

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masa remaja atau masa *adolesens* adalah masa peralihan dari kanak-kanak ke masa dewasa yang dapat diperlihatkan melalui adanya perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial. Menurut *World Health Organization* (WHO) remaja adalah individu pada kelompok usia 10-19 tahun.<sup>1</sup> Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) jumlah remaja Indonesia pada tahun 2022 baik laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 10-19 tahun adalah 44.252.201 jiwa. Adapun jumlah remaja laki-laki sebanyak 22.789.190 jiwa dan remaja perempuan sebanyak 21.669.755 jiwa.<sup>2</sup>

Masa remaja merupakan tahapan penting dalam kesehatan reproduksi, pada masa remaja mulai terjadi pematangan organ reproduksi, sehingga masa remaja sering disebut juga dengan masa transisi atau masa pubertas.<sup>3</sup> Pada masa pubertas laki-laki ditandai dengan mimpi basah, sedangkan pada wanita ditandai dengan menstruasi pertama (*menarche*).<sup>4</sup>

Menstruasi adalah proses alami ketika rahim mengeluarkan darah dan jaringan melalui vagina.<sup>5</sup> Menstruasi pertama (*menarche*) biasanya mulai terjadi pada usia 10-15 tahun.<sup>6</sup> Berdasarkan data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017 sebanyak 28% remaja perempuan mengalami *menarche* pada umur 13 tahun, umur 12 tahun sebanyak 26%, dan umur 14 sebanyak tahun 23%.<sup>3</sup>

Data SDKI tahun 2017 menunjukkan bahwa topik diskusi mengenai kesehatan reproduksi tergolong masih rendah dikalangan remaja perempuan, terdapat 1 dari 5 remaja perempuan tidak pernah mendiskusikan mengenai menstruasi dengan siapaun sebelum ia mengalami menstruasi pertamanya.<sup>3</sup> Menurut data SDKI tahun 2012 hanya 35,3% remaja perempuan yang mengerti bahwa kehamilan dapat terjadi walaupun dengan satu kali melakukan hubungan seksual.<sup>7</sup> Sebanyak 59% remaja perempuan melakukan hubungan seks sebelum menikah. Diketahui bahwa 58% remaja perempuan cenderung lebih nyaman membicarakan masalah kesehatan reproduksi dengan teman sebayanya.<sup>3</sup> Hal ini tentunya dapat menimbulkan kekhawatiran sebab informasi yang didapatkan dari teman sebayanya tidak senantiasa akurat dan bersumber dari sumber yang valid.

Melihat banyaknya permasalahan pada remaja maka, pembinaan kesehatan remaja menjadi program prioritas pemerintah. Pada tahun 2003 Kementerian Kesehatan RI telah menciptakan Program Kesehatan Remaja di Indonesia melalui pendekatan Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR).<sup>8</sup> Pemerintah Indonesia memfokuskan masalah kesehatan remaja dengan mengelompokkannya kedalam 8 kategori utama diantaranya kesehatan seksual dan reproduksi, HIV/AIDS, gizi, penggunaan zat adiktif, kekerasan dan cedera, kesehatan mental, kebersihan diri dan sanitasi serta penyakit tidak menular (luar sekolah).<sup>9</sup>

Masalah kebersihan diri pada remaja perempuan mencakup diantaranya *personal hygiene*, kebersihan saat menstruasi. Kemenkes RI (2019) mengungkapkan bahwa masalah kebersihan menstruasi merupakan hal yang tabu atau isu yang tidak terlalu penting untuk dijadikan topik pembicaraan, sementara (*United Nations International Children's Emergency Fund*) UNICEF mengungkapkan bahwa 1 dari 6 remaja perempuan tidak masuk sekolah dikarenakan menstruasi. Salah satu penyebab utamanya yaitu minimnya akses informasi yang didapatkan remaja mengenai cara menjaga kebersihan diri saat menstruasi.<sup>10</sup> Remaja perempuan yang telah mengalami menstruasi perlu mengetahui cara menjaga kesehatan reproduksinya termasuk menjaga kebersihan diri selama masa menstruasi.<sup>11</sup> Hal ini bertujuan agar remaja terhindar dari penyakit yang tidak diharapkan.

