

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Konsep Pendidikan Kesehatan**

##### **1. Pengertian**

Pendidikan kesehatan ialah salah satu upaya untuk meningkatkan kemampuan secara personal yang dilakukan secara sadar untuk mengambil keputusan serta dapat memengaruhi kesejahteraan secara pribadi, kelompok, dan keluarga. Proses dilakukan pemberian pendidikan kesehatan ini memiliki dasar-dasar prinsip ilmu pengetahuan yang dapat diterapkan untuk memudahkan perubahan pada perilaku, perilaku kesehatan ataupun perilaku pelayanan kesehatan pada anak dan remaja. Pendidikan kesehatan merupakan upaya untuk melakukan pembelajaran kepada masyarakat agar para masyarakat mengikuti tindakan-tindakan untuk meningkatkan kesejahteraan kesehatan menjadi lebih baik untuk jangka panjang. Jadi, dapat diambil simpulan bahwa pendidikan kesehatan merupakan upaya untuk melakukan perubahan pada perilaku dengan cara menyampaikan materi tentang pendidikan kesehatan (Notoatmodjo, 2012).

##### **2. Tujuan dan Manfaat Pendidikan Kesehatan**

Tujuan dan manfaat pendidikan kesehatan secara umum (Notoatmodjo, 2012) sebagai berikut :

- a. Menjadikan kesehatan sebagai suatu yang bernilai di masyarakat.
- b. Menolong individu agar mampu secara mandiri atau kelompok mengadakan kegiatan untuk mencapai tujuan lebih sehat.

- c. Mendorong pengembangan dan penggunaan secara tepat sarana pelayanan kesehatan yang ada.
- d. Agar penderita (masyarakat) memiliki tanggung jawab yang lebih besar pada kesehatan.
- e. Agar orang melakukan langkah-langkah positif dalam mencegah terjadinya sakit, mencegah terjadinya sakit menjadi parah dan mencegah penyakit menular.
- f. Membudayakan hidup bersih dan sehat bagi pribadi, keluarga dan masyarakat umum sehingga dapat memberikan dampak yang bermakna terhadap derajat kesehatan masyarakat.
- g. Meningkatkan pengertian terhadap pencegahan dan pengobatan terhadap berbagai penyakit yang disebabkan oleh perubahan gaya hidup dan perilaku sehat sehingga angka kesakitan terhadap penyakit tersebut berkurang.

### **3. Jenis-jenis Media Pendidikan**

Jenis-jenis media pendidikan menurut Ramli (2012), yaitu:

- a. Media visual : yaitu media yang hanya bisa dilihat saja. Contohnya seperti sebuah gambar, poster ataupun hal-hal lainnya yang hanya dapat dinikmati dengan penglihatan yang tidak bergerak dan tidak bersuara.
- b. Media Audio : yaitu media yang hanya bisa digunakan dengan hanya lewat pendengaran saja, contohnya seperti voice note, radio, musik, dan lain sebagainya (Aryadillah & Fifit Fitriansyah, 2017).
- c. Media audio visual : yaitu media yang bisa digunakan melalui indra penglihatan dan pendengaran, contohnya seperti sebuah video animasi, TV, video presentasi, video TikTok, video *storytelling*, film pendek, slide show

dan yang lain sebagainya.

Media-media tersebut dapat digunakan sebagai alat pembantu dalam proses belajar mengajar di suatu kelas. Media-media tersebut dapat membantu seorang pengajar dalam menyampaikan pembelajaran dengan lebih menarik dan efektif juga efisien.

## **A. Konsep Tiktok**

### **1. Pengertian**

Aplikasi sosial media bernama Tiktok merupakan aplikasi yang menerapkan efek-efek spesial dan memberikan kesan menarik yang digunakan untuk membuat video pendek yang sangat kreatif. Aplikasi Tiktok digunakan sebagai sarana platform video musik yang telah diluncurkan oleh Tiongkok pada September 2006. Selain itu, aplikasi Tiktok ini digunakan sebagai platform pembuatan video pendek diiringi dengan dukungan musik yang sedang viral disukai oleh lapisan masyarakat (Malimbe et al. 2021).

