

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU *PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI PADA MAHASISWI DI FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN UNIVERSITAS ADVENT INDONESIA

Daniella Jashlynn Gerungan^{1*}, Palupi Triwahyuni²
Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia^{1,2}
*Corresponding Author : jashlynngerungan14@gmail.com

ABSTRAK

Pada umumnya seorang wanita mengalami menstruasi setiap bulan. Pada saat terjadi menstruasi kadang kala timbul rasa tidak nyaman oleh karena orang tersebut harus menggunakan pembalut untuk menampung darah dari menstruasi tersebut. Upaya menjaga kebersihan diri (*personal hygiene*) menjadi penting pada saat menstruasi. Maka dari itu pentingnya seorang wanita memiliki pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Tetapi bukan hanya pengetahuan saja yang diperlukan, tetapi perilaku dalam penerapan *personal hygiene* saat menstruasi juga menjadi hal yang penting. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Metode penelitian menggunakan analisis deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh mahasiswi Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia angkatan 2023 yang berjumlah 74 orang dengan teknik sampling yang digunakan yaitu *total sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner. Ada terdapat dua variabel yaitu tingkat pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Analisis data menggunakan metode univariat menunjukkan hasil mayoritas mahasiswi memiliki tingkat pengetahuan baik 62,2% dan perilaku *personal hygiene* yang baik 58,1%. Pada hasil analisis bivariat menggunakan uji chi-square menunjukkan hasil yang signifikan yaitu tidak ada hubungan tingkat pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Keperawatan ($p\text{-value} = 0,070$). Saran bagi peneliti selanjutnya agar meneliti perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dengan dilakukan observasi secara langsung bukan melalui pemberian pernyataan di kuesioner agar hasil yang didapatkan lebih akurat.

Kata kunci : kebersihan diri, menstruasi, pengetahuan, perilaku

ABSTRACT

In general, a woman experiences menstruation every month. When menstruation occurs, sometimes there is a sense of discomfort because the person must use sanitary napkins to accommodate the blood from menstruation. Efforts to maintain personal hygiene are important during menstruation. This study aims to see the relationship between knowledge level and personal hygiene behavior during menstruation. The research method used descriptive analysis with a cross-sectional approach. The population of this study were all students of the Faculty of Nursing, Adventist University of Indonesia class of 2023, totaling 74 people with the sampling technique used, namely total sampling. The instrument used was a questionnaire. There are two variables, namely the level of knowledge and personal hygiene behavior during menstruation. Data analysis using the univariate method showed the majority of female students had a good level of knowledge 62.2% and good personal hygiene behavior 58.1%. In the results of bivariate analysis using the chi-square test showed significant results, namely there was no relationship between the level of knowledge and personal hygiene behavior during menstruation in female students at the Faculty of Nursing Science ($p\text{-value} = 0.070$). Suggestions for future researchers to examine personal hygiene behavior during menstruation by direct observation rather than through giving statements in the questionnaire so that the results obtained are more accurate.

Keywords : behavior, knowledge, menstruation, personal hygiene

PENDAHULUAN

Pada umumnya seorang wanita akan mengalami menstruasi setiap bulan. Pada saat terjadi menstruasi kadang kala timbul rasa tidak nyaman oleh karena orang tersebut harus menggunakan pembalut untuk menampung darah dari menstruasi tersebut. Upaya menjaga kebersihan diri (*personal hygiene*) menjadi penting pada saat menstruasi. Maka dari itu pentingnya seorang wanita memiliki pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Tetapi bukan hanya pengetahuan saja yang diperlukan, tetapi perilaku dalam penerapan *personal hygiene* saat menstruasi juga menjadi hal yang penting.

