

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan tahap perkembangan psikologis yang potensial dan rentan, dikenal dengan fase mencari jati diri, karena di fase ini mereka sudah tidak bisa dikatakan anak-anak namun belum bisa dikatakan sebagai golongan orang yang sudah dewasa, dan pada fase ini remaja belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fungsi fisik maupun psikisnya (Tri & Ratri, 2019). Remaja memiliki beberapa tugas perkembangan salah satunya yaitu mampu menerima keadaan fisiknya, sehingga perkembangan bagi remaja untuk bisa menerima keadaan fisik atau citra tubuh (*body image*) merupakan hal yang penting untuk memenuhi tugas perkembangannya, jika remaja tidak mampu menerima *body image* yang dimiliki, dapat mempengaruhi perilaku atau tindakan sehari-hari seperti kepercayaan diri, perilaku diet, pola makan, dan lain-lain (Ramanda dkk., 2019).

Menurut *World Health Organization* (WHO) (2022) remaja merupakan fase antara masa kanak-kanak dan dewasa dalam rentang usia antara 10 hingga 19 tahun. Sedangkan pada Peraturan Menteri Kesehatan RI N0.25, remaja merupakan penduduk dalam rentang usia antara 10 hingga 18 tahun (Kemkes.go.id, 2018). Selain itu, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengatakan, rentang usia remaja ialah 10 hingga 24 tahun dan belum menikah, maka dapat diartikan remaja

ialah masa pergantian dari anak-anak menuju dewasa (Brief Notes Lembaga Demografi FEB UI, 2020).

Menurut WHO (2022) jumlah kelompok usia remaja di dunia berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk di dunia. Sedangkan menurut hasil sensus penduduk tahun 2020 melalui Badan Pusat Statistik (BPS) Nasional Indonesia diperoleh data penduduk Indonesia pada bulan September 2020 sebanyak 270,20 juta jiwa, dengan prevalensi remaja pada rentang usia 8-23 tahun berjumlah 27,94%. Kota Yogyakarta jumlah penduduk remaja usia 10-19 tahun sebanyak 63.436 yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 32.330 dan perempuan sebanyak 31.106 (Dinas Kependudukan, 2021).

Awal masa remaja kebanyakan anak putri mengalami menstruasi pertama kali atau *menarche* dan biasanya menstruasi tiap anak pasti berbeda baik itu durasi menstruasi, banyaknya darah yang keluar saat menstruasi dan juga siklus menstruasinya (Sinaga dkk., 2017). Siklus menstruasi berkisar antara 27 sampai dengan 30 hari, yang umumnya adalah 28 hari. Artinya masa menstruasi akan terjadi setiap 28 hari sejak masa menstruasi pertama atau *menarche* sampai masa berhentinya menstruasi secara permanen atau *menopause*. Masa menstruasi umumnya berlangsung sekitar 3-6 hari namun ada juga yang hanya 1-2 hari atau juga ada yang sampai 7 hari dan ini masih dianggap normal bila periode menstruasi yang dialami memang seperti itu.

Menstruasi yang berlangsung selama beberapa hari tersebut perempuan harus menjaga kebersihan dirinya atau *personal hygiene*.

(Yusiana & Silvianita, 2016). *Personal hygiene* saat menstruasi adalah kebersihan diri seorang wanita ketika menstruasi yang bertujuan untuk mencegah penyakit serta meningkatkan perasaan sejahtera (Sinaga dkk., 2017). Banyak remaja kurang memperhatikan masalah kebersihan genitalia atau *personal hygiene* di daerah genitalia (Agra, 2016).

