

# **BAB I**

## **PENDAHULUNAN**

### **A. Latar Belakang**

Remaja adalah individu yang mengalami pubertas di mana terjadi perubahan-perubahan dari kecil menuju masa dewasa. Adapun ciri-ciri masa remaja adalah dengan berubahnya bentuk fisik, psikolog serta sudah matangnya reproduksi. Di masa remaja ini, salah satu tanda primer adalah pubertas yakni terjadinya mens yang pertama kali keluar (Menarche). Pada saat kali pertama sehabis darah mens keluar untuk pertama kalinya, siklus dan waktu menstruasi tidak akan mulai teratur sepenuhnya. Pada masa pubertas kebanyakan dimulai pada umur (8 sampai 10 tahun) dan akan mulai berhenti pada usia dibawah 16 tahun (WHO, 2015) melihat dari peraturan menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja dikategorikan dari rentang umur (10-18) tahun dan menurut Badan kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang umur remaja berkisaran dari usia 10-24 tahun dan belum berkeluarga (Infodatin Reproduksi Remaja, 2020) . Masa remaja adalah masa peralihan atau masa perubahan dari anak-anak menuju masa remaja. Di masa perubahan ini terjadi begitu cepat pertumbuhan serta perkembangan baik itu fisik maupun mental pada remaja (Diananda, 2018).

Salah satu tahapan yang biasanya terjadi secara alami pada seorang wanita adalah menstruasi. Menstruasi dapat diartikan juga sebagai keluarnya darah secara rutin dari dalam Rahim Yang terjadi pada setiap bualannya dan merupakan sebagai pertanda organ kandungan seseorang sudah sudah siap untuk bereproduksi. Pada umumnya, para wanita yang sedang mengalami menstruasi untuk yang pertama kali (menarche) terjadi pada kisaran usia 12-16 tahun. Siklus menstruasi yang normal biasanya akan terjadi setiap 22 sampai 35 hari sekali dengan lamanya menstruasi kira-kira selama 2 sampai 7 hari saja (Kusmiran, 2012). Akan tetapi, pada masa milenial sekarang ini tidak menutup kemungkinan menstruasi terjadi sejak dini yaitu di bawah umur 10 tahun. Berdasarkan research di luar

negeri, sekitar 15 dari 100 ribu anak yang menstruasi cepat (di bawah umur 10 tahun) semakin banyak (Desideria, 2017). Semakin meningkatnya angka remaja putri yang mengalami menarche pada usia dini, seharusnya juga harus diimbangi dengan pengetahuan menstruasi sejak dini pula. Agar mereka dapat mempersiapkan diri secara emosi dan psikologi ketika masa menstruasi terjadi (Notoadmodjo 2012)

Menstruasi bisa menjadi sesuatu hal yang merepotkan bagi anak perempuan, karena pada umumnya disebabkan karena kurang atau minimnya pengetahuan mengenai menstruasi. Biasanya orang takut melihat darah, apalagi pada anak-anak. Ketidaktahuan itu dapat menyebabkannya keliru, lalu mengaitkan menstruasi dengan penyakit lain atau luka bahkan melihatnya sebagai suatu hal yang memalukan, karena tidak mendapatkan penjelasan dan informasi yang benar. Sangat banyak sekali cerita yang berkembang dan menyebar dikalangan masyarakat tentang menstruasi yang bahkan kebenarannya belum tentu benar dalam pengujian ilmiah. Salah satu mitos yang sering terdengar adalah bahwa remaja yang sedang menstruasi biasanya dianggap sedang kotor dan sakit. Padahal realitanya menstruasi tidak membuat remaja perempuan menjadi kotor dan sakit (Soetjiningsih,2011).

Pada saat remaja putri sudah memulai menstruasi, hal utama yang harus di perhatikan adalah kebersihan disaat menstruasi (Personal Hygiene). Hal ini disebabkan saat masa haid pembuluh darah akan sangat mudah sekali terinfeksi, karena pada saat itu bakteri akan sangat mudah sekali masuk. sehingga menyebabkan penyakit saluran reproduksi. (Kusmiran, 2012). Pada saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terinfeksi. Kebersihan alat kelamin harus lebih dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) (Yuni, 2015).

