

BAB II

TINJAUAN TEORI

2.1 Konsep Teori

2.1.1 Pendidikan Kesehatan

a. Definisi Pendidikan Kesehatan

Pengertian edukasi adalah proses pengajaran yang dilakukan baik secara formal maupun non formal kepada seseorang atau lebih dari satu orang baik secara bersamaan ataupun secara individu. Edukasi adalah hal yang sangat penting bagi bangsa dan kata edukasi ini sangat familiar dimasyarakat luas.

Edukasi ini bertujuan untuk mengembangkan kepribadian, kecerdasan, dan mendidik peserta untuk memiliki akhlak mulia, mampu mengendalikan diri dan memiliki ketrampilan. Edukasi lebih dikenal dan diucapkan dengan kata pendidikan. Edukasi ini dimulai dari anak masih bayi dan akan berlangsung seumur hidupnya. Edukasi atau pendidikan adalah usaha sadar untuk menyiapkan peserta didik melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, dan/atau latihan bagi perannya dimasa yang akan datang (UU RI No 2 Th 1989).

Pendidikan atau edukasi adalah upaya agar individu, kelompok, dan masyarakat berperilaku atau mengadopsi perilaku kesehatan dengan cara persuasi, bujukan, himbauan, ajakan, memberi informasi, memberikan

kesadaran, dan sebagainya melalui kegiatan yang disebut pendidikan atau penyuluhan kesehatan (Notoatmojo, 2012).

Menurut Wood, seperti yang dikutip Effendy (2000), menyebutkan bahwa pendidikan kesehatan adalah sejumlah pengalaman yang berpengaruh secara menguntungkan terhadap kebiasaan, pengetahuan, dan sikap yang ada hubungannya dengan kesehatan perorangan, masyarakat, dan bangsa. Kesemuanya ini dipersiapkan supaya perilaku yang akan meningkatna atau memelihara kesehatan dapat diterima dengan mudah.

Dalam pengertian yang lain menurut Steward yang dikutip Effendy (1998) bahwa pendidikan kesehatan adalah unsur program kesehatan yang mengandung rencana untuk mengubah perilaku perorangan dan masyarakat bangsa. Kesemuanya ini dipersiapkan supaya perilaku yang akan meningkatkan atau memelihara kesehatan dapat diterima dengan mudah.

Dalam pengertian yang lain menurut Steward yang dikutip Effendy (1998) bahwa pendidikan adalah unsur program kesehatan yang mengandung rencana untuk merubah perilaku perorangan dan masyarakat dengan tujuan untuk membantu tercapainya program pengobatan, rehabilitas, pencegahan, penyakit, dan peningkatan kesehatan.

b. Tujuan Pendidikan Kesehatan

Tujuan utama pendidikan kesehatan adalah agar orang mampu :

- 1) Menetapkan masalah dan kebutuhan mereka sendiri.

- 2) Memahami apa yang dapat mereka lakukan terhadap masalahnya dengan sumber daya yang ada pada mereka ditambah dengan dukungan dari luar.
- 3) Memutuskan kegiatan yang paling tepat guna untuk meningkatkan taraf hidup sehat dan kesejahteraan masyarakat (Mubarak, 2012).

c. Sasaran Pendidikan Kesehatan

Sasaran pendidikan kesehatan di Indonesia berdasarkan pada program pembangunan Indonesia adalah :

- 1) Masyarakat umum.
- 2) Masyarakat dalam kelompok tertentu seperti wanita, pemuda remaja. termasuk dalam kelompok khusus adalah lembaga pendidikan mulai dari TK sampai perguruan tinggi, sekolah agama baik negeri maupun swasta.
- 3) Sasaran individu dengan teknik pendidikan kesehatan individual (Fitriani, 2010).

d. Media Pendidikan Kesehatan

- 1) Definisi

Media adalah suatu alat yang digunakan oleh pendidik/penyuluh dalam menyampaikan pengajaran. Media pendidikan kesehatan disebut juga sebagai alat peraga karena berfungsi membantu memeragakan sesuatu dalam proses pendidikan atau pengajaran. Prinsip pembuatan alat peraga atau media bahwa pengetahuan yang ada pada setiap orang diterima atau

ditangkap melalui pancaindra. Pancaindra yang paling sering dan banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata. Kurang lebih 75% sampai 87% dari pengetahuan manusia diperoleh/disalurkan melalui mata, sedangkan 13% sampai 25% lainnya tersalur melalui indera yang lain Fitriani,S. (2011).

