

**HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI
DENGAN PERILAKU HIGIENIS REMAJA PUTRI
PADA SAAT MENSTRUASI**

SKRIPSI

**Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam
Mencapai Gelar Sarjana S-1 Psikologi**



Diajukan oleh :

Dian Putri Indriastuti
F 100.040.025

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2009**

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Indrawanti dan Sadjimin (2002) masa remaja merupakan masa penting bagi kehidupan reproduksi individual, karena pada masa tersebut seorang remaja membentuk pondasi kehidupan reproduksinya. Hal ini didukung oleh pendapat Hurlock (1990), remaja berarti tumbuh menjadi dewasa.

Menurut Monks dkk (Rina, 2004) batasan usia remaja adalah masa diantara 12-15 tahun masa remaja awal, 15-18 tahun masa remaja pertengahan, dan 18-21 tahun masa remaja akhir, dengan ciri-ciri yakni :

1. Otot semakin besar dan semakin kuat, terutama pada pertengahan dan menjelang akhir masa puber, sehingga memberikan bentuk pada bahu, lengan dan tungkai kaki.
2. Suara menjadi lebih penuh, lebih merdu.
3. Laju perkembangan secara umum kembali menurun sangat lambat.
4. Proporsi ukuran tinggi dan berat badan lebih seimbang mendekati kekuatan tubuh orang dewasa.
5. Organ-organ reproduksi siap berfungsi seperti pada orang dewasa.

Salah satu masalah perempuan sebagaimana ditulis dalam Al-Qur'an yaitu dalam surat Al-Baqarah : 222 dan At-Thalaq : 4 adalah tentang menstruasi atau dalam bahasa Arab *haidil* (Departemen Agama RI, 1983). Menstruasi adalah pelepasan dinding rahim (endometrium) yang disertai dengan pendarahan dan terjadi secara berulang setiap bulan kecuali pada saat kehamilan (Syaiffudin, 2002).

Menstruasi adalah permasalahan setiap wanita setiap bulannya. Permasalahan seputar menstruasi atau haid ini ternyata sudah ada dari semenjak manusia diciptakan. Mungkin sekarang kita berpikir kembali seperti apa jaman dulu para perempuan mengatasi pendarahan saat menstruasi? Apakah ada alat untuk mengatasi persoalan ini? Tentu saja ada! Manusia selalu memiliki akal untuk mengatasi permasalahannya. Meski terbatas, mereka memiliki cara-cara tersendiri dalam mengatasi persoalan perempuan satu ini. Mulai dari menggunakan daun, kapas, hingga material lain.

Kartono (1986) menyatakan proses menstruasi setiap bulan akan berlangsung normal, apabila kehidupan batiniah perempuan dan iklim psikis dari lingkungannya normal dan tenang. Sebaliknya, apabila kehidupan batiniah perempuan kalut-kusut dan lingkungannya kacau, maka akan timbul macam-macam gejala psikosomatis (penyimpangan dan gangguan psikis yang menyebabkan timbulnya gangguan pada kesehatan jasmaniah) yang erat kaitannya dengan menstruasi pada wanita.

Oleh karena itu pada saat menstruasi seharusnya perempuan benar-benar dapat menjaga kebersihan organ reproduksi secara “ekstra” terutama pada bagian vagina, karena kalau tidak dijaga kebersihannya, akan menimbulkan mikro organisme yang berlebih sehingga mengganggu fungsi organ reproduksi (PKBI DIY, 2000).

Salah satu yang sangat ditekankan bagi perempuan yang tengah mengalami menstruasi adalah pemeliharaan kebersihan diri. Untuk menjaga kebersihan dan kesehatan, idealnya penggunaan pembalut selama menstruasi harus diganti secara teratur 2 sampai 3 kali sehari atau setiap 4 jam sekali, apalagi

jika sedang banyak-banyaknya. Setelah mandi atau buang air, vagina harus dikeringkan dengan tisu atau handuk agar tidak lembab. Selain itu pemakaian celana dalam hendaknya bahan yang terbuat dari yang mudah menyerap keringat (PKBI DIY, 2000). Sedangkan Menurut Solita (1993), higienis adalah pengetahuan, sikap dan tindakan proaktif untuk memelihara dan mencegah resiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit.

