

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *world health organization* (WHO), usia 10-19 tahun merupakan rentang usia remaja. Masa remaja adalah tahap penting dalam kehidupan, yang melibatkan perubahan signifikan dalam aspek fisik, psikologis, dan sosial yang secara krusial membentuk kecerdasan, kepribadian, dan keterampilan sosial individu. Selama periode ini, mereka menghadapi berbagai tantangan dan peluang, baik internal maupun eksternal, yang akan sangat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan mereka (Yang, 2024). Salah satu perkembangan fisik yang dialami remaja putri adalah menstruasi. Menstruasi merupakan perdarahan uterus yang terjadi secara periodik disertai dengan pelepasan dinding rahim, pertama kali terjadi pada rentang umur 11-15 tahun (Hulkarimah, 2024).

Pada masa terjadinya menstruasi remaja menghadapi tantangan baik secara internal dan eksternal. Di Asia Selatan, 1 dari 3 remaja perempuan yang belum mengalami *menarche* memiliki pengetahuan yang kurang tentang menstruasi, 48% remaja perempuan di Iran dan 10% di Indonesia percaya bahwa menstruasi adalah sebuah penyakit. Selain itu, masih banyak orang yang menganggap menstruasi sebagai hal yang sangat pribadi dan tabu untuk dibicarakan di depan umum atau diajarkan secara terbuka. Hampir 20% remaja di daerah perkotaan dan pedesaan di

Indonesia mengalami perundungan dari teman laki-laki di sekolah ketika menstruasi (Hadi & Atiqah, 2021).

Menstrual hygiene didefinisikan sebagai kemampuan wanita dan remaja perempuan untuk menggunakan material yang bersih dan mampu menyerap atau menampung darah menstruasi dengan baik, mengganti material tersebut secara berkala sesuai kebutuhan, membersihkan area genital dengan air dan sabun, serta memiliki akses ke fasilitas yang aman dan nyaman untuk membuang sampah menstruasi (Betsu et al., 2024). Purwati (2022) menegaskan bahwa menjaga kebersihan vagina dapat dilakukan dengan membasuh vulva (bibir vagina) secara hati-hati menggunakan air bersih, terutama untuk membersihkan bekas keringat dan darah di sekitar area tersebut. Setelah membersihkan, vagina sebaiknya dikeringkan menggunakan tisu toilet (Sinaga et al., 2017).

Prayitno (2014) dalam Alifah (2023) menyebutkan bahwa penggunaan sabun khusus, bedak, atau parfum pada area vagina tidak disarankan karena vagina memiliki pertahanan alami untuk menjaga keasamannya. Setelah menyentuh area genital, tangan harus dicuci menggunakan sabun untuk menghindari kontaminasi bakteri. Selain itu, celana dalam sebaiknya diganti minimal dua kali sehari, dan pembalut tidak boleh digunakan lebih dari 6 jam karena dapat menjadi tempat berkembangnya bakteri (Alifah, 2023). Ketika membuang pembalut bekas, disarankan untuk mencucinya terlebih dahulu, menggulungnya, dan membungkusnya dengan plastik atau kertas sebelum dibuang ke tempat sampah untuk mencegah penyebaran bau.

Namun, banyak remaja perempuan yang tidak melakukan *menstrual hygiene* dengan baik. Hal ini disebabkan oleh kurangnya informasi yang benar mengenai kebersihan menstruasi dari orang-orang di sekitar mereka (Nwimo et al., 2022). Tindakan dan perilaku *menstrual hygiene* sangat bergantung pada kesadaran dan pengetahuan remaja perempuan tentang hal tersebut. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan reproduksi bagi remaja menjadi sangat penting karena peningkatan pengetahuan tentang kebersihan menstruasi dapat berdampak positif pada perilaku mereka (Basavaraju, 2019).

Haryadi (2024) menyatakan bahwa *menstrual hygiene* masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Menurut Septiani (2022) 55,5% mahasiswi masih memiliki perilaku *menstrual hygiene* yang buruk, seperti memakai tisu basah berparfum untuk membersihkan *genetalia*, tidak mencuci pembalut bekas pakai, tidak mengganti pembalut 3-4 jam sekali, dan tidak mengganti celana dalam yang terkena menstruasi. Didukung oleh penelitian Aisyah (2024) mengenai gambaran perilaku *mesntrual hygiene* remaja perempuan, yang mana 74,5% responden menunjukkan perilaku kurang tepat dalam frekuensi mengganti pembalut dalam sehari. Menurut penelitian Alfi (2022) di Pekanbaru, 35,3% remaja tidak memperhatikan kebersihan organ *genetalia*, 41,1% remaja berperilaku negatif dalam penggunaan pembalut. Praktik *menstrual hygiene* yang buruk dapat menyebabkan berbagai dampak diantaranya infeksi saluran reproduksi, infeksi saluran kemih, *pruiritas vulvae*, keputihan, bahkan kanker serviks. Saat menstruasi, pH di daerah genital naik dari 4-5 menjadi 5,6-6,8 yang memungkinkan bakteri lebih mudah tumbuh dan berkembang (UNICEF, 2017).

