

HIGIENITAS MENSTRUASI REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 2 BLAHBATUH

Ni Putu Dian Widyasturi¹, Made Widhi Gunapria Darmapatni², Listina Ade Widya Ningtyas³

Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar^{1,2,3}

*Corresponding Author : dian25032@gmail.com

ABSTRAK

Higienitas menstruasi penting dalam menjaga kesehatan reproduksi dan mencegah terjadinya Infeksi Saluran Reproduksi (ISR). Manajemen higienitas menstruasi mendukung pengelolaan kebersihan dan kesehatan menstruasi remaja putri, termasuk dalam penyediaan informasi dan fasilitas yang baik untuk mengelola menstruasinya secara pribadi dan efektif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengetahuan, sumber informasi dan sarana prasarana remaja putri tentang higienitas menstruasi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Blahbatuh. Penelitian deskriptif ini menggunakan desain *cross sectional* yang dilaksanakan pada bulan April sampai Mei 2025. Sampel yang digunakan sebanyak 116 orang siswi kelas VIII yang sesuai kriteria inklusi dan eksklusi, dengan teknik *proportional random sampling*. Penelitian ini menggunakan jenis data primer yang dikumpulkan dengan instrumen kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden (54,3%) memiliki pengetahuan baik. Sebagian besar (85,3%) menyatakan pernah mendapatkan informasi tentang higienitas menstruasi dengan sumber informasi yang dominan yaitu orangtua/keluarga, guru, internet, dan media sosial. Sebagian besar responden (55,2%) menyatakan sarana prasana terkait higienitas menstruasi tergolong memadai. Simpulan penelitian ini, sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan yang baik, dengan sumber informasi dan sarana prasarana yang memadai.

Kata kunci: higienitas menstruasi, informasi, pengetahuan, remaja putri, sarana prasarana

ABSTRACT

Menstrual hygiene is important in maintaining reproductive health and preventing reproductive tract infections (RTIs). Menstrual hygiene management supports the management of menstrual hygiene and health in adolescent girls, including providing good information and facilities to manage their menstruation personally and effectively. The purpose of this study was to identify the knowledge, sources of information and infrastructure of adolescent girls about menstrual hygiene at State Junior High School 2 Blahbatuh. This descriptive study used a cross-sectional design which was conducted from April to May 2025. The sample used was 116 female students in grade VIII who met the inclusion and exclusion criteria, with a proportional random sampling technique. This study used primary data collected using a questionnaire instrument. The results showed that most respondents (54.3%) had good knowledge. Most (85.3%) stated that they had received information about menstrual hygiene with the dominant sources of information being parents/family, teachers, the internet, and social media. Most respondents (55.2%) stated that the infrastructure related to menstrual hygiene was adequate. The conclusion of this study, most have a good level of knowledge, with adequate sources of information and infrastructure.

Keywords: *menstrual hygiene, information knowledge, adolescent girls, facilities*

PENDAHULUAN

World Health Organisation (WHO) mendefinisikan remaja yaitu individu dalam dekade kedua kehidupan mereka dengan rentang usia 10-19 tahun yang dibagi menjadi dua periode, yaitu remaja awal (10-14 tahun) dan remaja akhir (15-19 tahun) (WHO, 2018). Masa remaja adalah

periode transisi masa anak-anak ke masa dewasa, ditandai dengan menstruasi pada perempuan yaitu perdarahan siklik dari rahim yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi pelepasan lapisan endometrium uterus (Setyarini et al., 2023). Ditandai dengan menstruasi pertama (*menarche*) yang biasanya disertai adanya perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial, secara kolektif melambangkan kedewasaan dan kematangan reproduksi remaja (Leone & Brown, 2020).

Praktik menstruasi yang baik penting untuk dipahami karena berhubungan dengan kesehatan reproduksi remaja. Menurut WHO (2018), angka kejadian infeksi saluran reproduksi (ISR) tertinggi di dunia (35%-42%) adalah pada masa remaja dan (27%-33%) pada dewasa muda (Fadilah et al., 2023). Pada remaja infeksi reproduksi akibat manajemen menstruasi yang tidak bersih meliputi Infeksi Saluran Reproduksi (ISR), vaginosis bakterialis, Infeksi Saluran Kemih (ISK), serta gangguan lain seperti *pruritus vulvae* (rasa gatal di sekitar vagina), vaginitis, dan keputihan yang disertai gatal-gatal, iritasi serta bau tidak sedap (Hastuti et al., 2019). Sebuah penelitian di India menemukan bahwa 62,4% remaja didiagnosis ISR akibat *menstrual hygiene* yang buruk dengan manifestasi infeksi *bacterial vaginosis* (41%), *candidiasis* (34%), dan *trichomoniasis* (5,6%) (Torondel et al., 2018).

