

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Menstruasi diartikan sebagai pendarahan akibat luruhnya lapisan endometrium dan terjadi secara periodik. Siklus menstruasi atau jarak antara menstruasi idealnya memiliki rentang 21-35 hari, dengan rata-rata siklusnya setiap 28 hari (Purwati & Muslikhah, 2020). Menstruasi juga diartikan sebagai proses keluarnya darah, lendir serta puing sel dari lapisan rahim dan terjadi setelah ovulasi kurang lebih 14 hari (Ilham, Islamy, Hamidi, & Sari, 2022). *Personal hygiene* yang baik selama menstruasi berlangsung bertujuan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan diri, dengan terjaganya *personal hygiene* pada saat menstruasi dapat meningkatkan derajat kesehatan.

Menurut WHO, *menstrual hygiene* diartikan sebagai perawatan kebersihan diri dengan konsep bersih dan dilakukan saat perempuan mengalami menstruasi . Saat menstruasi menjaga kebersihan organ reproduksi sangatlah penting, menurut Kemenkes RI saat menstruasi terjadi organ wanita sangat rentan terhadap bakteri atau infeksi akibat kelembabanya (Anggi & Nurjanah, 2023). Kesalahpahaman praktik kebersihan diri pada saat menstruasi dapat menimbulkan berbagai macam kerugian organ reproduksi (Gustina & Djannah, 2015). Praktik *menstrual hygiene* tidak hanya sekedar membasuh organ reproduksi saat menstruasi, namun juga meliputi penggunaan pembalut, waktu mengganti pembalut, jenis pembalut yang digunakan dan masih banyak lagi. *Menstrual hygiene* yang kurang tepat tentunya

dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya gangguan organ reproduksi dan inflamasi pada wanita. Pemikiran yang tabu serta stigma yang ada dalam masyarakat inilah yang dapat mempengaruhi kurang baiknya praktik *menstrual hygiene* yang ada di masyarakat itu sendiri (Wahyudi & Riastawaty, 2023).

Remaja sebagai salah satu masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa menjadi umur yang krusial terkait *menstrual hygiene*. Merawat dan menjaga organ reproduksi saat remaja terutamanya pada saat sudah mengalami menstruasi sangat penting dan menjadi waktu terbaik. Sebab, pada saat remaja inilah dapat menjadi aset jangka panjang guna meminimalisir terjadinya gangguan kesehatan reproduksi (Fadilasani, Sugito, & Purnamasari, 2023). Pembelajaran tentang kebersihan menstruasi merupakan salah satu aspek penting terutama bagi remaja, karena pola yang sudah diterapkan saat remaja akan berpengaruh pada kehidupan selanjutnya. *Menstrual hygiene* juga dapat menjadi bekal remaja akan kebersihan dalam berperan serta berperilaku (Anggi & Nurjanah, 2023).

Kebanyakan wanita mendapatkan pendidikan tentang *menstrual hygiene* dari lembaga pendidikan formal atau kadang keluarga. Namun, beberapa remaja menganggap tabu membahas terkait *menstrual hygiene*. Pengetahuan remaja akan kesehatan reproduksi tentunya sangat penting bagi pribadi masing-masing. Dengan pengetahuan yang cukup tentunya remaja dapat mempertanggungjawabkan organ reproduksinya sendiri. Baik bagaimana organ reproduksi digunakan dan bagaimana organ reproduksi itu dibersihkan. Pada dasarnya pengetahuan remaja mengenai *menstrual hygiene* yang baik penting bagi wanita. Mengingat siklus menstruasi yang terjadi secara berulang dan terjadi setiap bulannya. Oleh karena itu, penerapan praktik *menstrual hygiene* yang baik

dapat berpengaruh positif pada kesehatan organ reproduksi. Perilaku abai terhadap personal hygiene terutama saat menstruasi dapat mengakibatkan peningkatan penyakit yang berhubungan organ reproduksi.

Permasalahan organ reproduksi dapat timbul pada wanita antara lain keputihan, infeksi saluran kemih (ISK), kanker serviks, radang panggul (*pelvic inflammatory disease*), Vaginosis bakterialis (Fadilasani, Sugito, and Purnamasari 2023). Salah satu penyakit organ reproduksi terbanyak yang diderita wanita adalah kanker serviks. Berdasarkan data *Global Cancer Observatory* 2018, prevalensi kanker serviks di dunia sebanyak 569.847 atau sebanyak 6,6% dari total kasus kanker yang ada. Di Indonesia sendiri angka kanker serviks sebanyak 9,3% atau 32.469 kasus dari jumlah total kasus dan sebagai kanker nomor 2 terbanyak pada wanita (Sabaruddin, Kubillawati, & Rohmawati, 2021). Kanker serviks dikategorikan sebagai penyakit pembunuh wanita nomor 1 di Indonesia pada tahun 2004, dan sebanyak 45% diantaranya diakibatkan oleh bakteri serta jamur (Hanissa, Nasution, & Arsyati, 2017). Timbulnya jamur dan bakteri pada organ reproduksi dapat disebabkan karena kurangnya menjaga kebersihan sebab area ini lembab.

Dari data yang ada, tingginya kejadian permasalahan organ reproduksi di Indonesia menjadi salah satu bukti bahwa wanita kurang menjaga kebersihan organ reproduksi. Terutama saat menstruasi terjadi sebab organ reproduksi pada saat ini menjadi sangat lembab. Menarche yang dialami remaja dan tidak diimbangi dengan kebiasaan baik menjaga kebersihan diri tentu dapat berakibat buruk jika dibiarkan. Oleh karena pola yang diterapkan saat remaja dapat berkelanjutan pada masa mendatang, peneliti ingin melakukan penelitian

mengenai Gambaran Praktik *Menstrual Hygiene* Pada Remaja Sekolah Menengah Pertama.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah yang dapat diambil adalah “Bagaimana gambaran praktik *menstrual hygiene* pada remaja putri di jenjang sekolah menengah pertama?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah menggambarkan praktik *menstrual hygiene* yang dilakukan oleh remaja.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Secara teoritis dengan adanya penelitian ini hasilnya dapat digunakan menjadi bahan kajian serta referensi untuk dapat dikembangkan dalam penelitian lainnya.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### 1) Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai referensi dan bahan acuan pengembangan penelitian selanjutnya tentang *menstrual hygiene*.

#### 2) Bagi Peneliti

Penelitian ini bermanfaat sebagai pembelajaran dan pengetahuan tambahan mengenai bagaimana praktik *menstrual hygiene* pada remaja putri.