Menurut WHO, remaja putri di berbagai negara yang berusia 10-14 tahun memiliki masalah dengan kesehatan reproduksinya. Menurut Andriani *et al* (2021) kejadian infeksi saluran reproduksi (ISR) tertinggi di dunia adalah pada usia remaja (35-42%). Prevalensi ISR pada remaja tahun 2016 adalah *pruritus* (25%-50%), *vaginosis bakterialis* (20%-40%), dan *trikomoniiasis* (5%-15%). Perempuan muda di Indonesia lebih rentan mengalami *pruritus vulvae* karena perilaku kebersihan reproduksi yang kurang baik saat menstruasi. Pada penelitian Andriani *et al* (2021) menyebutkan adanya hubungan *pruritus vulvae* pada remaja perempuan dengan kebersihan organ reproduksi saat menstruasi (Andriani & Umami, 2021).

Menurut Ngaruiya (2022), 59,71% remaja di Kenya mengalami infeksi saluran reproduksi (ISR). Studi tersebut menyebutkan bahwa remaja yang mengganti pembalut lebih dari dua kali sehari memiliki kemungkinan 0,22 kali lebih kecil untuk terkena ISR dibandingkan dengan mereka yang hanya mengganti pembalut sekali sehari. Selain itu, remaja yang mandi tiga kali atau lebih selama menstruasi memiliki kemungkinan 0,27 kali lebih kecil untuk mengalami ISR dibandingkan dengan mereka yang mandi hanya sekali sehari. Temuan ini menunjukkan bahwa praktik *menstrual hygiene* yang baik, seperti mengganti pembalut secara teratur dan menjaga kebersihan tubuh, dapat secara signifikan mengurangi risiko infeksi saluran reproduksi.

Berdasarkan penelitian Singh *et al* (2022) 90% perempuan dalam penelitian mereka menggunakan kain bekas sebagai alat menstruasi, dengan frekuensi penggantian rata-rata hanya satu kali per hari, jauh di bawah standar yang direkomendasikan yaitu tiga kali per hari. Penggunaan kain bekas ini juga dikaitkan

dengan peningkatan persistensi *infeksi Human Papillomavirus* (HPV), yang merupakan faktor risiko utama kanker serviks. Praktik kebersihan menstruasi yang buruk, seperti penggunaan kain bekas dan pembuangan di tempat terbuka, merupakan faktor risiko yang signifikan terhadap kanker serviks. Menurut Anriani *et al*, 2024 yaitu kejadian *bacterial vulvovaginal* memiliki hubungan dengan yang sangat kuat antara material yang digunakan, sanitasi jamban dan frekuensi mandi saat menstruasi.

Sekolah dapat mengambil peran penting dalam edukasi mengenai pendidikan kesehatan seksual dan reproduksi secara komprehensif seperti menstruasi, anatomi tubuh, siklus menstruasi dan perawatan diri selama menstruasi. Dengan memberikan edukasi tentang *menstrual hygiene* dapat menjadi solusi akan kebingungan remaja terhadap apa yang terjadi pada tubuhnya. Mengingat masih banyaknya keterbatasan yang dihadapi perempuan dan remaja di berbagai belahan dunia dalam menerima informasi, edukasi, produk, dan fasilitas yang mendukung kebersihan menstruasi (Haryadi, 2024). Menurut laporan WHO/UNICEF terkait *Joint Monitoring Programme For Water Supply, Sanitation And Hygiene* (2024). Didapatkan data profil edukasi *menstrual hygiene* di dunia yaitu 39% sekolah didunia sudah memberikan dukungan edukasi *menstrual hygiene* di sekolah, 31% sekolah didunia sudah menyediakan tempat sampah di toilet siswa perempuan, 12% sekolah sudah menyediakan produk menstruasi seperti *sanitary pad* gratis di sekolah. Sedangkan untuk data di Indonesia itu sendiri hanya terdapat fasilitas *basic hygiene* (72%) seperti sabun cuci tangan dan air. Belum ada data yang menunjukkan bahwa Indonesia memiliki program edukasi *menstrual hygiene* di

sekolah, serta memiliki fasilitas yang memadai untuk mendukung *menstrual hygiene*.

