

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kajian Pustaka

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang membahas mengenai hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri saat menstruasi seperti yang dijelaskan oleh Marlina (2019) dengan judul “Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dengan Kebersihan Organ Reproduksi Pada Saat Menstruasi Di SMP Negeri 27 Makassar” yang menjelaskan hasil pengetahuan diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,001 < 0,05$ dan sikap diperoleh nilai $p\text{ value} = 0.000 < 0.05$. Penelitian ini menggunakan survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel diambil dengan *simple random sampling*. Dari penelitiannya dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap remaja dengan kebersihan organ reproduksi pada saat menstruasi di SMP Negeri 27 Makassar.

Hasil penelitian lainnya disampaikan oleh Astuti (2020) dengan judul “Efektivitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi ” yang menjelaskan pengetahuan remaja sebelum dilakukan pendidikan kesehatan sebagian besar memiliki pengetahuan baik yaitu 22 responden (71%), dan pengetahuan remaja setelah dilakukan pendidikan kesehatan meningkat menjadi 30 responden (96,7%) lalu perilaku remaja sebelum dilakukan pendidikan kesehatan sebagian besar memiliki perilaku buruk yaitu 21 responden (67,7%), dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang personal hygiene sebagian besar remaja

memiliki perilaku sedang yaitu 21 responden (67,7%). Desain penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen semu (*Quasi Eksperimental Design*) dengan menggunakan rancangan *One Group Pretest posttest design*. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Dari penelitiannya dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan, dan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada siswi SMP.

2.2 Konsep Remaja Putri

2.2.1 Definisi Remaja

Menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) yaitu periode usia antara 10 sampai 19 tahun, sedangkan menurut *the health resources and services administrations guidelines* amerika serikat, rentang usia remaja adalah 10-21 tahun dan terbagi menjadi tiga tahap, yakni remaja awal (10-14 tahun), remaja menengah (15-17 tahun) dan remaja akhir (18-21 tahun). definisi ini kemudian disatukan dalam terminology kaum muda (*young people*). Definisi remaja sendiri dapat ditinjau dari tiga sudut pandang, yaitu:

- a. Secara kronologis, remaja adalah individu yang berusia antara 10-14 tahun sampai 20-21 tahun.
- b. Secara fisik, remaja ditandai oleh ciri-ciri perubahan penampilan fisik dan fungsi fisiologis, terutama yang terkait dengan kelenjar seksual.

- c. Secara psikologis, remaja merupakan masa dimana individu mengalami perubahan-perubahan dalam aspek kognitif, emosi, sosial, dan moral, diantara masa kanak-kanak menuju masa dewasa (Sari, 2021).

2.2.2 Tahap Perkembangan Remaja

- a. Remaja Awal (*Early Adolescence*) : Umur 10 – 12 Tahun

Pada tahap remaja awal, remaja masih adaptasi dengan perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan yang menyertai perubahan-perubahan tersebut. Mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis dan mudah terangsang secara erotis.

- b. Remaja Madya (*Middle Adolescent*) : Umur 13 – 15 Tahun

Pada tahap remaja madya, remaja sangat membutuhkan teman. Remaja senang jika punya banyak teman yang menyukainya. Ada kecenderungan narsistik yaitu mencintai diri sendiri dengan menyukai teman-teman yang memiliki sifat-sifat yang sama dengan dirinya.

- c. Remaja akhir (*Late Adolescent*) : Umur 16 – 19 Tahun

Pada tahap remaja akhir yaitu masa menuju periode dewasa dengan ditandai pencapaian 5 hal yaitu : minat yang makin mantap terhadap fungsi intelektual, egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru, terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi,

egosentrisme berganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain, tumbuh dinding yang memisahkan diri pribadinya (*private self*) dan masyarakat umum (Pramesti, 2019).

2.2.3 Tanda – Tanda Pertumbuhan Pada Remaja Putri

Berikut tanda – tanda yang timbul pada pertumbuhan remaja putri :

a. Tanda-Tanda Seks Primer

Tanda-tanda seks primer yaitu yang berhubungan langsung dengan organ seks seperti terjadinya haid pada remaja putri. Organ-organ reproduksi wanita tumbuh selama masa puber dengan tingkat kecepatan yang bervariasi, haid dianggap sebagai petunjuk pertama bahwa mekanisme reproduksi anak perempuan menjadi matang. Gejala ini merupakan awal dari serangkaian pengeluaran darah, lendir dan jaringan sel yang hancur dari uterus secara berkala, dan akan berhenti saat wanita mencapai *menopause*.

b. Tanda-tanda Seks Sekunder

Pada masa pubertas ditandai dengan kematangan organ-organ reproduksi, termasuk pertumbuhan seks sekunder. Pada masa ini juga remaja mengalami pertumbuhan fisik yang sangat cepat. Ciri-ciri seksual pada remaja putri seperti pinggul menjadi tambah lebar dan bulat, kulit lebih halus dan pori-pori bertambah besar. Selanjutnya, ciri sekunder lainnya ditandai oleh kelenjar lemak dan keringat menjadi lebih aktif, dan sumbatan kelenjar lemak dapat menyebabkan jerawat (Fitriani, 2021).

