

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Perilaku personal hygiene pada remaja putri

1. Perilaku

a. Definisi Perilaku

Perilaku ialah suatu kegiatan atau aktivitas organisme atau makhluk hidup yang bersangkutan. Menurut Skinner dalam Notoatmodjo, (2012) mengatakan bahwa perilaku adalah bentuk respon atau reaksi terhadap stimulus atau rangsangan dari luar organisme (orang), namun dalam memberikan respon sangat tergantung pada karakteristik atau faktor-faktor lain dari orang yang bersangkutan. Hal ini berarti stimulusnya sama bagi beberapa orang, namun respon tiap-tiap orang berbeda.¹

Perilaku pada dasarnya berorientasi pada tujuan. Oleh karena itu, perilaku kita pada umumnya dimotivasi oleh keinginan untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Perilaku juga diartikan sebagai respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus. Oleh karena itu, perilaku manusia terjadi melalui proses adanya respons. Dengan demikian, teori ini disebut Organisme Stimulasi Respons (SOR).²

Menurut teori SOR maka perilaku manusia terbagi menjadi dua yaitu :

1. Perilaku tertutup yaitu respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk terselubung atau tertutup (*Convert*). Respon atau reaksi terhadap stimulus ini masih terbatas pada perhatian, persepsi, pengetahuan atau kesadaran, dan sikap yang terjadi pada orang yang menerima stimulus tersebut, dan belum dapat diamati secara jelas oleh orang lain.
2. Perilaku terbuka yaitu respon seseorang terhadap stimulus dalam bentuk tindakan nyata atau terbuka. Respon tersebut sudah jelas dalam bentuk tindakan atau praktik (*practice*), yang dengan mudah dapat diamati atau dilihat oleh orang lain. Oleh karena itu, disebut *over behavior*, tindakan nyata atau (*practice*).³

b. Bentuk-bentuk Perilaku Kesehatan

Berikut beberapa bentuk perilaku kesehatan, yaitu ¹ :

- 1) Perilaku sakit dan penyakit merupakan perilaku mengenai seperti apa individu merespon rasa sakit dan penyakit yang dialaminya yang terdiri dari respon yang berasal dari dalam dirinya ataupun dari luar, baik itu respon pasif (sikap, pengetahuan dan pandangan) juga respon aktif (tindakan).
- 2) Perilaku sakit yaitu perilaku sakit adalah pengetahuan dan keterampilan individu mengenai penyebab penyakit, semua

tindakan yang dilaksanakan oleh individu yang merasa dirinya sakit, dan upaya untuk mencegah penyakit.

- 3) Perilaku peran sakit yaitu perilaku peran sakit merupakan berbagai upaya tindakan yang dilaksanakan oleh individu yang sedang mengalami sakit untuk mendapatkan kesembuhan.
- 4) Perilaku pencegahan penyakit yaitu perilaku pencegahan penyakit adalah respons individu terhadap pencegahan suatu penyakit, juga termasuk tindakan untuk tidak menularkan penyakit ke orang lainnya.
- 5) Perilaku terhadap sistem pelayanan kesehatan yaitu perilaku adalah respon seseorang mengenai sistem pelayanan kesehatan yang tersedia bisa itu pelayanan kesehatan secara tradisional ataupun moderen yang mana respon tersebut terwujud dalam pengetahuan, sikap dan tindakan seseorang dalam pemanfaatan fasilitas kesehatan, kesediaan tenaga kesehatan maupun penggunaan obat-obatan.

c. Klasifikasi perilaku kesehatan

Perilaku kesehatan merupakan suatu respon seseorang terhadap suatu stimulus atau objek yang berkaitan dengan kesehatan, penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makan, minum serta lingkungan. Klasifikasi perilaku terbagi menjadi 3 yaitu :

1. Perilaku pemeliharaan kesehatan yaitu perilaku pencegahan, menyembuhkan dan pemulihan penyakit.

2. Perilaku pencarian dan penggunaan sistem atau fasilitas pelayanan kesehatan yaitu salah satu upaya seseorang pada saat menderita penyakit. Perilaku ini dimulai dari mengobati secara mandiri sampai mencari pengobatan lain.
3. Perilaku kesehatan lingkungan yaitu perilaku bagaimana seseorang merespon lingkungan sehingga lingkungan tersebut tidak mempengaruhi kesehatannya.⁴

d. Proses terjadinya perilaku

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rogers (1974) mengatakan bahwa sebelum orang mengadopsi perilaku baru, maka seseorang akan mengalami proses yang berurutan yaitu :

