

EFEKTIFITAS PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN METODE CERAMAH TENTANG VULVA HYGIENE TERHADAP PERILAKU MERAWAT VULVA HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI KELAS VIII

Muhammad Zainul Arifin, Darsini

Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES Insan Cendekia Medika Jombang

Email : zainularifin@gmail.com

ABSTRAK

Remaja cenderung mempunyai perilaku yang buruk pada higiene saat menstruasi. Bila alat reproduksi lembab dan basah, maka keasaman akan meningkat yang memudahkan pertumbuhan jamur. Kondisi seperti gatal-gatal di area vulva eksternal biasanya terjadi pada saat remaja dalam masa menstruasi. Perilaku seseorang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan dan pengetahuannya. Pengetahuan seseorang tentang sesuatu dapat menyebabkan perubahan perilaku. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi efektifitas pendidikan kesehatan dengan metode ceramah tentang vulva hygiene terhadap perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri kelas VIII di SMPN 4 Mojokerto. Jenis penelitian yang digunakan adalah pra experimental One Grup Pra-Post Test Design. Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri kelas VIII yang sudah menstruasi di SMPN 4 Mojokerto. Tehnik sampling yang digunakan adalah total sampling dan didapatkan 21 sampel remaja putri. Alat ukur yang dipakai lembar kuesioner. Analisis data dengan cara membandingkan rerata perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah. Hasil penelitian sebelum perlakuan (Pre test) menunjukkan rerata nilai sebesar 9,000 sedangkan sesudah perlakuan (Post test) menunjukkan rerata nilai sebesar 14,190. Terdapat perubahan rerata perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi remaja putri sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah sebesar 5,190. Berdasarkan hasil penelitian pendidikan kesehatan dengan metode ceramah efektif terhadap peningkatan perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri. Pendidikan kesehatan dengan metode ceramah tentang vulva hygiene dapat digunakan sebagai salah satu cara yang efektif dalam meningkatkan perilaku hygiene yang buruk saat menstruasi pada remaja putri.

Kata kunci : pendidikan kesehatan, perilaku, vulva hygiene

PENDAHULUAN

Personal Hygiene berasal dari bahasa Yunani yaitu personal artinya perorangan dan hygiene berarti sehat. Vulva hygiene adalah memelihara kebersihan alat kelamin luar perempuan (Hidayat, 2009). Personal Hygiene saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada daerah kewanitaan pada saat menstruasi (Laksamana, 2001). Bila alat reproduksi lembab dan basah, maka keasaman akan meningkat yang memudahkan pertumbuhan jamur. Kondisi seperti gatal-gatal di area vulva eksternal biasanya terjadi pada saat remaja dalam masa menstruasi. Salah satu penyebabnya yaitu bakteri yang berkembang pada pembalut (Andira, 2010).

Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) dan Bappenas tahun 2010 dikutip dalam Aisyaroh (2010), sebagian besar dari 63 juta jiwa remaja di Indonesia rentan berperilaku tidak sehat. Perilaku buruk dalam menjaga hygiene pada saat menstruasi dapat menjadi pencetus timbulnya ISR (Ratna, 2010). Penyebab lainnya adalah lumut sclerosus (13%), alergi (10%), *Staphylococcus aureus* (9%), dan *Streptokokus grup A* (5%). Jumlah kasus ISR di Jawa Timur seperti candidiasis dan servisitis yang terjadi pada remaja putri sebanyak 86,5% ditemukan di Surabaya dan Malang. Penyebab tertinggi dari kasus tersebut adalah jamur *candida albican* sebanyak 77% yang senang berkembangbiak dengan kelembapan tinggi seperti pada saat menstruasi. (Hidayati dkk., 2009 dalam Sari dkk., 2013). Hasil studi pendahuluan di SMPN

4 Mojokerto dengan wawancara ditemukan 21 siswi kelas VIII yang berperilaku buruk saat menstruasi karena mereka salah dalam merawat dan membersihkan vulva saat menstruasi seperti membasuh atau membersihkan organ reproduksi (vulva) dengan sabun mandi, malas mengganti pembalut, sehingga menyebabkan gata-gatal di area organ reproduksi (vulva) karena jamur, virus, bakteri yang berkembang di pembalut.

