

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis, maupun intelektual. Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2005 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun sedangkan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Kemenkes RI, 2014).

Populasi remaja diseluruh dunia dari waktu ke waktu semakin bertambah. Menurut WHO (2014) diperkirakan di dunia kelompok remaja berkisar 1,2 milyar atau 18 % dari jumlah penduduk dunia. Di Indonesia kelompok usia 10-19 tahun sebanyak 43,5 juta atau sekitar 18% dari jumlah penduduk (Kemenkes, 2016). Penduduk remaja usia 10-24 tahun Sumatera Barat, menurut Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2017 mencapai sekitar 1.430.755 juta jiwa atau 26,89% dari total penduduk, artinya 1 diantara setiap 4 orang penduduk Sumatera Barat adalah remaja. Menurut data BPS tahun 2017 remaja di kota Padang berjumlah 200.341 jiwa.

Masalah kesehatan remaja merupakan salah satu masalah penting dalam siklus kehidupan. Masalah kesehatan di usia remaja sebagian besar berkaitan dengan perilaku kesehatan ataupun gaya hidup. Perilaku hidup sehat sejak usia dini merupakan salah satu upaya yang cukup penting dalam menciptakan sumber daya manusia yang produktif dan berkualitas dimasa yang akan datang (Kemenkes, 2016). Ada delapan isu kesehatan yang terjadi pada remaja yaitu gizi, kesehatan reproduksi, HIV/AIDS, kebersihan diri dan sanitasi, Penyakit Tidak Menular (PTM), penyalahgunaan obat (NAPZA), kesehatan jiwa, dan kekerasan atau cedera (Kemenkes, 2019). Oleh karena itu diperlukan kerjasama semua pihak untuk meningkatkan kualitas hidup remaja Indonesia.

Jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan jenjang pendidikan remaja, dimana remaja mengalami masa pubertas dan rata-rata remaja putri yang berkisar umur 11 sampai 14 tahun yang tergolong remaja awal dan memasuki masa pubertas. Dimana pada masa ini rata-rata remaja putri mengalami *menarche* atau menstruasi pertama (Matta, M & Wuryaningsih, C, 2014). Pada masa ini remaja perempuan akan mengalami perubahan fisik dan perilaku. Pada masa SMP ini pengetahuan siswa yang terbatas menyebabkan perilaku hygiene menstruasi siswa perempuan kebanyakan tidak sesuai dengan standar yang dianjurkan (Hastuti dkk, 2019).

Menurut studi global UNESCO (2014) terdapat hubungan erat antara buruknya fasilitas sanitasi sekolah dan rendahnya angka

melanjutkan sekolah untuk siswa perempuan. Selain itu fasilitas sanitasi yang terbatas di sekolah ditambah minimnya pengetahuan juga mempengaruhi anak perempuan menstruasi absen sekolah. Sementara dibanyak budaya menstruasi masih dianggap sebagai hal yang tabu untuk dibicarakan, karena dianggap negatif, memalukan, kotor, atau penyakit. Pemahaman yang keliru diperburuk dengan keterbatasan informasi, menyebabkan banyak anak perempuan tidak memiliki pengetahuan terkait menstruasi dan cara mengatasi masalahnya (Hastuti dkk, 2019).

Mengelola menstruasi dengan cara yang benar adalah hak bagi semua perempuan, namun masih banyak perempuan yang kurang memiliki pemahaman tentang hal ini sehingga memberikan dampak terhadap beberapa hal yaitu terhadap kesehatan dapat berupa terjadinya infeksi saluran kencing, infeksi saluran reproduksi, dan adanya keluhan iritasi dan gatal-gatal pada daerah sekitar kemaluan. Terhadap dunia pendidikan, menstruasi dapat memicu siswi untuk izin sekolah dengan menstruasi. Penelitian UNICEF di tiga kota di Indonesia tahun 2015 diketahui 1 dari 6 anak perempuan terpaksa tidak masuk sekolah selama satu hari atau lebih pada saat menstruasi. Ada beberapa alasan yang menyebabkan siswi tidak masuk sekolah seperti nyeri haid dan tidak tersedianya obat pereda nyeri di sekolah, jamban yang tidak layak, air bersih, pembalut ganti, tempat sampah yang tidak memadai disekolah dan juga perlakuan siswa laki-laki yang terkadang mengejek juga membuat siswa perempuan malas ke

sekolah. Tabu dan stigma tentang menstruasi membuat terbatasnya aktivitas siswi perempuan pada saat menstruasi misalnya olahraga.