1. *Awarenes* (kesadaran) merupakan subjek menyadari atau mengetahui terlebih dahulu mengenai stimulus.
2. *Interest* (ketertarikan) merupakan subjek merasa tertarik terhadap stimulus yang ada .
3. *Evaluation* (menimbang-nimbang baik dan tidaknya stimulus bagi dirinya). Dengan demikian, sikap responden sudah lebih baik lagi.
4. *Trial* (percobaan) merupakan subjek yang mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh stimulus.
5. *Adoption* (adopsi) merupakan subjek yang berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikap terhadap stimulus.⁵

e. Proses Perubahan Perilaku

Proses perubahan perilaku terbagi menjadi lima fase sebagai berikut :

1. Fase Pencarian yaitu dimana individu mulai mempertimbangkan dan menerima sesuatu untuk perubahan.
2. Fase Diagnosa Masalah yaitu dimana individu mulai mengidentifikasi baik yang mendukung dan menentukan adanya suatu perubahan.
3. Fase penentuan tujuan yaitu individu menentukan tujuan sesuai dengan perubahan yang diterimanya.
4. Fase tingkah lakuyaitu dimana seseorang individu mulai mencoba.
5. Fase pembekuan yaitu tingkah laku individu menjadi permanent.⁶

f. Ciri-ciri perubahan perilaku

Ciri-ciri perubahan perilaku terbagi menjadi delapan yaitu :

1. Perubahan yang disadari dan disengaja (internasional) yaitu perubahan yang ada usaha sadar dan disengaja oleh seseorang yang bersangkutan menyadari bahwa telah terjadi perubahan dalam dirinya dibandingkan sebelum dan sesudah mengikuti suatu proses belajar.
2. Perubahan yang berkesinambungan (kontinu) yaitu bertambahnya pengetahuan atau keterampilan yang dimiliki pada dasarnya berupa kelanjutan dari pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh

sebelumnya. Oleh karena itu, pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang sudah diperoleh akan menjadi dasar pengembangan berikutnya.

3. Perubahan yang fungsional yaitu perilaku dimanfaatkan untuk kepentingan hidup individu yang bersangkutan baik untuk masa sekarang maupun masa depan.
4. Perubahan yang bersikap positif yaitu perubahan yang terjadi bersifat normatif dan membawa kearah kemajuan.
5. Perubahan yang bersifat aktif yaitu untuk memperoleh perilaku baru seseorang berupaya aktif untuk berubah.
6. Perubahan yang bersifat permanen yaitu perubahan perilaku yang diperoleh dari proses belajar cenderung menetap dan menjadi melekat dalam dirinya.
7. Perubahan yang bertujuan dan terarah yaitu perubahan yang melakukan kegiatan belajar pasti ada tujuan yang ingin dicapai baik tujuan jangka pendek , jangka menengah dan jangka panjang.
8. Perubahan perilaku secara keseluruhan yaitu perubahan perilaku belajar bukan hanya sekedar memperoleh pengetahuan semata, akan tetapi memperoleh perubahan sikap dan keterampilan.⁷

g. Ranah (domain) perilaku

Untuk kepentingan pendidikan praktis ada tiga ranah perilaku

yang dikembangkan yaitu ada pengetahuan (*knowledge*), sikap (*attitude*) dan tindakan atau praktik (*practice*). Menurut seorang ahli psikologi pendidikan Benyamin Bloom menyebutkan ada tiga domain perilaku seperti kognitif (*cognitive*), afektif (*affective*) dan psikomotor (*psychomotor*) sedangkan menurut ahli pendidikan Ki Hajar Dewantara ada tiga yaitu cipta atau pericipta, rasa atau perirasa, dan karsa atau peritindak.⁸

h. Faktor yang Mempengaruhi Perilaku

Menurut Lawrence Green (1980) dalam buku Irwan (2017) menyebutkan perilaku manusia didasari oleh tiga faktor, yaitu sebagai berikut¹ :

1. Faktor Predisposisi (*predisposing factor*)

Faktor predisposisi merupakan faktor utama atau mendasar terciptanya perilaku pada diri individu atau kelompok, faktor predisposisi meliputi beberapa unsur yaitu unsur pengetahuan, sikap, nilai, kepercayaan, pendidikan dan sosial ekonomi.

2. Faktor Pemungkin (*enabling factor*)

Merupakan faktor yang mendukung fasilitas kesehatan dan sumber daya. Adapun yang tergolong kedalam faktor ini yaitu ketersediaan sarana dan prasarana kesehatan, sumber daya kesehatan berupa tenaga kesehatan, yang semuanya ini menjadikan

seseorang atau masyarakat untuk berperilaku sehat.

3. Faktor Penguat (*reinforcing factor*)

Merupakan penguat terjadinya perilaku seseorang.

Adapun yang tergolong pada faktor ini yaitu dukungan sosial.