Remaja dengan nyeri perut bawah (54,8%) dan keputihan (32,6%) merupakan keluhan yang paling umum dilaporkan terkait dengan ISR (A. Singh & Kushwaha, 2022). *Bacterial vaginosis* dan *vulvo-vaginal candidiasis* secara signifikan menyebabkan iritasi vagina, bau tidak sedap, dampak pada kehidupan seks, harga diri, dan gangguan suasana hati. *Bacterial vaginosis* dikaitkan dengan infeksi *human papillomavirus* (HPV) (Borg et al., 2023). Dalam jangka Panjang, infeksi berulang (*bacterial vaginosis* dan *candidiasis*) akibat higienitas menstruasi yang buruk dapat menyebabkan peradangan kronis pada serviks, membuat sel-sel serviks lebih rentan terhadap infeksi HPV dan perubahan sel abnormal (displasia serviks). Hasil penelitian menunjukkan, praktik higienitas menstruasi yang buruk secara signifikan lebih umum terlihat pada wanita dengan neoplasia intraepitelial serviks atau kanker serviks ($P < 0,001$) (N. Singh et al., 2023).

Upaya meningkatkan kesehatan reproduksi pada remaja penting dilakukan karena berimplikasi langsung pada kesehatan reproduksinya. Manajemen higienitas menstruasi adalah upaya pengelolaan kebersihan diri dan kesehatan pada remaja selama menstruasi, termasuk informasi, materi, dan fasilitas yang dibutuhkan untuk mengelola menstruasi secara efektif dan pribadi (Davis et al., 2018). Berdasarkan strategi kesehatan sekolah nasional, di Indonesia upaya tersebut yakni pada program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). UKS mencakup tiga ketentuan kesehatan menstruasi yakni pendidikan kesehatan dengan penyediaan pengetahuan dan kesadaran kesehatan menstruasi, layanan kesehatan dan memastikan lingkungan yang sehat di sekolah untuk gadis remaja (Hugget et al., 2023).

Sebuah studi dilakukan dikalangan remaja usia SMP dan SMA pada empat provinsi di Indonesia yaitu Papua, Jawa Timur, Sulawesi Selatan dan Nusa Tenggara Timur (NTT) menemukan bahwa, kebersihan menstruasi pada remaja usia sekolah di Indonesia masih tergolong buruk. Lebih dari separuh (64,1%) anak didapatkan dengan praktik kebersihan menstruasi buruk dan mempengaruhi pendidikannya. Sebesar 11,1% tidak masuk sekolah satu hari atau lebih selama periode menstruasi terakhir mereka (Davis et al., 2018). Berdasarkan faktor biologis, personal, interpersonal dan lingkungan, hal-hal yang mempengaruhi manajemen kebersihan menstruasi pada remaja diantaranya usia, pengetahuan, akses terhadap informasi, maupun fasilitas terkait ketersediaan sarana yang mendukung menstruasi seperti air dan sanitasi yang memadai (Wihdaturrahmah & Chuemchit, 2023).

Menstruasi merupakan proses yang alamiah bagi setiap perempuan, namun nyatanya masih menjadi hal yang tabu bagi sebagian masyarakat. Karena budaya dan mitos tertentu, menstruasi

dianggap hal negatif, penyakit, kotor dan memalukan sehingga keterbukaannya rendah, informasi terkait cenderung terbatas dan hanya antara perempuan saja (Hastuti et al., 2019). Berdasarkan Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017, sebesar 58% remaja putri mendiskusikan tentang haid dengan teman, 45% berdiskusi dengan ibunya dan didapatkan satu dari lima remaja tidak pernah berdiskusi terkait haid dengan orang lain sebelum *menarche* (BKKBN et al., 2018). Penelitian sebelumnya menemukan sebanyak 60,8% siswa sekolah di Indonesia memiliki pengetahuan rendah dan sikap negatif terhadap manajemen kebersihan menstruasi (50,8%) serta (75,2%) diantaranya ditemukan memiliki ibu dengan riwayat pendidikan yang rendah. Keterbatasan informasi yang dimiliki, kurangnya bimbingan di awal menstruasi menyebabkan remaja tidak memiliki pengetahuan terkait menstruasi dan sering kali dikaitkan dengan kesalahpahaman serta perilaku yang buruk terhadap manajemen kebersihan diri yang baik saat menstruasi (Hadi & Atiqah, 2021; Hastuti et al., 2019).

Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa (55,1%) responden yang memiliki perilaku kurang baik terhadap *personal hygiene* saat menstruasi diantaranya seperti durasi ganti pembalut yang kurang dari empat kali per hari, tidak mengeringkan kelamin dengan *tissue*/handuk sebelum memakai pembalut baru, tidak keramas saat haid hingga cara membersihkan kelamin yang salah (Fauziah Ahmad et al., 2023). Kebersihan menstruasi juga masih menjadi masalah yang sering diabaikan karena fasilitas toilet terkait air, sanitasi, dan kebersihan (*Water, Sanitation, and Hygiene/ WASH*). Kurangnya fasilitas ini membuat anak perempuan yang sedang menstruasi merasa tidak nyaman untuk mengontrol menstruasinya di sekolah (Wihdaturrahmah & Chuemchit, 2023). Sebagian besar sekolah di Indonesia tidak memiliki akses ke layanan sanitasi dasar yaitu 73%, sekitar 60% sekolah tidak memiliki akses ke layanan kebersihan, dan satu dari tiga sekolah tidak memiliki toilet yang dipisahkan berdasarkan jenis kelamin. Hal tersebut berarti, sekitar 43,5 juta siswa di Indonesia tidak memiliki akses ke fasilitas WASH yang layak dan ini dapat menjadi tantangan pada remaja putri dalam menjaga higienitas menstruasinya (KEMENDIKBUD, 2020).

