

PRILAKU PERSONAL HYGIENE REMAJA PUTRI PADA SAAT MENSTRUASI

PERSONAL HYGIENE BEHAVIOR FEMALE TEENAGER WHEN TO MENSTRUATING

Dahniar Dahlan

Prodi D-III Kebidanan
Jurusan Kesehatan
Politeknik Baubau

dahniardahlan11@gmail.com

Journal Health Quality
Development
E-ISSN: 2798-2025
Vol.1, No.2, pp.109-115
Desember 2021



Abstrak: Personal Hygiene menstruasi merupakan komponen hygiene perorangan yang memegang peranan penting dalam menentukan status kesehatan, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi. Akibat kurangnya pemahaman personal hygiene genitalia saat menstruasi adalah terjadinya gangguan kesehatan reproduksi seperti keputihan, infeksi saluran kemih, penyakit radang panggul dan kemungkinan terjadi kanker leher rahim. Salah satu penyebab terjadinya infeksi jamur dan bakteri pada wanita adalah kurangnya perilaku personal hygiene saat menstruasi dan malas mengganti pembalut. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan, pemberian informasi dengan tindakan personal hygiene menstruasi di SMP Negeri 4 Baubau. Metode penelitian yang digunakan adalah survey analitik dengan desain cross sectional. Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri kelas VII, VIII dan IX yang sudah mendapatkan menstruasi yaitu sebanyak 41 orang dan seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Analisis yang digunakan adalah univariat dan bivariat dengan uji statistik yang digunakan adalah uji chi-square pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan (p -value=0,001

Kata Kunci: pengetahuan, informasi, personal hygiene, menstruasi

Abstract: Menstrual personal hygiene is a component of the personal hygiene plays an important role in determining the health status, particularly protected from infection reproduction organ. Due to the lack of understanding of personal hygiene genitalia during menstruation is occurrence of reproductive health disorders such as, vaginal discharge, urinary tract infection, pelvic inflammatory disease and the possibility of cervical cancer. One cause of fungal and bacterial infections in women is the lack of personal hygiene behavior during menstruation and lazy to change pads. The purpose of this research was to determine the relationship of knowledge, providing information with menstrual personal hygiene teenage girl in SMP Negeri 4 Baubau. The method of this research was analytic survey with cross sectional design. The population in this reseach were consist of teenage girl class VII, VIII dan IX who had menstruated, as many as 41 people and the entire population was sampled. The analysis used was univariate and bivariate with the Statistical test used chi-square test at the 95% confidence level ($\alpha=0,05$). The result showed that there was significant relationship between Knowledge (p value=0,001 <0,05), providing information (p - value=0,002<0,05) with menstrual personal hygiene teenage girl. It was expected that in the future teenage girl could maintain good behaviour during menstruation and continue to increase knowledge about personal hygiene during menstruation.

Keywords: knowledge, information, personal hygiene, menstruation

PENDAHULUAN

Remaja menurut *World Health Organization* (WHO) adalah masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya

sampai saat ia mencapai kematangan seksual. Masa remaja adalah mereka yang berada pada tahap transisi antara masa anak – anak dan dewasa. Batasan usia remaja menurut WHO adalah 12 sampai 24 tahun. Menurut Peraturan

Menteri Kesehatan RI No. 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 sampai 18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 sampai 24 tahun dan belum menikah. Di dunia diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia (WHO, 2014). Data demografi menunjukkan sekitar seperlima dari penduduk dunia adalah remaja berusia 10-19 tahun. Berdasarkan data yang dihimpun dari Badan Pusat Statistik dan Badan Perencanaan Pembangunan Nasional pada tahun 2010, 63 juta remaja di Negara Indonesia berisiko melakukan perilaku yang tidak sehat. Misal, kurangnya tindakan merawat kebersihan organ reproduksi ketika mengalami menstruasi. Angka insiden penyakit infeksi yang terjadi ada saluran reproduksi pada remaja (10–18 tahun), yaitu 35 sampai 42% serta dewasa muda (18–22 tahun) sebesar 27 hingga 33%.

Indonesia berada pada peringkat pertama untuk kasus wanita penderita kanker mulut rahim (serviks) sedunia, sedangkan data dari Yayasan Kanker Indonesia, bahwa penyakit kanker leher rahim (serviks) mengakibatkan korban meninggal dunia sedikitnya 555 wanita perharinya dan 200.000 wanita pertahunnya (Pribakti, 2010).

