

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kajian Pustaka

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Laili Uliyatul pada tahun 2019 dengan judul hubungan Pemakaian Pembalut Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Pada Vulva. Remaja putri yang mampu menjaga kebersihan vagina saat menstruasi tidak akan mengalami pruritus vulva. Namun kenyataannya, masih banyak remaja yang mengalami pruritus vulva, terutama pada remaja yang berada di lingkungan pondok pesantren. Salah satu penyebab pruritus vulva yaitu adanya dermatitis kontak iritan, rangsangan oleh ektoparasit serta faktor lingkungan yang membuat kulit lembab atau kering. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan frekuensi pemakaian pembalut saat menstruasi dengan kejadian pruritus vulva.

Jenis penelitian yaitu deskriptif analitik dengan desain cross sectional. Populasi seluruh santriwati SMA Al-Furqon pondok pesantren Al-FurqonDriyorejo Gresik, sampel sebanyak 57 orang dengan menggunakan teknik simple random sampling. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner. Analisis data menggunakan uji statistik Chi-Square dengan hasil $< \alpha 0,05$. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar (63,2%) tidak sering mengganti pembalut, sebagian besar (56,1%) mengalami pruritus vulva kategori sedang. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,000 < \alpha 0,05$ berarti H_0 di tolak artinya ada hubungan frekuensi pemakaian pembalut saat menstruasi dengan kejadian pruritus vulva. Semakin sering mengganti pembalut saat menstruasi maka akan

menurunkan kejadian pruritus vulva, disarankan bagi wanita untuk sering mengganti pembalut saat menstruasi sehingga mencegah pruritus vulva.

Berdasarkan kajian pustaka yang telah dipaparkan, terdapat beberapa perbedaan antara penelitian diatas dengan penelitian yang akan diteliti. Perbedaan terletak pada Populasi dan sampel, pada penelitian ini populasi yang diambil yaitu Siswi kelas VIII SMP Negeri 4 Rancaekek, sedangkan populasi yang diambil penelitian sebelumnya adalah SMA Al-Furqon. Dari kajian pustaka diatas peneliti sebelumnya mengambil sampel dengan teknik simple random sampling sedangkan apa penelitian yang akan dilakukan menggunakan non-probability sampling dengan teknik *purposive sampling*.

2.2 Konsep Remaja

2.2.1 Definisi Remaja

Hurlock (1997) mengungkapkan Remaja berasal dari bahasa latin (*adolescere*) yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolescere* seperti yang dipergunakan saat ini mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Jannah, 2016). Remaja adalah masa perubahan atau masa peralihan dari kanak-kanak ke dewasa yang meliputi perubahan biologik, perubahan psikologis dan perubahan sosial. Di sebagian masyarakat dan budaya remaja pada umumnya dimulai pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun (Pudjiastuti, 2012). Remaja akan melalui suatu tahap perkembangan yang bertujuan untuk mencapai kematangan sehingga dapat menentukan perkembangan selanjutnya (Setiawan & Alizamar, 2019). Menurut WHO (2019), rentang usia remaja adalah 10-19 tahun yang terbagi dalam dua

periode yaitu, remaja awal (usia 10-14 tahun) dan remaja akhir (15-19 tahun). Populasi remaja dari keseluruhan penduduk di dunia yaitu sekitar 1,2 miliar atau sekitar 18% (Bulu et dkk., 2019). Sedangkan di Indonesia pada tahun 2018 berjumlah sekitar 33% atau 88.312.971 usia 0-18 tahun dari total penduduk (Pusat Data dan informasi Kemenkes, 2018). Remaja akan mengalami beberapa tahap pertumbuhan dan perkembangan. Pada tahap pertumbuhan dan perkembangan tersebut akan terjadi perubahan-perubahan baik dari segi fisik, psikologis, budaya dan juga hubungan psikososial. Masa remaja merupakan masa dimana remaja mengalami perkembangan dan pematangan organ reproduksi. Salah satu ciri khas kematangan organ reproduksi adalah menstruasi.

2.2.2 Klasifikasi remaja

1. Menurut Badan Kesehatan Dunia (WHO) : Periode usia antara 10- 19 tahun.
2. Menurut Direktorat Remaja dan Perlindungan Hak Reproduksi (BKKBN) : 10-21 tahun.
3. Menurut The Health resources and Services Administration Guidelines Amerika Serikat : Remaja awal (10-14 tahun), Remaja pertengahan (14-17 tahun) dan masa remaja akhir (17-19 tahun) (Kusmiran, 2012).