### **2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Penggunaan Tiktok**

Faktor-faktor yang mempengaruhi penggunaan Tiktok (Malimbe et al. 2021) terbagi menjadi dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal.

- a. Faktor internal tersebut muncul dari dalam diri yang berupa perasaan karena perasaan bersifat subjektif. Perasaan merupakan keadaan dengan memunculkan kejiwaan baik perasaan senang ataupun sedih. Maka dari itu, aplikasi Tiktok sangat berpengaruh pada faktor internal karena perasaan seseorang dapat muncul kapan saja, jiwa menyukai dan tidak menyukai saat menggunakan aplikasi Tiktok tentu banyak dirasakan.

Faktor internal sangat berpengaruh terhadap aplikasi Tiktok karena penggunaan aplikasi Tiktok ini tidak hanya dilakukan untuk berinteraksi dengan orang baru, akan tetapi dapat meningkatkan kreatifitas orang untuk menciptakan sebuah konten. Selain itu, dapat dilihat dari sisi negatifnya yaitu dapat dilihat dari sisi orang sebagai pelupa dan rasa malas berlebihan, sehingga dengan adanya aplikasi Tiktok dapat mengganggu segala pekerjaan dengan menimbulkan rasa malas.

- b. Faktor eksternal juga memengaruhi dalam aplikasi Tiktok yaitu Tiktok dapat menjadi sarana untuk memperoleh segala informasi dari berbagai video. Informasi yang masuk sangat berpengaruh terhadap penggunaan aplikasi Tiktok karena dapat mengetahui pengetahuan seseorang. Maka dari itu, faktor eksternal tersebut dapat memberikan pengetahuan seseorang terkait aplikasi Tiktok.

### **3. Keunggulan Tiktok**

Keunggulan penggunaan media Tiktok sebagai pembelajaran/layanan sebagai berikut (Falahudin, 2014) :

- a. Proses pemberian layanan menjadi lebih jelas dan menarik. Materi layanan yang diberikan menggunakan media akan lebih jelas, dan menarik minat siswa untuk belajar. Hal ini dikarenakan Tiktok dapat menyajikan materi dalam bentuk gambar, gerakan, warna, suara, dan tulisan. Hal ini dapat meningkatkan rasa keingintahuan siswa dalam belajar. Intinya, dengan menggunakan Tiktok dapat membuat suasana belajar menjadi lebih menyenangkan, tidak membosankan, tidak monoton, dan lebih hidup.
- b. Belajar lebih interaktif. Media Tiktok dapat menciptakan komunikasi dua arah secara aktif selama proses pembelajaran/layanan.

- c. Meningkatkan kualitas hasil belajar siswa.
- d. Penggunaan media dapat dilakukan/diakses di mana saja dan kapan saja. Media Tiktok bisa memudahkan siswa agar lebih leluasa menggunakannya, dapat diakses kapan saja, dan di mana saja tergantung pada keberadaan siswa.

## **B. Konsep Pengetahuan *Vulva Hygiene* Saat Menstruasi**

### **1. Pengertian**

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam terbentuknya suatu tindakan. Terbentuknya perilaku terhadap seseorang karena adanya pengetahuan pada dirinya sehingga terbentuk suatu perilaku yang baru, terutama pada orang dewasa yang dimulai pada domain kognitif. Seseorang terlebih dahulu diberi stimulus berupa informasi sehingga timbul sebuah pengetahuan yang baru dan selanjutnya menimbulkan respon batin dalam bentuk sikap pada orang tersebut terhadap informasi yang diketahuinya. Rangsangan informasi yang telah ia ketahui dan sadari tersebut akan menimbulkan respon berupa tindakan yang sesuai dengan informasi yang didupatkannya (Notoatmodjo, 2007).

Pengetahuan merupakan suatu hal yang utuh terbentuknya suatu tindakan seseorang karena terbentuknya suatu perilaku didasari oleh pengetahuan dan perilaku yang tidak didasari pengetahuan (Notoatmodjo, 2012).