Hygiene pada saat menstruasi merupakan hal penting dalam menentukan kesehatan organ reproduksi remaja putri. Perawatan yang baik merupakan faktor penentu dalam memelihara kesehatan reproduksi karna

pada saat menstruasi pembeluh darah dalam rahim sangat mudah sekali terkena infeksi (Aryani, 2010). Menurut Mardani dan Priyoto (2010), perilaku personal hygiene adalah suatu pemahaman, sikap dan praktik yang dilakukan seseorang untuk meningkatkan derajat kesehatan, memelihara kebersihan diri, meningkatkan rasa percaya diri dan mencegah timbulnya penyakit. Akibat kurangnya pemahaman personal hygiene genitalia adalah terjadinya gangguan kesehatan reproduksi seperti keputihan, infeksi saluran kemih, penyakit radang panggul dan kemungkinan terjadi kanker leher rahim (Wakhidah dan Wijiyanti, 2014). Menurut Mohammad (2007), remaja pada umumnya belum banyak mendapatkan informasi dasar mengenai kesehatan reproduksi. Banyak diantara mereka yang kurang atau tidak memiliki hubungan yang stabil dengan orang tua atau dengan orang dewasa lainnya, dengan siapa sebaiknya remaja dapat berbicara tentang masalahmasalah kesehatan reproduksi. Informasi merupakan bagian penting dari proses pemahaman bagi seseorang. Informasi yang diberikan mencakup pengetahuan tentang apa yang terjadi pada dirinya dalam hal reproduksi dan bagaimana organ dan fungsi reproduksinya berkembang (Agra, 2010).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nita (2014), minimnya sumber informasi yang diperoleh siswi dapat menimbulkan kurangnya informasi siswi dalam melakukan personal hygiene saat menstruasi. Pemberian informasi yang lebih awal dan dari berbagai

sumber yang terpercaya dapat mempengaruhi perilaku anak remaja terhadap kebersihan menstruasi yang lebih baik (Rahman, Nita, 2014)

Informasi yang tepat dan relevan tentang kesehatan reproduksi merupakan hal yang sangat penting diberikan kepada anak. Ada banyak sumber informasi tentang haid, misalnya dari guru sekolah, kalangan medis, bacaan dan film pendidikan (Rahmawati, 2010). Kebersihan selama menstruasi dipengaruhi beberapa faktor seperti daerah tempat tinggal, status ekonomi dan pengetahuan. Penggunaan pembalut perlu diperhatikan karena pembuluh darah dalam rahim pada saat menstruasi mudah mengalami infeksi. Untuk menampung darah menstruasi pembalut harus diganti sekitar 4-5 kali dalam sehari untuk menghindari iritasi serta masuknya bakteri ke dalam vagina, (Manuaba, 2002 dalam Winerungan, 2013). Berdasarkan hasil penelitian Durisah (2016) pada remaja putri di SMP Pesantren Pancasila Kota Bengkulu diketahui bahwa 17 orang (47,2%), mempunyai pengetahuan kurang, 11 orang (30,6%) berpengetahuan Cukup, dan 8 orang (22,2%) berpengetahuan baik tentang kesehatan organ reproduksi pada saat menstruasi. Berdasarkan hasil survei pendahuluan dengan melakukan wawancara kepada 10 siswa remaja putri di SMP Negeri 4 Baubau pada tanggal 21 Januari 2021, didapatkan tiga orang remaja putri mampu menyebutkan bagaimana cara merawat organ genitalia eksternanya selama menstruasi yaitu mengganti pembalut setiap empat jam sekali dan tujuh orang tidak mampu

menyebutkan bagaimana cara merawat organ genitalia eksternanya selama menstruasi. Pada tindakan personal hygiene didapat empat orang tindakan baik terhadap cara merawat organ genitalia eksternanya selama menstruasi yaitu menyatakan setuju yang dilakukan pertama sekali sebelum membasuh alat kelamin adalah mencuci tangan, dan enam diantaranya tindakan buruk terhadap cara merawat organ genitalia eksternanya selama menstruasi karena menyatakan setuju cara membersihkan atau membasuh alat kelamin wanita dari arah belakang kedepan.

METODE

Jenis penelitian ini adalah Survey analitik dengan rancangan *cross sectional* yaitu untuk menjelaskan hubungan pengetahuan dan pemberian informasi dengan personal hygiene remaja putri saat menstruasi di SMP Negeri 4 Baubau Tahun 2021. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 4 Baubau. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang telah mengalami menstruasi di SMP Negeri 4 Baubau yaitu kelas VII, VIII, dan IX sebanyak 41 orang. Sampel yang penelitian yaitu seluruh populasi sehingga teknik pengambilan sampel adalah memakai total sampling. Pengumpulan data dalam penelitian ini didapat dari data primer melalui pengisian kuesioner oleh responden. Hasil penelitian dianalisis secara univariat dan bivariat dengan menggunakan analisis chi square dengan menggunakan alpha 0.05.

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa mayoritas responden berpengetahuan kurang sebesar 48,8%, mayoritas responden tidak

pernah mendapat informasi sebesar 56,1% dan mayoritas tindakan buruk sebesar 70,7%.

