

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Landasan Teori

1. Pengetahuan

a. Pengertian

Pengetahuan adalah hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yakni: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Lebih dijelaskan lagi sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat (Notoadmojo, 2010).

Pengetahuan merupakan faktor penting dalam menentukan perilaku seseorang karena pengetahuan dapat menimbulkan perubahan persepsi dan kebiasaan masyarakat. Pengetahuan yang meningkat dapat merubah persepsi masyarakat tentang penyakit. Meningkatnya pengetahuan juga dapat mengubah perilaku masyarakat dari yang negatif menjadi positif, selain itu pengetahuan juga membentuk kepercayaan (Wawan, 2010).

b. Tingkat Pengetahuan

Notoatmodjo (2010) membagi 6 (enam) tingkat pengetahuan yang dicapai dalam domain kognitif yaitu :

1) Tahu (know)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya, termasuk dalam tingkat pengetahuan ini adalah mengingat kembali terhadap suatu yang spesifik dari

seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.

2) Memahami (*comprehention*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang suatu obyek yang diketahui dan dimana dapat menginterpretasikan secara benar

3) Aplikasi (*application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang sudah dipelajari pada situasi atau kondisi yang sebenarnya.

4) Analisis (*analysis*)

Analisis yaitu kemampuan untuk menyatakan atau menjabarkan suatu materi atau obyek ke dalam keadaan komponen-komponen tetapi masih di dalam struktur organisasi tersebut dan masih saling berkaitan satu sama lain. Analisis merupakan kemampuan untuk mengidentifikasi, memisahkan dan sebagainya.

5) Sintesis (*syntesis*)

Sintesis adalah kemampuan untuk melaksanakan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu keseluruhan yang baru, dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi yang ada.

6) Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap materi atau obyek. Penilaian itu berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria yang telah ada

c. Sumber –sumber Pengetahuan

Menurut (Notoadmodjo, 2010) dari berbagai macam cara yang telah digunakan memperoleh kebenaran pengetahuan sepanjang sejarah dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu :

a. Cara memperoleh kebenaran non ilmiah

1) Cara coba salah (*trial and error*)

Metode ini telah digunakan oleh orang dalam waktu yang cukup lama untuk memecahkan berbagai masalah. Bahkan sampai sekarang pun metode ini masih digunakan untuk mereka yang belum atau tidak mengetahui cara menghadapi masalah.

2) Secara kebetulan

Penemuan kebenaran secara kebetulan terjadi karena tidak disengaja oleh orang yang bersangkutan. Salah satu contoh adalah penemuan *enzime urease* oleh summers pada tahun 1926

3) Cara kekuasaan atau otoritas

Dalam kehidupan sehari-hari, banyak sekali kebiasaan-kebiasaan dan tradisi-tradisi yang dilakukan oleh orang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan tersebut baik atau tidak kebiasaan seperti ini tidak hanya terjadi pada masyarakat tradisional saja, melainkan juga terjadi pada masyarakat modern. Para pemegang otoritas, baik pemimpin pemerintah, tokoh agama, maupun ahli ilmu pengetahuan pada prinsipnya mempunyai mekanisme yang sama didalam penemuan pengetahuan.

4) Berdasarkan pengalaman pribadi

Pengalaman adalah guru terbaik, demikian bunyi pepatah. Pepatah ini mengandung maksud bahwa pengalaman itu merupakan sumber pengetahuan, pengalaman itu merupakan suatu cara buntut memperoleh kebenaran pengetahuan. Oleh karena itu pengalaman pribadi pun dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan. Hal ini dilakukan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi pada masa lalu.

5) Cara akal sehat

Akal sehat atau *common sense* kadang –kadang dapat menemukan teori atau kebenaran. Sebelum ilmu pendidikan ini berkembang, para orang tua zaman dahulu agar anak-anaknya mau menuruti nasehat orang tuanya, atau agar anak disiplin menggunakan cara hukuman fisik bila anaknya berbuat salah, misalnya dijewer telinganya atau dicubit. Ternyata cara menghukum anak ini sampai sekarang berkembang menjadi teori atau kebenaran, bahwa hukuman adalah merupakan metode (meskipun bukan yang paling baik) bagi pendidikan anak. Pemberian hadiah dan hukuman (*reward and punishment*) merupakan cara yang masih dianut oleh banyak orang untuk mendisiplinkan anak dalam konteks pendidikan.