- 2) Manfaat alat bantu penyuluhan menurut Fitriani,S (2011)
 - a) Menimbulkan minat sasaran penyuluhan.
 - b) Mencapai sasaran yang lebih banyak.
 - c) Membantu mengatasi hambatan bahasa.
 - d) Merangsang sasaran pendidikan untuk melaksanakan pesan-pesan kesehatan.
 - e) Membantu sasaran pendidikan untuk belajar lebih banyak dan cepat.
 - f) Merangsang sasaran pendidikan untuk meneruskan pesan-pesan yang diterima kepada orang lain.
 - g) Mempermudah penyampaian bahan pendidikan/informasi oleh para pendidik/pelaku pendidikan.
 - h) Mempermudah penerimaan informasi oleh sasaran pendidikan.
 - i) Mendorong keinginan orang untuk mengetahui kemudian lebih mendalami dan akhirnya memberikan pengertian yang lebih baik.
 - j) Membantu menegakkan pengertian yang diperoleh.
- 3) Macam alat bantu penyuluhan
 - a) Berdasarkan stimulasi indra

(1) Alat bantu lihat (*Visual aids*)

Berguna dalam membantu menstimulasi indera mata (penglihatan) pada waktu terjadinya proses penyuluhan. Bentuknya alat yang diproyeksikan (film) dan alat yang tidak diproyeksikan (gambar, peta, bola dunia, boneka).

(2) Alat bantu dengar (*Audio aids*)

Alat yang membantu untuk menstimulasi indera pendengar pada waktu proses penyampaian bahan penyuluhan. Misalnya : radio, piringan hitam, pita suara, dan lain sebagainya.

(3) Alat bantu lihat dengar (*Audio visual aids*)

Alat bantu pendidikan ini lebih dikenal dengan Audio Visual Aids (AVA) atau media yang dapat dilihat dan didengar.

b) Berdasarkan pembuatannya dan penggunaannya

(1) Alat peraga atau media yang rumit seperti film, film trip, slide dan sebagainya yang memerlukan listrik dan proyektor.

(2) Alat peraga sederhana yang mudah dibuat sendiri dengan bahan-bahan setempat.

c) Berdasarkan fungsinya sebagai penyalur media kesehatan

(1) Media Cetak

(a) *Leaflet*

Merupakan bentuk penyampaian informasi kesehatan melalui lembaran yang dilipat. Keuntungan menggunakan media ini adalah :

1. Sasaran dapat menyesuaikan dan belajar mandiri serta praktis karena mengurangi kebutuhan mencatat.
2. Sasaran dapat melihat isinya disaat santai dan sangat ekonomis.
3. Mudah dibuat, diperbanyak, diperbaiki serta mudah disesuaikan dengan kelompok sasaran.
4. Dapat memberikan informasi yang detail yang mana tidak diberikan secara lisan.

Sementara itu, beberapa kelemahan dari *leaflet* yaitu :

1. Tidak tahan lama dan mudah hilang.
2. Leaflet akan menjadi percuma jika sasaran tidak diikutsertakan secara aktif.
3. Perlu proses pengadaan yang baik.

(b) *Booklet*

Booklet adalah suatu media untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk tulisan dan gambar.

Booklet memiliki keunggulan sebagai berikut :

1. Dapat dipelajari setiap saat karena desain berbentuk buku.

2. Memuat informasi relatif banyak dibandingkan dengan poster.

(c) *Flyer* (Selebaran)

(d) *Flip Chart* (Lembar Balik)

Media penyampaian pesan atau informasi kesehatan dalam bentuk buku dimana tiap lembar berisi gambar peragaan dan lembaranbaliknya berisi kalimat sebagai pesan kesehatan yang berkaitan dengan gambar.

Keunggulan menggunakan media ini adalah :

1. Mudah dibawa.
2. Dapat dilipat atau digulung.
3. Murah dan efisien.
4. Tidak memerlukan peralatan yang rumit.

Sedangkan kelemahannya yaitu :

1. Terlalu kecil untuk sasaran yang berjumlah relatif besar.
2. Mudah robek dan tercabik.

(2) Media Elektronik

(a) Video dan film strip

Keunggulan penyuluhan dengan media ini adalah dapat memberikan realita yang mungkin sulit direkam kembali oleh mata dan pikiran sasaran, dapat memicu diskusi

mengenai sikap dan perilaku, mudah digunakan dan tidak memerlukan ruangan yang gelap.

Kelemahan media ini adalah memerlukan sambungan listrik, peralatannya beresiko untuk rusak, perlu adanya kesesuaian antara kaset dengan alat pemutar serta membutuhkan banyak biaya.

(b) Slide

Keunggulan media ini adalah dapat memberikan berbagai realita walaupun terbatas, cocok untuk sasaran yang jumlahnya besar, pembuatannya relatif murah dan peralatannya cukup ringkas dan mudah digunakan.

Sedangkan kelemahannya memerlukan sambungan listrik, peralatannya beresiko mudah rusak dan memerlukan ruangan sedikit lebih gelap (Fitriani, 2010).

