PROSIDING NASIONAL

" Penguatan Mutu Pelayanan Kesehatan Untuk Berkompetisi Di Era Masyarakat Ekonomi ASEAN (MEA) "

Kamis, 10 Maret 2016

Citra Medika, Jl.KH. Samanhudi No.93 Sondakan, Laweyan Surakarta

UPPM APIKES-AKBID CITRA MEDIKA SURAKARTA

MARET 2016

PANITIA

Tominanto,S.Kom.,M.Cs

Siti Farida, S.SiT.,M.Kes

Riska Rosita,S.KM

Darah Ifalahma, S.SiT., M.Kes

Devi Pramita Sari,S.KM

Fitria Ika Wulandari,S.ST.,M.Kes

Aditya Kurniawan, A.Md.PK.,S.KM

Anton Susanto, A.Md.RMIK

Agung Suryadi,S.Kom

Wahyu Agung Nugroho, A.Md

Miko Wiliam, A.Md

Iwan Widyatmoko,A.Md

Agus Sumadi

Yulia Dwi Lestari,A.Md.Kom

REVIEWER

Tominanto,S.Kom.,M.Cs

Sri Widodo, S.Kom.,MM

Indarwati, S.KM.,M.Kes

DAFTAR PEMAKALAH

PROSIDING APIKES-AKBID Citra Medika Surakarta

"Penguatan Mutu Pelayanan Kesehatan Untuk Berkompetisi Di Era M

NO	NAMA	INSTITUSI
1	Indri Kusum Dewi, Titik Lestari, Irzal Fandi Darmawan	Jurusan Jamu Poltekkes Kemen
2	Nutrisia Aquariushinta Sayuti	Poltekkes Kemenkes Surakarta
3	Dwi Retna Prihati	Poltekkes Kemenkes Surakarta
4	Henik Istikhoma, Graffy Floriasari	Poltekkes Surakarta
5	Youstiana Dwi Rusita	Poltekkes Kemenkes Surakar
6	Siti Farida, Ana Zuliana	Akademi Kebidanan Citra Med
7	Anik Sulistiyanti	Akademi Kebidanan Citra Med
8	Fitria Ika Wulandari	Akademi Kebidanan Citra Med
9	Lina Wahyu Susanti	Akademi Kebidanan Citra Med
10	Darah Ifalahma	Akademi Kebidanan Citra Med
11	Ida Untari, Novi Wulandari	Stikes PKU Muhammadiyah S
12	Ratih Prananingrum	D III Kebidanan STIKES PKU Surakarta
13	Wiji Lestari	Program Studi Sistem Inform Bangsa Surakarta
14	Widi Nugrahaningsih, Mira Erlinawat	STMIK Duta Bangsa Surakar
15	Indah Wahyu Utami, Margaretha Evi Yuliana, Indra Hastuti	STMIK Duta Bangsa Surakar
16	Indah Wahyu Utami, Widi Nugrahaningsih, Lisdyah Dewi Arini	STMIK Duta Bangsa Surakar
17	Istiqomah Risa Wahyuningsih	Kebidanan STIKES Aisyiyah
18	Edy Wibowo, Wahyuni	STIKES Aisyiyah Surakarta
19	Firoch Afrilia Susanti, Mulyaningsih	STIKES Aisyiyah Surakarta
20	Novita Yuliani	APIKES Citra Medika Surak
21	Nopita Cahyaningrum	APIKES Citra Medika Surak
22	Yeni Tri Utami	APIKES Citra Medika Surak
23	Junaidi Edy Purwanto	APIKES Citra Medika Surak
24	Eni Nur Rahmawati	APIKES Citra Medika Surak
25	Nurhayati	APIKES Citra Medika Surak
26	Sri Widodo, Fitria Ika Wulandari, Agung Suryadi	APIKES Citra Medika Sural
27	Wahyu Rima Agustin, Roni Rohmat Wijaya	STIKes Kusuma Husada Su
28	Wahyuningsih Safitri	STIKes Kusuma Husada Su
29	Tri Yuniarti, Isnani Nurhayati	AKPER Mamba'ul Ulum S
30	Novida Hefi Saputri, Mujahidatul Musfiroh, Ropitasari	Program Studi D IV Bidan

DAFTAR ISI

Halaman Judul .....
Daftar Panitia .....
Daftar Reviewer .....
Kata Pengantar .....
Daftar Pemakalah .....
Jadwal Call for Paper .....
Daftar Isi .....

Perbandingan Kadar Vitamin E Pada Ekstrak Buah Alpukat, Mangga Dan Tomat
Indri Kusum Dewi[1], Titik Lestari[2], Irzal Fandi Darmawan[1] .....

Pengaruh Ekstrak Daun Kelor Terhadap Berat Badan Tikus Bunting Galur Wistar
Dwi Retna Prihati .....

Keikutsertaan IVA Test Dilihat Dari Pengetahuan dan Pendidikan Ibu Di Kelurahan Ka
Istiqomah Risa Wahyuningsih .....

Sistem Penghargaan Meningkatkan Kepuasan Kerja Perawat
Firoch Afrilia Susanti[1], Mulyaningsih[2] .....

*Aktivitas Penumbuh Rambut Mikroemulsi Kombinasi Ekstrak Daun Waru (*Hibiscus Ti
*Asam Jawa (*Tamarindus Indica L.*)*
Nutrisia Aquariushinta Sayuti .....

Hubungan Pengetahuan Wanita Usia Subur Tentang Iva Test Dengan Perilaku Iva Test
Fitria Ika Wulandari .....

Hubungan Frekuensi Tidur Siang Dengan Kemampuan Daya Ingat Balita Usia 3-5 Tahun
Darah Ifalahma .....

Hubungan Motivasi Intrinsik Dan Ekstrinsik Perawat Dengan Pelaksanaan Asuhan Kep
Wahyuningsih Safitri .....

Penerapan Kebijakan Mutu Pelayanan Di PUSKESMAS Pembantu Kedung Jambal
Psikologi Kesehatan
Widi Nugrahaningsih, SH.,MH[1] , Mira Erlinawati,Spd., Mpd[2] .....

Penggunaan Sabun Cair Ekstrak Daun Sirih Pada Wanita Usia Subur Terhadap Gejala
Desa Trunuh Kecamatan Klaten Selatan
Youstiana Dwi Rusita[1] .....

Faktor Penghambat Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Menyusui Di Ngestiharjo Boyolali
Lina Wahyu Susanti .....

Hubungan Usia Dan Pendidikan Ibu Hamil Resiko Tinggi Dengan Kepatuhan Antenatal
Anik Sulistiyanti[1] .....

Study Fenomenologi: Perubahan Saturasi Oksigen Pasien Kritisyang Dilakukan
Suction Endotracheal Tube
Wahyu Rima Agustin [1], Roni Rohmat Wijaya [2] .....

