

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Peran Ibu

a. Definisi Ibu

Ibu menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah wanita yang telah melahirkan seseorang, maka anak harus menyayangi ibu, sebutan untuk wanita yang sudah bersuami. Panggilan yang takzim kepada wanita baik yang sudah bersuami maupun yang belum.

Ibu adalah seseorang yang mempunyai banyak peran, peran sebagai istri, sebagai ibu dari anak-anaknya, dan sebagai seseorang yang melahirkan dan merawat anak-anaknya. Ibu juga bisa menjadi benteng bagi keluarganya yang dapat menguatkan setiap anggota keluarganya (Santoso, 2009).

b. Peran Ibu

Peran dan tanggungjawab seorang ibu adalah memelihara dan menjaga kesehatan anggota keluarganya. Hal tersebut terdapat dalam firman Allah SWT yang artinya

“ Kewajiban seorang ibu untuk menyusukan anak – anaknya selama dua tahun dan kewajiban ayah memberi makan dan pakaian kepada para ibu dengan cara yang makruf. Sesungguhnya seseorang tidak dibebani melainkan menurut kadar kesanggupannya “ (QS. Al Baqarah : 233)

Peran ibu adalah tingkah laku yang dilakukan seorang ibu terhadap keluarganya untuk merawat suami dan anak – anaknya (Santoso, 2009). Menurut Effendy (1998), peran ibu didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengasuh, mendidik, dan menentukan nilai kepribadian anaknya. Peran ibu dalam keluarga sangat penting bahkan dapat dikatakan bahwa kesuksesan dan kebahagiaan keluarga sangat ditentukan oleh peran ibu. Bisa dikatakan jika seorang ibu yang baik akan baik pula keluarganya, apabila ibu itu kurang baik akan hancur keluarganya (Karim, 2006). Menurut Hawari (2007), ibu merupakan peran dan posisi yang penting dan pusat bagi tumbuh kembang anaknya, khususnya anak perempuannya apalagi dalam hal menstruasi. Ibu bisa memberikan informasi sederhana ke anak perempuannya yang mengalami menstruasi, misalnya apa itu menstruasi, seberapa sering menstruasi terjadi, berapa lama menstruasi terjadi, seberapa banyak darah yang keluar dan bagaimana cara menggunakan pembalut, pentingnya menjaga kebersihan dan cara menjaga kebersihan vulva saat menstruasi, apa saja yang tidak boleh dilakukan saat menstruasi. Sarwono (2008), peran ibu penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama pada masa remaja awal. Melalui ibu, remaja mengenal berbagai proses seksual yang terjadi pada tubuhnya. Santrock (2011), juga memaparkan bahwa anak perempuan akan memberitahu pertama kalinya kepada

ibunya. Peran ibu sangat penting dalam pemberitahuan informasi, dalam hal menstruasi ibu adalah sumber pertama informasi pada anaknya (Suryati, 2012). Mengenai perawatan menstruasi orang tua atau ibu dapat memberikan pengetahuan tentang merawat tubuh terutama pada daerah kemaluan (Boeree, 2010).

2. Remaja

a. Definisi Remaja

Masa remaja adalah tahap peralihan antara masa anak – anak dengan masa dewasa. Masa ini menunjukkan masa awal pubertas sampai tercapainya kematangan, biasanya dimulai dari usia 14 tahun untuk pria dan 12 tahun untuk wanita. Masa remaja adalah masa yang didefinisikan sebagai waktu dimana individu mulai bertindak terlepas dari orang tua mereka dan mulai untuk melakukan tanggung jawabnya sendiri. Pertumbuhan dan perkembangan masa remaja sangat pesat baik dari fisik dan psikologis. Perkembangan pesat ini berlangsung pada usia 11-16 tahun pada laki-laki dan 10-15 tahun untuk perempuan (Proverawati & Maisaroh, 2009). Survey Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKKRI) tahun 2007 remaja adalah laki-laki dan perempuan yang belum kawin dengan batasan usia meliputi 15-24 tahun.

