

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Konsep *Pruritus Vulvae*

a. Definisi *pruritus vulvae*

Pruritus vulvae adalah gangguan iritasi yang terjadi pada alat genetalia wanita atau area vulva yang ditandai dengan adanya rasa gatal.²³ *Pruritus vulvae* sering dikenal sebagai gatal pada vulva termasuk mons pubis, labia mayora, labia minora, *clitoris*, perineum, dan eksternal uretra dan vagina.²² *Pruritus vulvae* gejala yang sering dikeluhkan karena menimbulkan rasa kurang nyaman atau bisa juga mengganggu kegiatan serta kualitas hidup perempuan tersebut dan terjadi secara nyata serta dapat merusak kualitas wanita yang terkena dampak hidup.²¹²⁴

Pruritus vulvae yang dialami para gadis dan wanita muda dengan didasari oleh rasa gatal pada vulva hal ini jika terjadi lebih lanjut maka dapat mengganggu dan terjadi stres psikososial akibat sifat sensitif vulva serta keinginan untuk menggaruk serta dapat mengganggu seperti gangguan kualitas tidur, distress emosional, dermatitis dan lainnya.²⁶²¹

Pruritus vulvae juga gejala yang sering terjadi pada banyak penyakit dermatologis. Perubahan kadar estrogen berkontribusi terhadap perubahan hidrasi, kadar kolagen, dan PH *vulvovaginal*.²⁶

b. Faktor penyebab *pruritus vulvae*

Pruritus vulvae atau rasa gatal pada alat kelamin wanita bagian luar dapat diakibatkan karena dermatologis, infeksi, hormonal, sistemik dan neoplastik.²⁷ Penyebab paling umum pada *pruritus vulvae* adalah *vulvovaginal candidiasis* diikuti oleh eksim vulva dan penyakit kulit kronis, seperti *lichen sclerosus*.²⁸ Terdapat faktor internal penyebab terjadinya *pruritus vulvae* adalah adanya infeksi dan zat atau benda bersifat iritatif dan faktor eksternal penyebab terjadinya *pruritus vulvae* yaitu, *vulva hygiene* terutama *vulva hygiene* saat menstruasi yang tidak baik, pergantian pembalut, pemakaian celana dalam, penggunaan sabun (antiseptik) dan ketersediaan air bersih.¹ Penyebab paling umum dari *pruritus vulva* adalah *kandidiasis vulvovaginal* diikuti oleh penyakit kulit kronis, seperti *lichen sclerosus* dan eksim vulva. Terutama pada kasus *refrakter*, lesi invasif atau preinvasif seperti *displasia epitel skuamosa* (VIN, *vulva intraepithelial neoplasia*) harus dipertimbangkan dalam diagnosis banding. Penyebab yang lebih jarang termasuk infeksi, atrofi, dan *vulvodinia*.²⁹

Penyebab utama *pruritus vulvae* pada wanita pubertas adalah adanya iritasi bahan kimia atau iritasi mekanis, membasuh alat genitalia yang kurang bersih tidak dari arah depan ke belakang, iritasi bahan kimia seperti, sabun, mandi busa, deterjen cucian, sampo, dan air kolam klorin yang dapat menyebabkan iritasi dari bahan kimia, sedangkan untuk iritasi mekanis dapat terjadi dari goresan saat menyeka dengan tisu, kertas toilet atau pakaian dalam yang ketat.²

c. Gejala *pruritus vulvae*

Gejala pada *pruritus vulvae* adanya rasa gatal-gatal dan warna kemerahan pada area vulva.³⁰ Menurut Kusmiran (2012) gejala *pruritus vulvae* yaitu ditandai dengan rasa gatal pada alat genitalia eksternal perempuan rasa gatal rasa gatal tersebut juga biasanya terasa di malam hari, adanya keputihan, rasa terbakar dan kulit pecah-pecah di sekitar vulva, bengkak dan merah di area labia dan vulva, benjolan berisi cairan (*blister*) pada vulva.³¹

d. Gangguan pada sistem reproduksi wanita

Infeksi yang berhubungan dengan organ reproduksi seperti kandidiasis, infeksi saluran kemih, *gonorrhea*, *sipilis*, *vaginosis*, *pelvic inflammatory disease*, *vaginitis*.³² Gangguan biasanya diakibatkan oleh suatu penyakit atau kelainan. Terdapat beberapa gangguan pada sistem reproduksi wanita, seperti:

1) Infeksi klamidia,

Klamidia trakomatis adalah bakteri obligat intraseluler yang menginfeksi urethra dan serviks. Serviks adalah tempat yang paling sering terinfeksi dengan Klamidia trakomatis. Untuk gejala yang dialami pada wanita yaitu, keputihan encer berwarna putih kekuningan, nyeri rongga panggul atau adanya perdarahan pasca hubungan seksual.³³

2) *Gonorrhoea*,

Penyakit *Gonorrhoea* disebabkan oleh bakteri *Neisseria gonorrhoea*, suatu *diplococcus* gram negatif. *Gonorrhoea* merupakan suatu penyakit infeksi akut yang menyerang selaput lendir dari *urethra*, *cervix*, kadang-kadang *rectum*, *pharynx*, dan mata.³⁴

3) *Trikomoniasis*,

Trikomoniasis pada wanita menyerang terutama dinding vagina, bersifat akut maupun kronik. Disebabkan oleh *Trichomonas vaginalis*.