2.3 Konsep Menstruasi

2.3.1 Definisi Menstruasi

Menstruasi berasal dari bahasa latin “*mensis*” artinya bulan. Menurut bahasa Inggris *mensis* berarti periode haid. Dapat disimpulkan menstruasi adalah kejadian yang fisiologis bagi perempuan yang mengalami perubahan kritis dikehidupan semula atau normal mereka (Hidayati, 2021).

Menstruasi adalah perdarahan periodik pada uterus yang dimulai sekitar 14 hari setelah *ovulasi*. Menstruasi adalah perdarahan vagina secara berkala akibat terlepasnya lapisan *endometrium uterus*. Fungsi menstruasi normal merupakan hasil interaksi antara *hipotalamus*, *hipofisis*, dan *ovarium* dengan perubahan-perubahan terkait pada jaringan sasaran pada saluran reproduksi normal, *ovarium* memainkan peranan penting dalam proses ini, karena tampaknya bertanggung jawab dalam pengaturan perubahan - perubahan siklik maupun lama siklus menstruasi (Sari, 2021).

2.3.2 Siklus Menstruasi

Siklus menstruasi ialah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya. Hari mulainya perdarahan dinamakan hari pertama siklus. Karena jam mulainya menstruasi tidak diperhitungkan dan tepatnya waktu keluar menstruasi dari *ostiumuteri eksternum* tidak dapat diketahui, maka panjang siklus mengandung kesalahan kurang lebih 1 hari. Panjang

siklus menstruasi yang normal atau dianggap sebagai siklus menstruasi yang klasik ialah 28 hari (Permata, 2019).

2.3.3 Fase – Fase Siklus Menstruasi

Siklus menstruasi pada wanita terdiri dari 4 fase, yaitu :

a. Fase Menstruasi

Fase ini adalah fase yang harus dialami oleh seorang wanita dewasa setiap bulannya. Sebab melalui fase ini wanita baru dikatakan produktif. Oleh karena itu fase menstruasi selalu dinanti oleh para wanita, walaupun kedatangannya membuat para wanita merasa tidak nyaman untuk beraktifitas. Biasanya ketidaknyamanan ini terjadi hanya 1-2 hari, dimana pada awal haid pendarahan yang keluar lebih banyak dan gumpalan darah lebih sering keluar. Pada fase menstruasi, *endometrium* terlepas dari dinding *uterus* dengan disertai pendarahan. Rata-rata fase ini berlangsung selama lima hari (rentang 3- 6 hari). Pada awal fase menstruasi kadar *estrogen*, *progesteron*, *LH (Lutenizing Hormon)* menurun atau pada kadar terendahnya, sedangkan siklus dan kadar *FSH (Folikel Stimulating Hormon)* baru mulai meningkat.

b. Fase Proliferasi

Pada fase ini *ovarium* sedang melakukan proses pembentukan dan pematangan *ovum*. Fase *proliferasi* merupakan periode pertumbuhan cepat yang berlangsung sejak sekitar hari ke-5 sampai hari ke-14 dari siklus haid. Permukaan *endometrium* secara

lengkap kembali normal sekitar empat hari atau menjelang perdarahan berhenti. Dalam fase ini *endometrium* tumbuh menjadi tebal $\pm 3,5$ mm atau sekitar 8-10 kali lipat dari semula, yang akan berakhir saat *ovulasi*. Pada fase *proliferasi* terjadi peningkatan kadar hormon *estrogen*, karena fase ini tergantung pada stimulasi *estrogen* yang berasal dari *folikel ovarium*.

c. Fase Sekresi/Luteal

Fase *sekresi* berlangsung sejak hari *ovulasi* sampai sekitar tiga hari sebelum periode menstruasi berikutnya. Pada akhir fase *sekresi*, *endometrium sekretorius* yang matang dengan sempurna mencapai ketebalan seperti beludru yang tebal dan halus. *Endometrium* menjadi kaya dengan darah dan sekresi kelenjar. Umumnya pada fase pasca *ovulasi* wanita akan lebih sensitif. Sebab pada fase ini hormon reproduksi (*FSH*, *LH*, *estrogen* dan *progesteron*) mengalami peningkatan. Jadi pada fase ini wanita mengalami yang namanya *pre menstrual syndrome* (PMS). Beberapa hari kemudian setelah gejala PMS maka lapisan dinding rahim akan luruh kembali.

d. Fase Iskemi/Premenstrual

Apabila tidak terjadi pembuahan dan *implantasi*, *korpus Luteum* yang mensekresi *estrogen* dan *progesterone* menyusut. Seiring penyusutan kadar *estrogen* dan *progesterone* yang cepat, *arteri spiral* menjadi *spasme*, sehingga suplai darah ke

endometrium fungsional terhenti dan terjadi *nekrosis*. Lapisan fungsional terpisah dari lapisan basal dan perdarahan menstruasi dimulai (Permata, 2019).