### **2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan**

Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan yakni terdapat beberapa faktor (Mubarak, 2011), sebagai berikut.

a. Pendidikan

Pendidikan dapat diartikan sebagai pengetahuan dalam mengembangkan sikap untuk memperoleh informasi serta nilai-nilai yang diperkenalkan.

b. Pekerjaan

Lingkungan pekerjaan tersebut dapat menciptakan pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun secara tidak langsung.

c. Umur

Bertambahnya umur dapat mempengaruhi suatu perubahan fisik dan psikologis. Perubahan fisik dapat dilihat dari perubahan hilangnya ciri-ciri lama, perubahan proporsi, perubahan ukuran, serta munculnya ciri-ciri baru. Kemudian, perubahan psikologis dapat dilihat dari mental dan taraf hidup seseorang secara matang.

d. Minat

Minat lebih mengarah terhadap keinginan untuk mencapai sesuatu. Adanya minat dapat menjadikan seseorang untuk memperoleh suatu pengetahuan yang lebih mendalam lagi.

e. Pengalaman

Pengalaman merupakan suatu kejadian yang telah terjadi pada lingkungan tertentu. Pengalaman dapat memunculkan kesan yang sangat mendalam untuk mempengaruhi emosi kejiwaan seseorang.

f. Kebudayaan Lingkungan Sekitar

Lingkungan sangat berpengaruh terhadap pembentukan sikap seseorang dan pembentukan sikap pribadi. Kebudayaan lingkungan tempat tersebut dapat berpengaruh dalam pembentukan sikap kita.

### 3. Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan cara wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang diukur dari subjek penelitian atau responden ke dalam pengetahuan yang ingin diketahui yang dapat disesuaikan dengan tingkatan-tingkatannya (Notoatmodjo, 2012).

Menurut Nursalam (2016), tingkat pengetahuan seseorang dapat diinterpretasikan dengan skala Guttman yang bersifat kualitatif, yaitu :

- a. Pengetahuan baik = 76 % - 100 %
- b. Pengetahuan cukup = 56 % - 75 %
- c. Pengetahuan kurang = < 56 %

### 4. *Vulva Hygiene* Saat Menstruasi

*Vulva hygiene* saat menstruasi adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang khususnya daerah kewanitaan pada saat menstruasi (Pemiliana, 2019).

Hasil penelitian yang dilakukan Izzati & Agustina (2014), menyatakan bahwa responden yang memiliki pengetahuan kurang sebesar 7,4% tidak baik dalam pelaksanaan *vulva hygiene* genitalia saat menstruasi, sedangkan responden yang memiliki pengetahuan baik sebesar 88,9% baik dalam pelaksanaan *vulva hygiene* genitalia saat menstruasi. Penelitian Maharani & Andryani (2018), menyatakan bahwa responden yang berpengetahuan kurang sebesar 60,1% dibandingkan dengan pengetahuan baik sebesar 28,0%.

*Vulva hygiene* yang harus diketahui remaja putri saat menstruasi menurut Ratnasari (2017), sebagai berikut:

- a. Pembalut sekali pakai

Pembalut sekali pakai merupakan pembalut yang tidak dapat digunakan

kembali dan harus dibuang setelah digunakan. Pembalut pakai ulang terbuat dari kain, bisa dicuci, dan dapat digunakan kembali.

Pembalut sekali pakai setelah digunakan harus dibuang dengan cara bungkus pembalut menggunakan kertas atau kantung plastik dan masukkan ke tempat sampah. Jangan membuang pembalut di lubang jamban atau kloset karena dapat menyebabkan lubang jamban atau kloset tersumbat.

b. Mengganti pembalut 4-5 kali sehari

Pembalut sebaiknya diganti setiap 4-5 kali sehari atau setiap 4 jam sekali dan bisa lebih sering apabila darah keluar banyak. Waktu yang dianjurkan untuk mengganti pembalut bagi anak perempuan usia sekolah ialah saat mandi pagi, saat di sekolah, setelah pulang sekolah, saat mandi sore, dan sebelum tidur.