Semakin Tinggi Pengetahuan Tentang Penyakit Kusta semakin baik Perilaku *Personal Hygiene* Pada Penderita Kusta Di Puskesmas Padas
Edi Wibowo, Wahyuni[2] 99

Sistem Deteksi Pola Sepuluh Sidik Jari Seseorang Dengan Menggunakan Pengolahan Citra Dan Jaringan Syaraf Tiruan
Wiji Lestari 105

Analisis Kebutuhan Jumlah Tenaga Kerja Berdasarkan Beban Kerja Di Unit Rekam Medis Rumah Sakit Umum Assalam Gemolong
Eni Nur Rahmawati 110

Aplikasi *Antihypertensive Drug Interaction Checker* (ADIC) Untuk Menghindari Interaksi Obat Yang Merugikan
Nurhayati 117

Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Edukasi Kesehatan Bagi Masyarakat Berperilaku Merokok
Junaidi Edy Purwanto 125

Peningkatan Stres Berhubungan Dengan Peningkatan Derajat Dismenorea Pada Siswi SMP Al-Islam 1 Surakarta
Novida Hefi Saputri[1] *Mujahidatul Musfiroh*[2], *Kopitasari*[3] 134

Pengaruh Pengetahuan Ibu Bersalin Terhadap Pelaksanaan Inisiasi Menyusu Dini (IMD) Di Rumah Bersalin Sang Timur Klaten
Tri Yuniarti [1], *Isnani Nurhayati*[2] 142

Kajian pengetahuan pemenuhan gizi lansia ditinjau Dari tingkat pengetahuan dan jenis pekerjaan
Ida Untari [1] *Novi Wulandari* [2] 151

Analisis Pelaksanaan Sistem Informasi Manajemen Puskesmas (SIMPUS) di UPTD Puskesmas Penumping Kota Surakarta
Nopita Cahyaningrum 159

Hubungan teknik menyusui dengan Kejadian puting susu lecet
Ratih Prananingrum 166

Perilaku Remaja Putri Dalam Merawat Organ Reproduksi Saat Menstruasi Di SMA N 1 Jogonalan Klaten Tahun 2014
Henik Istikhomah[1], *Graffy Floriasari*[2] 174

Kepuasan Pasien Terhadap Mutu Pelayanan Di Klinik Bersalin Hidayah Desa Mancasan Kecamatan Baki
Indah Wahyu Utami, ST. , M.Si[1], *Widi Nugrahaningsih*[2], *Lisdyah Dewi Arini*[1,2] 186

Hubungan Waktu Tunggu Pelayanan Rawat Jalan Dengan Tingkat Kepuasan Pasien Di RSU Assalam Gemolong
Yeni Tri Utami 195

Evaluasi Sistem Informasi Manajemen Di Balai Besar Kesehatan Paru Masyarakat Surakarta
Novita Yuliani 206

ISBN: 978-602-73865-4-9

PERILAKU REMAJA PUTRI DALAM MERAWAT ORGAN REPRODUKSI SAAT MENSTRUASI DI SMA N 1 JOGONALAN KLATEN TAHUN 2014

Henik Istikhomah, Graffy Floriasari
Poltekkes Surakarta, janeetaqueen@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : *Terbentuknya generasi penerus bangsa yang berkualitas dipengaruhi oleh keadaan kesehatan individu ketika masa remaja. Oleh karena itu, meningkatkan perhatian terhadap perilaku kesehatan remaja yang benar sangat penting, terlebih bagi remaja putri yang sedang menstruasi. Hal ini dikarenakan ketika menstruasi organ reproduksi wanita sedang dalam keadaan terbuka sehingga sangat riskan terhadap masuknya mikroorganisme dan membutuhkan perawatan yang benar.* ***Tujuan Penelitian :*** *Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap perilaku remaja putri dalam merawat organ reproduksi saat mentruasi di SMA N 1 Jogonalan, Klaten.****Metode Penelitian :*** *Penelitian ini menggunakan rancangan kualitatif dengan teknik pengumpulan sampel secara purposive sampling. Adapun pengumpulan data dengan menggunakan teknik Diskusi Kelompok Terarah (DKT) dan Wawancara Mendalam (WM). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 7 informan DKT dan 3 informan WM. Uji keabsahan data dilakukan dengan teknik triangulasi.* ***Hasil Penelitian :*** *Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku remaja putri dalam merawat organ reproduksi saat menstruasi sudah baik. Namun ada beberapa informasi yang belum peneliti temukan dalam teori seperti, anak remaja sering merasa galau; ketika menstruasi remaja memiliki gaya jalan yang berbeda karena ada yang mengganjal pada daerah kewanitaannya; kriteria pembalut yang sehat adalah yang berbahan dasar kapas bukan terbuat dari kertas dan memiliki kontur tidak mudah berkerut; serta secara mistis jika ada remaja putri yang tidak merawat organ reproduksi saat menstruasi akan sulit mendapatkan keturunan.* ***Kesimpulan :*** *Perilaku remaja putri dalam merawat organ reproduksi saat menstruasi di SMA N 1 Jogonala Klaten sudah baik sehingga perlu ditingkatkan.* ***Kata Kunci :*** *Perilaku, Remaja Putri, Perawatan Organ Reproduksi Saat Menstruasi*

ABSTRACT

Background: *The formation of the next generation of quality is influenced by the state of health of the individual when adolescence. Therefore, increasing attention to adolescent health behaviors are really very important, especially for young women who are menstruating. This is because when menstruating female reproductive organs are in an open state so it is very risky to the entry of microorganisms and require the correct treatment.* ***Objective****: This study aimed to reveal the behavior of teenage girls in the care of reproductive organs when menstruation in SMA N 1 Jogonalan, Klaten.* ***Methods****: This study used a qualitative design with sample collection technique is purposive sampling. The collection of data by using the technique of Focus Group Discussions (FGD) and In-depth Interviews. In this study, researchers used seven informants with focus group discussion dan 3 informants with deepth interview. Test the validity of the data was done by using triangulation.* ***Results****: The results of this study indicate that the behavior of teenage girls reproductive organs treatment during menstruation is good. However, there is some information that is not found in the theory of such: teenagers often feel upset ; when menstruating teenagers have a different style walk because of a lump in her female area ; criteria for healthy dressings are made from cotton that is not made of paper and has a contour not easily wrinkled ; and mystically if there are girls who do not care for the reproductive organs during menstruation would be difficult to get descent.* ***Conclusions****: The behavior of female teneeger in female reproductive organs treatment during menstruation in SMA N 1 Klaten Jogonala already good so it needs to be improved.* ***Keywords****: behaviour, female teeneger, treatment of the female reproductive organs during menstruation*

ISBN: 978-602-73865-4-9

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan dalam rentang kehidupan manusia. Mereka sudah tidak termasuk dalam golongan anak-anak, tetapi belum juga dapat diterima secara penuh untuk masuk ke dalam golongan orang dewasa. (Hurlock, ed.5). Status atau keadaan kesehatan mereka saat ini akan sangat menentukan kesehatan mereka di saat dewasa, khususnya bagi perempuan, terutama mereka yang menjadi ibu dan melahirkan. Bahwa upaya untuk menuju reproduksi sehat sudah harus dimulai paling tidak pada usia remaja, dimana remaja harus dipersiapkan baik pengetahuan, sikap dan perilakunya kearah pencapaian reproduksi yang sehat (WHO, 2000).

Bagi anak perempuan, menstruasi pertama bisa menjadi saat yang menyusahkan karena sering disertai masalah yang serius, seperti kejang, bertambah gemuk, sakit kepala, sakit punggung, pembengkakan lutut, kehalusan payudara, dan mengalami perubahan emosi seperti perubahan suasana hati, sedih, gelisah dan cenderung menangis tanpa sebab yang jelas. Oleh karena itu, menstruasi merupakan hal yang dianggap traumatis dan umumnya orang takut melihat darah, apalagi anak-anak. Kesalahan informasi dan kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan rasa malu pada diri anak perempuan ketika menstruasi. Banyak masyarakat menganggap bahwa datangnya menstruasi merupakan "kutukan", sehingga tidak mengherankan bila reaksi sosial yang kurang baik akan mewarnai sikap anak perempuan. (Hurlock, ed.5)

Kebiasaan menjaga kebersihan, termasuk kebersihan organ-organ seksual atau reproduksi merupakan awal dari usaha menjaga kesehatan. Pada saat menstruasi, pembuluh darah dalam rahim terbuka sehingga sangat mudah terkena infeksi. Perawatan kesehatan dan kebersihan adalah hal yang banyak dibicarakan dalam masyarakat. Biasanya hal ini diajarkan oleh orang tua kita sejak kita masih kecil. Tetapi, karena orang tua seringkali tidak merasa nyaman membicarakan masalah seksual, biasanya masalah kesehatan dan kebersihan yang dibicarakan hanya menyangkut hal yang umum saja sedangkan urusan kesehatan organ seksual jarang kita dapatkan dari mereka (Sarwono, 2008).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Suryati (2012) mengenai perilaku kebersihan remaja saat menstruasi menunjukkan bahwa ada pengaruh atau hubungan terhadap perilaku kebersihan pada saat menstruasi pada remaja putri. Variabel yang terbukti berhubungan secara statistik bermakna (α = 0,05) terhadap perilaku kebersihan pada saat menstruasi adalah pendidikan orang tua, pengetahuan, sikap, ketersediaan fasilitas alat pembersih dan dukungan teman sebaya. Dengan demikian perlu upaya mempertahankan dan meningkatkan perilaku kebersihan saat menstruasi melalui peningkatan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang tepat agar saling memberi informasi antara teman, serta komunikasi antara guru, petugas kesehatan dan orangtua siswi, dan siswi lebih ditingkatkan.