2.3.4 Faktor Yang Memengaruhi Menstruasi

Berikut adalah faktor yang memengaruhi menstruasi yaitu :

a. Faktor Hormone

Hormon-hormon yang memengaruhi terjadinya haid pada wanita yaitu *Folicle Stimulating Hormone* (FSH) yang dikeluarkan oleh *hipofisis*, *estrogen* yang dihasilkan oleh *ovarium*, *Luteinizing Hormone* (LH) yang dihasilkan oleh *hipofisis*, serta *progesterone* yang dihasilkan oleh *ovarium*.

b. Faktor Enzim

Enzim hidrolitik yang terdapat dalam *endometrium* merusak sel yang berperan dalam sintesis protein, yang mengganggu metabolisme sehingga mengakibatkan *regresi endometrium* dan perdarahan.

c. Faktor Vascular

Saat fase *proliferasi*, terjadi pembentukan sistem *vaskularisasi* dalam lapisan fungsional *endometrium*. Pada pertumbuhan *endometrium* ikut tumbuh pula arteri-arteri, vena-vena, dan hubungan di antara keduanya. Dengan *regresi endomerium*, timbul statis dalam vena-vena serta saluran-saluran yang menghubungkannya dengan arteri, dan akhirnya terjadi *nekrosis*

dan perdarahan dengan pembentukan hematoma, baik dari arteri maupun vena.

d. Faktor *Prostaglandin*

Endometrium mengandung prostaglandin E2 dan F2. Dengan adanya *desintegrasi endometrium*, *prostaglandin* terlepas dan menyebabkan kontraksi miometrium sebagai suatu faktor untuk membatasi perdarahan pada haid (Sari, 2021).

2.3.5 Tanda dan Gejala Menstruasi

Tanda dan gejala menstruasi yang sering terjadi antara lain :

- a. Payudara terasa kencang atau nyeri.
- b. Jerawat mulai muncul.
- c. Nafsu makan meningkat (cemilan yang asin dan manis).
- d. Bertambahnya BB.
- e. Perut terasa kram kadang mules-mules.
- f. Sembelit
- g. Sakit kepala.
- h. Badan terasa pegal-pegal.
- i. Punggung terasa nyeri.
- j. Lemes, lesu dan mudah lelah.
- k. Sulit untuk berkonsentrasi
- l. Mudah insomnia

Gejala menstruasi akan semakin memberat terutama pada gangguan psikologis atau emosionalnya. Masa ini perempuan sangat mudah

sekali tersinggung atau sulit mengendalikan emosionalnya bahkan sulit berkonsentrasi, frustrasi atau bahkan depresi (Hidayati, 2021).

2.3.6 Gangguan Pada Saat Menstruasi

Gangguan yang menyertai saat perempuan mengalami menstruasi antara lain :

a. Keputihan

Leukorea atau keputihan yaitu suatu cairan putih yang keluar dari vagina secara berlebihan. Keputihan dibedakan menjadi dua jenis yaitu keputihan normal (fisiologis) dan keputihan abnormal (patologis). Keputihan yang normal biasanya terjadi pada masa menjelang dan sesudah menstruasi, pada sekitar fase sekresi antara hari ke 10-16 menstruasi, juga terjadi pada rangsangan seksual. Sedangkan, pada keputihan yang abnormal atau patologis terjadi pada infeksi alat kelamin (infeksi bibir kelamin, liang senggama, mulut rahim, rahim dan jaringan penyangganya, dan pada infeksi penyakit hubungan kelamin).

b. Iritasi

Iritasi adalah kulit meradang, merah, terasa gatal, panas, perih, dan bengkak. Hal ini dapat terjadi karena banyak keringat, terlambat mandi, gesekan baju yang ketat, dan garukan kuku. Masalah iritasi juga dapat terjadi karena orang terobsesi ingin selalu bersih, sehingga terlalu banyak menggunakan sarana pembersih organ intim, seperti mencuci dengan air panas, membilas dengan

sabun terlalu banyak, dan menggunakan kompres larutan obat yang terlalu pekat.

c. Infeksi

Infeksi yang menyertai menstruasi meliputi:

1) Infeksi Jamur

Yang menyerang kulit organ inti pada dua golongan, yaitu jamur dermatofita dan jamur *Candida albicans*.

2) Infeksi Bakteri

Bakteri adalah tumbuhan berukuran mikro yang mempunyai berbagai macam bentuk, yakni basil berbentuk batang, kokus berbentuk bulat, dan *Spirochaeta* berbentuk spiral. Ketiganya dapat ditemukan pada kelainan organ intim yang bermasalah. Namun, gejala penyakit dan tempat yang terserang berbeda. Contohnya bakteri *Gardnerella*, bakteri jenis ini dapat berubah bentuk sehingga disebut *Koko basil*. Ditemukan dalam jumlah kecil dalam keadaan normal di dalam vagina (Gultom, 2021).

