

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO) remaja merupakan masa dimana seorang individu berkembang mulai dari saat pertama kali menunjukkan sebuah tanda-tanda seksual hingga kematangan seksualnya, dimana batas usia remaja menurut WHO adalah umur 12 tahun sampai umur 24 tahun. Menurut Kusmiran (2011) dalam Susanti & Lutfiyati, (2020) masa remaja (*adolescence*) adalah sebuah masa peralihan atau disebut juga masa transisi dari anak-anak menuju masa dewasa. Rentang umur remaja menurut Permenkes RI Nomor 25 tahun 2014 usia 10-18 tahun, sedangkan menurut BKKBN usia 10-24 tahun termasuk usia remaja dengan status belum menikah.

Remaja diawali dengan masa yang disebut pubertas. Masa pubertas adalah masa dimana tubuh pada remaja mengalami perubahan yang meliputi pertumbuhan dan perkembangan. Pada masa pubertas ini mereka tidak hanya tumbuh menjadi lebih tinggi dan lebih besar, namun juga terjadi perubahan kematangan organ seksualnya (Suryana *et al.*, 2022).

Pada pria, masa pubertasnya terjadi di usia sekitar 13-16 tahun, sedangkan pada wanita terjadi pada usia 12-15 tahun. Masa pubertas ini akan berakhir saat kematangan seksual tercapai. Menurut Setiyaningrum dan Zulfa, (2014) dalam Linda, (2019) selama masa pubertas perubahan yang terjadi bisa dilihat dari pertumbuhan badan yang cepat, ciri-ciri seks sekunder muncul, emosi yang terjadi perubahan, dan pada remaja putri terjadi peristiwa paling penting di masa pubertasnya yaitu menstruasi.

Menstruasi adalah sebuah peristiwa dimana terjadi peluruhan pada dinding rahim yang disertai dengan terjadinya pendarahan dan normalnya berlangsung selama 2-7 hari (Yati *et al.*, 2015). Menstruasi merupakan fenomena pendarahan pada uterus wanita yang terjadi secara berangsur dan teratur ditandai dengan adanya proses terlepasnya dinding rahim. Manuba (2009) mengatakan pada menstruasi normalnya dengan rentang 26-32 hari (Tantry *et al.*, 2019).

Ketika menstruasi, pembuluh darah pada rahim sangat rentan terkena infeksi, maka diperlukan pengetahuan dalam menjaga kebersihan diri selama menstruasi. Saat masa menstruasi, remaja harus mengenal organ reproduksi, perubahan pada fisik dan psikologis, supaya bisa terhindar dari faktor risiko yang dapat mengancam kesehatan organ reproduksinya (Kemenkes, 2018). Beberapa gangguan menstruasi yang sering ditemukan adalah kurangnya keyakinan diri merawat organ reproduksi, nyeri saat menstruasi, perubahan kondisi psikologis (*mood swing*), dan *Pre Menstrual Syndrome* (PMS).

Kurangnya dukungan dari orang terdekat dalam perawatan diri saat menstruasi merupakan salah satu masalah kesehatan reproduksi sehingga menyebabkan gangguan kesehatan pada reproduksi salah satunya seperti keputihan, infeksi saluran kemih (ISK), penyakit radang panggul (PRP). *Menstrual hygiene* adalah kebersihan wanita selama menstruasi dengan tujuan yaitu mencegah penyakit dan meningkatkan kesejahteraan (Sinaga *et al.*, 2017). *Hygiene* saat menstruasi adalah suatu hal yang sangat penting namun sayangnya masih sering diabaikan.

WHO menyebutkan bahwa masalah pada kesehatan reproduksi remaja semakin meningkat. Dalam 10 faktor risiko utama kesakitan maupun kematian pada remaja, *personal hygiene* menempati urutan ke 3 serta kesehatan pada reproduksi menempati urutan ke 8 (WHO, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Pertiwi dan Megatsari (2018) menemukan bahwa 53,3% remaja putri berperilaku baik dalam memenuhi kebersihan menstruasinya (Pertiwi, 2018).

Faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen kebersihan menstruasi pada remaja diantaranya yaitu faktor pengetahuan, sikap dan perilaku, sarana dan prasarana, adat dan budaya, orang tua dan teman sebaya, serta faktor dari tenaga kesehatan. Penelitian yang dilakukan pada remaja putri di pondok pesantren Yayasan Nurul Islam Kabupaten Bungo menyimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi kebersihan diri selama menstruasi adalah pengetahuan, pola komunikasi orang tua, serta dukungan teman sebaya dan pengaruh dari budaya (Fitriwati & Arofah, 2021).

Pada remaja putri yang memasuki masa menstruasi pertamanya penting untuk diberikan pendidikan atau pengetahuan tentang manajemen kebersihan diri guna mendorong perilaku yang sesuai dengan anjuran kesehatan. *Self efficacy* merupakan salah satu hal yang mempengaruhi perilaku pada remaja. Menurut Pudjiastuti (2012), pengintegrasian kemampuan dalam menyelesaikan suatu tugas maupun dalam menghadapi suatu masalah sangatlah bergantung pada *self efficacy* seseorang serta mempengaruhi tingkat kepercayaan diri bahwa kemampuannya tersebut dapat mencapai suatu tujuan.

