningkatan pemahaman tentang kebersihan diri saat menstruasi di kalangan remaja putri.

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan dengan metode wawancara pada Mei 2024 bersama 10 siswi, 2 diantaranya mengganti pembalut jika sudah penuh atau merasa risih, sementara 8 siswi hanya mengganti 2 kali sehari. Hampir semua siswi tidak mengganti pembalut selama jam belajar dan menahannya hingga pulang sekolah karena tidak ingin repot dengan sampah pembalut. Hanya 2 siswi yang mengeringkan organ reproduksi agar tidak lembab dan 6 siswi membersihkannya dengan sabun. Terkait pengetahuan kebersihan menstruasi, 9 siswi tidak tahu apa itu kebersihan menstruasi dan dampaknya jika tidak dijaga dengan benar, hanya 1 siswi yang tahu cara membasuh organ reproduksi dengan benar dari arah depan ke belakang.

Berdasarkan latar belakang dan data awal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dengan Tindakan *Personal Hygiene* saat Menstruasi di SMP Negeri 2 Bonjol Kabupaten Pasaman Tahun 2024.

1.2. Rumusan Masalah

“Apakah terdapat hubungan tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri dengan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 2 Bonjol Kabupaten Pasaman tahun 2024?”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri dengan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 2 Bonjol Kabupaten Pasaman tahun 2024.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi tingkat pengetahuan remaja putri saat menstruasi di SMP Negeri 2 Bonjol tahun 2024
2. Mengetahui distribusi frekuensi sikap remaja putri saat menstruasi di SMP Negeri 2 Bonjol tahun 2024
3. Mengetahui distribusi frekuensi tindakan remaja putri saat menstruasi di SMP Negeri 2 Bonjol tahun 2024
4. Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan remaja putri dengan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 2 Bonjol tahun 2024
5. Mengetahui hubungan sikap remaja putri dengan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 2 Bonjol tahun 2024

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat terhadap Peneliti

Penelitian ini menjadi diharapkan dapat menjadi bahan bagi peneliti untuk menambah wawasan, pengetahuan, dan pemahaman mengenai *personal hygiene* saat menstruasi. Selain itu, penelitian ini juga meningkatkan keterampilan peneliti dalam menganalisis data, yang berguna untuk penelitian selanjutnya di bidang kesehatan.

1.4.2 Manfaat terhadap Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur ilmiah mengenai kesehatan reproduksi remaja, khususnya perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Selain itu, penelitian ini memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan masyarakat dan pendidikan, terkait pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi.

1.4.3 Manfaat terhadap Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna bagi sekolah untuk merancang dan meningkatkan program pendidikan kesehatan, khususnya yang berkaitan dengan *personal hygiene* saat menstruasi. Selain itu, dapat meningkatkan kesadaran dikalangan pendidik dan siswa tentang pentingnya edukasi kesehatan reproduksi, serta menjadi dasar untuk mengembangkan kurikulum yang lebih relevan mengenai kesehatan reproduksi remaja.

1.4.4 Manfaat terhadap Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran remaja putri dan keluarga, serta memberikan informasi yang bermanfaat untuk mencegah masalah kesehatan yang terkait dengan *personal hygiene* saat menstruasi, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup remaja putri.