6) Kebenaran melalui wahyu

Ajaran dan dogma agama adalah suatu kebenaran yang diwahyukan dari Tuhan melalui para

nabi. Kebenaran ini harus diterima dan diyakini oleh pengikut-pengikut agama bersangkutan, terlepas dari apakah kebenaran tersebut rasional atau tidak.

7) Kebenaran secara intuitif

Kebenaran secara intuitif diperoleh manusia secara cepat sekali melalui proses diluar kesadaran tanpa melalui proses penalaran atau berpikir. Kebenaran yang diperoleh melalui intuitif sukar dipercaya karena kebenaran ini tidak menggunakan cara-cara rasional dan yang sistematis. Kebenaran ini diperoleh oleh seseorang hanya berdasarakan intuisi atau suara hati atau bisikan hati saja.

8) Melalui jalan pikiran

Sejalan dengan perkembangan kebudayaan umat manusia cara berpikir manusia pun ikut berkembang. Dari sini manusia telah mampu menggunakan penalaranya dalam memperoleh pengetahuanya. Dengan kata lain, dalam memperoleh kebenaran pengetahuan manusi telah menggunakan jalan pikiranya, baik melalui induksi ataupun deduksi.

9) Induksi

Induksi dalah proses penarikan kesimpulan yang dimulai dari pernyataan –pernyataan khusus ke pernyataan yang bersifat umum. Proses berpikir induksi berasal dari hasil pengamatan indera atau hal-hal yang nyata, maka dapat dikatakan bahwa induksi beranjak dari hal-hal yang konkert kepada hal-hal yang abstrak.

10) Deduksi

Deduksi adalah pembuatan kesimpulan dari pernyataan-pernyataan umum yang ke khusus . Aristoteles (384-322SM) mengembangkan cara berpikir deduksi ini kedalam suatu cara yang disebut “ silogisme” . Silogisme merupakan suatu bentuk deduksi berlaku bahwa yang di angap besar secara umum pada kelas tertentu, berlaku juga kebenarannya pada semua peristiwa yang terjadi pada setiap yang termasuk kedalam kelas itu.

b. Cara Ilmiah dalam Memperoleh Pengetahuan

Cara baru atau modern dalam memperoleh pengetahuan pada dewasa ini lebih sistematis, logis dan ilmiah. Cara ini disebut ‘metode penelitian ilmiah’, atau lebih populer disebut metodologi penelitian (*research methodology*). Cara ini mula-mula dikembangkan oleh Francis Bacon (1561-1626). Ia mengatakan dalam memperoleh kesimpulan dilakukan dengan mengadakan observasi langsung, dan membuat pencatatan terhadap semua fakta sehubungan dengan objek yang diamati. Pencatatan ini mencakup tiga hal pokok yakni :

- 1) Segala sesuatu yang positif, yakni gejala tertentu yang muncul pada saat dilakukan pengamatan
- 2) Segala sesuatu yang negatif, yakni gejala tertentu yang tidak muncul pada saat dilakukan pengetahuan
- 3) Gejala-gejala yang muncul secara bervariasi, yaitu gejala-gejala yang berubah-ubah pada kondisi-kondisi tertentu.

d. Faktor –Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut (Dewi & Wawan, 2010) :

a. Faktor Internal

1) Pendidikan

Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup.

2) Pekerjaan

Pekerjaan adalah kebutuhan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga.

3) Umur

Usia adalah umur individu terhitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja.

b. Faktor Eksternal

1) Faktor Lingkungan

Lingkungan merupakan suatu kondisi yang ada disekitar manusia dan pengaruhnya yang dapat mempengaruhi perkembangan dan perilaku orang atau kelompok.

2) Sosial Budaya

Sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat fspst mempegaruhi dari sikap dalam menerima informasi.

e. Kriteria Pengetahuan

Menurut Notoadmodjo (2010), pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang

menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Pengetahuan yang ingin kita ketahui atau kita ukur dapat kita sesuaikan dengan tingkatan pengetahuan.

Menurut Arikunto (2010) pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif , yaitu :

- a. Baik : Hasil persentase 76%-100%
- b. Cukup : Hasil persentase 56-75%
- c. Kurang : Hasil persentase 65%

2. Penyuluhan

a. Pengertian

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu, dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Effendy, 2001).

