

ANALISIS PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TERHADAP PERILAKU HYGINE MENSTRUASI REMAJA PUTRI: STUDI KASUS PADA SMP DESA SUDAJI SINGARAJA

Ketut Espana Giri¹, Luh Ari Arini²

¹Prodi D3 Kebidanan, Undiksha, email: espana.giri@undiksha.ac.id

¹Kebidanan, STIKes Buleleng, stikesbuleleng.ac.id

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Diterima: ...-...-...

Disetujui: ...-...-...

Kata Kunci:

Sikap

Remaja Putri

Perilaku

Hygiene Menstruasi

ABSTRAK

Abstrak: Setiap remaja putri normal mengalami menstruasi setiap bulan ditandai dengan keluarnya darah dari kemaluan. Apabila saat menstruasi tidak menjaga hygiene menstruasi, dapat menyebabkan masuk dan berkembangnya bakteri patogen yang dapat menimbulkan masalah reproduksi. Penelitian dilakukan untuk mengetahui pengetahuan remaja putri terhadap perilaku hygiene menstruasi di SMP Desa Sudaji, Singaraja. Jenis penelitian adalah desain cross-sectional dan teknik analisa data menggunakan Wilcoxon test untuk mengetahui keterkaitan pengetahuan remaja putri terhadap perilaku hygiene menstruasi pada remaja putri. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan hasil yang signifikan dengan nilai p 0.037 dan p 0.000, dimana hal tersebut membuktikan adanya hubungan yang bermakna antara variabel-variabel tersebut.

Abstract: Every normal teenage girl experiences menstruation every month marked by the discharge of blood from the genitals. If menstruation does not maintain menstrual hygiene, it can cause the entry and development of pathogenic bacteria which can cause reproductive problems. The study was conducted to determine the knowledge of young women on menstrual hygiene behavior at SMP Desa Sudaji, Singaraja. This type of research is a cross-sectional design and data analysis techniques using the Wilcoxon test to determine the relationship between knowledge of young women on menstrual hygiene behavior in young women. Based on the results of the study showed significant results with p values of 0.037 and p 0.000, which proved that there was a significant relationship between these variables.

A. LATAR BELAKANG

Hygiene menstruasi adalah salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah masuk dan berkembangnya bakteri patogen kedalam organ reproduksi wanita. Organ reproduksi merupakan salah satu organ tubuh yang sensitif dan memerlukan perawatan secara khusus, terlebih lagi saat menstruasi. Usia remaja sangatlah rentang terinfeksi dengan bakteri pada organ reproduksi karena remaja memiliki aktivitas yang tinggi terutama di luar ruangan dan mereka cenderung mengabaikan kebersihan terutama pada organ intim. Terlebih lagi pada remaja yang memiliki banyak kegiatan diluar ruangan, sehingga sering lupa menjaga kebersihan organ kewanitaan terutama saat mengalami menstruasi, karena ketika menstruasi pembuluh darah dalam rahim terbuka dan rentang terinfeksi, jika vagina kurang bersih maka kuman akan masuk secara asenden dan menginfeksi daerah rahim. Oleh karena itu remaja putri harus menjaga kebersihan

dari organ reproduksinya terutama saat menstruasi agar terhindar dari penyakit infeksi pada saluran reproduksi

Masalah reproduksi pada remaja putri perlu mendapatkan penanganan serius karena masalah tersebut paling banyak muncul di negara berkembang dan beriklim tropis seperti Indonesia karena kurangnya informasi, sikap, niat dan lain-lain serta tingkat kelembapan iklimnya [17]. Penelitian Kusmiran juga menyatakan masih rendahnya tingkat pengetahuan mengenai kebersihan organ genitalia para remaja putri [7].

Ketika remaja putri sudah mulai menstruasi, hal utama yang harus diperhatikan adalah kebersihan pada saat menstruasi (*Personal Hygiene*). Hal ini dikarenakan pembuluh darah pada rahim sangat mudah terinfeksi ketika menstruasi karena kuman mudah masuk dan menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi [7]. Keluhan pada organ reproduksi yang sering terjadi adalah *Pruiritas vulvae* yaitu ditandai dengan adanya sensasi gatal parah dari alat kelamin perempuan

(Misery, 2010). Pruritis vulvae disebabkan oleh jamur, bakteri, dan virus yang muncul karena buruknya Personal Hygiene dan Hygiene Menstruasi (44%), karena alergen dan produk kewanitaan (30%), serta karena kelainan patologik pada vulva (26%) (Latifah, 2017).