4) Sifilis,

Syphilis ialah penyakit menular yang disebabkan oleh suatu bakteri berbentuk spiral disebut *Treponema pallidum*. Penyakit menyerang berbagai organ dalam tubuh, dapat ditularkan melalui hubungan seksual melalui luka-luka

mikroskopis, transfusi darah segar, dan dari ibu ke fetus melalui plasenta.³⁴

5) Ulkus mole,

Ulkus mole atau *chancroid*, *haemophilus ducreyi* gram negatif *streptobacillus*. Ulkus mole merupakan penyakit infeksi genitalia akut dan setempat berupa ulkus yang nyeri di daerah kemaluan.

6) Herpes kelamin,

Herpes adalah penyakit yang disebabkan oleh infeksi virus herpes yang ditandai dengan rasa gatal dan sakit di sekitar alat kelamin. Herpes genitalis adalah “infeksi pada genital yang disebabkan oleh *Herpes Simplex Virus* (HSV) dengan gejala khas berupa *vesikel* yang berkelompok dengan dasar eritema dan bersifat *rekurens*.”³⁵

7) Infeksi *Human Immunodeficiency Virus* (HIV),

HIV disebabkan oleh infeksi HIV 1 atau HIV 2, yang merupakan kelompok retrovirus dalam family *Retroviridae*, genus *lentivirus*.³⁵ Virus ini menular lewat darah dan cairan kelamin baik melalui jarum suntik, ASI, maupun melalui hubungan seksual.

8) *Vaginosis bacterial*,

Vaginosis bakteri disebabkan oleh ketidakseimbangan flora normal dari vagina, memungkinkan timbulnya penyakit yang

disebabkan oleh bakteri. *Lactobacillus sp*, flora normal vagina, digantikan oleh bakteri fakultatif anaerob antara lain didominasi oleh *Mobiluncus species*, *Bacteroides species*, khususnya *Gardnerella vaginalis*.³⁶

9) *Kandidiasis vulvovaginal*,

Penyakit Kandidiasis vulvovaginal dapat disebabkan oleh berbagai bakteri misalnya *Gardnerella vaginalis*, bakteri *Neisseria gonorrhoea*, *Chlamidia sp*, dsb. Penyakit ini merupakan suatu peradangan pada vulva dan vagina yang sering menimbulkan gejala keputihan³⁴ Kandida adalah jamur yang hidup di saluran pencernaan, saluran kemih, dan genital. Gejala yang terjadi jika infeksi terjadi pada vagina adalah gatal-gatal pada bagian kemaluan terutama pada malam hari serta keluarnya cairan vagina berwarna pekat seperti keju sampai dengan keruh encer.³⁵

10) Infertilitas

Infertilitas biasa juga disebut ketidakmampuan menghasilkan keturunan. Suatu pasangan disebut infertil bila setelah satu tahun menikah tanpa kontrasepsi tidak mendapatkan keturunan. Pada wanita infertilitas disebabkan oleh gangguan pembentukan ovum karena kerusakan pada ovarium yang disebabkan infeksi toksin, sinar radio aktif, penyumbatan *tuba fallopi* gangguan pada rahim dan serviks.³⁴

11) Gangguan menstruasi

Gangguan atau penyakit ini bisa berupa amenore primer dan juga amenore sekunder. Gangguan menstruasi dapat diakibatkan oleh berbagai faktor, antara lain gangguan hormonal pada *hypothalamus-hypophise*, gangguan pada ovarium dan gangguan pada rahim.³⁴

12) *Dysmenorrhoea*

Dysmenorea berasal dari bahasa Yunani. *Dys* berarti sulit, nyeri atau abnormal; *meno* berarti bulan; *rhea* berarti aliran. *Dysmenorrhoea* merupakan rasa nyeri yang terjadi sewaktu menstruasi yang sering disebabkan oleh prostaglandin yang disekresikan oleh endometrium.³⁴

e. Pengobatan dan pencegahan *pruritus vulvae*

Pengobatan *pruritus vulvae*, dengan melakukan perawatan dasar berkelanjutan termasuk menghindari faktor pencetus dan pemicu potensial, seperti penggunaan cairan/produk pembersih. Untuk pengobatan dengan salep dengan kandungan lemak tinggi dan dianjurkan untuk tidak menggunakan pakaian terlalu ketat dan mencukur bulu kemaluan serta dalam pengobatan *pruritus vulvae* juga terdapat pengobatan secara oral yang dianjurkan dokter.³⁷