Pengetahuan merupakan hasil pemikiran dan pemahaman seseorang kemudian digunakan untuk mencari, mengeksplorasi, dan memajukan pemahaman suatu subjek yang dipelajari dari kumpulan metodologi - metodologi ilmiah yang sistematis yang menjadikan suatu konsep dan teori. Pengetahuan membantu orang menavigasi dunia dan memecahkan berbagai masalah dalam kehidupan. Manusia memiliki tujuan mulia dalam hidup yang lebih dari sekedar kelangsungan hidup sederhana. Pengetahuan sangatlah penting karena yang membedakan manusia dengan makhluk lainnya karena dengan pengetahuan manusia selalu dapat membedakan mana yang benar dan salah. Saat ini pengetahuan merupakan sumber utama suatu bangsa, baik yang maju maupun tidak, yang bermula dari minat masyarakat terhadap ilmu pengetahuan (Rukmi Octaviana & Aditya Ramadhani, 2021).

Pengetahuan *personal hygiene* merupakan hal yang harus di miliki setiap orang terutama seorang wanita. Seorang wanita bisa dikatakan sehat jika dapat menerapkan *personal hygiene* terutama pada saat menstruasi. Pengetahuan *personal hygiene* yang baik akan memengaruhi perilaku kesehatan saat menstruasi karena jika seseorang tidak patuh atau tidak benar dalam menerapkan perilaku kesehatan maka akan menimbulkan berbagai macam penyakit pada alat reproduksi. Oleh karena itu sangatlah penting jikalau seorang wanita memiliki pengetahuan mengenai *personal hygiene*. Pada penelitian yang dilakukan oleh Rahayu dan Lutfiyati pada tahun 2022 yang dilakukan pada remaja putri di SMPN 3 Tempel Sleman menunjukkan bahwa ada sebanyak (66,7%) memiliki pengetahuan yang baik terhadap *personal hygiene* saat menstruasi tetapi masih ada juga yang memiliki pengetahuan yang kurang yaitu sebanyak (33,3%), maka peneliti menyarankan guru untuk tetap melakukan informasi terkait pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi (Rahayu & Lutfiyati, 2022).

Menstruasi merupakan proses yang akan selalu di alami oleh seorang wanita yang telah melewati masa transisi dari anak anak ke dewasa (masa pubertas). Menstruasi akan terjadi saat sel telur seorang wanita tidak di buahi maka terjadilah pelepasan endometrium. Menurut Anggraeni dkk (2022) Menstruasi adalah keluarnya darah dari rahim yang terjadi secara si berkala yang merupakan pelepasan (pengelupasan) endometrium akibat menurunnya hormon ovarium yang di sebut dengan hormon estrogen dan hormon progesteron, khususnya hormon progesteron, pada akhir siklus ovarium, hal ini biasanya dimulai pada sekitar 14 hari setelah ovulasi (Anggraeni et al., 2022). Menstruasi memiliki siklus dengan selang waktu antara permulaan menstruasi sebelumnya dan permulaan menstruasi berikutnya. Siklus menstruasi dianggap teratur jika berlangsung tiga kali lipat dari panjang siklus normalnya. Siklus menstruasi yang normal berkisar antara 22 hingga 35 hari dengan lama menstruasi sekitar 3 hingga 7 hari (Nurfadilah et al., 2022).

Personal hygiene atau kebersihan diri merupakan suatu cara seseorang untuk merawat dan memelihara kesehatan diri dan orang lain. Pada penelitian Rosidin dkk (2021) mengatakan bahwa kurangnya pengetahuan tentang *personal hygiene* berdampak pada perilaku hidup sehat sehingga dilakukan kegiatan pengabdian untuk meningkatkan pemahaman siswa Al Halim Garut pentingnya *personal hygiene* (Rosidin et al., 2021). Pemenuhan akan *personal hygiene* diperlukan untuk, kenyamanan, kesehatan dan keselamatan individu. Bagi orang yang sehat dan sakit kebutuhan *personal hygiene* sangat penting karena tidak hanya menjadikan sehat fisik

