

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Proses perkembangan manusia meliputi beberapa priode yang secara umum akan dilalui individu, salah satunya adalah priode remaja (Yolanda, *et al*, 2012). Remaja adalah masa transisi antara masa anak dan dewasa dimana terjadi pada tubuh (*growth spurt*), timbul ciri-ciri seks skunder, tercapai fertilitas dan terjadi perubahan-perubahan psikologik serta kognitif. Remaja sudah tidak termasuk golongan anak tetapi juga tidak dapat diterima secara penuh untuk masuk ke golongan orang dewasa. Oleh karena itu, remaja sering kali dikenal dengan fase “mencari jati diri”. Remaja masih belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fungsi fisik dan psikisnya (Syafrudin, 2011)

Masa remaja adalah masa dimana remaja mengalami pubertas dan pematangan seksual dengan cepat karena perubahan hormonal yang mempercepat pertumbuhan dan perkembangan baik fisik maupun skunder (Sharma, 2013). Menurut *World Health Organization* (WHO) batasan usia remaja adalah 10 sampai 20 tahun, sedangkan menurut Depkes RI 10 sampai 19 tahun dan belum kawin. Jumlah remaja diperkirakan 1,2 miliar atau 1/5 dari jumlah penduduk dunia (Wijaya, 2014). Remaja berhak atas terpenuhinya kesehatan reproduksi dirinya, oleh karena itu, kesehatan reproduksi harus sudah diperkenalkan sejak dini. Khusus untuk anak perempuan, pengenalan tentang kesehatan reproduksi dimaksudkan juga agar anak mempersiapkan diri dalam menghadapi datangnya *menarche* yang menjadi salah satu tanda pubertas dan umumnya dialami remaja pada usia sekolah (Wong, 2010). Masa remaja merupakan tahapan kehidupan dimana orang mencapai proses kematangan emosional, psikososial, dan

seksual, yang ditandai dengan mulai berfungsinya organ reproduksi. Perkembangan seksual masa remaja ditandai dengan mensitruasi pada wanita (Yusuf, 2012)

Remaja sehat merupakan remaja yang produktif dan kreatif sesuai dengan tahap perkembangannya. Pemahaman terhadap tumbuh kembang sangat penting untuk menilai keadaan remaja (Aryani, 2010). Seiring dengan perkembangan biologis pada umumnya, maka pada usia tertentu, seseorang mencapai tahap kematangan organ seks yang ditandai dengan menstruasi pertama (*menarche*). Masa remaja akan mengalami pubertas, pubertas dimulai dari perubahan pada kematangan fisik yang meliputi perubahan tubuh dan hormonal yang terjadi selama masa remaja awal, dimulai saat umur 10-16 tahun. Saat pubertas, hormon seksual seperti *progesteron* dan *estrogen* meningkat kuat yang menyebabkan perubahan dalam tubuh remaja putri seperti tumbuhnya payudara, pinggul melebar dan membesar, tumbuhnya rambut-rambut halus didaerah ketiak dan kemaluan serta dimulainya kematangan seksual yang ditandai dengan menstruasi atau haid (Perestroika, Agustin, & C, 2011).

*Menarche* merupakan mensitruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja ditengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. *Menarche* merupakan pertanda adanya suatu perkembangan status sosial dari anak-anak kedewasa, *menarche* merupakan suatu tanda yang penting bagi seorang wanita yang menunjukkan adanya produksi hormon yang normal yang dibuat oleh *hypothalamus* dan kemudian diteruskan pada *ovarium* dan *uterus*. Selama sekitar 2 tahun hormon ini akan merangsang pertumbuhan tanda-tanda seks skunder seperti pertumbuhan payudara, perubahan kulit, perubahan siklus, pertumbuhan rambut ketiak dan pubis serta bentuk tubuh menjadi bentuk tubuh yang ideal (Proverawati, 2009). Gejala lain yang dirasakan yaitu sakit kepala, pegal-pegal dikaki dan dipinggang untuk beberapa jam, kram perut dan sakit perut. Sebelum priode ini terjadi biasanya ada beberapa perubahan emosional. Perasaan suntuk, marah dan

sedih yang disebabkan oleh adanya pelepasan beberapa hormon. (Sukarni & Margareth, 2013)

Usia saat seorang anak perempuan mendapat menstruasi sangat bervariasi. Terdapat kecendrungan bahwa saat ini anak mendapat menstruasi pertama kali pada usia yang lebih muda. Ada yang berusia 12 tahun saat ia mendapat menstruasi pertama kali, tetapi ada juga yang 8 tahun sudah memulai siklusnya. Menurut Krisdayanti (2017) Usia menarche dapat dikatakan normal apabila terjadi pada usia 12-14 tahun (Proverawati, 2010).