2.1.2 Komik

a. Pengertian

Komik merupakan media visual berbentuk dua dimensi. Scott McCloud (2008) dalam Skripsi Sariyatul Iyana (2016) menyatakan bahwa komik adalah wadah yang dapat menampung berbagai macam gagasan dan gambar. Komik sesungguhnya lebih dari sekedar cerita bergambar yang ringan dan menghibur.

Menurut Waluyanto (2005) dalam Skripsi Sariyatul Iyana (2016) komik sebagai media pembelajaran atau komik edukasi merupakan alat yang berfungsi untuk menyampaikan pesan pembelajaran. Dalam konteks ini, pembelajaran menunjukk pada sebuah proses komunikasi antara pelajar (siswa) dan sumber belajar (dalam hal ini komik pembelajaran). Komunikasi belajar akan berjalan dengan maksimal jika pesan pembelajaran disampaikan secara jelas, runtut dan menarik. Komik merupakan jenis media visual yang berbentuk bahan cetak. Kelebihan media bahan cetak adalah dapat menyajikan pesan atau informasi dalam jumlah yang banyak, serta dapat dipelajari oleh siswa sesuai dengan kebutuhan, minat, dan kecepatan masing-masing (Dian Indriyani,2011).

Kini aktivitas belajar siswa menentukan prestasi belajar siswa. Untuk membuat siswa lebih aktif, kreatif dan inovatif dalam proses pembelajaran memerlukan kreativitas guru. Sampai saat ini komik telah berfungsi sebagai media hiburan yang dapat disejajarkan dengan berbagai jenis hiburan lainnya seperti film, TV, dan bioskop. Komik adalah juga media komunikasi visual dan lebih daripada sekedar cerita bergambar yang ringan dan menghibur. Sebagai media komunikasi Komik merupakan alat bantu lihat (*visual aids*) yang dapat digunakan dalam proses pendidikan.

Menurut Notoadmojo (2003) menyatakan bahwa menurut berbagai penelitian ahli , indera yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata. Pengetahuan manusia yang diperoleh melalui mata

kurang lebih 75-87% sedangkan 13-25% lainnya diperoleh melalui indera lainnya. Selanjutnya menurut Johana (2007) menyatakan bahwa komik sangat efektif digunakan dalam pembelajaran, dengan hasil penelitian 96,2% siswa menilai bahwa komik mudah dipelajari, karena kata-katanya mudah dimengerti, gambarnya menarik serta isinya dapat menambah pengetahuan tentang materi.

b. Manfaat Komik sebagai Media Pembelajaran

Menurut Angkowo dan Kosasih (2007:22) kelebihan komik ini adalah:

- 1) Menggunakan bahasa sehari-hari, sehingga siswa dapat dengan cepat memahami isi dari komik
- 2) Menggunakan gambar-gambar yang dapat memperjelas kata-kata dari cerita pada komik
- 3) Menggunakan warna yang menarik dan terang sehingga siswa akan lebih termotivasi untuk membaca komik
- 4) Cerita pada komik sangat erat dengan kejadian yang dialami siswa sehari-hari, sehingga mereka akan lebih paham dengan permasalahan yang mereka alami.

c. Jenis Cerita Komik

Pembagian komik berdasarkan jenis cerita terdiri dari 4 macam yaitu :

- 1) Komik edukasi

- 2) Keragaman gambar dan cerita pada komik menjadikannya sebagai alat bantu atau media untuk menyampaikan pesan yang beragam. Salah satunya kepada masyarakat awam
- 3) Komik promosi
- 4) Visualisasi komik promosi ini biasanya menggunakan figur superhero atau tokoh yang merupakan manifestasi citra produk yang dipromosikan
- 5) Komik wayang Komik yang mengisahkan cerita wayang.
- 6) Komik silat
- 7) Komik silat sangatlah populer karena tema-tema silat yang didominasi oleh adegan laga atau pertandingan sampai saat ini masih menjadi idola

d. Langkah-Langkah Membuat Komik

Adapun langkah-langkah membuat komik adalah sebagai berikut:

- 1) Menuliskan ide cerita, narasi, dan dialog.
- 2) Buat sketsa kasar alur cerita visual.
- 3) Pembuatan desain karakter yang dibutuhkan.
- 4) Dari sketsa kasar, jadikan sebuah sketsa rapi, berserat susunan panel yang digunakan, yang biasa disebut sebagai “name”.
- 5) Dari name, buat komik jadi yang kemudian dilakukan finishing.
- 6) Saat komik sudah selesai, buat hal-hal lain yang dibutuhkan untuk menjadikan komik lebih menarik, seperti halnya cover depan belakang, jika perlu berikan rincian karakter, namun rincian karakter sangat

disayangkan jika dicantumkan, biarkan para pembaca mengetahui sifat dari tiap-tiap karakter melalui cerita yang diangkat.