saja tetapi juga sehat secara mental (Karlina et al., 2021). Jadi dapat di katakan bahwa *personal hygiene* merupakan suatu tindakan dimana seseorang memelihara kesehatan dengan menjaga kebersihan fisik maupun fisiologis yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan fisik dan juga meningkatkan derajat kesehatan setiap orang. Penelitian yang dilakukan oleh (Irianti & Tiarahma, 2021) pada remaja putri kelas VII, VIII dan XI yang berjumlah 131 orang. Hasil yang di dapat yaitu responden yang menunjukkan bahwa memiliki pengetahuan menstruasi ada (91,7%), kebersihan organ reproduksi ada sebanyak (60%) dan responden yang memiliki pengetahuan yang baik menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi sebanyak (88,3%). Sehingga tetap perlu di terapkan penyuluhan kesehatan tentang kebersihan alat reproduksi saat menstruasi.

Personal hygiene saat menstruasi merupakan upaya yang dapat dilakukan untuk memelihara kesehatan diri sendiri dari berbagai penyakit yang bisa terjadi pada organ reproduksi wanita. Kebersihan areaewanitaan, terutama saat menstruasi, seringkali diabaikan oleh wanita. Data dari WHO pada penelitian Nurhayayati dkk (2023) mengatakan lebih dari 50% wanita di dunia tanpa sadar melakukan *personal hygiene* saat menstruasi. Swedia (72%), Mesir (75%) dan di Indonesia (55%) (Nurhayati et al., 2023). Menurut Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) di kutip dari penelitian Harahap (2021) mengatakan bahwa ada sebagian besar wanita yang membahas kesehatann reproduksi kepada teman – teman dibanding kepada orangtua dan guru/dosen. Teman (60%), orangtua (40%), dan guru/dosen (43%). Ada sebanyak 2,963 kali lebih besar pengaruh teman sebaya mendukung perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi (Harahap, 2021). Manajemen kebersihan menstruasi (MKM) mengacu pada manajemen kesehatan dan kebersihan perempuan selama menstruasi. Perempuan yang mengalami menstruasi harus memakai pembalut untuk menampung darah yang keluar dari vagina mereka. Pembalut dapat digunakan sekali pakai atau dapat dipakai ulang. Meskipun ada sedikit darah yang keluar, pembalut harus diganti secara teratur, tidak lebih dari sekali setiap empat jam. Sering kali seorang anak menunggu pembalut sampai penuh bahkan bisa mencapai lebih dari enam jam, hal ini yang bisa menjadi penyebab terjadinya infeksi saluran reproduksi, saluran kencing, dan iritasi kulit. Bakteri yang ditemukan dalam darah yang dikeluarkan selama menstruasi telah duplikasi dalam waktu 30 menit, sehingga bakteri tersebut sudah banyak dalam waktu 1-2 jam. Jika masih ada darah yang keluar, waktu yang tepat untuk mengganti pembalut adalah pagi, tengah pagi, siang, tengah siang, sore, tengah sore, dan malam (NU & Indonesia, 2020).

Pada penelitian yang berjudul hubungan pengetahuan terhadap perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri yang dilakukan oleh Ruspita dkk tahun 2022 pada 82 remaja putri di salah satu SMPN Pelalawan menunjukkan hasil (p value) = 0,009 < 0,05. Sehingga dikatakan ada hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMPN Kabupaten Pelalawan (Ruspita et al., 2022). Tetapi pada penelitian lain yang dilakukan oleh (Lusiani & Sidok, 2023) melalui analisis deskriptif untuk pengetahuan memiliki hasil baik sebesar 85% dan untuk tindakan *personal hygiene* memiliki hasil baik 91%. Berdasarkan hasil uji *rank spearman* diperoleh hasil $p > \alpha$ dimana $p = 0,373$ ($\alpha = 0,05$) dari sini dapat disimpulkan tidak ada hubungan tingkat pengetahuan dengan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi kelompok remaja putri di Surabaya. Identifikasi masalah pada penelitian ini yaitu bagaimana tingkat pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia, bagaimana perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia, dan adakah hubungan pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia.