*Personal hygiene* atau kebersihan diri adalah cara ataupun upaya yang dilakukan untuk menjaga, memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan diri.<sup>12</sup> *Personal hygiene* juga merupakan salah satu upaya pemeliharaan kesehatan reproduksi bagi perempuan saat menstruasi.<sup>13</sup> Adapun *personal hygiene* saat menstruasi adalah upaya dan usaha yang dilakukan untuk menjaga kesehatan termasuk kebersihan diri saat menstruasi.<sup>14</sup>

Pada saat menstruasi akan terjadi peluruhan sel-sel dan darah dari dinding rahim. Darah menstruasi mengandung bakteri yang dapat berkembang biak dalam waktu 30 menit, sehingga dalam 1-2 jam jumlah bakterinya akan meningkat pesat. Remaja putri seringkali menunggu darah memenuhi pembalut atau menggunakan pembalut lebih dari 6 jam. Kebiasaan ini dapat memicu terjadinya infeksi saluran reproduksi dan iritasi kulit.<sup>15</sup>

Data mengenai *personal hygiene* saat menstruasi masih belum tersedia di Indonesia, peneliti sudah berusaha mencari data melalui data Profil Kesehatan Indonesia dan data SDKI baik dari tahun 2012 dan 2017 data tersebut tidak ditemukan, sedangkan data SDKI pada tahun 2022 belum diedarkan melalui media masa, sama halnya dengan Kota Padang baik dari Dinas Kesehatan Kota Padang dan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) tidak memiliki data mengenai *personal hygiene* saat menstruasi serta tidak tersedia laporan kegiatan PKPR akan tetapi, berdasarkan Profil Dinas kesehatan Kota Padang 2023 pelayanan kesehatan pada remaja sudah mencapai 100% per setiap puskesmas. Pelayanan kesehatan yang dilakukan seperti pemeriksaan gigi, mata, telinga, skrining gangguan mental dan skrining kesehatan lainnya dan data khusus mengenai *personal hygiene* tidak tersedia. Hal tersebutlah menyebabkan peneliti tidak melampirkan data mengenai *personal hygiene* saat menstruasi di Kota Padang dikarenakan data tersebut tidak tersedia.

Peneliti telah melakukan survei awal pada salah satu Sekolah Menengah Pertama (SMPN) di Kota Padang yakni SMPN 13 Kota Padang mengenai *personal hygiene* saat menstruasi. Berdasarkan data dari BKKBN tahun 2023 jumlah remaja putri rentang usia 13-15 tahun terbanyak di Kota Padang terdapat di kecamatan Koto Tangah yakni sebanyak 3.456 remaja putri dan sebanyak 3.456 remaja putri yang masih bersekolah. Menurut Data Pokok Pendidikan (DAPODIK) Pendidikan Menengah Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi, SMPN 13 memiliki jumlah siswa terbanyak di Kota Padang yakni 867 siswa dan siswi. Terdapat 423 siswi laki-laki dan 444 siswi perempuan. Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti di SMPN 13 Kota Padang pada 15 siswi yang di wawancarai didapatkan bahwa 14 siswi (93,3%) tidak mengetahui mengenai *personal hygiene* saat menstruasi, 13 siswi (86,6%) siswi mengganti pembalut 2 hingga 3 kali dalam sehari saat menstruasi serta rata-rata siswi menjawab mengganti pembalut apabila sudah penuh, 6 siswi (40%) membersihkan kemaluannya dari arah belakang (dubur) kedepan, 13 siswi (86,6%) mengalami gatal-gatal diarea kemaluannya, dan 8 (53,3%) siswi tidak keramas saat menstruasi.

*Personal hygiene* menjadi sebuah tindakan dan kebiasaan yang paling penting sebab jika tidak dilakukan dengan benar dapat menyebabkan infeksi saluran reproduksi, infeksi jamur dan bakteri. Kurangnya pengetahuan dan

informasi mengenai *personal hygiene* saat menstruasi menjadi salah satu faktor penyebab buruknya perilaku *personal hygiene* selama menstruasi di kalangan remaja. Remaja putri yang memiliki pengetahuan kurang tentang *personal hygiene* berpotensi tidak menjaga kebersihan reproduksinya dengan baik selama menstruasi sehingga dapat membahayakan kesehatannya.<sup>16</sup>

Hasil penelitian Hulkarimah (2022) di MTSN 6 Kota Padang pada siswi kelas VII menunjukkan bahwa dari 68 siswi yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 48% siswi, pengetahuan cukup sebanyak 26,5% siswi dan pengetahuan buruk 25% siswi.<sup>11</sup> Hasil penelitian ini serupa dengan hasil penelitian Fransisca dkk (2020) di SMPN 31 Padang pada siswi kelas VII yang menunjukkan bahwa dari 52 siswi yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 59,6% siswi dan yang berperilaku positif sebanyak 51,9%.<sup>17</sup>

