

GAMBARAN PENGETAHUAN DAN PERILAKU REMAJA PUTRI TENTANG *PERSONAL HYGINE* SAAT MENSTRUASI DI SMK 2 TEMBILAHAN TAHUN 2019

Almalinda¹, Yoneta Oktaviani²

Akademi Kebidanan Husada Gemilang, Tembilahan, Riau, Indonesia
almalinda889@gmail.com

Abstrak

Di Indonesia, 63 juta remaja beresiko melakukan perilaku yang tidak sehat, dikarenakan kurangnya tindakan merawat kebersihan organ reproduksi ketika mengalami menstruasi. Angka penyakit infeksi yang terjadi pada saluran reproduksi remaja (10-18 tahun), yaitu 35-42% , dewasa muda (18-22 tahun) 27-33%. Penelitian ini bertujuan mengetahui perilaku *personal hygiene* saat menstruasi remaja putri di SMK 2 Tembilahan Tahun 2019, informasi bagi siswi untuk menjaga kebersihan dirinya apalagi saat menstruasi. Jenis penelitian kuantitatif, desain penelitian *cross sectional* bersifat *deskriptif* yaitu gambaran pengetahuan dan perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi 73 populasi, pengambilan sampel berdasarkan *Total sampling*. Alat ukur yaitu kuesioner dengan lembar checklist diisi oleh responden, analisis yang digunakan adalah analisis univariat. Penelitian ini dilakukan pada siswi kelas X dan XI di SMK 2 Tembilahan Tahun 2019. Hasil penelitian, remaja putri yang berpengetahuan kurang tentang *personal hygiene* saat menstruasi (75,3%) kategori kurang, dan remaja putri berperilaku baik tentang *personal hygiene* saat menstruasi dengan perilaku (54,8%) kategori kurang. Ini menunjukkan bahwa pengetahuan siswi tentang *personal hygiene* saat menstruasi kurang, dan sebageian kecil berpengetahuan baik, perilaku siswi tentang *personal hygiene* saat menstruasi baik. Dari hasil penelitian ini diharapkan sebagai tambahan wacana serta informasi bagi remaja putri untuk menjaga kebersihan dirinya apalagi saat menstruasi.

Kata kunci : Pengetahuan, Perilaku

Abstract

In Indonesia, there were 63 million teenagers at risk of unhealthy behavior, since the cleanliness of reproductive organs got less cared for during menstruation. The number of infectious diseases that occur in the reproductive tract of adolescents (10-18 years old), about 35-42%, young adults (18-22 years) 27-33%. This study aims to determine the personal hygiene during menstruation for adolescent girls at SMK 2 Tembilahan in 2019, information for students to maintain personal hygiene, especially during menstruation. The type of the research is quantitative with a descriptive cross-sectional research design about description of the adolescent girls' knowledge and behavior on personal hygiene during menstruation. There were 73 populations with total sampling. The questionnaire were completed by the respondents, which then analyzed through the used of univariate analysis. This research was conducted on the students of grade X and XI at SMK 2 Tembilahan in 2019. The results shows that adolescent girls with poor knowledge about personal hygiene during menstruation (75.3%) were in the poor category, and well-behaved adolescent girls on personal hygiene during menstruation (54.8%) were in the poor category. These confirm that the students' knowledge about personal hygiene during menstruation is poor, some of them are good, and the students' behavior on the personal hygiene during menstruation is good. Accordingly, this result brings a bright light to the adolescent students to take care of their personal hygiene, especially during menstruation.

Keywords : Knowledge, Behavior

PENDAHULUAN

Remaja merupakan suatu transisi periode kehidupan dari masa anak ke dewasa. Perubahan akan diikuti dengan perubahan fisik, perilaku, kognitif, biologis dan emosi. Batasan usia remaja terjadi pada umur 12-24 tahun. Jumlah penduduk remaja dunia mencapai 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia. Di Indonesia, menurut Sensus Penduduk tahun 2010 jumlah penduduk kelompok usia 10-19 tahun mencapai 43,5 juta atau sekitar 18% dari jumlah penduduk (Amerta, 2018).