2.2.3 Karakteristik remaja berdasarkan umur

Berdasarkan sifat atau ciri perkembangannya, masa (rentang waktu) remaja ada tiga tahap, yaitu (Kumalasari dan Andhyantoro, 2012).

1. Remaja awal (10-12 tahun)
 - a. Lebih dekat dengan teman sebaya.

- b. Ingin bebas.
 - c. Lebih banyak memperhatikan keadaan tubuhnya.
 - d. Mulai berpikir abstrak.
2. Masa remaja tengah (13-15 tahun)
- a. Mencari identitas diri.
 - b. Timbul keinginan untuk berkencan.
 - c. Mempunyai rasa cinta yang mendalam.
 - d. Mengembangkan kemampuan berpikir abstrak.
 - e. Berkhayal tentang aktivitas seks.
3. Masa remaja akhir (16-21 tahun)
- a. Pengungkapan kebebasan diri.
 - b. Lebih selektif dalam mencari teman sebaya.
 - c. Mempunyai citra tubuh (body image) terhadap dirinya sendiri.
 - d. Dapat mewujudkan rasa cinta.

2.2.4 Perubahan fisik pada remaja

Perubahan fisik remaja adalah perubahan-perubahan yang terjadi dan merupakan gejala primer dalam pertumbuhan remaja. Perubahan-perubahan ini meliputi: perubahan ukuran tubuh, perubahan proporsi tubuh, munculnya ciri-ciri kelamin yang utama (primer) dan ciri kelamin kedua (sekunder). Perubahan - perubahan fisik pada remaja putri seperti.

1. Perubahan Eksternal

- A. Rata-rata anak perempuan mencapai tinggi yang matang antara usia 17 dan 18 tahun, dan rata-rata anak laki-laki kira-kira setahun sesudahnya.
- B. Perubahan berat badan mengikuti jadwal yang sama dengan perubahan tinggi. Tetapi berat badan sekarang tersebar kebagian-bagian tubuh yang tadinya hanya mengandung sedikit lemak atau tidak mengandung lemak sama sekali.
- C. Pertumbuhan Tulang
Tulang-tulang (badan menjadi tinggi, anggota-anggota badan menjadi panjang.
- D. Pertumbuhan payudara
- E. Tumbuh bulu halus berwarna gelap dan keriting dikemaluan dan tumbuh bulu ketiak
- F. Menstruasi (haid).

Sedangkan pada remaja lelaki terjadi perubahan-perubahan sebagai berikut :

- A. Pertumbuhan tulang dan otot.
- B. Testis (buah pelir) membesar.
- C. Awal perubahan suara.
- D. Ejakulasi (keluarnya air mani).
- E. Tumbuh bulu kemaluan yang halus , keriting dan berwarna gelap.
- F. Tumbuh rambut halus di wajah (kumis, jenggot) di dada dan di ketiak.

2. Perubahan internal

A. Sistem Pencernaan

Perut menjadi lebih panjang dan tidak lagi terlampau berbentuk pipa, usus bertambah panjang dan bertambah besar, otot-otot di perut dan dinding-dinding usus menjadi lebih tebal dan lebih kuat, hati bertambah berat dan kerongkongan bertambah panjang.

B. Sistem Peredaran Darah

Jantung tumbuh pesat selama masa remaja, usia 17 atau 18 tahun beratnya dua belas kali berat pada waktu lahir. Panjang dan tebal dinding pembuluh darah meningkat dan mencapai tingkat kematangan bila mana jantung sudah matang.

C. Sistem Pernafasan

Kapasitas paru-paru anak perempuan hampir matang pada usia 17 tahun, anak laki-laki mencapai tingkat kematangan beberapa tahun kemudian.

D. Sistem Endokrin

Kegiatan gonad yang meningkat pada masa puber menyebabkan ketidakseimbangan sementara dari seluruh sistem endokrin pada awal masa puber. Kelenjar-kelenjar seks berkembang pesat dan berfungsi, meskipun belum mencapai ukuran matang sampai akhir masa remaja atau awal masa dewasa.

E. Jaringan tubuh

Perkembangan kerangka berhenti rata-rata usia 18 tahun. Jaringan selain tulang terus berkembang sampai tulang mencapai ukuran matang. Khususnya bagi perkembangan jaringan otot.