Hal yang dapat dilakukan untuk mengobati atau mencegah kejadian *pruritus vulvae* adalah dengan menerapkan langkah-

langkah kebersihan diri yang baik, menghindari hal-hal yang dapat menyebabkan iritasi atau infeksi.³⁸ Beberapa dasar yang dapat dilakukan untuk mencegah *pruritus vulvae* (Vanessa Ngan, 2020):

- 1) Melakukan basuh alat genitalia dengan gerakan dari depan ke belakang baik setelah buang air kecil atau buang air besar.
- 2) Mengganti celana dalam sesering mungkin, terutama jika sudah lembab atau kotor.
- 3) Menggunakan celana dalam berbahan katun yang nyaman dan tidak ketat.
- 4) Menghindari penggunaan sabun yang keras pada alat genitalia.
- 5) Mengeringkan vulva dengan handuk bersih setelah mandi secara perlahan, jangan digosok kuat.
- 6) Membasuh tangan dengan sabun tangan sebelum dan sesudah memegang daerah kewanitaannya.
- 7) Saat menstruasi hindari pembalut yang dapat menyebabkan iritasi.
- 8) Mengganti pembalut minimal 4 jam sekali atau segera ganti pembalut jika dirasa sudah penuh².

2. Perilaku *menstrual hygiene*

a. Pengertian *menstrual hygiene*

UNICEF dan WHO mendefinisikan manajemen kebersihan menstruasi sebagai wanita dan remaja putri yang melakukan manajemen kebersihan menstruasi secara bersih dan memiliki akses fasilitas untuk melakukan kebersihan tersebut.³⁹

Menstrual hygiene adalah tindakan kebersihan dan kesehatan diri khususnya perempuan selama menstruasi.⁴ Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) adalah pengelolaan menstruasi yang baik mengacu kepada praktik penggunaan bahan bersih untuk menyerap darah menstruasi yang dapat diganti secara aman, bersih, dengan privasi yang terlindungi, dan sesering yang dibutuhkan selama siklus menstruasi.⁴⁰⁴¹ *Personal hygiene* menstruasi merupakan komponen hygiene perorangan yang memegang peran penting dalam menentukan status kesehatan, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi. Oleh karena itu kebersihan alat genitalia kelamin harus lebih dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR).¹¹

Menstrual hygiene adalah *personal hygiene* yang sangat penting bagi perempuan karena menentukan kesehatan reproduksi para perempuan agar terhindar dari infeksi yang dapat terjadi.⁴² *Personal hygiene* menstruasi adalah kebersihan diri seorang

wanita ketika menstruasi yang bertujuan untuk mencegah penyakit serta meningkatkan perasaan sejahtera.⁴³

Pengetahuan yang kurang tentang kebersihan menstruasi juga disebabkan oleh usia remaja, pendidikan, ekonomi keluarga dan keterpaparan informasi baik dari lingkungan rumah ataupun sekolah. Peran keluarga terutama ibu sangat penting dalam pemberian informasi. Ibu adalah sumber informasi pertama tentang menstruasi, sehingga terhindar dari pemahaman yang salah mengenai kebersihan menstruasi dan kesehatan reproduksi. Remaja perlu diberikan informasi yang baik dan positif melalui orangtua, teman sebaya, guru sekolah.⁴⁴

Menstrual hygiene memungkinkan masalah kesehatan masyarakat khusus perempuan untuk mencapai agenda nasional dan internasional.⁴⁵ *Menstrual hygiene* di seluruh dunia bergantung pada status sosial ekonomi individu, preferensi pribadi, tradisi dan kepercayaan lokal, dan akses ke sumber air dan sanitasi.^{46,47}

Mempelajari tentang *menstrual hygiene* merupakan aspek penting dari pendidikan kesehatan di kalangan wanita menstruasi untuk menghindari efek buruk jangka panjang di masa depan dari kebersihan menstruasi yang buruk praktik yang menyebabkan kelahiran prematur, lahir mati, keguguran, masalah infertilitas,

sindrom syok toksik, karsinoma serviks, sebagai komplikasi infeksi saluran reproduksi berulang.⁴⁸⁴⁹

b. Hal-hal yang diperhatikan dalam perilaku *menstrual hygiene*

Pengetahuan dan perilaku yang tidak memadai, kurangnya akses ke bahan sanitasi yang berkualitas, pantangan seputar menstruasi dan *menstrual hygiene*, dan fasilitas air, sanitasi dan kebersihan (WASH) yang buruk adalah tantangan yang dapat berdampak negatif.⁵⁰

Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam manajemen kebersihan dalam menstruasi:

1) Kebersihan tubuh

Kebersihan tubuh pada saat menstruasi juga sangat penting diperhatikan, dan sebaiknya mandi 2 kali sehari, dengan sabun biasa, pada saat mandi organ reproduksi terluar perlu cermat dibersihkan. Cara membersihkan daerah kewanitaan yang terbaik adalah membasuhnya dengan air bersih, selain itu yang harus diperhatikan ketika membasuh daerah kewanitaan, terutama setelah buang air besar (BAB), yaitu dengan membasuhnya dari arah depan ke belakang (dari vagina ke arah anus), bukan sebaliknya.⁵¹ Saat membersihkan alat kelamin, tidak perlu menggunakan cairan pembersih karena cairan tersebut akan makin merangsang bakteri yang menyebabkan infeksi. Apabila menggunakan sabun,

sebaiknya gunakan sabun lunak (dengan pH 3,5) misalnya sabun bayi yang biasanya ber pH netral.⁵²

2) Kebersihan pakaian sehari-hari

Mengganti pakaian setiap hari adalah penting dikarenakan pasti banyaknya aktifitas yang dilakukan dan menimbulkan keringat pada tubuh, terutama pada celana dalam. Saat menstruasi celana dalam diwajibkan untuk diganti saat celana dalam terasa sudah lembab atau kotor terkena bercak darah.⁵³ Serta penggunaan celana dalam sangat diperhatikan jangan menggunakan celana dalam yang ketat karena dapat membuat area kewanitaan iritasi diakibatkan sirkulasi udara yang tidak lancar.⁵⁴

3) Kebersihan celana dalam

Saat menstruasi disarankan untuk mencuci celana dalam menggunakan air hangat dikarenakan jika terdapat bercak darah pada celana dalam dapat dengan mudah hilang, serta dengan menambahkan sabun mandi atau mild, jangan mencuci celana dalam dengan deterjen karena dapat mengubah sifat dari celana dalam dan berpengaruh terhadap daerah kewanitaan wanita.⁵⁵

4) Pemanfaatan pembalut

Penggunaan sanitasi pembalut dan mencuci area genital yang memadai sangat penting selama menstruasi.³ Dalam pemanfaatan pembalut meliputi beberapa bahasan yaitu:

a) Penjagaan kebersihan pembalut

Pada masa awal menstruasi, biasanya darah yang keluar banyak maka diperlukan penggantian pembalut lebih dari 3 kali sehari. Sehingga, jika tidak secara berkala diganti, bakteri akan berkembang dan membuat daerah kewanitaan bermasalah.⁵⁶

b) Pemilihan pembalut

Kesalahan memilih pembalut bisa berakibat iritasi kulit, alergi, hingga penyakit kulit dan infeksi. Pembalut yang baik adalah yang memiliki permukaan halus dan berdaya serap tinggi.⁵⁷

c) Pembalut sekali pakai

Pembalut wanita adalah produk yang berbentuk lembaran/pad terbuat dari bahan selulosa atau sintetik yang digunakan untuk menyerap cairan menstruasi atau cairan dari vagina. Bahan baku pembalut wanita yang diizinkan untuk digunakan harus menggunakan metode EFC atau TFC tersebut di atas dan tidak diperbolehkan menambahkan klorin selama proses produksi.⁵⁸

d) Pembalut cuci ulang

Pembalut cuci ulang atau pembalut yang terbuat dari bahan kain memiliki kemungkinan terdapat kandungan kimiawi. Jadi diharapkan para perempuan sebelum menggunakan pembalut ini dicuci bersih terlebih dahulu, lalu bisa di setrika guna melakukan steril untuk pembalut.⁵⁹

Beberapa tambahan yang harus diperhatikan untuk menstrual hygiene:

1) Perawatan kulit dan wajah

Pada saat menstruasi kelenjar *sebaceous* akan meningkat sehingga produksi keringat meningkat, oleh sebab itu mencuci muka dua sampai tiga kali sehari dapat membantu mencegah timbulnya jerawat.