Menurut penelitian Niken (2019) yang dilakukan di Surakarta, didapatkan hasil sebesar 60,6% remaja memiliki *self efficacy* rendah dalam upaya kebersihan diri. Rendahnya *self efficacy* dalam upaya kebersihan diri ini mempengaruhi pencapaian derajat kesehatan yang seharusnya bisa dicapai dengan maksimal menggunakan informasi yang jelas dan lengkap (Sari *et al.*, 2019).

Terdapat empat yang menjadi sumber informasi utama yang berkaitan dengan *self efficacy* salah satunya adalah pengalaman orang lain (Kristiyani, 2016). Dijelaskan pula bahwa ibu menjadi sumber utama informasi terkait menstruasi. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Gustina dan Djannah (2015) yang juga menyebutkan bahwa informasi mengenai menstruasi dan manajemen kebersihan diri saat menstruasi didapatkan dari ibu yakni sebesar 81,0% (Gustina & Djannah, 2015). Hal ini dikarenakan ibu cenderung memberikan penjelasan dan pandangan yang positif mengenai menstruasi khususnya kebersihan diri saat menstruasi yang akan diikuti oleh para remaja, ibu merupakan pendukung sosial yang baik selama masa pubertas putrinya.

Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ni Nyoman (2019) menemukan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dengan sikap remaja putri dalam manajemen kebersihan diri. Dalam penelitian ini tidak diteliti mengenai dukungan orang tua pada *self efficacy* pada remaja dalam menghadapi kebersihan diri saat menstruasi. Selain itu, terdapat penelitian yang dilakukan oleh Ainun Nurul (2021), menyebutkan bahwa adanya faktor yang paling besar dalam mempengaruhi perilaku kebersihan diri pada remaja putri di MTs. Pembangunan UIN Jakarta yaitu pada dukungan teman sebaya (Adnyanita *et al.*, 2021).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan 7 siswi SMA N 1 Sidareja diperoleh bahwa 4 dari 7 siswi merasa masih mengalami kesusahan ketika menghadapi menstruasi. Dua siswi bisa melakukan *menstrual hygiene management* saat tertentu saja. Mereka mengalami kesulitan untuk melakukan *menstrual hygiene management* ketika mereka mempunyai kegiatan yang cukup padat di sekolah seperti saat mengikuti ekstrakurikuler dan lain-lain. Dua siswi yang lainnya mengalami kesulitan untuk melakukan *menstrual hygiene management* karena masih ragu dan menganggap mitos-mitos tentang menstruasi adalah benar seperti larangan keramas saat menstruasi. Hal ini dikarenakan dari keluarga mereka sudah menganggap mitos tersebut adalah benar.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti ingin meneliti apakah ada hubungan faktor dukungan orang tua dalam *self efficacy* pada remaja putri. Maka peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan dukungan keluarga dengan *self efficacy* terhadap *menstrual hygiene management* pada remaja putri kelas XI SMA N 1 Sidareja”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan sebuah masalah yaitu: “Bagaimanakah hubungan dukungan keluarga dengan *self efficacy* terhadap *menstrual hygiene management* pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Sidareja?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan *self efficacy* terhadap *menstrual hygiene management* pada remaja putri kelas XI SMAN 1 Sidareja.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi umur responden, pendidikan terakhir orang tua/wali responden, pekerjaan orang tua/wali responden.
- b. Mengidentifikasi dukungan keluarga pada remaja putri kelas XI dalam menghadapi menstruasi di SMA N 1 Sidareja.
- c. Mengidentifikasi *self efficacy* terhadap *menstrual hygiene management* pada remaja putri kelas XI SMA N 1 Sidareja.
- d. Menganalisa hubungan dukungan keluarga dengan *self efficacy* remaja putri terhadap *menstrual hygiene management* pada remaja putri kelas XI SMA N 1 Sidareja.

D. Manfaat Penelitian

a. Manfaat teoritis

Manfaat penelitian ini adalah untuk menambah dan mengembangkan pengetahuan atau wawasan tentang hubungan dukungan orang tua dengan *self efficacy* terhadap *menstrual hygiene management* pada remaja putri.

b. Manfaat praktis

1) Bagi remaja

- (a) Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menambah informasi yang bermanfaat khususnya bagi para remaja terutama dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi.
- (b) Diharapkan setelah adanya penelitian ini remaja dapat memahami pentingnya perubahan perilaku dalam menjaga kesehatan reproduksi sehingga dapat mencegah gangguan kesehatan reproduksi.

2) Bagi sekolah

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan informasi atau wawasan bagi guru serta pihak sekolah supaya memberikan edukasi tentang reproduksi pada remaja.

3) Bagi masyarakat

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan untuk masyarakat dan keluarga yang khususnya memiliki anak remaja sehingga mampu memberikan dukungan yang baik kepada anak remaja yang sedang menstruasi.

4) Bagi peneliti

Diharapkan penelitian ini bisa menambah pengalaman serta meningkatkan wawasan, pengetahuan, dan pemahaman tentang ilmu baru yang didapatkan dari hasil penelitian.