Dampak yang sering terjadi akibat kurang menjaga kebersihan genitalia saat menstruasi akan mengakibatkan area genitalia mengalami infeksi, gatal-gatal, kemerahan pada area sekitar, keputihan, timbulnya bau yang tidak sedap. Akibat lainnya yang muncul jika tidak menjaga kebersihan bagian genitalia pada saat menstruasi, remaja berisiko mengalami demam, terjadi peradangan pada area vagina, mengalami keputihan, dan bagian bawah perut akan terasa sakit serta terasa panas (Handayani, 2018). Apabila hal ini terus terjadi dan berlangsung lama, akan menimbulkan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) yang menjadi risiko besar terkena kanker pada leher rahim, risiko terjadinya kehamilan diluar kandungan, saluran telur terjadi penyempitan, serta endometriosis (Irianto, 2015).

Angka kejadian infeksi saluran reproduksi tertinggi di dunia adalah pada usia remaja (35%-42%) dan dewasa muda (27%-35%). Penelitian Teresina dan Hario (2018), menyatakan bahwa masih terdapat 53,3% remaja putri yang memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang *personal hygiene* menstruasi. Penelitian Sih dan Maulina (2019), menyatakan bahwa sebanyak 57,1% remaja putri memiliki pengetahuan

baik tentang *personal hygiene* pada organ reproduksi. Menurut WHO *Regional Office for South-East Asia* pada tahun 2018, *higiene* individu atau *personal* dan sanitasi berada pada nomer 3 dan kesehatan reproduksi berada pada nomer 8 dalam sepuluh faktor risiko utama penyebab kesakitan/kematian pada usia remaja.

Penelitian yang dilakukan di Mesir oleh Ramaiah (2016), studi mengenai kebersihan menstruasi pada perempuan ditemukan bahwa antara perempuan 15,3% menggunakan pembalut sekali pakai, sekitar 42,1 % menggunakan pembalut kapas, dan 39,4% menggunakan pembalut yang terbuat dari bahan kain. Sebaliknya sekitar 25,2% pada perempuan yang belum menikah menggunakan pembalut sebesar 50,5% dan 21% menggunakan kembali kain penyerap yang dapat dicuci. Hanya 3,2 % dari antara kedua kelompok itu menggunakan potongan kain yang dapat dicuci namun langsung dibuang. Perilaku kesehatan mengenai *personal hygiene* sangat penting dilakukan karena jika tidak diterapkan dengan baik maka dapat mengakibatkan ISR, infeksi jamur dan bakteri.

Hasil penelitian Sulaikah (2018), tentang hubungan *personal hygiene* saat menstruasi dengan kejadian pruritus vulvae pada remaja di SMP Pondok Pesantren Darul Mutaqqin Jombang dengan 40 responden. Dari hasil penelitian responden yang berperilaku baik sebanyak 12 responden (30,0%), responden yang berperilaku cukup 26 responden (65%) dan berperilaku kurang sebanyak 2 responden (5%).

Hasil penelitian Fatmaningrum (2018), tentang gambaran perilaku *menstrual hygiene*, yaitu mandi minimal 2 kali sehari 98,2%, keramas 2 hari sekali saat haid 58,3%, tidak pernah keramas saat haid 14%, membasuh kemaluan dengan air bersih 96,5%, mengeringkan kemaluan setelah ceok dengan tissue atau handuk kering 68,6%, membersihkan kemaluan dari depan ke belakang 81,7%, membersihkan kemaluan dengan sabun mandi 23,5%, menggunakan celana dalam menyerap keringat 82,6%, menggunakan celana dalam ketat saat haid 29,5%, mengganti celana dalam minimal dua kali sehari saat menstruasi 90,4%, mengganti segera celana dalam saat terkena darah 80,9%, menggunakan celana luar/rok yang ketat saat menstruasi 43,5%, mengganti pembalut ≥ 4 kali sehari saat darah haid sedang banyak 71,3%, mengganti pembalut 3 kali sehari saat darah sudah berkurang/ sedikit 66%, mengganti pembalut saat sudah penuh darah 80,8%, mengganti pembalut setelah BAK 50,5%, mengganti pembalut setelah BAB 61,8%, mengganti pembalut saat ada gumpalan darah 77,3%, membungkus pembalut bekas dengan plastik sebelum dibuang 91,3%, membuang pembalut bekas di tempat sampah 84,4%, menggunakan pembalut sekali pakai 95,6%, mencuci pembalut bekas sebelum dibuang 77,3%, dan menjemur celana dalam ditempat yang terkena sinar matahari langsung 78,2%.