7) Setelah itu komik siap publish ataupun cetak.

2.1.3 Pengetahuan

a. Pengertian

Pengetahuan merupakan hasil dari “tahu”, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yakni melalui indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Selain itu, pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbetuknya tindakan seseorang (*overt behaviour*) terbukti dari pengalaman dan penelitian bahwa perilaku didasari pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari pengetahuan (Notoatmodjo, 2015).

Dalam taksonomi Bloom struktur hierarki mengidentifikasi *skills* mulai dari tingkat yang rendah hingga yang tinggi. Untuk mencapai tujuan tersebut Bloom membagi pengetahuan menjadi tiga ranah/domain kemampuan intelektual yaitu ranah kognitif, ranah afektif, dan ranah psikomotor (Anderson,2014)

Menurut Fitriani (2011) pengetahuan merupakan hasil dari tahu akibat proses pengindraan terhadap subjek tertentu, yang berasal dari pendengaran dan penglihatan. Notoatmodjo (2015) mengungkapkan pendapat Rogers

bahwa sebelum orang mengadopsi perilaku baru, di dalam diri orang tersebut terjadi proses yang berurutan, yakni :

- 1) *Awareness* (kesadaran). dimana orang tersebut menyadari atau mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus (objek).
- 2) *Interest* (merasa tertarik) terhadap stimulus atau objek tersebut. Di sini sikap subjek sudah mulai terbentuk.
- 3) *Evaluation* (menimbang-nimbang) terhadap baik atau tidaknya stimulus.
- 4) *Trial*, dimana subjek mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang dikehendaki oleh stimulus.
- 5) *Adoption*, dimana subjek telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikapnya terhadap stimulus.

b. Tingkat pengetahuan

Menurut Bloom (Notoatmodjo, 2015), tingkatan pengetahuan di dalam domain-domain kognitif ada 6 tingkatan, yaitu :

- 1) Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat sesuatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Pada tingkat ini adalah *recall* (mengingat kembali) terhadap sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang diterima. Oleh sebab itu tahu ini tingkatan ini adalah tingkatan yang paling rendah.

- 2) Memahami (*comprehension*)

Memahami diartikan sebagai kemampuan menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi menyebutkan contoh, dan lain-lain.

3) Aplikasi (*aplication*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi *real* (sebenarnya).

4) Analisis (*analysis*)

Analisis adalah kemampuan menjabarkan materi atau suatu ke dalam komponen bagian yang sudah dimengerti, kemampuan ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.

5) Sintesis (*synthesis*)

Sintesis adalah suatu kemampuan untuk formulasi-formulasi yang ada. Misalnya dapat menyusun, menyelesaikan suatu teori.

6) Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penelitian terhadap suatu materi atau objek. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara/angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden.

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Faktor yang mempengaruhi pengetahuan menurut Azwar (2014) adalah sebagai berikut:

1) Faktor Internal

Faktor Internal meliputi :

a) Umur

Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan masyarakat, seseorang yang lebih dewasa akan lebih dipercaya dari orang-orang yang belum tinggi kedewasaannya. Menurut Notoadmodjo (2015) umur seseorang yang bertambah dapat membuat perubahan aspek fisik dan psikologis dan kejiwaan. Dalam aspek psikologis taraf berfikir seseorang semakin matang dan dewasa. Sedangkan menurut Depkes RI (2014) kategori usia dewasa adalah dewasa awal 26-35 tahun dan dewasa akhir umur 36-45 tahun.

b) Pendidikan

Pendidikan adalah aktivitas dan usaha manusia untuk meningkatkan kepribadian dengan jalan potensi-potensi pribadinya, yaitu rohani (pikir, karsa, cipta, dan hati nurani). Makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut menerima informasi. Menurut Notoatmodjo (2015) semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah dalam menerima informasi tentang

objek atau yang berkaitan dengan pengetahuan. Pengetahuan umumnya dapat diperoleh dari informasi yang disampaikan oleh orang tua, guru, dan media masa. Pendidikan tinggi yakni perguruan tinggi khususnya sangat erat kaitannya dengan pengetahuan, pendidikan merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang sangat diperlukan untuk pengembangan diri. Jadi, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang akan semakin mudah dalam menerima serta mengembangkan pengetahuan dan teknologi.

c) Pekerjaan

Pekerjaan adalah sesuatu yang dilakukan untuk mencari nafkah, adanya pekerjaan memerlukan waktu dan tenaga untuk menyelesaikan berbagai jenis pekerjaan masing-masing dianggap penting dan memerlukan perhatian. Masyarakat yang sibuk hanya memiliki sedikit waktu untuk memperoleh informasi, misalnya seorang ibu rumah tangga akan memiliki pengetahuan lebih banyak tentang cara merawat rumah, mengurus anak dan sebagainya.