HASIL

Tabel 1. Hasil Analisis Univariat Perilaku Remaja

Variabel		n	%
Pengetahuan	Kurang	20	48,8
	Cukup	15	36,6
	Baik	6	14,6
Pemberian Informasi	Tidak Pernah	23	56,1
	Pernah	18	43,9
Tidak	Buruk	29	70,7
	Baik	12	29,3
Jumlah		41	100

Berdasarkan hasil analisis bivariat

hubungan pemberian informasi dengan tindakan personal hygiene remaja putri saat menstruasi di SMP Negeri 4 Baubau Tahun 2021 dengan nilai $p < 0,05$ (0.002) maka H_0 ditolak menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pemberian informasi dengan tindakan personal hygiene menstruasi di SMP Negeri 4 Baubau Tahun 2021 dimana mayoritas remaja putri pemberian informasi tidak pernah dan tindakan personal hygiene saat menstruasi buruk sebanyak 21 orang (51,2%) sedangkan minoritas remaja putri pemberian informasi pernah dan tindakan personal hygiene saat menstruasi baik sebanyak 8 orang (19,5%).

Tabel 2. Analisis Hubungan Pengetahuan dan Pemberian Informasi dengan Personal Hygne pada Remaja

Variabel		Tindakan				Total		p-Value
		Baik		Buruk		n	%	
		n	%	n	%			
Pengetahuan	Kurang	18	44	2	4,9	20	48,9	0,003
	Cukup	10	24,3	5	12,2	15	36,5	
	Baik	1	2,6	5	12,2	6	14,6	
Pemberian Informasi	Tidak Pernah	21	51,2	2	4,9	23	56,1	0,001
	Pernah	8	19,5	10	24,4	18	43,9	

PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan Dan Pemberian Informasi dengan Tindakan Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi di SMP Negeri 4 Baubau Tahun 2021. Hasil penelitian membuktikan adanya hubungan pengetahuan dengan tindakan personal hygiene dimana pengetahuan remaja putri di SMP Negeri 4 Baubau masih dalam kategori kurang dengan tindakan buruk sebesar 44,0%. Hal ini karena dipengaruhi oleh pemahaman yang masih salah sehingga kemampuan untuk diperaktekkan

berada pada kondisi yang tidak benar dan pengalaman orang sekitar dimana melaksanakan personal hygiene menstruasi.

Penelitian lainnya seperti yang dilakukan oleh Khotimah et al (2014) [11], pengetahuan remaja putri tentang menstruasi di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta dengan kategori pengetahuan baik yaitu sebanyak 43 orang (60,6%). Menurut Oktariani (2019) pengetahuan responden tentang personal hygiene saat menstruasi termasuk dalam kategori baik sebanyak 37 orang (78,7%).

Menurut Mubarak dan Chayatin (2009), ada 7 faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang antara lain sebagai berikut: pendidikan, pekerjaan, usia, minat, pengalaman, kebudayaan, lingkungan sekitar dan informasi. Personal hygiene menstruasi adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis atau tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada daerah kewanitaan pada saat menstruasi (Pribakti, 2008). Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Novianti di SMP Negeri Satap Bukit Asri Kabupaten Buton (2016) yaitu mayoritas remaja putri pengetahuan cukup sebanyak 20 orang (60,6%) dan berpengetahuan kurang sebanyak 13 (39,4%), namun tidak sesuai dengan penelitian yang dilakukan Fisseha (2017). Hasil penelitian tidak sejalandengan penelitian yang dilakukan oleh Shanti dan Yuniarti (2014) yang menunjukkan bahwasebagian besar remaja putri di SMA Negeri 1 Melati Sleman Yogyakarta memiliki pengetahuan yang baik tentang pengertian menstruasi. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusumarini (2014) yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswi memiliki pengetahuan baik tentang pengertian menstruasi. Ini di sebabkan oleh siswi Sekolah Menengah Pertama (SMA) lebih banyak terpapar informasi terkait menstruasi daripada anak Sekolah Menengah Pertama ini (SMP) yang baru awal mengalami menarche dan relatif masih memiliki sedikit pengalaman dalam menangani menstruasinya.

Notoadmodjo (2012) menyatakan bahwa pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang.

Semakin tinggi pendidikan/pengetahuan seseorang maka semakin tinggi pula kesadaranya melakukan tindakan yang benar. Dengan pengetahuan maka seseorang tahu tentang apa saja penyebab penyakit yang bisa terjadi. Sehingga dengan pengetahuan yang ia miliki maka seseorang akan berusaha melakukan upaya agar terhindar dari penyakit. Hasil penelitian juga membuktikan adanya hubungan antara pemberian informasi dengan tindakan personal hygiene dari 41 remaja putri hanya 18 orang (43,9%) yang mendapatkan informasi terkait personal hygiene menstruasi dan mayoritas informasi di dapatkan dari ibu yaitu sebesar 50%.

