BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan proses biologis alami yang dialami oleh perempuan, khususnya remaja putri sebagai bagian dari perkembangan reproduksi. Pada masa ini, penerapan kebersihan diri saat periode menstruasi menjadi hal yang penting karena berkaitan dengan kesehatan reproduksi, kenyamanan, dan aktivitas sehari-hari remaja putri. Namun, kenyataannya masih banyak remaja yang tidak memahami secara menyeluruh apa yang terjadi pada tubuh mereka saat menstruasi, terutama mengenai cara menjaga kebersihan diri selama periode tersebut atau yang bisa disebut *menstrual hygiene* (Hanum et al., 2021).

Rendahnya pemahaman remaja putri terhadap kebersihan organ reproduksi dapat berdampak pada terganggunya keseimbangan pH serta menurunnya daya tahan alami tubuh, sehingga meningkatkan risiko terjadinya Infeksi Saluran Reproduksi (ISR), seperti keputihan, vaginitis, hingga pruritus vulvae. Berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan RI tahun 2014, jumlah kasus Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) akibat perilaku kebersihan yang tidak memadai masih tergolong tinggi, dengan estimasi 90 hingga 100 kasus per 100.000 penduduk setiap tahun. Kelompok remaja termasuk yang paling rentan, dengan prevalensi mencapai 35%–42%. Temuan kasus ini menegaskan pentingnya menjaga kebersihan area

kewanitaan selama menstruasi guna mencegah infeksi yang dapat mengganggu kesehatan reproduksi (Milla, 2023).

Bahkan, di banyak lingkungan sekolah, topik ini masih dianggap tabu, sehingga remaja putri merasa malu untuk bertanya atau berdiskusi lebih lanjut terkait menstruasi. Penelitian studi kasus di tingkat SMP, menunjukkan bahwa hanya sekitar 50% siswi memiliki pengetahuan baik, dan sebagian besar belum nyaman membahas topik ini, sehingga masih mengandalkan teman sebaya yang bisa salah kaprah . Hal ini menyebabkan munculnya miskonsepsi seperti larangan mandi, larangan keramas, atau pembatasan aktivitas fisik selama haid (R. Gunawan et al., 2024).

Fakta tersebut diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh (Nurhayati & Husnul Qothimah, 2023), menemukan bahwa masih banyak remaja putri di tingkat SMP yang memiliki pengetahuan kurang tentang kebersihan diri saat menstruasi, yang berdampak pada perilaku higiene yang kurang tepat. Sementara itu, menurut penelitian di Jawa Timur, menunjukkan bahwa sebanyak 62,5% remaja putri memiliki perilaku kurang baik dalam menjaga kebersihan saat menstruasi, yang secara tidak langsung mencerminkan masih rendahnya tingkat pengetahuan tentang *menstrual hygiene* di daerah tersebut (Ghofur et al., 2023). Tingginya angka remaja putri dengan praktik *menstrual hygiene* yang buruk menjadi indikator kuat bahwa pemahaman mengenai konsep kebersihan menstruasi belum menyeluruh.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mayta Sari Dwianggimawati (2022) di SMA Negeri 2 Karangan, Kabupaten Trenggalek, dari 116 siswi

yang menjadi sampel penelitian, ditemukan sebanyak 33 siswi (28,45%) mengalami tanda dan gejala infeksi saluran kemih (ISK). Hasil penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa remaja putri yang memiliki perilaku *personal hygiene* kurang baik, terutama saat menstruasi, memiliki risiko 9,7 kali lebih besar mengalami ISK dibandingkan dengan remaja yang menjaga kebersihan dengan baik. Kondisi ini erat kaitannya dengan kebiasaan sehari-hari yang kurang tepat, seperti jarang mengganti pembalut, menahan buang air kecil, atau cara membasuh area genital yang tidak benar. Tingginya angka kejadian ISK di kalangan remaja putri menunjukkan bahwa pemahaman mereka mengenai pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi masih rendah.

Situasi tersebut menegaskan perlunya edukasi kesehatan reproduksi, khususnya mengenai *menstrual hygiene*, sejak usia sekolah baik di tingkat SMP maupun SMA. Upaya edukasi yang tepat diharapkan dapat membantu mencegah infeksi saluran kemih, meningkatkan kesadaran remaja dalam menjaga kebersihan dirinya, serta menumbuhkan kebiasaan hidup bersih dan sehat yang berkelanjutan (Mayta Sari Dwianggimawati, 2022).

Minimnya pemahaman ini berpotensi menimbulkan masalah kesehatan seperti infeksi saluran reproduksi, rasa tidak nyaman saat menstruasi, serta penurunan rasa percaya diri. Oleh karena itu, edukasi kesehatan yang tepat dan berkelanjutan menjadi sangat penting, terutama yang disesuaikan dengan kebutuhan dan karakteristik remaja. Salah satu pendekatan yang dianggap efektif dalam memberikan edukasi kepada remaja adalah *peer*

education, yaitu metode penyampaian informasi melalui teman sebaya. Dengan pendekatan ini, remaja akan merasa lebih nyaman karena tidak ada kesenjangan antara pemberi dan penerima informasi. Selain pendekatan, pemilihan media edukasi juga memegang peranan penting. Buku saku dapat digunakan saat kegiatan edukasi berlangsung untuk memperjelas isi materi secara visual serta bisa menjadi media penguat yang dapat dibaca ulang oleh remaja secara mandiri.