Pekerjaan seseorang sangat berpengaruh terhadap proses mengakses informasi yang dibutuhkan terhadap suatu objek. Pekerjaan yang dimiliki sesuai dengan profesinya akan semakin mudah dalam informasi yang telah diterima sebelumnya sehingga mudah dalam mengembangkan pengetahuan yang telah

dimilikinya tersebut. Lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang mendapatkan pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung yakni dari teman kerja atau secara tidak langsung misalnya dari informasi media masa yang ada di tempat kerja tersebut (Notoatmodjo, 2015)

d) Pengalaman

Pengalaman seseorang mempengaruhi pengetahuan, semakin banyak pengalaman tentang sesuatu hal, maka akan semakin bertambah pada pengetahuan yang dimilikinya. Pengalaman yang didapat yang mempunyai kesan positif maupun negatif akan menambah pengetahuan yang akan dimilikinya karena pengalaman merupakan suatu kejadian atau peristiwa yang pernah dialami oleh seseorang dalam berinteraksi di lingkungannya. Sehingga dengan adanya pengalaman tersebut seseorang dapat mengumpulkan, menganalisa, dan menambah pengetahuan yang telah diperoleh sebelumnya (Notoatmodjo, 2015).

2) Faktor Eksternal

Faktor Eksternal meliputi :

a) Sosial Ekonomi

Lingkungan sosial ekonomi akan berpengaruh terhadap tingkah laku seseorang. Keadaan sosial ekonomi keluarga yang relatif mencukupi akan mampu menyediakan fasilitas yang diperlukan

serta akan dapat masuk ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi, karena akan dapat masuk ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi, karena salah satu pengetahuan kita diperoleh dari pendidikan dan tidak akan mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan hidupnya.

b) Sosial Budaya

Tradisi atau budaya seseorang yang dilakukan tanpa penalaran yang dilakukan baik atau buruk akan menambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Seseorang yang mempunyai sosial budaya yang baik maka pengetahuannya akan baik tapi jika sosial budayanya kurang baik maka pengetahuannya akan kurang baik.

c) Informasi

Sebagai sarana komunikasi berbagai bentuk komunikasi media masa seperti televisi, radio, koran, dan penyuluhan mempengaruhi besar informasi dalam pembentukan opini dan kepercayaan.

d. Pengukuran pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian atau responden. Pengetahuan yang ingin diketahui atau diukur dapat disesuaikan dengan tingkat-tingkat yang dibutuhkan (Notoatmodjo, 2007)

e. Kategori tingkat pengetahuan

Kategori untuk menilai pengetahuan menurut Setiandi (2013) yang didasarkan pada nilai presentase sebagai berikut :

- a. Tingkat pengetahuan baik bila skor atau nilai 76%-100%.
- b. Tingkat pengetahuan cukup bila skor atau nilai 56%-75%

Tingkat pengetahuan baik bila skor atau nilai < 56%

2.1.4 Konsep Dasar Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM)

Manajemen kebersihan Menstruasi (MKM) adalah pengelolaan kebersihan dan kesehatan pada saat perempuan mengalami menstruasi. Perempuan harus dapat menggunakan pembalut yang bersih, dapat diganti sesering mungkin selama periode menstruasi, dan memiliki akses untuk membuangnya, serta dapat mengakses toilet, sabun dan air untuk membersihkan diri dalam kondisi nyaman dengan privasi yang terjaga (Kemenkes RI, 2017).

Tim pembina UKS dan Unicef (2016) menjelaskan pengertian MKM yaitu menggunakan pembalut yang bersih, mengganti pembalut 3-4 jam, mencuci tangan sebelum dan setelahnya, membungkus pembalut pakai sebelum dibuang ke tempat sampah, membersihkan area kemaluan, dan mencuci pembalut jika area banyak air (Hastuti dkk, 2018).

Manajemen menstruasi mengacu pada cara perempuan tetap bersih dan sehat saat periode menstruasi, dalam MKM juga membahas bagaimana perempuan memperoleh, menggunakan, dan membuang pembalut, fasilitas, pendidikan, akses bimbingan dan konseling, serta batasan-batasan dari mitos budaya (*Wash United*, 2016).

a. Pengelolaan Pembalut

Pembalut wanita adalah sebuah perangkat yang digunakan oleh wanita di saat menstruasi, ini berfungsi untuk menyerap darah dari vagina supaya tidak meleleh ke mana-mana. Selain saat menstruasi, perangkat ini juga digunakan setelah pembedahan vagina, setelah melahirkan, sesudah aborsi, maupun situasi lainnya yang membutuhkan pembalut ini untuk menyerap setiap cairan yang berupa pendarahan pada vagina.