Studi pendahuluan dilakukan di SMP Negeri 2 Blahbatuh dengan wawancara terbuka pada 10 siswi kelas VIII, pada tanggal 4 Februari 2025. Berdasarkan hasil wawancara, dari 10 siswi, enam diantaranya tidak dapat menjelaskan terkait kebersihan diri saat menstruasi. Delapan siswi menyatakan biasa menggunakan pembalut lebih dari empat jam sehari dan mengganti pembalut kurang dari empat kali sehari baik, pada hari pertama/dua periode menstruasinya. Sebanyak delapan siswi menyatakan tidak pernah mengganti pembalut saat disekolah karena malas dan tidak nyaman lalu memilih menahan untuk mengganti pembalut hingga pulang ke rumah. Lima siswi diantaranya mengeluh kadang tidak ada tong sampah khusus di toilet dan satu siswi mengatakan pernah membawa pulang bekas pembalutnya. Hasil wawancara mendapatkan enam siswi sabun mandi untuk membersihkan area genital dan hanya tiga siswi yang mengeringkan area kelamin dengan tisu kering setelah buang air kecil dan mengganti pembalut saat menstruasi. Dari 10 siswi, seluruhnya menyatakan pernah mengalami keputihan dan enam siswi menyatakan pernah mengalami gatal pada alat kelaminnya setelah menstruasi. Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti melakukan penelitian mengenai “Higienitas Menstruasi Pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Blahbatuh”

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif, yaitu memberikan gambaran terkait higienitas menstruasi pada remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Blahbatuh dengan pendekatan subjek secara *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang merupakan siswi kelas VIII di Sekolah Menengah

Pertama Negeri 2 Blahbatuh yang terdiri dari 10 kelas dengan jumlah sebanyak 142 orang. Jumlah sampel yang ditetapkan yaitu 116 orang dengan cara pengambilan sampel menggunakan teknik *proportional random sampling*. Sampel penelitian adalah remaja putri yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi yaitu siswi yang sudah menstruasi dan bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi yaitu siswi yang tidak hadir dan mengundurkan diri saat dilakukan penelitian. Data dalam penelitian menggunakan data primer yang diperoleh langsung dari responden melalui kuesioner pengetahuan, sumber informasi dan sarana prasarana terkait higienitas menstruasi. Penelitian ini telah dilakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Blahbatuh pada bulan April sampai Mei 2025. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat. Penelitian ini telah mendapatkan rekomendasi penelitian dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Gianyar dengan nomor surat 070/0115/IP/DPM PTSP/2025 pada tanggal 17 Maret 2025, serta telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Denpasar dengan nomor surat DP.04.02/F.XXXII.25/ 410 /2025 pada tanggal 21 April 2025.

HASIL

Karakteristik Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini yaitu siswi kelas VIII SMP Negeri 2 Blahbatuh, dengan karakteristik sebagai berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Subjek Penelitian di SMP Negeri 2 Blahbatuh

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
13 tahun	27	23,3
14 tahun	71	61,2
15 tahun	18	15,5
Total	116	100
Usia Menarche		
10 tahun	11	9,5
11 tahun	23	19,8
12 tahun	47	40,5
13 tahun	30	25,9
14 tahun	5	4,3
Total	116	100

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini berusia 14 tahun, yaitu sebanyak 71 orang (61,2%). Dari usia *menarche*, jumlah terbanyak responden pertama kali mengalami menstruasi pada usia 12 tahun, yaitu sebanyak 47 orang (40,5%).

Hasil Pengamatan Terhadap Subjek Penelitian Berdasarkan Variabel Penelitian

Pengetahuan remaja putri tentang higienitas menstruasi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Blahbatuh tahun 2025

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri tentang Higienitas Menstruasi di SMP Negeri 2 Blahbatuh

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	63	54,3
Cukup	46	39,7
Kurang	7	6,0
Total	116	100

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa sebagian besar remaja putri di SMP Negeri 2 Blahbatuh memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai higienitas menstruasi, yaitu dari 116 responden terdapat 63 orang (54,3%).

Sumber informasi remaja putri tentang higienitas menstruasi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Blahbatuh tahun 2025

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengalaman Informasi Remaja Putri tentang Higienitas Menstruasi di SMP Negeri 2 Blahbatuh

Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Mendapatkan informasi		
Pernah	99	85,3
Tidak Pernah	17	14,7
Total	116	100

Berdasarkan tabel 3, Sebagian besar remaja putri di SMP Negeri 2 Blahbatuh Tahun 2025 menyatakan pernah mendapatkan informasi mengenai higienitas menstruasi, yaitu sebanyak 99 orang (85,3%).

