

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menstruasi adalah bagian alami siklus reproduksi wanita dimana terjadinya pengeluaran darah dari rahim secara berkala melalui vagina yang merupakan tanda alami dari pubertas (Amallya Faj'ri, Sunirah, and H Wada 2022). Selama menstruasi harus menjaga kesehatan organ reproduksi terutama di bagian vagina sangatlah penting. jika hal ini tidak dilakukan menyebabkan pertumbuhan mikroorganisme seperti bakteri, virus, dan parasit yang dapat mengganggu fungsi organ reproduksi (Mayang Sari, 2024). Menstruasi yang pertama kali dialami oleh wanita dikenal dengan istilah menarche, biasanya terjadi sekitar umur 12 tahun. Menarche menandakan selesainya fase pubertas, yaitu periode transisi dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan (Indarna, 2021). Personal hygiene saat menstruasi masih menjadi permasalahan kesehatan reproduksi pada remaja putri dan mahasiswi. Berbagai studi menunjukkan bahwa praktik kebersihan selama menstruasi sering kali belum dilakukan secara optimal, seperti keterlambatan mengganti pembalut, penggunaan air yang tidak bersih untuk membersihkan areaewanitaan, penggunaan pakaian dalam yang lembap atau tidak menyerap keringat, serta kurangnya kebiasaan mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut. Kondisi tersebut dapat menciptakan lingkungan lembap yang mendukung pertumbuhan bakteri dan jamur di area genital (citasi).

Data dari WHO (*World Health Organization*) mengungkapkan bahwa 33% masalah kesehatan reproduksi yang dialami oleh perempuan, termasuk infeksi saluran reproduksi, disebabkan oleh kebersihan diri (*Personal hygiene*) yang buruk (Fajrin Violita,dkk 2025). Berdasarkan data dari WHO (*World Health Organization*) (2019) kejadian Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) cukup tinggi yaitu (35%-42%) dengan angka kejadian pruritus vulvae tertinggi di dunia pada usia remaja. Diantaranya di Amerika Serikat ditemukan dari sampel 303 remaja putri, sekitar 7% melaporkan

riwayat gatal vagina yang persisten atau adanya sensasi terbakar pada vagina yang berlangsung lebih dari 3 bulan. *Candida* diidentifikasi sebagai penyebab paling umum (54%). Penyebab lainnya adalah *vaginosis bacterial* (20%-40%), *trikomonirosis* (5%-15%), *lumut sclerosus* (13%), alergi (10%) dan *Staphylococcus aureus* (9%). Hingga saat ini sekitar 10% remaja putri diseluruh dunia masih sering menderita masalah *pruritus vulvae* yang berat. Prevalensi kasus keputihan di Jawa Timur mencapai 77% yang disebabkan oleh *candidiasis* (infeksi jamur di vagina) yang umumnya terjadi pada remaja wanita akibat kebersihan pribadi (*personal hygiene*) saat menstruasi yang kurang baik (Rizky Fadilasani et al. 2023). Hal ini disebabkan saat menstruasi tidak menjaga kebersihannya yang ditandai adanya sensasi gatal pada alat kelamin Wanita.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan terhadap 22 mahasiswi, diketahui bahwa 95% responden telah mengetahui tentang personal hygiene saat menstruasi. Ditemukan juga, 36% responden yang menerapkan praktik personal hygiene saat menstruasi seperti mengganti pembalut 3-4 jam kali sehari, mencuci tangan sebelum dan sesudah membersihkan dan membersihkan area kewanitaan dengan benar. Selain itu, 64 % menyebutkan media sosial sebagai sumber utama informasi. Ditemukan pula bahwa 40% responden menyatakan belum mendapatkan dukungan keluarga yang optimal seperti pengingat, edukasi, atau diskusi terbuka terkait kebersihan diri saat menstruasi. Data ini menunjukkan adanya kesenjangan antara tingkat pengetahuan dan perilaku nyata, serta kurangnya dukungan keluarga sebagai faktor pendukung, sehingga memperkuat urgensi dilakukannya penelitian lebih lanjut terkait faktor-faktor yang mempengaruhi praktik personal hygiene menstruasi pada mahasiswi Politeknik Negeri Jember.

Penerapan personal hygiene yang tepat selama menstruasi sangat penting untuk menjaga keseimbangan flora normal vagina dan mencegah terjadinya infeksi. Pada masa menstruasi, serviks cenderung lebih terbuka dan pH vagina menjadi lebih basa, sehingga meningkatkan risiko masuknya

bakteri dan jamur. Kebiasaan higiene yang baik tidak hanya berkontribusi pada kesehatan fisik, tetapi juga meningkatkan kenyamanan, rasa percaya diri, serta kualitas hidup perempuan selama menstruasi (Jubaedah & Yuhandini, 2020; Sinay et al., 2025).