2. Personal Hygiene

a. Personal hygiene

1) Pengertian

Perawatan diri atau personal hygiene adalah perawatan diri sendiri yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan baik secara fisik maupun psikologis. Pasien dinyatakan terganggu kesehatan perawatan dirinya jika tidak dapat melakukan perawatan diri.¹⁴

Personal Hygiene saat menstruasi adalah tindakan memelihara kebersihan khususnya daerah kewanitaan pada saat menstruasi¹⁵

2) Tujuan Personal *hygiene*

Menurut Isro'in dan Andarmoyo (2012) tujuan dari melakukan personal hygiene yang baik meliputi :

- a) Meningkatkan derajat kesehatan seseorang
- b) Memelihara kebersihan diri seseorang
- c) Memperbaiki personal hygiene yang kurang
- d) Pencegahan terjadinya penyakit
- e) Meningkatkan kepercayaan diri seseorang

f) Menciptakan keindahan

Macam-macam personal hygiene

Menurut Isro'in dan Andarmoyo (2012) macam-macam personal hygiene yang dapat dilakukan meliputi :

- a) Perawatan kulit
 - b) Perawatan kaki, tangan dan kuku
 - c) Perawatan rongga mulut dan gigi
 - d) Perawatan rambut
 - e) Perawatan mata, telinga dan hidung
 - f) Perawatan genitalia
- 3) Faktor yang mempengaruhi personal hygiene

Menurut Isro'in dan Andarmoyo (2012) faktor yang mempengaruhi personal hygiene yang dapat dilakukan meliputi :

- a) Faktor social
 - b) Pilihan pribadi
 - c) Citra tubuh
 - d) Status social ekonomi
 - e) Pengetahuan dan motivasi
 - f) Variable budaya
 - g) Kondisi fisik
- 4) Dampak dari personal hygiene

Berikut dampak yang akan muncul masalah personal hygiene sebagai berikut :

- a) Dampak fisik yaitu gangguan integritas, gangguan membran mukosa mulut, infeksi pada mata dan telinga, gangguan fisik pada kuku, permasalahan kulit, mata, telinga, dan gangguan pada anggota tubuh lainnya termasuk pada organ reproduksi.
- b) Dampak psikososial yaitu gangguan kebutuhan rasa nyaman, kebutuhan dicintai, dan mencintai, aktualisasi diri menurun dan gangguan interaksi social.

b. Personal hygiene

1) Pengertian

Personal *hygiene* adalah suatu upaya dalam pemeliharaan dan perawatan kebersihan seluruh anggota tubuh termasuk organ reproduksi. Saat menstruasi pembuluh darah didalam rahim mudah sekali terluka. maka dari itu, *personal hygiene* merupakan hal yang begitu penting dilaksanakan agar terbebas dari disfungsi organ reproduksi ⁹

2) Tujuan *personal hygiene* saat menstruasi

Personal *hygiene* menstruasi bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan, memelihara kesehatan, diri, mencegah penyakit serta meningkatkan kepercayaan diri saat menstruasi ¹⁶

3) *Pelaksanaan personal hygiene*

Pada saat menstruasi, hal yang penting dilakukan remaja putri, yaitu ¹³

- a) Perawatan wajah dan kulit merupakan bagian yang paling sensitif bagi seorang remaja terutama remaja putri. Saat menstruasi sebaseus meningkat sehingga merangsang produksi sebum (minyak). Oleh sebab itu, mencuci muka dua sampai tiga kali sehari dapat membantu timbulnya jerawat.
- b) Kebersihan rambut merupakan keramas saat menstruasi harus tetap dilakukan untuk menjaga kebersihan rambut dan kulit kepala, selain itu keramas juga dapat meningkatkan kepercayaan diri karena rambut menjadi bersih dan harum. Keramas harus dilakukan minimal dua kali seminggu.
- c) Kebersihan badan yaitu dengan mandi minimal dua kali sehari dengan sabun mandi karena saat menstruasi kelenjar sebaseous meningkat sehingga produksi keringat meningkat.
- d) Kebersihan pakaian yaitu dengan cara mengganti pakaian setiap hari sangatlah penting terutama pakaian dalam, gunakan pakaian dalam yang kering dan menyerap keringat karena pakaian dalam yang basah akan mempermudah tumbuhnya jamur. Pemakaian celana yang terlalu ketat juga dihindari, karena hal ini bisa menyebabkan daerah kewanitaan menjadi lembab dan iritasi.
- e) Penggunaan pembalut yaitu untuk menyerap dan menampung darah menstruasi. Pemakaian pembalut tidak boleh lebih dari empat jam. Pembalut harus diganti setelah mandi, setelah

buang air kecil dan setelah buang air besar. Pembalut harus diganti apabila sudah penuh atau ada gumpalan darah. Alasannya karena gumpalan darah yang terdapat dipermukaan pembalut dapat menjadi tempat yang baik untuk perkembangan bakteri dan jamur.