2) Kebersihan rambut

Mitos tidak boleh mencuci rambut ketika menstruasi. Membersihkan diri, termasuk mencuci rambut, saat menstruasi justru sangat diperlukan dan tidak dilarang. Bahkan, mandi dan keramas setiap hari ketika menstruasi membantu membuat badan terasa segar serta melindungi tubuh dari bakteri, infeksi, dan bau.⁶⁰

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi *personal hygiene*

Menurut Tarwoto dan Wartonah dalam Nugraheni (2019) perilaku *personal hygiene* saat menstruasi memiliki beberapa faktor yang mempengaruhi seperti:

1) Citra tubuh (*body image*)

Seseorang yang memiliki perilaku *personal hygiene* yang baik maka gambaran terhadap dirinya juga baik, dan sebaliknya karena pandangan seseorang terhadap dirinya sangat berpengaruh pada *hygiene* seseorang.

2) Praktik sosial

Pada masa remaja biasanya praktik sosial sangatlah berpengaruh seperti, mencontoh temannya yang berperilaku *hygiene* yang baik.

3) Status sosial ekonomi

Dalam melakukan *personal hygiene* yang baik dibutuhkan sarana dan prasarana. Pasti membutuhkan dana untuk perlengkapan kebersihan diri seperti, sabun, sampo, pasta gigi, sikat gigi, dan lainnya.

4) Pengetahuan dan motivasi

Pengetahuan dan adanya motivasi merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi dalam melakukan *personal hygiene*. Jika seseorang tersebut memiliki pengetahuan yang baik terkait *personal hygiene* maka perilaku *personal hygiene*

orang tersebut dapat meningkatkan kesehatan dirinya. Seorang yang memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang kebersihan saat menstruasi dan praktik yang aman maka dapat mengurangi atau mencegah terhadap Infeksi Saluran Reproduksi dan konsekuensinya. Oleh karena itu, bertambahlah pengetahuantentang menstruasi sejak masa kanak-kanak dapat meningkat praktek yang aman dan dapat membantu dalam mengurangi penderitaan yang mungkin dapat terjadi.⁶¹ Seseorang harus termotivasi pada sesuatu atau seseorang untuk melakukan *personal hygiene* yang baik.⁶²

5) Budaya

Dalam melakukan kebersihan diri budaya di lingkungan sekitar juga berpengaruh. Setiap lingkungan pastinya memiliki budaya yang berbeda-beda yang dapat memberikan pengaruh saat melakukan perawatan kebersihan diri.

6) Kebiasaan

Kebiasaan untuk melakukan sesuatu pastinya sangat berpengaruh pada kebersihan diri seperti kebiasaan kapan waktu mandi, melakukan perawatan rambut dengan menggunakan sampo.

7) Kondisi fisik

Jika seseorang memiliki keterbatasan fisik maka dalam melakukan perawatan diri seseorang tersebut membutuhkan bantuan orang lain.

d. Dampak pada masalah *menstrual hygiene*

Menurut Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat Kemenkes RI (2017) jika tidak melakukan manajemen kebersihan menstruasi maka dapat menimbulkan beberapa dampak seperti berikut:

1) Dampak terhadap kesehatan

Menjaga kebersihan tubuh pada saat menstruasi, dengan mengganti pembalut sesering mungkin dan membersihkan bagian vagina dan sekitarnya dari darah, akan mencegah perempuan dari penyakit infeksi saluran kencing, infeksi saluran reproduksi, dan iritasi pada kulit. Dampak yang bisa terjadi karena kebersihan yang buruk selama menstruasi salah satunya iritasi atau gatal pada sekitar vulva dan lubang vagina (*pruritus vulvae*)

2) Dampak terhadap pendidikan

Beberapa siswi melakukan bolos sekolah dengan beralasan menstruasi seperti *dismenorea* atau nyeri haid, ketidakhadiran siswi perempuan di sekolah membuat mereka ketinggalan pelajaran. Sekolah tidak menyediakan obat pereda nyeri, tidak

tersedianya air untuk membersihkan diri dan rok yang ternoda darah, tidak tersedianya pembalut cadangan ketika dibutuhkan, dan tidak tersedianya tempat sampah dan pembungkus untuk membuang pembalut bekas. Serta beberapa teman laki-laki kadang mengejek.³⁰

3) Dampak terhadap partisipasi sosial

Adanya larangan saat menstruasi seperti larangan bermain di luar yang membuat para perempuan membatasi aktivitasnya.