Studi pendahuluan yang dilaksanakan penulis pada tanggal 8 Maret 2014 di SMA N 1 Jogonalan, Klaten dengan melakukan wawancara secara langsung kepada remaja putri yang sudah menstruasi. Dari 4 siswi yang diwawancara, 3 diantaranya dapat menjelaskan tentang sistem reproduksi wanita, cara merawatnya dan akibat dari tidak merawat organ reproduksi saat menstruasi, dan 1 diantaranya mengatakan belum tahu banyak tentang sistem reproduksi dan cara merawatnya, namun sudah tahu dampak jika organ reproduksi tidak dirawat.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis merumuskan masalah yaitu : "Bagaimana perilaku remaja putri dalam merawat organ reproduksi saat mentruasi di SMA N 1 Jogonalan, Klaten tahun 2014 ?"

TINJAUAN PUSTAKA

A. Perilaku

Perilaku manusia merupakan hasil daripada segala macam pengalaman serta interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap dan tindakan. Dengan kata lain, perilaku merupakan respon/reaksi seorang individu terhadap stimulus yang berasal dari luar maupun dari dalam dirinya. Respon ini dapat bersifat pasif (tanpa tindakan : berpikir, berpendapat, bersikap) maupun aktif (melakukan tindakan). Sesuai dengan batasan ini, perilaku kesehatan dapat di rumuskan sebagai bentuk pengalaman dan interaksi individu dengan lingkungannya, khususnya yang menyangkut pengetahuan dan sikap tentang kesehatan. Perilaku aktif dapat dilihat, sedangkan perilaku pasif tidak tampak, seperti pengetahuan, persepsi, atau motivasi. Beberapa ahli membedakan bentuk-bentuk perilaku ke dalam tiga domain yaitu pengetahuan, sikap, dan tindakan atau sering kita dengar dengan istilah *knowledge, attitude, practice* (Sarwono, 2004).

ISBN: 978-602-73865-4-9

Perilaku kesehatan adalah tanggapan seseorang terhadap rangsangan yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan dan lingkungan. Respons atau reaksi organisme dapat berbentuk pasif (respons yang masih tertutup) dan aktif (respons terbuka, tindakan yang nyata atau *practice/psychomotor*).

Menurut Notoatmodjo (2003), rangsangan yang terkait dengan perilaku kesehatan terdiri dari empat unsur, yaitu sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan dan lingkungan.

Perilaku seseorang terhadap sakit dan penyakit sesuai dengan tingkatan-tingkatan pemberian pelayanan kesehatan yang menyeluruh atau sesuai dengan tingkatan pencegahan penyakit, yaitu: Perilaku peningkatan dan pemeliharan kesehatan (health promotion behavior), Perilaku pencegahan penyakit (health prevention behavior), Perilaku pencarian pengobatan (health seeking behavior) dan Perilaku pemulihan kesehatan (health rehabilitation behavior)

B. Remaja

Remaja atau "adolescence" (Inggris) berasal dari bahasa latin "adolescere" dapat diartikan tumbuh ke arah kematangan, yang memiliki arti yang sangat luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. (Lubis, 2013). Menurut Muangman (1980) di dalam Sarwono (2011), pada 1974 WHO memberikan definisi tentang remaja yang bersifat konseptual yang terdiri dari 3 kriteria, yaitu biologis, psokologis dan sosial ekonomi. Individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda – tanda seksual sekunder sampai saat ia mencapai kematangan seksual. Individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak – kanak menjadi dewasa. Terjadi peralihan dari ketergantungan sosial – ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri. (Sanderowitz & Paxman, 1985; Hanifah, 2000) Pada tahun – tahun berikutnya WHO mendefinisikan masa remaja ke arah operasional sesuai dengan bidangnya yaitu kesehatan. Masalah utama yang dirasakan mendesak mengenai kesehatan remaja adalah kehamilan yang terlalu awal. Berangkat dari masalah pokok tersebut WHO menetapkan batas usia 10 – 20 tahun sebagai batasan usia remaja. Selain itu, Perserikatan Bangsa – Bangsa (PBB) sendiri menetapkan usia 15 – 24 tahun sebagai usia pemuda (youth). (Sarwono, 2011).

Perubahan fisik masa remaja: Masa remaja diawali dengan masa pubertas, yaitu masa terjadinya perubahan – perubahan fisik (meliputi penampilan fisik seperti bentuk tubuh dan proporsi tubuh) dan fungsi fisiologis (kematangan organ – organ seksual). Perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas ini merupakan peristiwa yang paling penting, berlangsung cepat, drastis, tidak beraturan dan terjadi pada sistem reproduksi. Hormon – hormon mulai diproduksi dan mempengaruhi organ reproduksi untuk memulai siklus reproduksi serta mempengaruhi terjadinya perubahan tubuh. Perubahan tubuh ini disertai dengan perkembangan bertahap dari karakteristik seksual primer dan karakteristik seksual sekunder. Karakeristik seksual primer mencakup perkembangan organ – organ. reproduksi, sedangkan karakteristik seksual sekunder mencakup perubahan dalam bentuk tubuh sesuai dengan jenis kelamin. Misalnya remaja putri ditandai dengan menarche (menstruasi pertama), tumbuhnya rambut – rambut pubis, pembesaran buah dada dan pinggul. Sekitar dua tahun pertumbuhan berat dan tinggi badan mengikuti perkembangan kematangan seksual remaja. Anak remaja putri mulai mengalami pertumbungan tubuh rata – rata pada usia 8 – 9 tahun, dan mengalami menarche rata – rata pada usia 12 tahun. (Lubis, 2013)

Organ reproduksi wanita: Menurut Prawirohardjo (2011), organ reproduksi wanita terdiri atas organ genitalia eksterna dan organ genetalia interna. Organ genetalia eksterna dan vagina adalah bagian untuk senggama, sedangkan organ genetalia interna adalah bagian untuk ovulasi, tempat pembuahan sel telur, transportasi blastokis, implantasi, dan tumbuh kembang janin.

C. Menstruasi

Adalah perdarahan dari uterus yang keluar melalui vagina selama 5-7 hari, dan terjadi setiap 22 atau 35 hari. Yang merangsang menimbulkan menstruasi adalah hormon FSH dan LH, prolaktin dari daerah otak dan hormon estrogen serta progesteron dari sel telur yang dalam keseimbangannya menyebabkan selaput lendir rahim tumbuh dan apabila sudah ovulasi terjadi dan sel telur tidak dibuahi hormon estrogen dan progesteron menurun terjadilah pelepasan selaput lendir dengan perdarahan terjadilah menstruasi (Yuntaq, 2009). Pada tiap siklus dikenal tiga masa utama, yaitu :

1. Masa haid, berlangsung selama 2-8 hari. Pada waktu itu endometrium dilepas, sedangkan pengeluaran honnon-hormon ovarium paling rendah (minimum).