2.4 Konsep *Vulva Hygiene*

2.4.1 Definisi *Vulva Hygiene*

Vulva hygiene merupakan suatu tindakan menjaga dan membersihkan organ reproduksi bagian luar perempuan yang bertujuan untuk menjaga kebersihan dan kesehatan organ reproduksi bagian luar perempuan agar terhindar dari infeksi (Apriyani, 2021).

2.4.2 Tujuan *Vulva Hygiene*

Berikut merupakan tujuan lain dari vulva hygiene adalah sebagai berikut, yaitu:

- a. Menghindari terjadinya kejadian infeksi pada vulva.
- b. Memberikan rasa nyaman pada tubuh.
- c. Menjaga organ reproduksi agar lebih sehat dan bersih.
- d. Membersihkan dari bekas keringat serta bakteri yang kemungkinan ada disekitar vulva maupun di luar vagina.
- e. Mempertahankan pH normal keasaman pada vagina, yaitu 3,5-4,5
- f. Mencegah terjadinya rangsangan yang dapat menumbuhkan jamur, bakteri, serta protozoa.
- g. Mencegah terjadinya kejadian keputihan dan virus, karena tujuan dari vulva hygiene yaitu untuk menjaga agar vulva tetap kering, terbebas dari infeksi dan iritasi (luka/nyeri) yang bisa mengakibatkan vulva menjadi bengkak, panas, dan gatal (Apriyani, 2021).

2.4.3 Manfaat *Vulva Hygiene*

Berikut ini merupakan beberapa manfaat yang didapatkan dari vulva hygiene yang baik, yaitu :

- a. Agar organ reproduksi wanita tetap terjaga
- b. Mengurangi keputihan
- c. Mengurangi risiko dari terpapar penyakit *torch*, *toxo*, dan *gonorhea* (Hasanah, 2018).

2.4.4 Dampak Kurang Menjaga *Vulva Hygiene*

Berikut ini adalah beberapa dampak yang timbul akibat dari kurang menjaga *vulva hygiene* yang baik dan benar, yaitu :

a. *Pruritus Vulvae*

Pruritus vulvae adalah gatal-gatal yang dirasakan pada alat kelamin wanita. Gatal pada *vulva* adalah salah satu tanda awal dari terjadinya *vaginitis*. Keadaan gatal ini biasanya terjadi pada malam hari, yang tanpa disadari dapat menyebabkan orang menggaruknya dan menimbulkan luka di area kelamin. Kurangnya kebersihan *vulva* dapat menyebabkan *pruritus vulvae*.

b. Keputihan

Keputihan merupakan salah satu masalah kesehatan reproduksi yang sering dihadapi wanita. Keputihan (*flour albus*) adalah salah satu jenis keputihan yang merupakan keputihan yang tidak normal. Selain keputihan dengan bau yang tidak sedap, juga terdapat rasa gatal pada vagina, yaitu keputihan pada saluran vagina. Secara fisiologis, keluarnya keputihan merupakan fenomena alam, karena dipengaruhi oleh faktor hormon. Keputihan fisiologis ditandai dengan keputihan yang berwarna putih, tidak berbau, dan tidak ditemukan kelainan selama pemeriksaan laboratorium. Ini bisa terjadi saat wanita terbangun atau selama masa reproduksi (*ovulasi*).

Keputihan yang tidak normal disebabkan oleh infeksi atau peradangan pada area genital. Penyebab keputihan yang abnormal termasuk organ reproduksi yang kotor, inspeksi internal yang tidak tepat, penggunaan douche vagina yang berlebihan, inspeksi yang tidak sehat, dan benda asing di dalam vagina. Keluarnya cairan putih / hijau / kuning yang tidak normal dengan rasa gatal di bagian bawah dan sakit perut (Apriyani, 2021).

2.4.5 Cara Perawatan *Vulva Hygiene*

Berikut adalah cara dalam perawatan vulva hygiene yang baik dan benar, yaitu :

- a. Gunakan celana dalam yang bersih dan kering dan ganti celana dalam 2-3 kali sehari. Celana dalam yang digunakan juga sebaiknya terbuat dari bahan katun untuk menyerap keringat. Hindari memakai pakaian dalam yang ketat untuk menghindari kelembapan yang berlebihan pada organ reproduksi.
- b. Hindari penggunaan *pantyliner* yang terlalu sering.
- c. Bersihkan dan keringkan vagina dengan cara yang benar setelah buang air kecil, yaitu dari depan ke belakang, bukan sebaliknya, karena hal ini dapat meningkatkan risiko perpindahan bakteri dari anus ke vagina dan meningkatkan risiko infeksi.
- d. Sebelum menyentuh vagina sebaiknya cuci tangan terlebih dahulu, karena tangan merupakan tempat yang paling sering ditemui

kotoran dan bakteri, sehingga jika menempel pada vagina akan meningkatkan resiko terjadinya infeksi.