The WHO/UNICEF Joint Monitoring Programme (JMP) report memaparkan bahwa kebutuhan kesehatan dan kebersihan menstruasi di dunia belum mendapatkan perhatian yang baik, terutama pada sektor informasi dan edukasi (WHO, 2024). Hal ini dibuktikan oleh penelitian Aninda (2022) mengenai pemanfaatan pelayanan kesehatan reproduksi pada remaja di Indonesia sangat rendah (kurang dari 10%). Kota Padang sendiri, belum ada program khusus tentang pendidikan kesehatan reproduksi yang ditargetkan pada siswa sekolah, sehingga belum ada data pasti dari Dinas Kesehatan Kota Padang terkait kondisi kesehatan reproduksi remaja perempuan (Khatib, 2019).

Emotional demonstration adalah metode edukasi yang dirancang untuk mempengaruhi perilaku seseorang dengan cara memicu respons emosional, seperti rasa takut, jijik, atau kebanggaan. Metode ini menggabungkan demonstrasi visual, cerita inspiratif, dan simulasi interaktif untuk menciptakan pengalaman belajar yang mendalam dan berkesan (Nengsih et al., 2024). Tujuannya adalah agar peserta tidak hanya memahami informasi, tetapi juga termotivasi untuk mengubah perilaku mereka. *Emotional demonstration* dikembangkan berdasarkan prinsip *Behavior Centered Design* (BCD), menekankan pada penggunaan stimulus emosional dan keterlibatan aktif peserta untuk memicu perubahan perilaku (Curtis et al., 2020).

Pendidikan kesehatan tradisional seringkali bersifat satu arah dan kurang menyentuh aspek psikologis remaja, sehingga dampaknya terhadap perubahan perilaku terbatas. Untuk mengubah perilaku membutuhkan metode yang lebih dramatis daripada sekedar mengajari dan memberi tahu (Gain, 2021). *Emotional demonstration* muncul sebagai solusi inovatif melalui kegiatan interaktif dengan meminimalisir pemberian informasi menggunakan metode pengajaran konvensional. Metode ini menggabungkan demonstrasi praktis dan stimulasi emosional menggunakan kegiatan interaktif, dilakukan dengan menciptakan momen mengejutkan atau re-evaluasi perilaku agar dapat mencapai perubahan emosi terkait perilaku. Demonstrasi sangat berguna karena orang sering merasa terpengaruhi oleh apa yang mereka lihat, apa yang mereka lakukan dan apa yang orang lain lakukan (Gain, 2021). Metode ini tidak hanya mengajarkan keterampilan bagaimana cara menggunakan pembalut, tetapi juga membangun kesadaran melalui pengalaman emosional, seperti diskusi tentang tantangan nyata remaja putri dalam menjaga kebersihan menstruasi.

Dalam penelitian ini, *emotional demonstration* dirancang dengan tahapan: (1) pemaparan materi yang disertai dengan video dan gambar serta dilanjutkan dengan diskusi, pada tahapan ini akan diberi penekanan pada konsep dasar menstruasi dan dampak buruk (2) demonstrasi, diskusi dan refleksi, pada tahapan ini akan diberi penekanan pada tata cara memakai pembalut, membersihkan organ *genitalia*, membuang limbah serta akan ada *repetition* mengenai dampak *menstrual hygiene* yang buruk (3) membacakan cerita inspiratif dan diskusi, pada tahapan ini akan diberi penekanan pada kebersihan menstruasi terutama pada

frekuensi mengganti pembalut serta pada sesi diskusi akan ada *repetition* mengenai kebersihan pada saat menstruasi (4) *roleplay* serta diskusi serta refleksi peserta untuk menghubungkan materi dengan pengalaman pribadi, pada tahapan ini ingin memicu dan membangun rasa empati kepada sesama teman ataupun perempuan jika terjadi keadaan darurat saat menstruasi. Penguatan pesan melalui repetisi juga menjadi kunci dalam memastikan perubahan perilaku yang berkelanjutan dengan penyediaan materi pendukung seperti video yang mudah diakses. (Gain, 2021)