Hasil penelitian di Desa Hutajulu oleh Lumban Batu (2021), perilaku remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi berdasarkan penggunaan pakaian dalam yaitu berperilaku baik sebanyak 12 orang (20%), cukup 47

orang (78%), dan berperilaku kurang 1 orang (2%). Berdasarkan kebersihan tubuh dan alat kelamin yaitu berperilaku baik 26 orang (43%), cukup 34 orang (57%) dan yang berperilaku kurang 0 orang. Berdasarkan penggunaan pembalut yaitu berperilaku baik 29 orang (48%), cukup 30 orang (50%), dan kurang sebanyak 1 orang (2%). Berdasarkan perawatan kulit wajah dan rambut yaitu baik 3 orang (5%), cukup 56 orang (93%) dan kurang sebanyak 1 orang (2%).

Akibat kurangnya *hygiene* pada organ genitalia prevalensi terjadinya ISR di Indonesia masih cukup tinggi, jumlah penderita ISR di Indonesia adalah 90- 100 kasus per 100.000 penduduk pertahun (Depkes, 2017). Menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI, 2017) Perilaku remaja putri dalam menjaga *hygiene* menstruasi masih buruk, yaitu 69,3%. Penyebabnya karena kurangnya pengetahuan dan informasi tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi. Salah satu akibat kurangnya pemahaman *personal hygiene* genitalia adalah terjadinya gangguan kesehatan reproduksi seperti keputihan, infeksi saluran reproduksi (ISR), penyakit radang panggul (PRP) dan kemungkinan terjadi kanker leher rahim.

Cara mencegah terjadinya ISR, remaja putri harus mengetahui bagaimana perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang benar. Membentuk perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang baik diperlukan pengetahuan yang baik juga tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Kurangnya pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada

remaja putri mengindikasikan bahwa selayaknya remaja putri memperoleh informasi. Pendekatan yang bisa dilakukan diantaranya dari keluarga, kelompok sebaya, institusi sekolah serta kelompok kegiatan remaja yang peduli terhadap pubertas (Yasnani, 2016).

Penelitian yang dilakukan pada siswi Pondok Pesantren Tarbiyatul Banin dan siswi SMP Negeri 1 Talun oleh Malihah (2019) menunjukkan bahwa siswi Pondok Pesantren Tarbiyatul Banin mempunyai pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi dengan kriteria kurang sebanyak 13 responden (14%) dan kriteria baik 82 responden (86%). Pada siswi SMP Negeri 1 Talun memiliki pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi dengan kriteria kurang 4 responden (4%) dan kriteria baik 91 responden (96%).

Peranan pondok pesantren sebagai sebuah lembaga pendidikan yang sangat intensif membahas masalah agama Islam yang berguna bagi masyarakat luas, sudah semestinya membahas seksualitas melalui pendidikan kesehatan reproduksi. Realitanya bahasa kesehatan reproduksi masih tergolong tema yang sangat jarang dan sensitif di kalangan pesantren serta kurang mendapat porsi yang memadai dalam program pendidikan pesantren. Masalah kesehatan reproduksi remaja khususnya mengenai menstruasi sangat penting untuk diinformasikan kepada remaja putri di pesantren. Mengingat bahwa pola kehidupan di pesantren yang mewajibkan santrinya untuk tinggal di pondok selama masa pendidikan dan segala aktivitas sehari-hari dilakukan di area pesantren tidak terkecuali saat

menghadapi menstruasi. Tinggal dalam sebuah pondok yang biasanya terdiri dari enam atau tujuh santri sesama umur didalamnya dengan sarana yang terkadang kurang memadai dapat membuat suatu pola perilaku tertentu terkait dengan kesehatan khususnya saat mereka mengalami menstruasi (Maharani & Andriyani, 2018)

Remaja di pesantren memiliki pengetahuan buruk terhadap *personal hygiene* mencapai 68% (Oktavianti, 2019). Yogyakarta memiliki banyak pondok pesantren salah satunya yaitu pondok pesantren Ali Maksum Krpyak yang berdasarkan *survey* rendahnya pemahaman remaja putri tentang *personal hygiene* karena tidak memperoleh informasi cukup dan benar mengenai *personal hygiene*.