- e. Setelah mencuci *vulva*, perlu dikeringkan dengan kertas toilet untuk mencegah *vulva* dan vagina basah atau lembab.
- f. Rambut kemaluan juga harus dipangkas secara rutin untuk mengurangi kelembapan pada vagina, karena bakteri dapat berkembang biak dengan cepat di lingkungan yang lembab. Jangan mencabut rambut kemaluan, karena mencabutnya akan meninggalkan lubang yang dapat menjadi lubang masuknya bakteri, jamur atau bakteri.
- g. Hindari penggunaan cairan vagina, karena penggunaan yang berlebihan akan membunuh *flora* baik di vagina, dan usahakan untuk menghindari penggunaan parfum, sabun disinfektan yang keras dan cairan pembersih, karena akan mengganggu keseimbangan normal vagina. Berdasarkan *American Collage Of Obstetricians and Gynecologist* (ACOG), perempuan sebaiknya menghindari melakukan *douching* (membilas vagina). Hal ini disebabkan oleh adanya hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat beberapa jenis produk cairan pembilas vagina yang terbukti dapat menghambat pertumbuhan *flora* normal pada vagina yang nantinya dapat mengganggu fungsi normal dari vagina

- h. Saat menggunakan kamar mandi umum dengan kloset jongkok harus memperhatikan kebersihan bibir kloset. Sebaiknya bilas dan keringkan bibir toilet sebelum menggunakan tisu toilet.
- i. Saat membersihkan bagian kewanitaan dengan sabun sebaiknya hanya dibilas diluar dan dibilas sampai bersih untuk menghindari sisa sabun, karena bila masih terdapat sisa sabun maka tidak baik untuk kesehatan alat reproduksi, karena dapat menimbulkan penyakit.
- j. Jika ingin menggunakan bedak, sebaiknya gosokkan pada telapak tangan terlebih dahulu, lalu usapkan ke area selangkangan yang biasanya lembab dan mengiritasi. Hindari memasukkan bedak ke dalam vagina (Apriyani, 2021).

2.4.6 Perawatan *Vulva* Saat Menstruasi

Perawatan pada saat menstruasi juga perlu dilakukan karena pada saat menstruasi pembuluh dalam rahim sangat mudah terkena infeksi. Kebersihan saat menstruasi pada daerah kewanitaan perlu mendapatkan perhatian ekstra karena apabila kebersihan tidak terjaga akan menimbulkan rasa gatal. Rasa gatal tersebut biasanya menimbulkan rasa ingin menggaruk. Selain rasa gatal, pemilihan pembalut sebaiknya yang memiliki permukaan lembut dan lentur karena jika pembalut tidak sesuai dan kasar dapat bergesekan dengan kulit sehingga dapat menimbulkan lecet. Permukaan yang lecet tersebut akan terbuka dan meradang, kondisi tersebut akan diperparah

dengan kondisi organ kewanitaan yang selalu lembab karena sedang menstruasi sehingga iritasi yang terjadi dapat memicu bakteri dan jamur masuk dan menimbulkan infeksi. Sehingga, memilih pembalut sebaiknya yang memiliki kualitas yang baik yaitu permukaan lembut, kering, daya serap tinggi dan nyaman dipakai sehingga tidak mengganggu aktivitas serta menimbulkan iritasi kulit ketika dipakai saat menstruasi.

Darah menstruasi yang keluar pada hari pertama dan kedua biasanya lebih banyak. Apabila terlalu lama tidak mengganti darah yang tertampung semakin lembab sehingga menjadi media tumbuh bakteri dan jamur penyebab infeksi. Perlu mengganti pembalut 3-4 jam sekali, tidak membiarkan darah menstruasi hingga penuh, basah, dan lembab. Arti dari pembalut itu sendiri adalah Jika menggunakan pembalut sekali pakai maka pembalut sebelum dibuang sebaiknya dicuci dulu, lalu pembalut dilipat atau digulung dengan rapi, kemudian dibungkus kertas dan selanjutnya dimasukkan ke kantung plastik dan dibuang di tempat sampah khusus (Pramesti, 2019).

2.5 Konsep Pengetahuan

2.5.1 Definisi Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindera manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan

manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan adalah informasi yang diketahui atau disadari oleh seseorang. Pengetahuan dalam pengertian lain adalah berbagai gejala yang diterima dan diperoleh manusia melalui indrawi (Notoatmodjo, 2017).

2.5.2 Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*oven behavior*). Pengetahuan yang cukup didalam domain kognitif mempunyai 6 tingkat yaitu :

a. Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya, terhadap suatu yang spesifik. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari yaitu menyebutkan, menguraikan, mengidentifikasi, menyatakan dan sebagainya.

b. Memahami (*Comperhention*)

Memahami artinya sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan secara benar. Yaitu dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan dan sebagainya terhadap suatu objek yang dipelajari.

c. Aplikasi (*Application*)

Kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi ataupun kondisi riil (sebenarnya). Aplikasi dapat diartikan penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip dalam konteks atau situasi yang lain.

d. Analisis (*Analysis*)

Suatu kemampuan untuk menyatakan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen tetapi masih didalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain.

e. Sintesis (*Syntesis*)

Suatu kemampuan untuk melaksanakan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu keseluruhan yang baru. Suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi yang ada

f. Evaluasi (*Evaluation*)

Berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau kriteria yang telah ada (Setiawati, 2020).