Berdasarkan Hasil Data Pokok Pendidikan (DAPODIK) Kementerian Pendidikan Budaya (KEMENDIKBUD) ditemukan populasi siswi perempuan paling banyak di SMPN yang berada di Pauh, terdapat pada SMPN 14. Berdasarkan pemaparan penanggungjawab UKS, siswa perempuan masih malu mengonsultasikan mengenai menstruasi, malu ketika siswa mendapatkan menstruasi di sekolah dan masih belum adanya penyuluhan dari tenaga kesehatan Pauh ataupun sekolah terkait kebersihan menstruasi. Serta ditemukan masih banyak remaja putri yang memiliki perilaku negatif terhadap kebersihan menstruasi. Hal ini dibuktikan dari angket yang disebarkan pada sepuluh siswa, didapatkan hasil lima dari sepuluh siswa mengalami keputihan abnormal dengan gejala gatal, keputihan kental, berwarna putih dan berbau tidak sedap. Serta lima dari sepuluh lainnya mengalami keputihan dengan gejala keputihan berwarna putih.

Dengan profil siswa yaitu dua siswa menstruasi pertama pada umur 13 tahun, lima siswa mendapatkan menstruasi pertama pada umur 12 tahun, dua orang siswa mendapatkan menstruasi pertama pada umur 11 tahun, satu siswa menstruasi pertama pada umur 10 tahun. Didapatkan profil perilaku siswa selama menstruasi

yaitu 7 dari 10 siswa menggunakan air dan sabun khusus kewanitaannya untuk membersihkan organ kewanitaannya, 3 dari 10 siswa menggunakan air dan sabun mandi untuk membersihkan organ kewanitaannya. Serta 4 dari 10 siswa mengganti pembalut 1 kali sehari atau saat sudah merasa tidak nyaman. 7 dari 10 siswa mengganti celana dalam 2 kali sehari. Dari data diatas dapat disimpulkan siswi masih memiliki keterbatasan pengetahuan dan pemahaman terhadap kebersihan menstruasi sehingga berdampak terhadap perilaku semaja selama menstruasi, serta akan memperbesar peluang terjadi infeksi pada organ kewanitaannya.

Universitas sebagai institusi pendidikan tinggi memiliki peran penting dan kontribusi nyata untuk mengatasi permasalahan ini, salah satunya penelitian. Oleh karena itu peneliti memilih SMPN 14 sebagai tempat penelitian dikarenakan terdapatnya fenomena perilaku *menstrual hygiene* yang buruk serta tidak adanya program yang mendukung edukasi *menstrual hygiene* Melalui penelitian ini, peneliti diharapkan dapat mengamati dan menyajikan bukti empiris mengenai efektivitas metode *emotional demonstration* dalam meningkatkan perubahan perilaku remaja putri terkait *menstrual hygiene* Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh metode *emotional demonstration* terhadap perubahan perilaku remaja. Dengan adanya penelitian ini, sehingga didapatkan hasil yang dapat menjadi pedoman bagi pendidik dan praktisi kesehatan dalam mengembangkan program pendidikan yang lebih efektif dan menarik bagi remaja.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah Ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Metode *Emotional demonstration* Terhadap Perilaku *menstrual hygiene* Remaja Putri SMPN 14 Padang”

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan metode *emotional deomnstration* terhadap perilaku *menstrual hygiene* siswi di SMPN 14 Padang

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi perilaku *menstrual hygiene* remaja putri SMPN 14 Padang, intervensi sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan diberikan menggunakan metode *emotional demonstration* pada kelompok intervensi.
- b. Diketahui distribusi frekuensi perilaku *menstrual hygiene* remaja putri SMPN 14 Padang pada kelompok kontrol
- c. Diketahui pengaruh pendidikan kesehatan *menstrual hygiene* menggunakan metode *emotional demonstration* terhadap perilaku remaja putri sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat bagi SMPN 14 Padang peneliti

Penelitian ini dapat menjadi informasi bagi SMP Negeri 14 Padang tentang pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan metode *emotional demonstration* terhadap perilaku *menstrual hygiene* pada remaja putri SMP Negeri 30 Padang. Sehingga remaja putri dapat meningkatkan perilaku positif saat menstruasi

2. Manfaat bagi institusi pendidikan keperawatan

Penelitian ini dapat menjadi pengembangan ilmu, khususnya Keperawatan Komunitas dan Keperawatan Maternitas untuk mensosialisasikan pentingnya *menstrual hygiene* pada remaja putri agar masalah kesehatan reproduksi wanita dapat diminimalisir dengan melakukan pendidikan kesehatan menggunakan metode *emotional demonstration*

3. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Dapat menjadi bahan untuk penelitian selanjutnya dan dapat juga dijadikan data pembandingan pada penelitian yang berkaitan dengan pemberian pendidikan kesehatan menggunakan metode *emotional demonstration* dengan topik *menstrual hygiene* terhadap perilaku remaja selama menstruasi