Tabel 4. Distribusi Sumber Informasi Remaja Putri tentang Higienitas Menstruasi di SMP Negeri 2 Blahbatuh

Sumber Informasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Non Media		
Guru di sekolah		
Pernah	44	37,9
Tidak pernah	72	62,1
Tenaga Kesehatan		
Penah	35	30,2
Tidak pernah	81	69,8
Orangtua/keluarga		
Pernah	75	35,3
Tidak pernah	41	64,7
Teman Sebaya		
Pernah	29	25
Tidak pernah	87	75
Media Elektronik		
Internet		
Pernah	56	48,3
Tidak pernah	60	51,7
Media sosial		
Pernah	48	41,4
Tidak pernah	68	58,6
Televisi		
Pernah	9	7,8
Tidak pernah	107	92,2
Media Cetak		
Buku/majalah kesehatan		
Pernah	17	14,7

Tidak pernah	99	85,3
Brosur/leaflet		
Pernah	4	3,4
Tidak pernah	112	96,6
Total	116	100

Berdasarkan tabel 4, dari sumber non media sebagian besar responden mendapatkan informasi dari orang tua atau keluarga sebanyak 75 orang (64,7%), Pada sumber media elektronik, internet menjadi sumber informasi terbanyak dipilih yaitu oleh 56 responden (48,3%). Sedangkan pada media cetak, sumber informasi yang banyak dipilih yaitu buku/majalah kesehatan sebanyak 17 orang (14,7%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Sarana Prasarana Remaja Putri tentang Higienitas Menstruasi di SMP Negeri 2 Blahbatuh

Sarana Prasarana	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Memadai	64	55,2
Kurang Memadai	52	44,8
Total	116	100

Berdasarkan tabel 5, sebagian besar remaja putri di SMP Negeri 2 Blahbatuh yakni sebanyak 64 orang (55,2%), menyatakan bahwa sarana prasarana yang tersedia untuk mendukung higienitas menstruasi di sekolah tergolong memadai.

PEMBAHASAN

Pengetahuan remaja putri tentang higienitas menstruasi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Blahbatuh tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian, terkait pengetahuan remaja putri tentang higienitas menstruasi didapatkan bahwa dari 116 orang, sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan yang baik sebanyak 63 orang (54,3%). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya di SMPN 3 Babelan Kabupaten Bekasi, dimana sebagaian besar responden juga berpengetahuan baik sebanyak 78% (Qolbah et al., 2024). Tingkat pengetahuan remaja terkait higienitas menstruasi dapat dikategorikan menjadi tiga kriteria, yaitu pengetahuan baik bila didapatkan skor (76%-100%), pengetahuan cukup (56%-75%) dan pengetahuan kurang (<56%) (Notoadmodjo, 2017).

Pengetahuan adalah salah satu respon hasil informasi dari upaya penginderaan manusia yang terbagi pada beberapa tingkatan, diantaranya tingkatan untuk tahu, untuk paham, untuk menerapkan, analisis, dan melakukan evaluasi atas kognisi yang diperolehnya (Darsini et al., 2019). Pengetahuan menjadi aspek yang dapat membentuk dan berhubungan dengan perilaku seseorang. Remaja dengan tingkat pengetahuan kurang terhadap kesehatan dan kebersihan menstruasi, beresiko lebih besar untuk tidak melakukan perilaku higienitas menstruasi yang baik. Remaja yang mempunyai pengetahuan baik, lebih kecil kemungkinannya untuk mengalami masalah infeksi saluran reproduksi daripada remaja yang mempunyai pengetahuan cukup atau kurang (Qolbah et al., 2024).

Tingkat pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor baik secara internal seperti usia, pengalaman dan tingkat pendidikan, maupun oleh karena faktor eksternal seperti sumber informasi yang diperoleh responden (Ramadhanti et al., 2023). Dari faktor internal dalam

penelitian ini, tingkat pengetahuan remaja putri tentang higienitas menstruasi di SMP Negeri 2 Blahbatuh dapat dipengaruhi oleh faktor usia dan pengalaman. Berdasarkan karakteristiknya, responden dalam penelitian ini berusia 13-15 tahun. Rentang usia tersebut termasuk ke dalam kategori kelompok remaja awal (Bawono, 2023).

Memasuki masa remaja, kemampuan kognitif dalam menerima dan mengelola informasi berkembang dengan cepat. Remaja mampu melalui tahap berpikir logis dan ilmiah, dimana konsep abstrak dapat digabungkan menjadi satu kesimpulan yang memungkinkan mereka memperoleh pengetahuan yang baik (Ajhuri, 2019). Penelitian lain menemukan bahwa, semakin bertambah usia seseorang dan semakin tinggi pula kemampuan kognitifnya, maka semakin banyak pula pengetahuan yang diperoleh. Sehingga dengan pengetahuan tersebut, maka remaja dapat memiliki sikap yang baik khususnya terkait dengan menstruasi dan higienitasnya. Remaja yang usianya lebih tua memiliki lebih banyak informasi dan pengalaman mengenai menstruasi (Darsini et al., 2019; Sychareun et al., 2020).

Usia *menarche* berkaitan dengan pengalaman pribadi yang telah dialami oleh seseorang remaja terkait menstruasi (Fadilasani et al., 2023). Berdasarkan usia *menarche*, responden dalam penelitian ini sudah mulai mendapatkan menstruasi pertama kali pada usia 10 tahun dan menjadikannya memiliki pengalaman dalam menjaga higienitas menstruasi lebih dini. Studi lain menegaskan bahwa usia *menarche* tersebut menjadi lebih awal dari biasanya, dimana remaja biasanya mulai mengalami menstruasi antara usia 12 dan 16 tahun (Hutagaol et al., 2020). Penelitian lainnya menunjukkan bahwa, pada responden dengan kisaran usia *menarche* 10 sampai 12 tahun, mempunyai tingkat pengetahuan yang baik karena faktor pengalaman mendapatkan menstruasi lebih dini (Irianti & Tiarahma, 2021).