2.5.3 Klasifikasi Pengetahuan

Pengetahuan mengungkapkan bahwa sebelum orang menghadapi perilaku baru dalam diri orang tersebut terjadi proses yang berurutan yaitu :

a. *Awariness* (kesadaran)

Dimana orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus.

b. *Interest* (ketertarikan)

Dimana subyek tertarik terhadap stimulus atau objek tertentu.

c. *Evaluation* (evaluasi)

Menimbang terhadap yang baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya.

d. *Trial* (percobaan)

Dimana subjek mulai mencoba melakukan sesuai dengan apa yang dikehendaknya

e. *Adoption* (adopsi)

Dimana subjek telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikapnya terhadap stimulus (Notoatmodjo, 2017).

2.5.4 Faktor – Faktor yang Memengaruhi Pengetahuan

Ada beberapa factor yang memengaruhi pengetahuan, yaitu :

a. Pendidikan

Pendidikan adalah bimbingan yang diberikan kepada orang lain agar dapat memahami suatu hal. Tidak dapat dipungkiri bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah pula mereka menerima informasi dan pada akhirnya pengetahuan yang dimilikinya akan semakin banyak.

b. Pekerjaan

Lingkungan pekerjaan dapat membuat seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung.

c. Usia

Dengan bertambahnya usia seseorang akan mengalami perubahan aspek fisik dan psikologis (mental). Secara garis besar, pertumbuhan fisik terdiri dari 4 kategori perubahan, yaitu, perubahan ukuran, perubahan proporsi, hilangnya ciri-ciri lama, dan timbulkan ciri-ciri baru. Perubahan ini terjadi karena pematangan fungsi organ. Pada aspek psikologis atau mental, taraf berfikir seseorang semakin matang dan dewasa.

d. Minat

Minat sebagai suatu kecenderungan atau keinginan yang tinggi terhadap sesuatu. Minat menjadikan seseorang untuk mencoba dan menekuni sesuatu hal, sehingga seseorang memperoleh pengetahuan yang lebih mendalam.

e. Pengalaman

Pengalaman adalah sesuatu kejadian yang pernah dialami seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Orang cenderung berusaha melupakan pengalaman yang kurang baik. Sebaiknya, jika pengalaman tersebut menyenangkan, maka secara psikologis mampu menimbulkan kesan yang sangat mendalam.

f. Informasi

Kemudahan untuk memperoleh suatu informasi dapat mempercepat seseorang memperoleh pengetahuan yang baru (Notoatmodjo, 2017).

2.5.5 Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek peneliti/responden untuk memudahkan terhadap pemisahan pengetahuan dalam penelitian, tingkat pengetahuan dibagi berdasarkan skor yang terdiri dari : (Notoatmodjo, 2017)

- a. Baik bila tingkat pengetahuan $\geq 75\%$
- b. Cukup bila tingkat pengetahuan $>56\% < 75\%$
- c. Kurang bila tingkat pengetahuan $\leq 56\%$.

2.5.6 Pengetahuan Tentang Vulva Hygiene Saat Menstruasi

Pengetahuan yang baik tentang *vulva hygiene* saat menstruasi, maka remaja akan merasa tenang dan siap menghadapi dan mengatasi masalah yang terjadi saat menstruasi berlangsung. Jika ada peristiwa menstruasi yang tidak disertai dengan pengetahuan dan informasi yang benar, maka bisa timbul macam-macam problem psikis. Hal ini sesuai dengan teori yang menyebutkan bahwa semakin remaja putri terbuka dalam menggali informasi mengenai organ reproduksinya, maka akan semakin luas wawasan dan pemahaman mengenai kesehatan

reproduksi. Jika menstruasi disertai dengan pengetahuan yang benar, remaja putri akan merespon menstruasi dengan hal-hal atau perilaku yang positif. Kurangnya pengetahuan tentang personal hygiene saat menstruasi pada sebagian remaja putri mengindikasikan bahwa selayaknya para remaja putri memperoleh informasi tentang menstruasi. Pendekatan yang bisa dilakukan diantaranya melalui keluarga, kelompok sebaya, institusi sekolah, serta kelompok kegiatan remaja yang peduli terhadap masa puber (Permata, 2019).

2.6 Konsep Pendidikan Kesehatan

2.6.1 Definisi Pendidikan Kesehatan

Pendidikan kesehatan adalah suatu upaya atau kegiatan untuk menciptakan perilaku masyarakat yang kondusif untuk kesehatan. Artinya pendidikan kesehatan berupaya agar masyarakat menyadari bagaimana cara memelihara kesehatan mereka, bagaimana menghindari dan mencegah hal-hal yang merugikan kesehatan dirinya dan kesehatan orang lain, kemana seharusnya mencari pengobatan jika sakit dan sebagainya (Notoatmodjo, 2017)

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu kompetensi yang dimiliki oleh tenaga kesehatan, karena hal tersebut adalah salah satu tugas yang harus dilaksanakan tenaga kesehatan untuk memberikan informasi kesehatan baik kepada individu, keluarga, kelompok dan masyarakat agar mampu meningkatkan kemampuan manusia dalam

mengambil keputusan untuk kesejahteraan diri dan keluarga (Sianipar, 2019).