Usia *menarche* yang semakin dini telah dilaporkan oleh beberapa peneliti, diantaranya data yang didapat oleh *world health organization* (WHO) seperlima dari penduduk dunia dari remaja berumur 10-19 tahun sudah mengalami menstruasi (Efendi & makhfudli, 2010). Karapanoa dan Papadimitriu (2010) mengatakan remaja di Amerika Serikat menjadi dewasa setahun lebih cepat dari remaja Eropa, rata-rata usia menarche menurun dari 14,2 tahun menjadi 12,45 tahun. Di Asia, Negara maju seperti Hongkong dan Jepang rata-rata remaja putri mengalami *menarche* berusia 12,2 dan 12,38 tahun. Di Indonesia usia remaja pada waktu *menarche* bervariasi antara 10-16 tahun dan rata-rata *menarche* pada usia 12 tahun 5 bulan (Munda, *et al*, 2013). Provinsi Riau usia *menarche* remaja putri berada pada rentang 13-14 tahun yaitu sebanyak 14,2%. Mardiah (2012) dalam penelitiannya di dapatkan bahwa rata-rata usia *menarche* dikota Pekanbaru terjadi antara 12-15 tahun (Abadi, Dewi, & Nurchayati, 2015)

*Menstrual hygiene*, hygiene pada saat menstruasi merupakan komponen *personal hygiene* (kebersihan perorangan) yang memegang peranan penting dalam status perilaku kesehatan seseorang, termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi, pada saat menstruasi pembuluh darah rahim sangat mudah terinfeksi. Kebersihan alat kelamin harus lebih dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan infeksi saluran reproduksi (ISR). Tujuan dari

perawatan selama menstruasi adalah untuk pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan selama masa menstruasi sehingga mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta dapat meningkatkan derajat kesehatan seseorang (Yuni, 2015)

Pengetahuan yang kurang tentang menstruasi juga disebabkan oleh usia remaja, pendidikan ibu, dan keterpaparan informasi. Ibu adalah sumber informasi pertama tentang menstruasi, sehingga terhindar dari pemahaman yang salah tentang kebersihan menstruasi dan kesehatan reproduksi. Remaja perlu diberikan informasi yang baik melalui orang tua, teman sebaya, dan guru. Namun masyarakat menganggap kesehatan reproduksi masih tabu dibicarakan remaja. Hal tersebut dapat membatasi komunikasi antara orang tua dengan dan remaja tentang *menstrual hygiene* mengakibatkan remaja kurang mengerti dan mengambil keputusan yang salah mengenai kesehatan reproduksi (Suryati, 2012)

Masalah kebersihan pada saat menstruasi terjadi di beberapa Negara berkembang, hasil penelitian House (2012) sebanyak 51% perempuan tidak mandi saat menstruasi, sebanyak 84% perempuan di Afganistan tidak mencuci daerah genitalia mereka, dan 11% anak perempuan Ethiopia serta 60% dari anak perempuan India yang hanya mengubah kain menstruasi sekali dalam sehari. Penelitian Handayani (2015) pada siswa SMA sederajat di wilayah kerja puskesmas serpong menunjukkan bahwa 66,7% siswi memiliki perilaku *hygiene* menstruasi yang kurang baik (Yusfarani, 2016).

Penelitian Tharke (2011) sebanyak 49,35% remaja menggunakan pembalut sekali pakai pada saat menstruasi, 45,57% menggunakan ulang kain yang telah dicuci dan hanya 4,90% yang menggunakan kain baru sebagai penyerap pada saat menstruasi. 58,18% remaja menggunakan sabun dan air saat membersihkan alat genitalia, 40,57% hanya menggunakan air dan 1,29% menggunakan air dan antiseptic. 34,88% pembalut disimpan di kamar mandi dan 34,37% dari remaja membuang pembalut setelah digunakan (Gustina & Djannah, 2015)

Pelaksanaan kebersihan tubuh pada saat menstruasi juga sangat penting diperhatikan. Cara membersihkan daerah kewanitaan yang terbaik ialah membasuhnya dengan air bersih. Satu hal yang harus diperhatikan pada saat membersihkan alat kewanitaan kita, terutama setelah buang air besar (BAB) yaitu dengan membersihkannya dari arah depan kebelakang (dari vagina ke arah anus) bukan sebaliknya arena apabila berbalik arah maka kuman dari daerah anus akan terbawa kedepan dan akan masuk kedalam vagina (permai reda, 2013).