- f) Kebersihan genetalia yaitu membersihkan genetalia dengan air bersih. Tidak perlu menggunakan cairan pembersih (*antiseptik*) saat membersihkan genetalia karena dapat membunuh bakteri baik yang ada divagina. Bedak dan parfum juga tidak boleh digunakan didaerah genetalia. Cara membasuh organ reproduksi wanita yang benar adalah dari arah depan (vagina) ke belakang (anus), tidak terbalik karena bakteri yang ada disekitar anus bisa terbawa kedalam vagina dan beresiko menimbulkan infeksi. Setelah dibersihkan, vagina dikeringkan menggunakan handuk bersih atau tisu kering agar vagina tidak lembab.
- g) Kebersihan rambut genetalia pada saat menstruasi itu sangat penting, akan tetapi hindari kebersihan bulu didaerah keemaluan dengan cara mencabut karena dapat menimbulkan lubang pada bekas bulu kemaluan tersebut dan menjadi jalan masuk bakteri, kuman, dan jamur. Perawatan rambut genetalia disarankan untuk dirapikan saja dengan memendekkan dengan gunting maksimal 40 hari. Rawat rambut genetalia secara

teratur agar tidak menjadi sarang kutu dan jamur.

4) Akibat Tidak Melakukan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi

Kurangnya kebersihan pada saat menstruasi akan mengakibatkan :

- a) Gatal pada kulit vagina
- b) Permukaan vagina menjadi radang
- c) Keputihan (*fluor albus*)
- d) Bagian perut terasa sakit dan perih
- e) Terjadinya demam panas

3. Konsep Menstruasi

a. Definisi menstruasi

Menstruasi atau haid adalah perdarahan yang terjadi setiap bulannya secara teratur dan berkala dari uterus yang menunjukkan bahwa telah berfungsinya secara optimal organ reproduksi. Menstruasi/haid ini merupakan proses alami yang terjadi pada semua wanita. Secara umum, wanita mengalami menstruasi pertama pada usia 11 sampai dengan 14 tahun tergantung pada hormonal masing- masing individu. Siklus menstruasi normal terjadi setiap 22-35 hari, dengan lamanya menstruasi selama 2-7 hari ¹⁷

b. Fisiologi menstruasi

Adapun fisiologi menstruasi/haid diantaranya : ⁵

1) Stadium menstruasi

Stadium menstruasi secara wajar terjadi selama 3 sampai 7 hari. Terjadinya perdarahan atau haid pada stadium ini

dikarenakan terlepasnya selaput rahim (*endometrium*). Dalam fase ini kadar hormon ovarium sangat rendah.

2) Stadium poliferasi

Stadium poliferasi biasanya terjadi saat darah menstruasi berhenti sampai hari ke-14. Dimulainya fase poliferasi yaitu terjadinya pertumbuhan kelenjar endometrium yang semakin cepat dan terus menebal dan diantara hari ke-12 sampai dengan hari ke-14 terjadi ovulasi atau pengelupasan sel telur dari indung telur.

3) Stadium sekresi

Periode setelah adanya ovulasi dan berlangsung selama 11 hari. Dalam fase ini, dikeluarkannya hormon progesteron sehingga berpengaruh terhadap pertumbuhan endometrium untuk membuat keadaan rahim yang siap untuk di implantasi.

4) Stadium pramenstruasi

Stadium pramenstruasi terjadi selama 3 hari, di endometrium hormon progesteron dari corpus luteum bekerja sehingga menyebabkan arteri spiralis memilin secara kuat.

c. Faktor yang mempengaruhi menstruasi

Menstruasi dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya ⁵

1) Faktor hormon

Menstruasi pada perempuan biasanya disebabkan oleh beberapa hormon yaitu *Follicle Stimulating Hormone* yang dikeluarkan oleh hipofisis, *Luteinizing Hormone* yang dihasilkan

oleh hipofisis, dan hormon estrogen, progesteron yang dihasilkan oleh sel telur.

2) Faktor enzim

Terjadinya perdarahan endometrium (menstruasi) yang diakibatkan oleh enzim hidrolis pada endometrium akan merusak sel-sel yang memiliki peran sebagai sintesis protein sehingga terganggunya metabolisme tubuh.

3) Faktor vaskuler

Terjadi perdarahan menstruasi dikarenakan adanya endometrium yang beregresi didalam vena dan saluran yang menghubungkannya dengan arteri.