c. Membersihkan alat kelamin sebelum mengganti pembalut

Membersihkan alat kelamin disarankan dengan air bersih, dengan cara membasuh dari arah depan (vagina) ke belakang (anus). Membersihkan vagina tidak disarankan menggunakan sabun pembersih vagina karena sabun tersebut bisa membunuh bakteri baik pada vagina.

d. Kebersihan rambut genitalia

Kebersihan rambut genitalia saat menstruasi juga penting untuk dijaga. Hindari membersihkan bulu di daerah kemaluan dengan cara mencabut karena dapat menimbulkan lubang pada bekas bulu kemaluan tersebut dan menjadi jalan masuk bakteri, kuman, dan jamur. Perawatan rambut genitalia disarankan untuk dirapikan saja dengan memendekkan dengan gunting maksimal 40 hari.



e. Mencuci tangan sebelum atau sesudah mengganti pembalut

Pada saat mengganti pembalut yang baru, dianjurkan untuk mencuci tangan agar terhindar dari bakteri pada saat ingin menyentuh makanan maupun benda lainnya (Ratnasari, 2017).

f. Mandi

Ketika menstruasi, kemungkinan tubuh akan malas bersentuhan dengan air, dan bergerak pun akan malas dikarenakan perut terasa sakit. Padahal saat menstruasi tubuh memproduksi lebih banyak hormon estrogen. Hormon tersebut banyak memproduksi keringat dan minyak di tubuh. Hal ini mengakibatkan tubuh punya aroma yang tidak sedap dan mengeluarkan keringat yang banyak, sehingga tubuh perlu dibersihkan secara teratur (Ratnasari, 2017).

g. Gunakan celana dalam berbahan katun dan tidak ketat

Menurut Ratnasari (2017), celana dalam yang bersih akan menghindari resiko rasa tidak nyaman di sekitar daerah organ reproduksi. Hindari menggunakan celana dalam yang ketat dan tidak menyerap keringat, gunakan celana dalam yang longgar agar area organ intim tidak lembab. Ketika menstruasi, sebaiknya mengganti celana dalam tidak kurang 2 kali sehari agar terhindar dari timbulnya masalah kesehatan khususnya penyakit pada daerah genitalia.

h. Menghindari penggunaan handuk atau waslap milik orang lain untuk mengeringkannya.

## **C. Konsep Sikap *Vulva Hygiene* Saat Menstruasi**

### **1. Pengertian**

Sikap adalah suatu keadaan jiwa dan keadaan berfikir yang disiapkan untuk memberikan tanggapan terhadap suatu objek yang di organisasikan melalui pengalaman serta mempengaruhi secara langsung atau tidak langsung pada tindakan (Notoatmodjo, 2014).

Menurut Saiffudin (2015), menyatakan bahwa sikap dapat pula sebagai pola perilaku dari respons stimuli sosial. Kesiapan dapat diciptakan berdasarkan potensial yang bereaksi dengan cara memberikan stimulus untuk mendapatkan adanya suatu respons. Sikap dapat memberikan cerminan rasa senang, tidak senang, serta rasa yang netral terhadap sesuatu objek yang muncul dalam individu ataupun kelompok (Sarwono, 2009). Jadi, dapat disimpulkan bahwa sikap merupakan suatu upaya respons untuk menilai, memberikan tanggapan terhadap suatu objek yang menghasilkan hasil positif dan negatif.

*Vulva hygiene* merupakan tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan baik secara fisik atau psikisnya khususnya pada daerah kewanitaannya. Hal tersebut bertujuan untuk memperbaiki pemeliharaan kebersihan diri, meningkatkan rasa kepercayaan diri, serta menciptakan keindahan semata (Isro'in dan Andarmoyo, 2012).

### **2. Manfaat**

Menurut Andira (2012), sikap *vulva hygiene* saat menstruasi mempunyai beberapa manfaat, antara lain :

- a. Menjadikan vagina tetap dalam keadaan bersih dan nyaman.
- b. Dapat mencegah munculnya keputihan, gatal-gatal, dan bau tak sedap.