2. Masa proliferasi, sampai hari ke-14. Pada waktu itu endometrium tmbuh kembali, disebut juga endometrium mengadakan proliferasi. Antara hari ke-12 dan ke-14 dapat terjadi pelepasan ovum dari ovarium yang disebut ovulasi.
3. Masa sekresi, ketika itu korpus rubrum menjadi korpus luteum yang mengeluarkan progesteron. Di bawah pengaruh progesteron ini, kelenjar endometrium yang tumbuh berkeluk-keluk mulai bersekresi dan mengeluarkan getah yang mengandung glikogen dan lemak. Pada akhir masa ini stroma endometrium berubah ke arah sel- sel desisua, terutama yang berada diseputar pembuluh-pembuluh arterial. Keadaan ini memudahkan adanya nidasi.

Proses terjadinya menstruasi, yaitu : pada tiap siklus menstruasi FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dikeluarkan oleh lobus anterior hipofisis yang menimbulkan beberapa folikel primer yang dapat berkembang dalam ovarium. Kemudian berkembang menjadi folikel de graaf yang membuat estrogen. Estrogen mi menekan produksi FSH (*Follicle Stimulating Hormone*), sehingga lobus anterior hipofisis dapat mengeluarkan LH (*LuteinisingHormone*), dan menyebabkan folikel de graaf makin lama makin menjadi matang dan makin banyak berisi likuor follikuli yang mengandung estrogen.Estrogen mempunyai pengaruh terhadap endometrium yaitu menyebabkan endometrium tumbuh dan berproliferasi disebut dengan masa proliferasi (penebalan). Di bawah pengaruh LH (*Luteinising Hormone*) folikel de graaf menjadi lebih matang, mendekati permukaan ovarium, dan kemudian terjadilah ovulasi. Setelah ovulasi terjadi, dibentuklah korpus rubrum yang akan menjadi korpus luteum di bawah pengaruh hormon-hormon LH dan LTH (*Luteotropihc Hormone*). Korpus luteum menghasilkan hormon progresteron. Progresteron ini mempunyai pengaruh terhadap endometrium yang telah berproliferasi dan menyebabkan kelenjar-kelenjar berkeluk-keluk dan bersekresi disebut dengan masa sekresi. Bila tidak ada pembuahan korpus luteum berdegenerasi dan ini menyebabkan estrogen dan progesterone menurun, sehingga menimbulkan efek arteri yang berkeluk-keluk di endometrium. Sesudah itu terjadi degenerasi serta perdarahan dan pelepasan endometrium yang nekrotik (Sarwono, 2011)

D. Upaya Perawatan Organ Reproduksi

Menurut Tarwoto dkk (2010), kesehatan organ reproduksi tidak dapat dipisahkan dari kesehatan secara umum, sehingga perlu adanya upaya untuk mempertahankan agar kondisinya tetap prima melalui perilaku hidup bersih dan sehat. Hal – hal yang perlu diperhatikan antara lain: pengunaan pakaian dalam, penggunaan handuk, memotong bulu pubis, menjaga kebersihan alat kelamin luar, penggunaan pembalut wanita saat menstruasi, dan vaksinasi.

Perawatan pada saat menstruasi juga perlu dilakukan karena pada saat menstruasi pembuluh darah rahim sangat mudah terkena infeksi. Kebersihan harus sangat dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi. Pembalut tidak boleh dipakai lebih dari enam jam atau harus diganti sesering mungkin bila sudah penuh oleh darah menstruasi. (Widyastuti et al, 2010).

Badan terasa kurang segar pada saat menstruasi karena tubuh memproduksi lebih banyak keringat dan minyak serta cairan tubuh lainnya. Oleh karena itu, remaja harus tetap mandi dan keramas seperti biasa. Pada saat menstruasi, jumlah kebutuhan air dalam tubuh banyak dari biasa. Hal ini menyebabkan timbulnya keluhan nyeri perut dan lainnya. Oleh karena itu, sebaiknya selama menstruasi pemakaian garam dikurangi dan memperbanyak konsumsi buah-buahan dan sayur-sayuran, membatasi konsumsi lemak, perbanyak konsumsi ikan dan danging ayam, serta minum air putih yang banyak. Konsumsi makanan yang mengandung kerbohidrat lebih banyak untuk kebutuhan energi sehingga tubuh tidak terasa lemah. (Widyastuti et al, 2010).

Peregangan-peregangan (kontraksi) pada otot rahim menimbulkan rasa nyeri pada pinggang dan panggul sehingga remaja tidak perlu terlalu cemas terhadap nyeri yang dialami selama menstruasi. Remaja perlu mencatat siklus menstruasi. (Widyastuti et al, 2010)

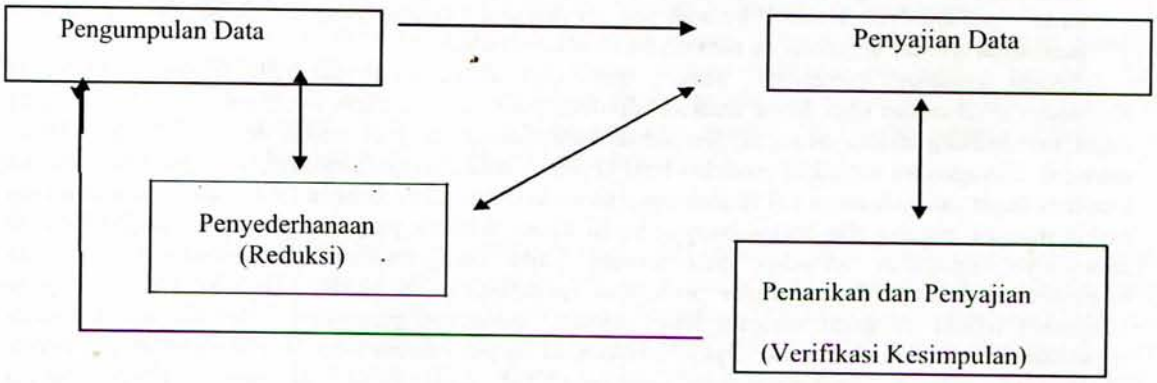
METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan kualitatif dengan teknik pengumpulan sampel secara purposive sampling. Adapun pengumpulan data dengan menggunakan teknik Diskusi Kelompok Terarah

ISBN: 978-602-73865-4-9

(DKT) dan Wawancara Mendalam (WM). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 7 informan DKT dan 3 informan WM. Uji keabsahan data dilakukan dengan teknik triangulasi.

Lokasi penelitian di SMA N 1 Jogonalan. Setelah data dikumpulkan lalu dilakukan penyerdeharnaan atau reduksi data, open coding, dan pengelompokkan data sesuai katagori data. Penyajian data dan penarikan dan pengujian atau verifikasi kesimpulan seperti bagan dibawah ini:



Gambar 3.1. Model Interaktif menurut Miles dan Hubberman (dalam Sugiyono 2011)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian mengenai perilaku remaja putri dalam merawat organ reproduksi saat menstruasi di SMA N 1 Jogonalan Klaten ini, terdapat tiga sub fenomena yaitu pengetahuan, sikap dan aktivitas remaja putri dalam merawat organ reproduksi saat menstruasi. Berikut ini peneliti uraikan masing-masing sub fenomena beserta pembahasan data hasil.