2.6.2 Tujuan Pendidikan Kesehatan

Pendidikan kesehatan masyarakat bertujuan maningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan dan kemampuan masyarakat untuk hidup sehat dan aktif berperan serta dalam upaya kesehatan. Tujuan tersebut dapat lebih diperinci menjadi :

- a. Menjadikan kesehatan sesuatu yang bernilai di masyarakat
- b. Menolong individu agar mampu secara mandiri/berkelompok mengadakan kegiatan untuk mencapai tujuan hidup sehat
- c. Mendorong pengembangan diri dan penggunaan sarana pelayanan kesehatan yang ada secara tepat
- d. Agar klien mempelajari apa yang dapat dilakukan sendiri dan bagaimana caranya tanpa meminta pertolongan kepada sarana pelayanan kesehatan formal
- e. Agar terciptanya suasana yang kondusif dimana individu, keluarga, kelompok dan masyarakat mengubah sikap dan tingkah lakunya (Setiawati, 2020).

2.6.3 Ruang Lingkup Pendidikan Kesehatan

Menurut (Setiawati, 2020), ruang lingkup pendidikan kesehatan dapat dilihat dari berbagai dimensi, yaitu :

- a. Dimensi sasaran, pendidikan kesehatan dapat dikelompokkan menjadi 3, yaitu :

- a) Pertama, pendidikan kesehatan individual dengan sasaran individu.
 - b) Kedua, pendidikan kesehatan kelompok dengan sasaran kelompok.
 - c) Ketiga, pendidikan kesehatan masyarakat dengan sasaran masyarakat luas.
- b. Dimensi tempat pelaksanaannya, pendidikan kesehatan dapat berlangsung di berbagai tempat dengan sendirinya sasarannya berbeda pula, misalnya :
- a) Pendidikan kesehatan di sekolah, dilakukan di sekolah dengan sasaran murid.
 - b) Pendidikan kesehatan di rumah sakit dilakukan di rumah sakit dengan sasaran pasien atau keluarga pasien.
 - c) Pendidikan kesehatan di tempat-tempat kerja dengan sasaran buruh atau karyawan yang bersangkutan.
- c. Dimensi tingkat pelayanan kesehatan, pendidikan kesehatan dapat dilakukan berdasarkan 5 tingkat pencegahan (five level prevention) menurut Leavel& Clark yaitu :
- a) *Health promotion*
 - b) *General and specific protection*
 - c) *Early diagnosis and prompt treatment*
 - d) *Disability limitation*
 - e) *Rehabilitation*

2.6.4 Media Pendidikan Kesehatan

Menurut (Setiawati, 2020) media dapat digolongkan menjadi dua, berdasarkan bentuk umum penggunaan dan berdasarkan cara produksi:

1. Berdasarkan bentuk umum penggunaan:
 - a) Bahan bacaan seperti modul, buku rujukan/bacaan, leaflet majalah, buletin, tabloid dan lain-lain.
 - b) Bahan peragaan seperti poster tunggal, poster seri, flipchart, transparansi, slide, film, dan lain-lain.
2. Berdasarkan cara produksi:
 - a) Media cetak adalah suatu media statis dan mengutamakan pesan-pesan visual. Seperti poster, leaflet, brosur, majalah.
 - b) Media luar ruang adalah suatu media yang penyampaian pesannya di luar ruang secara umum melalui media cetak dan elektronik secara statis. Seperti papan reklame, spanduk.
 - c) Media audiovisual disebut juga sebagai media video. Video merupakan media yang digunakan untuk menyampaikan pesan pembelajaran. Dalam media video terdapat dua unsur yang saling bersatu yaitu audio dan visual. Adanya unsur audio memungkinkan audience untuk dapat menerima pesan pembelajaran melalui pendengaran, sedangkan unsur visual memungkinkan penciptakan pesan belajar melalui bentuk visualisasi.

2.7 Konsep Media Audivisual

2.7.1 Definisi Media Audivisual

Media Audiovisual berasal dari kata media yang berarti bentuk perantara yang digunakan oleh manusia untuk menyampaikan atau menyebar ide, gagasan, atau pendapat sehingga ide, pendapat atau gagasan yang dikemukakan itu sampai kepada penerima yang dituju. Media Audiovisual yaitu jenis media yang selain mengandung unsur suara juga mengandung unsur gambar yang dapat dilihat, seperti rekaman video, berbagai ukuran film, slide suara, dan lain sebagainya (Notoatmodjo, 2017)

Audiovisual adalah media perantara/menyampaikan informasi materi yang penyerapannya melalui pandangan dan pendengaran sehingga membangun kondisi yang dapat membuat seseorang mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau sikap yang dipergunakan untuk membantu tercapainya tujuan belajar (Sianipar, 2019).

