

HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG PERSONAL HYGIENE DENGAN CARA MELAKUKAN PERSONAL HYGIENE DENGAN BENAR SAAT MENSTRUASI DI MA HASANAH PEKANBARU

The Relationship Of The Adolescent Knowledge Of Principle On Personal Pregnancy With How To Do Personal Pregnancy With Really Menstrual In The Hasanah Pekanbaru Province In 2014

Yeni Devita, Nola Kardiana
STIKes Payung Negeri Pekanbaru
Email : vitandesta@gmail.com

Abstract

Physical problems that may arise from the lack of knowledge, is the lack of personal hygiene, because they do not have sufficient knowledge about the proper way to treat genital organs so someone will be easy to behave that is harmful or indifferent to the health of genetic tools, and vice versa if someone who has knowledge of the way Proper genital organ care will prefer to behave appropriately in maintaining the hygiene of the reproductive equipment (Dewi et al, 2013). The purpose of this study is to find out whether there is a Young Women Knowledge Relationship About Personal Hygiene With How To Perform Proper Personal Hygiene During Menstruation At MA Hasanah Pekanbaru Year 2014. The type of this research is quantitative research with descriptive analytic design. The population of all students of MA Hasanah Pekanbaru, with a sample of 83 female students. The sampling technique is total sampling. The primary data collection is by using questionnaire. Univariate and bivariate data analysis. The results of the research have been found that the majority of knowledge is quite as much as 43 female students (51.8%). The steps of the majority respondents were negative amounted to 48 female students (57.8%). From the statistical test results obtained Pearson Chi-Square value with Pvalue = 0.013 and significant level = 0.05. This shows that Pvalue <0.05 means there is a meaningful relationship between Young Women Knowledge of Personal Hygiene by How To Perform Proper Personal Hygiene During Menstruation At MA Hasanah Pekanbaru Year 2014. It is expected from the results of this study MA Hasanah school especially for students to know more About personal hygiene during menstruation.

Keywords : *Knowledge, personal hygiene, menstruation*

Abstrak

Masalah fisik yang mungkin timbul dari kurangnya pengetahuan, adalah kurangnya *personal hygiene*, karena tidak memiliki pengetahuan yang memadai tentang cara perawatan organ genitalia yang benar maka seseorang akan mudah berperilaku yang membahayakan atau acuh terhadap kesehatan alat genetalia, dan sebaliknya jika seseorang yang memiliki pengetahuan tentang cara perawatan organ genitalia yang benar akan lebih memilih berperilaku yang tepat dalam menjaga kebersihan alat reproduksinya (Dewi dkk, 2013). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Dengan Cara Melakukan *Personal Hygiene* Dengan Benar Saat Menstruasi Di MA Hasanah Pekanbaru Tahun 2014. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan deskriptif analitik. Populasi seluruh siswi MA Hasanah Pekanbaru, dengan sampel 83 siswi. Teknik pengambilan sampel adalah total *sampling*. Pengumpulan data yang dilakukan secara primer yaitu dengan menggunakan kuesioner. Analisa data yang dilakukan secara *univariat* dan *bivariat*. Hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa pengetahuan yang mayoritasnya adalah cukup sebanyak 43 siswi (51,8%). Langkah-langkah responden mayoritas nya adalah negatif berjumlah 48 siswi (57,8%). Dari hasil uji statistik diperoleh nilai *Pearson Chi-Square* dengan *P.value* = 0,013 dan taraf signifikan = 0,05. Hal ini menunjukkan *P.value* < 0,05 artinya terdapat hubungan yang bermakna antara Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Dengan Cara Melakukan *Personal Hygiene* Dengan Benar Saat Menstruasi Di MA Hasanah Pekanbaru Tahun 2014. Diharapkan dari hasil penelitian ini sekolah MA Hasanah terutama bagi siswi agar lebih mengetahui tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