Namun, berdasarkan penelusuran literatur, masih terbatas penelitian kualitatif yang mengkaji secara mendalam peran *peer educator* dengan bantuan media buku saku dalam edukasi kesehatan tentang *menstrual hygiene*, khususnya di tingkat SMP. Padahal, kombinasi pendekatan *peer education* dan media buku saku memiliki peluang yang signifikan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja putri terhadap pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi.

Sejalan dengan kondisi tersebut, hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 1 Pogalan Trenggalek menunjukkan bahwa kegiatan edukasi kesehatan reproduksi remaja memang sudah pernah dilaksanakan di sekolah. Namun, materi yang diberikan masih bersifat umum, seperti mengenai pubertas, pergaulan sehat, serta kesehatan reproduksi secara umum. Hingga saat ini, belum pernah dilakukan edukasi yang secara khusus berfokus pada *menstrual hygiene* bagi remaja putri. Kondisi ini menegaskan bahwa diperlukan adanya intervensi edukasi yang lebih spesifik dan mendalam mengenai *menstrual hygiene* agar remaja putri memiliki

pemahaman yang baik dalam menjaga kebersihan saat menstruasi untuk mencegah berbagai masalah kesehatan reproduksi seperti keputihan maupun infeksi saluran kemih, serta untuk menumbuhkan rasa nyaman dan percaya diri dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, diperlukan suatu upaya edukasi yang tidak hanya informatif tetapi juga menarik dan sesuai dengan karakteristik remaja. Pemanfaatan *peer educator* sebagai pendidik sebaya dengan dukungan media buku saku dapat menjadi salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai *menstrual hygiene* di SMP Negeri 1 Pogalan Trenggalek.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam melalui penelitian berjudul *"Studi Kasus Peran Peer Education Menggunakan Media Buku Saku dalam Meningkatkan Pemahaman Remaja Putri tentang Menstrual Hygiene di SMP Negeri 1 Pogalan Trenggalek."* Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan strategi promosi kesehatan yang efektif, sesuai dengan kebutuhan remaja, serta mendorong terbukanya ruang diskusi mengenai kesehatan reproduksi yang selama ini masih dianggap sensitif.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana peran *peer education* menggunakan media buku saku dalam meningkatkan pemahaman remaja putri tentang menstrual hygiene di SMP Negeri 1 Pogalan Trenggalek?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Untuk menggambarkan secara mendalam peran peer education menggunakan media buku saku dalam meningkatkan pemahaman remaja putri tentang menstrual hygiene di SMP Negeri 1 Pogalan Trenggalek.

2. Tujuan Khusus

   a. Menggambarkan bagaimana peran *peer education* dalam menyampaikan edukasi *menstrual hygiene* dengan menggunakan media buku saku.

   b. Menggambarkan pemahaman remaja putri setelah mendapatkan edukasi *menstrual hygiene* dari *peer education* dengan bantuan media buku saku.

   c. Menganalisis peran *peer education* dalam meningkatkan pemahaman remaja putri tentang *menstrual hygiene*.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup promosi kesehatan dalam penelitian ini mencakup peran promosi kesehatan sebagai fasilitator dalam edukasi *menstrual hygiene* melalui *peer education* dengan media buku saku. Penelitian ini berfokus pada pemahaman, pengalaman, dan respon remaja putri SMP terhadap proses edukasi tersebut dalam konteks pemberdayaan dan komunikasi kesehatan secara partisipatif.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

   Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu promosi kesehatan, khususnya mengenai pendekatan edukasi kesehatan reproduksi remaja melalui *peer education* dan pemanfaatan media buku saku. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi dasar atau referensi untuk penelitian selanjutnya yang menggunakan pendekatan kualitatif di bidang serupa.

2. Manfaat Praktik

   a. Untuk sekolah

      Memberikan gambaran dan masukan tentang pentingnya pelaksanaan edukasi *menstrual hygiene* secara partisipatif, serta mendorong penerapan kegiatan *peer education* di lingkungan sekolah.

   b. Untuk remaja putri

      Menambah pengetahuan dan pemahaman tentang *menstrual hygiene* sehingga mampu menerapkan perilaku menjaga kebersihan dan kesehatan reproduksi yang lebih baik.

   c. Untuk peer educator

      Memberikan pengalaman dalam menyampaikan edukasi kesehatan dengan media buku saku, sehingga dapat meningkatkan kemampuan komunikasi dan perannya sebagai pendidik sebaya.

d. Untuk peneliti

Memberikan pengalaman langsung dalam melaksanakan penelitian kualitatif, khususnya dalam hal pengumpulan dan analisis data, serta memperdalam pemahaman terhadap proses edukasi kesehatan berbasis partisipasi.