Kebersihan vulva saat menstruasi merupakan bagian dari kebersihan personal pada saat menstruasi. Kebersihan selama menstruasi ini sangat penting, karena bila penanganan selama haid tidak benar atau tidak steril maka dapat mengakibatkan infeksi alat reproduksi. Sedangkan infeksi alat reproduksi ini mempunyai dampak yang buruk ke masa depan, atau dengan kata lain mempunyai dampak seumur hidup, seperti kemandulan yang konsekuensinya adalah menurunnya kualitas hidup individu yang bersangkutan (Depkes, 1996 dalam Aryani, 2009). Menurut Depkes (2007) bahwa remaja harus selalu menjaga kebersihan alat reproduksi saat menstruasi dengan cara membersihkan organ reproduksi luar (vulva) dari arah depan ke arah belakang menggunakan handuk atau tissue. Tidak boleh mencuci vagina dengan cairan pembilas wanita. Penggunaan pembalut ketika menstruasi, dan ganti paling lama 4 jam atau setelah buang air.

Menurut A joint Committe on Terminologi in Health Education of United States (1951) dikutip dalam Machfoedz (2005) Pendidikan Kesehatan adalah pengalaman

belajar yang bertujuan untuk mengetahui pengetahuan, sikap dan perilaku yang ada hubungan dengan kesehatan perorangan ataupun kelompok. Pendidikan kesehatan dapat mencegah perilaku yang buruk saat melakukan hygiene saat menstruasi. Dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang vulva hygiene diharapkan dapat meningkatkan perilaku hygiene saat menstruasi pada remaja putri kearah yang lebih baik sehingga dapat menjaga organ reproduksinya dengan baik. Oleh sebab itu, pendidikan kesehatan merupakan metode yang tepat untuk memberikan informasi kepada remaja karena perilaku yang didasari pengetahuan lebih tahan lama dibandingkan perilaku yang tidak didasari pengetahuan (Maulana, 2009).

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisa efektivitas pendidikan kesehatan dengan metode ceramah tentang vulva hygiene terhadap perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri kelas VIII di SMPN 4 Mojokerto

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Pra Eksperimental dengan metode One group Pretest-Posttest dan ciri dari rancangan ini adalah tidak adanya kelompok pembanding (kontrol). Populasinya yaitu 21 remaja putri kelas VIII yang sudah menstruasi di SMPN 4 Mojokerto. Teknik sampling yang digunakan adalah nonprobability sampling dengan jenis total sampling. Jenis instrumen yang digunakan adalah lembar kuesioner untuk mengukur perilaku. Untuk menguji kuesioner dalam

penelitian ini peneliti menggunakan Construct Validity untuk uji validitasnya yaitu dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan kepada 15 responden di tempat yang berbeda dan mempunyai kriteria seperti responden yang diteliti oleh peneliti sebagai sarana uji, kemudian dilakukan uji korelasi antara skor (nilai) tiap-tiap item (pertanyaan) dengan skor total kuesioner tersebut. Teknik korelasi yang dipakai adalah teknik korelasi pearson atau product moment. Setiap item instrumen dikatakan valid dengan nilai signifikasi (p) < 0,05 sehingga didapatkan hasil uji validitas terhadap 25 butir instrumen penelitian yang dilakukan peneliti kepada 15 responden, di dapatkan sebanyak 5 soal yang tidak valid sehingga soal tersebut di buang dan tidak digunakan sebagai instrumen penelitian. Sedangkan untuk uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan rumus Cronbach Alpha sehingga dari hasil uji reabilitas instrumen penelitian didapatkan nilai alpha cronbach's sebesar 0,978. Karena nilai alpha cronbach's yang didapatkan > 0,70 maka instrumen penelitian dikatakan reliabel dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian. Data disajikan dalam bentuk tabel. Hasil yang diperoleh akan dimasukan perangkat lunak komputer dengan sistem SPSS (Software Product and Service Solution) Versi 17,0. Kemudian dibandingkan dengan melihat rerata data perilaku merawat vulva hygiene sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Hasil membandingkan rerata sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah tentang vulva hygiene mengalami perubahan dan itu artinya pendidikan kesehatan dengan metode

