

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan reproduksi remaja merupakan isu strategis dalam pembangunan kesehatan karena menentukan kualitas sumber daya manusia di masa mendatang. Remaja berada pada fase transisi dari anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang berlangsung cepat dan kompleks. Fase transisi ini terjadi kematangan organ reproduksi yang memerlukan kesiapan pengetahuan dan perilaku perawatan diri yang memadai. Ketidaksiapan remaja dalam memahami kesehatan reproduksi berisiko menimbulkan berbagai masalah kesehatan jangka pendek maupun jangka panjang (WHO, 2022).

Remaja putri mengalami proses pubertas yang ditandai dengan kematangan sistem reproduksi serta dimulainya menstruasi sebagai indikator biologis utama. Menstruasi menunjukkan bahwa ovarium telah berfungsi menghasilkan sel telur serta hormon reproduksi secara teratur. Proses fisiologis ini menyebabkan remaja putri memerlukan perhatian khusus dalam menjaga kebersihan diri, terutama pada area genital. Kurangnya pemahaman mengenai perubahan tubuh seringkali membuat remaja putri tidak siap menghadapi menstruasi. Kondisi tersebut dapat memengaruhi perilaku kebersihan diri serta meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi. Masa pubertas juga disertai perubahan emosional yang dapat memengaruhi konsistensi perilaku perawatan diri. Edukasi kesehatan reproduksi menjadi kebutuhan mendasar bagi remaja putri. Pemahaman yang baik akan membantu remaja menjalani menstruasi secara sehat dan nyaman (Kusmiran, 2021).

Menstruasi merupakan proses fisiologis alami yang terjadi secara siklik akibat peluruhan lapisan endometrium ketika tidak terjadi pembuahan. Proses ini menyebabkan perdarahan melalui vagina yang berlangsung rata-rata 3–7 hari setiap siklus. Selama periode tersebut, area genital menjadi lebih lembap sehingga rentan terhadap pertumbuhan bakteri dan jamur. Kondisi ini menuntut praktik kebersihan diri yang lebih optimal dibandingkan hari biasa. Pengelolaan kebersihan menstruasi yang tidak tepat dapat meningkatkan risiko infeksi saluran reproduksi dan infeksi saluran kemih. Penggunaan pembalut yang tidak higienis juga berpotensi menimbulkan iritasi kulit genital. Praktik kebersihan menstruasi menjadi indikator penting dalam menjaga kesehatan reproduksi perempuan sejak usia remaja. Perilaku kebersihan menstruasi perlu mendapat perhatian dalam program kesehatan remaja (Sari dan Putri, 2023).

Praktik kebersihan menstruasi mencakup serangkaian tindakan menjaga kebersihan diri selama menstruasi seperti penggunaan pembalut yang bersih dan aman, penggantian pembalut secara teratur, mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, serta membersihkan area genital dengan teknik yang benar. Praktik ini bertujuan mencegah kontaminasi bakteri serta menjaga area genital tetap bersih dan kering. Pengelolaan kebersihan menstruasi yang baik berperan dalam menurunkan risiko gangguan kesehatan reproduksi pada remaja putri. Selain aspek fisik, praktik kebersihan menstruasi juga mendukung kenyamanan serta rasa percaya diri remaja saat beraktivitas. Remaja yang mampu menjaga kebersihan menstruasi cenderung lebih aktif dalam kegiatan akademik maupun sosial, sebaliknya praktik yang buruk dapat menimbulkan ketidaknyamanan serta hambatan dalam partisipasi sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa kebersihan

menstruasi bukan hanya isu kesehatan, tetapi juga kualitas hidup remaja putri (*United Nations Children's Fund*, 2021).

Permasalahan kebersihan menstruasi secara global masih menjadi tantangan besar terutama di negara berkembang. Jutaan remaja putri belum memiliki akses memadai terhadap fasilitas air bersih, sanitasi layak, serta informasi yang benar mengenai pengelolaan menstruasi. Keterbatasan tersebut berdampak pada rendahnya praktik kebersihan menstruasi yang aman dan sehat. Remaja putri yang tidak memiliki fasilitas pendukung cenderung mengganti pembalut lebih jarang serta membersihkan diri dengan air yang tidak higienis. Kondisi ini meningkatkan risiko infeksi dan gangguan kesehatan reproduksi. Stigma sosial terkait menstruasi menyebabkan remaja enggan membicarakan permasalahan yang dialami. Hambatan tersebut memperburuk kualitas kesehatan reproduksi remaja perempuan (WHO, 2022).