4) Dampak terhadap lingkungan

Masih kurangnya tempat pembuangan untuk sampah pembalut yang membuat para wanita membuang ke kloset atau sembarangan di jamban sehingga jamban dan kloset tidak dapat dipergunakan kembali serta membuat lingkungan jamban terlihat kotor.⁴⁰

3. Konsep Remaja

a. Definisi remaja

Remaja (*adolescent*) berasal dari bahasa Lat in “*adolèscèntia*”. Definisi remaja sebagai usia 10-19 tahun berasal dari pertengahan abad ke-20, ketika pola pertumbuhan remaja dan waktu transisi peran sangat berbeda dengan pola modern di banyak tempat. Masa remaja awal (10-14 tahun) merupakan masa utama perkembangan dan perubahan sosial untuk anak perempuan berusia 10-14 tahun. Pada masa remaja awal dapat

melakukan investasi awal yaitu kesehatan, gizi dan pendidikan dasar

Masa remaja adalah suatu periode peralihan yaitu masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang diartikan anak harus meninggalkan segala sesuatu yang bersifat kekanak-kanakan. Masa remaja merupakan masa mereka membutuhkan pengakuan akan kemampuannya dari orang lain. Masa remaja merupakan periode perubahan yang sangat pesat baik dalam perubahan fisiknya maupun perubahan perilakunya.⁶³

b. Perkembangan remaja

Prinsip perkembangan remaja adalah perkembangan sebagai fungsi interaksi antara organisme dengan lingkungan, perkembangan berlangsung lebih cepat pada tahun-tahun pertama, pengaruh kematangan terhadap hasil-hasil latihan, pola tingkah laku berkembang secara berurutan.⁶⁴

Menurut (Ekasari, 2022) terdapat beberapa perkembangan yang terjadi pada masa remaja yaitu:

1) Perkembangan biologis

Perkembangan biologis terdiri dari beberapa pertumbuhan dan perubahan yang dapat terjadi pada remaja yaitu seperti:

a) Perubahan hormon seks pubertas

Hormon yang paling berperan penting dalam mengatur perubahan adalah *androgen* pada laki-laki dan *estrogen* pada perempuan, serta beberapa hormon lain seperti hormon *gonatropin*, *progesterone* dan *testosterone*.⁶⁵ Masa remaja bagi seorang wanita mengalami banyak perubahan baik perubahan secara fisik maupun secara mental. Pada wanita sebelum memasuki usia remaja akan memasuki masa pubertas terlebih dahulu. Datangnya menstruasi adalah salah satu tanda perempuan memasuki masa pubertas.⁶⁶

b) Pertumbuhan fisik

Tinggi badan akan bertambah sekitar 24-36% selama periode 24 hingga 36 bulan. Pertumbuhan fisik laki-laki dimulai saat berusia 13-14 tahun dan berakhir di usia 20 tahun, sedangkan pertumbuhan fisik perempuan terjadi pada usia 17-19 tahun.

c) Perubahan fisiologis

Terjadinya peningkatan pada volume darah, tekanan darah sistolik, dan juga volume pernapasan dan kapasitas vital.

2) Perkembangan psikososial

Tekanan sosial dapat mengakibatkan emosi pada remaja akan meningkat dan akan mengalami perubahan sikap dan tingkah laku remaja setiap tindakannya.

3) Perkembangan kognitif

Pada remaja akan lebih fokus pada pengambilan keputusan baik di rumah ataupun lingkungan sekolah. Remaja akan memperlihatkan cara berpikir logis, menggunakan istilah sendiri, pandangan dalam memilih teman, hobby, dan berpenampilan.

4) Perkembangan Intelek Usia Remaja

Intelektual pada remaja ditandai dengan kemampuan remaja untuk berpikir seperti memikirkan kemungkinan-kemungkinan, remaja telah mampu berfikir ilmiah, serta memiliki ide-ide yang logis.⁶⁷

c. Tahap-tahap perkembangan remaja

Secara umum tahap perkembangan masa remaja dibagi menjadi 3 bagian yaitu:

1) Masa remaja awal (10-12 tahun)

Tahap remaja awal adalah tahap dimana penerimaan terhadap bentuk dan kondisi fisik serta adanya konformitas yang kuat dengan teman sebaya. Remaja pada masa ini cenderung tidak menyetujui nilai-nilai hidup orang tuanya, sehingga

menunjukkan sikap protes terhadap orang tuanya. Merasakan keterikatan dan kebersamaan dengan kelompok seusia dalam upaya mencari kelompok senasib, daya kemampuan berfikir seorang remaja mulai berkembang, remaja merasa cemas akan perubahan dalam dirinya, perilaku demikian menunjukkan bahwa dalam diri remaja terdapat konflik yang memerlukan perhatian dan penanganan yang bijaksana.⁶⁸

2) Masa remaja pertengahan (13-15 tahun)

Pada masa ini remaja mulai mengembangkan kematangan tingkah laku, membuat keputusan-keputusan awal yang berkaitan dengan tujuan vokasional yang ingin dicapai. Hubungan dengan kawan dari lawan jenis mulai meningkat pentingnya, fantasi dan fanatisme terhadap berbagai aliran misalnya mistik, musik dan lainnya.