1. Pengetahuan remaja putri dalam merawat organ reproduksi saat menstruasi

Pengetahuan adalah hasil dari tahu yang terjadi setelah seseorangmelakukan pengindraan pada obyek tertentu melalui penglihatan dan pendengaran. Dalam penelitian ini terdapat lima sub fenomena dari pengetahuan yang digunakan untuk mengungkap pengetahuan remaja putrid dalam merawat organ reproduksi saat menstruasi.

a. Pengetahuan remaja putri tentang masa remaja

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengetahuan remaja putri tentang masa remaja maka didapatkan hasil semua informan dapat mengidentifikasi masa remaja dengan baik. Beberapa informan mengungkapkan bahwa pengertian remaja adalah masa peralihan dari kanak – kanak menuju dewasa dan masa – masa perkembangan yang ditandai dengan mulai aktifnya organ reproduksi. Hal ini sesuai dengan teori yang disebutkan oleh WHO (1974) dalam Sarwono (2011) yang mendefinisikan masa remaja secara psikologis mulai mengalami perkembangan dari kanak – kanak menjadi dewasa dan secara biologis masa remaja mulai menunjukkan kematangan seksual. Ada informan yang menyatakan bahwa masa remaja merupakan masa mencari jati diri. Hal ini sesuai dengan teori yang disebutkan Lubis (2013) bahwa kebanyakan remaja bersikap ambivalen dalam menghadapi perubahan yang terjadi, di satu sisi mereka menginginkan kebebasan namun di sisi lain mereka takut akan tanggung jawab yang menyertai kebebasan tersebut. Ada juga informan yang menyebutkan bahwa masa remaja dimulai dari usia 12 hingga 19 tahun. Hal ini berbeda dengan ketetapan WHO bahwa usia 10 – 20 tahun sebagai batasan usia remaja (Sarwono, 2011). Akan tetapi ada pendapat dari beberapa informan yang belum ditemukan di dalam teori yaitu masa remaja merupakan masa yang paling indah.

Pada penelitian ini para informan juga menyebutkan ciri – ciri remaja yang dapat digolongkan menjadi dua kategori, yaitu fisik remaja dan psikologi remaja. Beberapa informan menyatakan bahwa pada masa remaja wanita mulai mengalami menstruasi, payudara berkembang, pinggul membesar dan tumbuh rambut di bagian tersentu, sedangkan pria mengalami mimpi basah. Hal ini terdapat dalam teori Lubis (2013) yang menyatakan bahwa masa remaja ditandai dengan adanya perubahan seksual sekunder, untuk remaja putri ditandai dengan *menarche* (menstruasi pertama),

tumbuhnya rambut – rambut pubis, pembesaran buah dada dan pinggul, sedangkan pada remaja putra mengalami *pollution* (mimpi basah pertama), pembesaran suara, tumbuh rambut – rambut pubis, tumbuh rambut dibagian tertentu seperti di dada, di kaki, kumis dan sebagainya. Beberapa informan mendatakan bahwa secara psikologis remaja memiliki sikap agak labil, belum dapat menentukan sikap dan emosinya tidak terkontrol. Hal ini terdapat dalam teori Gesell dkk (Hurlock, ed. 5) yang menyatakan bahwa remaja empat belas tahun sering kali mudah marah, mudah dirangsang, labil, dan emosinya cenderung "meledak". Beberapa informan menyebutkan kalau remaja mulai mengenal cinta. Hal ini terdapat dalam Hurlock (ed. 5) yang mengatakan bahwa pada perkembangan remaja,terdapat tahap dimana remaja mulai tertarik pada lawan jenis, seperti rasa cinta dan minat akan seksualitas. Akan tetapi pendapat yang dikemukakan oleh informan belum ditemukan di dalam teori yaitu sebagian informan menjawab bahwa remaja sering galau.

b. Pengetahuan remaja putri tentang organ reproduksi wanita

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengetahuan remaja putri tentang organ reproduksi wanita, maka didapatkan hasil semua informan dapat mengidentifikasi masa remaja dengan baik. Ada informan yang menyebutkan pengertian organ reproduksi wanita adalah organ vital yang merupakan organ untuk berkembang biak, bersifat sensitif dan dimiliki oleh manusia. Hal ini sesuai dengan teori dalam Dwikarya (2004) yang menyatakan organ reproduksi wanita merupakan organ intim yang sangat sensitif dan bagian penting bagi keberlangsungan reproduksi atau proses beranak pinaknya manusia. Beberapa informan mengatakan organ reproduksi wanita merupakan organ kelamin yang ditandai dengan wanita menghasilkan ovum dan pria menghasilkan sperma. Hal ini sesuai dengan teori dalam Dwikarya (2004) bahwa organ kelamin manusia dibagi menjadi dua yaitu organ kelamin pria yang menghasilkan sel jantan dan organ kelamin wanita yang menghasilkan sel betina. Beberapa informan dapat menjelasskan fungsi organ reproduksi wanita dengan baik, yaitu organ reproduksi wanita berfungsi sebagai tempat terjadinya menstruasi, organ untuk mengeluarkan darah haid, organ untuk melahirkan dan tempat untuk meneruskan keturunan serta tumbuh kembangnya cikal bakal manusia. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan

Prawirohardjo (2011) organ reproduksi wanita adalah bagian untuk senggama dan ovulasi, tempat pembuahan sel telur, transportasi blastokis, implantasi dan tumbuh kembang janin. Beberapa informan dapat menyebutkan bagian – bagian organ reproduksi wanita, yaitu bagian dalam dan luar. Ada informan yang menyatakan bahwaorgan reproduksi bagian dalam terdiri dari vagina, serviks, tuba falopi, saluran, ovarium, uterus dan endometrium. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Prawirohardjo (2011) bahwa organ reproduksi bagian dalam meliputi vagina, serviks, tuba falopi, ovarium dan uterus. Akan tetapi ada bagian yang bukan termasuk dari organ reproduksi bagian dalam seperti endometrium dikemukakan oleh seorang informan. Beberapa informan dapat menyebutkan organ reproduksi bagian luar yang meliputi, labia mayora, labia minora, rambut pubis, klitoris, dan hymen. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Prawirohardjo (2011) bahwa organ reproduksi bagian luar meliputi vulva, mons veneris, labia mayora, labia minora, klitoris, vestibuum, bulbus vestibule dan introitus vagina. Selain itu sebagian kecil informan tidak dapat menyebutkan nama dari bagian-bagian dari organ kewanitaan dikarenakan tidak tahu dan lupa.

c. Pengetahuan remaja putri tentang menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengetahuan remaja putri tentang menstruasi, maka didapatkan hasil semua informan dapat menjelaskan tentang menstruasi dengan baik. Menurut informan menstruasi adalah keluarnya darah kotor dari dalam rahim wanita akibat menurunnya kadar estrogen dan progesteron dan berlangsung ± 5 – 8 hari pada setiap siklusnya dan dalam sehari wanita bisa ganti pembalut 3 – 4 kali. Hal tersebut dapat ditemukan dalam teori Prawirohardjo (2011) bahwa pengertian haid dinilai berdasarkan tiga hal, yaitu: siklus haid, lama haid dan jumlah darah haid. Menurut Prawirohardjo, haid dikatakan normal jika siklus haid lebih dari 24 hari dan kurang dari 35 hari, lama haid 3 – 7 hari, dengan jumlah darah tidak melebihi 80 ml, ganti pembalut 2 – 6 kali per hari. Sedangkan menurut Dewi (2012) menstruasi (haid) adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus yang disertai pelepasan endometrium. Beberapa informan menyatakan perubahan fisik saat menstruasi diantaranya timbul rasa sakit, nyeri, perut sakit, sedangkan perubahan psikologis meliputi sensitif, mudah tersinggung, agak pemarah, emosi tidak terkontrol, *mood* berubah – ubah, tidak nyaman. Hal ini sesuai dengan teori Dewi (2012) bahwa tanda dan gejala menstruasi diantaranya perut mulas, mual dan panas, nyeri, sakit kepala dan

pusing, tubuh tidak fit, demam, keputihan, radang pada vagina, gatal – gatal pada kulit, emosi meningkat, nyeri dan bengkak pada payudara, dan bau badan tak sedap.

