

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2022 menunjukkan bahwa pengetahuan remaja terkait kesehatan reproduksi masih tergolong rendah. Sebanyak 48% remaja putri berusia 15–24 tahun tidak mengetahui masa subur, sementara sebagian besar remaja juga belum memahami tanda-tanda pubertas secara benar (SDKI, 2022). Kondisi ini menandakan bahwa remaja masih memiliki kesenjangan pengetahuan penting terkait kesehatan reproduksi. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mencatat prevalensi depresi nasional sebesar 1,4%, dengan kelompok usia 15–24 tahun mencapai 2,0%, hal ini menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental juga cukup besar dialami oleh kelompok remaja (Kemenkes RI, 2023).

Jawa Barat termasuk daerah dengan beban kesehatan mental yang tinggi. Hasil SKI 2023, prevalensi depresi di Jawa Barat tercatat sekitar 3,3%, angka ini lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional (Kemenkes RI, 2023). Capaian indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) berdasarkan Profil Kesehatan Jawa Barat tahun 2023 menunjukkan masih adanya ketimpangan antar kabupaten/kota. Mengindikasikan perlunya intervensi yang lebih kuat dalam membentuk sikap dan perilaku sehat pada remaja (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2023).

Data dari Open Data Jawa Barat dan Profil Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya tahun 2025 menunjukkan bahwa jumlah rumah tangga ber-PHBS di Kabupaten Tasikmalaya masih relatif rendah jika dibandingkan dengan beberapa kabupaten/kota lain di Jawa Barat. Kondisi ini semakin menegaskan pentingnya penelitian mengenai hubungan pengetahuan kesehatan reproduksi dan kesehatan mental dengan sikap remaja dalam meningkatkan kesadaran hidup bersih dan sehat, khususnya di SMP YAPIDA Cisayong sebagai lokasi penelitian.

Pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan seseorang terhadap suatu objek melalui pancaindra, terutama mata dan telinga. Tingkat pengetahuan merupakan faktor yang sangat berperan dalam pembentukan perilaku seseorang, termasuk perilaku kesehatan (Notoatmodjo, 2012; Dila Rukmi dkk, 2021). Pengetahuan yang baik akan menjadi landasan bagi terbentuknya sikap dan perilaku yang sehat, sedangkan pengetahuan yang rendah seringkali berakibat pada perilaku berisiko. Bentuk pengetahuan yang sangat penting untuk dimiliki oleh remaja adalah pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi, karena berkaitan langsung dengan perkembangan fisik dan psikologis mereka di masa pubertas (Wardani & Pratiwi, 2022).

Remaja rentan mengalami berbagai masalah kesehatan, terutama terkait dengan kesehatan reproduksi dan kesehatan mental (Notoatmodjo, 2020). Kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial yang berkaitan dengan sistem reproduksi, fungsi, serta prosesnya (Wardani & Pratiwi, 2022; Wirenviona & Riris, 2020).

Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi sangat penting untuk dimiliki remaja agar mereka dapat menghindari risiko seperti kehamilan tidak diinginkan, infeksi menular seksual, hingga perilaku seksual berisiko (Rahmayani, 2021). Kurangnya pengetahuan dapat menimbulkan kesalahpahaman, rasa malu, bahkan praktik yang salah dalam menjaga kesehatan reproduksi. Aspek lain yang tidak kalah penting selain kesehatan reproduksi adalah kesehatan mental, karena kondisi psikologis remaja turut memengaruhi pola pikir, pengambilan keputusan, dan sikap dalam menjaga kesehatan dirinya (Ellyana Dwi Farisandy et al., 2023).

Kesehatan mental adalah kondisi sejahtera dimana seseorang menyadari potensi dirinya, mampu mengatasi tekanan kehidupan, bekerja secara produktif, serta berkontribusi pada lingkungannya. Bagi remaja, pengetahuan kesehatan mental menjadi sangat penting karena pada usia ini mereka sering mengalami tekanan akademik, konflik dengan teman sebaya, hingga ketidakstabilan emosi. Pemahaman yang baik akan kesehatan mental dapat membantu remaja untuk mengenali tanda-tanda stres, depresi, atau kecemasan, serta mendorong mereka untuk mencari pertolongan dan melakukan coping

yang sehat (Ellyana Dwi Farisandy et al., 2023). Definisi ini sejalan dengan pandangan WHO yang menekankan bahwa kesehatan mental merupakan bagian integral dari kesehatan secara menyeluruh, sehingga tidak dapat dipisahkan dari upaya menjaga kesejahteraan remaja secara umum (WHO, 2022).