HASIL PENELITIAN

1. Usia Responden

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Siswi Kelas VIII di SMPN 4 Mojokerto

No	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1	13 tahun	5	23,8 %
2	14 tahun	11	52,4 %
3	15 tahun	5	23,8 %
Total		21	100

Dari tabel 1 diatas menunjukkan bahwa yang berumur 14 tahun (52,4%) lebih banyak dari yang berumur 13 dan 15 tahun (23,8%).

2. Pendidikan Orang tua

Tabel 2 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Orang Tua Siswi Kelas VIII di SMPN 4 Mojokerto

No	Pendidikan orang tua	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak sekolah	0	0,0 %
2	SD	10	47,6 %
3	SMP	8	38,1 %
4	SMA	3	14,3 %
5	Pendidikan Tinggi	0	0,0 %
Total		21	100,0 %

Dari tabel 2 diatas menunjukkan bahwa pendidikan orang tua responden lebih banyak yang SD (47,6%).

3. Pekerjaan Orang Tua

Tabel 3 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua Siswi Kelas VIII di SMPN 4 Mojokerto

No	Pekerjaan Orang Tua	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak bekerja	0	0,0 %
2	Pensiunan	0	0,0 %
3	Petani	10	47,6 %
4	Wiraswasta	11	52,4 %
5	PNS	0	0,0 %
Total		21	100,0

Dari Tabel 3 diatas menunjukkan bahwa pekerjaan orang tua responden lebih banyak wiraswasta (52,4%) daripada petani (47,6%).

4. Sumber Informasi tentang Menstruasi

Tabel 4 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Sumber Informasi yang didapat tentang menstruasi oleh Siswi Kelas VIII di SMPN 4 Mojokerto

No	Sumber Informasi	Frekuensi	Persentase (%)
1	Keluarga	10	47,6 %
2	Teman	11	52,4 %
3	Iklan di TV	0	0,0 %
4	Tenaga Kesehatan	0	0,0 %
5	Majalah	0	0,0 %
Total		21	100,0

Dari Tabel 4 diatas menunjukkan bahwa sumber informasi yang didapat oleh responden tentang menstruasi lebih banyak yang mendapatkan informasi dari teman (52,4%) daripada keluarga (47,6%).

5. Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah tentang Vulva Hygiene

Dari hasil penelitian didapatkan nilai rerata perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sebelum perlakuan sebesar 9,000 dan standart deviasi 1,546. Data tersebut bisa dilihat pada tabel 5

Tabel 5 Hasil Pengukuran Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah di SMPN 4 Mojokerto.

Pre Test	
Mean	9,000
Std. Deviasi	1,702
Nilai Maksimum	12,000
Nilai Minimum	7,000
N	21

Dari 7 parameter perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah didapatkan parameter mencuci tangan, remaja yang menjawab “Ya” dengan pertanyaan mencuci tangan dengan sabun sebelum BAK sebesar 38% dan yang mencuci tangan dengan sabun sesudah BAK sebesar 52%. Data tersebut bisa dilihat pada tabel 6

Tabel 6 Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah berdasarkan parameter Mencuci tangan di SMPN 4 Mojokerto

Pertanyaan	Parameter	
	Mencuci tangan	
	Ya	Tidak
Mencuci tangan dengan sabun sebelum BAK	38%	62%
Mencuci tangan dengan sabun sebelum BAB	43%	57%
Mencuci tangan dengan sabun sesudah BAK	52%	48%
Mencuci tangan dengan sabun sesudah BAB	71%	29%

Dari 7 parameter perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah didapatkan parameter cara membersihkan vulva, remaja yang menjawab “Ya” dengan pertanyaan tidak membersihkan daerah kewanitaan dengan sabun sebesar 19%. Data tersebut bisa dilihat pada tabel 7

Tabel 7 Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah berdasarkan parameter Cara membersihkan vulva di SMPN 4 Mojokerto