Menurut Prawirohardjo (2011) pada beberapa perempuan ada perubahan *mood* siklus haid dan pada fase luteal akhir ada peningkatan lebilitas emosi. Akan tetapi ada pendapat yang dikemukakan oleh informan yang belum ditemukan di dalam teori yaitu sebagian informan menjawab bahwa ketika menstruasi gaya jalannya berbeda karena ada yang ganjel, malas beraktivitas, dan ingin tidur terus.

d. Pengetahuan remaja putri tentang cara merawat organ reproduksi wanita Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengetahuan remaja putri

Tentang cara merawat organ reproduksi wanita didapatkan hasil semua informan dapat menjelaskan dengan baik. Menurut informan cara perawatan organ reproduksi wanita dibagi menjadi delapan kategori, yaitu pemilihan pakaian dalam yang baik, pemilihan handuk yang baik, pemilihan pembalut yang sehat, memotong bulu pubis, menjaga alat kelamin luar, melakukan imunisasi pencegahan Ca Serviks, menjaga nutrisi dan pola istirahat dengan baik. Hal tersebut akan dijelaskan secara lebih rinci pada pembahasan di bawah ini:

1) Pemilihan pakaian dalam yang baik

Beberapa informan menyebutkan kriteria handuk yang baik yaitu. tidak ketat, tidak lembab, ukurannya sesuai, menyerap air, menyerap keringat dan bersih. Hal ini sesuai dengan teori Tarwoto dkk (2010) yang mengatakan bahwa pakaian dalam yang digunakan sebaiknya yang terbuat dari bahan yang menyerap keringat, misalnya katun atau kaus. Kain yang tidak menyerap keringat akan menimbulkan rasa panas dan lembab. Kondisi ini menimbulkan ketidaknyamanan bagi pemakai, serta sangat kondusif bagi pertumbuhan jamur. Pekaian dalam yang digunakan juga harus dalam keadaan bersih dan ukuran yang tepat. Pakaian yang terlalu sempit atau penggunaan karet berlebihan akan mengganggu kerja kulit dan menimbulkan rasa gatal. Akan tetapi ada pendapat para informan yang belum ditemukan di dalam teori yaitu pakaian dalam yang baik harus memiliki kriteria tidak kasar dikarenakan agar pemakai merasa nyaman.

2) Pemilihan handuk yang baik

Para informan menyebutkan kriteria pemilihan handuk yang baik diantaranya yaitu bersih, lembut, kering, sering diganti, menyerap air dan memiliki daya serap yang tinggi. Hal ini sesuai dengan teori Tarwoto dkk (2010) yang menjelaskan pemakaian handuk sebaiknya tidak secara bergantian. Hal ini disebabkan karena handuk yang digunakan secara bersamaan dapat menjadi media penularan penyakit kulit dan kelamin, misalnya skabies dan pedikulosis pubis. Sebaiknya handuk tidak digunakan lagi bila sudah tidak nyaman digunakan.

3) Pemilihan pembalut yang sehat

Para informan menyebutkan kriteria pembalut yang sehat digunakan yaitu bersih dan putih, sesuai ukurannya dan nyaman dipakai. Hal ini sesuai dengan teori Tarwoto dkk (2010) yang menyatakan bahwa Pada saat menstruasi, remaja putri harus memakai pembalut wanita yang bersih. Pilih pembalut yang tidak berwarna dan tidak mengandung parfum (pewangi). Hal ini dilakukan untuk mengurangi paparan zat kimia pada vulva. Setelah buang air kecil atau buang air besar, ganti dengan pembalut yang bersih (baru). Jenis ukuran pembalut disesuaikan dengan kebutuhannya. Akan tetapi ada pendapat informan yang belum ditemukan dalam teori, yaitu pembalut yang sehat adalah yang berbahan dasar kapas dan terbuat dari bahan alami, bukan terbuat dari kertas dan memiliki kontur tidak mudah berkerut.

4) Memotong bulu pubis

Para informan mengatakan bahwa memotong bulu pubis bermanfaat guna mencegah timbulnya bakteri, menghilangkan penyakit, mencegah timbulnya penyakit, menjaga organ reproduksi dalam, agar Miss.V mudah dibersihkan, agar tidak lembab, agar tetap nyaman dan tidak gatal. Hal ini sesuai dengan teori Tarwoto dkk (2010) yang menyatakan bahwa Guna memelihara kebersihan dan kerapian, bulu – bulu pubis sebaiknya dicukur. Bagi pemeluk agama Islam, disunahkan untuk mencukur habis bulu – bulu pubis setiap 40 hari. Dengan mencukur bulu – bulu pubis, kebersihan bulu – bulu pubis akan selalu terjaga, sehingga tidak menjadi media kehidupan kutu dan jasad renik, serta aroma yang tidak sedap. Bulu pubis yang terlalu panjang dan lebat (khususnya bagi remaja putri) akan selalu terpapar oleh urine saat buang air kecil.

5) **Menjaga alat kelamin luar**

Para informan menyatakan bahwa menjaga alat kelamin luar berfungsi untuk menjaga organ reproduksi agar terhindar dari penyakit, tidak bau, tidak nyaman dan kesehatan semakin terjaga. Hal ini sesuai dengan teori Tarworo dkk (2010) bahwa bagi remaja putri, membiasakan diri untuk membersihkan vulva setiap setelah buang air kecil atau buang air besar dan mengeringkan sampai benar – benar kering sebelum mengenakan pakaian dalam adalah perilaku yang benar. Tehnik membersihkan vulva adalah dari arah depan ke belakang. Jika perlu, gunakan air bersih yang hangat. Bersihkan vulva dengan tidak menggunakan cairan antiseptic secara berlebihan, karena akan merusak flora normal, yaitu bakteri *Doderlein*. Akan tetapi ada pendapat informan yang belum ditemukan dalam teori yaitu fungsi menjaga alat kelamin luar adalah agar lebih percaya diri.

6) **Melakukan imunisasi pencegahan Ca Serviks**

Para informan menyatakan bahwa imunisasi Ca Serviks sangat penting guna terhindar dari penyakit dan mencegah kanker serviks. Akan tetapi ada juga pendapat informan yang belum ditemukan di dalam teori yaitu manfaat dari imunisasi pencegahan Ca Serviks adalah agar tidak banyak pengeluaran.

7) **Menjaga nutrisi saat menstruasi**

Para informan menyatakan cara menjaga nutrisi saat menstruasi yang baik adalah makan – makanan bergizi, makan sayur dan buah, konsumsi makanan dengan prinsip 4 sehat 5 sempurna. Dan manfaat menjaga nutrisi saat menstruasi yang dikatakan para informan yaitu agar haid menjadi lancar dan untuk memenuhi kebutuhan tubuh yang disebabkan nafsu makan meningkat.

8) **Menjaga pola istirahat saat menstruasi**

Para informan menyatakan bahwa pada saat menstruasi tubuh membutuhkan istirahat lebih dari biasanya agar tubuh tetap sehat dan kondisi fisik terkontrol.

e. **Pengetahuan remaja putri tentang manfaat merawat organ reproduksi wanita saat menstruasi**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengetahuan remaja putri tentang manfaat merawat organ reproduksi wanita saat menstruasi didapatkan hasil semua informan dapat menjelaskan dengan baik. Menurut informan manfaat merawat organ reproduksi wanita saat menstruasi dibagi menjadi lima kategori, yaitu: kesehatan terjaga, terhindar dari kerugian, secara reproduktif dapat menghasilkan keturunan yang baik, secara psikologis menjadi lebih nyaman dan tidak risih dan secara mistis tidak menyebabkan infertile.

