

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI DENGAN TINDAKAN PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI DI SMK HASSINA

Fitrianindyah Yudha Ariesta^{1*}, Niar Asyiah²

^{1,2} Poltekkes Yapkesbi Sukabumi

*Email: adak.aduk1@gmail.com

ABSTRAK

Kesehatan reproduksi merupakan suatu keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial yang baik, bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan, tetapi juga sehat dari aspek yang berhubungan dengan system reproduksi, fungsi dan prosesnya. Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi dengan tindakan personal hygiene saat menstruasi. Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Sampel sebanyak 37 responden dengan teknik pengambilan *total sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Analisa data menggunakan uji *chi-square*. Sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi tentang personal hygiene saat menstruasi yaitu sebanyak 20 responden (54,1%). Sebagian besar remaja putri memiliki tindakan personal hygiene yang tinggi pada saat menstruasi yaitu sebanyak 20 responden (54,1%). Hasil uji statistik *Chi Square* diperoleh nilai *p-value* adalah 0,01 yang berarti $\alpha \leq 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Terdapat hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi dengan tindakan personal hygiene saat menstruasi kelas. Diharapkan Sekolah dapat meningkatkan program UKS dengan berkoordinasi bersama tenaga kesehatan untuk memberikan informasi kepada remaja putri dengan cara diskusi atau tanya jawab mengenai tindakan personal hygiene saat menstruasi.

Kata Kunci : Menstruasi, Pengetahuan, Personal Hygiene

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan suatu keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial yang baik, bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan, tetapi juga sehat dari aspek yang berhubungan dengan system reproduksi, fungsi dan prosesnya. (Otu et al., 2021; Yaya et al., 2020))

Menurut World Health Organization (WHO), sekitar seperlima penduduk dunia merupakan remaja berusia 10–19 tahun dan sebagian besar berada di negara berkembang. Kawasan Asia Pasifik mencakup sekitar 60% populasi dunia, dengan sekitar seperlimanya merupakan kelompok remaja. Di Indonesia, hasil Sensus Penduduk tahun 2020 menunjukkan bahwa jumlah remaja usia 10–24 tahun mencapai sekitar 67 juta jiwa atau 24% dari total penduduk, sehingga remaja menjadi kelompok strategis yang perlu mendapat perhatian dalam pembangunan nasional (Badan Pusat Statistik [BPS], 2021).

Namun demikian, hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi masih tergolong rendah, ditandai dengan hanya 33% remaja perempuan dan 37% remaja laki-laki yang mengetahui masa subur. Selain itu, sebagian besar

remaja telah berpacaran, yaitu 81% pada remaja perempuan dan 84% pada remaja laki-laki, dengan usia awal berpacaran terbanyak pada rentang 15–17 tahun, yang berpotensi meningkatkan risiko masalah kesehatan reproduksi apabila tidak diimbangi dengan pengetahuan yang memadai (BKKBN et al., 2018).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa remaja masih sering melakukan praktik personal hygiene genitalia yang tidak tepat, seperti membersihkan organ genital dari arah belakang ke depan, menggunakan sabun biasa atau cairan pembersih yang tidak sesuai, menaburkan bedak, hingga menyemprotkan parfum ke dalam vagina, yang dapat mengganggu keseimbangan flora normal dan meningkatkan risiko infeksi pada organ reproduksi (Sari & Rahayu, 2019). Penelitian lain juga menyebutkan bahwa personal hygiene genitalia merupakan aspek penting dalam menjaga kesehatan reproduksi remaja, dan rendahnya tingkat pengetahuan berhubungan signifikan dengan perilaku higiene yang kurang baik serta meningkatnya keluhan kesehatan reproduksi seperti keputihan patologis (Putri et al., 2020; Wahyuni & Astuti, 2022).

Oleh karena itu, edukasi kesehatan reproduksi, khususnya terkait personal hygiene genitalia yang benar, sangat diperlukan guna meningkatkan pengetahuan dan membentuk perilaku sehat pada remaja perempuan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti di SMK Hassina Kabupaten Bogor terhadap 37 orang remaja putri, 70% di antaranya kurang mengetahui personal hygiene yang benar saat menstruasi.