Definisi remaja juga dapat ditinjau dari tiga sudut pandang yaitu secara kronologis, fisik, dan psikologis. Secara kronologis,

remaja adalah individu yang berusia antara 11-12 tahun sampai 20-21 tahun. Dari fisiknya, remaja ditandai dengan perubahan penampilan fisik dan fungsi fisiologis terutama pada kelenjar seksualnya. Sedangkan secara psikologis, remaja merupakan masa individu mengalami banyak perubahan dari aspek kognitif, emosi, sosial, dan moralnya (Kusmiran, 2011).

b. Karakteristik Perubahan Fisik Remaja Wanita

Pertumbuhan payudara pada wanita sudah dimulai sejak berusia 3-7 tahun, pertumbuhan rambut sekitar kemaluan pada usia 7-14 tahun dan pertumbuhan ketiak 1-2 tahun setelah tumbuhnya rambut pubis, pertumbuhan badan atau bentuk tubuh antara usia 9,5-14,5 tahun. Wanita mengalami *menarche* atau menstruasi pertama pada usia 10-16,5 tahun (Nirwana, 2011).

c. Perkembangan Fisik Remaja Wanita

Perkembangan seksualitas remaja wanita ditandai dengan dua ciri, yaitu ciri seks primer dan ciri seks sekunder. Ciri seks primer pada remaja wanita adalah dengan terjadinya menstruasi serta kematangan organ-organ seks yang ditandai dengan berkembangnya rahim, vagina, dan ovarium sudah mampu menghasilkan sel telur atau ovum. Ciri seks remaja sekunder remaja wanita antara lain payudara yang bertambah besar dan bulat, tumbuh rambut di ketiak dan disekitar alat kelamin, pinggul

membesar, kulit menjadi lebih halus dan suara yang melengking tinggi (Proverawati & Maisaroh, 2009; Nirwana, 2011).

3. Menstruasi

a. Definisi Menstruasi

Menstruasi merupakan proses alamiah yang terjadi pada perempuan. Menstruasi adalah pelepasan dinding rahim (endometrium) disertai perdarahan yang teratur dan normal setiap bulannya dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah matang. Wanita biasanya mengalami menstruasi pada usia 12-16 tahun. Menstruasi mempunyai siklus normal 22-35 hari dengan lama menstruasi selama 2-7 hari (Kusmiran, 2011; Nirwana, 2011). Setiap bulan wanita melepaskan satu sel telur dari ovariumnya, bila sel telur tersebut tidak dibuahi maka akan terjadi perdarahan yang disebut menstruasi (Proverawati & Maisaroh, 2009). Cunningham (2006) juga menyatakan bahwa menstruasi merupakan pengeluaran darah, mukus, dan debris sel dari mukosa uterus secara berkala sebagai tanda bahwa alat kandungan telah memenuhi faalnya.

b. Siklus Menstruasi

Menurut Kusmiran (2011) siklus menstruasi dibagi menjadi 4 fase yaitu fase menstruasi, fase proliferasi, fase sekresi, dan fase premenstruasi. Fase menstruasi berlangsung 3-7 hari, pada fase ini endometrium atau selaput rahim dilepaskan sehingga terjadi

perdarahan. Hormon ovarium berada pada kadar paling rendah. Fase proliferasi berlangsung 7-9 hari dimulai sejak darah menstruasi berhenti sampai hari ke-14. Fase proliferasi adalah fase terjadinya pertumbuhan dari desidua fungsionalis yang mempersiapkan rahim untuk perekatan janin, endometrium juga tumbuh kembali. Antara hari ke 12-14 dapat terjadi ovulasi atau pelapasan sel telur dari indung telur. Fase sekresi berlangsung 11 hari, fase ini adalah fase sesudah terjadinya ovulasi dan hormon progesteron dikeluarkan dan mempengaruhi pertumbuhan endometrium untuk membuat kondisi rahim siap direkati oleh janin. Fase premenstruasi berlangsung selama 3 hari, terjadi infiltrasi sel-sel darah putih, bisa sel bulat. Stroma mengalami disintegrasi dengan hilangnya cairan dan sekret sehingga akan terjadi kolaps dari kelenjar dan arteri. Terjadi vasokonstriksi kemudian pembuluh darah berelaksasi dan pecah.