2.3 Konsep Menstruasi

2.3.1 Definisi Menstruasi

Menstruasi merupakan proses alamiah yang terjadi pada perempuan. Menstruasi merupakan suatu perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Umumnya remaja yang mengalami menstruasi pertama pada usia 12-16 tahun. Periode ini akan mengubah perilaku dari beberapa aspek, misalnya psikologi dan lain-lainnya. Siklus menstruasi normal terjadi setiap 22-35 hari dengan lama menstruasi selama 2-7 hari (Kusmiran, 2014). Menstruasi atau haid adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium. Menstruasi merupakan suatu siklus alamiah yang menunjukkan kesempurnaan seorang wanita, Seorang yang mengalami menstruasi menunjukkan bahwa hormonnya sudah bekerja. Menstruasi atau haid adalah suatu keadaan yang lazim dialami oleh setiap perempuan yang berada dalam masa reproduksi. Hal tersebut ditandai dengan timbulnya noda berupa darah kotor yang keluar dari mulut vagina (Haryono, 2016).

2.3.2 Siklus Menstruasi

Pola siklus menstruasi merupakan pola yang menggambarkan jarak antara hari pertama menstruasi dengan hari pertama menstruasi berikutnya. Pola

siklus menstruasi dikatakan normal jika tidak kurang dari 21 hari dan tidak melebihi 35 hari (Yudita,2017). Apabila dalam 3 bulan, salah satu siklus terdapat <21 hari atau >35 hari maka dikatakan siklus tidak teratur. Apabila dalam 3 bulan, seluruh siklus menstruasi memiliki rentang 21-35 hari maka dikatakan siklus menstruasi teratur (Rahmatullaili, 2012 dalam Luthfa, 2017).

Dari hasil Riskesdas (2010), perempuan di Indonesia berusia 10-59 tahun dilaporkan sebanyak 13,7 persen mengalami masalah siklus menstruasi yang tidak teratur. Terjadinya siklus menstruasi yang reguler merupakan penanda bahwa organ-organ reproduksi seorang wanita telah berfungsi dengan baik (Tombakan,2017). Proses menstruasi diawali dengan terjadi pertumbuhan dan perkembangan folikel primer yang dirangsang oleh hormon FSH. Pada saat tersebut, sel oosit primer akan membelah dan menghasilkan ovum yang haploid. Saat folikel berkembang menjadi folikel de graaf yang masak, folikel ini juga menghasilkan hormon Estrogen yang merangsang keluarnya LH dari hipofisis. Estrogen yang keluar berfungsi merangsang perbaikan dinding uterus, yaitu endometrium, yang habis terkelupas saat menstruasi.

Selain itu, Estrogen menghambat pembentukan FSH dan memerintahkan hipofisis menghasilkan LH yang berfungsi merangsang folikel de graaf yang masak untuk mengadakan ovulasi yang terjadi pada hari ke-14. Waktu di sekitar terjadinya ovulasi disebut fase estrus. LH merangsang folikel yang telah kosong untuk berubah menjadi badan kuning (corpus luteum). Badan kuning menghasilkan hormon progesteron yang berfungsi untuk mempertebal lapisan endometrium yang kaya dengan pembuluh darah untuk mempersiapkan datangnya

embrio. Periode ini disebut fase luteal. Selain itu, progesteron juga berfungsi untuk menghambat pembentukan FSH dan LH, akibatnya korpus luteum mengecil dan menghilang. Pembentukan progesteron berhenti sehingga pemberian nutrisi kepada endometrium terhenti. Endometrium menjadi mengering dan selanjutnya akan terkelupas dan terjadilah perdarahan (menstruasi) pada hari ke-28.

2.3.3 Fase Siklus Menstruasi

Menurut Irianto (2014), siklus menstruasi terdiri dari 4 fase yaitu.

1. Fase Proliferasi/Fase Pra-ovulasi

Hormon pembebas gonadotropin yang disekresikan hipotalamus akan memacu hipofisis untuk mensekresikan FSH. FSH memacu pematangan folikel dan merangsang folikel untuk mensekresikan hormon Estrogen. Adanya Estrogen menyebabkan pembentukan kembali (proliferasi) dinding endometrium. Peningkatan kadar Estrogen juga menyebabkan leher rahim untuk mensekresikan lendir yang bersifat basa. Lendir ini berfungsi untuk menetralkan suasana asam pada vagina sehingga mendukung kehidupan sperma.

2. Fase Ovulasi/Fase Luteal

Keluarnya ovum matang dari ovarium atau yang biasa disebut masa subur. Bila siklusnya tepat maka akan terjadi pada hari ke-14 dari peristiwa menstruasi tersebut.