Selain itu menstruasi juga berdampak pada partisipasi sosial berupa banyaknya kepercayaan dan kebiasaan masyarakat yang membuat perempuan membatasi aktivitasnya dan mengakibatkan perempuan kehilangan kesempatan untuk berpartisipasi dalam aktivitas sosial, misalnya larangan bermain diluar rumah ketika menstruasi. Dampak berikutnya yang disebabkan kegagalan mengelola menstruasi adalah terhadap lingkungan. Tidak tersedianya fasilitas tempat membuang pembalut bekas pakai akan mendorong siswi perempuan untuk membuang pembalut disembarang tempat seperti kloset dan jamban. Hal ini akan menyebabkan kloset tersumbat, kotor sehingga akhirnya kloset tidak bisa digunakan sebagaimana mestinya. Pengemasan pembalut bekas pakai yang tidak sesuai juga akan menimbulkan bau yang tidak sedap.

Kelompok remaja perempuan perlu mendapatkan informasi mengenai menstruasi dan cara mengelola menstruasi yang benar dan tepat dengan Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM). Menurut UNICEF (2014) MKM adalah pengelolaan kebersihan dan kesehatan pada saat perempuan mengalami menstruasi, perempuan harus dapat menggunakan pembalut yang bersih, dapat diganti sesering mungkin selama periode menstruasi dan memiliki akses untuk pembuangannya, serta dapat mengakses toilet, sabun, dan air untuk membersihkan dirinya dalam kondisi nyaman terkait dengan privasi yang terjaga (Kemendikbud, 2017).

Adapun standar MKM yang digunakan adalah meliputi a) menggunakan pembalut bersih; b) mengganti pembalut setiap 3-4 jam sekali; c) mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut; d) membungkus pembalut sekali pakai sebelum dibuang ke tempat sampah dan tidak mengubur pembalut; e) membersihkan area kemaluan setiap mengganti pembalut; f) mencuci pembalut dapat dilakukan jika tersedia air yang banyak (Tim Pembina UKS dan UNICEF, 2016).

Untuk menerapkan MKM diperlukan pemahaman yang benar tentang seputar menstruasi. Namun masih ada yang keliru karena keterbatasan informasi baik di rumah maupun di sekolah. Pada tingkat sekolah dapat menciptakan lingkungan yang lebih mendukung siswi perempuan untuk mendapatkan informasi terkait menstruasi. Beberapa hal yang bisa dilakukan Guru dan pihak sekolah terkait MKM antara lain menyampaikan materi kebersihan menstruasi sebagai bagian dari pembelajaran, melaksanakan MKM sebagai salah satu kegiatan wajib pada Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Guru juga harus memberikan informasi terkait menstruasi kepada siswa laki-laki dengan tujuan agar dapat bersikap baik kepada teman perempuan yang sedang menstruasi.

Setiap anak sekolah dan remaja berhak harus mendapatkan pelayanan kesehatan paling sedikit melalui UKS, dan dilakukan oleh tenaga kesehatan dengan melibatkan guru pembina UKS, guru bimbingan konseling, kader kesehatan dan konselor sebaya (Kemenkes, 2014). Namun, permasalahannya program intervensi kesehatan berbasis sekolah

yang dikenal dengan UKS (Usaha Kesehatan Sekolah), sampai saat ini belum berjalan secara optimal. Masih banyak sekolah- sekolah yang belum mempunyai UKS yang berfungsi optimal untuk perbaikan perilaku hidup sehat. Konsep UKS yang mencakup pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan dan lingkungan yang sehat (Trias UKS) masih mengalami beberapa kendala seperti keterbatasan sumber daya serta fokus kegiatan yang cenderung lebih kearah kuratif atau pertolongan pertama.

Menurut Undang- Undang No 36 Tahun 2009 tentang kesehatan, pendidikan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya. Hal yang dibutuhkan untuk mengubah perilaku seseorang adalah pengetahuan dan motivasi. Pengetahuan seseorang terhadap sesuatu hal akan mempengaruhi perilaku orang tersebut. Seseorang berpengetahuan baik tidak menjamin akan mempunyai sikap dan perilaku positif, karena seseorang dalam menentukan sikap dan perilaku yang utuh selain ditentukan oleh pengetahuan juga dipengaruhi oleh pikiran, keyakinan dan emosi yang memegang peranan penting (Notoatmodjo, 2012).

Pendidikan kesehatan disekolah dapat dengan beberapa metode pendidikan. Metode ceramah merupakan metode yang banyak digunakan dalam penyuluhan, metode ini digunakan untuk memberikan informasi yang berupa garis besar dan sebagai pengantar untuk metode yang lain (Widyanto, 2014). Namun metode ceramah memiliki kelemahan karena

cenderung cepat membuat jenuh, untuk itu perlu dipilih metode lain agar pendidikan kesehatan berjalan lebih interaktif dan menyenangkan. Metode *Index Card Match* digunakan untuk melatih audien agar lebih cermat dan lebih kuat pemahamannya terhadap suatu materi pokok. Hal ini telah dibuktikan oleh Ngestiningrum (2017) dalam penelitiannya menyebutkan metode *Index Card Match* lebih efektif daripada ceramah dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku hygiene menstruasi.