Pertanyaan	Parameter	
	Cara Membersihkan Vulva	
	Ya	Tidak
Membersihkan daerah kewanitaan dengan air bersih	57%	43%
Membasuh/cebok daerah kewanitaan dari depan ke belakang	81%	19%

Tidak membersihkan daerah kewanitaan dengan sabun	19%	81%
---	-----	-----

Dari 7 parameter perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah didapatkan parameter frekuensi mengganti pembalut, remaja yang menjawab “Ya” dengan pertanyaan mengganti pembalut 4-5 kali dalam sehari sebesar 29%. Data tersebut bisa dilihat pada tabel 8

Tabel 8 Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah berdasarkan parameter Frekuensi mengganti pembalut dalam sehari di SMPN 4 Mojokerto

Pertanyaan	Parameter	
	Frekuensi mengganti pembalut dalam sehari	
	Ya	Tidak
Mengganti pembalut 4-5 kali dalam sehari	29%	71%

Dari 7 parameter perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah didapatkan parameter frekuensi mengganti celana dalam dalam sehari, remaja yang menjawab “Ya” dengan pertanyaan mengganti celana dalam 2-3x sehari sebesar 81% dan mengganti celana dalam jika ada noda sebesar 57%. Data tersebut bisa dilihat pada tabel 9

Tabel 9 Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah berdasarkan parameter frekuensi menggani Celana Dalam dalam sehari di SMPN 4 Mojokerto

Pertanyaan	Parameter	
	Frekuensi mengganti Celana Dalam dalam sehari	
	Ya	Tidak
mengganti celana dalam 2-3x sehari	81%	19%
mengganti celana dalam jika ada noda/darah yang menempel di celana dalam	57%	43%

Dari 7 parameter perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah didapatkan parameter cara menjaga vulva agar tetap kering, remaja yang menjawab “Ya” dengan pertanyaan menggunakan handuk khusus selesai BAK sebesar 14% dan yang menggunakan handuk khusus ketika selesai BAB sebesar 19% serta menggunakan celana dalam katun sebesar 29%. Data tersebut bisa dilihat pada tabel 10

Tabel 10 Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah berdasarkan parameter Cara menjaga Vulva agar tetap kering di SMPN 4 Mojokerto

Pertanyaan	Parameter	
	Cara menjaga Vulva agar tetap kering	
	Ya	Tidak
membawa celana dalam ke manapun anda pergi	43%	67%
menggunakan handuk khusus/tissue ketika selesai BAK	14%	86%
menggunakan handuk khusus/tissue ketika selesai BAB	19%	81%
menggunakan celana dalam yang terbuat dari bahan katun dan dapat menyerap keringat	29%	71%
Tidak menggunakan celana dalam ketat saat menstruasi	71%	29%
mengganti celana dalam anda jika celana dalam anda lembab/kotor	57%	43%

Dari 7 parameter perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah didapatkan parameter cara menjaga vulva agar tetap kering, remaja yang menjawab “Ya” dengan pertanyaan tidak menggaruk daerah kewanitaan jika gatal sebesar 38% dan yang mencukur rambut daerah kewanitaan sebesar 14%. Data tersebut bisa dilihat pada tabel 11

Tabel 11 Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah berdasarkan parameter Cara mengatasi saat mengalami gatal di SMPN 4 Mojokerto

Pertanyaan	Parameter	
	Cara mengatasi saat mengalami gatal	
	Ya	Tidak
tidak membersihkan daerah kewanitaan dengan sabun mandi jika gatal	43%	57%
tidak menggaruk daerah kewanitaan anda jika gatal	38%	62%
mencukur rambut daerah kewanitaan anda sebelum panjang	14%	86%

Dari 7 parameter perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah didapatkan parameter cara menjaga vulva agar tetap kering, remaja yang menjawab “Ya” dengan pertanyaan menggunakan pembalut yang berbahan lembut, dapat menyerap dengan baik dan tidak menimbulkan gatal sebesar 43%. Data tersebut bisa dilihat pada tabel 12

Tabel 12 Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah berdasarkan parameter Cara memilih pembalut yang tepat di SMPN 4 Mojokerto

Pertanyaan	Parameter	
	Cara memilih pembalut yang tepat	
	Ya	Tidak
Menggunakan pembalut yang berbahan lembut, dapat menyerap dengan baik dan tidak menimbulkan gatal	43%	57%

6. Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah tentang Vulva Hygiene di SMPN 4 Mojokerto

Dari hasil penelitian didapatkan nilai rerata perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sesudah diberikan perlakuan sebesar 14,190 dan standart deviasi 1,503. Data tersebut bisa dilihat pada tabel 13.