Dengan melihat permasalahan tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: “Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMK Hassina”.

METODE

Desain penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Penelitian ini melakukan penelitian pengukuran atau pengamatan terhadap hubungan pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi dengan tindakan personal hygiene saat menstruasi. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas XII keperawatan A & B di Smk Hassina dengan jumlah 37 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Total Sampling*. Penelitian ini akan dilakukan pada bulan juni-juli 2024 di Smk Hassina. Analisa data yang digunakan pada penelitian yaitu *Chi-Square*

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang *Personal Hygiene*

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Rendah	17	45.9
Tinggi	20	54.1
Total	37	100.0

Berdasarkan tabel di atas didapatkan bahwa pengetahuan rendah sebanyak 17 responden dan pengetahuan tinggi sebanyak 20 responden, total 37 responden.

Tabel 2. Distribusi frekuensi Tindakan *Personal Hygiene*

Tindakan	Frekuensi	Persentase
Kurang Baik	17	45.9
Baik	20	54.1
Total	37	100.0

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa yang kurang baik 17 responden dan yang baik 20 responden, total 37 responden.

Tabel 3. Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Dengan Tindakan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Di SMK Hassina

Pengetahuan	Tindakan				Total		Pvalue
	Kurang baik		Baik				
	F	%	F	%	F	%	
Rendah	17	45.9	0	0	17	45.9	0,01
Tinggi	0	0	20	54.1	20	54.1	
Total	17	45.9	20	54.1	37	100	

Berdasarkan tabel 3 hasil penilaian kepada 37 responden, 17 responden (45,9) dalam kategori rendah. 20 responden (54,1) dalam kategori tinggi. Dengan hasil uji statistik Chi Square yang diperoleh nilai p-value adalah 0,01 yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima dengan nilai p-value $\alpha \leq 0,05$, Dari hasil analisa bivariat diketahui nilai p-value $\alpha 0,01 \leq 0,05$, hal ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi dengan tindakan personal hygiene saat menstruasi. Sehingga penulis berkesimpulan bahwa hubungan pengetahuan personal hygiene saat menstruasi sangat berhubungan dengan tindakan personal hygiene saat menstruasi.

PEMBAHASAN

1. Pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat mensruasi

Berdasarkan data tabel 1 dari 37 responden didapatkan pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* bahwa 17 orang (45,9%) dengan kategori rendah, 20 orang (54,1%) dengan kategori tinggi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar remaja putri telah memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai *personal hygiene*, masih terdapat remaja putri dengan tingkat pengetahuan yang rendah. Kondisi ini perlu mendapat perhatian karena tingkat pengetahuan yang rendah dapat berdampak pada perilaku kebersihan diri yang tidak tepat dan meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi. Pengetahuan merupakan faktor penting yang memengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan, di mana semakin baik pengetahuan seseorang, maka semakin baik pula perilaku yang ditunjukkan (Notoatmodjo, 2018). Beberapa penelitian menyatakan bahwa pendidikan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* pada remaja putri (Astuti & Wulandari, 2018; Suryani & Lestari, 2020). Selain itu, penggunaan media edukasi seperti leaflet dinilai mampu meningkatkan pemahaman remaja karena bersifat sederhana, mudah dipahami, dan dapat dibaca ulang kapan saja (Hidayah & Rahmawati, 2019). Seminar dan penyuluhan kesehatan reproduksi yang disampaikan secara terstruktur juga berperan penting dalam meningkatkan kesadaran remaja terhadap pentingnya menjaga kebersihan diri, khususnya kebersihan organ reproduksi (Pratiwi & Handayani, 2021). Oleh karena itu, upaya promotif dan preventif melalui penyuluhan, pembagian leaflet, serta seminar kesehatan perlu terus ditingkatkan sebagai strategi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* pada remaja putri.

2. Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi

Berdasarkan data tabel 2 dari 37 responden didapatkan 17 orang (45,9%) dengan kategori rendah dengan tindakan *personal hygiene* dan 20 orang (54,1%) dengan kategori tinggi.