Tujuan dilakukan penelitian ini untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia, untuk mengetahui perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada mahasiswi di

Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia dan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia.

METODE

Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian bertujuan untuk mendeskripsikan dan melihat hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswi Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia angkatan 2023 berjumlah 74 orang berdasarkan data dari Biro Administrasi Akademik Universitas Advent Indonesia tahun 2024. Teknik *sampling* yang digunakan pada penelitian ini adalah *total sampling* yaitu melibatkan seluruh mahasiswi Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia angkatan 2023 yang tinggal di dalam kampus dan di luar kampus. Terdapat dua variabel yang digunakan pada penelitian ini yaitu tingkat pengetahuan dan perilaku *personal hygiene*. Instrumen penelitian ini yaitu kuesioner yang sudah pernah digunakan sebelumnya pada penelitian yang dilakukan oleh (Fellia Nada Zhahirah, 2022) dan sudah di uji validitas menggunakan korelasi *pearson product moment* dan nilai validitasnya berdasarkan jumlah responden dan ditentukan menggunakan uji signifikan 5% atau 0,05 dan uji reabilitas reliabel jika nilai *Cronbach's Alpha* lebih dari 0,60. Kuesioner tersebut berisi 12 butir pertanyaan untuk mengukur tingkat pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi dan 10 pernyataan untuk mengukur perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Analisis data pada penelitian ini menerapkan metode analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat bertujuan untuk melihat frekuensi dan karakteristik sekumpulan data yang pada pengamatan hanya sekali waktu. Analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* menggunakan SPSS untuk menganalisis korelasi pada variabel independen dan dependen. Pengumpulan data dimulai dengan pengajuan surat layak etik kepada Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Advent Indonesia dan mendapat surat persetujuan dengan Nomor: 367/KEPK-FIK.UNAI/EC/III/24. Kemudian mengajukan surat permohonan pengumpulan data pada Wakil Rektor III Universitas Advent Indonesia dan mendapat surat persetujuan Nomor: 13/PRIII/UNAI/INT/2024. Setelah mendapat izin dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Advent Indonesia dan Wakil Rektor III Universitas Advent Indonesia dan dilakukan pembagian *informed consent* dan kuesioner berupa *google form*.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik Responden

Jenis Karakteristik Responden (Interpretasi Kategori)	Frekuensi	Presentase (%)
Usia		
Masa remaja akhir: 17-25 tahun	71	96
Masa dewasa awal: 26-35 tahun	3	4
Total	74	100
Jurusan		
S1 Keperawatan	65	87,8
D3 Keperawatan	9	12,2
Total	74	100
Usia pertama Menstruasi		
Masa kanak-kanak: 5-11 tahun	7	9,4

Masa remaja awal: 12-16 tahun	66	89,2
Masa remaja akhir: 17-25 tahun	1	1,4
Total	74	100
Lama Menstruasi		
1-2 hari	5	6,8
7-12 hari	4	5,4
3-7 hari	65	87,8
Total	74	100

Berdasarkan tabel 1 karakteristik responden bahwa hasil statistik deskriptif, terlihat mayoritas responden berumur antara 17-25 tahun sebesar 96% (71 orang), dari jurusan S1 Keperawatan sebesar 87,8% (65 orang). Sebagian besar responden mengalami menstruasi pertama kali di masa usia remaja awal sebesar 89,2% (66 orang) dan responden mengalami lama menstruasi 3-7 hari sebesar 87,8% (65 orang).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Responden

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase %
Pengetahuan kurang	28	37,8
Pengetahuan baik	46	62,2
Total	74	100