Menurut data statistik di Indonesia, dari 43,3 juta jiwa remaja putri yang berusia 10-14 tahun memiliki perilaku *hygiene* sangat buruk [12]. Begitupula dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Komalassari menyebutkan bahwa sekitar 24% responden memiliki perilaku kurang baik terhadap *hygiene* menstruasi dan 76% memiliki perilaku yang baik [14].

Organ reproduksi merupakan daerah tertutup dan berlipat, sehingga lebih mudah untuk berkeringat, lembab dan kotor. Perawatan saat menstruasi perlu dilakukan karena pada saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim sangat mudah sekali terkena infeksi. Kebersihan harus sangat dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi. Pembalut tidak boleh dipakai lebih dari 6 jam atau harus diganti sesering mungkin bila sudah penuh oleh darah menstruasi [18]. Tingginya masalah kesehatan reproduksi pada remaja salah satunya dikarenakan masih rendahnya kebersihan diri pada saat menstruasi. Menurut Suryati bahwa faktor dominan yang berpengaruh pada perilaku kebersihan ketika menstruasi yaitu pendidikan orang tua, pengetahuan, sikap, ketersediaan fasilitas alat pembersih dan dukungan teman sebaya [16]. Masih rendahnya pengetahuan remaja putri tentang hygiene menstruasi membuat penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang analisis pengetahuan remaja putri terhadap perilaku *hygiene* menstruasi, studi kasus pada SMP Desa Sudaji, Kabupaten Buleleng, Bali.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data dalam satu kali pada satu waktu yang dilakukan pada variabel terikat dan variabel bebas (Alimul, 2014). Pendekatan ini digunakan untuk melihat perbedaan antara variabel satu dengan variabel yang lain yaitu di observasi perilaku hygiene menstruasi pada remaja putri di salah satu SMP yang ada di Kabupaten Buleleng Bali. Pengumpulan data melalui metode wawancara dan observasi. Data dianalisis dengan uji *wilcoxon* untuk mengetahui keterkaitan antara sikap dan pengetahuan mengenai perilaku hygiene menstruasi remaja putri.

C. HASIL

1. Karakteristik Responden

Karakteristik remaja putri di SMP Desa Sudaji terhadap hygiene menstruasi dapat dilihat pada tabel berikut.

TABEL 1

Karakteristik responden berdasarkan usia dan usia menarche

No	Usia	SMP Desa Sudaji	
		f	%
1	14 tahun	8	40
2	15 tahun	12	60
3	16 tahun	0	0
Total		20	100
No	Usia menarche		
1	12 tahun	4	20
2	13 tahun	14	70
3	14 tahun	2	10
4	15 tahun	0	0
Total		20	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa jumlah remaja putri di SMP Desa Sudaji mayoritas berusia 15 tahun (60%) dan 14 tahun (40%). Usia menarche paling banyak dialami saat berusia 13 tahun (70%).

2. Pengetahuan Responden

Pengetahuan remaja putri di SMP Desa Sudaji terhadap hygiene menstruasi dapat dilihat pada tabel berikut.

TABEL 2

Karakteristik responden berdasarkan pengetahuan remaja putri terhadap hygiene menstruasi

No	Katagori pengetahuan	SMP Desa Sudaji	
		f	%
1	Baik	18	90
2	Tidak baik	2	10
Total		20	100

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa pengetahuan pada siswi remaja putri SMP Desa Sudaji mayoritas baik yaitu sebanyak 18 orang (90%) atau hampir seluruhnya. Ini menunjukkan bahwa siswi remaja putri di SMP Desa Sudaji memiliki pengetahuan yang baik mengenai menstruasi dan pola kebersihan saat menstruasi.

3. Prilaku Responden

Perilaku remaja putri di SMP Desa Sudaji terhadap hygiene menstruasi dapat dilihat pada tabel berikut.

TABEL 3

Perilaku remaja putri terhadap hygiene menstruasi

No	Katagori sikap	SMP Desa Sudaji	
		f	%
1	Baik	19	95
2	Buruk	1	5
Total		20	100

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa perilaku hygiene menstruasi pada remaja putri di SMP Desa Sudaji mayoritas baik yaitu 19 orang (95%). Hal ini menunjukkan bahwa remaja putri di SMP Desa Sudaji memiliki prilaku *hygiene* menstruasi yang baik.

