

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa remaja merupakan periode transisi penting dari masa anak-anak menuju dewasa yang ditandai oleh perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Salah satu tanda kematangan organ reproduksi pada remaja putri adalah terjadinya menstruasi. Meskipun merupakan proses biologis yang normal, menstruasi sering kali menimbulkan tantangan tersendiri bagi remaja, terutama dalam hal pengelolaan kebersihan menstruasi. Ketidakmampuan dalam mengelola kebersihan menstruasi dapat berdampak pada kesehatan reproduksi, seperti terjadinya infeksi saluran kemih dan infeksi saluran reproduksi, serta berpengaruh terhadap kehadiran remaja di sekolah (Chinyama et al., 2019)

Fenomena terkini menunjukkan bahwa kesadaran akan pentingnya kebersihan menstruasi (MHM) semakin mendapat perhatian melalui kampanye global seperti *Menstrual Hygiene Day* dan program nasional kesehatan remaja oleh Kementerian Kesehatan RI. MHM sendiri didefinisikan sebagai praktik perempuan dalam mengelola menstruasi secara aman dan higienis, yang mencakup penggunaan pembalut bersih, penggantian secara teratur, menjaga kebersihan tubuh, serta ketersediaan fasilitas air, sanitasi, dan tempat pembuangan limbah yang memadai (Hennegan et al., 2020)

Selain keterbatasan fasilitas, faktor sosial dan budaya juga sangat berpengaruh terhadap perilaku kebersihan menstruasi remaja. Norma yang masih menganggap menstruasi sebagai tabu membuat remaja enggan membicarakannya, sehingga berdampak pada rendahnya pengetahuan dan praktik higienis (Chinyama et al., 2019); Parajuli et al., 2021). Dalam hal ini, keluarga memegang peran penting sebagai sumber informasi dan dukungan. Remaja yang mendapat edukasi, bimbingan, serta fasilitas dari keluarga terbukti memiliki praktik kebersihan menstruasi yang lebih baik (Saputri & Lestari, 2020; Kumbeni et al., 2021).

Data UNICEF (2020) mengungkapkan bahwa 1 dari 2 remaja putri di Indonesia masih memiliki keterbatasan akses informasi misalnya edukasi kesehatan reproduksi dan cara mengganti pembalut dengan benar serta fasilitas seperti toilet yang bersih, air mengalir, tempat cuci tangan, dan tempat pembuangan pembalut tertutup untuk mengelola menstruasi dengan baik. Akibatnya, banyak remaja yang mengganti pembalut terlalu jarang, tidak mencuci tangan

sebelum dan sesudah mengganti pembalut, atau merasa malu membicarakan menstruasi, yang dapat menimbulkan dampak kesehatan seperti meningkatnya risiko infeksi saluran reproduksi, bacterial vaginosis, hingga toxic shock syndrome jika praktik higienis diabaikan [(Chinyama et al., 2019)]

Keterbatasan akses terhadap pembalut dan fasilitas sanitasi masih menjadi tantangan besar bagi remaja putri di Indonesia. Data Kementerian Kesehatan RI (2023) menunjukkan bahwa sekitar 15–20% remaja perempuan pernah tidak masuk sekolah selama menstruasi karena keterbatasan fasilitas kebersihan yang ramah remaja, seperti toilet bersih, air mengalir, sabun cuci tangan, dan tempat pembuangan pembalut tertutup. Kondisi ini diperparah oleh ketidakmampuan sebagian keluarga membeli produk menstruasi yang layak dan kurangnya edukasi mengenai cara menjaga kebersihan saat menstruasi.