Informasi yang didapatkan sebelumnya, memiliki pengaruh secara signifikan terhadap pengetahuan kebersihan menstruasi pada anak sekolah (Rizvi et al., 2024). Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa sebagian besar remaja putri di SMP Negeri 2 Blahbatuh telah mendapatkan informasi mengenai higienitas menstruasi, yaitu sebanyak 99 orang (85,3%), sedangkan sisanya sebanyak 17 orang (14,7%) tidak pernah mendapatkan informasi tersebut. Tingginya proporsi remaja yang pernah memperoleh informasi ini menunjukkan bahwa akses terhadap edukasi mengenai higienitas menstruasi di lingkungan sekolah atau luar sekolah sudah cukup baik. Hal ini dapat berkorelasi dengan tingkat pengetahuan remaja putri yang sebagian besar baik.

Sumber informasi remaja putri tentang higienitas menstruasi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Blahbatuh tahun 2025

Informasi adalah data yang telah diproses dan diolah sehingga dapat meningkatkan pengetahuan seseorang. Sumber informasi adalah media yang menyajikan berbagai pengetahuan dan berperan sebagai perantara dalam menyampaikan informasi yang membantu individu untuk membentuk sikap, dan keputusan dalam bertindak. Bagi remaja putri, ketersediaan sumber informasi turut memengaruhi tingkat pengetahuan, sikap, maupun perilaku remaja dalam menjaga kebersihan saat menstruasi (Fadilah et al., 2023; Rodin, 2021).

Temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa, sebagian besar remaja putri di SMP Negeri 2 Blahbatuh menyatakan pernah mendapatkan informasi tentang higienitas menstruasi sebanyak 99 orang (85,3%). Perolehan informasi ini diharapkan mendukung pengetahuan dan menimbulkan perilaku yang sesuai terhadap higienitas menstruasi remaja putri. Pernah atau tidak menerima informasi tentang kesehatan akan menentukan tindakan atau perilaku kesehatan seseorang. Penelitian sebelumnya menemukan bahwa, terdapat hubungan antara sumber informasi dengan perilaku kebersihan diri remaja. Lebih dari sebagian responden sebanyak 56,1% tidak pernah

mendapatkan informasi dengan tindakan kebersihan menstruasi yang buruk sebanyak 51,2% (Harahap et al., 2021).

Sumber Informasi yang didapat bisa bersumber secara langsung atau melalui non media seperti keluarga, orang tua, teman, guru maupun petugas kesehatan. Sedangkan sumber informasi secara tidak langsung dapat berupa media, baik media elektronik maupun cetak (Hamidah et al., 2022). Pada penelitian ini, mayoritas sumber informasi responden tentang higienitas menstruasi berasal dari non media yaitu orangtua atau keluarga sebanyak 75 orang (64,7%), serta guru sebanyak 44 orang (37,9%). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian terdahulu yang menemukan bahwa, secara umum remaja putri di Indonesia memperoleh informasi tentang menstruasi dan pengelolaannya dari orangtua/ibu di rumah dan guru melalui pembelajaran di sekolah. Orang tua/ibu diharapkan dapat memberikan dukungan informasi dan pengetahuan yang relevan bagi remaja putri dalam mengelola kebersihan menstruasinya. Remaja putri yang mendapatkan dukungan informasi dari orang tua dan guru memiliki perilaku higienitas yang positif selama menstruasi (Anjan & Susanti, 2019; Hadi & Atiq, 2021).

Dalam penelitian ini, pada sumber non media responden yang mendapatkan informasi dari tenaga kesehatan sebanyak 35 orang (30,2%). Pada penelitian terdahulu, remaja putri yang memperoleh informasi dari tenaga kesehatan cenderung memiliki perilaku kebersihan diri yang baik saat menstruasi, dengan sebanyak 30 orang (73%) menunjukkan praktik higienitas yang sesuai. Informasi yang relevan mengenai higienitas menstruasi dapat diberikan melalui berbagai metode seperti penyuluhan, bimbingan, dan pelatihan yang dilaksanakan di lingkungan sekolah (Linda, 2019). Sementara itu, pada penelitian ini teman sebaya menjadi sumber informasi non media paling rendah didapat oleh responden yaitu sebanyak 29 orang (25,0%). Penelitian lain menunjukkan terdapat hubungan antara teman sebaya sebagai sumber informasi dengan perilaku higienitas menstruasi pada remaja di Indonesia (Anjan & Susanti, 2019), namun terdapat juga penelitian yang menyatakan tidak terdapat hubungan antara teman sebaya dengan perilaku higienitas menstruasi pada remaja. Pada masa ini meski kecenderungan interaksi sosial lebih sering dengan teman sebaya, kemungkinan keterbukaan informasi tentang menstruasi masih kurang. Mayoritas remaja dengan pengetahuan maupun pengalaman terkait *personal hygiene* menstruasi yang belum memadai menyebabkan komunikasi dan pertukaran informasi masih terbatas serta memungkinkan masih terdapat informasi yang salah atau tidak lengkap antar teman sebaya (Afriyani & Salafas, 2020).