Tabel 13 Hasil Pengukuran Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah di SMPN 4 Mojokerto

Post Test	
Mean	14,190
Std. Deviasi	1,503
Nilai Maksimum	17,000
Nilai Minimum	12,000
N	21

Dari 7 parameter perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah didapatkan parameter mencuci tangan, remaja yang menjawab “Ya” dengan pertanyaan mencuci tangan dengan sabun sesudah BAB sebesar 100%. Data tersebut bisa dilihat pada tabel 14

Tabel 14 Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah berdasarkan parameter Mencuci tangan di SMPN 4 Mojokerto

Pertanyaan	Parameter	
	Mencuci tangan	
	Ya	Tidak
mencuci tangan dengan sabun sebelum BAK	52%	48%
mencuci tangan dengan sabun sebelum BAB	33%	67%
mencuci tangan dengan sabun sesudah BAK	57%	43%
mencuci tangan dengan sabun sesudah BAB	100%	0%

Dari 7 parameter perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah didapatkan parameter mencuci tangan, remaja yang menjawab “Ya” dengan pertanyaan membasuh/cebok daerah kewanitaan dengan sabun sebesar 100%. Data tersebut bisa dilihat pada tabel 15

Tabel 15 Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah berdasarkan parameter Cara Membersihkan Vulva di SMPN 4 Mojokerto

Pertanyaan	Parameter	
	Cara Membersihkan Vulva	
	Ya	Tidak
membersihkan daerah kewanitaan dengan air bersih	81%	19%
membasuh/cebok daerah kewanitaan dari arah depan ke belakang	100%	0%
tidak membersihkan daerah kewanitaan dengan air bersih dan sabun mandi	57%	43%

Dari 7 parameter perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah didapatkan parameter mencuci tangan, remaja yang menjawab “Ya” dengan pertanyaan mengganti pembalut 4-5 kali sehari sebesar 81%. Data tersebut bisa dilihat pada tabel 16

Tabel 16 Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah berdasarkan parameter Frekuensi mengganti pembalut dalam sehari di SMPN 4 Mojokerto

Pertanyaan	Parameter	
	Frekuensi mengganti pembalut dalam sehari	
	Ya	Tidak
mengganti pembalut 4-5 kali dalam sehari	81%	19%

Dari 7 parameter perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah didapatkan parameter mencuci tangan, remaja yang menjawab “Ya” dengan pertanyaan mengganti celana dalam 2-3x sehari sebesar 100%. Data tersebut bisa dilihat pada tabel 17

Tabel 17 Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah berdasarkan parameter Frekuensi mengganti Celana Dalam dalam sehari di SMPN 4 Mojokerto

Pertanyaan	Parameter	
	Frekuensi mengganti Celana Dalam dalam sehari	
	Ya	Tidak
mengganti celana dalam anda 2-3x sehari	100%	0%
mengganti celana dalam jika ada noda/darah yang menempel di celana dalam	81%	19%

Dari 7 parameter perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah didapatkan parameter mencuci tangan, remaja yang menjawab “Ya” membawa celana dalam kemanapun anda pergi sebesar 71%, tidak menggunakan celana dalam ketat, mengganti celana dalam jika kotor/lembab sebesar 81%. Data tersebut bisa dilihat pada tabel 18

Tabel 18 Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah berdasarkan parameter Cara menjaga Vulva agar tetap kering di SMPN 4 Mojokerto