Kata kunci : *Pengetahuan, personal hygiene, menstruasi*

PENDAHULUAN

Masa remaja terjadi ketika seseorang mengalami perubahan struktur tubuh dari anak-anak menjadi dewasa (*pubertas*). Pada masa ini terjadi suatu perubahan fisik yang cepat disertai banyak perubahan, termasuk di dalamnya pertumbuhan organ-organ reproduksi (organ seksual) untuk mencapai kematangan yang ditunjukkan dengan kemampuan melaksanakan fungsi reproduksi. Perubahan yang terjadi pada pertumbuhan tersebut diikuti munculnya tanda-tanda seperti membesarnya pinggul, payudara dan perubahan suara. Pada masa ini juga remaja perempuan biasanya mengalami menstruasi (Andhyantoro & Kumalasari, 2012).

Menstruasi atau yang lebih dikenal dengan istilah haid merupakan peruluan dinding rahim yang terdiri atas darah dan jaringan tubuh (Andhyantoro & Kumalasari, 2012). Menstruasi atau haid mengacu kepada pengeluaran secara periodik darah dan sel-sel tubuh dari vagina yang berasal dari dinding rahim wanita. Menstruasi merupakan bagian dari proses regular yang mempersiapkan tubuh wanita setiap bulannya untuk kehamilannya. Daur ini melibatkan beberapa tahap yang dikendalikan oleh interaksi hormone yang dikeluarkan oleh hipotalamus, kelenjer dibawah otak depan, dan indung telur. Pada permulaan daur, lapisan sel rahim mulai berkembang dan menebal (Saryono, 2009).

Menstruasi merupakan keluarnya darah dari kemaluan. Pada saat menstruasi, pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terkena infeksi. Di daerah yang cukup panas membuat tubuh berkeringat, keringat ini meningkatkan kadar kelembaban tubuh, terutama pada organ seksual dan reproduksi yang tertutup dan berlipat. Akibatnya bakteri mudah berkembang biak dan oksitosin vagina terganggu sehingga menimbulkan bau tak sedap dan infeksi. Menjaga kesehatan organ reproduksi pada wanita diawali dengan menjaga kebersihan organ kewanitaan. Masalah kebersihan yang terkait dengan menstruasi umumnya lebih parah terjadi di negara-negara berkembang. Dari beberapa penelitian yang dilakukan , dapat diketahui bahwa kurangnya kebersihan saat menstruasi banyak terjadi pada negara di Afrika dan Asia (Iksan Dolang dkk, 2013).

Untuk menghindari terjadinya infeksi tersebut diperlukan *personal hygiene* pada alat genitalia.

Personal hygiene adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis (Iis, 2012). Masalah fisik yang mungkin timbul dari kurangnya pengetahuan, adalah kurangnya *personal hygiene*, karena tidak memiliki pengetahuan yang memadai tentang cara perawatan organ genitalia yang benar maka seseorang akan mudah berperilaku yang membahayakan atau acuh terhadap kesehatan alat genitalianya, dan sebaliknya jika seseorang yang memiliki pengetahuan tentang cara perawatan organ genitalia yang benar akan lebih memilih berperilaku yang tepat dalam menjaga kebersihan alat reproduksinya (Dewi dkk, 2013).

Kebersihan alat genital dapat dilakukan dengan *vulva hygiene* yang baik dan benar, seperti: mengganti pakaian dalam 2 kali dalam sehari, melakukan cebok yang benar pada liang vagina dan anus. Sedangkan banyak wanita yang tidak mengetahui bagaimana cara melakukan vulva hygiene yang baik dan benar (Dewi dkk, 2013).

Kebersihan genitalia yang kurang dapat menimbulkan terjadinya infeksi, karena keadaan yang kotor merupakan tempat berkembang biaknya kuman. Menjaga kebersihan genital agar tetap bersih dan segar adalah perlindungan terbaik terhadap infeksi alat kandungan (Burhani, 2012).