Remaja atau "*Adolescence*" (Inggris), berasal dari bahasa latin "*Adolescere*" yang berarti tumbuh kearah kematangan. Kematangan yang dimaksud adalah bukan hanya kematangan fisik saja, tetapi juga kematangan sosial dan psikologis, berdasarkan sifat atau ciri perkembangannya. Batasan usia remaja ada 3 tahap yaitu, masa remaja awal (10-12 tahun), masa remaja tengah (13-15 tahun), masa remaja akhir (16-19 tahun) (Widyastuti, 2009).

Menurut WHO, batasan usia remaja terjadi pada umur 12-24 tahun. Jumlah penduduk remaja dunia mencapai 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia. Di Indonesia, menurut Sensus Penduduk tahun 2010 jumlah penduduk kelompok usia 10-19 tahun mencapai 43,5 juta atau sekitar 18% dari jumlah penduduk (Amerta, 2018).

Dari banyak remaja putri banyak yang belum mengetahui pentingnya *personal hygiene* saat menstruasi. Remaja4 putri rentan terkena infeksi organ reproduksi, hal ini terjai karena kurangnya perilaku dalam merawat kebersihan diri terutama saat menstruasi. Kebersihan diri merupakan langkah awal dalam mewujudkan kesehatan diri karena tubuh yang bersih meminimalkan risiko seseorang terjangkit suatu penyakit, terutama penyakit yang berhubungan

dengan kebersihan diri yang buruk dan merupakan perawatan yang dilakukan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan diri sendiri baik secara fisik maupun mental. Saat menstruasi perempuan harus benar-benar dapat menjaga kebersihan organ reproduksi dengan baik, terutama pada bagian vagina, karenaapabila tidak dijaga kebersihannya, maka akan menimbulkan mikroorganisme seperti bakteri, jamur dan virus yang berlebih sehingga dapat mengganggu fungsi organ reproduksi.

Di Mesir ditemukan bahwa di antara perempuan yang pernah menikah 15,3% menggunakan pembalut sekali pakai, 42,1% menggunakan kapas, dan 39,4% menggunakan kembali kain sebagai penyerap setelah mencucinya. Sebaliknya, 25,2% dari perempuan yang belum menikah menggunakan pembalut sebesar 50,5% dan 21% menggunakan kembali kain penyerap yang dicuci. Hanya 3,2% dari kedua kelompok perempuan tersebut yang menggunakan potongan kain dan dibuang setelah digunakan (Djannah, 2012).

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 pada saluran reproduksi pada remaja (10–18 tahun), yaitu 35 sampai 42 persen serta dewasa muda (18–22 tahun) sebesar 27 hingga 33 persen (Airlangga,2015).

Provinsi Kepulauan Riau, Maluku Utara, dan D.I. Yogyakarta memiliki prevalensi kanker serviks tertinggi yaitu sebesar 1,5% dan untuk Provinsi Riau juga cukup tinggi, yaitu sebesar 0,7% dengan estimasi jumlah absolut sebesar 4.694 orang(Hikmah, 2018).

Di Provinsi Riau berdasarkan data Badan Statistik jumlah penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin tahun 2014 didapatkan kelompok umur usia produktif 15-64 tahun masih mendominasi persentase dengan jumlah terbanyak dikelompok usia 25-29 tahun. Tingginya pertumbuhan dan perkembangan jumlah remaja membutuhkan perhatian khusus, misalnya pada kesehatan reproduksi pada saat menstruasi agar terhindar dari penyakit kanker serviks yang disebabkan kurangnya *personal hygiene* pada saat menstruasi. Sehingga remaja dapat tumbuh dan berkembang menjadi manusia yang dewasa dan sehat (Hikmah, 2018).

Perempuan menghadapi tantangan yang lebih besar daripada laki-laki dalam mengakses air, sanitasi, dan kebersihan dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari mereka. Kondisi ini diperberat dengan rendahnya *personal hygiene* yang meningkatkan risiko infeksi

Saluran reproduksi (ISR). Peningkatan kasus ISR dilaporkan terjadi pada 3.952 gadis dan wanita dari dua distrik pedesaan di India tahun 2016 (Wahyudi, 2018).