Hal tersebut sesuai dengan teori Notoatmodjo bahwa perilaku merupakan hasil daripada segala macam pengalaman serta interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap dan tindakan. perilaku merupakan respon/reaksi seorang individu terhadap stimulus yang berasal dari luar maupun dari dalam dirinya. Solusi untuk masalah ini diantaranya diadakannya penyuluhan tentang *personal hygiene*, pembagian liflet dan seminar kesehatan. (Notoatmodjo, 2018)

Selain itu, penggunaan media edukasi seperti leaflet terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja karena informasi yang disampaikan lebih

mudah dipahami dan dapat dipelajari secara mandiri (Putri & Sulastri, 2022).

Perilaku kesehatan pada remaja merupakan hasil dari proses belajar yang terbentuk melalui pengalaman serta interaksi individu dengan lingkungan sekitarnya. Perilaku tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, terutama pengetahuan dan sikap yang dimiliki individu (Azwar, 2017; Lestari, 2018).

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diperoleh kesimpulan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan remaja putri saat menstruasi dengan tindakan personal hygiene saat menstruasi. Diharapkan Sekolah dapat meningkatkan program UKS dengan berkoordinasi bersama tenaga kesehatan untuk memberikan informasi kepada remaja putri dengan cara diskusi atau tanya jawab mengenai tindakan personal hygiene saat menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, D., & Wulandari, R. D. (2018). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan personal hygiene remaja putri. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 13(2), 95–102. <https://doi.org/10.14710/jpki.13.2.95-102>
- Azwar, S. (2017). *Sikap manusia: Teori dan pengukurannya* (ed. ke-2). Pustaka Pelajar.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), Badan Pusat Statistik, & Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017: Kesehatan Reproduksi Remaja*. BKKBN.
- Badan Pusat Statistik. (2021). *Hasil sensus penduduk 2020*. BPS Republik Indonesia.
- Hidayah, N., & Rahmawati, I. (2019). Efektivitas media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan personal hygiene pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 23–30. <https://doi.org/10.15294/kemas.v15i1.18234>
- Lestari, T. (2018). *Perilaku kesehatan*. Graha Ilmu.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan* (ed. revisi). Rineka Cipta.
- Otu, A., Danhouno, G., & Yaya, S. (2021). Prioritizing sexual and reproductive health in the face of competing health needs: Where are we going? *Reproductive Health*, 18(1), 8. <https://doi.org/10.1186/s12978-021-01068-0>
- Pratiwi, N. L., & Handayani, S. (2021). Pendidikan kesehatan reproduksi terhadap

- perilaku kebersihan diri remaja putri. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 12(1), 45–52. <https://doi.org/10.22435/kespro.v12i1.4098>
- Putri, R. A., Handayani, S., & Nurhidayati, N. (2020). Hubungan pengetahuan tentang kebersihan organ reproduksi dengan kejadian keputihan pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(2), 85–92. <https://doi.org/10.22435/kespro.v11i2.3127>
- Putri, D. A., & Sulastri, S. (2022). Efektivitas pendidikan kesehatan melalui media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan personal hygiene remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 16(1), 55–62. <https://doi.org/10.24893/jkma.v16i1.1123>
- Sari, D. P., & Rahayu, S. (2019). Perilaku personal hygiene genitalia pada remaja putri. *Jurnal Kebidanan*, 8(1), 15–22. <https://doi.org/10.26714/jk.8.1.2019.15-22>
- Suryani, D., & Lestari, T. (2020). Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku personal hygiene pada remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(2), 110–117. <https://doi.org/10.21776/ub.jik.2020.008.02.6>
- Wahyuni, T., & Astuti, R. (2022). Pengetahuan kesehatan reproduksi dan perilaku vulva hygiene pada remaja putri. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 7(3), 210–218. <https://doi.org/10.31596/jkkm.v7i3.823>
- Yaya, S., Reddy, K. S., Belizán, J. M., & Pingray, V. (2020). Non-communicable diseases and reproductive health in sub-Saharan Africa: Bridging the policy-implementation gaps. *Reproductive Health*, 17(1), 8. <https://doi.org/10.1186/s12978-020-0857-8>