Sampai saat ini fenomena praktik *hygiene* menstruasi pada remaja masih tergolong rendah. Hal tersebut terjadi karena banyak masyarakat masih menganggap bahwa menstruasi adalah hal yang sangat pribadi dan jarang dibahas di depan umum atau diajarkan secara terbuka. Praktik *hygiene* saat menstruasi yang buruk dapat meningkatkan kerentanan terjadi infeksi saluran reproduksi dan dapat timbul penyakit-penyakit yang berkaitan dengan infeksi alat reproduksi, seperti kandidosis, vaginitis, trichomoniasis, leukofea, pedikulosis, dan toxic syok syndrome (TTS). Penggunaan kain bekas yang tidak tepat sebagai bahan penyerap yang digunakan saat menstruasi juga mempengaruhi infeksi pada alat reproduksi wanita (Iksan Dolang, 2012).

Menurut hasil penelitian Iksan Dolang tingkat pengetahuan yang kurang (58,0%) menunjukkan bahwa pengetahuan siswi tentang perawatan organ genitalia sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah sebagian besar masih dalam kategori pengetahuan cukup dimana responden menjawab pertanyaan objektif dengan benar antara lain : lima belas responden menjawab, yang dimaksud dengan perawatan organ genitalia adalah tindakan pembersihan pada semua alat-alat reproduksi.

Berdasarkan data Kementrian agama kota Pekanbaru didapatkan bahwa MA HASANAH Pekanbaru merupakan sekolah swasta urutan nomor 3 yang memiliki jumlah siswa terbanyak, dengan jumlah siswa sebanyak 136 orang, yang terdiri dari 50 siswa laki-laki dan 86 siswi perempuan. Setelah melakukan survey ke sekolah ternyata jumlah siswi sebanyak 83 orang, siswa laki-laki sebanyak 54 orang dan di lakukan survey pendahuluan dengan menggunakan teknik wawancara langsung dengan siswi-siswi di MA Hasanah tersebut serta dari 10 siswi yang ditanyakan tentang perawatan organ genitalia, 6 siswi mengatakan tidak mengetahui pentingnya perawatan organ genitalia dan cara merawat organ genitalia saat menstruasi. Berdasarkan data yang diperoleh diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Dengan Cara Melakukan *Personal Hygiene* Dengan Benar Saat Menstruasi Di MA HASANAH Pekanbaru Tahun 2014".

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan deskriptif analitik. Desain yang digunakan adalah desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada bulan April 2014. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 83 orang dengan teknik *Total Sampling*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan di MA Hasanah Kota Pekanbaru dengan judul Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang

Personal Hygiene dengan Cara Melakukan *Personal Hygiene* dengan Benar Saat Menstruasi Di MA Hasanah Pekanbaru Tahun 2014, maka didapatkan hasilnya sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan dan cara *personal hygiene* dengan Benar saat menstruasi di MA Hasanah Pekanbaru Tahun 2014.

Variabel	n	%
Kriteria Pengetahuan		
Baik	33	39,8
Cukup	43	51,8
Kurang	7	8,4
Total	83	100
Cara Melakukan <i>Personal Hygiene</i>		
Negatif	48	57,8
Positif	35	42,2
Total	83	100

Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene*

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa mayoritas pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* cukup dengan jumlah 43 siswi (51,8%).

Menurut Notoadmodjo, 2012 Pengetahuan adalah hasil dari tahu ini menjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra, yakni indra pengelihatn, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Dari pengalaman dan penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih jelas dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Personal hygiene merupakan suatu tindakan untuk memelihara kebersihan kesehatan seseorang untuk menjaga kesejahteraan fisik dan psikis. *Personal hygiene* adalah upaya seseorang dalam memelihara kebersihan dan kesehatan dirinya untuk memperoleh kesejahteraan fisik dan psikologis (Ernawati, 2012).