2. **Sikap remaja putri dalam merawat organ reproduksi saat menstruasi**

a. **Sikap remaja putri terhadap remaja putri yang tidak menyadari dirinya sudah remaja**

Beberapa informan menyatakan ketidaksetujuan terhadap remaja putri yang tidak menyadari sudah remaja. Mereka mengemukakan pendapat bahwa dengan tidak menyadari dirinya sudah remaja maka akan berakibat sulit diterima lingkungan, banyak yang sebel dan bersifat kekanak – kanakan, serta tidak bisa menjaga kesehatan diri sendiri. Mereka juga mengatakan bahwa seharusnya remaja tahu dan orang tua mengingatkan anaknya. Ada informan yang menyetujui pendapat tentang remaja yang tidak menyadari dirinya sudah remaja dikarenakan karakter setiap individu berbeda – beda.

b. **Sikap remaja putri terhadap remaja putri yang tidak tahu tentang organ reproduksi remaja**

Semua informan menyatakan ketidaksetujuannya terhadap remaja putri yang tidak tahu tentang organ reproduksi remaja. Mereka mengemukakan pendapat bahwa dengan tidak tahu tentang organ reproduksi remaja maka organ reproduksi mereka akan tidak terawat, mudah terserang penyakit dan jika terlambat ditangani akan mengalami kerugian. Mereka juga menyatakan bahwa seharusnya setiap orang pasti tau tentang organ reproduksi karena telah diajarkan di sekolah dan setiap manusia pasti memiliki organ reproduksi.

c. **Sikap remaja putri terhadap remaja putri yang tidak mengetahui tentang menstruasi**

Beberapa informan menyatakan setuju terhadap remaja putri yang tidak tahu tentang menstruasi, hal ini dianggap wajar untuk remaja awal yang belum pernah mengalami menstruasi sebelumnya dan remaja putri sebaiknya bertanya pada orang tua. Di sisi lain beberapa informan menyatakan ketidaksetujuan mereka dikarenakan jika remaja putri tidak mengetahui tentang

ISBN: 978-602-73865-4-9

menstruasi maka dia akan mengalami kebingungan, panik dan syok, dari segi kesehatan dapat menimbulkan penyakit dan mereka tidak bisa merawat diri.

d. Sikap remaja putri terhadap remaja putri yang tidak tahu tentang siklus menstruasinya

Beberapa informan menyatakan setuju terhadap remaja putri yang tidak tahu tentang siklus menstruasinya, Hal ini dianggap wajar untuk remaja awal dan sebaiknya mereka bertanya pada orang tua.

e. Sikap remaja putri terhadap remaja putri yang mengganti pembalut menunggu penuh

Semua informan menyatakan tidak setuju terhadap hal tersebut dikarenakan sifat darah yang kotor dan mengandung banyak bakteri. Para informan menganjurkan ganti pembalut setiap 4 – 6 jam sekali. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan Verawaty dan Rahayu (2012) bahwa gantilah pembalut atau tampon setidaknya setiap 4 jam sekali. Penggunaan pembalut dan tampon tidak disarankan melebihi 8 jam, sekalipun darah menstruasi sedang tidak banyak. Penggantian ini untuk menghindari berkembangbiaknya bakteri yang terkandung dalam darah menstruasi yang bisa menimbulkan penyakit, terlebih penyakit fatal yang disebut *Tocic Shock Syndrome* (TSS). Para informan juga berpendapat bahwa dengan jarang mengganti pembalut maka berakibat penumpukan penyakit sehingga menyebabkan iritasi, gatal – gatal dan bau yang tidak sedap. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan Pribakkti (2010) bahwa pembalut yang sering terlambat diganti bisa menimbulkan berbagai jenis penyakit, terutama yang disebabkan oleh jamur dan bakteri penyebab gatal – gatal dan bau tidak sedap. Ada juga informan yang menyatakan bahwa banyak pembalut yang terbuat dari bahan berbahaya penyebab iritasi. Hal ini sesuai dengan teori Pribakti (2010) bahwa tidak semua pembalut aman bagi kesehatan organ intim kaum perempuan karena bisa memicu infeksi, iritasi atau vaginitis (radang vagina). Selain itu ketidaksetujuan informan dikarenakan perasaan jijik dan risih.

f. Sikap remaja putri terhadap remaja putri yang mengganti pakaian dalam sehari sekali

Menanggapi pernyataan sikap ini semua informan menyatakan tidak setuju dengan alasan keadaan vagina yang berkeringat, lembab dan kotor dapat mengakibatkan keputihan dan perasaan tidak nyaman. Mereka juga mengemukakan bahwa tindakan ini dapat menimbulkan tumpukan bakteri penyebab penyakit dan menimbulkan gatal – gatal terlebih jika pakaian dalam yang digunakan terbuat dari bahan nilon. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan Tarwoto dkk (2010) bahwa pakaian dalam yang digunakan sebaiknya terbuat dari bahan yang menyerap keringat, misalnya katun atau kaus. Kain yang tidak menyerap keringat akan menimbulkan rasa panas dan lembab. Kondisi ini menimbulkan ketidaknyamanan bagi pemakai serta sangat kondusif bagi pertumbuhan jamur. Mereka juga mengemukakan bahwa minimal ganti celana dalam sehari adalah dua kali. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan Pribakti (2010) menjaga kebersihan daerah kewanitaan dengan mengganti celana dalam minimal dua kali sehari. Selain itu ketidaksetujuan informan dikarenakan mereka risih.

g. Sikap remaja putri terhadap remaja putri yang menggunakan handuk secara bergantian

Semua informan menyatakan tidak setuju akan sikap ini dengan alasan keadaan haduk yang langsung menyentuh kulit dapat menularkan penyakit kulit dan menimbulkan gatal – gatal karena kuman – kumannya saling menempel. Hal ini sesuai dengan teori Tarwoto dkk (2010) bahwa handuk yang digunakan secara bersamaan bisa menjadi media penularan penyakit kulit dan kelamin, misalnya skabies dan pedikulosis pubis. Beberapa informan juga menganjurkan untuk menggunakan handuk yang dapat menyerap air karena jika handuk dalam keadaan basah tidak nyaman digunakan. Hal ini sesuai dengan teori Tarwoto dkk (2010) yaitu sebaiknya handuk tidak digunakan lagi bila sudah tidak nyaman digunakan. Akan tetapi ada pendapat yang dikemukakan oleh informan yang belum ditemukan di dalam teori yaitu sebagian informan menjawab bahwa handuk yang digunakan ukurannya lebar dengan alasan agar cepat kering.

h. Sikap remaja putri terhadap remaja putri yang tidak pernah memotong bulu pubis

Semua informan menyatakan tidak setuju akan sikap ini, hal ini dikarenakan dapat menyebabkan keadaan organ intim lembab sehingga tumpukan penyakit, gatal – gatal dan perasaan tidak nyaman. Hal ini sesuai dengan teori Tarwoto dkk (2010) yaitu dengan mencukur bulu – bulu pubis kebersihan bulu – bulu pubis akan selalu terjaga, sehingga tidak menjadi media kehidupan kutu dan jasad renik, serta aroma yang tidak sedap. Bulu pubis yang terlalu panjang dan lebat akan selalu terpapar urine saat BAK yang menyebabkan daerah kewanitaan lembab. Beberapa informan juga mengemukakan bahwa mencukur dan merapikan bulu pubis merupakan anjuran agama.