Salah satu fenomena perilaku higienis remaja pada saat menstruasi masih rendah, diperlihatkan oleh sebuah penelitian Widyantoro (Mohammad, 1998) mengenai higienitas menstruasi pada perempuan pengunjung rumah sakit di Subang dan Tangerang (N=305) mengungkapkan bahwa sebagian besar (77.5 % di Tangerang dan 68.3 % di Subang) mempunyai status higienitas menstruasi yang buruk. Dalam hal higienitas individu, masih terdapat responden yang salah dalam mencuci alat kelaminnya yaitu dari arah belakang ke depan (20.1 % pada hari biasa dan 19.8 % pada saat menstruasi). Penelitian ini memperlihatkan bahwa responden di Subang memperlihatkan higienitas menstruasi cenderung lebih tinggi dibanding responden di Tangerang.

Hasil penelitian yang telah dilakukan menyatakan bahwa kurangnya perilaku higienis saat menstruasi dapat menyebabkan berbagai penyakit misalnya kanker rahim. Menurut beberapa penelitian menyebutkan bahwa kanker ini disebabkan oleh virus Human Papilloma Virus (HPV) yang muncul, antara lain karena perilaku sering berganti-ganti pasangan seks dan perilaku yang tidak higienis pada saat menstruasi. Virus ini hidup di daerah yang lembab, persisnya dalam cairan vagina yang diidap oleh penderita keputihan (leukore). Jika keputihan ini tidak segera membaik, virus ini bisa memunculkan kanker rahim.

Biasanya keadaan ini ditandai dengan banyaknya cairan keputihan yang disertai bau tidak sedap dan perdarahan yang keluar dari vagina. Tapi ada kalanya kanker yang muncul itu tidak memberikan gejala-gejala sakit seperti itu. Hubungan seksual di bawah usia 17 tahun juga dapat merangsang tumbuhnya sel kanker. Mengapa? Karena pada rentang usia 12 tahun hingga 17 tahun itu, perubahan sel dalam mulut rahim sedang sangat aktif. Ketika sel sedang membelah secara aktif (metaplasia), idealnya tidak terjadi kontak atau rangsangan apapun dari luar, termasuk injus (masuknya) benda asing dalam tubuh perempuan. Adanya benda asing, termasuk alat kelamin laki-laki dan sel sperma, akan mengakibatkan perkembangan sel ke arah abnormal. Apalagi kalau sampai terjadi luka yang mengakibatkan infeksi dalam rahim. Sel abnormal dalam mulut rahim (servix uteri) itu dapat menyerang alat kandungan perempuan, berawal dari mulut rahim, dan beresiko menyebar ke vagina hingga keluar. Sel abnormal itupun bisa menyebar ke organ lain dalam tubuh, misalnya uterus, ovarium, tuba fallopi, ginjal, paru-paru, lever, tulang hingga otak. Jika telah mencapai stadium lanjut dan menyebar ke organ tubuh lain, kanker rahim dapat menyebabkan kematian. Kanker ini juga bisa disebabkan oleh nikotin yang ada dalam darah. Mengapa? Karena asap rokok yang masuk dalam tubuh akan segera merasuk ke dalam darah yang menyebar ke seluruh tubuh. Zat nikotin yang ada dalam darah itu akan singgah di seluruh bagian tubuh, termasuk mulut rahim dan selaput leher rahim yang sangat peka terhadap zat nikotin. Zat nikotin itu akan memicu pertumbuhan sel tidak normal yang kemudian menjadi biang munculnya sel kanker mulut rahim. Belakangan berkembang pula isu bahwa kanker ini disebabkan oleh hubungan intim pada saat seorang wanita sedang haid (Herawati, 2008).