Menurut asumsi peneliti pengetahuan responden cukup disebabkan karena responden

kurang membaca buku tentang *personal hygiene*, kurang mendapatkan informasi tentang *personal hygiene* maupun penyuluhan dari tenaga kesehatan. Hal ini sejalan dengan teori bahwa Penyuluhan kesehatan pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu. Dengan adanya pesan tersebut maka diharapkan masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik. Pengetahuan tersebut akhirnya diharapkan dapat berpengaruh terhadap perilaku. Dengan kata lain, adanya penyuluhan tersebut diharapkan dapat membawa akibat terhadap perubahan pengetahuan. (Notoadmojo, 2010).

Hal tersebut juga disebabkan karena siswi MA Hasanah tidak tahu tentang cara merawat alat genitalia saat menstruasi yang benar dibuktikan dengan menjawab soal kuesioner pada pertanyaan tentang cara penggunaan pembalut secara teratur 3-4 kali per hari atau setiap 6 jam sekali, Mencuci bagian organ seksual setiap buang air kecil dan buang air besar membasuh dari arah depan kebelakang, Mengganti celana dalam sehari 2 kali, memakai pakaian dalam berbahan katun, untuk mempermudah penyerapan keringat, mencuci alat kelamin dari depan ke belakang.

Cara Melakukan Personal Hygiene Dengan Benar

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa mayoritas tentang cara melakukan *personal hygiene* dengan benar saat menstruasi negatif dengan jumlah 48 siswi (57,8%).

Menurut asumsi peneliti tentang cara melakukan *personal hygiene* negatif, hal ini dikarenakan pengetahuan remaja putri yang kurang, sebab perilaku dibentuk melalui suatu proses dan berlangsung dalam interaksi manusia dengan lingkungannya. Ada dua faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan, yakni faktor *ekstern* dan *intern*, faktor *intern* mencakup pengetahuan, kecerdasan, sikap atau persepsi, emosi dan sebagainya yang berfungsi mengolah rangsangan dari luar. Sedangkan faktor *ekstern* meliputi lingkungan sekitar, baik fisik maupun non fisik seperti peran orang tua, mutu pelayanan kesehatan,

sosial budaya dan sebagainya (Soekidjo, 2007). Selain pengetahuan, perilaku *personal hygiene* remaja putri siswi MA Hasanah juga dipengaruhi oleh sosial budaya sekitar dimana di sekolah tersebut kebanyakan mengikuti perintah agama bahwa dalam kondisi menstruasi tidak diperkenankan untuk mencuci rambut dan memotong kuku sehingga *personal hygiene* kurang terjaga.

Analisis Bivariat

Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Dengan Cara Melakukan Personal Hygiene Dengan Benar Saat Menstruasi

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari seluruh siswi berjumlah 83 orang didapatkan mayoritas pengetahuan responden yang baik berjumlah 33 siswi (39,7%) dengan cara melakukan *personal hygiene* yang mayoritas negatif yaitu 14 siswi (16,8%) dan pengetahuan yang cukup dengan jumlah 43 siswi (51,8%) dengan cara melakukan *personal hygiene* yang negatif yaitu 27 siswi (32,5%) dan minoritas pengetahuan kurang berjumlah 7 siswi (8,5%) dengan cara melakukan *personal hygiene* yang negatif berjumlah 7 siswi (8,4%). Dari hasil uji statistik diperoleh nilai *Pearson Chi-Square* dengan P value = 0,013 dan taraf signifikan = 0,05. Hal ini menunjukkan P value < artinya terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* dengan cara melakukan *personal hygiene* dengan benar saat menstruasi di MA Hasanah pekanbaru tahun 2014.

Personal hygiene merupakan suatu tindakan untuk memelihara kebersihan kesehatan seseorang untuk menjaga kesejahteraan fisik dan psikis. *Personal hygiene* adalah upaya seseorang dalam memelihara kebersihan dan kesehatan dirinya untuk memperoleh kesejahteraan fisik dan psikologis (Ernawati, 2012).

