

PERBEDAAN TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN PENYULUHAN TENTANG *PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI

Ningsih Saputri¹, Sukmawati², Anggi Juliad Putri³

Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Dharmas Indonesia^{1,3}

Program Studi S1 Kebidanan, STIKes Pelita Ibu²

ningsihsaputri378@gmail.com¹,sukmawati62@gmail.com²

ABSTRACT

Personal hygiene during menstruation in adolescent girls is the behavior of adolescent girls in maintaining health and hygiene during menstruation, the cause of not doing personal hygiene during menstruation is due to lack of information and understanding which results in reproductive health problems such as pelvic inflammatory disease, reproductive tract infections and cancer. cervix. This study aims to determine whether there is a difference in the level of knowledge of adolescent girls before and after being given counseling about personal hygiene during menstruation. This study uses a comparative method with the design used is one group pretest-posttest design, meaning that research activities that provide a pretest (pretest) before being given treatment, after being given treatment then give a final test (posttest). The research location is at MTs Muhammadiyah Pulau Punjung, Dharmasraya Regency. The research sample was total sampling, the population in this study were all 19 class IX teenage girls. Analysis of the data used is univariate and bivariate analysis. Based on the results of the study using Wiljoxon, it was found that the P-Value = 0.000 < 0.05, meaning that there was a difference in the level of knowledge of young women before and after being given counseling about personal hygiene during menstruation. The conclusion of this study is that there are differences in the level of knowledge of young women before and after being given counseling about personal hygiene during menstruation.

Keywords : Knowledge, Personal Hygiene during Menstruation

ABSTRAK

Personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri merupakan perilaku remaja putri dalam menjaga kesehatan dan kebersihan pada saat mengalami menstruasi, penyebab dari tidak dilakukan Personal hygiene saat menstruasi yaitu karena kurangnya informasi dan pemahaman yang mengakibatkan gangguan kesehatan reproduksi seperti penyakit radang panggul, infeksi saluran reproduksi dan kanker leher rahim. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang personal hygiene saat menstruasi. Penelitian ini menggunakan metode komperatif dengan rancangan desain yang digunakan adalah one group pretest-posttest design artinya kegiatan penelitian yang memberikan tes awal (pretest) sebelum diberikan perlakuan, setelah diberikan perlakuan barulah memberikan tes akhir (posttest). Lokasi penelitian di MTs Muhammadiyah Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya. Sampel penelitian total sampling, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas IX sebanyak 19 orang. Analisa data yang digunakan yaitu analisa univariat dan bivariat. Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan Wiljoxon didapatkan bahwa nilai P-Value = 0,000 < 0,05 artinya ada perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang personal hygiene saat menstruasi. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang personal hygiene saat menstruasi.

Kata kunci : Pengetahuan, Personal Hygiene saat Menstruasi

PENDAHULUAN

Personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri merupakan perilaku remaja putri

dalam menjaga kesehatan dan kebersihan pada saat mengalami menstruasi, seperti: membasuh alat kelamin dari arah depan kebelakang, membersihkan alat kelamin dengan air bersih,

sering mengganti celana dalam minimal dua kali sehari menggunakan bahan celana dalam yang baik dan menyerap keringat serta pemakaian dan penggantian pembalut yang tepat (Narsih&Agustina, 2021).

Menstruasi adalah pengeluaran cairan darah dari vagina secara berkala selama masa usia reproduktif. Pada umumnya remaja putri akan mengalami *menarche* pada usia prapubertas, yaitu 10-13 tahun tergantung pada berbagai faktor, termasuk kesehatan wanita, status nutrisi, dan berat tubuh (Narsih&Agustina, 2021).

