

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan salah satu fase perkembangan yang penting dalam kehidupan, khususnya remaja putri. Remaja adalah tahap transisi kehidupan antara masa kanak-kanak menuju dewasa yang mengalami perkembangan secara fisik, psikologis, maupun sosial (Collins et al., 2021). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) remaja adalah individu dengan rentang usia 10-19 tahun. Pada tahap ini remaja putri mulai mengalami fase pubertas seperti menstruasi, perkembangan organ reproduksi, perubahan hormonal dan psikologis. Perubahan tersebut menjadikan remaja putri rentan terhadap berbagai masalah kesehatan, terutama masalah kesehatan reproduksi (Syamsuddin, 2023).

Kesehatan reproduksi merupakan aspek penting dalam tumbuh kembang remaja, khususnya remaja putri yang sedang berada di masa transisi menuju dewasa karena dapat mempengaruhi kualitas hidup serta masa depan kesehatan mereka secara menyeluruh (Takyiwa, 2022). Kesehatan reproduksi yang baik akan membantu mencegah berbagai resiko masalah kesehatan seperti infeksi menular seksual, kehamilan tidak diinginkan, serta gangguan hormonal yang dapat menimbulkan komplikasi kesehatan jangka panjang (Gunawati et al., 2025).

Salah satu masalah kesehatan reproduksi yang paling sering dialami remaja putri adalah *Polycystic Ovary Syndrome* (PCOS). PCOS merupakan

kondisi ketidakseimbangan hormon androgen dan estrogen sehingga mengakibatkan pematangan sel telur di ovarium tidak dapat terjadi. PCOS mempengaruhi sistem reproduksi, metabolisme, endokrin, dan aspek psikologis (Wahyuni et al., 2023). Gejala yang timbul dari PCOS yaitu haid yang tidak teratur, jerawat, obesitas, dan pertumbuhan rambut berlebih atau hirsutisme, serta berpotensi menyebabkan infertilitas pada usia produktif kemudian hari (Witchel et al., 2020).

Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) sekitar 116 juta wanita (3,4%) terkena PCOS di seluruh dunia (Bulsara et al., 2021). Di Indonesia, prevalensi PCOS pada remaja usia 15-19 tahun diperkirakan mencapai 6,5% (Sari et al., 2023). Berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian (Fasitasari et al., 2024) bahwa prevalensi jumlah pasien PCOS di Kota Semarang hingga tahun 2023 mencapai (15%) dari total jumlah penduduk, sedangkan jumlah pasien PCOS di RSI Sultan Agung Semarang pada tahun 2024 sekitar 15 orang dengan rentang umur antara 16-35 tahun. Hal ini menandakan bahwa PCOS menjadi masalah kesehatan daerah yang tidak bisa diabaikan, tetapi juga telah berkembang menjadi masalah kesehatan global yang memerlukan perhatian serius.

PCOS tidak hanya sebagai masalah kesehatan reproduksi namun ternyata masalah kesehatan ini memiliki konsekuensi jangka pendek dan jangka panjang dalam kehidupan. Dampak jangka pendek dari PCOS pada remaja putri antara lain gangguan menstruasi yang sangat umum terjadi, dari data penelitian Noviyanti (2024) bahwa terdapat 85-90% perempuan dengan PCOS mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur. Ketidakseimbangan hormon androgen

dapat menimbulkan pertumbuhan rambut berlebih (hirsutisme) dan jerawat yang sulit diatasi. PCOS juga berdampak pada psikologis seperti munculnya rasa cemas, stres, dan menurunnya kepercayaan diri karena perubahan fisik (Goni et al., 2025). Sementara itu jika tidak ditangani dengan baik, PCOS dapat menimbulkan dampak jangka panjang. Perempuan dengan PCOS memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami resistensi insulin, diabetes melitus tipe 2, ketidakseimbangan kadar lemak dalam darah (dislipidemia) dan penyakit kardiovaskuler di kemudian hari. PCOS juga berhubungan dengan *non alcoholic fatty liver disease* (NAFLD), infertilitas, serta komplikasi kehamilan dan diabetes gestasional (Widianita, 2023). Oleh karena itu, pengetahuan kesehatan mengenai PCOS merupakan hal penting untuk mendorong perilaku pencegahan PCOS sejak dini.

Menurut Teori Lawrence Green menyatakan bahwa perilaku kesehatan seseorang dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu faktor predisposisi (*predisposing factors*), faktor pemungkin (*enabling factors*), dan faktor penguat (*reinforcing factors*). Faktor predisposisi adalah faktor yang berasal dari dalam diri individu. Faktor ini meliputi pengetahuan, sikap, keyakinan, nilai, dan persepsi. Artinya remaja putri yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai PCOS akan cenderung melakukan upaya pencegahan terhadap PCOS. Pencegahan jauh lebih penting daripada pengobatan, karena dengan melakukan pencegahan sejak dini remaja putri terhindar dari resiko yang lebih serius. Kurangnya pengetahuan remaja putri tentang PCOS dapat menyebabkan keterlambatan deteksi dini, sehingga memperlambat upaya pengobatan. Upaya pencegahan PCOS dapat dilakukan dengan menerapkan pola makan yang sehat, rutin

melakukan aktivitas fisik, menjaga berat badan tetap ideal, mengelola stress dengan baik, dan melakukan pemeriksaan kesehatan reproduksi secara berkala (Prieto, 2022).