4) Faktor prostaglandin

Prostaglandin F₂ dan E₂ banyak terkandung di dalam endometrium, desintegrasi endometrium menyebabkan prostaglandin terlepas sehingga berkontraksinya myometrium dan terjadilah perdarahan menstruasi.

d. Siklus menstruasi

Siklus menstruasi merupakan lamanya menstruasi yang sedang dialami dengan waktu menstruasi berikutnya. Lamanya siklus menstruasi yang normal yaitu 28 hari dengan dikurangi atau ditambah dua sampai tiga hari. Siklus menstruasi bisa berbeda pada perempuan yang normal dan sehat. Keteraturan siklus ini dimulai apabila perempuan telah berusia 25 tahun. Siklus dalam menstruasi

berhubungan terhadap pembentukan endometrium dan sel telur.¹⁸

Tahap siklus menstruasi diantaranya ¹⁹ :

- 1) Bagian pertama dari siklus menstruasi yaitu ovarium menghasilkan sedikit estrogen, sehingga menjadikan tumbuhnya lapisan darah dan jaringan tebal disekitar endometrium dan selanjutnya terjadi ovulasi.
- 2) Bagian berikutnya dari siklus menstruasi adalah diantara pertengahan sampai terjadi menstruasi selanjutnya, tubuh perempuan akan memproduksi hormon progesteron yang mempersiapkan uterus untuk terjadinya kehamilan.

e. Gangguan menstruasi

Gangguan menstruasi adalah kelainan perdarahan menstruasi, terkait dengan panjang dan lama siklus, jumlah darah siklus, serta nyeri. Selain itu, gangguan menstruasi pada seorang wanita bisa disebabkan karena hormon yang tidak seimbang, infeksi, struktur organ reproduksi yang bermasalah, dan faktor lainnya ¹⁹

Berbagai gangguan atau keluhan menstruasi yang sering perempuan alami yaitu :

- 1) Kelainan dalam banyaknya darah dan lamanya perdarahan saat menstruasi
- 2) Hipermenorea merupakan kejadian menstruasi yang waktunya melebihi batas normal yaitu lebih dari tujuh hari.
- 3) Hipomenorea merupakan kejadian menstruasi yang kurang dari

waktu normal.

f. Gangguan pada siklus menstruasi

- 1) Polimenorea merupakan siklus menstruasi kurang dari 21 hari yang dipengaruhi oleh faktor hormonal.
- 2) Oligomenorea merupakan siklus menstruasi yang lebih atau lewat dari 35 hari.
- 3) Amenorea yaitu selama 3 bulan berturut-turut tidak terjadinya menstruasi.

g. Gangguan atau kelainan lain yang berhubungan dengan menstruasi

- 1) Dismenorea merupakan nyeri pada bagian bawah perut yang terjadi sebelum dan saat menstruasi juga kerap kali disertai dengan datangnya rasa mual.
- 2) Sindroma premenstrual merupakan keluhan yang muncul sebelum hari terjadi menstruasi dan hilang sesudah terjadinya menstruasi. Hal ini disebabkan oleh hormon estrogen dan progesteron.
- 3) Amenore merupakan suatu keadaan dimana pada saat usia subur perempuan tidak mengalami menstruasi.
- 4) Endometriosis merupakan kondisi terdapatnya jaringan endometrium (lapisan terdalam uterus) yang tumbuh di luar uterus yang menyebabkan nyeri dan perdarahan yang tidak teratur.

4. Kesehatan Reproduksi remaja

a. Definisi remaja

Masa remaja merupakan suatu periode kehidupan seseorang

yang mana terjadi pembentukan psikologis dalam penentuan jati diri. Individu saat remaja, mulai mengkonsepkan diri dengan standar pribadi, dan mengeksplor ciri-ciri abstrak pada dirinya ⁵

Peristiwa terpenting dan alamiah yang dialami remaja yaitu datangnya *menarke* atau sering juga disebut dengan haid pertama. Terjadi perubahan pada remaja baik itu secara fisik maupun psikis pada usia ini yang mana telah terjadinya reproduksi hormon seksual dan berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan sistem reproduksi ¹⁶

b. Pemeliharaan organ reproduksi remaja perempuan

Untuk memelihara organ dan sistem reproduksi remaja wanita adalah dengan cara berikut ⁵ :

- 1) Penggunaan pakaian dalam yang daya serap keringatnya baik
- 2) Hindari penggunaan celana yang terlalu ketat
- 3) Menggunakan pembilas vagina yang sewajarnya
- 4) Tidak memasukkan benda asing ke dalam alat genitalia (vagina).

c. Faktor yang mempengaruhi kesehatan remaja

Berikut hal yang menjadi pengaruh tidak baik terhadap kesehatan reproduksi dan kesehatan lainnya pada remaja yaitu ⁴

- 1) Masalah kesehatan gizi
- 2) Kurang gizi kronis dan anemia
- 3) Masalah pendidikan
- 4) Rendahnya pendidikan

