

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke usia dewasa. Pada tahap ini, tanda-tanda pematangan organ reproduksi manusia mulai tampak, yang disebut sebagai masa pubertas. Pada remaja putri pubertas ditandai dengan adanya tanda-tanda seks sekunder dan menstruasi. Rata-rata remaja di Indonesia mengalami menstruasi pada usia 13 tahun dengan rentang normal dari 10-16 tahun (Aisyah dkk., 2023).

Perdarahan dari rahim yang terjadi secara siklus disebut menstruasi. Endometrium dapat didefinisikan sebagai menstruasi, Proses pengeluaran kelenjar, pembuluh darah, dan sel-sel yang tidak dibutuhkan dari rahim akibat tidak terjadinya pembuahan dan kehamilan, yang berlangsung selama menstruasi, keluarnya darah dan keringat membuat organ reproduksi wanita menjadi lebih lembab, yang dapat meningkatkan risiko infeksi pada pembuluh darah di dalam rahim. Oleh sebab itu, mengganti pembalut setiap empat jam sekali perlu dilakukan untuk menjaga kesehatan alat reproduksi selama menstruasi (Ramadani dkk., 2023).

Data Riskesdas (2018), di Indonesia terdapat sekitar 43,3 juta remaja perempuan berusia 10-14 tahun yang menunjukkan perilaku sangat buruk dalam menjaga kebersihan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sekitar 5,2 juta remaja di beberapa provinsi di Indonesia sering mengalami penyakit yang berulang kali terjadi sebagai akibat dari tidak menjaga kebersihan setelah menstruasi. Hal ini menyebabkan reproduksi anak perempuan usia 10-14 tahun mengalami masalah.

Kesehatan reproduksi sangat penting untuk diperhatikan, terutama bagi remaja. Kesehatan reproduksi mencakup kesejahteraan secara fisik, sosial, mental, ekonomi, dan spiritual secara menyeluruh yang tidak hanya terlepas dari berbagai macam masalah, tetapi juga terkait dengan sistem reproduksi dan penekanan pada kebersihan diri atau *personal hygiene* saat menstruasi (Hako dkk., 2022).

Personal hygiene merupakan salah satu bagian dari kebersihan pribadi yang penting pada perilaku kesehatan, seperti mencegah gangguan atau permasalahan selama haid (Malihah dkk., 2019). Penting untuk memahami cara membersihkan vagina yang mencakup pembersihan noda keringat dengan air bersih secara teratur atau dapat menggunakan sabun dan air hangat dan paling sering setelah buang air besar. Di samping itu, membasuh vagina penting dilakukan secara benar dengan membersihkan vagina dari depan ke belakang menuju anus, kemudian dapat dikeringkan dengan menggunakan handuk kering. *Personal hygiene* selama menstruasi tidak berlangsung secara instan, melainkan merupakan proses pendidikan untuk masyarakat. Karena poses ini mengajarkan mengenai dampak baik dan buruk dari tindakan atau perilaku selama masa menstruasi (Wahyudi dkk., 2018).

Dampak mengenai masalah *personal hygiene* memengaruhi aspek fisik dan juga aspek psikososial, seperti masalah kesehatan fisik yang dapat timbul akibat dari kebersihan pribadi yang kurang terjaga meliputi gangguan pada integritas kulit, kemudian dari segi psikososial, masalah kebersihan pribadi dapat memengaruhi kebutuhan pada kenyamanan, rasa peduli, harga diri, aktualisasi diri, dan hubungan sosial (Lestari & Attamimi, 2023). WHO (2018) menempatkan *personal hygiene* di urutan ketiga dalam sepuluh faktor risiko atau bahaya utama yang berkontribusi atas kesakitan dan kematian remaja. Dalam faktor risiko utama yang memengaruhi kematian atau kesakitan remaja, menurut Frianti dkk (2023), kesehatan reproduksi menempati peringkat ke delapan. Mempertahankan perawatan diri yang dilakukan secara mandiri atau dengan dukungan, dapat melatih hidup bersih dan sehat, yaitu dengan cara memperbaiki persepsi mengenai kebersihan dan kesehatan serta menjadikan penampilan yang sesuai dengan kebutuhan kesehatan. Hal tersebut dapat membantu dalam meningkatkan sirkulasi darah, menjaga integritas jaringan, dan juga mengurangi kelelahan. Oleh karena itu, sikap adalah salah satu aspek yang memengaruhi *personal hygiene* (Suniarti dkk., 2022).