4. Perilaku Higiene Menstruasi

a. Perilaku Higiene

Higiene adalah ilmu yang berhubungan dengan kesehatan (Potter & Perry, 2006). Sedangkan menurut WHO (2013) higiene merupakan kondisi dan praktik untuk mempertahankan kesehatan, mencegah terjadinya penyebaran penyakit, meningkatkan kepercayaan diri dan menciptakan keindahan.

b. Perilaku Higiene Menstruasi

Kesehatan organ reproduksi penting untuk dijaga agar fertilitas tetap terjaga sehingga mampu menghasilkan keturunan. Saat menstruasi tubuh cenderung memproduksi lebih banyak keringat, minyak, dan cairan tubuh lainnya. Sehingga seseorang wanita harus tetap menjaga kebersihan dirinya terutama menjaga organ reproduksi wanita yaitu kesehatan vagina (Kusmiran, 2012).

Dalam Al Qur'an surat Al Baqarah ayat 222 juga sudah dijelaskan akan pentingnya menjaga kebersihan saat menstruasi, yang artinya :

“ Mereka bertanya kepadamu tentang haid. Katakanlah : “ haid itu adalah suatu kotoran ”. Oleh sebab itu hendaklah kamu menjauhkan diri dari wanita di waktu haid, dan janganlah kamu mendekati mereka, sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, maka campurilah mereka itu di tempat yang diperintahkan Allah kepadamu. Sesungguhnya Allah menyukai orang – orang yang bertaubat dan orang – orang yang membersihkan diri.”

Kebersihan dan kesehatan organ reproduksi penting untuk dijaga agar fertilitas tetap terjaga sehingga mampu menghasilkan keturunan karena saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terinfeksi kuman dan dapat menimbulkan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) yang berdampak buruk seperti kemandulan dan konsekuensinya adalah menurunnya kualitas hidup individu tersebut (Depkes, 2007).

Hal hal yang perlu diperhatikan dalam kebersihan saat menstruasi antara lain :

a. Kebersihan kelamin

Kebersihan kelamin sangat penting pada wanita ketika menstruasi. Pada saat menstruasi dapat mempermudah pertumbuhan bakteri karena banyaknya keringat yang keluar, oleh sebab itu sangat perlu diperhatikan kebersihan vagina dan sekitarnya dengan membersihkannya dengan air bersih diantara vulva (bibir vagina) setiap buang air kecil, buang air besar, dan ketika darah menstruasi penuh. Pertumbuhan rambut yang berlebihan dan kelembaban daerah vagina juga harus diperhatikan. Cukur rambut pubis ketika sudah tidak teratur dan selalu jaga kebersihannya. Membersihkan bekas keringat yang ada disekitar alat kelamin secara teratur dengan air bersih dan lebih baik dengan air hangat, dan sabun lembut dengan kadar soda atau ph yang rendah setelah buang air besar dan buang air kecil. Cara membersihkan alat kelamin wanita yang benar adalah dari arah depan atau dari arah vagina ke arah belakang menuju anus, bukan sebaliknya dari belakang ke depan karena dapat menyebabkan bakteri yang terdapat pada anus bisa terbawa ke vagina yang dapat menyebabkan infeksi. Setelah dibasuh vagina dikeringkan menggunakan handuk kering atau tisu supaya vagina tetap terjaga kelembabannya. (Kissanti, 2008; Lawan, Yusuf, Musa, 2010).

b. Kebersihan pakaian dalam

Pemakain pakaian dalam yang terlalu ketat dan menggunakan bahan yang kasar saat menstruasi dapat mengakibatkan iritasi pada kulit sekitar vagina yang dapat menimbulkan pertumbuhan bakteri. Untuk mengurangi kelembaban pada vagina sebaiknya menggunakan pakaian dalam yang berbahan katun dan menggantinya paling tidak sehari 2 kali pada saat mandi, terutama pada wanita yang aktif dan mudah berkeringat. Hindari pakaian dalam yang ketat atau celana jeans karena kulit akan sulit bernafas yang menyebabkan mudah berkeringat, lembab, dan dapat menjadi tempat berkembang biak jamur (Kissanti, 2008).