Penggunaan pembalut pada saat menstruasi sebaiknya pilih pembalut yang tidak menggunakan gel, sebab gel dalam pembalut kebanyakan menyebabkan iritasi dan menyebabkan timbulnya rasa gatal. Pembalut selama menstruasi harus diganti secara teratur 4-5 kali atau setiap setelah mandi dan buang air kecil. Pergantian pembalut yang tepat adalah pada saat pembalut telah ada gumpalan darah. Gumpalan darah yang terdapat dari permukaan pembalut tersebut merupakan tempat yang sangat baik untuk perkembangan bakteri dan jamur. Jika menggunakan pembalut sekali pakai sebaiknya dibungkus terlebih dahulu lalu dibuang ketempat sampah, untuk pembalut lainnya sebaiknya direndam memakai sabun ditempat tertutup sebelum dicuci (permai reda,2013).

Masa menstruasi dapat menyebabkan terjadinya gangguan-gangguan baik dari segi fisik maupun psikologis. Gangguan-gangguan menstruasi ini dapat menyebabkan terganggunya aktivitas dari wanita yang mengalami gangguan menstruasi tersebut. Gangguan psikologis pada saat menstruasi, merasa terhalangi atau terbatas kebebasan dirinya oleh datangnya menstruasi, mudah tersinggung atau mudah marah, serta merasa gelisah serta gangguan tidur (Lubis, 2013)

Buruknya perawatan organ genetalia eksterna dan kondisi yang lembab dapat menyebabkan masalah, infeksi yang disebabkan oleh hygiene yang buruk saat menstruasi sering terjadi pada wanita. Gejala seperti pruritus vulva, iritasi, inflamasi, gatal-gatal, rasa perih, kemerahan dapat dialami oleh wanita yang sedang menstruasi. Berdasarkan dari data

badan kesehatan dunia (WHO) menyatakan bahwa kurangnya perilaku hygiene pada saat menstruasi dapat menyebabkan beberapa penyakit yaitu kanker rahim dan infesi saluran reproduksi. Data terbaru berdasarkan penelitian dari 13 laboratorium patologi anatomi di Indonesia menempatkan kanker serviks di urutan pertama dengan perevaluasi 18,62% kemudian disusul dengan kanker payudara 11,22% pada usia 15-45 tahun. Salah satu penyebab terjadinya masalah tersebut yakni dengan pemakaian pembalut modern yang terbuat dari campuran-campuran bahan daur ulang dan zat-zat yang terkandung didalamnya (Zakir, 2016)

Pendidikan kesehatan adalah suatu kegiatan atau usaha menyampaikan pesan kesehatan kepada kelompok atau individu. Pengetahuan dan kesiapan tentang menarche perlu dimiliki remaja putri sejak dini, karena pengetahuan ini nantinya berpengaruh pada kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*. Berdasarkan penelitian Heny (2012) mengenai pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan tingkat pengetahuan tentang menarche mengungkapkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan tingkat pengetahuan tentang *menarche*.

Berdasarkan penelitian Lubis (2016) tentang “Perbedaan Pendidikan Kesehatan Menggunakan Metode Ceramah Dan Audio Visual Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Perawatan Karies gigi Anak Diwilayah Pusesmas Wonosegoro II” dengan hasil penelitian yaitu nilai rata-rata post pengetahuan antara kelompok ceramah sebesar 15,03 sementara nilai rata-rata post pengetahuan antar kelompok media audiovisual 18,26. Adanya penggunaan media audiovisual dalam penelitian ini secara tidak langsung meningkatkan daya ingat responden dibandingkan dengan metode ceramah. Penyuluhan dalam menyampaikan materi belajar dengan audio visual disampaikan penyuluh kepada responden menarik dengan bentuk film, secara keseluruhan bahwa dengan menggunakan metode ceramah masih lebih rendah nilai yang dicapai oleh responden. Ceramah yang disampaikan hanya mengendalikan indera

pendengaran berbeda dengan media audiovisual yang mengendalikan indera pendengaran serta indera penglihatan yang berperan penting membantu mengingat materi yang disampaikan.

Manfaat pemakaian media dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan keinginan dan minat yang baru, membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar, dan bahkan membawa pengaruh psikologis bagi siswa. Jenis media pembelajaran yang digunakan di Indonesia diantaranya media visual dua dimensi tidak transparan, media pembelajaran audio, dan media pembelajaran audio visual ( Arsyad, 2011)

Film dokumenter merupakan media audio visual yang mendokumentasikan kenyataan. Film dokumenter sering digunakan untuk semua film non-fiksi, termasuk film tentang perjalanan dan film pendidikan. Manfaat film dokumenter sebagai film pembelajaran, yaitu melalui film banyak hal yang dapat dipelajari dengan jelas dan menarik. Selain itu film pembelajaran ini membantu siswa untuk mencapai tujuan *kognitif*, *psikomotorik*, dan *afektif* dalam proses pembelajaran. Menurut Hamalik (2010), salah satu cara menggerakkan motivasi belajar dengan menggunakan film, karena gambar dan isi cerita pada film menarik minat siswa dalam belajar (Yulianti, 2014)

Pembelajaran dengan metode audio visual seperti film akan lebih berhasil dari pada media audio saja. Hal ini karena dengan menggunakan suara dan gambar maka informasi masuk melalui dua indra yaitu telinga dan mata. Sehingga, dengan menggunakan media ini siswa merasa mereka seolah terlibat di dalam kegiatan itu dan dapat meningkatkan pemahaman siswa terhadap materi (Kurniasih & setiawan, 2012).