Cara menggunakan pembalut yang benar saat menstruasi yaitu sebagai berikut: Pilihlah pembalut dengan daya serap yang disesuaikan dengan banyaknya darah, pilih pembalut berbahan lembut dan lentur untuk mencegah iritasi pada kulit, ganti pembalut setiap tiga atau empat jam sekali untuk menjaga kebersihan dan mengurangi kelembapan daerah kewanitaan sehingga terhindar dari gangguan bakteri dan jamur, jangan meninggalkan atau membuang pembalut bekas pakai di sembarang tempat, karena bisa menjadi kuman, cuci dan gulunglah pembalut bekas dengan kertas atau plastik sebelum dibuang, dan bawa selalu cadangan pembalut pada masa menstruasi atau menjelang menstruasi.

Ada beberapa hal yang harus dilakukan untuk menjaga kebersihan dan kesehatan daerah kewanitaan, antara lain adalah:

- 1) Selalu cuci daerah kewanitaan dengan air bersih setelah buang air, jangan hanya diseka dengan tisu. Membersihkannya harus dengan cara yang benar yaitu dari depan kebelakang, agar kototran dari anus tidak masuk ke

vagina. Hindari pemakaian sabun vagina berlebihan karena justru dapat mengganggu keseimbangan flora normal vagina.

- 2) Jaga daerah kewanitaan tetap kering. Hal ini karena kelembapan dapat memicu timbulnya jamur dan bakteri. Selalu keringkan daerah tersebut dengan tisu atau handuk bersih setelah dibersihkan. Karena tidak semua toilet menyediakan tisu, bawalah tisu kemanapun kamu pergi. Selain itu, gunakan selalu celana dalam yang terbuat dari katun agar dapat menyerap keringat dan gantilah secara teratur untuk menjaga kebersihan.
- 3) Biar sedang mengalami keputihan atau menstruasi tinggal sedikit, boleh saja menggunakan pelapis calana *panty linear*. Tetapi sebaiknya tidak digunakan setiap hari. *Panty linear* justru dapat memicu kelembapan karena bagian dasarnya terbuat dari plastik. Pilih *panty linear* yang tidak mengandung parfum, terutama buat mereka yang berkulit sensitif.
- 4) Hindari bertukar celana dalam dan handuk dengan teman atau saudara.
- 5) Bulu yang tumbuh didaerah kemaluan bisa menjadi sarang kuman bila dibiarkan terlalu panjang. Untuk menjaga kebersihan, potonglah secara berskala bulu disekitar kemaluan dengan gunting atau kamu bisa mencukurnya dengan hati-hati (Sallika, 2010)

b. Sanitasi Sekolah

1) Definisi dan Konsep Sanitasi Sekolah

Sebuah sekolah dapat dikatakan menerapkan sanitasi sekolah yang baik apabila sekolah tersebut dapat memenuhi tiga aspek yang saling

berkaitan yaitu : Pertama Sekolah memenuhi ketersediaan sarana dan prasarana sanitasi, terutama akses pada sarana air bersih yang aman dari pencemaran, sarana sanitasi (jamban) yang berfungsi dan terpisah antara siswa laki-laki dan perempuan, serta fasilitas cuci tangan pakai sabun. Kedua Sekolah melaksanakan kegiatan pembiasaan Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sekolah, seperti kegiatan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) secara rutin untuk memastikan pelaksanaan MKM secara konsisten. Ketiga adanya dukungan manajemen sekolah untuk mengalokasikan biaya operasional dan pemeliharaan sarana sanitasi dan biaya kegiatan PHBS(Perilaku Hidup Bersih dan Sehat).

Komponen sarana prasarana sanitasi sekolah tercantum dalam Peraturan Menteri pendidikan Nasional Nomor 24 tahun 2007 tentang Standar Sarana dan Prasarana Sekolah dan Madrasah sebagai berikut:

Tabel 2.2 : Standar Sanitasi Nasional Sekolah dan Madrasah

Komponen Sanitasi	Standar
Sekolah	
Air	<ol style="list-style-type: none"> 1. Air harus tersedia 2. Tempat air dalam jamban, volume minimum 200 liter dan berisi air bersih.
Sanitasi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jamban untuk buang air besar dan buang air kecil 2. Rasio Jamban Sekolah <ol style="list-style-type: none"> a. Sekolah Dasar : Laki-laki 1:60, Perempuan 1:50 b. Sekolah menengah Pertama : Laki-laki 1:40, Perempuan 1:30 c. Sekolah menengah atas : Laki-laki 1:40, Perempuan 1:30 3. Luas minimum per unit jamban adalah 2 m² 4. Jamban harus berdinding, beratap, dapat dikunci, dan mudah dibersihkan. 5. Tersedia air bersih di setiap unit jamban 6. Jamban kloset jongkok dengan leher angsa 7. Gayung