Menurut *World Health Organization*, remaja dimulai dari usia 10-19 tahun dan sekitar 18% remaja dari jumlah penduduk sebanyak 1,2 miliar, sedangkan *United Nation Children Fund* (UNICEF) pada tahun 2015 menemukan fakta bahwa 1 dari 6 anak perempuan terpaksa tidak masuk sekolah selama satu hari atau lebih, pada saat menstruasi. Remaja di perkotaan mendapat sumber informasi mengenai kebersihan menstruasi dari Ibu sebanyak 60% dan di desa 58%, dengan memberikan informasi mengenai waktu *menarche* (Usia pertama kali menstruasi), cara membersihkan pembalut dan mengatasi gejala seperti rasa sakit atau bau (Jeanita, 2017).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RIKESDAS, 2018), Di Indonesia rata-rata usia *menarche* adalah 13 tahun. Ada sekitar 60.861.350 remaja berusia 10-24, sekitar 30,2% dari total penduduk di Indonesia. Sebagian besar remaja putri tidak memiliki pengetahuan yang akurat tentang kesehatan reproduksi dan seksualitas, mereka juga memiliki akses terhadap pelayanan dan informasi kesehatan reproduksi. Informasi yang biasanya didapat dari teman atau media yang sering tidak akurat (Luluk, 2019).

Menurut Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatra Barat tahun 2017 jumlah remaja putri umur 13-15 tahun di Kota Padang terdapat 24.667 orang remaja putri, sedangkan di Solok 10.382 orang remaja putri, Pasaman Barat 12.363 orang remaja putri, Tanah Datar 9.492 orang remaja putri dan di Dharmasraya sebanyak 5.438 orang remaja putri.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan

di MTs Muhammadiyah Pulau Punjung, pada tanggal 26 Februari 2022 melalui wawancara kepada 10 siswa, didapatkan 4 orang siswa bisa menjawab secara lengkap tentang *personal hygiene* atau kebersihan diri dengan jawaban benar dan yang 6 menjawab salah.

Masalah remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi yaitu rendahnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan akan memungkinkan remaja tidak melakukan *personal hygiene* pada saat menstruasi yang dapat menyebabkan kesehatan reproduksi terganggu contohnya seperti keputihan, Infeksi saluran Reproduksi (ISR) dan salah satu isu kritis yang menjadi penentu status kesehatan remaja yang dapat berpengaruh kehidupan masa tua adalah *personal hygiene* saat menstruasi (Bujawati & Raodhah, 2017).

Faktor penyebab kurangnya pengetahuan dan informasi tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Salah satu akibat kurangnya pemahaman *personal hygiene* genitalia adalah terjadinya gangguan kesehatan reproduksi seperti penyakit radang panggul (PRP), infeksi saluran reproduksi (ISR) dan kemungkinan terjadi kanker leher rahim (Nurmaliza, 2019).

Salah satu dampak yang terjadi apabila *Personal hygiene* saat menstruasi tersebut tidak dilakukan antara lain remaja putri tidak akan bisa memenuhi kebersihan alat reproduksinya, penampilan dan kesehatan sewaktu menstruasi juga tidak terjaga sehingga dapat terkena infeksi saluran kemih, keputihan, kanker serviks dan kesehatan reproduksi lainnya (Maidartati, 2016).

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah kurangnya pengetahuan pada remaja saat menstruasi adalah dengan melakukan penyuluhan tentang pentingnya kesehatan reproduksi dan bagaimana cara merawat diri saat menstruasi. Pemberian informasi pada remaja bisa dimulai dari orang terdekat semisal orang tua. Selain itu salah satu upaya untuk mengurangi gangguan pada saat menstruasi

yaitu melakukan *personal hygiene* yang baik. Hal-hal yang berhubungan dengan *personal hygiene* saat menstruasi antara lain penggunaan pembalut, mencuci daerah genitalia saat menstruasi (Jeanita, 2017).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fatimah menunjukkan bahwa dari 40 responden sebagian besar responden memiliki pengetahuan dalam kategori cukup, yakni sebanyak 20 orang (50,0%), pengetahuan dalam kategori baik sebanyak 17 orang (42,5%), dan pengetahuan dalam kategori kurang sebanyak 3 orang (7,5%) (Sitarani cindy, 2019).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian *komperatif* dengan rancangan desain yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design* artinya kegiatan penelitian yang memberikan tes awal (*pretest*) sebelum diberikan perlakuan, setelah diberikan perlakuan barulah memberikan tes akhir (*posttest*). Untuk melihat Perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi di MTs Muhammadiyah Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti tentang perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi di MTs muhammadiyah pulau punjung kabupaten dharmasraya tahun, didapatkan hasil sebagai berikut:

Berdasarkan tabel 1 dari 19 responden didapatkan sebagian besar pengetahuan remaja putri yang cukup tentang *personal*

hygiene saat menstruasi sebelum diberikan penyuluhan sebanyak 11 orang (57,9%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Sebelum

Pengetahuan sebelum	Frekuensi	
	n	presen tase %
Baik	2	10,5
Cukup	11	57,9
Kurang	6	31,6
Total	19	100

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Sesudah

Pengetahu an sesudah	Frekuensi	
	n	presentase %
Baik	16	84,2
Cukup	3	15,8
Kurang	0	0
Total	19	100

Berdasarkan tabel 2 dari 19 responden terdapat hampir seluruhnya pengetahuan remaja putri baik tentang *personal hygiene* saat mesntruasi sesudah diberikan penyuluhan sebanyak 16 orang (84,2%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Personal Hygiene saat Menstruasi

Personal Hygiene saat menstruas i	Frekuensi	
	n	presentase %
Iya	7	36,8
Tidak	12	63,8
Total	19	100

Berdasarkan tabel 4.3 dari 19 responden terdapat sebagian besar yang tidak melakukan *personal hygiene* saat menstruasi sebanyak 12 orang (63,2%).

Test statistic menunjukkan hasil uji *Wilcoxon*. Dengan uji *Wilcoxon* diperoleh nilai *signifikan* 0,000 dengan demikian disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

Tabel 4. Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi.

	n	Median (minimum - maximum)	p-value
Pengetahuan sebelum	19	2 (2-3)	0,000
Pengetahuan sesudah	19	1(1-2)	

PEMBAHASAN

Frekuensi pengetahuan remaja putri sebelum diberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian sebagaimana disajikan di tabel 1 Ditemukan bahwa responden di MTs Muhammadiyah Kabupaten Dharmasraya Tahun 2022 didapatkan bahwa hampir sebagian besar dari 19 remaja putri memiliki pengetahuan cukup yaitu 11 orang (57,9%), hampir setengah remaja putri memiliki pengetahuan kurang yaitu 6 orang (31,6%) dan sebagian kecil remaja putri memiliki pengetahuan baik yaitu 2 orang (10,5%) tentang *personal hygiene* saat menstruasi sebelum diberikan penyuluhan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Maharani (2018), di Cirebon menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi yaitu sebanyak 23 orang (46%). Hal ini membuktikan bahwa pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* masih sangat rendah.

Menurut teori, paparan informasi (pesan) yang didapatkan dari orang, media maupun dari pendidikan seperti penyuluhan (informan) akan mempengaruhi perubahan pada pengetahuan seseorang (receiver) (Prawiroharjo, 2017). Oleh karena itu, responden menjawab pertanyaan dengan salah dari pertanyaan penelitian Pengetahuan diperoleh dari pengindraan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya seperti (mata, hidung,

telinga, dan sebagainya). Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indra pendengaran yaitu telinga dan indra penglihatan yaitu mata (Notoadmodjo, 2014). Pengetahuan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah penelitian sebelum diberikan penyuluhan tentang *Personal hygiene* saat menstruasi yang diketahui responden mengenai *Personal hygiene* saat menstruasi yang dinilai berdasarkan kemampuan menjawab dengan benar pertanyaan pada kuesioner sebelum diberikan penyuluhan (Listyowati, 2016).

Menurut asumsi penelitian, menyimpulkan bahwa remaja putri memiliki pengetahuan cukup tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Hal ini disebabkan karena responden belum pernah belajar dan memahami tentang *Personal hygiene* saat menstruasi. Di sekolah juga belum memberikan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi yang dilaksanakan oleh petugas Puskesmas yang berada ditempat.