Hasil penelitian tersebut tidak serupa dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sabaruddin (2021) di SMP Bina Bangsa Mandiri 2 Bogor pada siswi kelas VIII yang menunjukkan bahwa dari 47 siswi yang memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang kurang baik sebanyak 39 siswi (83%) dan yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 33 siswi (70,2%).<sup>18</sup> Hasil penelitian Putri (2016) menunjukkan bahwa responden yang pengetahuannya baik dan memiliki perilaku baik mengenai *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMP Patriot sebesar 28 siswi (45,9%) sedangkan responden yang pengetahuannya kurang baik dan perilaku kurang baik mengenai *personal hygiene* pada saat menstruasi sebesar 31 siswi (75,6%) maka dapat disimpulkan bahwa pengetahuan mempengaruhi perilaku siswi mengenai *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Patrot Kranji.<sup>19</sup>

Perilaku kebersihan diri saat menstruasi dipengaruhi oleh beberapa faktor termasuk faktor pengetahuan, sikap, dan tindakan. Pengetahuan dan sikap yang baik dapat mempengaruhi perilaku *personal hygiene*. Kurangnya kesadaran *personal hygiene* saat menstruasi disebabkan oleh kurangnya informasi mengenai cara menjaga kebersihan saat menstruasi. Salah satu kendala kurangnya dalam memperoleh informasi yang tepat mengenai menjaga *personal hygiene* saat menstruasi adalah topik mengenai menstruasi masih menjadi hal yang tabu dan memalukan untuk didiskusikan.<sup>20</sup>

Remaja putri yang memiliki pengetahuan yang kurang akan mempengaruhi sikap remaja tersebut mengenai *personal hygiene* saat menstruasi. Apabila remaja putri

tidak mendapatkan informasi mengenai pentingnya menjaga *personal hygiene* selama menstruasi, maka remaja tersebut akan cenderung lebih mengabaikan kebersihan dirinya *selama* menstruasi sehingga beresiko mengalami infeksi atau jamur diarea genetaliaanya.<sup>21</sup> Oleh karena itu, meningkatkan pengetahuan mengenai menstruasi sejak dini dapat meningkatkan praktek kebersihan diri yang dan membantu mengurangi masalah kesehatan reproduksi pada perempuan.<sup>20</sup>

Beberapa cara untuk meningkatkan pengetahuan siswa diantaranya yaitu melalui promosi kesehatan. Materi kesehatan dapat disampaikan menggunakan berbagai media agar lebih menarik dan mudah dipahami. Media edukasi atau media pendidikan kesehatan adalah sebuah alat yang dapat digunakan untuk menyampaikan informasi kesehatan serta alat tersebut dapat berupa media cetak, media elektronik, media sosial maupun media papan.<sup>22</sup> Menggunakan media edukasi dalam penyampaian materi kesehatan dapat memberikan perubahan dalam tingkat pengetahuan.<sup>23</sup>

Proses pembelajaran akan menghasilkan hasil yang memuaskan termasuk perubahan tingkah laku apabila dalam menyampaikan materi belajar menggunakan media yang sesuai dengan pembelajaran tersebut. Salah satu ciri bahwa seseorang telah belajar diantaranya yaitu adanya perubahan perilaku yang disebabkan oleh perubahan tingkat pengetahuan, keterampilan dan sikap yang dimilikinya. Oleh karena itu, pentingnya penggunaan media yang tepat dalam menyampaikan materi kepada siswa agar dapat memberikan hasil yang baik.<sup>24</sup>

Beberapa media yang sudah digunakan dalam promosi kesehatan mengenai *personal hygiene* saat menstruasi seperti media *leaflet*, *power point*, video, dan booklet. Media-media tersebut terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa. Adapun salah satu bentuk media edukasi yang dikembangkan sebagai alternatif inovatif untuk menarik minat siswa adalah media permainan Ludo.

Ludo merupakan salah satu permainan stimulasi yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran. Permainan ini mengkombinasikan dengan berbagai kegiatan, oleh sebab itu dapat meningkatkan kemampuan kognitif siswa dan siswa tidak mudah merasa bosan ketika pembelajaran berlangsung.<sup>25</sup> Permainan ludo yang dimodifikasi menjadi media edukasi bernama Ludo *Word Game* (LWG) yang merupakan penggabungan dari *scrabble* (permainan dengan menjawab pertanyaan

singkat), ludo (bentuk permainannya), dan monopoli (permainan yang terdiri dari kartu-kartu dalam hal ini kartu tersebut berupa kartu soal yang dijawab selama permainan).<sup>26</sup> Ludo *Word Game* yang dilengkapi dengan berbagai elemen visual yang menarik. Modifikasi ini bertujuan untuk membantu siswa dalam mengingat materi yang disampaikan. Permainan ini juga disertai dengan aktivitas menjawab pertanyaan singkat menggunakan kartu-kartu sehingga siswa menjadi lebih aktif dalam mengikuti proses pembelajaran. Promosi kesehatan dengan menggunakan metode permainan stimulasi dapat membantu memberikan edukasi kesehatan yang menarik bagi anak sekolah karena proses pembelajaran akan lebih aktif dan menyenangkan apabila dipadukan dengan unsur permainan.<sup>27</sup>