Penyuluhan kesehatan juga suatu proses, dimana proses tersebut mempunyai masukan (input) dan keluaran (output). Di dalam suatu proses pendidikan kesehatan yang menuju tercapainya tujuan pendidikan yakni perubahan perilaku dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor yang mempengaruhi suatu proses pendidikan disamping masukannya sendiri juga metode materi atau pesannya, pendidik atau petugas yang melakukannya, dan alat-alat bantu atau alat peraga pendidikan. Agar dicapai suatu hasil optimal, maka faktor-faktor tersebut harus bekerjasama secara harmonis.

Hal ini berarti, bahwa untuk masukan (sasaran pendidikan) tertentu, harus menggunakan cara tertentu pula, materi juga harus disesuaikan dengan sasaran, demikian juga alat bantu pendidikan disesuaikan. Untuk sasaran kelompok, metodenya harus berbeda dengan sasaran massa dan sasaran individual. Untuk sasaran massa pun harus berbeda dengan sasaran individual dan sebagainya (Notoatmodjo, 2003).

b. Tujuan

Menurut Effendy (2001) tujuan penyuluhan kesehatan adalah tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga dan masyarakat dalam membina dan memelihara perilaku hidup sehat dan lingkungan sehat, serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal, terbentuknya perilaku sehat pada individu, keluarga, kelompok dan masyarakat yang sesuai dengan konsep hidup sehat baik fisik, mental dan sosial sehingga dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian, menurut WHO tujuan penyuluhan kesehatan adalah untuk merubah perilaku perseorangan dan masyarakat dalam bidang kesehatan.

c. Faktor-faktor Keberhasilan Dalam Penyuluhan

Menurut Notoatmodjo (2003) faktor-faktor yang perlu diperhatikan terhadap sasaran dalam keberhasilan penyuluhan kesehatan :

1) Tingkat Pendidikan

Pendidikan dapat mempengaruhi cara pandang seseorang terhadap informasi baru yang diterimanya. Maka dapat dikatakan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikannya, semakin mudah seseorang menerima informasi didapatnya.

2) Tingkat Sosial Ekonomi

Semakin tinggi tingkat sosial ekonomi seseorang, semakin mudah pula dalam menerima informasi baru.

3) Adat Istiadat

Pengaruh dari adat istiadat dalam menerima informasi baru merupakan hal yang tidak dapat diabaikan, karena masyarakat kita masih sangat menghargai dan menganggap sesuatu yang tidak boleh diabaikan.

4) Kepercayaan Masyarakat

Masyarakat lebih memperhatikan informasi yang disampaikan oleh orang-orang yang sudah mereka kenal, karena sudah timbul kepercayaan masyarakat dengan penyampai informasi.

5) Ketersediaan Waktu di Masyarakat

Waktu penyampaian informasi harus memperhatikan tingkat aktifitas masyarakat untuk menjamin tingkat kehadiran masyarakat dalam penyuluhan.

d. Metode

Menurut Notoatmodjo (2003) metode yang dapat dipergunakan dalam memberikan penyuluhan kesehatan adalah :

1) Metode Ceramah

Adalah suatu cara dalam menerangkan dan menjelaskan suatu ide, pengertian atau pesan secara lisan kepada sekelompok sasaran sehingga memperoleh informasi tentang kesehatan.

2) Metode Diskusi Kelompok

Adalah pembicaraan yang direncanakan dan telah dipersiapkan tentang suatu topik pembicaraan diantara 5 – 20 peserta (sasaran) dengan seorang pemimpin diskusi yang telah ditunjuk.

3) Metode Curah Pendapat

Adalah suatu bentuk pemecahan masalah di mana setiap anggota mengusulkan semua kemungkinan pemecahan masalah yang terpikirkan oleh masing – masing peserta, dan evaluasi atas pendapat – pendapat tadi dilakukan kemudian.

4) Metode Panel

Adalah pembicaraan yang telah direncanakan di depan pengunjung atau peserta tentang sebuah topik, diperlukan 3 orang atau lebih panelis dengan seorang pemimpin.

5) Metode Bermain peran

Adalah memerankan sebuah situasi dalam kehidupan manusia dengan tanpa diadakan latihan, dilakukan oleh dua orang atau lebih untuk dipakai sebagai bahan pemikiran oleh kelompok.