Penelitian yang dilakukan oleh Dalton (Rakhmayanti, 2002), selama duapuluh tahun terakhir menunjukkan bahwa lebih dari separuh penduduk wanita di Amerika Serikat, Inggris dan Perancis melaporkan perubahan menstruasi menyebabkan gangguan-gangguan psikologis atau fisik. Sesungguhnya mereka mungkin menderita berbagai subtype ketegangan sindrom pramenstruasi. Perubahan suasana hati yang paling banyak dirasakan oleh wanita pada masa sebelum menstruasi tersebut datang dan mereda saat menstruasi tiba. Gejala-gejala fisik yang nampak misalnya kenaikan berat badan, buah dada yang nyeri, sakit kepala, migrain, pegal dan nyeri, gangguan pada kulit serta nafsu makan yang berlebihan. Gejala-gejala psikologis yang muncul misalnya ketegangan, rasa cepat marah, depresi, kelesuan, dan berkurangnya daya konsentrasi.

Perilaku higienis merupakan tema penting yang perlu ditelaah secara mendalam. Hal ini karena berdasarkan kajian teoretis yang ada salah satu upaya mengurangi gangguan pada saat menstruasi yaitu membiasakan diri dengan perilaku higienis. Namun demikian perilaku higienis pada saat menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, tetapi merupakan sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif suatu perilaku yang terkait dengan keadaan menstruasi (Syarifuddin, 2002). Jika remaja putri melakukan perilaku higienis pada saat menstruasi maka akan terhindar dari kanker rahim, merasa nyaman beraktivitas sehari-hari, percaya diri, bersemangat dan tidak malas-malasan lagi, tidak dijauhi teman-teman karena bau badan amis dan tidak mempercayai mitos-mitos yang beredar di masyarakat karena sudah memahami kebenarannya. Sedangkan apabila perilaku higienis tersebut tidak dilakukan maka remaja putri kurang peduli akan kebersihan alat reproduksinya, tidak menjaga

penampilan dan kesehatan sewaktu menstruasi, dapat terkena kanker rahim, keputihan, mengurangi aktivitas saat menstruasi karena malas, kurang percaya diri, percaya akan mitos-mitos seputar menstruasi yang beredar di masyarakat, dijaui teman-teman karena bau badan amis (Sulaiha, 2000).

Hal ini sesuai pendapat Fishbein dan Azjen (Azwar, 2003) yang menyebutkan bahwa pengetahuan seseorang tentang sesuatu hal akan mempengaruhi sikapnya. Sikap tersebut positif maupun negatif tergantung dari pemahaman individu tentang suatu hal tersebut, sehingga sikap ini selanjutnya akan mendorong individu melakukan perilaku tertentu pada saat dibutuhkan, tetapi kalau sikapnya negatif, justru akan menghindari untuk melakukan perilaku tersebut.

Higienitas menstruasi itu kemungkinan besar dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Hal itu sebagaimana disampaikan oleh Windayanti (2007), bahwa seseorang yang tidak memiliki pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang cukup akan cenderung mengabaikan kesehatan reproduksi dan pada akhirnya ia akan memiliki tindakan yang membahayakan bagi dirinya sendiri. Dengan kata lain karena tidak memiliki pengetahuan yang memadai tentang kesehatan reproduksi maka seseorang akan mudah berperilaku yang membahayakan kesehatan alat-alat reproduksinya. Maka seseorang yang memiliki pengetahuan tentang kesehatan reproduksi akan memilih perilaku yang tepat, artinya perilaku tersebut akan mampu mempertahankan kualitas atau kondisi kesehatan reproduksinya. Jika terkait dengan menstruasi maka yang akan dipilih adalah berperilaku higienis pada saat menstruasi.

Menurut Wilopo (1994), kesehatan reproduksi sebagaimana tercantum dalam konvensi kependudukan dan pengembangan ICPD tahun 1994 di Cairo, yakni keadaan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang utuh bukan hanya tidak adanya penyakit atau kekurangan sesuatu yang berhubungan dengan sistem reproduksi, fungsi-fungsi, serta proses-prosesnya. Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi adalah banyaknya informasi yang diperoleh tentang keadaan seksualitas sehat, baik secara fisik, psikis dan sosial yang berhubungan dengan fungsi serta proses sistem reproduksi (BKKBN, 2003).

