

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Masa remaja merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang signifikan. Pada fase ini, individu mulai mengalami kematangan fungsi reproduksi yang memerlukan perhatian khusus, terutama dalam hal pengetahuan dan perilaku kesehatan. *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan remaja sebagai individu berusia 10–19 tahun (WHO, 2022). Di Indonesia, batasan usia remaja bervariasi, yaitu 10–18 tahun menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 dan 10–24 tahun serta belum menikah menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN, 2021). Perbedaan definisi ini menunjukkan bahwa remaja merupakan kelompok usia yang luas dan rentan terhadap berbagai permasalahan kesehatan, termasuk kesehatan reproduksi.

Perkembangan remaja saat ini menunjukkan kecenderungan memasuki pubertas lebih dini dan menghabiskan sebagian besar waktunya di lingkungan sekolah. Meskipun demikian, peningkatan perkembangan fisik tersebut belum sepenuhnya diimbangi dengan peningkatan pengetahuan dan perilaku kesehatan reproduksi yang memadai. *WHO Regional Office for South-East Asia* melaporkan bahwa tingkat pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi di kawasan Asia Tenggara, termasuk Indonesia, masih berada di bawah 40% (WHO SEARO, 2021). Rendahnya pengetahuan ini dapat berdampak pada perilaku yang tidak sehat dan meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi.

Pemerintah Indonesia telah mengatur kesehatan reproduksi remaja melalui Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan, khususnya Pasal 136 dan 137, yang menegaskan bahwa pemerintah berkewajiban menyediakan edukasi, informasi, dan layanan kesehatan bagi remaja. Namun, dalam pelaksanaannya, edukasi kesehatan reproduksi di lingkungan sekolah masih belum merata dan belum sepenuhnya terstruktur, sehingga belum mampu menjangkau seluruh remaja secara optimal (Susanti dkk., 2021).

Permasalahan kesehatan reproduksi remaja juga berkaitan erat dengan ketersediaan fasilitas sanitasi. Laporan UNICEF (2021) menyebutkan bahwa hingga saat ini masih terdapat sekitar 2 miliar penduduk dunia yang belum memiliki akses terhadap sanitasi layak. Ketersediaan fasilitas *water, sanitation, and hygiene* sangat penting dalam mendukung manajemen kebersihan menstruasi yang aman dan sehat bagi remaja putri. Secara demografis, sekitar 20% populasi dunia merupakan kelompok remaja, dan Indonesia termasuk lima besar negara dengan jumlah penduduk remaja terbanyak. Kondisi ini menunjukkan bahwa permasalahan kesehatan reproduksi remaja merupakan isu strategis yang perlu mendapat perhatian serius.

Remaja putri merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap gangguan kesehatan reproduksi, terutama yang berkaitan dengan kebersihan saat menstruasi. Penelitian menunjukkan bahwa sekitar 30% remaja putri usia 15–24 tahun di Indonesia pernah mengalami gangguan kesehatan reproduksi dalam satu tahun terakhir, termasuk infeksi genitalia. Secara global, prevalensi infeksi saluran reproduksi (ISR) pada remaja mencapai 35–42%, lebih tinggi dibandingkan

kelompok usia dewasa. Jenis infeksi yang sering ditemukan meliputi kandidiasis, vaginosis bakteri, dan trikomoniasis

Di kawasan Asia Tenggara, perempuan Indonesia memiliki risiko lebih tinggi mengalami infeksi saluran reproduksi akibat faktor iklim tropis yang panas dan lembap. Sebanyak 77% kasus infeksi saluran reproduksi disebabkan oleh jamur *Candida albicans* yang mudah berkembang pada kondisi lembap, terutama saat menstruasi. Rendahnya pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* yang tidak tepat, seperti jarang mengganti pembalut, cara membersihkan area genitalia yang salah, serta penggunaan pakaian dalam yang tidak sesuai, menjadi faktor utama meningkatnya risiko gangguan kesehatan reproduksi pada remaja putri (Profil Kesehatan Indonesia, 2022).