Penelitian ini diperkuat dengan penelitian Nurjannah (2013) yang berjudul “Pengaruh Media Film Dokumenter terhadap motivasi belajar siswa dalam pembelajaran Pkn di SMA Negeri 1 Karangnunggal” yang menunjukkan ada pengaruh yang positif dan signifikan antara kelas yang menggunakan film dokumenter dan yang tidak menggunakan media film dokumenter dengan peningkatan rerata kelas eksperimen sebesar 0,5790.

Menurut Krisdayanti (2017) Pendidikan kesehatan reproduksi adalah suatu kegiatan pendidikan yang berusaha untuk memberikan pengetahuan agar remaja dapat mengubah perilaku seksualnya kearah yang lebih bertanggung jawab .sekolah merupakan istitusi formal yang merupakan tempat sebagian besar kelompok remaja adalah wadah yang tepat untuk memberikan pengetahuan kepada remaja tentang kesehatan reproduksi atau perilaku seksual yang sehat dan aman melalui pendidikan yang dimasukkan dalam kurikulum (BKKBN, 2012).

Berdasarkan hasil wawancara pada 15 orang siswi perempuan kelas V dan VI di SDN 75 pekanbaru, bahwa 10 orang (67%) dari mereka mengatakan belum mengalami *menarche* dan 5 orang (33%) siswi sudah mengalami *menarche*, dari hasil wawancara mereka yang sudah mengalami *menarche* 3 orang mengatakan bahwa mereka kurang memahami dan mengetahui tentang *menstrual hygiene* (kebersihan saat menstruasi). Berdasarkan data yang didapatkan disekolah tersebut belum ada dilakukan penyuluhan kesehatan *menstrual hygiene*. Berdasarkan fenomena yang didapatkan, peneliti ingin mengetahui “Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang *Menstrual Hygiene* dengan Metode Film Dokumenter terhadap Kesiapan Remaja Putri Menghadapi *Menarche* di SDN 37 kota Pekanbaru”.

## **B. Rumusan Masalah**

*Menarche* adalah hal yang wajar yang pasti akan dialami oleh setiap wanita normal dan tidak perlu digelisahkan. Kesiapan menghadapi *menarche* adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk menghadapi salah satu kematangan fisik, yang keluar dari tempat khusus wanita pada saat menginjak usia 10-16 tahun.

Pendidikan kesehatan tentang mensitruasi seharusnya diberikan orang tua sebelum anak tersebut mendapatkan *menarche*, karena orang tua memberikan pengaruh besar dalam perkembangan, kesuksesan dan kebahagiaan seorang anak (wuryani, 2010). Dengan uraian tersebut,

peneliti tertarik untuk meneliti dan mengetahui tentang “ Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang *Menstrual Hygiene* dengan Metode Film Dokumenter terhadap Kesiapan Remaja Putri Menghadapi *Menarche* di SDN 37 kota Pekanbaru”.

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang *menstrual hygiene* dengan metode film dokumenter terhadap kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SDN 37 kota Pekanbaru

#### 2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- a. Untuk mengetahui rerata nilai pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang *menstrual hygiene* terhadap kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SDN 37 kota Pekanbaru
- b. Untuk mengetahui rerata nilai pengetahuan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *menstrual hygiene* terhadap kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* di SDN 37 kota Pekanbaru
- c. Untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan *menstrual hygiene* terhadap pengetahuan tentang kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche*

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Bagi tempat penelitian

Manfaat dari pendidikan kesehatan dengan metode film dokumenter ini yaitu dapat membuat siswi mengetahui dan memahami tentang *menstrual hygiene* terhadap kesiapan menghadapi *menarche*.

2. Bagi responden

Sebagai informasi bagi responden terutama bagi remaja putri mengenai *menstrual hygiene* pada menarche sebagai usaha agar terjadi peningkatan pengetahuan dan kesiapan menghadapi *menarche*.

3. Bagi STIKes Payung Negeri

Penelitian ini bermanfaat dalam pemberian penyuluhan kesehatan tentang reproduksi terutama tentang *menstrual hygiene* pada *menarche* dan kesiapan menghadapi *menarche* pada remaja putri.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan data atau referensi dalam melakukan penelitian tentang kesiapan menghadapi *menarche* pada variabel berbeda.