Informasi yang tepat dan relevan tentang kesehatan reproduksi merupakan hal yang sangat penting diberikan kepada anak (Rahmawati, 2010). Rahman dan nita (2014) menyatakan bahwa pemberian informasi dapat mempengaruhi perilaku anak remaja terhadap personal hygiene menstruasi. Pemeberian informasi akan meningkatkan pengetahuan hingga menimbulkan kesadaran dan akhirnya menimbulkan perilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki. Informasi yang diperoleh dari pendidikan formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan (Erfandi, 2009).

Pernah tidaknya diterima atau tidaknya informasi tentang kesehatan akan menentukan perilaku kesehatan. Informasi dapat diterima melalui petugas langsung dalam bentuk penyuluhan, pendidikan kesehatan, dari media massa, leaflet, siaran televisi dan lain-lain. Sumber informasi adalah media yang berperan penting bagi seseorang dalam menentukan sikap dan keputusan untuk bertindak. Sumber informasi itu dapat diperoleh dengan bebas mulai dari teman sebaya, buku-buku, film, video bahkan dengan mudah membuka situs lewat internet (Taufia, 2017).

Perkembangan kehidupan remaja ditandai dengan meningkatnya pengaruh teman sebaya. Remaja lebih banyak menghabiskan waktunya untuk berinteraksi sosial dengan teman sebayanya. Teman sebaya memberikan pengaruh yang besar terhadap sikap, minat, penampilan dan perilaku remaja. Hal tersebut dikarenakan komunikasi diantara teman sebaya lebih mudah dicerna dan diterima daripada komunikasi dengan orang tua atau yang lebih dewasa daripada remaja (Desmita, 2014).

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden berpengetahuan kurang sebanyak 21 orang (51,2%), tidak pernah mendapat informasi tentang personal hygiene sebanyak 23 Orang (56,1%) dan mayoritas tindakan buruk sebanyak 29 orang (70,7%). Dari hasil analisis bivariat diketahui ada hubungan antara pengetahuan dan pemberian informasi dengan tindakan personal

hygiene di SMP Negeri 4 Baubau. Diharapkan agar guru di sekolah dapat membantu siswi berperilaku yang baik seperti bekerja sama dengan layanan kesehatan setempat untuk melakukan penyuluhan individu atau kelompok, dan mendatangkan narasumber untuk mendatangkan narasumber untuk pengetahuan tentang personal hygiene menstruasi.

REFERENSI

- Ariyani, I. 2010. *Aspek Biopsikososial Hygiene Menstruasi Siswi SMP PondokPensantren. Skripsi.* Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Jakarta.
- BKKBN. 2007. *Survey Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia.* Jakarta: Kementrian Kesehatan.
- Hidayah, N., Rafiludin, M.Z., & Aruben, R. (2016). *Hubungan Status Gizi, Asupan Zat Gizi, dan Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi Remaja Putri Pondok Pesantren Salafiyah Kauman Kabupaten Pemalang Tahun 2016.* Jurnal Kesehatan Masyarakat Vol 4
- Handayani, Hani. 2011. *Hubungan pengetahuan sikap dan perilaku remaja putrid tentang organ genitalia eksterna di Madrasah Tsanawiyah Pembangunan [Tesis].* Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Mohammad Haid dan Siklusnya Jakarta; PT Bina Pustaka
- Sarwono Prawirohardjo; 2007 Novianti (2016), *Jurnal Hubungan Pengetahuan dan Tindakan Personal Hygiene Remaja Putri di SMP Negeri Satap Bukit Asri Kabupaten Buton.*
- Notoadmodjo, S (2010), *Metode Penelitian Kesehatan.* Jakarta 1 Rineka Cipta
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penetian Ilmu Keperawatan.* Jakarta: Salemba Medika
- Sunarsih. (2017). *Hubungan Status Gizi Dan Aktifitas Fisik Terhadap Keteraturan Siklus Menstruasi Mahasiswa Program*

- Studi Kebidanan Universitas Malahayati Tahun 2017. *Jurnal Kebidanan*, Vol. 3 (4), : 190-195.
- Suryati. 2012. *Perilaku Kebersihan Remaja saat Menstruasi*. *Jurnal Health Quality*
- Tarwoto dan Wartonah. 2011. *Kebutuhan Dasar Manusia dan proses Keperawatan* Edisi 4. Jakarta: Salemba Medika.
- Wurji. (2010). *Menstruasi Remaja*. Diperoleh tanggal 2 Januari 2016 dari <http://sits.Kesproinfo/Menstruasi.htm>
- Widyastuti, Y., Anita, R., Eka, Y.P. (2009). *Kesehatan Reproduksi* Jakarta: Fitramaya
- WHO. (2014). *Maternal Mortality: World Health Organization*.