	8. Gantungan pakaian
	9. Tempat sampah

Cuci Tangan	1. 1 unit sarana cuci tangan untuk setiap ruang kelas
	2. 1 unit sarana cuci tangan untuk ruang guru
	3. 1 unit sarana cuci tangan untuk ruang UKS

Sumber : PSDPK (Profil Sanitasi Sekolah Tahun 2017)

2) Indikator Sanitasi Sekolah

Seperti digambarkan pada tabel dibawah ini mengenai tiga indikator tersebut dan tingkatannya, maka diharapkan negara yang terlibat dalam SDGs dapat memenuhi tingkatan pelayanan dasar 2010. Namun, apabila suda bisa mencapai pelayanan tingkat lanjut, merupakan hal yang sangat diapresiasi. Untuk Indonesia, dalam peraturan menteri Pendidikan dan kebudayaan Nomor 24/2007 tentang Standar Sarana Prasarana SD/MI, SMP/MTs, SMA/MA sudah tertulis secara jelas mengenai rasio minimal jamban untuk siswa laki-laki dan perempuan pada setiap jenjang seklah, baik itu SD/MI maupun SMP/MTs, dan SMA/MA.

Berdasarkan dokumen *Core Questions and indicators for monitoring WASH in Schools in the Sustainable Development Goals* yang diterbitkan oleh UNICEF dan WHO tahun 2016. Mendefinisikan akses pada Saitasi Sekolah kedalam empat tingkatan, yaitu, tidak tersedia akses, pelayanan terbatas pelayanan dasar, dan pelayanan tingkat lanjut. Jenis akses itu

sendiri terbagi menjadi tiga, yaitu akses pada sumber air minum layak dan tersedia sepanjang waktu, akses pada fasilitas sanitasi dasar yang layak dan terpisah, dan akses pada fasilitas cuci tangan dengan sabun dan air mengalir.

a) Akses air dasar

Sekolah dengan akses air dasar adalah sekolah dengan sumber air yang layak. Sumber air yang layak adalah ledeng/PAM, sumur pompa, mata air terlindungi, sumur terlindungi, dan air kemasan. Selain itu, akses dasar juga mensyaratkan bahwa sumber air yang layak tersedia disekitar lingkungan sekolah dan cukup atau tersedia sepanjang waktu. Akses air terbatas adalah sekolah yang memiliki akses pada sumber air yang layak dan masih terdapat di lingkungan sekolah, namun air tidak selalu tersedia sepanjang waktu. Tangga akses air paling rendah adalah sekolah yang tidak ada sumber airnya atau ada sumber air, namun sumber air tersebut dikategorikan tidak layak. Sumber air yang dikategorikan tidak layak adalah sumber tidak terlindung, mata air tidak terlindungi, dan sumber air permukaan seperti sungai dan danau.

b) Akses jamban dasar

Sekolah dengan akses jamban dasar adalah sekolah dengan jamban atau toilet yang layak, terpisah berdasarkan jenis kelamin dan dapat digunakan. Jamban atau toilet yang layak yaitu apabila jamban atau

toilet yang dipakai adalah leher angsa, cubluk dengan tutup. Akses jamban yang terbatas apabila sekolah memiliki sarana sanitasi yang layak, misalnya WC sentor dan cubluk dengan tutup, namun tidak terpisah berdasarkan jenis kelamin dan tidak dapat digunakan. Sekolah yang tidak memiliki akses jamban adalah apabila tidak tersedia sarana jamban atau toilet di sekolah tersebut sehingga siswa dan guru melakukan praktik buang air di sembarang tempat. Sekolah juga disebut sebagai sekolah yang tidak tersedia akses apabila memiliki jamban namun kondisinya tidak layak karena berjenis cubluk tanpa penutup, jamban menggantung

c) Akses sarana cuci tangan dasar

Sekolah dengan akses pada sarana cuci tangan adalah sekolah yang memiliki sarana cuci tangan. Sedangkan tidak ada akses apabila sekolah tersebut tidak memiliki sarana cuci tangan, atau ada sarana cuci tangan tapi tidak tersedia air (Dapodik, 2017).

c. Dampak MKM Yang Buruk

1) Dampak terhadap kesehatan

Menjaga kebersihan tubuh pada saat menstruasi, dengan mengganti pembalut sesering mungkin dan membersihkan bagian vagina dan sekitarnya dari darah, akan mencegah perempuan dari penyakit infeksi saluran kencing, infeksi saluran reproduksi, dan iritasi pada kulit.

