BAB I
PENDAHULUAN

A. *Latar Belakang*

Menstruasi adalah proses keluarnya darah dari rahim yang disebabkan oleh pelepasan lapisan dinding rahim disertai keluarnya endometrium, yang berlangsung setiap bulan sesuai dengan siklus fisiologis normal. Kondisi ini perlu diperhatikan karena remaja perempuan rentan terhadap infeksi organ reproduksi saat menstruasi, yang disebabkan oleh kurangnya perhatian terhadap kebersihan diri terutama selama periode ini (Lestari, Realita & Rosyida, 2024).

Menurut World Health Organization (WHO), insiden infeksi saluran reproduksi (ISR) tertinggi terjadi pada remaja, mencapai 35–42%, sementara pada dewasa muda berkisar di angka 27–33%. Beberapa factor yang memengaruhi antara lain penurunan daya tahan tubuh (20%), kurangnya kebersihan saat menstruasi (30%), serta penggunaan pembalut yang tidak sehat (50%). Akibatnya, hal ini dapat menimbulkan berbagai gangguan kesehatan seperti keputihan yang abnormal, infeksi saluran kemih, serta penyakit radang panggul hingga meningkatkan risiko kanker serviks (Ani & Putri, 2025).

Data menunjukkan bahwa sekitar 5,2 juta remaja perempuan di Indonesia sering mengalami keluhan setelah menstruasi akibat kurangnya menjaga kebersihan, seperti pruritus vulvae yang ditandai dengan rasa gatal pada area genital wanita. Berdasarkan statistic di Indonesia, dari total 69,4 juta remaja, sebanyak 63 juta memiliki perilaku hygiene yang sangat buruk, di mana mereka kurang memperhatikan kesehatan organ reproduksi saat menstruasi (Lestari, Realita & Rosyida, 2024).

Kebersihan pribadi adalah upaya dalam menjaga kesehatan fisik dan psikologis. Dala konteks menstruasi, praktik kebersihan yang benar meliputi membersihkan area genital dari arah depan ke belakang, menggunakan air bersih, menghindari sabun kimia, mengganti pembalut setiap 3–4 jam, serta memaka pakaian dalam yang dapat menyerap keringat. Jika praktik kebersihan tidak dilakukan dengan baik, risikonya akan meningkat, terutama infeksi saluran kemih pada remaja. Oleh karena itu, pengetahuan yang memadai sangat

diperlukan untuk membentuk perilaku higiene yang baik. Dengan kemajuan teknologi saat ini, peningkatan pengetahuan dapat didukung melalui aplikasi digital, seperti aplikasi Flo (Hanum, Rochmah & Nabila, 2021).

Aplikasi Flo adalah alat yang membantu wanita memprediksi dengan tepat kapan menstruasi akan tiba, serta memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi, kebersihan pribadi, siklus, dan ovulasi, serta mengenali gejala-gejala tertentu. Di sisi lain, perkembangan teknologi juga menghadirkan media edukasi digital seperti aplikasi Flo menyajikan informasi mengenai siklus menstruasi, kesehatan reproduksi, dan panduan tentang kebersihan diri. Namun, pemanfaatan aplikasi ini masih minim di kalangan remaja, sehingga mereka masih menghadapi masalahk esehatan reproduksi selama menstruasi (Ningrum Nyna Puspita, 2020).

Berdasarkan penelitian sebelumnya, terdapat banyak siswa yang tidak menjaga kebersihan pribadi dengan baik. Dari 30 siswa perempuan yang telah mengalami menstruasi, ditemukan bahwa 88% atau 26 siswa menunjukkan perilaku higiene yang kurang baik (Sinaga, Simamora, Nirwana and Hutabarat, 2024).

Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa 95,7% responden memiliki pengetahuan yang kurang baik tentang hygiene pribadi selama menstruasi dan 68,5% di antaranya menunjukkan perilaku higiene pribadi yang buruk. Oleh karena itu, disarankan agar pihak sekolah memberikan edukasi tentang hygiene pribadi saat menstruasi dan menyediakan fasilitas kebersihan yang memadai (Ningrum Nyna Puspita, 2020).