Remaja adalah individu yang berada pada rentang usia 10–19 tahun WHO. Pada fase ini remaja mengalami perubahan pesat baik secara fisik, kognitif, maupun sosial emosional (Nuri & Daulay, 2020). Masa remaja disebut pula sebagai masa pencarian jati diri, sehingga rentan terpengaruh oleh lingkungan. Pemahaman kesehatan reproduksi dan kesehatan mental sangat penting dalam membentuk sikap yang positif pada remaja. Apabila kedua aspek ini dikuasai dengan baik, maka remaja lebih siap dalam menghadapi tuntutan perkembangan sekaligus mampu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) (Kemenkes RI, 2021).

Pengetahuan kesehatan reproduksi dan kesehatan mental memiliki hubungan signifikan dengan sikap remaja dalam meningkatkan kesadaran PHBS (Susanti & Mujahidah, 2023). Hal ini berarti semakin baik pengetahuan kesehatan reproduksi dan semakin stabil kondisi mental remaja, maka semakin positif sikap mereka dalam menerapkan PHBS.

Menurut (Kesuma dkk, 2020) bahwa remaja dengan pengetahuan kesehatan reproduksi yang baik cenderung memiliki perilaku seksual yang lebih sehat ($p\text{-value} = 0,000$). Penelitian lain oleh (Rahmayani, 2021) juga menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan reproduksi dengan perilaku reproduksi sehat pada remaja putri ($p\text{-value} = 0,002$). Penelitian di Manado melaporkan bahwa pengetahuan dan sikap sama-sama berhubungan erat dengan tindakan PHBS di kalangan siswa sekolah (Suryani dkk., 2020). Temuan ini memperkuat bahwa pengetahuan menjadi faktor penting dalam membentuk sikap dan perilaku remaja.

Kesehatan mental juga berperan dalam mendukung sikap PHBS. Remaja dengan kesehatan mental yang baik akan lebih mampu mengatur diri (self-regulation), menjaga konsistensi perilaku, dan termotivasi untuk menerapkan PHBS. Remaja yang mengalami stres atau depresi cenderung mengabaikan

kebersihan diri dan lingkungannya (Kemenkes RI, 2022). Keterkaitan antara kesehatan mental dan PHBS sangat jelas, di mana kondisi psikologis dapat memengaruhi kemampuan individu dalam menjalani hidup bersih dan sehat.

Remaja dengan kesehatan mental yang baik umumnya lebih mampu mengelola emosi, menjalin hubungan sosial yang sehat, serta konsisten dalam menjalani perilaku hidup bersih dan sehat. Gangguan kesehatan mental dapat menurunkan motivasi, konsentrasi, dan kepedulian terhadap kebersihan diri maupun lingkungan (Henuriadi, 2022). Kondisi ini menegaskan bahwa sikap remaja terhadap kesehatan tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan, tetapi juga oleh keseimbangan mental dan dukungan lingkungan (Maryam Nisa Fadhilah, 2023).

Sikap adalah reaksi atau respon yang masih bersifat tertutup dari seseorang terhadap suatu objek. Sikap terbentuk dari pengalaman, pengetahuan, serta interaksi social (Notoatmodjo, 2012; Pakpahan, 2021; Rachman & Nuriadin, 2022). Menurut Allport, sikap memiliki tiga komponen utama yaitu kognitif (pengetahuan), afektif (perasaan), dan konatif (kecenderungan bertindak). Dalam penelitian ini, sikap remaja yang dimaksud adalah sikap terhadap pentingnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sekumpulan tindakan yang dilakukan atas kesadaran untuk meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan. Kementerian Kesehatan RI (2021) menyebutkan bahwa PHBS di sekolah mencakup kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, mengonsumsi makanan sehat, menjaga kebersihan lingkungan kelas, serta membuang sampah pada tempatnya. Penerapan PHBS di kalangan remaja tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan dan fasilitas, tetapi juga oleh sikap yang terbentuk melalui pengalaman, pendidikan, dan kondisi psikologis.

Salah satu sekolah swasta di bawah naungan Yayasan Pendidikan Islam Darul Aitam yaitu Sekolah Menengah Pertama (SMP) Yapida Cisayong. Sekolah ini memiliki 21 orang tenaga pendidik dan kependidikan, yang terdiri dari 1 kepala sekolah, 12 guru berstatus GTY, serta 8 tenaga kependidikan honorer. Jumlah peserta didik pada tahun ajaran 2025/2026 adalah 240 siswa

(117 laki-laki dan 123 perempuan) yang terbagi dalam 9 rombongan belajar. Distribusi siswa relatif seimbang pada tiap jenjang kelas VII, VIII, dan IX.