3. Fase Pasca Ovulasi/Fase Sekresi

Masa kemunduran ovum bila tidak terjadi fertilisasi. Pada tahap ini, terjadi kenaikan produksi progesteron sehingga endometrium menjadi lebih

tebal dan siap menerima embrio untuk berkembang. Jika tidak terjadi fertilisasi, maka hormon seks akan berulang menjadi menstruasi kembali.

4. Fase Menstruasi

Terjadi bila ovum tidak dibuahi sperma, sehingga korpus luteum menghentikan produksi hormon Estrogen dan progesteron. Turunnya kadar Estrogen dan progesteron sehingga terjadinya perdarahan. Fase menstruasi berlangsung kira-kira 5 hari. Darah yang keluar selama menstruasi berkisar antara 50-150 ml.

2.3.4 Tanda Gejala Awal Menstruasi

Tanda dan gejala awal menstruasi setiap wanita berbeda-beda menurut NICHD (2013) yaitu:

1. Nyeri perut atau punggung.
2. Nyeri punggung bawah.
3. Nyeri dan tegang pada payudara.
4. Nafsu makan meningkat atau berkurang.
5. Perubahan suasana hati dan mudah tersinggung.
6. Pusing dan kelelahan.

2.3.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi

1. Stres

Secara teori, tingkat stres memiliki hubungan dengan terganggunya siklus menstruasi. Stresor yang membuat satu tuntutan baru bagi suatu pekerjaan, meningkatkan panjang siklus menstruasi, jadi menunda periode setiap bulannya. Stres pada seseorang akan memicu pelepasan hormon

kortisol dalam tubuh seseorang, dimana hormon ini akan bekerja mengatur seluruh sistem di dalam tubuh, seperti jantung, paru-paru, peredaran darah, metabolisme tubuh dan sistem kekebalan tubuh dalam menghadapi stres yang ada. Biasanya hormon kortisol ini dijadikan tolak ukur untuk melihat derajat stres seorang.

Semakin stres seseorang, kadar kortisol dalam tubuhnya akan semakin tinggi. Ini disebabkan karena stres yang dialami mempengaruhi kerja hormon kortisol diatur oleh hipotalamus otak dan kelenjar pituitary. Dengandimulainya aktivitas hipotalamus ini, hipofisis mengeluarkan FSH dan proses stimulus ovarium akan menghasilkan estrogen. Jika terjadi gangguan pada hormon FSH dan LH akan menyebabkan tidak terbentuknya sel telur. Jika demikian, hormon estrogen dan progesteron juga tidak akan terbentuk sebagaimana seperti seharusnya.

Estrogen merupakan hormon feminim yang mengakibatkan perubahan fisik pada wanita ketika remaja, seperti perkembangan payudara, munculnya menstruasi dan estrogen juga mempengaruhi rangkaian siklus menstruasi (Kartikawati,2017).

2. Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik yang tidak normal lebih banyak mengalami siklus menstruasi tidak normal, dibandingkan dengan aktivitas fisik yang normal. Aktivitas fisik adalah segala macam gerak yang membutuhkan energi. Aktivitas fisik secara teratur telah lama dianggap sebagai komponen penting dari gaya hidup sehat. Tingkat aktivitas fisik yang sedang dan berat dapat

membatasi fungsi menstruasi. Aktivitas fisik merangsang inhibisi Gonadotropin Releasing Hormon (GnRH) dan aktivitas gonadotropin sehingga menurunkan level serum Estrogen (< 149 Pg/ml) sehingga tidak merangsang perbaikan dinding uterus yaitu endometrium sehingga pembentukan endometrium $< 8-13$ mm.

Estrogen yang naik akan menghambat pembentukan FSH dan memerintahkan hipofisis menghasilkan LH yang berfungsi merangsang folikel de graaf yang masak untuk mengadakan ovulasi, jika tidak terjadi fertilisasi maka hormon seks akan berulang menjadi menstruasi kembali.(Andriana,2018 ; Kusmiran,2014). Aktivitas fisik dengan intensitas sedang dan berat berhubungan dengan oligomenorea, siklus memanjang. Hal ini terjadi akibat supresi GnRH yang diakibatkan aktivitas intensitas tinggi sehingga sekresi FSH dan LH menjadi berkurang yang menyebabkan gangguan siklus menstruasi (Simbolon, 2016).