4. Pengetahuan Responden Terhadap Perilaku Hygiene Menstruasi

Pengetahuan remaja putri di SMP Desa Sudaji terhadap perilaku hygiene menstruasi dapat dilihat pada tabel berikut.

TABEL 4

Kaitan pengetahuan remaja putri terhadap perilaku hygiene menstruasi

No	Katagori perilaku	Pengetahuan baik		Pengetahuan tidak baik		Sig/ p Value
		f	%	f	%	
1	Baik	17	94.4	2	100	0.037 0.000
2	Buruk	1	5.56	0	0	
Total		18	100	2	100	

Berdasarkan tabel 4, dianalisis dengan uji *wilcoxon* menunjukkan signifikansi dengan nilai p 0.037 dan p 0.000. Hal tersebut membuktikan bahwa ada hubungan yang bermakna diantara pengetahuan remaja putri terhadap perilaku *hygiene* menstruasi.

D. PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian ini diketahui bahwa remaja putri rutin mengganti pembalut perharinya, menggunakan pakaian dalam yang menyerap keringat dan melakukan cebok pada vagina dengan baik yang benar. Dari segi pengetahuan remaja mengetahui

bagaimana cara membersihkan vagina/ cebok yang benar. Namun remaja tersebut merasa malas dan jijik memegang vagina ketika menstruasi. Kemungkinan ini disebabkan karena remaja tersebut kurang memahami informasi tentang organ reproduksi dan siklus terjadinya menstruasi termasuk asal darah yang keluar tersebut. Darah yang keluar saat menstruasi merupakan jaringan dari dinding endometrium yang mengalami transudasi dari hormon estrogen dan progesteron serta lendir vagina, dimana setiap bulannya akan mengalami proses peluruhan jika tidak terjadi pembuahan.

Remaja hendaknya tidak hanya diberikan informasi secara nonformal tetapi juga secara formal dengan pelajaran inti di sekolah seperti pelajaran mengenai kesehatan reproduksi remaja, karena di SMP pelajaran ini masih sangat jarang ditemukan bahkan belum diberikan dan masuk dalam kurikulum pembelajaran. Agar siswa dapat terhindar dari masalah kesehatan reproduksi, maka remaja hendaknya diberikan pemahaman dan berbagai keterampilan, di antaranya keterampilan hidup (*life skills*) dalam bidang kesehatan reproduksi yang mencakup kemampuan untuk tumbuh dan berkembang secara fisik, mental, emosional, dan spiritual. Keterampilan hidup sebaiknya diajarkan sedini mungkin agar risiko TRIAD KRR yang dihadapi remaja seperti saat ini akan dapat diatasi dengan lebih efektif (Muadz, dkk., 2008).

Kesehatan siswa, termasuk kesehatan reproduksi mutlak diperlukan. Sumber informasi siswa tentang KRR yang paling banyak didapatkan dari media, kemudian dari guru (Suharyo, 2009). Pendidikan kesehatan reproduksi remaja di sekolah merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan derajat kesehatan siswa. Hal ini sesuai dengan Undang-undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, yang menyatakan bahwa untuk mencapai tujuan nasional pendidikan diperlukan sumber daya manusia yang berkualitas yang antara lain diwujudkan dengan menciptakan lingkungan pendidikan sehat bagi peserta didik (Catio, 2009). Banyak penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan remaja tentang seksualitas dan kesehatan reproduksi masih rendah (Muzzayanah, 2008; Noviasari, dkk., 2008; Catio, 2009; Prameswara, 2009, dan Zahra, 2010).

Dari hasil penelitian diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap hygiene menstruasi pada siswa remaja putri. Dari data menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan yang dimiliki maka sikap dalam perilaku hygiene saat menstruasi juga akan semakin baik. Personal hygiene pada saat menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, namun merupakan sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif terhadap

perilaku yang terkait dengan keadaan menstruasi (Indriastuti, 2009). Banyak faktor yang berpengaruh terhadap personal hygiene selama menstruasi. Diantara faktor tersebut yakni pengetahuan individu (Bujawati et al., 2017).