Menurut Morgan (Utami, 2003) orang tua, khususnya ibu, diharapkan mampu memberikan informasi yang tepat dan benar tentang apakah menstruasi itu. Jika mengetahui informasi yang benar tentang menstruasi maka anak remaja perempuan akan merasa siap ketika mendapatkan menstruasi pertama kali. Seperti dikatakan oleh Astuti (2003) bahwa pendidikan seputar menstruasi mempengaruhi kesiapan anak perempuan menjelang remaja untuk menghadapi *menarche*. Oleh karena itu, pendidikan seputar menstruasi disarankan untuk diterapkan bagi anak remaja perempuan yang belum mengalami menstruasi sebagai salah satu cara untuk menumbuhkan kesiapan menghadapi *menarche*. Selanjutnya jika individu tahu hal apa saja yang harus dilakukan pada saat mengalami kondisi yang sama, misalnya bagaimana cara mengatasi keluarnya darah menstruasi yang dapat terjadi sewaktu-waktu, bagaimana cara memakai dan mencuci pembalut, serta bagaimana cara perawatan diri pada saat menstruasi, maka dapat diharapkan individu berperilaku higienis ketika mengalami menstruasi.

Menurut Kollman dan Emmy (Rahmawati, 2004) kesehatan juga merupakan syarat esensial bagi kesehatan bayi, anak-anak, remaja, orang dewasa

dan bahkan orang yang berusia masa tidak reproduktif. Masa tidak reproduktif yaitu masa dimana perempuan telah mengalami menopause atau telah berhentinya menstruasi.

Pemahaman seseorang terhadap sistem maupun fungsi reproduksinya sangatlah penting. Seseorang yang tidak memiliki pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang cukup, akan cenderung mengabaikan kesehatan reproduksinya dan pada akhirnya ia akan melakukan tindakan yang membahayakan bagi dirinya sendiri. Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi merupakan faktor penting dalam menentukan perilaku higienis perempuan pada saat menstruasi. Rendahnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi akan memungkinkan perempuan tidak berperilaku higienis pada saat menstruasi (BKKBN, 2003).

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa perilaku higienis pada saat menstruasi adalah aktifitas atau kegiatan yang dilakukan oleh perempuan untuk mempertahankan atau memperbaiki kesehatan pada saat terjadinya proses pendarahan yang disebabkan oleh luruhnya dinding rahim sebagai akibat tidak adanya pembuahan. Dari latar belakang yang telah disampaikan tersebut maka dapat dirumuskan permasalahan yakni “Apakah ada hubungan antara pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku higienis remaja putri pada saat menstruasi?”. Oleh karena itu, peneliti mengambil judul : **“Hubungan Antara Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dengan Perilaku Higienis Remaja Putri Pada Saat Menstruasi”**.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk :

1. Mengetahui hubungan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dengan perilaku higienis remaja putri pada saat menstruasi.

2. Mengetahui seberapa besar peran pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dengan perilaku higienis remaja putri pada saat menstruasi.
3. Mengetahui sejauhmana tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi.
4. Mengetahui sejauhmana tingkat perilaku higienis remaja putri pada saat menstruasi.

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan mendatangkan manfaat antara lain :

1. Manfaat Praktis

a. Bagi subjek penelitian (remaja putri). Penelitian ini dapat memberikan wacana berpikir yang lebih positif tentang pengetahuan reproduksi dan perilaku higienis remaja putri pada saat menstruasi.

b. Bagi orangtua subjek. Penelitian ini dapat memberikan gambaran informasi dan masukan mengenai pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku higienis remaja putri pada saat menstruasi, sehingga orangtua dapat mengarahkan anak dan membimbing putrinya untuk melakukan perilaku higienis khususnya pada saat menstruasi serta orangtua dapat memberikan pengetahuan tentang pengetahuan reproduksi secara benar pada anak-anaknya.

2. Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah wawasan penelitian di bidang Psikologi Klinis dan Psikologi Perkembangan tentang hubungan pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku higienis remaja putri pada saat menstruasi, sehingga dapat dijadikan landasan bagi penelitian-penelitian sejenis.