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Sesudah Diberikan Penyuluhan tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian sebagaimana disajikan di tabel 4.2 ditemukan bahwa responden di MTs Muhammadiyah Kabupaten Dharmasraya Tahun 2022 didapatkan hampir seluruhnya dari 19 remaja putri memiliki pengetahuan baik yaitu 16 orang (84,2%) dan sebagian kecil remaja putri memiliki pengetahuan cukup yaitu 3 orang (15,8%) tentang *personal hygiene* saat menstruasi sesudah diberikan penyuluhan.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Maharani (2018) di Cirebon menunjukkan bahwa pengetahuan responden sesudah diberikan penyuluhan menjadi 50 orang (58,8%). Begitupun dengan penelitian Winda (2021) menunjukkan bahwa remaja putri banyak yang memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik sebanyak 29 orang (97%).

Menurut teori, peningkatan ini dikarenakan paparan informasi dari media. Informasi atau pesan penyuluhan yang

disampaikan dengan menggunakan media atau alat bantu ini membantu dalam menyampaikan pesan tersebut agar terlihat menarik perhatian pada sasaran pendidikan. Pengetahuan (knowledge) adalah hasil tahu dari manusia, yang sekedar menjawab pertanyaan "what", misalnya apa air, apa manusia, apa alam, dan sebagainya (Notoadmodjo, 2018). Pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan tentang Personal hygiene saat menstruasi adalah hal-hal yang diketahui responden mengenai Personal hygiene saat menstruasi yang dinilai berdasarkan kemampuan menjawab dengan benar pertanyaan pada kuesioner sesudah diberikan penyuluhan.

Menurut asumsi penelitian, bahwa hasil pengetahuan responden yang telah mengisi kuesioner sesudah diberikan penyuluhan mengalami peningkatan dikarenakan responden telah mengetahui tentang Personal hygiene saat menstruasi. Oleh sebab itu, responden menjawab pernyataan dengan benar dari pernyataan penelitian.

Perbedaan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan tentang Personal Hygiene saat Menstruasi.

Berdasarkan hasil penelitian ini, nilai sebelum diberikan penyuluhan yaitu dari 19 responden didapatkan nilai mean sebanyak 2,29. Selanjutnya nilai sesudah diberikan penyuluhan yaitu dari 19 responden didapatkan nilai mean sebanyak 1,25. Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikannya penyuluhan tentang Personal hygiene saat menstruasi dengan hasil uji Wilcoxon didapatkan nilai $p\text{-value} = 0.000 < 0,005$ maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang bermakna antara sebelum diberikan penyuluhan dan sesudah diberikan penyuluhan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mutiara di Lombok menunjukkan bahwa pengetahuan responden sebelum diberikan penyuluhan dan sesudah diberikan penyuluhan mengalami peningkatan yang cukup signifikan yaitu

sebelum penyuluhan diberikan tingkat pengetahuan cukup 18 orang (60%) dan setelah diberikan penyuluhan menjadi baik sebanyak 29 orang (97%). Jadi peneliti mengambil kesimpulan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang personal hygiene masa menstruasi dengan nilai $p\text{-value} 0,000 < 0,005$.

Menurut asumsi peneliti, adanya perbedaan tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikannya penyuluhan tentang Personal hygiene saat menstruasi. Pengetahuan yang dimaksud adalah sebelum diberikan penyuluhan tentang Personal hygiene saat menstruasi. Pengetahuan di sebabkan oleh pemberian penyuluhan tentang Personal hygiene saat menstruasi. Dimana terdapat responden menjawab pernyataan dengan salah dikarenakan responden belum mengetahui mengenai Personal hygiene saat menstruasi baik melalui orang, media, atau informasi lainnya. Dan pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan tentang Personal hygiene saat menstruasi terlihat meningkat dikarenakan responden telah diberikan penyuluhan tentang Personal hygiene saat menstruasi dengan paparan informasi yang telah disampaikan. Informasi atau pesan yang telah disampaikan ini responden dapat mengingat dan mengetahui mengenai pengetahuan Personal hygiene saat menstruasi. Sehingga mayoritas responden dapat menjawab pernyataan peneliti dengan benar.