6) Metode Demonstrasi

Adalah suatu cara untuk menunjukkan pengertian, ide dan prosedur tentang sesuatu hal yang telah dipersiapkan dengan teliti untuk memperlihatkan bagaimana cara melaksanakan suatu tindakan, adegan dengan menggunakan alat peraga. Metode ini digunakan terhadap kelompok yang tidak terlalu besar jumlahnya.

7) Metode Simposium

Adalah serangkaian ceramah yang diberikan oleh 2 sampai 5 orang dengan topik yang berlebihan tetapi saling berhubungan erat.

8) Metode Seminar

Adalah suatu cara di mana sekelompok orang berkumpul untuk membahas suatu masalah dibawah bimbingan seorang ahli yang menguasai bidangnya.

e. **Media Penyuluhan**

Media penyuluhan kesehatan adalah media yang digunakan untuk menyampaikan pesan kesehatan karena alat tersebut digunakan untuk mempermudah penerimaan pesan kesehatan bagi masyarakat yang dituju.

Menurut Notoatmodjo (2005), media penyuluhan didasarkan cara produksinya dikelompokkan menjadi :

- a. Media cetak yaitu suatu media statis dan mengutamakan pesan-pesan visual. Media cetak terdiri dari :
 - 1) *Booklet* atau brosur
 - 2) *Leaflet* atau folder
 - 3) Selebaran
 - 4) *Flip chart*
 - 5) Rubrik atau tulisan pada surat kabar
 - 6) Poster
 - 7) Foto
- b. Media Elektronik yaitu suatu media bergerak dan dinamis, dapat dilihat dan didengar dalam menyampaikan pesannya melalui alat bantu elektronika, adapun macam media elektronik yaitu :
 - 1) Televisi
 - 2) Radio
 - 3) Video

4) Slide

5) Film

c. Luar ruangan yaitu media yang menyampaikan pesannya di luar ruangan secara umum melalui media cetak dan elektronika secara statis, misalnya :

1) Pameran

2) Banner

3) TV Layar Lebar

4) Spanduk

5) Papan Reklame

3) Menstruasi

a. Pengertian

Menstruasi merupakan perdarahan yang diatur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Umumnya, remaja yang mengalami Menarche adalah pada usia 12 sampai dengan 16 tahun. Periode ini akan merubah perilaku dari beberapa aspek, misalnya psikologi dan lainnya. Siklus menstruasi normal terjadi setiap 22-35 hari, dengan lamanya menstruasi selama 2-7 hari. Menurut Prawiroharjo (2009), menstruasi merupakan perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disebabkan oleh luruhnya sel ovum matang yang tidak dibuahi disertai pelepasan endometrium. Pertama kalinya remaja putri mendapatkan menstruasi disebutkan dengan menarche. Usia putri pada waktu menarche terjadi di tengah-tengah masa pubertas, yaitu antara 10 – 16 tahun, tetapi rata-rata adalah 12 tahun.

b. Mekanisme Menstruasi

Menurut Prawiroharjo (2009), mekanisme terjadinya menstruasi hormon steroid, hormon estrogen dan hormon progesteron mempengaruhi pertumbuhan endometrium. Menstruasi terjadi melalui 4 fase yaitu :

a. Fase Poliferasi

Fase poliferasi terjadi pada hari ke-5 sampai hari ke-14. Pada masa ini adalah masa paling subur pada wanita. Dimulai dari hari ke-1 sampai sebelum kadar LH meningkat dan terjadi pelepasan sel telur (ovum). Pada saat ini terjadinya pertumbuhan folikel di dalam ovarium. Pada Fase ini kadar FSH meningkat dan merangsang pertumbuhan 3-30 folikel masing-masing mengandung 1 sel telur. Tetapi hanya satu folikel yang terus tumbuh, namun yang lainnya akan hancur.

b. Fase Sekresi

Fase ini terjadi pada hari ke-14 sampai hari ke-28. Pada fase ini terjadi peningkatan hormon progesteron, yang diikuti oleh penurunan kadar hormone FSH,estrogen, dan LH. Keadaan ini digunakan sebagai penunjang lapisan endometrium untuk mempersiapkan dinding rahim dalam menerima hasil konsepsi jika terjadi kehamilan.

c. Fase Mestruasi

Fase ini berlangsung selama 3-5 hari. Pada fase ini menunjukkan masa terjadinya proses peluruhan dari lapisan endometrium disertai pengeluaran darah dari dalamnya.