2) Dampak terhadap pendidikan

Penelitian UNICEF di Indonesia pada tahun 2015 menemukan fakta 1 dari 6 anak perempuan terpaksa tidak masuk sekolah selama satu hari atau lebih, pada saat menstruasi 8. Ketidakhadiran siswi perempuan di sekolah membuat mereka ketinggalan pelajaran. Ada beberapa alasan mengapa menstruasi dapat memicu siswi perempuan untuk membolos, seperti nyeri haid (dismenore), sedangkan sekolah tidak menyediakan obat pereda nyeri, tidak adanya jamban yang layak di sekolah, tidak tersedianya air untuk membersihkan diri dan rok yang ternoda darah, tidak tersedianya pembalut cadangan ketika dibutuhkan, dan tidak tersedianya tempat sampah dan pembungkus untuk membuang pembalut bekas. Perlakuan siswa laki-laki yang kadang mengejek juga membuat siswi perempuan enggan ke sekolah. Tabu dan stigma pun membuat terbatasnya aktivitas siswi perempuan pada saat menstruasi, misalnya olahraga (Unicef,2015).

3) Dampak terhadap partisipasi sekolah

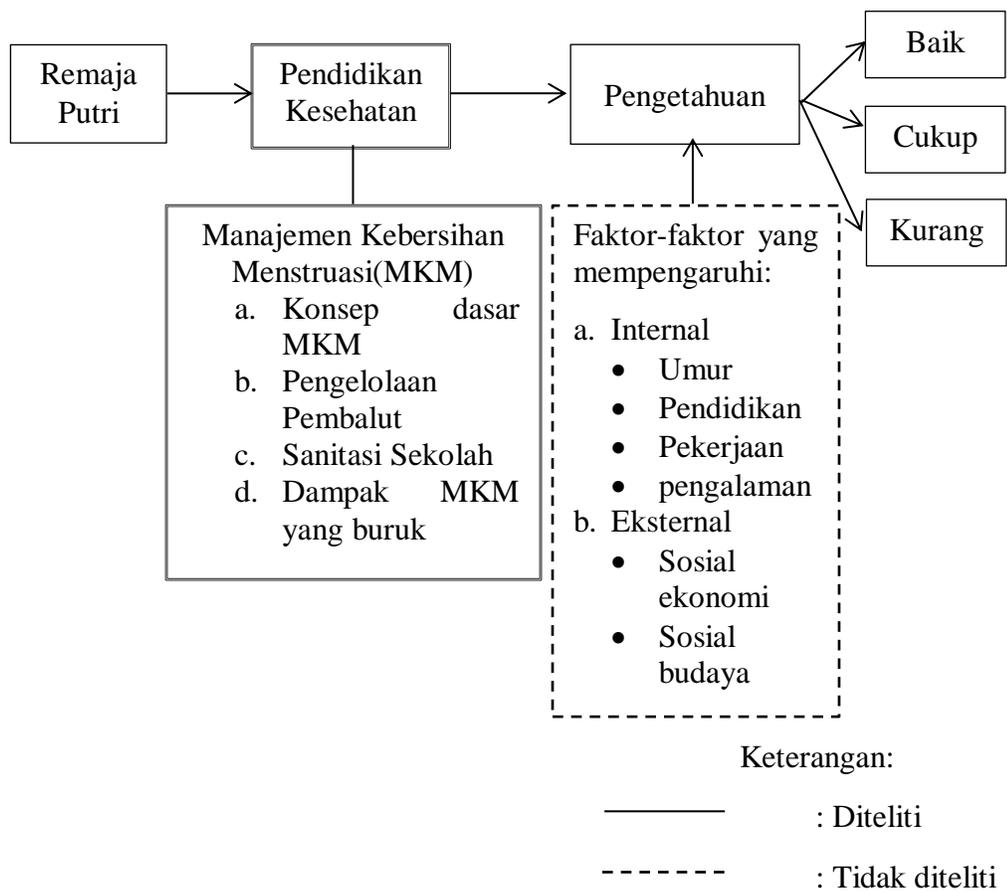
Banyak kepercayaan dan kebiasaan masyarakat yang membuat perempuan membatasi aktivitasnya. Akibatnya, kaum perempuan kehilangan kesempatan untuk berpartisipasi dalam aktivitas sosial, misalnya larangan bermain di luar ketika menstruasi.

4) Dampak terhadap lingkungan

Tidak tersedianya tempat untuk membuang pembalut bekas pakai akan mendorong siswi perempuan untuk membuangnya di lubang kloset atau di sembarang tempat di jamban sekolah. Akibatnya, kloset dan jamban

tersumbat, tidak berfungsi, dan kotor sehingga pada akhirnya tidak digunakan. Penelitian Plan International Indonesia pada tahun 20169 menyebutkan hanya 25% anak perempuan yang diajarkan cara membuang pembalut secara benar (Kemendikbud, 2017).

2.2 Kerangka Konsep



Gambar 2.3 Kerangka Konsep Studi Literatur Pengaruh Media Komik Menstruasi Sebagai Edukasi Manajemen Kebersihan Menstruasi Terhadap Pengetahuan Remaja Putri