- 5) Buta huruf
 - 6) Masalah pekerjaan dan lingkungan
- d. Hal yang dapat mengganggu kesehatan remaja adalah lingkungan dan susunan yang tidak mempertimbangkan kesehatan remaja.
- 1) Lingkungan sosial yang tidak sehat akan menghambat, serta dapat mengganggu kesehatan fisik, psikis, serta emosional remaja.
 - 2) Masalah seks bimbingan yang kurang untuk bersikap baik atau positif yang berhubungan dengan seksualitas.
 - 3) Adanya mitos yang tidak benar mengenai permasalahan seksualitas dan tidak diimbangi dengan pengetahuan yang cukup.
 - 4) Ketergantungan dan penyalahgunaan NAPZA yang berakibat terjadinya penularan HIV/AIDS.
 - 5) Kehamilan yang tidak diinginkan remaja
 - 6) Penyimpanan perilaku seksualitas
 - 7) Masalah kesehatan reproduksi
 - 8) Hilangnya peluang untuk pengembangan diri
 - 9) Ketidakmatangan secara fisik dan psikis
 - 10) Pada kehamilan remaja yang berisiko akan terjadinya komplikasi, janin lebih besar, dan kematian remaja
 - 11) Risiko pelaksanaan aborsi yang berbahaya.
- e. Pelayanan Kesehatan Reproduksi Remaja

Program Kesehatan Reproduksi Remaja (PKRR) adalah hasil dari pengembangan misi program Keluarga Berencana Nasional, yaitu

menyiapkan sumber daya manusia berkualitas, program ini memiliki tujuan untuk membantu remaja agar mempunyai pengetahuan, persepsi, sikap dan perilaku menuju kehidupan yang sehat dan bertanggung jawab dengan program promosi kesehatan, advokasi, komunikasi kesehatan, pelayanan konseling, dan kegiatan- kegiatan lain yang positif²⁰

Berikut beberapa hal yang menjadi landasan pembentukan konseling pada remaja diantaranya⁵:

- 1) Remaja mempunyai hak rahasia terhadap kehidupan reproduksinya.
- 2) Remaja berkesempatan untuk memutuskan dan bertindak tanpa adanya tekanan serta paksaan dari pihak manapun.
- 3) Remaja diharapkan dapat melindungi diri kehamilan yang tidak diinginkan (KTD) dan dari penyakit menular seksual.

5. Indikator Perilaku personal hygiene pada remaja

Personal Hygiene saat menstruasi adalah tindakan memelihara kebersihan khususnya daerah kewanitaan pada saat menstruasi. Berdasarkan pada uraian tersebut maka indikator-indikator perilaku personal hygiene pada saat menstruasi pada remaja yaitu:

1. Perilaku personal hygiene
2. Cara cebok dengan benar
3. Ganti pembalut
4. Kebersihan diri selama menstruasi

6. Cara mengukur perilaku personal hygiene pada remaja

Pengukuran perilaku personal hygiene terbagi menjadi dua yaitu :

1. Pengukuran langsung tidak terstruktur yaitu dengan cara mengukur perilaku personal hygiene melalui wawancara bebas (*free interview*)
2. Secara langsung berstruktur yaitu pengukuran perilaku personal hygiene menggunakan kuesioner dengan pertanyaan-pertanyaan yang tersusun secara sistematis dan berstruktur kepada responden secara lisan dan tertulis.

Teknik skala yang digunakan peneliti dalam mengukur Perilaku personal hygiene adalah menggunakan skala likert. Instrumen skala likert mempunyai gradasi yang sangat positif hingga ke sangat negatif berupa Selalu (SL), Sering (S), kadang-kadang (KK), Hampir Tidak Pernah (HTP), dan Tidak Pernah (TP). Skala likert pada umumnya dibuat seperti *ceklist* dengan setiap jawaban diberi skor 5 sampai 1 atau sebaliknya 1-5.⁹

B. Konsep Teori Pengetahuan

1. Definisi Pengetahuan

Pengetahuan merupakan informasi yang didapat atau dimiliki individu dan terbentuk apabila individu tersebut telah melaksanakan penginderaan pada suatu objek. Apabila individu tidak bepengetahuan maka individu tersebut tidak memiliki dasar dalam menentukan tindakan terhadap suatu masalah dan pengambilan keputusan ¹

Pengetahuan adalah suatu hasil tau dari manusia atas

penggabungan atau kerjasama antara suatu subyek yang mengetahui dan objek yang diketahui. Segenap apa yang diketahui tentang sesuatu objek tertentu¹³

2. Macam-macam Pengetahuan

Pengetahuan terdapat empat macam, yaitu sebagai berikut¹ :

a. Pengetahuan Faktual

Faktual merupakan pengetahuan yang bersifat informasi terpisah atau hal mendasar yang ada pada suatu bidang ilmu. Pengetahuan faktual terdapat dua macam yaitu pertama pengetahuan yang mencakup tentang orang, kejadian, waktu dan informasi lainnya yang bersifat jelas dan kedua pengetahuan tentang terminology yaitu melingkupi pengetahuan tentang simbol atau tanda tertentu yang bersifat verbal ataupun non verbal.