Penelitian Balqis et al. (2023) terhadap 465 remaja di Jawa Timur menemukan bahwa 65% remaja memiliki pengetahuan rendah tentang menstruasi, dan hampir tiga perempat responden menyebutkan sekolah tidak menyediakan pembalut cadangan. Hasil serupa juga dilaporkan oleh Rosmina et al. (2018) di Sulawesi Selatan, bahwa 70,21% remaja putri memiliki perilaku penggunaan pembalut yang kurang tepat, serta hanya 57% memiliki pengetahuan baik tentang kebersihan menstruasi. Keterbatasan ini meningkatkan risiko terjadinya masalah kesehatan reproduksi, seperti infeksi saluran kemih dan infeksi saluran reproduksi, akibat praktik kebersihan yang tidak sesuai anjuran (Rosmina et al., 2018)

Selain itu, Mahrani (2023) menegaskan bahwa dukungan ibu dan ketersediaan fasilitas sanitasi di rumah menjadi faktor dominan dalam praktik kebersihan menstruasi remaja di Aceh Singkil (Odds Ratio = 8,329). Dukungan orang tua yang memadai, penyediaan air bersih, serta komunikasi yang terbuka tentang menstruasi terbukti meningkatkan perilaku kebersihan menstruasi. Hasil ini sejalan dengan penelitian Achmad et al. (2024) di Surabaya, yang menemukan bahwa frekuensi ganti pembalut berhubungan signifikan dengan risiko infeksi genitalia ( $p = 0,024$ ). Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa akses terhadap pembalut, fasilitas sanitasi, dan dukungan keluarga memiliki peran penting dalam membentuk perilaku kebersihan menstruasi yang sehat dan aman bagi remaja perempuan di Indonesia.

Salah satu faktor penting yang memengaruhi perilaku kebersihan menstruasi remaja adalah dukungan keluarga. Keluarga, terutama ibu, merupakan sumber informasi utama mengenai menstruasi dan sering menjadi tempat pertama remaja memperoleh pengetahuan

terkait kesehatan reproduksi. Dukungan keluarga dapat berbentuk berbagai instrumen, mulai dari dukungan informasi (edukasi tentang proses menstruasi, cara menggunakan dan mengganti pembalut, menjaga kebersihan tubuh, serta pemilihan celana dalam yang tepat), dukungan instrumental (penyediaan sarana kebersihan seperti pembalut, air bersih, sabun, tempat sampah tertutup, dan fasilitas sanitasi di rumah), dukungan emosional (mendampingi, memberi penguatan, dan membuat remaja merasa nyaman saat menghadapi menstruasi), hingga dukungan penilaian (memberi apresiasi atau penguatan positif agar remaja percaya diri mengelola kebersihannya).

Penelitian di Kota Semarang menunjukkan bahwa remaja dengan dukungan keluarga yang baik memiliki pengetahuan, sikap, dan perilaku kebersihan menstruasi Islami yang lebih baik dibandingkan remaja tanpa dukungan (Perdana et al., 2023). Hasil serupa ditemukan di Bogor, yang memperlihatkan adanya hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan praktik kebersihan saat menarche ( $p=0,015$ ) (Perdana et al., 2023). Sebaliknya, remaja yang tidak mendapat dukungan keluarga cenderung merasa malu, bingung, dan kurang percaya diri dalam mengelola menstruasi, sehingga lebih rentan melakukan praktik kebersihan yang kurang tepat. Tinjauan literatur oleh Adyani et al. (2022) juga menegaskan bahwa dukungan keluarga merupakan salah satu faktor utama yang memengaruhi manajemen kebersihan menstruasi remaja putri.

Menjaga kebersihan menstruasi tidak hanya bergantung pada pengetahuan individu, tetapi juga dipengaruhi oleh dukungan lingkungan, khususnya keluarga. Dukungan keluarga dapat memberikan bimbingan, motivasi, serta fasilitas yang diperlukan remaja untuk menerapkan praktik kebersihan menstruasi yang benar. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga yang baik berhubungan positif dengan perilaku kebersihan menstruasi pada remaja (Muna, 2023). Namun, hasil penelitian lain mengungkapkan adanya perbedaan temuan di beberapa daerah sedangkan penelitian di Semarang justru menemukan hubungan yang signifikan antara keduanya (Adyani et al. (2022)). Berdasarkan Data Survei Kesehatan Indonesia (2023), sebanyak 14,2% remaja putri di Indonesia belum menerapkan praktik kebersihan menstruasi dengan baik, salah satunya disebabkan kurangnya informasi dan dukungan dari keluarga. Kondisi ini juga ditemukan di lingkungan sekolah, di mana sebagian remaja belum memahami pentingnya personal hygiene saat menstruasi dan mengalami keterbatasan akses terhadap sarana sanitasi yang memadai.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada 10 siswi kelas IX SMP Negeri 3 Gantiwarno menunjukkan bahwa sebagian besar masih menghadapi kendala dalam menjaga kebersihan saat menstruasi. Berdasarkan hasil wawancara, diketahui bahwa 7 siswi (70%) memiliki pengetahuan yang masih kurang mengenai praktik kebersihan menstruasi, seperti pentingnya mengganti pembalut setiap 4–6 jam, menjaga kebersihan organ reproduksi, serta cara membuang pembalut dengan benar.