Simpulan

KESIMPULAN

Ada perbedaan yang bermakna tingkat pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang Personal hygiene saat menstruasi di MTs Muhammadiyah Pulau Punjung Kabupaten Dharmasraya Tahun 2022.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada remaja putri yang bersekolah di MTs

Muhammadiyah Pulau Punjung selaku responden yang sudah membantu dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiam an&Riyanto. (2015). *kapita selekta kuesioner pengetahuan dan sikap dalam penelitian kesehatan*. Selemba Medika:Jakarta.
- Dwi Susanti. (2020). huungan pengetahuan remaja putri dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi. *Jurnal Kesehatan, 11*.
- Haryono. (2016). *siap menghadapi menstruasi dan menopause*. Gosyen Publisng:Yogyakarta.
- Isro'in. (2012). *personal hygiene konsep proses dan aplikasi dalam praktek keperawatan*. Graha Ilmu:Yogyakarta.
- Jeanita. (2017). gambaran perilaku personal hygiene menstruasi remaja putri yang mengikuti pelatihan dan pembinaan PKPR di smp PGRI 13 wila yah kerja puskesmas sindang barang kota bogor tahun 2017. *HEARTY Jurnal Kesehatan Masyarakat, 5*.
- Kusmiran. (2014). *kesehatan reproduksi remaja dan wanita*. Selemba Baru:jakarta.
- Lianawati. (2012). *tingkat pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi pada siswi kelas X SMA islam terpadu mansyhur terpadu*. KTI:Surakarta.
- luluk. (2019). huungan pengetahuan remaja putri tentang keputihan dengan perilaku higienitas genetalia. *Remaja Putri, 24*.
- Maidartati. (2016). hubungan pengetahuan dengan perilaku vulva hygiene pada saat menstruasi remaja putri. *Jurnal Ilmu Keperawatan, IV, 50–57*.
- Mubarak. (2007). *promosi kesehatan sebuah pengantar proses belajar mengajar dalam pendidikan*. Graha Ilmu.
- Narsih&Agustina. (2021). jurnal kesehatan. *Keyakinan Dan Sikap Remaja Putri Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi, 04, 125–132*. <http://jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/woh/article/view/woh4203>
- Notoatmodjo. (2014). *ilmu perilaku kesehatan*. Rineka Cipta:Jakarta.
- Notoatmodjo. (2014). teori yang mendukung pengembangan kerangka. *Kerangka Teori*.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan, Teori Dan Aplikasinya* (Rineka Cip).
- Notoatmodjo, S. (2012). *promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Rineka Cipta:Jakarta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta:Jakarta.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta:jakarta.
- Proverawati. (2009). *menarche (menstruasi pertama penuh makna)*. Nuhu Medika.Yogyakarta.
- RIKESDAS. (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. Depertemen Kesehatan RI.
- Sari. (2009). *gambaran remaja putri dalam melakukan persoanal hygiene selama menstruasi di madrasah umul 1 puring*. KTI.
- Sitarani cindy. (2019). gambaran tingkat pengetahuan siswi kelas 2 SMAN 23 jakarta tentang personal hygiene saat menstruasi sebelum dan sesudah penyuluhan. *Jurnal Kedokteran Meditek, 43–50*. <http://ejournal.ukrida.ac.id/ojs/index.php/meditek/index>
- Sugiono. (2019). *metode penelitian kuantitatif,kualitatif, dan R&D*. alfabeta : Bandung.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif,kualitatif dan R dan D*. Alvabeta:Bandung.
- Sujiianti. (2012). *psikologi kebidanan* (Jusim@n (ed.)). Trans Info Media:Jakarta.
- wawan. (2010a). *metodologi penelitian kesehatan dan keperawatan* (Aeni (ed.)). Rumah pustaka:cirebon.
- wawan. (2010b). *teori dan pengukuran pengetahuan,sikap,dan perilaku manusia*. Nuhu Medika:yogyakarta.
- widianti. (2007). *komunikasi maasa suatu pengantar*. Simbosa Rekatama Medika.