Berdasarkan survey pada tanggal 12-15 Agustus 2019 di SMP Negeri 31 Padang, didapatkan informasi dari wakil kepala sekolah dan guru bahwa sering ditemukan pembalut bekas pakai disembarang tempat. Hasil observasi yang dilakukan penulis, ditemukan pembalut bekas pakai tidak dikemas baik ditempat sampah, ditemukan juga pembalut bekas pakai bercampur dengan sampah lain di tempat sampah terbuka. Hasil wawancara dengan pembina UKS didapatkan informasi bahwa tidak ada program khusus dari UKS yang berhubungan dengan pendidikan hygiene menstruasi. Materi tentang menstruasi secara umum diberikan saat siswa belajar sistem reproduksi pada mata pelajaran IPA.

Hasil wawancara dengan 15 orang siswa perempuan dari kelas VII sampai IX didapatkan informasi bahwa kelas VII dan VIII belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang menstruasi, sedangkan siswa perempuan kelas IX mengatakan menerima pelajaran tentang menstruasi waktu kelas VII pada mata pelajaran Ilmu Pengetahuan Alam (IPA). Dari 15 orang siswa yang diwawancara, 10 orang siswa diantaranya

mengatakan sering mengalami gatal-gatal di area kemaluan pada saat menstruasi. Sebanyak 12 orang siswa hanya mengganti pembalut 2- 3 kali sehari, dan semua siswa yang diwawancara tidak selalu membawa pembalut ganti saat menstruasi.

Hasil survey dengan menggunakan kuesioner terhadap 202 orang sampel diketahui siswa yang mempunyai pengetahuan kurang tentang perilaku hygiene menstruasi sebanyak 14,9%, mempunyai sikap buruk sebanyak 35,1% dan sebanyak 22,8% mempunyai perilaku baik dalam hygiene menstruasi.

Berdasarkan data diatas maka mahasiswa tertarik untuk melakukan pendidikan kesehatan melalui penyuluhan kesehatan Manajemen Kebersihan Menstruasi kepada siswa SMP Negeri 31 Padang dengan metode permainan *Index Card Match*.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang diatas, maka perumusan masalah penelitian ini adalah “ apakah ada pengaruh peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku hygiene menstruasi pada siswa SMP Negeri 31 Padang dengan metode permainan *Index Card Match*?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh peningkatan perilaku hygiene menstruasi pada siswa SMP Negeri 31 Padang dengan metode permainan *Index Card Match*.

2. Tujuan Khusus

- a. Menjelaskan hasil pengkajian tentang perilaku hygiene menstruasi pada siswa perempuan SMP Negeri 31 Padang.
- b. Menjelaskan diagnosa keperawatan perilaku hygiene menstruai pada siswa SMP Negeri 31 Padang.
- c. Menetapkan intervensi keperawatan perilaku hygiene menstruasi pada siswa SMP Negeri 31 Padang.
- d. Melakukan implementasi tindakan keperawatan perilaku hygiene menstruasi pada siswa SMP Negeri 31 Padang.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan terhadap implementasi yang sudah diberikan pada siswa SMP Negeri 31 Padang.

D. Manfaat Penulisan

1. Bagi Mahasiswa

Bahan literatur dan sumber referensi mahasiswa dalam penyuluhan materi perilaku hygiene menstruasi dengan metode permainan *Index Card Match*

2. Bagi Institusi Pendidikan

Karya tulis ini dapat dijadikan sumber informasi yang berguna untuk meningkatkan pengetahuan bagi profesi keperawatan terutama bagi mahasiswa yang sedang belajar di bidang kesehatan yang berhubungan dengan mata kuliah komunitas serta mahasiswa profesi keperawatan dan peminatan komunitas terutama dalam materi perilaku hygiene menstruasi.

3. Bagi SMP Negeri 31 Padang

a. Bagi sekolah

- 1) Karya tulis ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi SMP negeri 31 Padang dalam membuat kebijakan terkait dengan upaya peningkatan pengetahuan Manajemen Kebersihan Menstruasi pada siswa disekolah
- 2) Dapat dijadikan referensi untuk terus memberikan informasi, edukasi tentang Manajemen Kebersihan Menstruasi
- 3) Terciptanya lingkungan sekolah terutama kamar mandi yang ramah menstruasi.

b. Bagi siswa

- 1) Meningkatkan pengetahuan siswa tentang Manajemen Kebersihan Menstruasi.
- 2) Meningkatkan motivasi siswa untuk terus menjaga kebersihan selama menstruasi.