Hal ini didukung oleh penelitian Rahmawati (2011) bahwa pengetahuan tentang menstruasi berpengaruh terhadap perilaku personal hygiene selama menstruasi pada siswi remaja. Hal yang sama juga diperoleh dari hasil penelitian Suryati (2012) yang mengungkapkan terdapat beberapa faktor yang berperan dalam perilaku kebersihan remaja saat menstruasi, diantara faktor tersebut yakni pengetahuan. Hal tersebut juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Prasetya (2014), bahwa pengetahuan menstruasi memiliki hubungan dengan personal hygiene selama menstruasi pada siswa kelas X SMA.

Secara umum sikap dapat dirumuskan sebagai kecenderungan untuk berespons (secara positif atau negatif) terhadap orang, obyek atau situasi tertentu. Selain bersifat positif atau negatif, sikap memiliki tingkat kedalaman yang berbeda-beda, misalnya sangat benci, agak benci, dan sebagainya. Sikap seseorang dapat berubah dengan diperolehnya tambahan informasi tentang obyek tersebut, melalui persuasi serta tekanan dari kelompok sosialnya. Sikap yang ada dalam diri seseorang memerlukan unsur respon dan stimulus. Kepuasan merupakan respon dari stimulus yang diterima. Output sikap pada seseorang dapat berbeda, jika suka maka seseorang akan mendekat, mencari tahu, dan bergabung, sebaliknya jika tidak suka, maka seseorang akan menghindari dan menjauh (Budiman & Riyanto, 2013). Adanya hubungan sikap dengan personal hygiene menstruasi disebabkan karena sikap remaja putri yang baru mau beranjak dewasa masih sangat tertutup dan pemalu jika membicarakan tentang menstruasi, sehingga menstruasi dianggap peristiwa yang tabu.

Dari hasil penelitian beberapa siswi memiliki sikap yang masih cenderung negatif mengenai personal hygiene menstruasi, keadaan ini dapat disebabkan oleh respons negatif remaja dari stimulus yang diberikan. Oleh sebab itu untuk membahas tentang menstruasi dengan teman ataupun orang lain masih kurang. Remaja putri umumnya kurang memahami bahwa menstruasi adalah peristiwa yang normal yang terjadi pada wanita. Mereka tidak mengetahui hal-hal yang mendasar yang berkaitan dengan menstruasi antara lain adalah pengertian, mekanisme terjadinya menstruasi, dan siklus menstruasi. Sikap tertutup tersebut menyebabkan mereka kurang mendapat informasi mengenai menstruasi, Seharusnya remaja putri memiliki sikap terbuka supaya dapat menerima berbagai informasi

mengenai kesehatan reproduksi khususnya menstruasi [23].

E. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan mengenai perilaku hygiene menstruasi pada remaja putri. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki maka semakin baik pula perilaku remaja putri dalam hygiene menstruasi.

Diharapkan penelitian selanjutnya lebih mengembangkan lagi penelitian terkait menstruasi pada remaja, sehingga remaja putri mampu melakukan deteksi dini pada masalah reproduksi wanita.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis dan tim mengucapkan terima kasih kepada LPPPM Universitas Pendidikan Ganesha yang sudah memberikan kesempatan dan memberikan dana untuk penelitian ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang sudah membantu melaksanakan penelitian ini, serta responden yang sudah bersedia menjadi subjek penelitian.

DAFTAR RUJUKAN

Buku

- [1] Alimul, H.A, *Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisa Data*, Salemba Medika, Surabaya, 2014.
- [2] BKKBN, *Kajian Profil Penduduk Remaja*, Pusat Penelitian Dan Pengembangan Kependudukan, Jakarta, 2011.
- [3] Budiman & Riyanto, Agus, *Kapita Selekta Kuesioner: Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*, Salemba Medika, Jakarta, 2013.
- [4] Clement, I, *Manual of Community Health Nursing*, Jaypee Brothers Medical Publishers, India, 2012.
- [5] Fajar, I., Isnaini, D., Pudjirahayu, A., Amin, I., Sunindya, B., Aswin, A., Iwan, S, *Statistika Untuk Praktisi Kesehatan. Edisi Pertama*, Graha Ilmu, Yogyakarta, 2009.
- [6] Ghozali, H.I, *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 21*, Update PLS Regresi, Badan Penerbit Universitas Diponegoro, Semarang, 2013.
- [7] Kusmiran, Eny, *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*, Salemba, Jakarta, 2012.
- [8] Manuaba, I.B.G, *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*, Cipta Pustaka, Jakarta, 2011.
- [9] Notoatmodjo, S, *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta, 2011.
- [10] Patricia, *Buku Ajar Fundamental Keperawatan konsep Edisi 4*, EGC, Jakarta, 2005.
- [11] Pribakti, B, *Panduan Praktis Kesehatan Reproduksi Wanita*, Sagung Seto, Jakarta, 2010.
- [12] Priyitno, S, *Buku Lengkap Kesehatan Organ Reproduksi Wanita*, Saufa, Jakarta, 2014.
- [13] Proverawati, A & Misaroh, *Menstruasi Pertama Penuh Makna*, Nuha Medika, Yogyakarta, 2009.