ISBN: 978-602-73865-4-9

i. **Sikap remaja putri terhadap remaja putri yang tidak mau melakukan imunisasi pencegahan Ca Serviks**

Sebagian besar informan menyatakan tidak setuju akan sikap ini dikarenakan manfaat yang diperoleh jika imunisasi dilakukan, diantaranya baik untuk kesehatan dan sebagai persiapan fisik sebelum menikah. Akan tetapi ada sebagian informan yang setuju dengan alasan keterbatasan informasi, biaya imunisasi yang tidak terjangkau (mahal) dan karakter remaja yang cuek akan kesehatannya.

j. **Sikap remaja putri terhadap remaja putri yang tidak mengatur pola makan dan pola istirahat ketika menstruasi**

Sebagian besar informan menyatakan tidak setuju akan sikap tersebut dikarenakan hal tersebut bisa menyebabkan remaja putri mudah terserang penyakit dan saat menstruasi tubuh membutuhkan asupan tambahan. Selain itu asupan nutrisi dan pola istirahat yang baik bisa menjadikan tubuh tetap fit dan sehat ketika sedang menstruasi. Hal ini sesuai dengan fakta dalam Kompas (2008), haid berarti terbentuk luka rahim alami, maka kondisi tubuh lebih lemah. Agar tetap kuat, perlu meningkatkannya dengan mengonsumsi menu bergizi, cukup istirahat, jaga kebersihan sekitar vagina, dan kurangi stres fisik maupun mental. Akan tetapi ada sebagian informan yang setuju dengan alasan kondisi fisik setiap orang berbeda – beda.

k. **Sikap remaja putri terhadap remaja putri yang tidak menjaga organ reproduksi saat menstruasi**

Semua informan menyatakan tidak setuju terhadap sikap tersebut dikarenakan dapat mengakibatkan hal yang fatal seperti menjadi sulit punya anak dan merugikan diri sendiri. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Suryati (2012) bahwa merawat organ kewanitaan penting dilakukan sebab organ reproduksi yang sehat dibutuhkan untuk kesehatan reproduksi, sedangkan organ – organ didalam tubuh dapat rusak oleh penyakit menular seks yang mengakibatkan kemandulan/infertilitas. Selain itu para informan juga mengatakan beberapa dampak dari tidak merawat organ reproduksi saat menstruasi yang belum ditemukan di dalam teori yaitu akan menimbulkan gatal – gatal, risih, perasaan tidak nyaman dan menimbulkan rasa percaya diri berkurang.

3. **Aktivitas remaja putri dalam merawat organ reproduksi saat menstruasi**

a. **Aktivitas remaja putri pada masa remaja**

Berdasarkan hasil yang didapat dari informan aktivitas remaja putri pada masa remaja dapat dibagi menjadi 4 kategori yaitu besosialisasi dengan teman, masa yang paling indah, menyalurkan hobi dan bakat, dan remaja tipe pemikir. Beberapa informan menyatakan bahwa aktivitas remaja dalam bersosialisasi dengan orang lain meliputi: memperbanyak teman, bercanda dengan teman, menjahili teman, gemar mencari pacar, senang didekati lawan jenis, mentraktir teman, makan bersama teman. Aktivitas ini terdapat dalam teori Hurlock (ed. 5) yang menyatakan bahwa remaja gemar bermain dengan teman – teman, mengobrol, bergurau, berpesta, dan menjalin hubungan dekat dengan lawan jenis. Ada informan yang menyatakan bahwa pada masa yang paling indah ini remaja sering bersenang – senang, bahagia ketika melihat pria tampan, sering galau, sering bermain dan belum memikirkan cari uang.

b. **Upaya remaja putri dalam memelihara organ reproduksi**

Berdasarkan hasil yang didapat dari informan aktivitas yang rutin mereka lakukan dalam memelihara organ reproduksi adalah menambah pengetahuan tentang organ reproduksi seperti mencari informasi di internet, bertanya pada orang tua dan bertanya pada yang paham; melakukan perawatan secara rutin, seperti menjaga pola makan, membersihkan Miss.V pakai air bersih, mencegah keputihan, dan tidak menggunakan ramuan khusus Miss.V, menjaga kelembaban organ dengan cara, tidak dibersihkan pakai larutan daun sirih; rajin ganti celana, mencuci Miss. V pakai antiseptik, mengeringkan Miss.V dengan tisu; dan melakukan perawatan tambahan ,seperti, menggunakan pembalut herbal, menggunakan ramuan penambah kerapatan Miss. V, mencuci Miss. V dengan remuan dan menggunakan ramuan khusus Miss.V saat dewasa.

c. **Waktu memelihara organ reproduksi**

Waktu perawatan organ kewanitaan dibagi menjadi 2 kategori yaitu perawatan berdasarkan rutinitas dan keadaan. Perawatan berdasarkan rutinitas yang dilakukan oleh semua informan meliputi setiap hari, setelah dari WC, ketika mandi sore dan ketika mandi pagi. Sedangkan

berdasarkan keadaan yang dilakukan informan adalah ketika ganti pembalut, sebelum menstruasi, saat menstruasi, dan setelah menstruasi.

d. Upaya remaja putri dalam merawat organ reproduksi saat menstruasi Berdasarkan hasil penelitian yang didapat dari informan upaya remaja

Upaya remaja putri dalam merawat organ reproduksi saat menstruasi adalah menambah pengetahuan tentang menstruasi, melakukan perawatan saat menstruasi, memahami gangguan saat menstruasi dan mampu mengatasi gangguan saat menstruasi. Beberapa informan menyebutkan upaya menambah wawasan yang biasa mereka lakukan adalah bercerita dengan orang tua, bertanya pada orang tua dan browsing di internet. Perawatan organ reproduksi saat mentruasi yang mereka lakukan diantaranya sering ganti pembalut, ganti pembalut tepat waktu, segera ganti pembalut jika penuh, menggunakan pembalut dari kapas, mencuci pembalut dengan bersih, rajin membersihkan dan mengecek Miss.V, dan segera mencuci celana dalam jika kotor. Hal inis sesuai dengan teori yang dikemukakan Dewi (2012), untuk merawat vagina agar selalu sehat beberapa prosedur yang perlu diperhatikan antara lain: basuh vagina setelah buang air dan keringkan menggunakan tisu, gunakan celana dalam yang menyerap keringat, lakukan pemeriksaan vagina untuk mengecek tanda infeksi atau peradangan, hindari memakai celana yang ketat, gunakan cairan pembersih yang tepat, dan gunakan pembalut secara efisien dan tidak menimbulkan iritasi serta tidak mengandung zat – zat kimia dan berdaya serap tinggi. Gangguan saat menstruasi yang disebutkan informan antara lain, pingsan, badan lemas, sakit perut, mual, keringet dingin, dan pegal –pegal. Kemudian para informan menyebutkan solusi untuk mengatasi gangguan saat menstruasi, yaitu kompres hangat pada perut, minum jamu, minum obat feminak, tidur dan perbanyak istirahat. Hal ini sesuai dengan teori Dewi (2012) yaitu perut terasa mulas, mual dan panas; terasa nyeri saat buang air kecil; tubuh tidak fit; demam; sakit kepala dan pusing; keputihan; radang pada vagina; gatal – gatal pada kulit; emosi meningkat; nyeri dan bengkak pada payudara; bau badan tak sedap.

KESIMPULAN

1. Pengetahuan remaja putri tentang merawat organ reproduksi saat menstruasi sudah baik dan mencapai pada tingkatan pengetahuan aplikasi yaitu mampu untuk mengunakan materi yang telah dipelajari pada kondisi *riil*
2. Sikap informan dalam penelitian ini sudah mencapai tingkatan sikap bertanggungjawab yang ditunjukkan melalui sikap setuju dan tidak setuju dengan memberikan uraian jawaban disertai alas an.
3. Aktivitas informan dalam merawat organ reproduksi saat menstruasi sudah mecapai pada tingkatan aktivitas adopsi

DAFTAR PUSTAKA

Dewi, Nilda S. 2012. *Biologi Reproduksi*. Yogyakarta. Pustaka Rihama.

Hurlock, E. 2001. *Psikologi perkembangan edisi kelima*. Jakarta: Erlangga

Hanifah. 2000. Faktor yang Mendasari Hubungan Seks Pranikah Remaja di PKBI Yogya. [Thesis]. Jakarta: FKM U

Lubis, Namora L. 2013. *Psikologi KESPRO "Wanita &Perkembangan Reproduksinya" ditinjau dari Aspek Fisik dan Psikologi Edisi Pertama*.Jakarta: Kencana.

Notoatmodjo, S. 2007. *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.

_____. 2007. *Kesehatan Masyarakat Ilmu & Seni*. Jakarta: Rineka Cipta.

Prawirohardjo, S. 2011. *Ilmu Kebidanan Edisi Keempat*. Jakarta: PT. Bina Pustaka.