c. Kebersihan pakaian

Kebersihan diri sangat diperlukan terutama dalam penggunaan pakaian sehari - hari. Penggunaan pakaian dan handuk yang bersih dapat mengurangi resiko tumbuhnya bakteri yang dapat mengiritasi kulit dan untuk lebih aman jangan menggunakan handuk milik orang lain. Pakaian yang akan digunakan sebaiknya pakaian yang kering dan handuk setelah dipakai dijemur kembali agar tidak terjadi pertumbuhan bakteri. Ganti handuk sesering mungkin atau jika handuk sudah terlihat kotor (Kissanti, 2008).

d. Penggunaan pembalut

Penggunaan pembalut yang terlalu lama pada saat menstruasi juga dapat mempercepat pertumbuhan bakteri. Ganti pembalut 4-5 kali dalam sehari terutama ketika darah menstruasi sangat deras dengan membersihkan vagina terlebih dahulu sebelum mengganti pembalut untuk menghindari pertumbuhan bakteri yang berkembang biak pada pembalut tersebut dan menghindari masuknya bakteri ke dalam vagina. Penggunaan pembalut yang berbahan lembut dan menyerap dengan baik akan membuat nyaman dan mengurangi lecet di daerah vagina. Sbaiknya dalam pemilihan pembalut adalah dengan menggunakan pembalut yang siap pakai bukan pembalut dari kain, karena dikhawatirkan jika menggunakan pembalut dari kain kurang terjaga kebersihannya. (Kissanti, 2008; Ali, 2007).

Menurut Laksana (2002), ada beberapa langkah untuk melakukan personal hygiene pada daerah kewanitaan, yang pertama adalah mencuci bagian luar alat kelamin setelah buang air besar dan buang air kecil. Kemudian membersihkan alat kelamin dengan menggunakan air bersih. Mengganti pakaian dalam dua kali dalam sehari dan memilih pakaian dalam yang berbahan katun supaya penyerapan keringat lebih mudah dan

tetap terjaga kelembabannya. Memperhatikan penggantian pembalut secara teratur yaitu 3-4 kali dalam sehari atau setiap 6 jam sekali. Terakhir adalah tetap menjaga kebersihan daerah organ wanita dengan membiasakan diri mencukur rambut di sekitar kemaluan untuk menghindari tumbuhnya bakteri yang dapat berefek buruk.