2.7.2 Jenis Media Audivisual

Berikut beberapa jenis dari media audiovisual yaitu :

- a. Audio-visual diam, yaitu media yang menampilkan suara dan gambar seperti bingkai suara (sound slide).
- b. Audio-visual gerak yaitu media yang dapat menampilkan unsur suara dan gambar bergerak seperti film dan video.

Kedua jenis media ini pada umumnya digunakan untuk tujuan-tujuan hiburan, dokumentasi dan pendidikan. Film dan video dapat

menyajikan informasi, memaparkan proses, menjelaskan konsep-konsep yang rumit, mengajarkan keterampilan, menyingkat atau memperpanjang waktu, dan memengaruhi sikap (Notoatmodjo, 2017).

2.7.3 Kelebihan Media Audivisual

- a. Memperjelas penyajian pesan agar tidak terlalu bersifat verbalistis
- b. Mengatasi keterbatasan ruang, waktu dan daya indera. Seperti objek yang terlalu besar digantikan realistis, gambar, film bingkai, film atau model.
- c. Repeatable, dapat dibaca berkali-kali dengan menyimpannya.
- d. Analisa lebih tajam, dapat membuat orang benar-benar mengerti isi berita dengan analisa yang lebih mendalam dan dapat membuat orang berfikir lebih spesifik.
- e. Dapat menanamkan konsep yang benar (Sianipar, 2019).

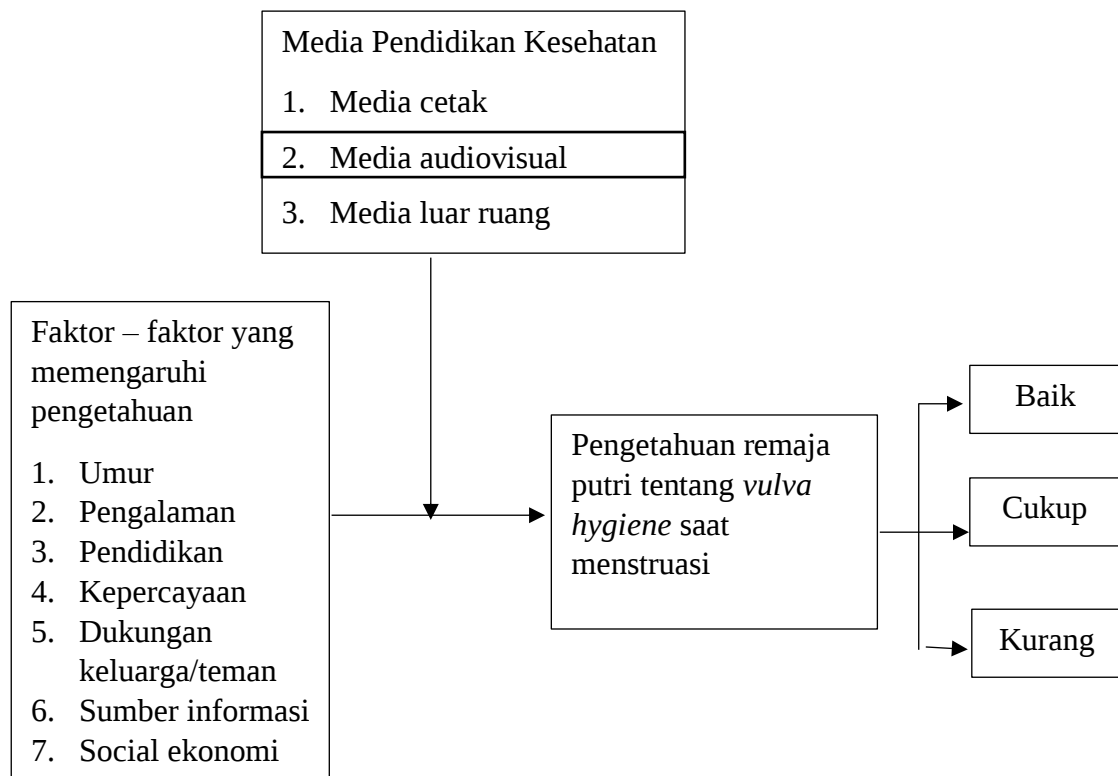
2.7.4 Kelemahan Media Audivisual

Berikut kelemahan dari media audivisual, yaitu :

- a. Media audio yang lebih banyak menggunakan suara dan bahasa verbal, hanya mungkin dapat dipahami oleh pendengar yang mempunyai tingkat penguasaan kata dan bahasa yang baik.
- b. Penyajian materi melalui media audiovisual dapat menimbulkan verbalisme bagi pendengar.
- c. Kurang mampu menampilkan detail dari objek yang disajikan secara sempurna (Sianipar, 2019).

2.8 Kerangka Konseptual

Bagan 2.1
Kerangka Konseptual
Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Audiovisual Terhadap
Pengetahuan *Vulva Hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri



Sumber : Khotijah (2020); (Notoatmodjo, 2017); (Setiawati, 2020)