Meskipun data dari WHO dan survei nasional menunjukkan bahwa angka infeksi saluran reproduksi di kalangan remaja cukup tinggi, praktik kebersihan saat menstruasi antara remaja perempuan masih dianggap rendah. Pene litian sebelumnya bahwa banyak remaja memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai kebersihan pribadi, yang berdampak pada munculnya perilaku yang tidak sesuai dengan standar kesehatan. Hal ini menunjukkan adanya jurang antara kebutuhan pengetahuan tentang kebersihan menstruasi dan perilaku yang sebenarnya dilakukan oleh remaja.

Berdasarkan fenomena yang sering dijumpai pada remaja putri, masih terdapat keterbatasan pengetahuan dan sikap terkait kebersihan menstruasi yang

berpotensi menimbulkan berbagai masalah kesehatan, seperti peningkatan keputihan, infeksi saluran kemih, serta gangguan pada organ reproduksi. Kondisi ini juga bisa terjadi pada remaja putri di SMK Swasta Lidah Tanah Serdang Bedagai. Namun, hingga saat ini belum terdapat penelitian yang secara khusus mengkaji tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri mengenai kebersihan menstruasi di sekolah tersebut. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian guna mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri tentang kebersihan menstruasi sebagai dasar dalam upaya peningkatan kesehatan reproduksi remaja.

Berdasarkan latar belakang yang di paparkan, peneliti ingin menyelidiki bagaimana aplikasi Flo dapat membantu meningkatkan pengetahuan tentang kebersihan menstruasi di kalangan remaja di SMK swasta Serdang Bedagai.

B. *Rumusan Masalah*

Berdasarkan latar belakang di atas maka yang menjadi rumusan masalah Adalah bagaimana Pengaruh Pemanfaatan Aplikasi Flo Terhadap Peningkatan Pengetahuan Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja di SMK Swasta Serdang Bedagai?

C. *Tujuan Penelitian*

1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis Pengaruh pemanfaatan aplikasi Flo terhadap peningkatan pengetahuan hygiene saat menstruasi pada remaja di SMK swasta serdang bedagai.

2. Tujuan Khusus

a. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan mengenai personal hygiene saat menstruasi sebelum dan sesudah menggunakan aplikasi Flo pada remaja putri di SMK Swasta Lidah Tanah Serdang Bedagai.
b. Menganalisis perbedaan pengetahuan tentang personal hygine saat menstruasi sebelum dan sesudah menggunakan aplikasi Flo pada remaja putri di SMK Swasta Mustafa Lidah Tanah Serdang Bedagai.

D. *Ruang Lingkup*

Ruang Lingkup ini berkaitan dengan topik kesehatan reproduksi dan pertumbuhan serta perkembangan remaja serta kebersihan reoroduksi remaja dengan menggunakan aplikasi Flo di SMK Swasta Mustafa Serdang Bedagai.

E. *Manfaat Penelitian*

1. Manfaat Teori

Hasil penelitiann diharapkan memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu kesehatan reproduksi, khususnya terkait hubungan antara tingkat pengetahuan dan praktik personal hygiene saat menstruasi dengan risiko Infeksi Saluran Reproduksi pada remaja putri. Temuan penelitian juga diharapkan dapat memperkaya literatur mengenai pemanfaatan aplikasi kesehatan digital, seperti Flo, sebagai media edukasi dan monitoring yang berpotensi meningkatkan perilaku higiene menstruasi

2. Manfaat Praktis

1. Bagi Instansi Poltekkes

   Hasil Penelitian ini bisa menjadi bahan refrensi di perpustakaan dan bahan bacaan bagi mahasiswa lain yang ada di Poltekkes Kemenkes Medan.

2. Bagi Remaja Putri

   Memberikan pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya personal hygiene saat menstruasi serta membantu meningkatkan perilaku kebersihan.

3. Bagi Pihak Sekolah

   Menjadi dasar untuk merancang program edukasi Kesehatan reproduksi yang lebih terarah, termasuk penyediaan fasilitas sanitasi serta integrasi penggunaan aplikasi kesehatan sebagai media pembelajaran.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Menjadi referensi ilmiah dan data dasar untuk penelitian lanjutan terkait hygiene menstruasi, kesehatan reproduksi remaja, maupun efektivitas penggunaan aplikasi digital kesehatan dalam meningkatkan perilaku hidup bersihan.