Pertanyaan	Parameter	
	Cara menjaga Vulva agar tetap kering	
	Ya	Tidak
membawa celana dalam ke manapun anda pergi	71%	29%
menggunakan handuk khusus/tissue ketika selesai BAK	67%	33%
menggunakan handuk khusus/tissue ketika selesai BAB	57%	43%
menggunakan celana dalam yang terbuat dari bahan katun dan dapat menyerap keringat	57%	43%
Tidak menggunakan celana dalam ketat saat menstruasi	81%	19%

mengganti celana dalam anda jika celana dalam anda lembab / kotor	81%	19%
---	-----	-----

Dari 7 parameter perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah didapatkan parameter mencuci tangan, remaja yang menjawab “Ya” dengan pertanyaan tidak menggaruk daerah kewanitaan jika gatal sebesar 95%. Data tersebut bisa dilihat pada tabel 19

Tabel 19 Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah berdasarkan parameter Cara mengatasi saat mengalami gatal di SMPN 4 Mojokerto

Pertanyaan	Parameter	
	Cara mengatasi saat mengalami gatal	
	Ya	Tidak
tidak membersihkan daerah kewanitaan dengan sabun mandi jika gatal	67%	33%
tidak menggaruk daerah kewanitaan jika gatal	95%	5%
mencukur rambut daerah kewanitaan anda sebelum panjang	24%	76%

Dari 7 parameter perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah didapatkan parameter mencuci tangan, remaja yang menjawab “Ya” dengan pertanyaan menggunakan pembalut yang berbahan lembut, dapat menyerap dengan baik dan tidak menimbulkan gatal 80%. Data tersebut bisa dilihat pada tabel 20

Tabel 20 Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah berdasarkan parameter Cara memilih pembalut yang tepat di SMPN 4 Mojokerto

Pertanyaan	Parameter	
	Cara memilih pembalut yang tepat	
	Ya	Tidak
menggunakan pembalut yang berbahan lembut, dapat menyerap dengan baik dan tidak menimbulkan gatal	80%	25%

7. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah tentang Vulva Hygiene terhadap Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi di SMPN 4 Mojokerto

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 21 responden sebelum perlakuan nilai reratanya adalah 9,000 dan setelah perlakuan nilai rerata perilaku remaja dalam merawat vulva hygiene saat menstruasi meningkat menjadi 14,190. rerata perubahan perilaku merawat vulva hygiene saat mentruasi adalah 5,190. Data tersebut bisa dilihat pada Tabel 21

Tabel 21 Hasil Pengukuran Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi Sebelum dan sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah di SMPN 4 Mojokerto

	Pre Test	Post Test	Perubahan
Mean	9,000	14,190	5,190
Std. Deviasi	1,702	1,503	0,199
Nilai Maksimum	12,000	17,000	5,000
Nilai Minimum	7,000	12,000	5,000
N	21	21	21

PEMBAHASAN

1. Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah

Dari hasil penelitian 21 responden didapatkan nilai rerata data perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sebelum perlakuan adalah 9,000. Dari data responden membersihkan daerah kewanitaan dengan sabun (19%), tidak sering mengganti pembalut (29%), menggunakan handuk khusus/tissue ketika selesai BAK (14%), menggunakan handuk khusus/tissue ketika selesai BAB (19%), menggunakan celana dalam yang terbuat dari bahan katun dan dapat menyerap keringat (29%). Tidak menggaruk organ kewanitaan anda jika gatal (38%).

Menurut Dwikarya (2005) Tidak boleh menggaruk daerah iritasi jika terasa gatal, sebagai ganti garukan, kompres menggunakan handuk yang dicelup air es pada bagian yang gatal. Menurut Wardayati (2013) Tidak disarankan menggunakan sabun mandi untuk membersihkan daerah intim karena pH sabun mandi rata-rata bersifat basa (pH > 7) dan pH basa akan membunuh bakteri baik yang ada didalam vagina. Disarankan cukup menggunakan air bersih jika tidak

keluhan yang berarti pada vagina, keringkan vagina (handuk bersih atau tissue) setelah membilasnya agar tidak lembab didaerah organ kewanitaan. Menurut Kusmiran (2012) Mengganti pembalut 4-5 kali sehari terutama saat menstruasi sedang banyak-banyaknya. Karena pembalut yang terlambat diganti bisa menimbulkan berbagai jenis penyakit terutama yang disebabkan oleh jamur dan bakteri dan juga menggunakan celana dalam dari bahan katun, karena cepat kering dan juga memungkinkan sirkulasi udara yang baik. Ini dapat membantu mencegah infeksi jamur karena kondisi lembab.