d. Fase Regenerasi

Pada Fase ini adalah fase pasca menstruasi yaitu terjadi pada hari ke-1 sampai hari ke 5. Pada fase ini terjadi proses pemulihan dan pembentukan kembali lapisan endometrium, sedangkan ovarium

mulai beraktivitas kembali untuk membentuk folikel-folikel yang terkandung didalamnya melalui pengaruh hormone-hormon FSH dan hormone estrogen yang sebelumnya sudah dihasilkan kembali di dalam ovarium.

c. Siklus Mestruasi

Siklus menstruasi merupakan jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya (Prawiroharjo, 2009). Lebih dijelaskan lagi 15 bahwa panjang siklus menstruasi yang normal atau dianggap sebagai siklus menstruasi yang klasik adalah 28 hari ditambah atau dikurangi 2-3 hari Namun, lamanya menstruasi biasanya antara 3-5 hari. Setiap wanita itu lama menstruasinya berbeda-beda.

d. Faktor yang Mempengaruhi Menstruasi

Menurut Kusmran (2011), faktor yang memegang peranan dalam hal menstruasi adalah :

a. Faktor Hormon

Hormon-hormon yang mempengaruhi terjadinya haid pada seorang wanita yaitu *Follicle Stimulation 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 Vaskuler

Saat fase proliferasi, maka terjadi pembentukan system vaskularisasi dalam lapisan fungsional endometrium. Pada pertumbuhan yang

terjadi pada endometrium ikut tumbuh pula arteri-arteri, vena, dan hubungan diantara keduanya.

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.

e. Hal-hal Yang Perlu Diperhatikan Saat Menstruasi

Menurut Ambarwati (2010), hal-hal yang perlu diperhatikan oleh remaja wanita saat menstruasi, antara lain:

- a. Menjaga kebersihan dengan mandi dua kali sehari menggunakan sabun mandi biasa. Hati-hati saat membersihkan organ reproduksi. Bagian dalam vagina tidak perlu dibersihkan dengan menggunakan sabun atau zat kimia karena akan bersih dengan sendirinya secara alamiah. Bila hal tersebut dilakukan dapat menimbulkan terjadinya iritasi bagian dalam.
- b. Menganti pembalut minimal 3-4 kali sehari terutama sehabis buang air kecil (jika kurang dari 3-4 kali, misalnya gantinya lebih dari 6 jam sekali, hal ini dapat menyebabkan bakteri yang terdapat dalam darah yang sudah keluar itu akan merubah menjadi ganas, dan bisa kembali masuk ke dalam vagina sehingga dapat menyebabkan terjadinya infeksi bahkan kanker).
- c. Bila perut terutama daerah sekitar rahim terasa nyeri dan masih dapat diatas ringan, tidak perlu dibiasakan minum obat penghilang rasa sakit, kecuali sangat mengganggu seperti misalnya hingga menyebabkan pingsan.

- d. Makan-makanan bergizi, terutama yang banyak mengandung zat besi dan vitamin seperti daging, telur, sayur dan buah.
- e. Aktivitas harian tidak perlu diubah kecuali bila ada aktifitas fisik yang berlebihan misalnya olahraga berat, terutama pada siswi sekolah perlu dipertimbangkan.

4) Kebersihan Alat Kelamin Wanita (vagina) pada Saat Menstruasi

a. Pengertian

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (1995) disebutkan bahwa bersih berarti bebas dari kotoran. Sedangkan kata kebersihan yaitu keadaan yang menurut kepercayaan, keyakinan, akal atau pengetahuan manusia dianggap tidak mengandung noda atau kotoran. Kebersihan Alat Kelamin (Vulva hygiene) merupakan usaha menjaga kebersihan vagina dengan membilas bagian-bagian tersebut dengan air bersih dan sabun baik setelah buang air kecil (BAK) atau buang air besar (BAB). Sebab kebiasaan menjaga kebersihan organ – organ seksual atau reproduksi, merupakan awal dari usaha menjaga kesehatan kita, terutama pada saat menstruasi (Kinasih, 2012).