Penggunaan media ludo sebagai media pembelajaran telah digunakan oleh beberapa peneliti diantaranya dalam pembelajaran sains dan ilmu sosial karena media ludo dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan siswa. Pada penelitian Syafriani (2023) pada remaja putri di SMPN 3 Kota Padang didapatkan hasil adanya perbedaan pengetahuan dan sikap remaja putri setelah dilakukan intervensi menggunakan media ludo terkait pencegahan anemia. Rata-rata pengetahuan remaja sebelum diberikan intervensi sebanyak 8,39% dan sesudah diberikan intervensi meningkat menjadi 11,63%.<sup>28</sup> Menurut Wuwungan (2023) Ludo *Word Game* LWG dapat membuat siswa menjadi tertarik dan meningkatkan partisipasi aktif siswa dalam proses pembelajaran. Metode tersebut juga dapat membentuk suasana belajar yang nyaman dan menyenangkan, serta siswa juga diajarkan untuk berkolaborasi dengan teman sekelompoknya sehingga dapat membangun kerja sama dalam tim.<sup>29</sup>

Hasil penelitian Ni'mah, Kusuma, dan Isnanto (2022) yang membandingkan metode penyuluhan dengan media ludo dan metode ceramah, menunjukkan bahwa permainan ludo lebih efektif dibandingkan dengan metode ceramah dalam menyampaikan materi penyuluhan.<sup>30</sup> Penggunaan media ludo dalam penyuluhan dapat meningkatkan minat siswa dalam mengikuti penyuluhan tersebut dikarenakan siswa lebih aktif dalam mengikuti rangkaian permainan yang disediakan dan menjawab soal yang diberikan oleh penyuluh.<sup>31</sup> Berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fajri (2021) yaitu membandingkan permainan ludo dengan permainan ular tangga. Perbandingan tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara permainan ludo dan ular tangga, namun

dari skor pengetahuan, sikap dan tindakan lebih besar pada kelompok ular tangga dari pada kelompok ludo.<sup>32</sup>

Berdasarkan permasalahan dan uraian diatas serta adanya perbedaan hasil penelitian maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Promosi Kesehatan Menggunakan Media Ludo *Word Game* Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Siswi kelas VIII SMPN 13 Kota Padang”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Apakah promosi kesehatan dengan menggunakan media Ludo *Word Game* berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan dan sikap *personal hygiene* saat menstruasi siswi kelas VIII SMPN 13 Kota Padang?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, tujuan penelitian ini yaitu:

### 1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh promosi kesehatan menggunakan media Ludo *Word Game* terhadap tingkat pengetahuan dan sikap *personal hygiene* saat menstruasi siswi kelas VIII SMPN 13 Kota Padang.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi yang mencakup pengetahuan siswi kelas VIII SMPN 13 Kota Padang mengenai *personal hygiene* saat menstruasi sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media Ludo *Word Game*.
2. Mengetahui distribusi frekuensi yang mencakup sikap siswi kelas VIII SMPN 13 Kota Padang mengenai *personal hygiene* saat menstruasi sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media Ludo *Word Game*.
3. Mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap siswi kelas VIII SMPN 13 Kota Padang mengenai *personal hygiene* saat menstruasi sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media Ludo *Word Game*.
4. Mengetahui pengaruh intervensi menggunakan media Ludo *Word Game* terhadap tingkat pengetahuan dan sikap siswi kelas VIII SMPN 13 Kota Padang mengenai *personal hygiene* saat menstruasi.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengalaman yang berkesan bagi peneliti dalam membuat karya tulis ilmiah.

### **1.4.2 Manfaat Bagi Pihak Sekolah**

1. Penelitian ini diharapkan sebagai sarana penambah ilmu bagi siswa mengenai *personal hygiene* saat menstruasi.
2. Penelitian ini diharapkan sebagai sarana pengembangan promosi kesehatan bagi tenaga pengajar disekolah.

### **1.4.3 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi akademik dalam pengembangan pembelajaran serta menjadi bahan rujukan untuk penelitian selanjutnya.

### **1.4.4 Manfaat Bagi Institusi Kesehatan**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan bagi instansi kesehatan untuk membentuk sebuah program tentang kesehatan reproduksi remaja terkhususnya mengenai *personal hygiene*.

### **1.4.5 Manfaat Bagi Masyarakat**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sarana pembelajaran dalam menyampaikan edukasi kesehatan reproduksi bagi remaja.