Peneliti terlebih dahulu melakukan pra-penelitian sebelum penelitian utama dilaksanakan dengan mengambil sampel sebesar 20% dari jumlah responden yang direncanakan. Total 240 responden, diambil 80 orang siswa SMP Yapida Cisayong sebagai sampel awal. Pra-penelitian ini dilaksanakan pada minggu ketiga bulan Agustus 2025 dengan menggunakan kuesioner mengenai pengetahuan kesehatan reproduksi, kesehatan mental, serta kesadaran perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

Hasil pra-penelitian di SMP YAPIDA Cisayong menunjukkan bahwa dari 240 siswa, 80 siswa dijadikan sampel, dengan hasil 25% responden yang memiliki pengetahuan kesehatan reproduksi dalam kategori baik, 25% dalam kategori cukup, dan 50% masih dalam kategori kurang. Untuk aspek kesehatan mental, sebagian besar responden menunjukkan kondisi pada kategori cukup hingga kurang, dengan hanya sebagian kecil yang berada pada kategori baik. Pada aspek sikap terhadap PHBS, mayoritas responden juga berada pada kategori kurang. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan kesehatan reproduksi dan status kesehatan mental berpengaruh terhadap sikap remaja dalam menerapkan PHBS di sekolah.. Temuan ini diperkuat oleh wawancara dengan guru BK, siswa, dan orang tua yang mengungkapkan masih minimnya pemahaman, terbatasnya komunikasi, serta kecenderungan siswa mencari informasi dari sumber yang tidak tepat, hal ini berdampak pada sikap siswa terhadap penerapan PHBS, di mana sebagian besar belum mampu menjaga kebersihan diri maupun lingkungan secara konsisten.

Berdasarkan uraian diatas, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui hubungan pengetahuan kesehatan reproduksi dan kesehatan mental terhadap sikap remaja dalam meningkatkan kesadaran hidup bersih dan sehat di SMP YAPIDA Cisayong. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar bagi sekolah, guru, dan orang tua dalam menyusun program pembinaan kesehatan yang lebih efektif.

Peneliti menemukan adanya masalah nyata terkait kurangnya pemahaman siswa mengenai kesehatan reproduksi dan kesehatan mental. Kondisi ini

kemudian mendorong peneliti untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan judul: “Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dan Kesehatan Mental dengan Sikap Remaja dalam Meningkatkan Kesadaran Hidup Bersih dan Sehat di SMP YAPIDA Cisayong.”

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana pengetahuan kesehatan reproduksi dan kesehatan mental pada remaja di SMP YAPIDA Cisayong?
2. Bagaimana sikap remaja dalam meningkatkan kesadaran hidup bersih dan sehat di SMP YAPIDA Cisayong?
3. Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan kesehatan reproduksi dan kesehatan mental dengan sikap remaja dalam meningkatkan kesadaran hidup bersih dan sehat di SMP YAPIDA Cisayong?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan kesehatan reproduksi dan kesehatan mental terhadap sikap remaja dalam meningkatkan kesadaran hidup bersih dan sehat di SMP YAPIDA Cisayong.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja di SMP Yapida Cisayong.
- b. Mengetahui gambaran kesehatan mental pada remaja di SMP Yapida Cisayong.
- c. Mengetahui gambaran sikap remaja terhadap PHBS di SMP Yapida Cisayong.
- d. Mengetahui hubungan pengetahuan kesehatan reproduksi dengan sikap remaja dalam meningkatkan kesadaran hidup bersih dan sehat di SMP Yapida Cisayong.
- e. Mengetahui hubungan kesehatan mental dengan sikap remaja dalam meningkatkan kesadaran hidup bersih dan sehat di SMP Yapida Cisayong.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur di bidang kesehatan masyarakat, khususnya mengenai keterkaitan antara pengetahuan kesehatan reproduksi dan kesehatan mental terhadap pembentukan sikap remaja dalam perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan teori dan model intervensi yang relevan dengan konteks remaja di sekolah. Temuan penelitian ini juga diharapkan dapat memperkuat pemahaman tentang peran faktor kognitif (pengetahuan) dan psikologis (kesehatan mental) dalam membentuk perilaku sehat, sehingga dapat digunakan sebagai dasar penyusunan kerangka konseptual untuk penelitian sejenis di masa mendatang.

2. Manfaat Akademis

Memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu kesehatan masyarakat, khususnya pada bidang promosi kesehatan remaja.

3. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Hasil penelitian dapat menjadi masukan bagi pihak sekolah, khususnya SMP YAPIDA Cisayong, dalam menyusun program pendidikan kesehatan yang lebih efektif, terintegrasi dalam kurikulum, dan sesuai dengan kebutuhan remaja.

b. Bagi Masyarakat dan Lembaga Kesehatan

Memberikan data yang dapat digunakan oleh puskesmas, dinas kesehatan, atau organisasi non-pemerintah untuk merancang program promosi kesehatan yang menjangkau remaja di tingkat sekolah.

c. Bagi Guru dan Pembina Kesiswaan

Memberikan gambaran nyata mengenai pentingnya peran guru dalam memberikan informasi kesehatan reproduksi yang tepat serta menciptakan lingkungan sekolah yang mendukung kesehatan mental siswa.

d. Bagi Orang Tua

Mendorong orang tua untuk lebih terbuka membicarakan kesehatan reproduksi dan mendukung kesehatan mental anak di rumah, sehingga pembentukan perilaku hidup bersih dan sehat dapat berjalan secara berkesinambungan.

e. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih baik kepada siswa mengenai kesehatan reproduksi dan kesehatan mental. Dengan informasi yang tepat, siswa diharapkan dapat membuat keputusan yang lebih baik terkait kesehatan mereka, mengurangi stigma seputar isu-isu kesehatan, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan fisik dan mental. Siswa juga dapat belajar untuk saling mendukung satu sama lain dalam menciptakan lingkungan yang positif dan sehat di sekolah.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai pengetahuan kesehatan reproduksi, kesehatan mental, dan sikap remaja terhadap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) telah banyak dilakukan, baik di tingkat SMA, mahasiswa, maupun panti asuhan, misalnya, penelitian Susanti & Mujahidah (2023), Purnama Sari dkk. (2023), serta Utami dkk. (2024). Penelitian tersebut masih memiliki keterbatasan, baik dari segi lokasi, subjek, maupun indikator yang digunakan.

Penelitian ini berbeda karena memfokuskan kajian pada remaja tingkat SMP di Kabupaten Tasikmalaya, dengan menghubungkan variabel pengetahuan kesehatan reproduksi dan kesehatan mental terhadap sikap remaja dalam meningkatkan kesadaran PHBS. Dengan demikian penelitian ini memiliki kebaruan dan relevansi dalam konteks lokal.

Peneliti (Tahun)	Judul	Tujuan	Metode (Jenis, Sampel, Analisis)	Hasil/Temuan	Keterbatasan	Persamaan	Perbedaan
(Susanti & Mujahidah, 2023)	Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi	Mengetahui hubungan pengetahuan reproduksi	Kuantitatif, Chi-Square	Ada hubungan signifikan pengetahuan & kesehatan	Subjek penelitian mahasiswa, bukan SMP	Sama-sama meneliti hubungan pengetahuan,	Penelitian ini fokus pada siswa SMP di Kabupaten

Peneliti (Tahun)	Judul	Tujuan	Metode (Jenis, Sampel, Analisis)	Hasil/Temuan	Keterbatasan	Persamaan	Perbedaan
	dan Kesehatan Mental terhadap Sikap Remaja dalam Meningkatkan Kesadaran Hidup Bersih dan Sehat	& mental dengan sikap remaja		mental dengan sikap remaja (mahasiswa)		kesehatan mental, dan sikap remaja	Tasikmalaya
(purnama sari dkk, 2023)	Meraih Masa Remaja Sehat: Optimalisasi Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja melalui Pendekatan PHBS	Meningkatkan pengetahuan & sikap remaja SMA terkait kesehatan reproduksi	Penyuluhan, kuesioner pre-post	Edukasi kesehatan reproduksi melalui PHBS meningkatkan pengetahuan & sikap remaja SMA	Hanya berfokus pada edukasi SMA	Sama-sama meneliti kesehatan reproduksi dan PHBS	Penelitian ini menambahkan variabel kesehatan mental dan lokasi SMP
(Utami et al., 2024)	Promosi Kesehatan Reproduksi Remaja dalam Optimalisasi PHBS di Panti Asuhan Vincentius	Mengetahui pengaruh promosi kesehatan reproduksi terhadap PHBS	Kuantitatif deskriptif	Promosi kesehatan reproduksi meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja	Responden hanya anak panti asuhan	Sama-sama membahas kesehatan reproduksi & PHBS	Penelitian ini menambahkan variabel kesehatan mental dan konteks sekolah formal