Saat ini, informasi terkait higienitas menstruasi juga dapat diperoleh secara tidak langsung baik melalui media elektronik atau cetak. Pada penelitian ini didapatkan gambaran bahwa, melalui media elektronik sumber informasi yang digunakan sebagian besar remaja putri di SMP Negeri 2 Blahbatuh yaitu dari internet sebanyak 56 orang (48,3%) dan media sosial sebanyak 48 orang (41,4%). Pada media cetak, buku/majalah kesehatan menjadi media cetak yang paling banyak dipilih, namun nyatanya tergolong rendah dan hanya sebanyak 17 orang (14,7%). Studi lain menegaskan bahwa,

saat ini mayoritas remaja usia sekolah menengah pertama sudah difasilitasi dengan *gadget* dalam menunjang pendidikannya disekolah maupun untuk melakukan komunikasi/informasi dalam kesehariannya. Internet ataupun media sosial seperti tiktok dan Instagram menjadi sumber informasi yang mudah diakses. Tampilan informasi yang menarik baik berupa artikel, gambar, iklan maupun video terkait higienitas menstruasi dapat menjadi hal yang menarik (Ritanti et al., 2021). Kebebasan akses terhadap media sosial/internet dan membuka peluang tersebarnya berbagai informasi yang belum jelas kebenarannya dan berpotensi menyesatkan bagi remaja apabila tidak dipilah dengan bijaksana (Bahtiar, 2021).

Pada penelitian ini, berdasarkan karakteristiknya sebagian besar responden merupakan usia remaja awal (13-15 tahun) yang mana dalam perkembangannya remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi (Ajhuri, 2019). Dengan rasa ingin tahu yang tinggi, remaja dengan mudah dapat mempercayai suatu informasi tanpa memastikan validitasnya. Upaya preventif diperlukan, agar remaja mampu menyaring informasi dengan tepat dan tidak salah dalam mengadopsinya. Antusiasme remaja dalam mencari informasi, dapat memberikan gambaran bahwa semakin sering dan banyak sumber yang informasi yang dimiliki maka semakin baik pengetahuan dan perilaku remaja putri terkait higienitas menstruasinya (Linda, 2019).

Sarana prasarana remaja putri tentang higienitas menstruasi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Blahbatuh tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian pada remaja putri di SMP Negeri 2 Blahbatuh, dari pengakuan responden tentang ketersediaan sarana prasarana WASH (*water, sanitation, hygiene*), didapatkan bahwa lebih dari sebagian responden 64 orang (55,2%) menyatakan sarana prasarana yang tersedia dalam kategori yang memadai. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Asmara *et al.*, yakni sebanyak 125 siswi (63,5%) menyatakan bahwa sarana prasarana di sekolah mereka tergolong baik atau memadai (Asmara *et al.*, 2023). Berbeda dengan temuan Tanda *et al.*, yakni sebanyak 74,6% menyatakan ketidaktersediaan sarana prasarana dalam menunjang kebersihan menstruasi seperti tidak adanya tempat cuci tangan, sabun, tidak tersiahnya tissue dan tempat sampah, baik air yang kotor dan kondisi toilet yang kotor dan berbau (Tanda *et al.*, 2024).

Dalam mengelola higienitas menstruasi, keberadaan fasilitas terkait *water, sanitation, hygiene* (WASH) adalah hal dasar untuk tercapainya manajemen higienitas menstruasi yang baik. Fasilitas seperti toilet ramah perempuan sangat diperlukan, yang mengacu pada fasilitas sanitasi yang dirancang dengan tepat untuk mengganti dan membuang perlengkapan menstruasi dengan bersih, aman dan nyaman (Schmitt *et al.*, 2022). Dari hasil kuesioner dalam penelitian ini, didapatkan bahwa sarana prasarana tentang higienitas menstruasi remaja putri yang memadai. Fasilitas yang memadai yaitu, 85,3% menyatakan tersedia toilet khusus perempuan, 72,4% menyatakan toilet bersih dan tidak berbau, 88,8% menyatakan tersedia air bersih, 83,6% menyatakan ventilasi toilet yang memadai, 85,3% menyatakan privasi yang aman saat mengganti pembalut, dan 56,0% menyatakan tersedia pembalut darurat. Namun dalam penelitian ini, pernyataan responden terkait dengan ketersediaan sabun cuci tangan, tissue, tempat sampah khusus pembalut, dan cermin di toilet masih rendah.

Ketersediaan sarana dan prasarana WASH (*Water, Sanitation, and Hygiene*) yang komprehensif meliputi toilet atau wastafel yang higienis, air bersih, pakaian dalam yang kering dan bersih, pembalut yang steril dan bebas dari kontaminasi, handuk serta tisu yang bersih dan kering, sabun pencuci tangan, tempat pembuangan sampah yang memadai, area dengan privasi terjaga, dan apabila memungkinkan cermin untuk memeriksa keberadaan noda darah berkontribusi signifikan terhadap peningkatan praktik kebersihan diri selama periode menstruasi. Keberadaan fasilitas tersebut mendorong remaja untuk lebih konsisten dalam mengganti pembalut serta menjaga kebersihan organ reproduksi selama masa haid (Hamidah *et al.*, 2022).