Perilaku remaja perempuan sangat krusial dalam menjaga kebersihan pribadi selama menstruasi. Ini karena pembuluh darah di rahim sangat rentan terhadap infeksi selama periode tersebut, sementara kebersihan organ genital juga harus diperhatikan dengan seksama, karena kuman dapat dengan mudah masuk dan menyebabkan berbagai penyakit pada sistem reproduksi (Permata, 2019). Menurut Notoatmodjo (1997 dalam Fauziah dkk., 2021), sikap dapat dipahami sebagai reaksi atau tanggapan yang tidak langsung terhadap suatu rangsangan atau objek. Ini menunjukkan kemampuan individu untuk bertindak berdasarkan rangsangan, seperti menjaga organ reproduksinya agar tetap terlindungi dan bersih. Menjaga kesehatan alat genitalia wanita, terutama selama masa menstruasi, sangat penting untuk mencegah berbagai macam penyakit.

Hasil penelitian sebelumnya di Pesantren Ummul Mukminin Kota Makassar pada tahun 2019, yaitu terdapat praktik *hygiene* (baik atau buruk) dan sikap responden (positif atau negatif) ketika menstruasi. Terdapat 75 orang (51%) dari 147 responden yang tergolong dalam sikap responden negatif dengan rincian 61 orang diantaranya memiliki praktik *hygiene* buruk dan 14 orang lainnya memiliki praktik *hygiene* baik. Sedangkan, untuk sikap responden positif terdapat 72 orang (49%) dari 147 responden dengan rincian 38 orang memiliki praktik *hygiene* buruk dan 34 orang lainnya memiliki praktik *hygiene* baik. Hasil penelitian dengan nilai $p = 0,00$ menunjukkan adanya keterkaitan yang signifikan yang terdapat pada hubungan antara sikap dengan praktik *hygiene* saat menstruasi (Yamin dkk., 2019). Penelitian As Sidiqiah dkk (2022) juga menunjukkan adanya hubungan antara sikap dengan perilaku *personal hygiene* selama menstruasi pada siswi di SMA Budi Utomo Jombang dengan nilai $p\text{-value} = 0,050$.

Temuan dari studi pendahuluan yang dilakukan di Pondok Pesantren Sunni Darussalam. pada hari Jum'at, 8 Maret 2024 menunjukkan dari wawancara dengan 10 santri diperoleh 7 dari 10 santri tidak mencuci tangan sebelum membersihkan area intim, 6 dari 10 santri mengatakan jarang mengganti pembalut selama menstruasi kecuali jika merasa sudah tidak nyaman, 7 dari 10

santri juga diketahui kurang menjaga kebersihan organ reproduksinya dengan baik., seperti saat membersihkan area reproduksi setelah buang air kecil yang seharusnya dilakukan dari arah vagina ke anus. Di samping itu, 8 dari 10 santri tidak mengelap area kewanitaan dengan handuk bersih atau tisu sebelum menggunakan pembalut baru. Berdasarkan latar belakang, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Sikap dengan Perilaku *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Santriwati di Pondok Pesantren Sunni Darussalam”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana hubungan sikap dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada Santriwati?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan sikap dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada santriwati di Pondok Pesantren Sunni Darussalam.

2. Tujuan khusus

- a. Diketahui sikap *personal hygiene* saat menstruasi pada santriwati di Pondok Pesantren Sunni Darussalam.
- b. Diketahui perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada santriwati di Pondok Pesantren Sunni Darussalam.
- c. Diketahui keeratan hubungan sikap dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada santriwati di Pondok Pesantren Sunni Darussalam.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil yang diharapkan dari penelitian ini dapat memberikan wawasan yang berguna dan menjadi dasar data untuk penelitian-penelitian berikutnya.

2. Manfaat praktis

a. Manfaat bagi santri

Hasil penelitian ini dapat membantu dalam memberikan informasi tambahan yang dapat menambah pemahaman bagi santriwati di Pesantren Sunni Darussalam terkait *personal hygiene* saat menstruasi agar permasalahan yang berujung dengannya dapat dicegah sejak dini

b. Manfaat bagi Pondok Pesantren

Hasil penelitian yang diharapkan adalah dapat memberikan pemahaman kepada para penyelenggara pendidikan untuk meningkatkan program pendidikan kesehatan, khususnya terkait sikap dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.

c. Manfaat bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk evaluasi dalam memperbaiki layanan kesehatan yang sesuai dengan kebutuhan santriwati yang berada di lingkungan pondok pesantren.