3) Masa remaja akhir (16-19 tahun)

Masa ini ditandai oleh persiapan akhir untuk memasuki peran peran orang dewasa. Remaja mulai merasakan kebebasan, tetapi juga merasa kurang menyenangkan, dan terjadi pengembangan akan cita-cita masa depan.

d. Karakteristik perkembangan remaja berdasarkan umur

Menurut karakteristik perkembangan dalam masa remaja menurut umur dapat dipisahkan ke dalam tiga tahap secara berurutan, yaitu:

- 1) Tahap pertama, pada masa remaja awal adalah terjadi ketidakseimbangan proporsi tinggi dan berat badan, timbul ciri-ciri seks sekunder, reaksi dan emosi masih cukup stabil, dan mulai mengembangkan standar dan harapan terhadap diri sendiri.⁶⁹
- 2) Tahap kedua, pada masa remaja pertengahan adalah timbul rasa takut karena menimbulkan pertentangan dengan orang tua, sudut pandang terhadap sesuatu seperti cermin.⁷⁰
- 3) Tahap ketiga, pada masa remaja akhir adalah sudah mencapai hubungan yang matang dengan teman sebaya, mampu menerima keadaan fisik dan menggunakan secara efektif, mampu mengembangkan keterampilan intelektual, mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial, dan mengembangkan wawasan, serta religiositas.⁷¹

e. Perubahan Fisik pada Remaja

Perubahan fisik yang terjadi pada periode pubertas berlangsung dengan sangat cepat dalam *sekuens* yang teratur dan berkelanjutan.⁶⁴ Faktor Perubahan fisik remaja yang terjadi pada saat pubertas merupakan pengaruh antara faktor genetik dan

lingkungan. Berbagai faktor seperti nutrisi, sikap sosial, ukuran keluarga dan olahraga dapat mempengaruhi proses pubertas.

Menurut Hurlockr dalam Ayu (2018) perubahan fisik pada remaja ini terjadi pada awal masa remaja atau masa pubertas, yaitu sekitar umur 11-15 tahun pada wanita dan 12-16 tahun pada pria.⁶⁷ Menurut Al-Faruq (2021) dalam perubahan yang terjadi pada remaja dengan aspek fisik meliputi:

1) Perubahan dalam tinggi dan berat badan

Perubahan remaja dalam aspek fisik pastinya mengenai perubahan tinggi dan berat badan pada remaja tersebut. Pada remaja putri rata-rata mengalami peningkatan tinggi per tahun sebelum haid sekitar 3 sampai 6 inci, sementara untuk peningkatan berat badan terjadi sesaat sebelum dan sesudah haid.

Pada remaja laki-laki, untuk pertumbuhan rata-rata saat berusia 12 sampai 15 tahun dan puncaknya pada 14 tahun. Sedangkan untuk pertumbuhan berat badan pada remaja laki-laki mencapai puncaknya pada usia 16 tahun, setelah itu pertumbuhannya hanya sedikit.