Kesehatan reproduksi remaja masih menjadi perhatian dalam agenda pembangunan kesehatan nasional, menunjukkan bahwa sebagian remaja putri belum menerapkan praktik kebersihan menstruasi secara optimal. Beberapa perilaku yang masih sering ditemukan antara lain jarang mengganti pembalut sesuai anjuran waktu, kurangnya kebiasaan mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, serta teknik pembersihan genital yang kurang tepat. Rendahnya praktik kebersihan menstruasi dipengaruhi oleh keterbatasan edukasi kesehatan reproduksi serta variasi akses fasilitas sanitasi. Ketimpangan informasi antara wilayah perkotaan dan pedesaan juga memengaruhi kualitas perilaku kebersihan remaja putri. Kondisi ini menunjukkan perlunya penguatan edukasi kesehatan reproduksi berbasis sekolah (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Isu kesehatan remaja di Provinsi Bali masih menjadi perhatian karena tingginya proporsi penduduk usia sekolah dalam struktur demografi daerah. Dinas Kesehatan Provinsi Bali melaporkan bahwa kelompok usia remaja memiliki kontribusi besar dalam komposisi penduduk sehingga kualitas kesehatannya perlu dijaga secara optimal. Lingkungan perkotaan yang berkembang pesat membawa tantangan tersendiri terhadap perilaku kesehatan remaja. Paparan informasi yang luas tidak selalu diikuti dengan pemahaman yang benar mengenai kesehatan reproduksi. Fasilitas sanitasi sekolah yang belum merata juga dapat memengaruhi praktik kebersihan menstruasi siswi, sehingga intervensi berbasis sekolah menjadi strategi penting dalam meningkatkan perilaku kesehatan remaja putri di Bali (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2023).

Kota Denpasar sebagai pusat pemerintahan dan pendidikan di Bali memiliki populasi remaja usia sekolah yang cukup besar. Sekolah menengah pertama (SMP) menjadi jenjang pendidikan di mana sebagian besar siswi berada pada masa pubertas awal hingga pertengahan. Sebagian besar remaja putri di jenjang ini telah mengalami menstruasi sehingga membutuhkan dukungan fasilitas dan edukasi kebersihan menstruasi yang memadai. Lingkungan sekolah memegang peran penting dalam membentuk kebiasaan hidup bersih dan sehat melalui penyediaan sanitasi yang layak serta program edukasi kesehatan. Namun, variasi perilaku kebersihan menstruasi antar siswi masih mungkin terjadi karena perbedaan pengetahuan dan kebiasaan. Kondisi ini menunjukkan pentingnya penelitian berbasis sekolah untuk memperoleh gambaran nyata perilaku siswi (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2023).

Beberapa penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa praktik kebersihan menstruasi pada remaja masih tergolong kurang. Penelitian oleh Solehati dkk. (2018) menunjukkan bahwa lebih dari 40% remaja putri memiliki praktik personal hygiene menstruasi yang kurang baik. Penelitian lain oleh Gultom dkk.. (2021) juga menemukan bahwa sebagian besar remaja belum melakukan praktik kebersihan menstruasi secara optimal, terutama dalam frekuensi mengganti pembalut dan menjaga kebersihan organ genital. Rendahnya praktik kebersihan menstruasi dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kurangnya pengetahuan, sikap, sumber informasi, budaya yang menganggap menstruasi sebagai hal tabu, serta kurangnya dukungan fasilitas sanitasi.

SMP Negeri 12 Denpasar merupakan salah satu sekolah menengah pertama di Kota Denpasar dengan jumlah remaja putri yang cukup besar. Sebagai institusi pendidikan formal, sekolah memiliki tanggung jawab dalam mendukung kesehatan siswi melalui lingkungan yang aman dan sehat. Praktik kebersihan menstruasi siswi menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan karena berkaitan langsung dengan kesehatan reproduksi mereka. Informasi mengenai gambaran praktik kebersihan menstruasi di sekolah ini masih terbatas sehingga diperlukan penelitian untuk memperoleh data yang akurat. Data tersebut dapat menjadi dasar penyusunan program edukasi kesehatan reproduksi yang lebih tepat sasaran. Hasil penelitian juga dapat menjadi sumber informasi bagi pengembangan kebijakan kesehatan sekolah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan pada bagian latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran praktik kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 12 Denpasar?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran praktik kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 12 Denpasar

2. Tujuan khusus

Secara khusus, tujuan dari penyusunan skripsi ini adalah

1. Mengidentifikasi praktik kebersihan menstruasi pada remaja putri kelas VIII di SMP Negeri 12 Denpasar.
2. Mengidentifikasi praktik kebersihan menstruasi berdasarkan usia *menarche* di SMP Negeri 12 Denpasar.
3. Mengidentifikasi praktik kebersihan menstruasi berdasarkan perawatan genitalia di SMP Negeri 12 Denpasar

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

a. Bagi institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber wawasan dan tambahan pustaka bagi mahasiswa di Poltekkes Kemenkes Denpasar, khususnya untuk Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan dalam melakukan penelitian inovasi di masa yang akan datang.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dalam penelitian, sehingga dapat melakukan pengembangan penelitian terutama dalam lingkup kesehatan remaja khususnya kebersihan menstruasi.

2. Manfaat praktis

a. Bagi siswi,

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai praktik kebersihan menstruasi, sebagai dasar upaya menjaga kebersihan remaja putri di SMP Negeri 12 Denpasar.

b. Bagi sekolah,

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam penyusunan program edukasi kesehatan reproduksi di sekolah mengenai praktik kebersihan menstruasi.

c. Bagi tenaga kesehatan,

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan dan tambahan bagi tenaga kesehatan dalam melaksanakan tugas untuk memberikan pelayanan kepada remaja yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi remaja putri khususnya praktik kebersihan menstruasi .