

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan proses fisiologis alami pada perempuan yang ditandai dengan peluruhan lapisan endometrium dan dikeluarkan melalui vagina secara periodik. Selama masa menstruasi, perhatian terhadap *personal hygiene*, khususnya kebersihan organ reproduksi bagian luar, menjadi sangat penting karena area vulva bersifat sensitif dan mudah terpapar mikroorganisme. Apabila kebersihan tidak dijaga dengan baik, kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan kesehatan pada organ *genitalia* (Fauziah, Yualita dan Kamila, 2024).

Di Indonesia, jumlah remaja putri sangat besar dan berpotensi mengalami masalah apabila perilaku kebersihan menstruasi tidak dilakukan dengan baik. Data Badan Pusat Statistik dan *World Health Organization* menunjukkan terdapat lebih dari 11,5 juta remaja putri usia 10–14 tahun, dengan 46% siswi di Bekasi mengalami keluhan terkait menstruasi seperti nyeri hebat, keputihan, dan gatal di area *genitalia* yang berhubungan dengan *personal hygiene* yang kurang optimal (Silvia dan Hardiati, 2024). Di Jawa Barat, sekitar 83% remaja belum memahami konsep kesehatan reproduksi dengan benar dan 61,8% tidak mengetahui masalah menstruasi secara tepat, yang menggambarkan masih rendahnya pengetahuan dasar yang dibutuhkan untuk praktik *personal hygiene* saat menstruasi (Cahyani dan Anggraini, 2025).

Personal hygiene yang kurang optimal selama menstruasi, seperti jarang mengganti pembalut, cara membersihkan area genital yang tidak tepat, serta kondisi area genital yang lembap, dapat menimbulkan berbagai keluhan pada remaja putri. Salah satu keluhan yang sering terjadi adalah *pruritus vulvae*, yaitu rasa gatal pada area *vulva* dan *perineum*. Kondisi ini umumnya dipengaruhi oleh kebersihan menstruasi yang kurang baik dan dapat dicegah melalui penerapan perilaku *personal hygiene* yang tepat selama menstruasi (Nikmah, 2020). Penulisan di beberapa sekolah menunjukkan bahwa hanya sebagian kecil siswi yang memiliki perilaku *personal hygiene* yang baik saat menstruasi, sedangkan sebagian lainnya masih menunjukkan perilaku yang kurang baik meskipun sebagian telah memiliki pengetahuan yang cukup.

Berbagai Penulisan juga menunjukkan bahwa perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri masih belum optimal. Di Jawa Barat, Penulisan di Karawang menemukan bahwa meskipun sebagian siswi memiliki pengetahuan kesehatan reproduksi yang baik, tidak seluruhnya menerapkan perilaku *vulva hygiene* yang benar saat menstruasi, dan masih terdapat siswi yang belum mengetahui cara membersihkan organewanitaan dengan tepat (Cahyani and Anggraini, 2025). Penulisan lain di Surakarta menunjukkan bahwa sebagian besar siswi belum memahami *personal hygiene* saat menstruasi secara benar. Hasil Penulisan tersebut juga menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi ($p=0,001$; $r=0,812$) (Ningrum,

Wayan dan Rajista, 2024).

Di tingkat lokal, kondisi kurangnya pengetahuan juga terlihat di wilayah Cirebon. Beberapa kegiatan edukasi kesehatan reproduksi di wilayah tersebut menunjukkan bahwa remaja putri masih memerlukan penguatan pengetahuan dan pembiasaan perilaku kebersihan menstruasi yang benar untuk mencegah infeksi serta keluhan gatal pada area genital. Hal ini sejalan dengan gambaran umum di Jawa Barat, di mana sebagian besar remaja belum memahami secara benar kesehatan reproduksi, termasuk menstruasi dan praktik kebersihan yang menyertainya (Cahyani dan Anggraini, 2025).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan, kondisi tersebut juga berpotensi terjadi pada remaja putri di SMK Wahidin Cirebon. Hasil wawancara awal dengan guru dan petugas Unit Kesehatan Sekolah serta observasi awal menunjukkan bahwa sebagian siswi masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai *personal hygiene* saat menstruasi. Dari jumlah siswi kelas X yang berjumlah 305 orang, diperkirakan sekitar 120–150 siswi belum memahami frekuensi penggantian pembalut yang dianjurkan, dan sekitar 105–135 siswi masih menunjukkan perilaku *personal hygiene* yang kurang baik, seperti jarang mengganti pembalut saat sudah penuh serta membersihkan area genital dengan cara yang kurang tepat. Selain itu, data Unit Kesehatan Sekolah juga menunjukkan adanya beberapa keluhan gatal pada area genital yang dialami siswi selama menstruasi.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa permasalahan personal hygiene saat menstruasi di SMK Wahidin Kota Cirebon bukan hanya berupa rendahnya pengetahuan, tetapi juga telah menimbulkan keluhan kesehatan pada sebagian siswi. Berdasarkan informasi dari Unit Kesehatan Sekolah (UKS), terdapat beberapa siswi yang datang ke UKS selama periode menstruasi dengan keluhan gatal pada area genital, rasa tidak nyaman, serta keputihan yang diduga berkaitan dengan praktik personal hygiene yang kurang tepat. Selain itu, hasil wawancara dengan guru dan petugas UKS menunjukkan bahwa masih banyak siswi yang belum memahami waktu yang tepat untuk mengganti pembalut dan cara membersihkan organ genital yang benar. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa edukasi mengenai personal hygiene saat menstruasi masih sangat dibutuhkan. Apabila tidak segera dilakukan upaya peningkatan pengetahuan, keluhan yang dialami siswi berpotensi berulang dan dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, Penulisan ini penting dilaksanakan di SMK Wahidin Kota Cirebon sebagai dasar dalam penyusunan program edukasi kesehatan reproduksi yang sesuai dengan kebutuhan siswi.

