

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menstruasi merupakan proses fisiologis yang menandai kematangan sistem reproduksi serta menjadi bagian penting dalam siklus kehidupan remaja putri (Sihite, 2024). Menstruasi adalah proses peluruhan dinding rahim (*endometrium*) yang keluar dalam bentuk darah yang melalui genetalia eksternal (Dwiyanti & Manoppo, 2025). Darah tersebut bergerak secara bertahap dari rahim melewati leher rahim (*serviks*) menuju vagina (Oktadela Kurniasih, 2025). Kondisi darah yang bercampur keringat menyebabkan area *vulva* lebih lembab, sehingga memerlukan perhatian khusus dalam kebersihan diri (Fitriah, 2025). Oleh karena itu, melakukan *vulva hygiene* saat menstruasi sangat penting bagi remaja putri untuk mencegah infeksi dan menjaga keseimbangan pH vagina (Indri, 2025). Namun, kenyataannya terdapat kesenjangan berupa rendahnya perilaku *vulva hygiene* di lapangan, di mana banyak remaja putri masih melakukan kesalahan dalam membersihkan *vulva* dan sering terlambat mengganti pembalut. Kondisi ini diperparah dengan fasilitas sanitasi sekolah yang belum memenuhi standar kebersihan, ditandai dengan pencahayaan kamar mandi yang kurang memadai serta kondisi air pada bak mandi yang belum terjaga kebersihannya, sehingga meningkatkan risiko kontaminasi bakteri dan infeksi saluran kemih.

Kondisi tersebut diperparah karena periode menstruasi selama 3-7 hari merupakan fase paling kritis dalam menjaga kebersihan organ reproduksi remaja putri (Dwiyanti & Manoppo, 2025). Fase ini dimulai dari hari 1-2 dengan volume

darah tinggi yang meningkatkan kelembaban area *vulva* secara signifikan (Fitriah, 2025), berlanjut pada hari 3-5 di mana area *vulva* tetap lembab akibat akumulasi sisa darah, keringat, dan penggunaan pembalut (Indah & Khalisa, 2024), hingga hari 6-7 saat *spotting* tetap berpotensi mempertahankan kondisi lembab tersebut (Arafah, 2024). Darah menstruasi yang mengandung protein dan cairan biologis ini menjadi media ideal bagi pertumbuhan bakteri serta jamur (Indri, 2025), yang risikonya kian meningkat akibat kontaminasi dari penggantian pembalut yang tidak teratur (Dwiyanti & Manoppo, 2025). Mengingat lebih dari separuh remaja putri belum melakukan perilaku kebersihan optimal (Arafah, 2024) sehingga rentan mengalami *pruritus vulva* dan keputihan (Mansyah, 2025).

Di balik pentingnya perilaku kebersihan tersebut, fenomena rendahnya literasi menjadi tantangan besar mengingat populasi remaja putri di Indonesia sangat signifikan, yakni mencapai 21.476 ribu jiwa. Bahkan, Nur Indahsari (2023) melaporkan data yang lebih memprihatinkan, yakni 95,7% remaja putri belum memahami aspek kebersihan vagina dengan benar. Di sisi lain, remaja saat ini cenderung memanfaatkan media sosial sebagai sumber utama informasi kesehatan reproduksi dalam kehidupan sehari-hari (Weli Rana, 2024). Sayangnya, informasi yang diperoleh dari media sosial tidak selalu terstandar sehingga perilaku yang dilakukan di masyarakat menjadi sangat beragam (Azzahra et al., 2024). Kondisi ini menggambarkan adanya kebutuhan mendesak akan media edukasi yang lebih terarah, akurat, dan sesuai dengan karakteristik digital remaja (Nur Indahsari, 2023).

Kesenjangan pengetahuan ini pada akhirnya memicu munculnya perilaku berisiko, seperti jarang mengganti pembalut hingga penggunaan sabun pembersih kimia yang tidak tepat (Wicaksono & Adriana, 2023). Kurangnya edukasi dini membuat perilaku salah ini terus berlanjut tanpa disadari sebagai ancaman kesehatan yang nyata (Mukaromah, 2025). Secara klinis, perilaku *vulva hygiene* yang tidak optimal berkaitan erat dengan berbagai gangguan reproduksi seperti keputihan, rasa gatal, iritasi, serta infeksi saluran reproduksi (Lestari, 2026; Nugrahaningtyas Wahjuni Utami & Astuti, 2025). Gangguan tersebut tidak hanya memengaruhi kenyamanan beraktivitas sehari-hari (Fitriah, 2025), namun dalam jangka panjang dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan serius seperti kanker serviks (Indri, 2025). Selain masalah fisik, hal ini juga berpotensi menurunkan produktivitas belajar, kepercayaan diri, serta kualitas hidup remaja secara menyeluruh (Lestari, 2026; Nugrahaningtyas Wahjuni Utami & Astuti, 2025).