Penelitian terdahulu menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara ketersediaan sarana prasarana higienitas menstruasi yang lengkap di sekolah dengan perilaku kebersihan diri siswi saat menstruasi (Azzahra & Adiwiryo, 2020). Penelitian lainnya yang mendukung hal tersebut menyatakan bahwa, remaja putri memiliki peluang 3,100 kali lebih besar untuk mempunyai perilaku yang baik terhadap higienitas menstruasinya seperti dalam penggantian pembalut, kebersihan organ intim dan pengelolaan sampah menstruasinya (Asmara *et al.*, 2023).

Terlebih lagi dengan didukung ketersediaan sarana prasarana yang baik, maka selain menjaga kesehatan reproduksinya agar terhindar dari infeksi akibat higienitas yang buruk, hal ini turut menjaga kesehatan lingkungan sekitar karena perilaku atau praktik pembuangan sampah menstruasi yang sudah baik (Hastuti et al., 2019; UNICEF, 2019).

KESIMPULAN

Sebagian besar remaja putri di SMP Negeri 2 Blahbatuh memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang higienitas menstruasi dan telah memperoleh informasi yang memadai, terutama dari orang tua, guru, dan media elektronik. Ketersediaan sarana prasarana pendukung di sekolah juga dinilai cukup memadai, meskipun masih terdapat beberapa fasilitas yang perlu ditingkatkan. Temuan ini menunjukkan perlunya penguatan edukasi kesehatan reproduksi serta penyediaan fasilitas higienitas menstruasi yang lebih lengkap dan berkelanjutan di lingkungan sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih peneliti sampaikan kepada siswi, guru dan seluruh jajaran SMP Negeri 2 Blahbatuh atas partisipasi, dukungan, izin, dan fasilitas yang diberikan selama proses penelitian ini, serta kepada semua pihak yang telah memberikan bimbingan dalam proses penelitian ini berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyani, L. D., & Salafas, E. (2020). Factors Influencing Menstrual Hygiene Practice Among Adolescent Girls. *Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 9(2), 105–110.
- Ajhuri, K. F. (2019). *Psikologi Perkembangan: Pendekatan Sepanjang Rentang Hidup*. Penebar Media Pustaka.
- Anjan, A., & Susanti, D. (2019). Hubungan Sumber Informasi dengan Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Putri Saat Menstruasi. *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*, 3(1), 38–44.
- Asmara, R. D. S., Asiah, N., & Hidayati. (2023). Faktor Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMA NEGERI 7 Kota Tangerang Selatan Tahun 2022. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(4), 572–581.
- Azzahra, N., & Adiwiryo, R. M. (2020). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi pada Siswi SMP PGRI Depok II Tengah Jawa Barat Tahun 2020. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 9(2), 211–220.
- Bahtiar, H. (2021). Determinan Praktik Kebersihan Menstruasi Santriwati Pondok Pesantren Al-Ikhlas Ujung Bone Sulawesi Selatan Tahun 2020. In *Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*.
- Bawono, Y. (2023). *Perkembangan Anak dan Remaja*. Yayasan Pendidikan Cendikia Muslim. <https://www.researchgate.net/publication/374117463>
- BKKBN, BPS, Kemenkes RI, & USAID. (2018). *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017: Kesehatan Reproduksi Remaja Indikator Utama*. BKKBN - Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional.

- Borg, S. A., Bukenya, J. N., Kibira, S. P. S., Nakamya, P., Makumbi, F. E., Exum, N. G., Schwab, K. J., & Hennegan, J. (2023). The association between menstrual hygiene, workplace sanitation practices and self-reported urogenital symptoms in a cross-sectional survey of women working in Mukono District, Uganda. *PLOS ONE*, 18, 1–20.
- Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, A. E. (2019). Pengetahuan; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, 12(1).
- Davis, J., Macintyre, A., Odagiri, M., Suriastini, W., Cordova, A., Huggett, C., Agius, P. A., Faiqoh, F., Budiyan, A. E., Quillet, C., Cronin, A. A., Diah, N. M., Triwahyunto, A., Luchters, S., & Kennedy, E. (2018). Menstrual hygiene management and school absenteeism among adolescent students in Indonesia: evidence from a cross-sectional school-based survey. *Tropical Medicine and International Health*, 23(12), 1350–1363.
- Fadilah, B. N., Subiyatin, A., & Hamidah. (2023). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Dan Sumber Informasi Dengan Kebersihan Saat Menstruasi. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1).
- Fadilasani, R., Sugito, H., & Purnamasari, D. (2023). Pengetahuan Tentang Menstruasi Membentuk Sikap Positif Personal Hygiene Remaja Putri. *WOMB Midwifery Journal (WOMB Mid.J)*, 2(1), 16–22.
- Fauziah Ahmad, E., Susanti Junias, M., & Setyobudi, A. (2023). Gambaran Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA/SMK Negeri Kota Ende. *Pancasakti Journal of Public Health Science and Research*, 3, 143–150.
- Hadi, E. N., & Atiqa, U. D. (2021). Menstrual Hygiene Management of Junior High School Students in Rural Areas of Indonesia (Study in Tinambung Sub-District, Poliweli Mandar, West Sulawesi). *Journal of International Dental and Medical Research*, 14(3), 1230–1235.
- Hamidah, E. N., Realita, F., & Kusumaningsih, M. R. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri: Literature Review. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 10(3).
- Harahap, Y. W., Suryati, & Masnawati. (2021). Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi di MTS Swadaya Padangsidimpuan. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 6(1), 134–140.
- Hastuti, Dewi, R. K., & Pramana, R. P. (2019). Studi Kasus Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) Siswa SD dan SMP di Indonesia. *The SMERU Research Institute*.
- Hugget, C., Chea, P., Head, A., Suttor, H., Yamakoshi, B., & Hennegan, J. (2023). *Menstrual Health in East Asia and The Pacific: Regional Progress Review Indonesia*. UNICEF, Burnet Institute and WaterAid.
- Hutagaol, R., Sukarna, R. A., Susanti, N., Sijabat, M., Adriani, R. B., Aini, S. N., Rusdi, Elvina, R., Padoli, Kai, M. W., Novreita, S., Muryani, N. M. S., Yumni, F. L., Fatimah, S., Safitri, R., Miskiyah, Hairunisyah, R., & Sanjaya, L. R. (2020). *Buku Ajar Anatomi Fisiologi*. Zahir Publishing.
- Irianti, D., & Tiarahma, L. (2021). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Dalam Menjaga Kebersihan Organ Reproduksi Saat Menstruasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(1), 20–23.
- KEMENDIKBUD. (2020). *Profil Sanitasi Sekolah Tahun 2020*. Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Pusat Data dan Teknologi Informasi, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, UNICEF Indonesia, GIZ dan SNV Indonesia.