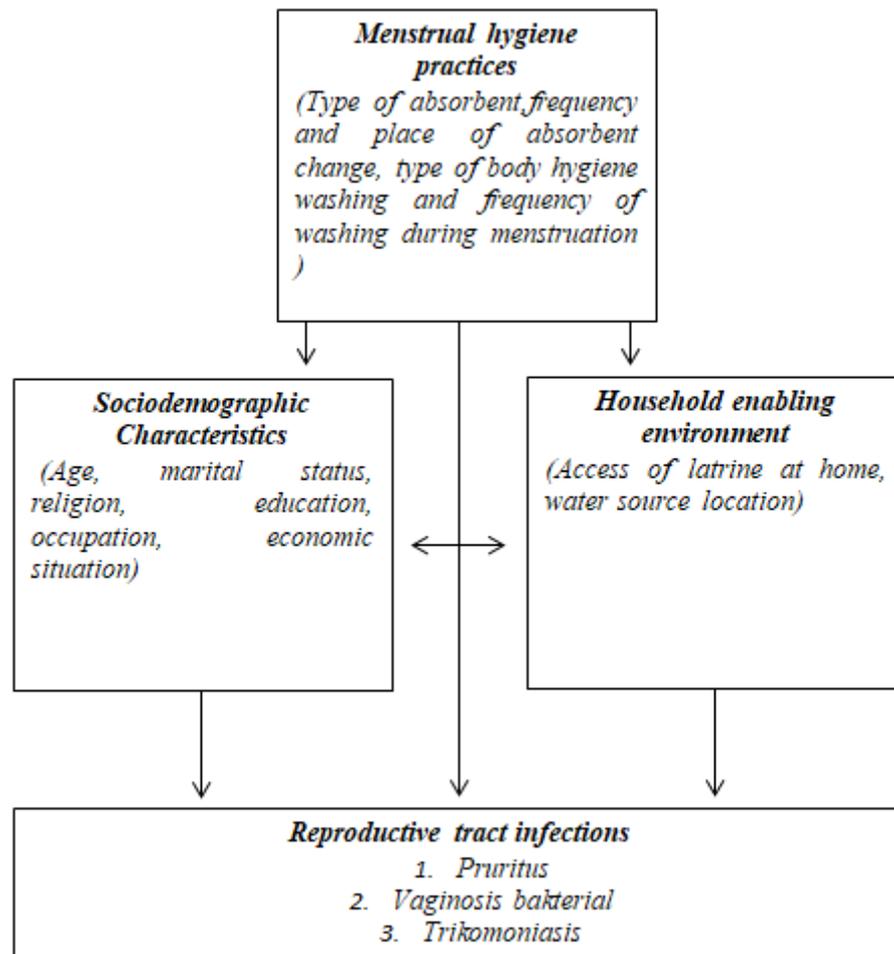
2) Perubahan organ-organ tubuh lainnya

Tabel 2. Perubahan tubuh remaja

Laki-laki	Perempuan
<p>Rambut Rambut kemaluan timbul setahun setelah testis dan penis mulai membesar. Rambut ketiak timbul setelah rambut kemaluan hampir selesai, demikian pula dengan rambut pada tubuh lainnya.</p>	<p>Rambut Rambut kemaluan timbul setelah panggul dan payudara mulai berkembang. Rambut ketiak timbul setelah haid.</p>
<p>Kulit Kulit menjadi kasar, tidak jernih warna pucat, dan pori-pori meluas.</p>	<p>Kulit Kulit menjadi lebih kasar, lebih tebal, agak pucat, pori-pori bertambah besar.</p>
<p>Otot Otot bertambah besar dan kuat sehingga memberikan bentuk pada lengan, tungkai kaki dan bahu</p>	<p>Otot Otot bertambah besar dan kuat terutama pada pertengahan dan menjelang akhir masa puber.</p>
<p>Kelenjar Kematangan kelenjar seks pada usia 14-15 tahun</p>	<p>Kelenjar Kematangan kelenjar seks pada usia 11/12 tahun – 14/15 tahun biasanya pertumbuhan ini lebih cepat pada remaja putri dibandingkan dengan remaja putra</p>

Sumber: Psikologi Perkembangan, 2021

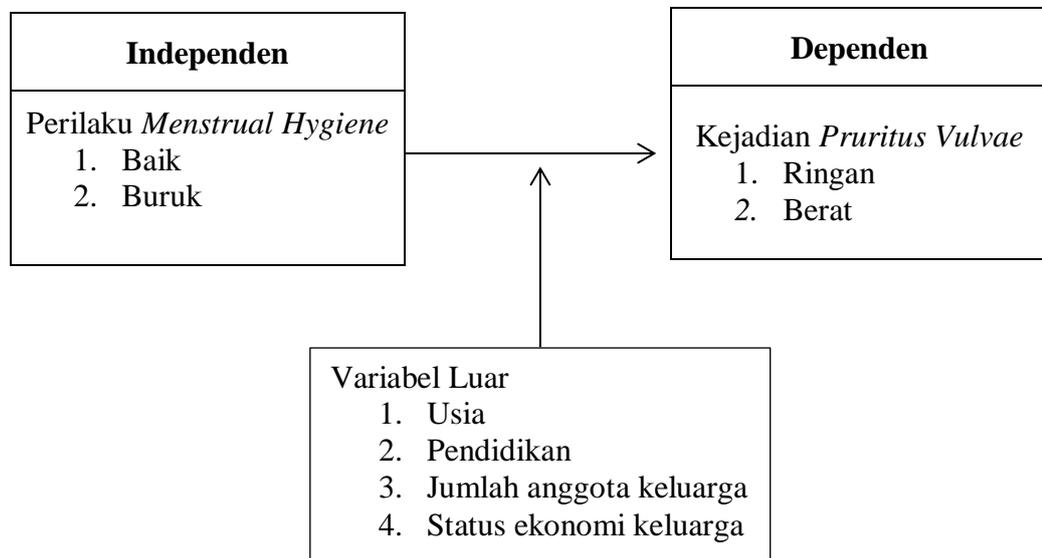
B. Kerangka Teori



Gambar 1. Kerangka Teori

Sumber: Torondel et al. BMC Infectious Diseases (2018) 18:473, *A Conceptual Framework With Three Groups Of Risk Factors: Sociodemographic Characteristics, MHM Practices And WASH Access Variables*

C. Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian

D. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian adalah: terdapat hubungan perilaku *menstrual hygiene* dengan kejadian *pruritus vulvae* pada remaja di Pondok Pesantren Yatim Dhuafa' Madania.