



HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI DENGAN SIKAP PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI DI SMA MUHAMMADIYAH 8 KISARAN

Efi Satriana Silalahi¹ Kiki Khoiriyani²

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan As Syifa Kisaran¹

Institut Kesehatan Sumatera Utara²

Email Korespondensi: efisatriana@gmail.com

ABSTRAK

Hygiene pada saat menstruasi merupakan komponen personal hygiene (kebersihan perorangan) yang berperan penting dalam status perilaku kesehatan seseorang. Termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi. Pada masa remaja yang sudah mengalami menstruasi perlu mengenal tubuh dan organ reproduksi. Pengabaian kesehatan reproduksi dapat menimbulkan infeksi alat reproduksi dan berpengaruh terhadap infertilitas atau kemandulan. Salah satu faktor risiko infeksi saluran reproduksi adalah hygiene menstruasi yang buruk. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Remaja Putri dengan Sikap Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMA Swasta Muhammadiyah 8 Kisaran. Penelitian ini menggunakan desain analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Cara pengambilan sampel yang digunakan adalah *non probability* sampling dengan jumlah sampel sebanyak 61 responden. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas tingkat pengetahuan remaja tentang sikap personal hygiene saat menstruasi baik sebesar 41 orang (67,2%) memiliki tingkat pengetahuan baik, mayoritas sikap personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri nilai *p value* 0,000 (<0,05). Ada Hubungan Pengetahuan Remaja Putridengan Sikap Personal Hygiene Saat Menstruasi.

Kata Kunci: Pengetahuan, Perilaku Personal Hygiene, Menstruasi.

ABSTRACT

Hygiene during menstruation is a component of personal hygiene which plays an important role in a person's health behavior status. Including avoiding interference with the function of the reproductive organs. During adolescence, those who have menstruated need to know the body and reproductive organs. Neglect of reproductive health can cause infections of the reproductive organs and affect infertility or sterility. One of the risk factors for reproductive tract infections is poor menstrual hygiene. The aim of this research is to determine the relationship between knowledge of young women and personal hygiene attitudes during menstruation at Muhammadiyah 8 Kisaran Private High School. This research uses an analytical design with a cross sectional approach. The sampling method used was non-probability sampling with a sample size of 61 respondents. The research results showed that

the majority of teenagers' knowledge level regarding personal hygiene attitudes during menstruation was good, 41 people (67,2%) had a good level of knowledge, the majority of personal hygiene attitudes during menstruation in young women had a p value of 0.000 (<0.05). There is a Relationship between Young Women's Knowledge and Personal Hygiene Attitudes During Menstruation.

Keywords- Knowledge, Personal Hygiene Behavior, Menstruation.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa dimana perubahan dari masa anak ke masa dewasa. Pada masa ini terjadi kematangan fisik, kognitif, sosial, dan emosional untuk mempersiapkan diri mereka menjadi dewasa. Pada masa remaja terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik psikologis maupun intelektual. Macam-macam risiko kesehatan reproduksi yang harus dihadapi remaja antara lain PMS (Penyakit Menular Seksual), kehamilan, aborsi, kekerasan seksual, pernikahan dini, seks bebas dan menjaga kesehatan reproduksi remaja. Pentingnya menjaga kesehatan reproduksi apalagi pada remaja putri karena pada masa ini juga terjadi perubahan pada sistem reproduksinya. Organ reproduksi menunjukkan perubahan yang dramatis pada saat pubertas yaitu dimulainya dengan keluarnya darah menstruasi. Rendahnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi akan memungkinkan remaja tidak melakukan *personal hygiene* dengan baik pada saat menstruasi yang dapat menyebabkan kesehatan reproduksi terganggu seperti keputihan, infeksi saluran reproduksi.

Rendahnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi sehingga sebagian besar remaja akan mengabaikan kebersihan alat kelamin saat menstruasi. Sementara itu, pada siklus bulanan, darah menempel pada vulva menyebabkan area genital menjadi lembab. Kelembapan pada area genital memungkinkan parasit dan mikroba berkembang pesat sehingga menimbulkan rasa kesemutan atau penyakit pada area genital. Jika penyakit ini tidak diobati, maka akan membuat infeksi menyebar hingga ke organ regeneratif bagian dalam. Perawatan diri ini digunakan untuk menjaga kesehatan baik secara fisik maupun mental. Jika kita memperhatikan diri kita dengan baik, kita bisa terhindar dari penyakit regenerative. Oleh karenanya kebersihan harus selalu dijaga karena mudahnya mikroba masuk dan dapat menimbulkan permasalahan pada proses regenerative. Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia, sebanyak 66,6% remaja putri berperilaku kurang baik dalam menjaga kebersihan saat menstruasi. Pengetahuan dan informasi yang kurang terkait dengan kebersihan diri saat menstruasi menjadi salah satu faktor penyebab buruknya perilaku akan kebersihan diri selama menstruasi di kalangan remaja. Remaja putri yang berpengetahuan kurang tentang kebersihan diri memungkinkan mereka untuk tidak berperilaku bersih saat menstruasi yang dapat membahayakan kesehatannya. Pendidikan kesehatan tentang kebersihan diri saat menstruasi bagi remaja perlu dan penting untuk dilakukan mengingat masih banyak remaja yang belum mengerti sepenuhnya terkait dengan kebersihan diri saat menstruasi. Hal ini dilakukan untuk meningkatkan pemahaman remaja terkait informasi mengenai cara membersihkan organ reproduksi selam menstruasi dan pemakaian pembalut yang benar dan sehat, sehingga remaja dapat berperilaku bersih dan sehat selama menstruasi.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan tingkat pengetahuan *personal hygiene* dengan perilaku personal hygiene remaja saat menstruasi di SMA Muhammadiyah 8 Kisaran.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik Korelasional. Menurut Indra & Cahyaningrum (2019), penelitian korelasional yaitu penelitian yang bertujuan untuk melihat atau menggambarkan hubungan dua variabel atau lebih tanpa adanya manipulasi atau perlakuan. Peneliti akan memaparkan hubungan atau keterkaitan antara pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian dimana peneliti mempelajari korelasi/hubungan keterpaparan faktor resiko/penyebab (independen) serta (dependen) efek dikumpulkan secara bersamaan, artinya pengamatan semua variabel independen dan variabel dependen dilakukan satu kali saja pada waktu yang bersamaan, tanpa dilakukan pengulangan. Populasi yang diambil dalam penelitian ini yaitu seluruh remaja putri SMA Swasta Muhammadiyah 8 Kisaran yaitu 61 orang dan seluruh populasi dijadikan sampel, penelitian ini dilakukan pada 10 Februari 2025.