b. Pengetahuan Konseptual

Pengetahuan konseptual adalah pengetahuan yang menandakan adanya hubungan atau ikatan antara hal mendasar dalam pola yang besar dan segalanya memiliki peranan yang sama. Konseptual terdiri dari bagan, pemikiran, dan teori baik tersirat ataupun tersurat.

c. Pengetahuan Prosedural

Prosedural adalah pengetahuan yang berisi langkah-langkah atau tahapan mengenai bagaimana mengerjakan sesuatu, baik yang bersifat baru ataupun rutin.

d. Pengetahuan Metakognitif

Metakognitif mencakup pengetahuan mengenai pemahaman secara keseluruhan. bersamaan dengan perkembangannya, seseorang dapat dikatakan baik dalam proses pembelajaran apabila seseorang tersebut sadar akan pikirannya dan semakin tahu tentang pemahaman yang didapat.

3. Tingkat Pengetahuan

Terdapat 6 tingkatan pengetahuan, diantaranya ¹³ :

a. Tahu (*Know*)

Tahu adalah tingkat pengetahuan paling rendah ini hanya sebatas mengingat kembali pelajaran yang telah didapatkan sebelumnya, seperti mendefinisikan, menyatakan, menyebutkan, dan menguraikan.

b. Memahami (*Comprehension*)

Pada tahap ini pengetahuan yang dimiliki sebagai keterampilan dalam menjelaskan mengenai objek ataupun sesuatu dengan tepat. Seseorang mampu menjelaskan, menyimpulkan, dan menginterpretasikan objek atau sesuatu yang telah dipahami sebelumnya.

c. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi adalah objek yang telah dipahami sebelumnya dan sudah menjadi materi, selanjutnya diaplikasikan atau diterapkan pada keadaan atau lingkungan yang sebenarnya. mengaplikasikannya dalam

kehidupan sehari-hari.

d. *Analisis (Analysis)*

Analisis merupakan pengelompokan suatu objek ke dalam unsur yang memiliki keterkaitan satu sama lain serta mampu menggambarkan dan membandingkan atau membedakan.

e. *Sintesis (synthesis)*

Sintesis merupakan suatu perencanaan dan penyusunan kembali komponen pengetahuan ke dalam suatu pola baru yang komprehensif.

f. *Evaluasi (Evaluation)*

Adalah penilaian terhadap suatu objek serta dideskripsikan sebagai sistem perencanaan, perolehan, dan penyediaan data guna menciptakan alternatif keputusan.

4. Faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Dalam jurnal Dwi susanti dkk (2020), faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu ²¹ :

a. Pendidikan

Pendidikan mempengaruhi proses dalam belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah seseorang tersebut untuk menerima sebuah informasi. Peningkatan pengetahuan tidak mjutlak diperoleh dipendidikan formal, akan tetapi dapat diperoleh juga pada pendidikan non formal.

b. Media massa / informasi

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengetahuan jangka pendek (immediate impact), sehingga menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan. Kemajuan teknologi menyediakan bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang informasi baru. Sarana komunikasi seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, penyuluhan, dan lain lain yang mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang.

c. Sosial budaya dan Ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan seseorang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau tidak. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan ketersediaan fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

d. Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada disekitar individu baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada pada lingkungan tersebut. Hal tersebut terjadi karena adanya interaksi timbal balik yang akan direspon sebagai pengetahuan.

e. Pengalaman

Pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman pribadi ataupun

pengalam orang lain. Pengalaman ini merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran suatu pengetahuan.

f. Usia

Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Bertambahnya usia akan semakin berkembang pola pikir dan daya tangkap seseorang sehingga pengetahuan yang diperoleh akan semakin banyak.

5. Proses Adopsi Perilaku Pengetahuan

Terjadi proses yang sistematis sebelum seseorang mengadopsi perilaku baru yaitu ¹³ :

a. *Awareness*

Dimana seseorang memiliki kesadaran terhadap stimulus atau objek yang diberikan.

b. *Interest*

Pada tahap ini sikap seseorang sudah mulai muncul dan seseorang tersebut merasa tertarik pada suatu objek tertentu.

c. *Evaluation*

Merupakan penilaian seseorang berkaitan dengan benar dan salahnya hal tersebut untuk dirinya. Stimulus ini menandakan bahwa sikap seseorang berada pada tahap yang bagus.

d. *Trial*

Dimana seseorang mulai berupaya untuk melaksanakan sesuatu sesuai atas kehendak dari dalam dirinya.

e. *Adoption*

Seseorang sudah mengadopsi perilaku baru sejalan dengan pengetahuan dan persepsinya terhadap stimulus yang ada.