Wanita yang memiliki aktivitas fisik rendah memiliki siklus menstruasi yang teratur dibandingkan dengan wanita yang memiliki aktivitas fisik berat (Naibaho, 2014). Polimenorea, siklus memendek dapat disebabkan karena adanya siklus anovulasi yang sering ditemukan pada siklus seksual saat pubertas. Siklus anovulasi ini terjadi karena lonjakan LH praovulasi yang tidak cukup besar sehingga ovulasi tidak berlangsung. Tidak adanya ovulasi menyebabkan perubahan yaitu korpus luteum yang gagal berkembang yang mengakibatkan hampir tidak adanya sekresi progesteron ($< 5-20$ ng/ml)

selama bagian akhir dari siklus dan berakibat pada memendeknya fase luteal sehingga siklus akan memendek beberapa hari (Tanudjaja, 2016).

3. Gangguan Tiroid

Kelenjar tiroid menghasilkan hormon yang menjaga metabolisme tubuh. Fungsi tiroid mempengaruhi semua hormon di tubuh. Hormon tiroid yang tidak seimbang seperti pada hipertiroidisme dapat mengakibatkan berbagai gejala seperti menstruasi yang tidak teratur, kelelahan, penambahan berat badan, dan depresi (Haryono, 2016).

4. Diet

Diet dapat mempengaruhi fungsi menstruasi. Vegetarian berhubungan dengan anovulasi, penurunan respon hormon pituitari, fase folikel yang pendek, tidak normalnya siklus menstruasi (kurang dari 10 kali/tahun). Diet rendah lemak berhubungan dengan panjangnya siklus menstruasi dan periode perdarahan (Kusmiran, 2014).

2.4 Konsep Pembalut

2.4.1 Definisi Pembalut

Pembalut adalah produk yang berbentuk lembaran berbahan selulosa atau sintetis untuk menyerap cairan menstruasi atau cairan dari vagina (Sarwono, 2014). Pembalut merupakan sebuah perangkat yang digunakan oleh perempuan disaat menstruasi. Pembalut berfungsi untuk menyerap darah dari vagina supaya tidak kemana mana. Selain saat menstruasi, perangkat ini juga digunakan setelah melahirkan, maupun situasi lainnya yang membutuhkan pembalut untuk menyerap setiap cairan yang berupa pendarahan pada vagina (Winerungan, 2013).

Penggunaan produk ini berkontak langsung dengan permukaan vagina yang sensitif sehingga kebersihannya harus dijaga. Kemasan yang dibeli harus dipastikan ke higienisan, dan segel atau bungkus yang masih tertutup rapat. Sekecil apapun lubang, akan dapat menjadi sarang untuk bakteri atau kuman (Sarwono, 2014).

2.4.2 Jenis Pembalut Wanita

Pembalut wanita memiliki dua jenis yaitu (Elmart, 2012) :

1. Pembalut yang terbuat dari kapas, yang memiliki bentuk beraneka ragam dan biasa disesuaikan dengan kenyamanan beraktivitas, seperti slim, wings, dan maxi, dan juga memiliki ukuran mulai dari short, long dan for night.
2. Pembalut herbal, pembalut jenis ini adalah kandungannya terbuat dari herbal yang tidak hanya berfungsi menyerap darah haid tetapi juga berfungsi sebagai antiseptic.

2.4.3 Hal Yang Perlu Diperhatikan Saat Menggunakan Pembalut

1. Pengecekan tanggal kadaluarsa

Pengecekan tanggal kadaluarsa pembalut juga harus diperhatikan, Pembalut yang kadaluarsa tidak sehat jika digunakan, karena pembalut juga mengandung bahan kimia yang dalam waktu tertentu dapat tidak efektif lagi dan memiliki dampak bagi tubuh (Sarwono, 2014).

2. Pemilihan Pembalut

Pemilihan penggunaan pembalut harus yang permukaannya lembut dan lentur untuk menghindari gesekan yang berlebihan pada organ ke wanita.

Jika timbul lecet, luka akan terbuka dan menjadi radang, hal ini juga disebabkan karena organewanitaan lembab karena sedang menstruasi. Hindari penggunaan pembalut dengan menggunakan pewangi atau gel karena mengandung banyak bahan kimia yang dapat menimbulkan iritasi ataupun alergi (Sarwono, 2014).

3. Penggunaan Pembalut Tidak Lebih Dari 4 Jam

Saat pemakaian, pembalut sering menimbulkan infeksi, iritasi, dan gatal-gatal. Hal berbahaya lain yang dapat disebabkan oleh pembalut adalah ketika digunakan lebih dari empat jam lamanya. Tanpa disadari, pemakaian pembalut terlalu lama dapat menyebabkan infeksi, iritasi, hingga benjolan yang rasanya sangat gatal dan mengganggu. Apabila hal tersebut terjadi, infeksi sekunder dapat segera terjadi seperti kandidiasis, vaginosis bakterial, dan trikomoniasis. Jika hal ini terjadi maka akan membuat keadaan lebih buruk (Tony, 2011).