Menurut Notoadmojo, 2012 Pengetahuan adalah hasil dari tahu ini menjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra, yakni indra penglihatan, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Dari pengalaman

dan penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih jelas dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Pengetahuan *personal hygiene* yang kurang akan dapat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam kehidupan seseorang. Bila pengetahuan baik maka akan mempengaruhi sikap dan perilaku yang baik pula dan sebaliknya. Jika pengetahuan personal hygiene kurang maka dampak yang akan terjadi selalu diabaikan. Hal ini karena berdasarkan kajian teoritis yang ada salah satu upaya mengurangi gangguan pada saat menstruasi yaitu membiasakan diri dengan perilaku *personal hygiene*. Namun demikian perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, tetapi merupakan sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak

positif atau negatif suatu perilaku yang terkait dengan keadaan menstruasi.

Menurut asumsi peneliti pengetahuan yang dimiliki seseorang mempengaruhi perilakunya, dan semakin baik pengetahuan seseorang maka perilakunya semakin baik dan pengetahuan itu sendiri di pengaruhi oleh tingkat pendidikan, sumber informasi dan pengalaman. Responden yang kurang pengetahuannya mengenai *personal hygiene* dan cara melakukan *personal hygiene* dengan benar saat menstruasi mempunyai resiko lebih tinggi terserang penyakit seperti keputihan dan iritasi vagina. Dengan meningkatnya pengetahuan responden tentang personal hygiene dapat mencegah penyakit seperti keputihan dan iritasi vagina.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* dengan Cara Melakukan *Personal Hygiene* dengan Benar Saat Menstruasi di MA Hasanah Pekanbaru Tahun 2014.

Pengetahuan Responden	Cara melakukan <i>Personal Hygiene</i>				Jumlah		Nilai P
	Negatif		Positif		N	%	
	n	%	n	%			
Baik	14	16,8	19	22,8	33	39,7	0,013
Cukup	27	32,5	16	19,2	43	51,8	
Kurang	7	8,4	0	0	7	8,5	
Jumlah	48	58	35	42	83	100	

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja berpengetahuan cukup dan mayoritas tidak tahu ara melakukam *personal hygiene* dengan benar. Terdapat hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* dengan cara melakukan *personal hygiene* dengan benar saat menstruasi di MA Hasanah pekanbaru tahun 2014. Diharapkan pihak sekolah MA Hasanah dapat memberikan penyuluhan dan materi tentang personal hygiene pada saat menstruasi kepada siswi putri.

DAFTAR PUSTAKA

- Andhyantoro Kumalasari, Intan, Iwan. 2012. *Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Burhani, 2012. *Cara Cerdas Merawat Organ Intim*. Yogyakarta: Araska.
- Dewi, Putri Kemala, Yuliaji Siswanto, Wahyu Kristiningrum, 2013. *Perbedaan Pengetahuan Tentang Perawatan Organ Genetalia Sebelum Dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Pada Siswa Di MTS AL- ASROR Gunung Pati Semarang*. Jurnal. Stikes Ngudi Waluyo.
- Ernawati. 2012. *Konsep Dan Aplikasi Dalam Pemenuhan Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Ikhsan Muhammad ,Dolang, Marini W, Rahma,. 2012. *Faktor yang Berhubungan dengan Praktik Hygiene Menstruasi Pada Siswi SMA Negeri 1 Sesean Kabupaten Toraja Utara*. Jurnal MKMI Vol 9 *Bagian Biostatistik/KKB FKM Unhas Makassar*.
- Notoatmodjo, S., 2005. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S., 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sari, Ervina, Eko Jemi Santoso, Sayono. 2012. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hygiene Saat Menstruasi Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Remaja Putri Dalam Merawat Perineum Saat Menstruasi*. Jurnal. STIKES Telogorejo Semarang.
- Saryono, Waluyo Sejati. 2009. *Sindrom Premenstruasi*. Yogyakarta: Nuha Medika