*Personal hygiene* saat menstruasi merupakan bagian penting dari manajemen kebersihan menstruasi yang berperan dalam menjaga kesehatan organ reproduksi. Perilaku *personal hygiene* yang kurang baik selama menstruasi dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, seperti gatal-gatal, keputihan, vaginitis, infeksi jamur, infeksi saluran kemih, hingga infeksi saluran reproduksi. Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa angka kejadian infeksi saluran reproduksi masih berkisar antara 90–100 kasus per 100.000 penduduk per tahun, yang salah satunya dipengaruhi oleh perilaku kebersihan diri yang kurang baik (Kemenkes RI, 2022).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa perilaku *personal hygiene* menstruasi dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri. Penelitian Widarini (2022) menemukan bahwa 37,14% remaja putri memiliki perilaku *personal hygiene* menstruasi yang buruk dan remaja dengan pengetahuan rendah memiliki

risiko 2,72 kali lebih besar untuk berperilaku tidak sehat. Penelitian Puspawarna (2024) juga menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar siswi memiliki pengetahuan dan sikap yang baik, masih terdapat sekitar 30% siswi dengan perilaku *personal hygiene* yang buruk dan mengalami keputihan. Pada penelitian Virgian (2025) yang dilakukan pada remaja tunagrahita masih ditemukan perilaku kurang dalam menjaga kebersihan diri terkait kesehatan reproduksi temuan ini menunjukkan bahwa perilaku kebersihan menstruasi masih menjadi permasalahan kesehatan reproduksi remaja yang belum sepenuhnya teratasi.

Sehubungan dengan permasalahan tersebut, diperlukan pemahaman yang komprehensif mengenai manajemen kebersihan menstruasi yang sesuai dengan standar kesehatan. Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) merupakan upaya sistematis dalam menjaga kebersihan dan kesehatan selama menstruasi agar terhindar dari risiko infeksi dan gangguan kesehatan reproduksi.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menjelaskan bahwa MKM mencakup penggunaan pembalut yang bersih dan aman, penggantian pembalut secara teratur setiap 4–6 jam, pembuangan pembalut yang tepat, serta ketersediaan fasilitas sanitasi seperti toilet yang bersih, air, dan sabun. Selain itu, pemenuhan gizi dan aktivitas fisik yang sesuai juga mendukung kondisi kesehatan remaja selama menstruasi. Berdasarkan pedoman tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang manajemen kebersihan menstruasi sesuai indikator yang direkomendasikan.

Data profil wilayah kerja UPTD Puskesmas Pupuan I menunjukkan bahwa jumlah penduduk yang menjadi sasaran pelayanan kesehatan mencapai 29.012 jiwa, yang terdiri dari 14.585 laki-laki dan 14.427 perempuan (Pemkab Tabanan,

2026). Besarnya jumlah penduduk sasaran pelayanan kesehatan menunjukkan pentingnya pelaksanaan program promotif dan preventif, termasuk edukasi kesehatan reproduksi dan perilaku kebersihan diri remaja. Fasilitas pelayanan kesehatan primer memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan masyarakat melalui program kesehatan masyarakat dan pelayanan kesehatan remaja.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal di SMP Negeri 3 Pupuan, diperoleh gambaran awal terkait *personal hygiene*. Hasil wawancara dengan 8 orang siswa menunjukkan bahwa 4 diantaranya mengatakan belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai *personal hygiene* serta 2 orang siswa menyampaikan keluhan terkait penggunaan pakaian dalam yang kurang sesuai. Selain itu, hasil wawancara dengan petugas Kesehatan di UPTD Puskesmas Pupuan I mengatakan terdapat siswa yang mengalami rasa gatal atau rasa tidak nyaman, serta merasa kurang percaya diri saat menstruasi. Petugas Kesehatan juga menyampaikan bahwa belum pernah dilakukan penyuluhan khusus mengenai *personal hygiene* kesehatan reproduksi pada saat menstruasi di sekolah tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri masih menjadi permasalahan kesehatan yang perlu mendapat perhatian khusus. Hingga saat ini belum terdapat data yang secara spesifik menggambarkan pengetahuan dan sikap *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi di SMP Negeri 3 Pupuan. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang menggambarkan pengetahuan dan sikap remaja putri dalam menjaga *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 3 Pupuan sebagai data dasar dalam

perencanaan dan pengembangan program edukasi kesehatan reproduksi remaja yang lebih efektif dan berkelanjutan.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran pengetahuan remaja putri tentang manajemen kebersihan menstruasi?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri terhadap manajemen kebersihan menstruasi.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang manajemen kebersihan menstruasi secara umum.
- b. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri berdasarkan sub-indikator manajemen kebersihan menstruasi.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah dalam pengembangan ilmu kebidanan, khususnya Kesehatan reproduksi remaja terkait manajemen kebersihan menstruasi.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Remaja**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai manajemen kebersihan menstruasi sehingga mampu menerapkan praktik kebersihan yang benar selama menstruasi.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai dasar dalam merancang program penyuluhan atau edukasi Kesehatan reproduksi remaja.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi atau data dasar untuk penelitian lanjutan yang berkaitan dengan Kesehatan reproduksi dan manajemen kebersihan menstruasi.