Perilaku personal hygiene saat menstruasi dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pengetahuan, sikap, budaya, ketersediaan sarana dan prasarana, kebiasaan individu, kondisi fisik, serta dukungan sosial. Pengetahuan yang memadai tentang menstruasi dan dampak kebersihan yang buruk menjadi dasar penting terbentuknya perilaku higiene yang baik. Selain itu, dukungan lingkungan, termasuk keluarga dan akses terhadap sumber informasi yang benar, turut berperan dalam membentuk perilaku personal hygiene remaja dan mahasiswi (Hutapea, 2022; Karlina et al., 2021).

Mahasiswi atau remaja yang sudah mengalami menstruasi masih membutuhkan dukungan keluarga karena dengan adanya dukungan keluarga yang diberikan kepada remaja akan mempengaruhi kecemasan dan kesiapan remaja putri tersebut (Nainggolan and Tambunan, 2013).

Dukungan dari anggota keluarga dapat mengurangi dampak stres dan mendorong Anda untuk menangani masalah dan aktivitas secara langsung. Semakin kuatnya dukungan dalam keluarga, khususnya dukungan orang tua terhadap keturunannya. Semakin siap anak untuk menangani tantangan. Salah satu faktor psikologis yang mempengaruhi anak adalah perhatian orang tua; Jika kebutuhan informasi ini tidak terpenuhi maka anak tidak akan siap atau mampu menghadapi menstruasi (Pemiliana, 2019).

Berdasarkan penelitian terdahulu, diketahui bahwa sumber informasi dan pengetahuan berhubungan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi, meskipun kekuatan hubungannya bervariasi dari lemah hingga sedang (Wulandari et al., 2024). Penelitian oleh Wulandari et al. (2024) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara sumber informasi dan personal hygiene menstruasi pada remaja, namun penelitian tersebut belum mengkaji peran dukungan keluarga. Sementara itu, penelitian Khotimah et al. (2024) menemukan bahwa sumber informasi tidak berhubungan signifikan dengan perilaku perawatan diri saat

menstruasi dan juga tidak memasukkan dukungan keluarga sebagai variabel penelitian. Di sisi lain, beberapa penelitian terdahulu membuktikan adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku personal hygiene atau kebersihan genital saat menstruasi pada remaja putri, namun umumnya hanya menitikberatkan pada satu variabel dan dilakukan pada kelompok remaja usia sekolah dasar dan menengah (Kristina Mara et al., 2022; Anys Syelina et al., 2024; Tassa Mitaba et al., 2024). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penelitian sebelumnya masih terbatas karena belum mengkaji secara simultan peran sumber informasi sebagai faktor predisposisi dan dukungan keluarga sebagai faktor penguat terhadap perilaku personal hygiene saat menstruasi. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengisi celah penelitian dengan menganalisis hubungan sumber informasi dan dukungan keluarga terhadap personal hygiene saat menstruasi pada mahasiswi, yang hingga saat ini masih jarang diteliti.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan antara sumber informasi dan dukungan keluarga *personal hygiene* saat menstruasi pada mahasiswi di Politeknik Negeri Jember ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan antara sumber informasi dan dukungan keluarga dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi mahasiswi di Politeknik Negeri Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi sumber informasi saat menstruasi pada mahasiswi.
2. Mengidentifikasi dukungan keluarga pada mahasiswi saat menstruasi.
3. Mengidentifikasi *personal hygiene* saat menstruasi pada mahasiswi.
4. Menganalisis hubungan Sumber informasi dengan *personal hygiene* mahasiswi saat menstruasi.
5. Menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan *personal hygiene* mahasiswi saat menstruasi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkuat pemahaman tentang hubungan antara sumber informasi dan dukungan keluarga, khususnya pada mahasiswi di Politeknik Negeri Jember. diharapkan dapat menambah wawasan dan memperkaya kajian ilmu kesehatan, khususnya terkait faktor-faktor yang memengaruhi perilaku *personal hygiene* saat menstruasi, serta menjadi referensi bagi penelitian sejenis di masa mendatang.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswi

Hasil dari studi ini dapat berfungsi sebagai sumber informasi untuk meningkatkan pemahaman dan sikap terhadap kebersihan pribadi selama masa menstruasi.

2. Bagi Politeknik Negeri Jember

Studi ini bisa memberikan saran dalam merancang program pendidikan atau sosialisasi tentang kesehatan *personal hygiene* saat menstruasi yang lebih efektif.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadi referensi dan pedoman bagi peneliti di masa yang mendatang dan ingin mengkaji tema yang sama, baik dengan memperluas variabel yang diteliti, menggunakan pendekatan yang berbeda atau melaksanakan penelitian di wilayah atau populasi yang lebih luas.