Pada aspek kebiasaan, ditemukan bahwa 6 siswi (60%) hanya mengganti pembalut 1–2 kali selama berada di sekolah, khususnya pada hari pertama dan kedua menstruasi yang umumnya memiliki volume darah lebih banyak. Padahal, frekuensi penggantian yang tidak sesuai anjuran dapat menimbulkan kelembapan berlebih dan meningkatkan risiko infeksi pada area genital. Selain itu, sekitar 5 siswi (50%) mengaku belum konsisten menggunakan celana dalam berbahan katun serta sering menunda mengganti pakaian dalam meskipun terasa lembap. Kondisi ini berdampak pada kesehatan reproduksi, terbukti dari adanya 4 siswi (40%) yang melaporkan pernah mengalami keputihan selama periode menstruasi.

Hasil ini menunjukkan bahwa praktik kebersihan menstruasi pada sebagian siswi masih belum optimal. Oleh karena itu, diperlukan pendidikan kesehatan reproduksi dan dukungan dari keluarga maupun sekolah untuk meningkatkan pengetahuan serta perilaku kebersihan menstruasi. Keluarga, terutama ibu, berperan penting dalam memberikan edukasi dan teladan mengenai cara menjaga kebersihan diri saat menstruasi, termasuk cara mengganti pembalut dengan benar, menjaga kebersihan organ intim, dan memilih pakaian yang sesuai.

Selain itu, hasil wawancara juga menunjukkan bahwa sekitar 36% siswi menghadapi kendala terkait fasilitas sanitasi di sekolah, seperti tidak tersedianya sabun, dan belum adanya tempat pembuangan pembalut tertutup yang memadai. Kondisi ini menyulitkan siswi untuk mengganti pembalut secara nyaman di lingkungan sekolah. Faktor lain yang turut memengaruhi adalah minimnya dukungan keluarga, baik dalam bentuk penyediaan sarana kebersihan di rumah maupun pemberian pengarahan tentang pentingnya menjaga kebersihan saat menstruasi.

Beberapa siswi juga masih memiliki kebiasaan yang kurang tepat, seperti hanya mengganti pembalut dua kali sehari atau bahkan tidak mengganti pembalut apabila tidak terjadi kebocoran. Praktik tersebut dapat meningkatkan risiko iritasi kulit, infeksi saluran kemih, maupun infeksi saluran reproduksi. Oleh karena itu, dukungan keluarga yang mencakup

dukungan emosional, informasional, dan instrumental menjadi hal yang sangat penting bagi remaja dalam membentuk perilaku kebersihan menstruasi yang sehat.

Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti Hubungan dukungan keluarga dengan perilaku kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 3 Gantiwarno.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana hubungan dukungan keluarga dengan perilaku kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 3 Gantiwarno?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mendiskripsikan hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 3 Gantiwarno.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden (umur, kelas, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, sumber informasi menstruasi) pada remaja putri di SMP Negeri 3 Gantiwarno.
- b. Mengidentifikasi tingkat dukungan keluarga yang diberikan kepada remaja putri di SMP Negeri 3 Gantiwarno.
- c. Mendeskripsikan perilaku kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 3 Gantiwarno.
- d. Menganalisis hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 3 Gantiwarno.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Menambah khasanah ilmu pengetahuan di bidang kesehatan reproduksi remaja, khususnya mengenai hubungan dukungan keluarga dengan perilaku kebersihan menstruasi.
- b. Menjadi bahan referensi bagi penelitian serupa di masa mendatang.