5. Bagi Penulis

   Mengembangkan ilmu penulisan tentang karya tulis ilmiah yang baik.

F. *Keaslian Penelitian*

Tabel 1. 1 Keaslian Skripsi

No	Peneliti	Judul	Metode Penelitian	Hasil
1	Maharani.R, Wathan.F.M, Handayani.S. 2023))	Faktor–Faktor yang Berhubungan dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja di SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain observasional analitik melalui pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas VII, VIII, dan IX di SMP PG Bunga Mayang Lampung Utara sebanyak 180 orang, dengan jumlah sampel 124 responden yang dipilih menggunakan teknik systematic random sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner, sedangkan analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan antara variabel pengetahuan, dukungan orang tua.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 124 responden, sebagian besar remaja memiliki tingkat pengetahuan yang kurang mengenai personal hygiene saat menstruasi. Meskipun demikian, mayoritas responden mendapatkan dukungan dari orang tua dan memiliki akses terhadap sumber informasi terkait menstruasi.
2	Cunningham AC, dkk. 2024)	Effectiveness of the Flo App in Improving Health	Randomized Controlled Trial (RCT) tidak tersamar, dua kelompok (intervensi	Penggunaan aplikasi Flo secara signifikan meningkatkan literasi kesehatan

		Literacy, Menstrual Health, General Health, and Well-being in Women: A Pilot Randomized Controlled Trial	dan kontrol), dilakukan secara daring selama 3 bulan pada perempuan usia 18–40 tahun di Amerika Serikat	menstruasi, kesadaran kesehatan menstruasi, kesehatan dan kesejahteraan umum, serta menurunkan beban gejala PMS/PMDD. Selain itu, terjadi penurunan stigma menstruasi dan ketakutan terhadap kehamilan tidak
3	(Hasnani.F, Suryati, Elsye Rahmawaty 2024)	Peningkatan pengetahuan personal hygine menstruasi pada remaja putri usia 10-12 tahun	Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) dengan desain pretest–posttest melalui penyuluhan dan edukasi kesehatan	Sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang tentang personal hygiene menstruasi (60,0%), pengetahuan cukup (23,3%), dan pengetahuan baik (16,7%). Edukasi kesehatan mampu meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai kebersihan
4	(Hanum, Rochmah & Nabila, 2021)	Edukasi kesehatan reproduksi remaja putri tentang personal hygine saat menstruasi	Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif dengan rancangan deskriptif korelasional serta pendekatan potong lintang. Metode kuantitatif dipilih karena tujuan penelitian ini adalah untuk mengukur	HaHasil dari studi ini menunjukkan bahwa terdapa 5 siswi (50%) yang memiliki pengetahuan dalam kategori rendah, sementara hanya 3 siswi (30%) yang masuk alam kategori baik.

			keterkaitan antara variabel-variabel yang bisa dinilai secara numerik, seperti tingkat pengetahuan dan perilaku, dengan menggunakan data yang diperoleh dari para responden.	Namun, setelah diselenggarakannya penyuluhan melalui platform YouTube dan sesi tanya jawab melalui WhatsApp, terjadi perubahan yang menggembirakan, yang terlihat dari berkurangnya jumlah responden yang berada di kategori pengetahuan rendah menjadi hanya 1 siswi (10%) dan meningkatnya jumlah siswi dalam kategori pengetahuan baik menjadi 5 siswi (50%).
5	(Marlina.S, Tanjung.T, 2025)	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA Swasta Singosari Kecamatan Deli Tua Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025	Penelitian kuantitatif dengan desain pre-eksperimental one group pretest–posttest. Sampel sebanyak 87 siswi menggunakan teknik total sampling.	erdapat peningkatan pengetahuan personal hygiene setelah diberikan pendidikan kesehatan. Sebelum intervensi sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup (50,6%), sedangkan setelah intervensi mayoritas memiliki pengetahuan baik (66,7%). Hasil uji Wilcoxon

				menunjukkan nilai p = 0,000 (< 0,05), sehingga pendidikan kesehatan berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan personal hygiene saat menstruasi.