Perilaku higienis merupakan tema penting yang perlu diteliti secara mendalam. Berdasarkan kajian teoritis yang ada, salah satu upaya mengurangi gangguan pada saat menstruasi yaitu membiasakan diri dengan *perilaku higienis*, namun *perilaku higienis* 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 (Wahyudi, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian Hikmah (2018) dengan judul “Faktor yang berhubungan dengan perilaku Personal Hygiene saat menstruasi pada santriwati di MTs pondok pesantren dar el hikmah Kota Pekanbaru” dapat dilihat bahwa dari 148

responden penelitian santriwati dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi yang tidak baik sebanyak 117 (79,1%), santriwati dengan pengetahuan rendah tentang personal hygiene saat menstruasi sebanyak 87 responden (58,8%), santriwati dengan sikap negatif terhadap perilaku personal hygiene sebanyak 107 (72,3%), santriwati dengan sumber informasi yang tidak ada sebanyak 96 (64,9%), santriwati yang menyatakan tenaga kesehatan tidak berperan dalam memberi informasi tentang personal hygiene sebanyak 90 (60,8%), santriwati yang menyatakan guru tidak berperan dalam memberikan informasi seputar personal hygiene sebanyak 88 (59,5%), dan santriwati yang percaya pada mitos-mitos budaya seputar menstruasi sebanyak 88 (59,5%).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 18 Oktober 2018 kelas X dan XI di SMK 2 Tembilahan di dapatkan Jumlah siswi 73 orang. Dari 73 orang tersebut diambil sampel acak sebanyak 10 orang untuk dilakukan wawancara awal terkait pengetahuan dan perilaku personal hygiene saat menstruasi. Hasilnya didapatkan hasil bahwa 10 siswi yang sudah mengalami menstruasi dan 5 siswi dapat memahami pengetahuan dan perilaku tentang personal hygiene saat menstruasi dan 5 siswi yang belum memahami pengetahuan dan perilaku personal hygiene saat menstruasi secara benar seperti cara membersihkan daerahewanitaan, pembersih yang digunakan pada saat membersihkan alat kelamin.

METODE PENELITIAN

Penelitian dilakukan secara deskriptif adalah suatu metode penelitian yang digunakan dengan tujuan melihat gambaran tentang keadaan secara objektif dengan pengambilan sampel berdasarkan Total sampling. Dengan demikian dalam melakukan proposal penelitian ini ingin mengetahui Gambaran Pengetahuan dan Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene saat Menstruasi di SMK 2

Tembilahan Tahun 2019.

Sampel merupakan bagian populasi yang akan diteliti atau sebagai jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Untuk itu sampel yang diambil dari populasi harus betul-betul representatif (mewakili). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah secara Total Sampling yaitu seluruh remaja putri kelas X dan XI yang ada di SMK 2 Tembilahan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Personal Hygiene Saat Menstruasi Berdasarkan Pengetahuan Di SMK 2 Tembilahan Tahun 2019.

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
1	Baik	55	75,3%
2	Cukup	9	12,3%
3	Kurang	9	12,3%
Total		73	100%

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa dari 73 responden, sebanyak 55 orang atau (75,3%) berdasarkan pengetahuan responden baik. Orang tersebut diambil sampel acak sebanyak 10 orang untuk melakukan wawancara awal terkait pengetahuan dan perilaku personal hygiene saat menstruasi. Hasilnya didapatkan bahwa 10 siswi yang sudah mengalami menstruasi dan 5 siswi dapat memahami pengetahuan dan perilaku tentang personal hygiene saat menstruasi dan 5 siswi yang belum memahami pengetahuan dan perilaku personal hygiene saat menstruasi secara benar seperti cara membersihkan daerah kewanitaan, pembersih yang digunakan pada saat membersihkan alat kelamin.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Personal Hygiene Saat Menstruasi Berdasarkan Perilaku Di SMK 2 Tembilahan Tahun 2019.