- c. Dapat menjaga pH vagina dalam kondisi normal, yaitu 3,5 sampai 4,5.

### **3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Sikap**

Menurut Harwijayanti (2022), sikap dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu :

- a. Pengalaman pribadi

Pengalaman pribadi merupakan awal dibentuknya sikap. Agar sikap terbentuk pengalaman pribadi diharapkan memberi kesan yang baik terutama yang berhubungan dengan emosional individu.

- b. Pengaruh orang lain yang dianggap penting

Sikap individu dipengaruhi oleh orang lain yang penting dalam hidupnya. Adanya pengaruh ini maka sikap individu akan searah dengan sikap orang lain yang dianggap penting.

- c. Pengaruh kebudayaan

Budaya memberi warna terbentuknya sikap individu di masyarakat. Budaya memberi warna-warni pada pengalaman hidup masyarakat asuhannya.

- d. Media massa

Media massa mempengaruhi sikap seseorang. Media massa dapat berbentuk berita yang dimuat dalam radio, media komunikasi, surat kabar.

- e. Lembaga pendidikan dan lembaga agama

Lembaga pendidikan dan agama berpengaruh pada sikap seseorang. Pesan moral dari lembaga pendidikan dan agama berpengaruh pada kepercayaan orang lain sehingga mempengaruhi terbentuknya sikap individu.

f. Faktor emosional

Faktor emosional berpengaruh pada pembentukan sikap. Faktor emosional berfungsi sebagai media sebagai penyalur stress untuk pembentukan ego.

**4. Pengukuran Sikap**

Menurut Nursalam (2012), pengukuran sikap *vulva hygiene* saat menstruasi menggunakan skala likert dengan kategori :

a. Keterangan pernyataan positif

- 1) SL (selalu) = 4
- 2) SR (sering) = 3
- 3) KK (kadang-kadang) = 2
- 4) TP (tidak pernah) = 1

b. Sedangkan pada pernyataan negatif:

- 1) SL (selalu) = 1
- 2) SR (sering) = 2
- 3) KK (kadang-kadang) = 3
- 4) TP (tidak pernah) = 4

Setelah didapat persentase dari perhitungan diatas, nilai tersebut dikelompokkan menjadi :

- 1) Baik, jika nilainya  $\geq 76-100\%$
- 2) Cukup, jika nilainya  $56-75\%$
- 3) Kurang, jika nilainya  $\leq 55\%$

## 5. Sikap *Vulva Hygiene* Saat Menstruasi

Hasil penelitian yang dilakukan Setianingsih & Putri (2017), menyatakan bahwa yang mempunyai sikap baik terhadap *vulva hygiene* pada saat menstruasi sebesar 19,6%, sedangkan responden yang mempunyai sikap kurang baik terhadap *vulva hygiene* pada saat menstruasi sebesar 80,4%. Penelitian Maharani & Andryani (2018), menyatakan bahwa sebesar 72,3% remaja putri melakukan sikap negatif terhadap perilaku *vulva hygiene*.

Sikap *vulva hygiene* yang harus dilakukan saat menstruasi menurut Sinaga (2017), sebagai berikut:

- a. Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir sebelum dan sesudah memegang genetalia.
- b. Membersihkan genetalia dengan air bersih.
- c. Tidak menggunakan cairan antiseptik saat membersihkan genetalia.
- d. Tidak menggunakan bedak atau parfum pada daerah genetalia.
- e. Membasuh genetalia dari arah/depan (vagina) ke belakang (anus).
- f. Pemakaian pembalut tidak boleh lebih dari empat jam.
- g. Pembalut harus diganti setelah mandi, setelah buang air kecil dan setelah buang air besar.
- h. Pembalut harus diganti apabila sudah penuh atau ada gumpalan darah.
- i. Memendekkan rambut genetalia.
- j. Menggunakan celana dalam yang menyerap keringat dan tidak ketat.
- k. Mengganti celana dalam dua kali sehari dan segera mengganti celana dalam apabila terkena noda darah.