## 2. Manfaat Praktis

- a. **Bagi Remaja Putri:** Memberikan pemahaman tentang pentingnya kebersihan menstruasi dan mendorong keterbukaan berkomunikasi dengan keluarga.
- b. **Bagi Keluarga:** Memberikan masukan untuk meningkatkan dukungan, baik berupa informasi, sarana, maupun dukungan emosional kepada remaja saat menstruasi.
- c. **Bagi Sekolah:** Memberikan bahan pertimbangan dalam menyusun program edukasi kesehatan reproduksi dan penyediaan fasilitas kebersihan di sekolah.
- d. **Bagi Tenaga Kesehatan:** Menjadi dasar untuk membuat program penyuluhan atau intervensi yang efektif terkait kesehatan reproduksi remaja.

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Author, Tahun	Judul Penelitian	Metode & Sampling	Hasil	Perbedaan dengan peneliti
1.	Perdana et al., 2023	Pengaruh dukungan keluarga terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku kebersihan menstruasi Islami pada remaja putri di kota Semarang	Kuantitatif, cross sectional, 120 responden, teknik proportional random sampling	Ada hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan perilaku kebersihan menstruasi Islami	Perbedaan terletak pada variabel terikat (perilaku kebersihan menstruasi umum vs Islami), teknik sampling (total sampling vs proportional random), dan instrumen penelitian.
2.	Perdana et al., 2023	Hubungan dukungan keluarga dengan personal hygiene saat menarche pada siswi SD di Bogor	Kuantitatif, cross sectional, 80 responden, purposive sampling	Ada hubungan signifikan ( $p=0.015$ ) antara dukungan keluarga dengan personal hygiene saat menarche	Perbedaan terletak pada variabel terikat (personal hygiene saat menarche vs perilaku kebersihan menstruasi umum), teknik sampling (total sampling vs purposive), dan instrumen penelitian.

No	Author, Tahun	Judul Penelitian	Metode & Sampling	Hasil	Perbedaan dengan peneliti
3.	Adyani et al., 2022	Dukungan keluarga dan teman sebaya terhadap praktik kebersihan menstruasi: Kajian literasi	Kajian literatur (review article) dari berbagai penelitian sebelumnya	Dukungan keluarga dan teman sebaya berperan penting dalam perilaku kebersihan menstruasi	Perbedaan terletak pada variabel terikat (kajian literatur vs perilaku kebersihan menstruasi umum dengan instrumen kuesioner), teknik sampling (literatur review vs total sampling), dan instrumen penelitian.
4.	Hennega n et al., 2019	Menstrual hygiene management and adolescent health: A systematic review	Systematic review dari berbagai penelitian internasional mengenai manajemen kebersihan menstruasi	Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga, akses informasi, dan fasilitas kebersihan sangat berpengaruh terhadap praktik kebersihan menstruasi remaja.  Penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga dan lingkungan sangat memengaruhi perilaku dan kesiapan remaja dalam menghadapi menstruasi	Perbedaan terletak pada desain penelitian (systematic review vs kuantitatif cross sectional) serta lokasi penelitian yang dilakukan secara global.
5.	Sommer et al., 2015	A comparison of the menstruation and education	Kuantitatif dengan pendekatan cross sectional pada remaja putri sekolah		Perbedaan penelitian terletak pada lokasi penelitian (luar negeri), variabel yang dikaji lebih luas terkait pengalaman menstruasi dan pendidikan, sedangkan penelitian ini

No	Author, Tahun	Judul Penelitian	Metode & Sampling	Hasil	Perbedaan dengan peneliti
		experiences of girls in Tanzania		serta menjaga kebersihan diri.	fokus pada hubungan dukungan keluarga dengan perilaku kebersihan menstruasi.