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
1	Baik	40	54,8%
2	Kurang	33	45,2%
Total		73	100%

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa dari 73 responden atau (54,8%) berperilaku baik. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan di SMK 2 Tembilahan Tahun 2019 terhadap 73 responden mengenai Gambaran Pengetahuan dan Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi, mayoritas responden berpengetahuan baik yaitu berjumlah 55 responden (75,3%).

Hal ini menunjukkan suatu gambaran bahwa pengetahuan siswi tentang personal hygiene saat menstruasi memiliki pengetahuan yang baik, dan sebagian kecil berpengetahuan kurang. Karena kurangnya pengetahuan responden tentang hygiene menstruasi dapat disebabkan karena kurangnya informasi yang didapatkan remaja, kendala dalam mitos sosial budaya, lingkungan yang kurang tersedia akses terhadap informasi, usia dan pengalaman.

Hasil Penelitian Airlangga (2015) dengan judul Personal Hygiene Saat Menstruasi dengan 130 Responden, Responden banyak yang berpengetahuan baik karena lebih dini mengalami haid pertama kali. Remaja putri yang lebih awal mendapati menarche akan memperoleh pelajaran yang luas dari pada responden yang baru saja mengalami. Keeratan sebuah pengalaman mempunyai hubungan terhadap strata pendidikan dan usia seseorang.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang didapatkan bahwa hasil tertinggi remaja putri dengan pengetahuan baik ada 75,3%. Didapatkan dari kuesioner pengetahuan yang disebarkan kepada responden yang banyak salah adalah pertanyaan Nomor 10 sebanyak 22 orang dengan presentase (30%) dan responden terkecil adalah pertanyaan nomor 4 sebanyak 2 orang dengan

presentase (2%). Dan responden yang menjawab benar pertanyaan nomor 4 dengan pertanyaan berapa kali mengganti celana dalam dalam sehari dan celana dalam berbahan seperti apa, mereka menjawab dengan benar jawaban 3x dalam sehari dan celana dalam yang berbahan kaos atau katun yang mudah menyerap keringat, responden yang menjawab benar sebanyak 71 orang dengan presentase (97%).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa paling 73 siswi yang memiliki perilaku personal hygiene saat menstruasi dikategorikan baik. Karena pengetahuan seseorang bisa mempengaruhi perilaku individu. Jadi semakin awal remaja mengalami menstruasi pertama, maka semakin banyak peristiwa atau pengalaman yang didapatkan oleh individu.

Hasil penelitian Astuti (2017) tentang Hubungan Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XI Di Sma Negeri 1 Pajangan Bantul dapat diketahui bahwa dari 45 responden siswi SMA N 1 Pajangan Bantul yang mempunyai perilaku yang baik terhadap personal hygiene pada saat menstruasi berjumlah 32 responden (71,1%), responden yang mempunyai perilaku cukup baik terhadap personal hygiene pada saat menstruasi berjumlah 11 responden (24,4%), sedangkan responden yang mempunyai perilaku kurang baik terhadap personal hygiene pada saat menstruasi berjumlah 2 responden (4,4%). Perilaku adalah suatu kegiatan atau aktivitas makhluk hidup yang bersangkutan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud perilaku (manusia) adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang dapat diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar.

Dari tabel 5.2 menunjukkan hasil presentase tertinggi adalah remaja putri di

SMK 2 Tembilahan Tahun 2019 yang memiliki perilaku baik dengan presentase 54,8%. Didapatkan dari kuesioner perilaku yang disebar kepada 73 responden dengan hasil 90% pernyataan perilaku yang terbanyak dengan hasil positif adalah mengganti pembalut setelah BAB/BAK, membersihkan bekas keringat disekitar vagina saya dengan air bersih, dan membersihkan vagina dengan sabun khusus pembersih vagina.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan Karya Tulis Ilmiah mengenai Gambaran Pengetahuan dan Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMK 2 Tembilahan Tahun 2019, maka ditarik kesimpulan :

Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMK 2 Tembilahan Tahun 2019 mayoritas remaja putri berpengetahuan baik berjumlah 55 orang (75,3%), dibandingkan dengan remaja putri yang berpengetahuan kurang berjumlah 9 orang (12,3%) dan remaja putri yang berpengetahuan cukup berjumlah 9 orang (12,3%).

Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMK 2 Tembilahan Tahun 2019 mayoritas remaja putri berperilaku baik berjumlah 40 orang (54,8%).

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan selesainya penelitian ini, peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua yang ikut terlibat dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Airlangga, Promosi, D., Perilaku, I., Masyarakat, F. K., & Airlangga, U. (2015). Personal Hygiene Remaja Putri Ketika Menstruasi Katarina

- Canggih Pythagoras Perencanaan Pembangunan Nasional pada. Promosi Kesehatan, 5(1), 12–24.
- Astuti, Ratna Dewi. (2017). Hubungan pengetahuan tentang Personal Hygiene dengan perilaku Personal Hygiene saat menstruasi pada Remaja putri kelas xi di sma Negeri 1 pajangan bantul. Ilmu Kesehatan, 1(7), 1-3
- Amerta, Novita. (2018). Hubungan Status Gizi dengan Gangguan Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Al-Azhar Surabaya. Hubungan Status Gizi dengan Gangguan Menstruasi pada Remaja Putri, 1 (10), 173-174.
- Djannah, S. N., & Supriati, F. (2012). Sumber informasi dan pengetahuan tentang menstrual hygiene pada remaja putri. Jurnal Keseharan Masyarakat, 1(1), 1–11.
- Ernawati, J., Silalahi, Alex Brando, & Dewi, Ari Pristianan. (2010). Hubungan Status Gizi Dengan Dismenore Pada Remaja Putri. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 2(1), 21–30.
- Fauzana, Cut Alfaini Rahmah. (2008). Universitas Sumatera Utara. Formulasi Lipstik Menggunakan Ekstrak Bunga Tasbih (Canna Hibryda L.) Sebagai Pewarna, 72(1), 187–206.
- Fitria, Nur. (2012). Ilmu Perilaku Kesehatan Masyarakat. Jurnal Ilmu Keperawatan, 2(4), 9-34.
- Hikmah, E. L., & Pekanbaru, K. (2018). Faktor yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Santriwati Di Mts Pondok Pesantren Dar El Hikmah Kota Pekanbaru. Jurnal Keseharan Masyarakat, 1(1), 69–77.
- Maidartati, Sri Hayati; Nurhida, L. agus. (2016). Vulva Hygiene Pada Saat Menstruasi. Jurnal Ilmu Keperawatan, IV(1), 50–57.
- Manuaba, dr. I. A. S. K. D. S., Manuaba, dr. I. A. C., & Manuaba, P. Dr. I. B. G. (2010). Buku Ajar Ginekologi Untuk Mahasiswa Kebidanan. Jakarta : EGC.
- Maryam. Siti. (2017). Promosi Kesehatan Dalam Pelayanan Kebidanan. Jakarta : EGC.
- Maulana. Heri. DJ (2009). Promosi Kesehatan. Jakarta : EGC.
- Mutia, A. (2018). Hubungan Personal Hygiene dan Karakteristik Individu dengan Keluhan Kesehatan Kulit pada Pengumpul Makanan Ternak di TPS Kenangan Kelurahan Kenangan Kecamatan Percut Sei Tuan Tahun 2007. Universitas Sumatera Utara, 3(2), 23–64.
- Purwaningrum, Anggita Endah, & Yogyakarta. (2017). Gambaran Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Kelas VIII Dan IX Saat Menstruasi Di Smp N 1 Gamping Kabupaten Sleman Karya. Ilmu Kesehatan, 2(3), 1–51.
- Sulaikha, I., Monjelat, N., Carretero, M., Implicada, P., La, E. N., Fairstein, G. A., Motivaci, L. (2018). Hubungan Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulvae Pada Remaja. Jurnal Director, 15(2), 2017–2019
- Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung : Alfabeta, CV.
- Wahyudi, A. setiya, Keperawatan, F., & Airlangga, U. (2018). Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi. Jurnal Keseahtan Masyarakat, (4)2. 104-113).
- Widyastuti, Yani. (2009). Kesehatan Reproduksi. Yogyakarta : Fitrimaya