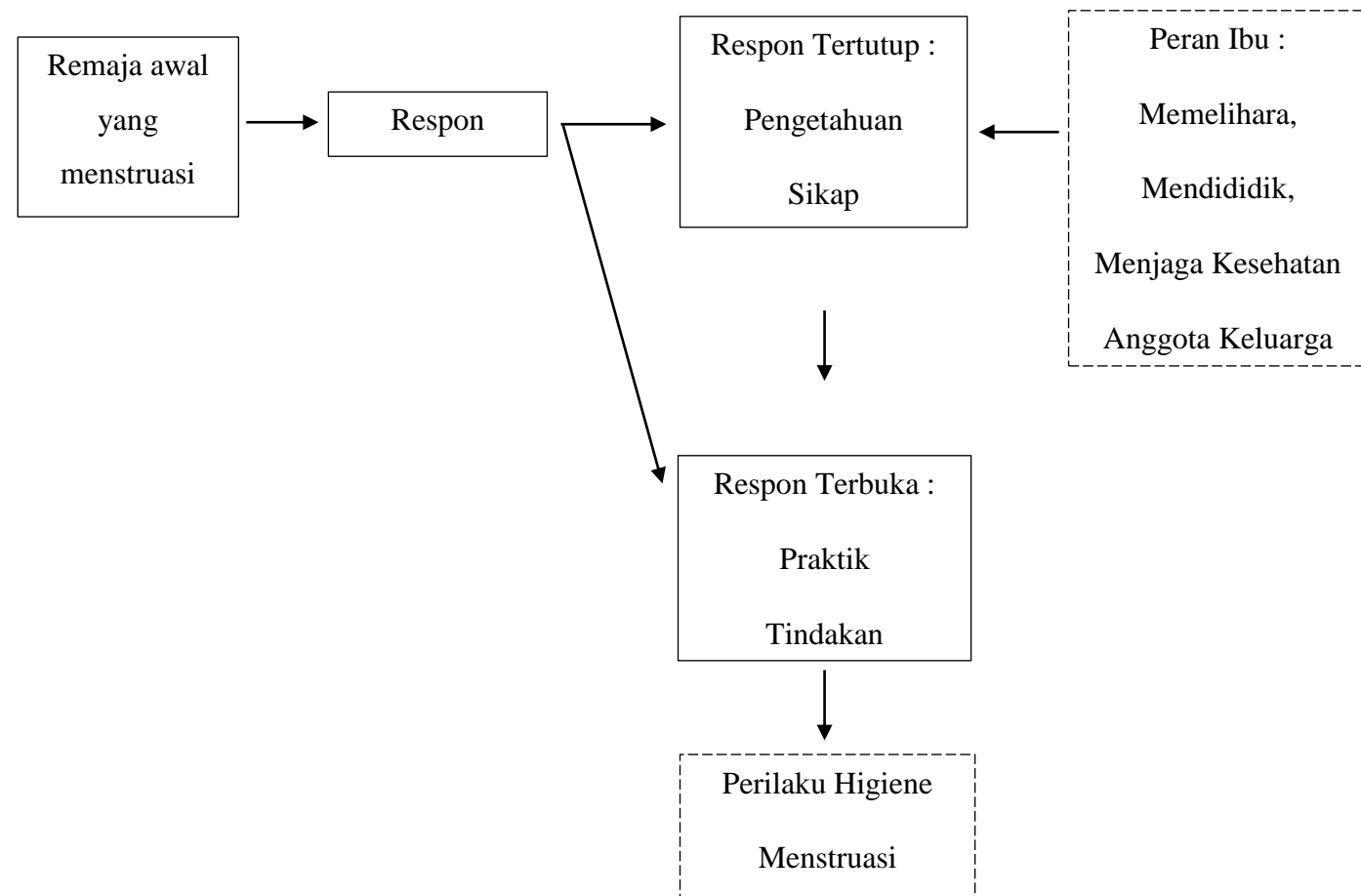
c. Akibat jika Alat Reproduksi tidak Terjaga Kebersihannya

Hal yang dapat terjadi ketika tidak menjaga kebersihan saat menstruasi adalah alat reproduksi dapat terkena sejenis jamur atau kutu yang dapat menyebabkan rasa gatal dan membuat tidak nyaman (Kusmiran, 2011). Penggunaan air terutama dari kamar kecil atau toilet umum yang kemungkinan dapat tercemar berbagai jenis bibit penyakit baik dikakusnya, bak air, atau gayung yang dapat menimbulkan resiko tertular bibit penyakit khususnya yang dapat menimbulkan infeksi kemaluan seperti keputihan. Keputihan disebabkan oleh jamur *candida albicans* dan parasit *trichomonas vaginalis* yang gejalanya berupa keluarnya lendir berwarna susu, kuning atau hijau yang menyebabkan rasa gatal (Depkes, 2007).

Keputihan yang berlangsung lama dapat menimbulkan kanker rahim dan biasanya ditandai dengan banyaknya cairan yang keluar disertai bau tidak sedap dan juga perdarahan yang keluar dari vagina (Hermawati, 2008). Penggunaan sabun antiseptik yang keras atau cairan pewangi untuk menghilangkan bau di daerah

kewanitaan yang ph nya beda dengan alat kelamin dapat merusak keseimbangan organisme dan cairan vagina sehingga memungkinkan terjadinya infeksi.

B. Kerangka Konsep



Keterangan :

----- : variabel yang diteliti

C. Hipotesis

Ada hubungan peran ibu dengan perilaku higiene remaja awal yang mengalami menstruasi.