Hasil dari penelitian (Rahmayani et al., 2023) di SMA Negeri 4 Kota Banda Aceh tingkat pengetahuan mengenai PCOS sebanyak 37 responden (48,7%) dengan kategori pengetahuan kurang. Menurut penelitian (Goh et al., 2022) hampir separuh responden wanita dalam penelitian ini memiliki skor pengetahuan < 10 (47,30%).

Berdasarkan hasil penelitian Nurida (2024) menunjukkan sebanyak 47 siswi di SMA Negeri 9 Semarang mengalami menstruasi yang tidak teratur. Ketidakteraturan siklus menstruasi perlu diwaspadai karena dapat menjadi tanda awal masalah kesehatan reproduksi salah satunya *polycystic ovary syndrome* (PCOS). Selain itu, tingginya prevalensi kasus PCOS di Kota Semarang juga menjadi alasan dipilihnya SMA Negeri 9 Semarang sebagai lokasi penelitian.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 25 September 2025 di SMA Negeri 9 Semarang, diketahui bahwa sekolah ini memiliki 619 siswi dari jenjang kelas X hingga XII. Dalam wawancara terhadap 15 siswi, yang terdiri dari 5 orang siswi kelas X, 5 orang siswi kelas XI, dan 5 siswi kelas XII, ditemukan bahwa mayoritas dari mereka masih memiliki pengetahuan yang kurang mengenai *polycystic ovary syndrome* (PCOS). Sebanyak 12 siswi mengatakan “tidak tahu” mengenai apa itu PCOS, tanda dan gejala PCOS. Sementara itu, terdapat 3 siswi yang memiliki pengetahuan baik mengenai *polycystic ovary syndrome* (PCOS). 3 siswi tersebut dapat menjelaskan apa itu

PCOS, mereka juga dapat menyebutkan beberapa gejala PCOS seperti jerawat yang berlebihan, gangguan menstruasi dan tumbuh rambut di area yang tidak biasanya. Namun pemahaman mereka mengenai upaya pencegahan PCOS masih kurang tepat. Mereka beranggapan bahwa pencegahan PCOS cukup dengan menjaga kebersihan area genital menggunakan sabun. Dari wawancara tersebut menunjukkan terdapat kesenjangan pengetahuan. Karena mereka beranggapan bahwa pencegahan PCOS cukup dengan menjaga kebersihan area genital menggunakan sabun, Padahal pencegahan PCOS perlu dilakukan dengan cara lain seperti menjaga berat badan tetap ideal, rutin berolahraga, manajemen stress dan menerapkan pola makan yang sehat serta melakukan pemeriksaan kesehatan reproduksi secara berkala (Gautam et al., 2025).

Penelitian yang dilakukan oleh (Palisuri, 2024) menyatakan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang *polycystic ovary syndrome* (PCOS) sangat berkaitan erat dengan perilaku pencegahan yang mereka lakukan. Remaja yang memiliki pengetahuan baik cenderung menunjukkan perilaku yang lebih positif dalam menjaga kesehatan reproduksi, semakin besar pula kemungkinan untuk melakukan upaya pencegahan dengan cara yang benar dan efektif.

Namun, penelitian lain memberikan temuan berbeda. Menurut (Hanani et al., 2023) menyatakan bahwa pengetahuan tentang PCOS tidak selalu berpengaruh pada upaya pencegahan yang diambil. Faktor-faktor lain juga memegang peran penting dalam menentukan apakah seseorang melakukan upaya pencegahan dengan baik. Faktor-faktor tersebut antara lain dukungan dari keluarga, dimana dukungan emosional diperlukan agar seseorang

termotivasi untuk melakukan upaya pencegahan. Selain itu motivasi diri sendiri menjadi kunci seseorang merubah perilaku untuk melakukan pencegahan terhadap suatu masalah kesehatan. Meskipun pengetahuan menjadi fondasi penting dalam mendorong upaya pencegahan tetapi dibutuhkan juga dukungan sosial dan diri sendiri untuk menerapkan upaya pencegahan secara benar dan konsisten.

Oleh karena itu, maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang dengan perilaku pencegahan risiko PCOS di SMA Negeri 9 Semarang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang disampaikan diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan remaja putri dengan perilaku pencegahan risiko PCOS di SMA Negeri 9 Semarang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum :

Mengetahui Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Dengan Perilaku Pencegahan Risiko PCOS di SMA Negeri 9 Semarang

2. Tujuan Khusus :

- a. Mengetahui karakteristik responden berdasarkan dukungan sosial dan sumber informasi yang pernah diterima mengenai PCOS oleh remaja putri di SMA Negeri 9 Semarang

- b. Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang PCOS di SMA Negeri 9 Semarang
- c. Mengetahui perilaku pencegahan PCOS yang dilakukan oleh remaja putri di SMA Negeri 9 Semarang
- d. Mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan remaja putri dengan perilaku pencegahan risiko PCOS di SMA Negeri 9 Semarang

D. Manfaat Penelitian :

1. Bagi Peneliti :

Mengimplementasikan mata kuliah keperawatan yang berfokus pada kesehatan reproduksi mengenai PCOS

2. Bagi Remaja Putri :

Memberikan informasi dan meningkatkan kesadaran tentang pentingnya pengetahuan PCOS serta upaya pencegahannya

3. Bagi Peneliti Selanjutnya :

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber referensi yang penting untuk mengarahkan penelitian berkelanjutan terkait hubungan antara tingkat pengetahuan remaja putri dengan perilaku pencegahan risiko PCOS