- Leone, T., & Brown, L. J. (2020). Timing and determinants of age at menarche in low-income and middle-income countries. *BMJ Global Health*, 5(12). <https://doi.org/10.1136/bmjgh-2020-003689>
- Linda, S. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi di SMP Negeri 12 Kota Pekanbaru. *JOMIS (Journal Of Midwifery Science)*, 3(2), 68–79.
- Notoadmodjo, S. (2017). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Qolbah, H., Hamidah, Purnamawati, D., & Subiyatin, A. (2024). Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Kebersihan Menstruasi pada Remaja. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 4(2), 62–71.
- Ramadhanti, W., Rohmayanti, & Wijayanti, K. (2023). Pengetahuan Remaja Tentang Manajemen Kebersihan Menstruasi Berhubungan dengan Sikap Menstrual Hygiene. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Dan Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 18(02), 130–139.
- Ritanti, Wahyudi, C. T., & Permatasari, I. (2021). Hygiene Behavior of Female Adolescent During Menstruation in the Rural Area of Serang Regency , Banten. *Quality : Jurnal Kesehatan*, 15(1), 56–64.
- Rizvi, N., Gulzar, S. A., Ali, T. S., Fazal, S. A., Gulzar, A. A., Parpio, Y., & Hirani, R. (2024). Menstrual hygiene amongst school Girls: Still a messy business. *JAM) Journal of Asian Midwives (JAM)*, 11(1), 3–14.
- Rodin, R. (2021). *Informasi Dalam Konteks Sosial Budaya*. PT. RajaGrafindo Persada.
- Schmitt, M. L., Gruer, C., Clatworthy, D., Kimonye, C., Peter, D. E., & Sommer, M. (2022). Menstrual material maintenance, disposal, and laundering challenges among displaced girls and women in Northeast Nigeria. *Journal of Water Sanitation and Hygiene for Development*, 12(7), 517–528.
- Setyarini, A. I., Eliyana, Y., Widayati, A., Sugiartini, N. K. A., Dewianti, N. M., Lontaan, A., Witari, N. N. D., Wulandari, S., Febriyanti, N. M. A., Hidayati, T., Siallagan, D., & Wulandari, D. T. (2023). *Obstetri dan Ginekologi untuk Kebidanan*. PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Singh, A., & Kushwaha, S. (2022). Awareness about reproductive tract infection, its relation with menstrual hygiene management and health seeking behaviour: A cross-sectional study among adolescent girls of Lucknow. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 11(11), 6690–6696.
- Singh, N., Rajput, S., & Jaiswar, S. P. (2023). Correlation of Menstrual Hygiene Management with Cervical Intraepithelial Neoplasia and Cervical Cancer. *Journal of Cancer Research and Therapeutics*, 19(5), 1148–1152.
- Sychareun, V., Chaleunvong, K., Essink, D. R., Phommavongsa, P., & Durham, J. (2020). Menstruation practice among school and out-of-school adolescent girls, Lao PDR. *Global Health Action*, 13(sup2), 38–48.
- Tanda, K. E., Takaeb, A. E. L., & Romeo, P. (2024). Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Kebersihan Diri Saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMP Negeri 9 Kota Kupang. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(3), 426–435.
- Torondel, B., Sinha, S., Mohanty, J. R., Swain, T., Sahoo, P., Panda, B., Nayak, A., Bara, M., Bilung, B., Cumming, O., Panigrahi, P., & Das, P. (2018). Association between unhygienic menstrual management practices and prevalence of lower reproductive tract infections: a hospital-based cross-sectional study in Odisha, India. *BMC Infectious Diseases*, 18(1).
- UNICEF. (2019). *Guide to Menstrual Hygiene Materials*. www.unicef.org

- WHO. (2018). *Guidance on ethical considerations in planning and reviewing research studies on sexual and reproductive health in adolescents*. World Health Organization.
- Wihdaturrahmah, & Chuemchit, M. (2023). Determinants of Menstrual Hygiene Among Adolescent School Girls in Indonesia. *International Journal of Women's Health*, 15, 943–954.