Setiap wanita memiliki pengalaman menstruasi yang berbeda-beda. Beberapa wanita mendapatkan menstruasi tanpa keluhan, tetapi tidak sedikit juga dari mereka yang mendapatkan menstruasi disertai dengan

keluhan sehingga mengakibatkan rasa ketidaknyamanan. Adapun gejala – gejalanya seperti payudara yang melunak, puting susu yang nyeri, kram, dan masih banyak lagi (Maulana, 2011). Salah satunya ada yang samar – samar, ada juga yang berat bahkan beberapa wanita mengalami pingsan dan ada juga yang harus ke dokter karena nyeri yang dialaminya sudah sangat mengganggu aktivitasnya (Asrinah, 2011 dalam Mulyani, 2012).

WHO 2018 menyatakan bahwa 80% perempuan di dunia mengalami menstruasi tidak teratur. Menurut Data Riset Kesehatan Dasar (Kementrian Kesehatan RI, 2018) dimana sebanyak 11,7% remaja di Indonesia mengalami menstruasi tidak teratur dan sebanyak 14,9% .Pada data yang telah tercatat dari usia 10-14 tahun sebanyak 35560 jiwa, dan mulai dari usia 15-19 tahun sebanyak 34780. Data yang diperoleh dari Kementerian Kesehatan RI (2017) jumlah penduduk perempuan mulai pada usia 10-14 tahun sebanyak 11 juta. Ditinjau dari Riskesdas 2018 didapatkan data riwayat menstruasi pertama kali pada Sumatera Selatan sebanyak 66.64%. sedangkan data menstruasi pada Kabupaten Ogan Komering Ulu terdapat pada data Riskesdas 2018 terdapat sebanyak 71.36% dengan rata-rata anak Sekolah Dasar yang sudah mengalami menstruasi.

Pada permasalahan menstruasi yang biasanya terjadi yakni kurang teratur pada wanita yang mulai berumur 17-29 tahun dan wanita umur 30-34 tahun cukup sebesar persentasenya yaitu 16,4 %. Adapun alasan yang dikategorikan para wanita yang berusia 10-59 tahun yang mempunyai siklus tidak teratur karna pikiran dan stres sebesar 5,1 % (Rikesdas, 2013).

Pada saat menstruasi pengetahuan remaja putri itu sangat mempengaruhi terhadap menstruasi yang akan dialaminya. Selama masa menstruasi kebanyakan remaja putri sering mengalami kesakitan dalam bentuk kram perut, yaitu rasa sakit dibagian bawah perut yang terkadang meluas ke pinggang, hingga pada punggung bagian bawah atau paha. Lebih dari 50% perempuan mengalaminya. Namun hanya sekitar 10% perempuan mengalami rasa sakit yang sedemikian hebat hingga harus

meminum obat untuk bisa mengatasi rasa sakit tersebut. Biasanya dismenore primer timbul pada masa remaja, yaitu sekitar 2 - 3 tahun setelah menstruasi pertama. Selain mengalami kram perut, seringkali remaja putri mengalami menstruasi yang tidak teratur disebabkan karena perubahan kadar hormon akibat stres atau sedang dalam keadaan emosi (Anugoro,2011).

Kesehatan reproduksi adalah hal yang sangat penting bagi remaja putri saat ini, karena remaja lebih mengenal tubuhnya dan organ-organ reproduksinya dengan benar, dengan memahami perubahan fisik dan psikisnya dengan benar itu adalah bentuk dari melindungi diri dari berbagai resiko yang mengancam kesehatan dan keselamatannya, mempersiapkan masa depan yang cerah dan mengembangkan sikap dan perilaku bertanggung jawab mengenai proses reproduksi (BKKBN, 2012).

Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi itu sangat dibutuhkan oleh masyarakat, khususnya untuk para remaja. Karena semakin baik pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi maka semakin baik pula kondisi remaja untuk menjaga kesehatan genetalia. Pengetahuan yang kurang memperlihatkan bahwa remaja harus lebih diberikan informasi yang benar dan positif agar bisa diberikan oleh berbagai narasumber seperti tenaga kesehatan, orang tua, teman sebaya dan guru (Azwar, 2012). Personal Hygiene adalah suatu hal yang sangat penting untuk perempuan, terutama dalam peningkatan kerentanan terhadap infeksi saluran reproduksi. Hygiene yang buruk dalam menjaga kebersihan menstruasi dapat menjadi pencetus timbulnya infeksi yang menyebabkan keputihan dan juga dapat menimbulkan rasa gatal pada vulva (pruritus vulva) (Indriastuti, 2013). Pentingnya dalam menjaga personal hygiene itu sangat penting karena Konsekuensi yang muncul dari rendahnya pengetahuan ialah kurang mendapatkan informasi terkait personal hygiene terutama pada saat mengalami menstruasi. Pengetahuan remaja putri yang dinilai baik akan mempengaruhi sikap hingga bentuk perilaku untuk berusaha menjaga kebersihan genetalia.

Dampak yang terjadi apabila perilaku personal hygiene tersebut tidak dilakukan antara lain remaja putri tidak akan bisa memenuhi kebersihan alat reproduksinya, penampilan dan kesehatan sewaktu menstruasi juga tidak terjaga, sehingga dapat terkena kanker rahim, keputihan dan dijauhi teman-teman karena bau badan amis. Untuk itu remaja putri perlu mengetahui tentang kesehatan reproduksi agar memiliki informasi yang benar mengenai proses reproduksi serta berbagai faktor yang ada disekitarnya. Dengan informasi yang benar, diharapkan remaja putri memiliki sikap dan tingkah laku yang bertanggung jawab mengenai proses reproduksi (Sitti Asiyah 2013).

Menurut hasil penelitian Lestari (2019) bahwa sebagian besar pengetahuan remaja putri tentang menstruasi masih kurang (43.63%) dan yang cukup hanya (16.36%) selebihnya hanya berpengetahuan baik (40.1%), Sedangkan penelitian lain yang dilakukan oleh Pertiwi dan Megatsari (2018) Hasil Penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan remaja tentang menstruasi dalam kategori kurang yaitu 53.33%, kategori pengetahuan cukup 36.33%, dan kategori pengetahuan baik yaitu 10.00%

Hasil dari Studi pendahuluan yang dilakukan kepada 15 siswi di SMPN 06 OKU, 10 orang mengalami gatal gatal ketika menstruasi, dan 5 orang siswa mengatakan tidak mengalami gatal-gatal saat menstruasi. Setelah di lakukan studi pendahuluan bamyak anak-anak di sekolah tesebut belum tau tentang bagaimana cara melakukan personal hygiene pada saat menstruasi dengan baik dan benar.

“Berdasarkan latar belakang yang telah dibuat, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene saat Menstruasi di SMP N 06 OKU Tahun 2021”. Dengan program kerja yang akan dilakukan adalah penambahan atau pemberian edukasi dan informasi mengenai menstruasi, dan bagaimana cara menjaga personal hygiene yang benar pada saat menstruasi.

## **B. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang diatas maka didapatkan rumusan masalah adakah “Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene saat Menstruasi?

## **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Personal Hygiene Remaja Putri pada Saat Menstruasi di SMP N 06 OKU Tahun 2021

## **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian dapat bermanfaat :

- a. Bagi tempat penelitian  
Sebagai masukan informasi bagi sekolah mengenai pengetahuan remaja putri tentang menstruasi.
- b. Bagi institusi  
Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi masukan untuk memperluas wawasan mahasiswi jurusan kebidanan tentang menstruasi.
- c. Bagi peneliti  
Dapat memberikan masukan hal-hal apa saja yang telah diteliti sehingga digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.
- d. Bagi responden  
Agar remaja putri di SMP N 06 OKU mendapat tambahan pengetahuan tentang menstruasi