4. Waktu Penggantian Pembalut 3-5 Kali Dalam Sehari

Saat volume darah yang keluar sangat deras, pembalut bisa saja mengalami kebocoran, karena tidak cukup menyerap darah yang keluar. Untuk mengantisipasinya, saat aliran darah deras, disarankan untuk lebih rutin mengganti pembalut sebanyak 3-5, Selain rasa nyaman, mengganti pembalut secara teratur akan mencegah infeksi bakteri dari darah haid (planned, 2021).

5. Memakai Celana Dalam Yang Tidak Ketat Dan Menyerap Keringat

Pilih celana dalam sebaiknya terbuat dari bahan katun yang dapat menyerap keringat. Ganti pakaian dalam setidaknya 2 kali sehari agar pakaian dalam tetap bersih. Pakaian dalam yang tidak diganti dapat menciptakan lingkungan yang lembab, yang dapat menyebabkan adanya jamur dan bakteri yang dapat mengganggu kesehatan reproduksi. Gunakan celana dalam yang tidak terlalu ketat (Planned, 2021).

6. Membersihkan vagina ketika sudah buang air kecil dengan air yang bersih

Bersihkan bagian vagina dan lipatan-lipatan yang memungkinkan adanya kotoran terselip, dan keringkan vagina menggunakan tissue agar vagina tetap kering (Planned, 2021).

2.4.4 Penggunaan Pembalut

Darah kotor yang keluar selama fase menstruasi berpotensi meleleh kemana-mana dan terkadang menimbulkan bau yang tidak sedap. Hal ini mendasari sebagian besar perempuan memilih pembalut sebagai alternatif solusi untuk menahan rembesan darah haid. Kondisi ini menjadikan pembalut seakan menjadi kebutuhan pokok bagi kaum perempuan. Penggunaan pembalut yang kurang tepat menyebabkan kerentanan terhadap organ genitalia. Pada kondisi menstruasi, organ genitalia sangat mudah mengalami infeksi disebabkan masuknya kuman melalui saluran reproduksi, Kebersihan pembalut yang kurang baik dapat menjadi pemicu munculnya infeksi, iritasi, vaginitis (radang vagina) menurut (Kusmiran, 2011).

Remaja kini sering tidak menghiraukan betapa pentingnya menjaga kebersihan saat menstruasi terutama mengganti pembalut. Jika jarang bahkan lupa untuk mengganti pembalut, berakibat fatal bagi wanita tersebut jangka waktu panjang dan pendek sekaligus. Penggunaan pembalut saat menstruasi berhubungan langsung dengan permukaan organewanitaan. Permukaan organ kewanitaan sangat sensitif, sehingga kebersihan penuh harus dijaga. Pastikan bantalan yang dibeli dalam keadaan baik dan tidak rusak. Jika ada lubang pada kemasannya, bakteri terkecil pun dapat menembus debu.

Batas normal lama pemakaian pembalut yang telah penuh dan lembab yaitu empat jam dan tidak boleh melebihi, begitu juga frekuensi pemakaian pembalut saat menstruasi dalam sehari adalah empat hingga lima kali. pemakaian pembalut saat menstruasi sebaiknya diganti setiap 4 jam sekali atau setiap buang air kecil, hal ini untuk menghindari pembalut menimbulkan kuman atau bakteri dan jamur. Keadaan lembab ketika menstruasi sangat memungkinkan kuman, bakteri, ataupun jamur berkembang biak. Meski darah yang keluar sudah sedikit, pemakaiannya pun tidak boleh seharian. Pembalut yang terlalu lama didiamkan akan menyebabkan masuknya kuman ke dalam tubuh melalui vagina, lalu merembet ke atas, melewati mulut rahim. Saat kuman tersebut merajalela, dapat menyebabkan peradangan, perekatan lalu menyumbat saluran telur sehingga berakibat kemandulan (Ping, dkk 2020).

2.4.5 Faktor Resiko Penggunaan Pembalut Terlalu Lama

Ketika menstruasi kondisi vagina akan semakin lembab, hal ini dikarenakan permukaan kulit pembalut bersentuhan langsung dengan vagina.