6. Indikator tingkat pengetahuan

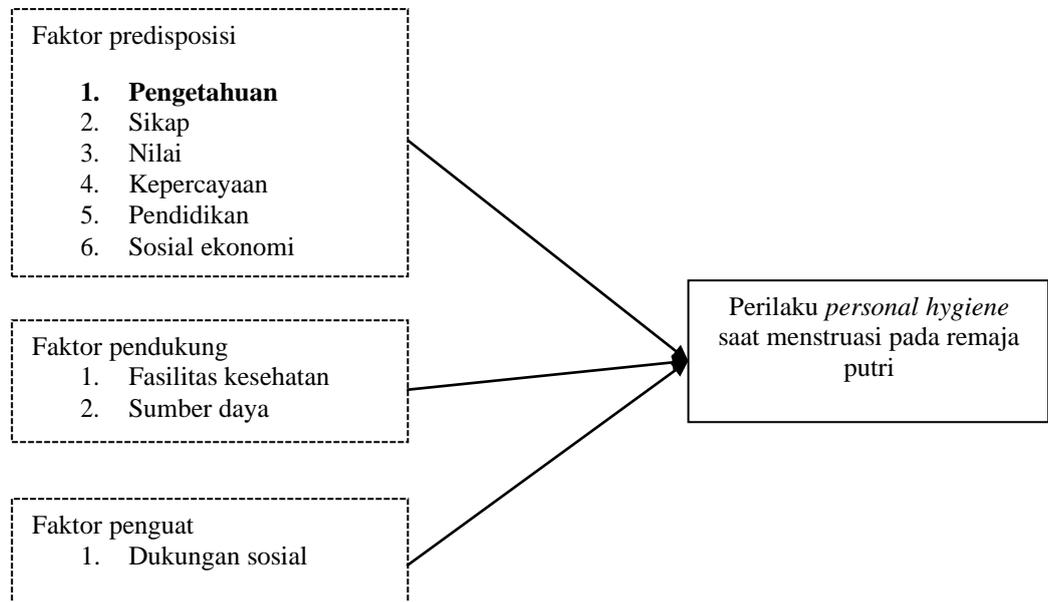
Pengetahuan merupakan informasi yang didapat atau dimiliki individu dan terbentuk apabila individu tersebut telah melaksanakan penginderaan pada suatu objek. Berdasarkan pada uraian tersebut maka indikator-indikator tingkat pengetahuan remaja yaitu:

- a. Pengetahuan personal hygiene
- b. Pengetahuan tentang menstruasi Pendidikan

7. Cara mengukur tingkat pengetahuan

Berdasarkan uraian diatas maka cara mengukur variabel dukungan teman sebaya dengan mengajukan pertanyaan menggunakan kuesioner terstruktur pada remaja tentang dukungan teman sebaya yang terdiri dari sepuluh (10) pertanyaan dan dua (2) pilihan jawaban yang berisi indikator-indikator tingkat pengetahuan. Teknik skala yang digunakan peneliti dalam mengukur tingkat pengetahuan adalah menggunakan skala guttman. Skala ini dapat dijawab dengan tegas yaitu benar diberi skor 1 dan salah diberi skor 0 begitu pula sebaliknya. Skala guttman ini dibuat dalam bentuk *checklist*.¹⁰

Kerangka Teori

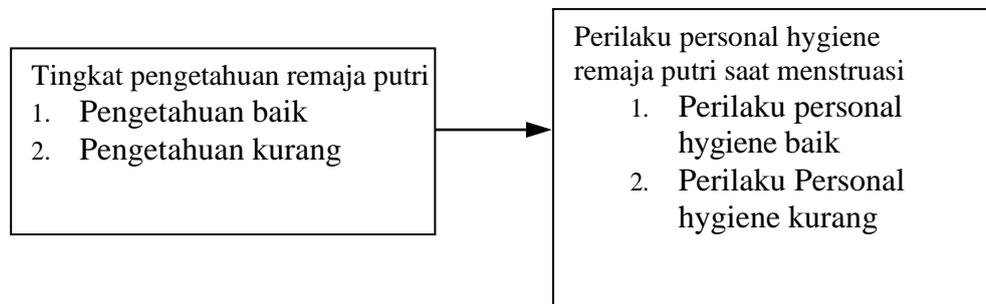


Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian Sumber : Lawrence Green 1980

C. Kerangka Konsep

Kerangka konsep merupakan suatu uraian dalam visualisasi hubungan atau adanya keterikatan antara variabel yang satu dengan variabel yang lainnya dari masalah yang akan diteliti. Dengan demikian, kerangka konsep yaitu sebuah formulasi atau *simplifikasi* dari kerangka teori yang mendukung suatu penelitian.¹¹

Kerangka konsep dalam penelitian ini digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2. Kerangka konsep penelitian

D. Hipotesis

Berdasarkan kerangka konsep yang telah disusun maka hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah “Ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* pada remaja saat menstruasi di SMP N 24 Kaligesing Tahun 2021”.