b. Akibat tidak menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi

Pada saat menstruasi, pembuluh darah dalam rahim mudah terkena infeksi. Oleh karena itu, kebersihan vagina harus dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi. Beberapa penyakit yang mudah hinggap pada wanita pada saat menstruasi adalah infeksi jamur dan bakteri salah satunya adalah Vaginitis. Vaginitis (peradangan pada vagina) adalah salah satu yang paling sering dikeluhkan wanita. Gejala seperti pruritus vulva, iritasi, inflamasi, sekresi vaginal, dan rasa perih, biasanya diakibatkan oleh salah satu organisme berikut : *Candida albican*, *Trichomonas vaginalis*,

dan Gardnerella vaginalis. Sekitar 25 % dari kasus yang ada disebabkan oleh C. Albican dan T. vaginalis, dan sisanya oleh G. Vaginalis, salah satu penyebabnya adalah adanya bakteri pada pembalut yang kurang berkualitas sehingga pembalut tersebut menjadi media perkembangbiakan bakteri yang merugikan bagi kaum wanita (Baradero, 2007).

Penyakit yang dapat terjadi pada daerah kewanitaan akibat tidak menjaga kebersihan adalah berkembangnya bakteri dan jamur pada daerah kewanitaan sehingga menyebabkan gatal-gatal, berbau tidak enak, keputihan, iritasi/luka pada portio (mulut Rahim), hingga hal yang membahayakan yaitu kanker vagina, kanker saluran vagina, kanker Rahim, kanker indung telur hingga penyakit menular seksual (Handayani, 2011).

c. Cara membersihkan alat kelamin disaat menstruasi

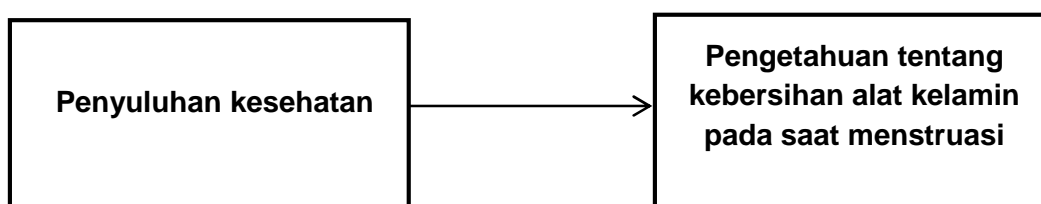
Menurut (Kinasih, 2012) cara membersihkan alat kelamin disaat menstruasi adalah sebagai berikut :

- a. Biasakan mencuci tangan sebelum menyentuh vagina.
- b. Membasuh vagina dari arah depan (vagina) ke belakang (anus) secara hati-hati dan berulang-ulang dengan menggunakan air bersih). Jika alergi dengan sabun, bisa cukup dengan gunakan air hangat.
- c. Membersihkan bekas keringat dengan tisu atau handuk agar tidak lembab.
- d. Mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah mengganti pembalut.
- e. Kompres alat kelamin dengan es jika timbul rasa gatal dan segera mengganti pembalut.

- f. Menggunakan pembalut yang bersih dan berbahan yang lembut, menyerap dengan baik serta tidak membuat alergi dengan baik pada celana dalam.
- g. Mengganti pembalut sesering mungkin sekitar 4-5 kali dalam sehari untuk menghindari pertumbuhan bakteri yang berkembang biak pada pembalut serta menghindari bakteri masuk ke vagina
- h. Memilih celana dalam dari bahan alami (katun) dan tidak ketat. sehingga dapat menyerap keringat.
- i. Mengganti celana dalam 2 kali/lebih dalam sehari untuk menjaga kelembaban yang berlebihan
- j. Cukur Rambut Kemaluan Secara Rutin/Berkala. Bagi yang memiliki rambut kemaluan panjang sebaiknya melakukan pangkas rambut kemaluan untuk menjaga tetap pendek agar tidak banyak ditumbuhi bakteri
- k. Tidak membersihkan bagian liang senggama dengan bahan kimiawi karena akan merusak keasaman vagina
- l. Bila ada kelainan misalnya terlalu banyak darah keluar dan tidak teratur, periksakanlah ke Dokter.

B. Kerangka Konsep

Kerangka konsep dari penelitian ini adalah :



Gambar 2.1 Kerangka Konsep Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Tentang Kebersihan Alat Kelamin Pada Saat Menstruasi di SMA 10 Banjarmasin.

C. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara dari pertanyaan penelitian. Hipotesis berfungsi untuk menentukan kearah pembuktian, artinya hipotesis ini merupakan pernyataan yang harus dibuktikan (Notoatmodjo, 2010).

Ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang kebersihan alat kelamin pada saat menstruasi di SMAN 10 Banjarmasin.