Jurnal

- [14] Komalassari, O, "Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Remaja Terhadap Personal Hygiene (genitalia) Saat Menstruasi di SMAN 2 Cikarang Utara, Jurnal Ilmiah Keperawatan STIKes Medika Cikarang, 2015.
- [15] Latifah, N, "Gambaran Perilaku Hygiene Menstruasi pada Siswi SMKN 8 Kota Bekasi" Jurnal kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Vol. 13, No 1, 2017.
- [16] Suryati, B, "Perilaku Kebersihan Remaja Saat Menstruasi", *Jurnal Health Quality*, Poltekkes Kemenkes Jakarta I Jurusan Keperawatan Vol 3, No 1, 2012.
- [17] Yusiana, M. A, "Perilaku Personal Hygiene Remaja Puteri Pada Saat Menstruasi", *Jurnal STIKES Medan*, Vol. 9, No.1, 2016.

Penulis:

Ketut Espana Giri, Prodi D3 Kebidanan, Fakultas Kedokteran, Universitas Pendidikan Ganesha, Bali. E-mail: panaprabawa@gmail.com
Pendidikan terakhir: Magister Kesehatan Ibu dan Anak

Penulis

Kedua, Luh Ari Arini, Prodi D3 Kebidanan, Fakultas Kedokteran, Universitas Pendidikan Ganesha, Bali. E-mail: arikarini.91@gmail.com

Artikel/Modul/Diktat

- [18] Ariyani, I, *Aspek Biopsikososial Hygiene Menstruasi Siswi SMP Pondok Pensantren*, Skripsi, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Jakarta, 2010.
- [19] Astuti, Lilis Puji, Nur Setiawati, dan Yuni Puji Widiastuti, *Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Dengan Perilaku Personal Hygiene Organ Reproduksi Di Smp Negeri 3 Kendal*, 2016.
- [20] Indriastuti, *Hubungan antara Pengetahuan kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Hygienis Remaja Putri pada saat Menstruasi*, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2009.
- [21] Puspitaningrum, D, *Praktik Perawatan Organ Genitalia Eksternal pada Anak Usia 10-11 Tahun yang Mengalami Menarche Dini di Sekolah Dasar Kota Semarang*. Jurusan Kebidanan Universitas Muhammadiyah, Semarang, http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/128/jtptunimus-gdl-dewi_puspit_-6364-1dewipus-m.pdf, [Diakses 1 Februari 2020], 2010.
- [22] Rahmatika, Dwi. *Pengaruh Pengetahuan dan Sikap Tentang Personal hygiene Saat Menstruasi Terhadap Tindakan Personal hygiene Remaja Putri Pada Saat Menstruasi di SMK Negeri 8 Medan*, [Diakses: 1 Februari 2020], 2011.
- [23] Tarigan, W.J., Gambaran tentang Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Praktek Hygiene Menstruasi Pada Remaja kelas VII DAN VIII di SMPN 141 Jakarta Selatan, Skripsi, FKM UI, Jakarta, 2013.
- [24] Yusuf, Y., Kundre, R., Rompas, S, *Hubungan Pengetahuan Menarche dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP Negeri 3 Tidore Kepulauan*, [Https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5272](https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5272). [Diakses 30 Januari 2020], 2014.

Prosiding/Artikel Seminar

- [25] Departemen Kesehatan RI, Ditjen Binkesmas, *Kesehatan Reproduksi diIndonesia*. Dalam Lokakarya Nasional Kesehatan Reproduksi di Hotel Presiden Jakarta, 2001.

PROFIL PENULIS UTAMA