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 2 dapat dilihat bahwa mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi kategori baik sebesar 62,2% (46 orang) dan responden yang memiliki tingkat pengetahuan *personal hygiene* yang kurang saat menstruasi ada sebesar 37,8% (28 orang).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Perilaku *Personal Hygiene* Responden

Perilaku	Frekuensi	Presentase %
Perilaku baik	43	58,1
Perilaku cukup	31	41,9
Total	74	100

Berdasarkan tabel 3 yaitu distribusi frekuensi diatas, dapat di lihat bahwa mayoritas perilaku *personal hygiene* yang baik sebesar 58,1% (43 orang) dan perilaku *personal hygiene* responden yang cukup sebesar 41,9% (31 orang).

Analisis Bivariat

Tabel 4. Hasil Tabulasi Silang dengan Uji *Chi-Square* Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi pada Mahasiswi di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia

	Perilaku cukup	Perilaku Baik	Total
Tingkat pengetahuan kurang	8	20	28
Tingkat pengetahuan baik	23	23	46
Total	31	43	
P-Value	0,070		

Setelah melihat hasil dari analisis tabel-tabel beserata penjelasan di atas, dapat di simpulkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi yang baik dan memiliki *perilaku personal hygiene* dalam kategori baik. Nilai p value yang terdapat dalam hasil tabulasi silang dan *chi-square* bernilai sebesar $0.070 > 0.05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_1 ditolak. Dengan demikian dapat

diartikan bahwa tidak ada hubungan tingkat pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil data yang diperoleh dari penelitian ini mengungkapkan bahwa tingkat pengetahuan *personal hygiene* pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia memiliki pengetahuan yang baik yaitu sebesar 62,2% (46 orang) dan adapun mahasiswi yang memiliki pengetahuan yang kurang sebesar 37,8% (28 orang). Cara pengukuran pengetahuan yang digunakan dalam penelitian ini menurut Riyanto (2013) pada penelitian (Iskandar Yahya Arulampalam Kunaraj P.Chelvanathan, 2023) yaitu kriteria skor untuk menilai tingkatan pengetahuan ada 2 yaitu: Baik jika hasil presentase responden menjawab pertanyaan benar sebesar 50% dan kurang: hasil presentase responden menjawab benar sebesar < 50%. Teori Notoadmodjo (2007) pada penelitian (Fellia Nada Zhahirah, 2022) mengatakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu pendidikan, usia, pekerjaan, sosial budaya dan faktor lingkungan. Notoadmodjo menyatakan dalam (Dahlan, 2021) bahwa salah satu hal yang terpenting dalam terbentuknya perilaku adalah dengan melihat pengetahuan yang dimiliki.

Pada penelitian ini juga menganalisis perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia dan mayoritas mahasiswi memiliki perilaku yang baik yaitu sebesar 58,1% (43 orang) tetapi ada juga terdapat perilaku yang cukup sebesar 41,9% (31 orang). Pada penelitian (Narsih et al., 2021) menjelaskan bahwa *personal hygiene* saat menstruasi merupakan tindakan atau perilaku pribadi yang berkaitan dengan area pribadi wanita pada saat menstruasi. Perilaku tersebut antara lain menjaga kebersihan alat kelamin seperti mencuci dengan air bersih, mengganti celana dalam secara rutin, rajin mengganti pembalut, dan mandi dua kali sehari. Tetapi hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sabaruddin et al., 2021) mendapatkan hasil prevalensi perilaku *personal hygiene* yang kurang baik yaitu sebesar 83% (39 orang) dan perilaku *personal hygiene* yang baik hanya sebesar 17% (8 orang). Begitu juga dengan hasil penelitian (Mara et al., 2022) menunjukkan hasil perilaku *personal hygiene* dalam kategori buruk sebesar 62,9% yaitu 44 orang dari 70 orang. Namun ada juga penelitian yang sejalan dengan hasil penelitian ini penelitian (Alfi, 2022) mayoritas memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dengan kategori perilaku positif sebesar 51,6% (177 orang) dan kategori perilaku negatif sebesar 48,4% (166 orang).

Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Ghofur dkk (2023) sejalan dengan hasil pada penelitian ini dari hasil analisis bivariat menunjukkan tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi nilai $p=0.335$ (Ghofur et al., 2023). Tetapi pada penelitian (Amallya Faj'ri et al., 2022) tidak sejalan dengan hasil penelitian ini karena menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi dengan nilai ($p\text{ value}=0,002$). Begitu juga dengan penelitian (Fellia Nada Zhahirah, 2022) yang dilakukan pada 71 mahasiswi baru pada fakultas kedokteran di universitas jambi tahun 2022 mengatakan bahwa ada sebesar 71,3% responden yang memiliki kategori pengetahuan baik dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada mahasiswi juga dalam kategori baik sebesar 71,3% . Pada penelitian ini juga terdapat hubungan pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi ($p\text{ value} = 0,00$). Dengan demikian peneliti berharap agar penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi institusi pendidikan yaitu Fakultas Ilmu Keperawatan agar dapat terus meningkatkan pengetahuan dan mengajarkan perilaku kepada mahasiswi mengenai kesehatan reproduksi yaitu *personal hygiene* saat menstruasi. Hal ini juga dijadikan suatu dasar untuk dapat diteliti lagi. Manfaat yang dirasakan juga oleh peneliti yaitu dapat menambah

lebih banyak wawasan pengetahuan dan perilaku tentang kesehatan reproduksi yaitu *personal hygiene* saat menstruasi. Manfaat untuk responden yaitu mendapatkan informasi mengenai betapa pentingnya pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.

Kelemahan dalam penelitian ini yaitu instrumen untuk menilai perilaku *personal hygiene* saat menstruasi menggunakan pernyataan dalam kuesioner bukan melalui observasi. Kesulitan juga yang terdapat pada penelitian ini adalah saat pengumpulan data. Sangat sulit menyesuaikan jadwal kelas peneliti dengan responden yaitu seluruh mahasiswi angkatan 2023 dan juga sulit untuk menghubungi responden yang tidak hadir pada saat jam kelas. Maka itulah yang membuat waktu pengumpulan data lumayan lama.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang berjudul hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia, maka kesimpulan didapati bahwa:

Mayoritas tingkat pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia termasuk pada kategori baik.

Mayoritas perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia termasuk pada kategori baik.

Tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia.

UCAPAN TERIMAKASIH

Dengan ini saya mengucapkan terima kasih kepada civitas akademik Universitas Advent Indonesia dan kepada Fakultas Ilmu Keperawatan yang telah mengizinkan saya untuk melakukan penelitian sehingga artikel ini dapat selesai. Saya juga ingin mengucapkan terima kasih kepada seluruh mahasiswi di Fakultas Ilmu Keperawatan angkatan 2023 yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfi, N. R. (2022). Gambaran Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Saat Menstruasi Di Masa New Normal Di Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 7(2), 61. <https://doi.org/10.51933/health.v7i2.824>
- Amallya Faj'ri, R., Sunirah, & H Wada, F. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Terhadap Perilaku Remaja Putri Saat Menstruasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, 8(1), 78–85. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v8i1.687>
- Anggraeni, L., Fauziah, N., & Gustina, I. (2022). Dampak tingkat stres terhadap siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir Di Universitas Binawan. *Journal.Ipts.Ac.Id*, 10(2), 629–633. <http://journal.pts.ac.id/index.php/ED/article/view/3491>
- Dahlan, D. (2021). Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Pada Saat Menstruasi. *Journal Health Quality Development E*, 1(2), 109–115.
- Fellia Nada Zhahirah. (2022). HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TERHADAP PERILAKU PERSONAL hYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA MAHASISWA BARU FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN TAHUN 2022. In *Skripsi*.
- Ghofur, F. M., Yunita, R. D., & Aningsih, S. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Remaja dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 10(1), 66–75. <https://doi.org/10.55500/jikr.v10i1.181>