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 1 November 2023 dengan pertanyaan terlampir dapat disimpulkan bahwa siswi kelas XI SMA Pondok Pesantren Ali Maksum Krpyak 6 dari 10 siswi belum paham tentang perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Hal ini menunjukkan karena banyak remaja yang masih menganggap bahwa menstruasi adalah hal yang jarang dibahas didepan umum atau diajarkan secara terbuka. oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti “Gambaran Perilaku *Personal Hygiene* Remaja Putri Saat Menstruasi Pada Kelas XI SMA di Pondok Pesantren Ali Maksum Krpyak Yogyakarta Tahun 2024”.

B. Rumusan Masalah

Personal *hygiene* merupakan tindakan dalam menjaga, merawat, dan memelihara kebersihan seluruh anggota tubuh, salah satunya adalah merawat organ reproduksi saat menstruasi. Masa remaja adalah masa dimana mulainya perubahan fisik seperti perubahan psikis, fisik, serta emosi. Masa ini juga terjadinya peralihan dari masa anak-anak ke masa remaja atau matangnya organ reproduksi yang disebut masa pubertas atau. Salah satu tanda masa pubertas pada perempuan adalah menstruasi. Menstruasi saat pertama kali disebut *menarche*. Sangat penting untuk melakukan *personal hygiene* serta memelihara organ reproduksi. Hal tersebut dikarenakan pembuluh darah saat menstruasi sangat sensitif. Sehingga akan mudah untuk terinfeksi ketika kuman masuk ke dalam saluran rahim dan menimbulkan penyakit pada alat reproduksi. Remaja putri yang belum melakukan perilaku *personal hygiene* dengan benar saat menstruasi dapat menimbulkan timbulnya gangguan pada saluran reproduksi (kemih), kanker serviks, keputihan, dan penyakit reproduksi lainnya. Berdasarkan latar belakang, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut : “Bagaimana gambaran perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi pada kelas XI SMA di Pondok Pesantren Ali Maksum Krapyak?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada kelas XI SMA di Pondok Pesantren Ali Maksum Krapyak Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dalam penelitian ini adalah:

- a. Mengetahui gambaran perilaku remaja putri kelas XI SMA tentang *personal hygiene* saat menstruasi di Pondok Pesantren Ali Maksum Krapyak Yogyakarta berdasarkan penggunaan pakaian dalam.
- b. Mengetahui gambaran perilaku remaja putri kelas XI SMA tentang *personal hygiene* saat menstruasi di Pondok Pesantren Ali Maksum Krapyak Yogyakarta berdasarkan kebersihan tubuh dan genetalia.
- c. Mengetahui gambaran perilaku remaja putri kelas XI SMA tentang *personal hygiene* saat menstruasi di Pondok Pesantren Ali Maksum Krapyak Yogyakarta berdasarkan penggunaan pembalut.
- d. Mengetahui gambaran perilaku remaja putri kelas XI SMA tentang *personal hygiene* saat menstruasi di Pondok Pesantren Ali Maksum Krapyak Yogyakarta berdasarkan perawatan kulit, wajah dan rambut.

D. Ruang Lingkup

1. Lingkup Keilmuan

Lingkup keilmuan dalam penelitian ini adalah ilmu kesehatan reproduksi tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

2. Lingkup Sasaran

Sasaran dalam penelitian ini adalah siswi kelas XI SMA Pondok Pesantren Ali Maksum Krapyak.