Sebagai langkah solutif, upaya menjaga kesehatan reproduksi harus dimulai dari penerapan *vulva hygiene* yang konsisten, seperti membasuh area *vulva* dengan air bersih, menggunakan pakaian dalam berbahan serap keringat, serta mengganti pembalut setiap 3-4 jam sekali (Daulay, 2022). Edukasi ini perlu dikemas melalui media yang dekat dengan kehidupan digital remaja, yaitu platform TikTok karena karakteristiknya yang praktis dan menarik (Wicaksono & Adriana, 2023). Platform ini dipilih sebagai media edukasi karena format audio-visualnya yang interaktif serta durasi videonya yang singkat namun padat, sehingga dinilai lebih efektif dalam memicu minat belajar tanpa menimbulkan kebosanan dibandingkan platform

seperti YouTube (Chamila, 2023). Integrasi elemen animasi, teks, dan *voice over* pada TikTok juga terbukti memperkuat pemahaman serta daya ingat remaja, ditambah fitur pemantauan keterlibatan seperti *likes* dan *followers* yang memudahkan observasi respons pengguna (Azzahra et al., 2024). Mengingat belum adanya penerapan edukasi kesehatan reproduksi berbasis TikTok di SMP Islam Al Hidayah Gempol Pasuruan, penelitian ini hadir sebagai inovasi untuk meningkatkan perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi, sejalan dengan temuan riset terdahulu yang mengonfirmasi efektivitas video singkat dalam mendorong perubahan perilaku sehat secara fleksibel dan relevan dengan gaya hidup digital remaja (Mukaromah, 2025; Putri & Lestari, 2024).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan gambaran masalah yang sudah dijelaskan di latar belakang, maka pertanyaan utama dalam penelitian ini adalah bagaimana efektivitas media edukasi TikTok dalam meningkatkan perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMP Islam Al Hidayah Gempol Pasuruan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk menganalisis efektivitas edukasi melalui media Tiktok terhadap perilaku *vulva hygiene* pada remaja putri di SMP Islam Al Hidayah Gempol Pasuruan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi sebelum mendapatkan edukasi melalui pada remaja putri SMP Islam Al Hidayah Gempol Pasuruan.
2. Mengidentifikasi perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi sebelum mendapatkan edukasi melalui pada remaja putri SMP Islam Al Hidayah Gempol Pasuruan.
3. Menganalisis efektifitas media edukasi TikTok tentang peningkatan perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi remaja putri SMP Islam Al Hidayah Gempol Pasuruan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoretis, dari penelitian ini memberikan bukti empiris tentang efektivitas TikTok sebagai media edukasi inovatif untuk meningkatkan perilaku *vulva hygiene* menstruasi remaja putri. Penelitian ini juga memperkaya model intervensi digital promosi kesehatan reproduksi sebagai referensi bagi studi lanjutan di Indonesia.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Remaja Putri

Penelitian ini bertujuan meningkatkan perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi pada remaja untuk mencegah risiko infeksi reproduksi, keputihan, gatal, bau tidak sedap, serta komplikasi jangka panjang seperti infeksi saluran kemih atau kanker serviks, sekaligus membantu mereka

menerapkan perilaku sehat mandiri melalui konten TikTok yang mudah diakses guna meningkatkan kepercayaan diri, kualitas hidup, dan produktivitas belajar.

2. Bagi Perawat dan Pendidik Kesehatan

Penelitian ini menyediakan panduan praktis berbasis bukti untuk merancang program edukasi kesehatan reproduksi berbasis TikTok sebagai alternatif efektif dari leaflet atau audiobook konvensional, sekaligus mendukung peran perawat sebagai educator, konselor, dan peneliti dalam intervensi pencegahan masalah kesehatan menstruasi pada remaja.

3. Bagi Sekolah dan Institusi

Penelitian ini memberikan rekomendasi program sekolah seperti di SMP Islam Al Hidayah Gempol Pasuruan untuk mengintegrasikan edukasi TikTok ke dalam kurikulum kesehatan reproduksi guna mengatasi tantangan *vulva hygiene* akibat kurangnya edukasi formal.

4. Bagi Kebijakan Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi landasan pengembangan kebijakan promosi kesehatan remaja di Kecamatan Gempol Kabupaten Pasuruan Provinsi Jawa Timur.