Meskipun berbagai Penulisan telah menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* pada remaja putri, sebagian besar Penulisan sebelumnya hanya berfokus pada gambaran tingkat pengetahuan dan perilaku tanpa adanya intervensi edukasi yang terstruktur. Di Cirebon, Penulisan pada siswi kelas VII menunjukkan

bahwa sebagian besar remaja putri belum mengetahui *personal hygiene* menstruasi, dengan 78,8% responden dikategorikan tidak tahu, dan sumber informasi utama adalah keluarga, terutama ibu, namun kualitas informasi yang disampaikan belum sepenuhnya tepat sehingga perilaku kebersihan saat menstruasi masih kurang optimal (Jubaedah, Yuhandini dan Sriyatin, 2019). Selain itu, penggunaan media edukasi yang menarik seperti kombinasi *PowerPoint* (PPT) dan video masih jarang digunakan dalam Penulisan terkait kesehatan reproduksi remaja, khususnya yang disertai dengan pengukuran *pretest* dan *posttest* untuk melihat perubahan pengetahuan setelah edukasi.

Sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai *personal hygiene* saat menstruasi, diperlukan metode edukasi yang efektif dan menarik. Pada Penulisan ini dilakukan inovasi dalam penyampaian edukasi dengan menggunakan kombinasi media *PowerPoint* (PPT) dan video edukasi. Sebelum diberikan edukasi, siswi terlebih dahulu diberikan *pretest* untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai menstruasi dan *personal hygiene*. Selanjutnya dilakukan edukasi menggunakan media *PowerPoint* PPT yang dipadukan dengan video edukasi agar materi lebih mudah dipahami dan menarik bagi siswi. *Posttest* kemudian dilakukan satu minggu setelah pemberian edukasi untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswi setelah mendapatkan edukasi serta untuk melihat sejauh mana siswi masih mengingat dan memahami materi yang telah diberikan.

Selain itu, dalam Penulisan pendidikan kesehatan, pemberian jeda waktu antara *pretest* dan *posttest* penting dilakukan untuk menilai retensi pengetahuan atau daya ingat siswi terhadap materi yang telah diberikan. Pengukuran yang dilakukan tidak langsung setelah penyampaian materi bertujuan agar hasil yang diperoleh tidak hanya menggambarkan ingatan jangka pendek, tetapi juga menunjukkan sejauh mana siswi mampu mempertahankan informasi yang telah dipelajari. Oleh karena itu, pada Penulisan ini *posttest* dilakukan tujuh hari setelah pemberian edukasi untuk mengetahui tingkat retensi pengetahuan remaja putri mengenai *personal hygiene* saat menstruasi setelah mendapatkan intervensi edukasi (Ryan *et al.*, 2024).

Kebaruan (*novelty*) dalam Penulisan ini terletak pada penggunaan kombinasi media edukasi berupa *PowerPoint* PPT dan video yang disertai dengan pengukuran *pretest* dan *posttest* dengan jeda waktu satu minggu setelah edukasi. Analisis Penulisan difokuskan pada nilai *posttest* untuk melihat hasil pengetahuan siswi setelah diberikan intervensi edukasi mengenai *personal hygiene* saat menstruasi.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan mengenai menstruasi memiliki peranan penting dalam membentuk perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri. Dengan besarnya jumlah remaja putri di Indonesia, masih rendahnya pemahaman mengenai kesehatan reproduksi, serta adanya indikasi kurangnya pengetahuan dan perilaku kebersihan menstruasi pada siswi di SMK Wahidin Cirebon, maka

Penulisan mengenai hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di smk wahidin kota cirebon perlu dilakukan sebagai upaya preventif untuk meningkatkan kesehatan reproduksi remaja.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam Penulisan ini adalah: Adakah hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMK Wahidin Cirebon.

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMK Wahidin Cirebon.

2. Tujuan khusus

Setelah tujuan umum, Penulis juga memiliki tujuan yang lebih khusus antar lain :

- a) Mengetahui tingkat pengetahuan menstruasi pada remaja putri di SMK Wahidin Cirebon.
- b) Mengetahui perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMK Wahidin Cirebon.
- c) Menganalisis hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan *perilaku personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di

SMK Wahidin Cirebon.

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Teoritis

Penulisan ini diharapkan dapat memperkaya kajian ilmiah di bidang kebidanan dan kesehatan reproduksi remaja, khususnya mengenai hubungan pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi siswi

Meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja putri tentang pentingnya perilaku *personal hygiene* yang benar selama menstruasi.

b) Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai dasar pengembangan program UKS dan edukasi kesehatan reproduksi di sekolah.

c) Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai bahan edukasi dalam penyuluhan kesehatan reproduksi remaja.

d) Bagi Penulis Selanjutnya

Sebagai referensi dan data awal untuk Penulisan lanjutan yang relevan.