Pembalut yang mengandung banyak gumpalan darah menjadi tempat yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangan jamur dan bakteri. Hal berbahaya yang dapat disebabkan oleh pembalut adalah ketika digunakan lebih dari empat jam lamanya. tanpa disadari, pemakaian pembalut terlalu lama dapat menyebabkan infeksi, iritasi, gatal, dan benjolan kecil berisi cairan yang rasanya sangat gatal dan mengganggu. Apabila hal tersebut terjadi, infeksi sekunder dapat segera terjadi seperti kandidiasis, vaginosis bakterial, dan trikomoniasis. Jika hal ini terjadi maka akan membuat keadaan lebih buruk (Tony, 2011).

2.5 Konsep Gatal di Area Kemaluan

2.5.1 Definisi Vagina Gatal

Vagina gatal adalah munculnya rasa gatal pada organ intim wanita. Kondisi ini dapat terjadi pada setiap perempuan dan tentunya tidak nyaman serta membuat risih penderitanya. Vagina gatal merupakan kondisi yang membuat organ intim terasa tidak nyaman dan ingin segera menggaruknya. Keluhan gatal berkaitan erat dengan organ reproduksi wanita khususnya di bagian vulva (Rummy, 2018). Vagina gatal ketika menstruasi yaitu kurangnya menjaga kebersihan vagina serta terjadi peningkatan pH yang memicu masuknya jamur candida, bakteri staphylococcus dan streptococcus serta virus dan biasanya terjadi pada remaja putri (Djajakusumah, 2011).

2.5.2 Faktor Penyebab Keluhan Gatal

Keluhan gatal masih sering dialami oleh remaja terkait dengan kesehatan reproduksi saat menstruasi. Hal ini dikarenakan pada saat menstruasi vagina menjadi lembab, Saat menstruasi darah dan keringat keluar serta menempel

pada kulit vagina, jika pada saat itu remaja tidak menjaga perilaku kebersihan pada area vagina dengan benar maka jamur dan bakteri akan tumbuh subur sehingga menyebabkan rasa gatal pada vagina. Keluhan gatal yaitu merupakan gangguan iritasi atau rasa gatal di sekitar vagina.

Penyebab terjadinya keluhan gatal saat menstruasi terjadi dua faktor yaitu faktor internal diantaranya, infeksi penyakit kulit dan Faktor eksternal adalah vulva hygiene, penggunaan pembalut, penggunaan sabun iritatif (pengharum), pemakaian celana dalam, dan frekuensi penggantian pembalut. Jika keluhan gatal tidak diatasi juga bisa menyebabkan infeksi sekunder seperti infeksi kandidiasis, vaginosis bakteri dan trikomoniasis, hal ini terjadi maka akan membuat keadaan lebih buruk. Keluhan gatal ini dapat mengganggu aktivitas, kehidupan sosial remaja dan jika tidak diobati dengan tepat maka lama kelamaan gatalnya membandel sehingga bisa mengganggu terhadap kesehatan (Putri, 2019). Selain itu lama pemakaian pembalut yang lebih dari empat jam dan penggantian pembalut hanya 1-2 kali dalam sehari juga dapat mempengaruhi kesehatan kulit dan biasanya merasakan gatal dan lembab (Musriani, Dkk 2019).

2.5.3 Tanda Dan Gejala Gatal Area Kemaluan

Vulvitis menimbulkan gejala yang bervariasi, tergantung dari penyebab peradangan pada vulva. Sangat disarankan untuk tidak menggaruk alat kelamin apabila muncul rasa gatal, karena berisiko menyebabkan infeksi berkembang menjadi infeksi (Kusmiran, 2012). Gejala-gejala gatal area kemaluan diantaranya adalah.

1. Ruam atau gatal di alat kelamin, terutama pada malam hari.

2. Keputihan.
3. Rasa terbakar dan kulit pecah-pecah di sekitar vagina.
4. Bengkak dan merah di labia dan vulva.
5. Benjolan berisi cairan (blister) pada vagina