Dari data sebelum diberikan pendidikan kesehatan banyak remaja yang yang tidak sering mengganti pembalut sehingga menyebabkan berkembangnya jamur dan bakteri dari pembalut tersebut yang dapat membuat remaja tidak nyaman dan merasa gatal. Serta remaja juga cenderung menggunakan celana dalam yang ketat saat menstruasi sehingga mengakibatkan daerah organ kewanitaan menjadi lembab karena tidak ada udara yang bisa masuk dan menekan otot luar organ intim dan berdampak bertumbuhnya bakteri serta jamur di sekitar daerah

kewanitaan. Dan juga tidak menggunakan handuk khusus untuk mengeringkan organewanitaan setelah BAK maupun BAB dapat membuat organ reproduksi menjadi lembab dan menyebabkan berkembangnya jamur maupun bakteri disekitar organ reproduksi tersebut sehingga dapat menyebabkan gatal saat menstruasi di area organ reproduksi sehingga menyebabkan remaja membasuh vulva dengan sabun jika gatal dan ada yang menggaruk vulva jika vulva mereka gatal.

2. Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah

Dari hasil penelitian 21 responden didapatkan nilai rerata data perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sesudah perlakuan adalah 14,190. Dari data responden membersihkan daerah kewanitaan dengan air bersih (81%), membasuh/cebok daerah kewanitaan dari arah depan ke belakang (100%), mengganti pembalut 4-5 kali dalam sehari (81%), mengganti celana dalam anda 2-3x sehari (100%), tidak menggaruk daerah kewanitaan jika gatal (95%).

Menurut A joint Committe on Terminologi in Health Education of United States (1951) dikutip dalam Machfoedz (2005) pendidikan kesehatan adalah pengalaman belajar yang bertujuan untuk mengetahui pengetahuan, sikap dan perilaku yang ada hubungan dengan kesehatan perorangan ataupun kelompok. Pendidikan kesehatan merupakan metode yang tepat untuk memberikan informasi kepada remaja. Perilaku yang didasari

pengetahuan lebih tahan lama dibandingkan perilaku yang tidak didasari pengetahuan (Maulana, 2009).

Pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang cara merawat vulva hygiene dengan baik dan benar. Dengan pendidikan kesehatan yang diberikan remaja mulai menyadari adanya stimulus sehingga menimbulkan ketertarikan terhadap stimulus tersebut lalu mengakibatkan adanya perhatian dari remaja tersebut dan apabila stimulus telah mendapat perhatian maka remaja mulai menimbang-nimbang tentang baik tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya setelah itu akan terjadi kesediaan pada remaja tersebut untuk mencoba perilaku baru dan akhirnya dengan perilaku baru sesuai pengetahuan, sikap dan kesadarannya serta dukungan, fasilitas dan dorongan dari lingkungan maka remaja mengubah perilakunya dalam merawat vulva hygiene saat menstruasi.

3. Efektifitas Pendidikan Kesehatan dengan Metode Ceramah tentang Vulva Hygiene terhadap Perilaku Merawat Vulva Hygiene saat Menstruasi di SMPN 4 Mojokerto

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 21 responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah nilai reratanya adalah 9,000 dan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah nilai reratanya adalah 14,190. rerata perubahan perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi adalah 5,190.