3. Lingkup Waktu

Penelitian dilaksanakan pada 20 Februari 2024.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memperkaya pengetahuan pembaca dan menjadi sumber informasi yang bermanfaat tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Ketua Yayasan Pondok Pesantren Ali Maksum Krapyak

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi mengenai gambaran perilaku *personal hygiene* saat menstruasi bagi pihak pondok pesantren kepada remaja putri di Pondok Pesantren Ali Maksum Krapyak Yogyakarta.

b. Bagi Bidan Puskesmas Sewon II

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi tentang perilaku *personal hygiene* saat menstruasi bagi puskesmas wilayah kerja di kecamatan tersebut, terkait pelayanan untuk remaja.

c. Bagi Santri Pondok Pesantren Ali Maksum Krapyak

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi bagi remaja putri mengenai perilaku tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul	Jenis Penelitian	Hasil	Persamaan /Perbedaan
1.	(Mukti dan Riskiawati, 2021)	Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi di Pondok Pesantren Bidayatul Hidayah Taraju Kabupaten Tasikmalaya	Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling sebanyak 47 responden.	Hasil penelitian: responden yang memiliki pengetahuan baik 29 responden (61,7%). Responden yang memiliki pengetahuan cukup 12 responden (25,5%) dan hanya 5 responden (12,8%) yang memiliki pengetahuan kurang. Dan untuk mengatasi tingkat pengetahuan yang masih kurang sangat perlu pendidikan tentang personal hygiene saat menstruasi.	Persamaan: Topik penelitian, desain penelitian. Perbedaan: Tempat, waktu, judul penelitian, Teknik pengambilan sampel.
2.	(Fatmaningrum, 2018)	Gambaran Perilaku <i>Menstrual Hygiene</i> Remaja Putri Kelas X SMA N 1 Depok Tahun 2018.	Jenis penelitian ini menggunakan metode <i>cross sectional</i> , dengan subyek penelitian 115 siswa dengan teknik total sampling.	Siswa dengan kategori <i>hygiene</i> dengan usia diatas 16 tahun (55,7%), <i>menarch</i> usia kurang lebih 12 tahun (60,7%), sudah pernah mendapatkan informasi (54,9%) serta	Persamaan: Topik penelitian, desain penelitian. Perbedaan: Tempat, waktu, judul penelitian, teknik

				sumber informasi yang berasal dari guru (61,9%).	pengambilan sampel.
3.	(Sitorus, 2021)	Gambaran <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi Pada Anak SMA Kesuma Indah Padangsidimpuan Tahun 2021	Teknik pengambilan sampel <i>total sampling</i> dengan jumlah sampel sebanyak 96 orang.	Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 51 orang (53,1%) dengan hasil cukup dalam melakukan <i>personal hygiene</i> saat menstruasi pada anak SMA Kesuma Indah Padangsidimpuan.	Persamaan: Topik penelitian. Perbedaan: Tempat, waktu, judul penelitian, teknik pengambilan sampel.
4	(Oktavianti, 2019)	Tingkat Pengetahuan Tentang <i>Personal Hygiene</i> Pada Remaja Putri Kelas XI Aliyah Di Pondok Pesantren Ali Maksum Krpyak Yogyakarta Tahun 2019	Jenis penelitian deskriptif, desain <i>cross sectional</i> . Subjek penelitian 60 remaja putri pondok pesantren Ali Maksum Krpyak Yogyakarta. Penelitian menggunakan kuesioner. Analisis data univariate.	Hasil penelitian: responden berpengetahuan baik lebih banyak pada responden yang orangtuanya memiliki pendapatan tinggi (26,7%), sedangkan berpengetahuan cukup lebih banyak pada responden dengan orangtua yang memiliki pendapatan tinggi (13,3%) dan berpengetahuan kurang lebih banyak pada responden dengan orangtua yang memiliki pendapatan tinggi (1,7%).	Persamaan: Topik penelitian, desain penelitian. Perbedaan: Waktu penelitian, judul penelitian, tempat penelitian.