2.5.4 Cara Pemeliharaan Organ Reproduksi Wanita

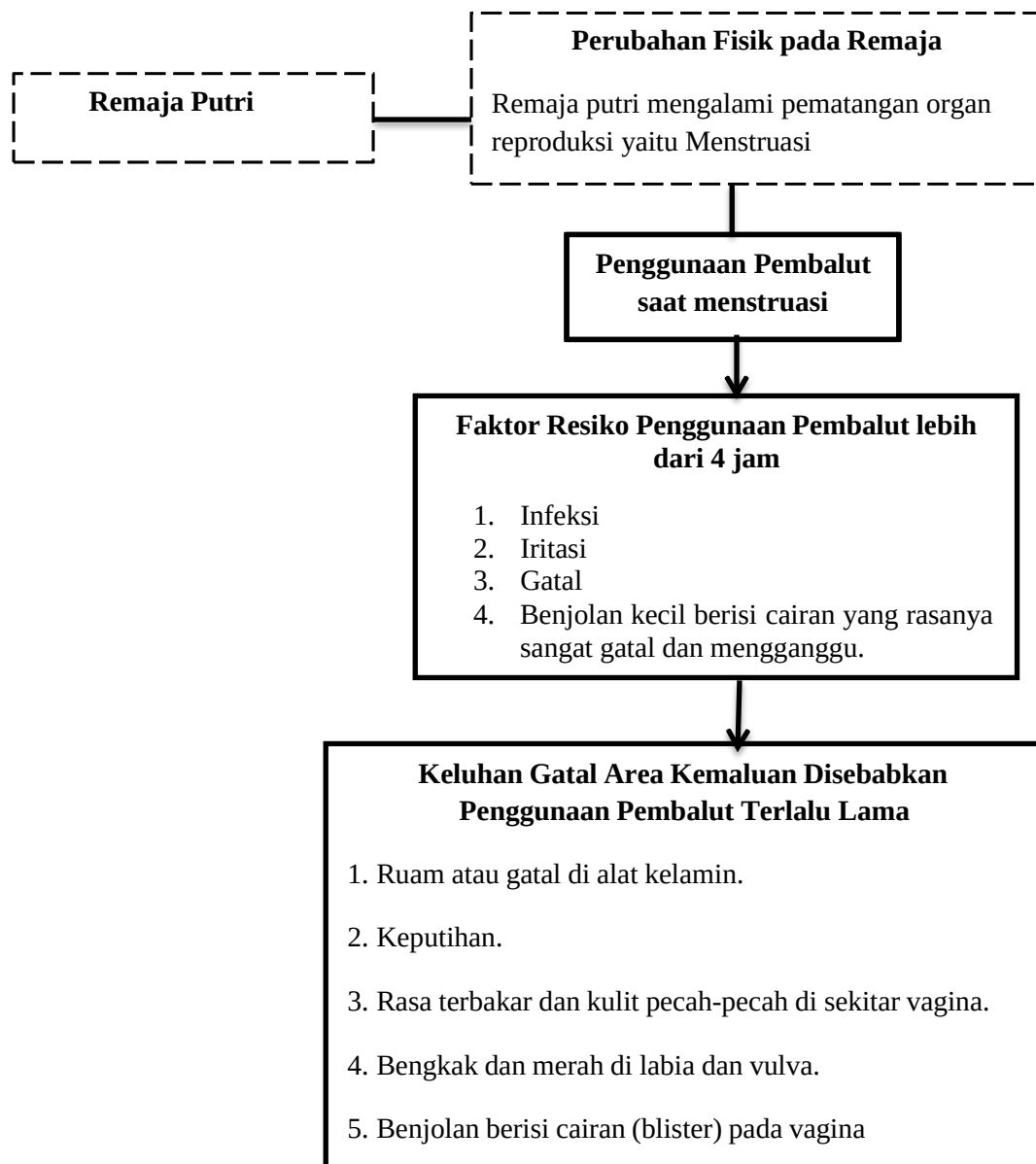
Cara pemeliharaan secara umum organ reproduksi wanita menurut Kusmiran (2012), adalah :

1. Mengganti celana dalam minimal dua kali sehari.
2. Membersihkan kotoran yang keluar dari alat kelamin dari anus dengan air atau kertas pembersih (tisu). Gerakan cara membersihkan anus untuk perempuan adalah dari daerah vagina ke arah anus untuk mencegah kotoran dari anus masuk vagina.
3. Mengganti pembalut tidak lebih dari 4 jam dalam sehari.
4. Tidak menggunakan air yang kotor untuk mencuci vagina.
5. Dianjurkan untuk mencukur atau merapikan rambut kemaluan karena bisa ditumbuhi jamur atau kutu yang dapat menimbulkan rasa tidak nyaman dan gatal.

2.6 Kerangka Teoritis

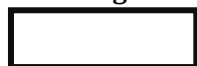
Bagan 2.1

Kerangka Teoritis



Sumber: Kusmiran (2012), Tony (2012)

Keterangan:



: Variabel yang diteliti



: Variabel yang tidak diteliti