Pendidikan kesehatan merupakan metode yang tepat untuk memberikan informasi kepada remaja. Perilaku yang didasari pengetahuan lebih tahan lama dibandingkan perilaku yang tidak didasari pengetahuan (Maulana, 2009). Pemerintah mendukung pemberian pendidikan kesehatan yang seluas-luasnya kepada remaja untuk penanganan masalah kesehatan reproduksi karena sesuai dengan konteks perundangundangan yang berlaku dan kondisi sosial budaya masyarakat Indonesia. Upaya preventif untuk menuju reproduksi sehat sudah harus dimulai minimal pada usia remaja. Remaja harus dipersiapkan baik pengetahuan, sikap, dan perilakunya kearah pencapaian reproduksi yang sehat (WHO, 2000 dalam Puspitaningrum 2010). Perilaku seseorang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan dan pengetahuannya. Pengetahuan seseorang tentang sesuatu dapat menyebabkan perubahan perilaku (Notoatmodjo, 2003). Tingkat pengetahuan yang kurang dikarenakan beberapa hal, yaitu penyampaian informasi yang kurang tepat atau kurang lengkap, sumber informasi yang salah, dan penyampaian informasi yang berlebihan sehingga menimbulkan sikap diskriminan dikalangan remaja tentang menstruasi (Sarwono, 2006).

Upaya yang dilakukan adalah pemberian informasi atau pesan kesehatan berupa penyuluhan kesehatan untuk memberikan atau meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang kesehatan agar memudahkan terjadinya perilaku

sehat. Sehingga mempunyai kemampuan mengenal masalah kesehatan dirinya, keluarga, dan kelompoknya dalam meningkatkan kesehatannya. Kurangnya pengetahuan disebabkan karena dari segi fisik dan psikologis remaja belum matang, informasi yang kurang dari orang tua, sulitnya mencari informasi karena letak desa yang jauh dari perkotaan sehingga menyebabkan remaja berperilaku buruk saat menstruasi. Pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dapat menambah pengetahuan remaja sehingga remaja dapat mengerti dan paham bagaimana cara merawat dan menjaga kebersihan vulva dengan baik dan benar sehingga dapat mengubah perilaku buruk remaja menjadi lebih baik. Didapatkan peningkatan rerata perilaku remaja dalam merawat vulva hygiene saat menstruasi sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode ceramah terhadap perubahan perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi.

KESIMPULAN

1. Perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah reratanya adalah 9,000.
2. Perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah adalah 14,190.
3. Ada peningkatan perilaku merawat vulva hygiene sebelum dan sesudah diberikan

pendidikan kesehatan dengan metode ceramah, rerata rubahannya adalah 5,190. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode ceramah terhadap perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyaroh, N. (2010). Kesehatan Reproduksi Remaja. Jurnal Majalah Ilmiah Sultan Agung, Universitas Sultan Agung.
- Andira, D. (2010). Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita. Yogyakarta: A+Plus Books.
- Ariyani, I. (2009). Aspek Biopsikososial Hygiene Menstruasi Siswi SMP Pondok Pesantren.
- Depkes RI. (2007). Remaja Sehat Why Not?. Jakarta.
- Dwikarya, M. (2005). Menjaga Organ Intim, Penyakit dan Penanggulangannya. Jakarta: Kawan Pustaka.
- Hidayat, A. (2009). Metode Pendidikan Keperawatan dan Teknik Analisis Data. Jakarta: Salemba Medika.
- Kusmiran, E. (2012). Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika.
- Laksamana. (2001). Kebutuhan Dasar Manusia. Jakarta: Gramedia Pustaka.
- Machfoedz, I. et all. (2005). Pendidikan Kesehatan bagian dari Promosi Kesehatan. Yogyakarta: Fitramaya.
- Maulana, H. (2009). Promosi Kesehatan. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2003). Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Puspitaningrum, D. 2010. Praktik Perawatan Organ Genitalia Eksternal pada Anak Usia 10-11 Tahun yang Mengalami Menarche Dini di Sekolah Dasar Kota Semarang. Diakses tanggal 6 Juni 2012. Pukul 18.28 WIB.
- Sari, I. P. et all. (2013). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Menstruasi terhadap Perubahan Perilaku Menstrual Hygiene Remaja Putri untuk Pencegahan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR).
- Sarwono, S. (2006). Psikologi Remaja. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Wardayati, T. (2013). Agar Organ Kewanitaan selalu terjaga kebersihannya