- Harahap, Y. W. (2021). Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi di MTS Swadaya Padangsidimpuan. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 6(1), 134. <https://doi.org/10.51933/health.v6i1.435>
- Irianti, D., & Tiarahma, L. (2021). Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Stikes Intan Martapura, Indonesia Tabel Berdasarkan tabel 1, mayoritas responden berada pada rentang usia 13-14 tahun sebanyak 38 orang (63,3%), dan usia menarche terbanyak pada. April, 20–23.
- Iskandar Yahya Arulampalam Kunaraj P.Chelvanathan, A. A. A. B. (2023). HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMA N 4 BATANGHARI TAHUN 2023. In *Journal of Engineering Research*.
- Karlina, N., Rusli, B., Muhtar, E. A., & Candradewini, C. (2021). Sosialisasi Pemeliharaan Personal Hygiene Dan Proteksi Diri Di Lingkungan Perumahan Pada Era New Normal. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 49. <https://doi.org/10.24198/kumawula.v4i1.30658>
- Lusiani, E., & Sidok, M. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Kelompok Remaja Putri Di Surabaya. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 8(2), 2023.
- Mara, K., Adesta, R. O., & Meo, M. Y. (2022). HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE REMAJA PUTRI PADA SAAT MENSTRUASI DI SMP YAPENTHOM 2 MAUMERE Universitas Nusa Nipa Indonesia. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 9(2).
- Narsih, U., Rohmatin, H., & Widayati, A. (2021). Keyakinan dan Sikap Remaja Putri Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Article history: Accepted 20 April 2021 Address: Available online 25 April 2021 Email: Phone: perlakuan yang salah dalam melakukan perawatan organ reproduksi. 04(02), 125–132.
- NU, M., & Indonesia, U. (2020). Manajemen Kebersihan Menstruasi Dan Pencegahan Perkawinan Anak. In *Pimpinan Pusat Muslimat NU UNICEF*. https://www.pma2020.org/sites/default/files/IDR2-MHM_brief-v1-Bahasa_Indonesian-2017-05-03.pdf
- Nurfadilah, H., Muhdar, I. N., & Dhanny, D. R. (2022). Aktivitas Fisik dan Tingkat Stress dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa FIKES UHAMKA. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 4(1), 9–17. <https://doi.org/10.36590/jika.v4i1.204>
- Rahayu, A. W. D., & Lutfiyati, A. (2022). Pengetahuan Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMPN 3 Tempel Sleman. *Jurnal Indonesia Sehat: Healthy Indonesian Journal*, 1(1), 15–21. <https://jurnal.samodrailmu.org/index.php/jurinse/article/view/14/9>
- Rosidin, U., Sumarni, N., & Suhendar, I. (2021). Pendidikan Kesehatan Tentang Personal Hygiene Pada Siswa SMK Al Halim Garut. *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 181–190. <https://doi.org/10.31294/jabdinas.v4i2.9272>
- Rukmi Octaviana, D., & Aditya Ramadhani, R. (2021). HAKIKAT MANUSIA: Pengetahuan (Knowledge), Ilmu Pengetahuan (Sains), Filsafat Dan Agama. *Jurnal Tawadhu*, 5(1(22)), 143–159. <https://doi.org/10.25587/svf.2021.22.1.007>
- Ruspita, R., Wati, Y. S., & Fitriani, F. (2022). Hubungan Pengetahuan Terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 12(4), 310–318. <https://doi.org/10.52643/jbik.v12i4.2367>
- Sabaruddin, E. E., Kubillawati, S., & Rohmawati, A. (2021). Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi SMP Bangsa Mandiri 2 Bogor. *Kesehatan Dan Kebidanan*, 10(2), 33–42. <https://smrh.e-journal.id/Jkk/article/download/139/99>