HASIL PENELITIAN

Data yang disajikan menggunakan tabel dengan melakukan analisis univariat yang menggambarkan karakteristik remaja putri di SMA Muhammadiyah 8 Kisaran yaitu usia, pengetahuan serta menggambarkan hasil univariat variabel independen yaitu pengetahuan, sikap personal hygiene menstruasi dan variabel dependen yaitu personal hygiene menstruasi. Data hasil analisis bivariat disajikan dalam tabel distribusi dengan tujuan untuk mengetahui hubungan dua variabel yaitu independent dan dependent.

Tabel 1.1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Di SMA Muhammadiyah 8 Kisaran Tahun 2025

No	Umur	Frekuensi	Persentase (%)
1	15	25	41,0
2	16	15	24,6
3	17	21	34,4
	Jumlah	61	100,0

Pada Tabel 1.1 diatas menunjukkan bahwa karakteristik responden mayoritas berusia 15 tahun (41,0%).

Tabel 1.2 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pengetahuan Di SMA Muhammadiyah 8 Kisaran Tahun 2025

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	41	67,2
2	Cukup	20	32,8
3	Kurang	0	0
	Jumlah	61	100,0

Pada Tabel 1.2 diatas menunjukkan bahwa karakteristik responden mayoritas berpengetahuan baik yaitu 41 orang (67,2%).

Tabel 1.3 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Sikap Di SMA Muhammadiyah 8 Kisaran Tahun 2025

No	Sikap	Frekuensi	Persentase (%)
1	Positiv	41	67,2
2	Negativ	20	32,8
	Jumlah	71	100,0

Pada Tabel 1.3 diatas menunjukkan bahwa karakteristik responden mayoritas bersikap positive aitu 41 orang (67,2 %).

Analisis Bivariat

Analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui gambaran hubungan dua variabel dalam penelitian. Analisis dalam penelitian ini menggunakan *uji chi square* untuk mengetahui hubungan variabel independen yaitu pengetahuan dan sikap personal hygiene dengan variabel dependen yaitu personal hygiene saat menstruasi di SMA Muhammadiyah 8 Kisaran.

Tabel 2 Hasil Uji Bivariat Pengetahuan tentang Personal Hygiene Menstruasi dengan Sikap Personal Hygiene Di SMA Muhammadiyah 8 Kisaran Tahun 2025

	Sikap			Total	r	p
	Positif	Negativ				
Pengetahuan	Baik	41	0	41	0,861	0,00
	Cukup	4	16	20		
	Kurang	0	0	0		
Total		45	16	61		

Berdasarkan tabel 2 diatas didapatkan bahwa sebagian besar remaja putri mempunyai pengetahuan baik dan sikap positif sebanyak 41 orang dengan hasil uji statistik spherman $\text{rank-p-value} < \alpha (0.05)$, $p = 0.000$. Hal ini berarti H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan remaja putri dengan sikap personal hygiene saat menstruasi di SMA Muhammadiyah 8 Kisaran .

PEMBAHASAN

Pengetahuan Dengan Sikap Personal Hygiene

Berdasarkan Hasil penelitian ini didapatkan yaitu tingkat pengetahuan remaja putri di SMA Muhammadiyah 8 Kisaran dengan sikap personal hygiene saat menstruasi berada ditingkat yang baik dan cukup. Mayoritas tingkat pengetahuan remaja putri berada pada tingkat baik ada 41 orang yaitu 67,2 % . Menurut Notoadmojo (2012) pengetahuan adalah hasil dari tahu kini menjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu.

Penginderaan terjadi melalui panca indera, yakni indera penglihatan, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh dari mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan hal yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang.

Sebanyak 32,8 % responden memiliki pengetahuan yang cukup. Pengetahuan yang cukup merupakan pengetahuan yang tidak terlalu buruk. Hal ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor misalnya responden kurang paham dengan maksud pertanyaan atau responden terlalu terburu-buru saat menjawab pertanyaan.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian Raissy (2022) yang menyatakan bahwa terdapat adanya hubungan antara pengetahuan dengan *personal hygiene* pada remaja putri saat menstruasi dengan nilai $p=0,000$. Hasil penelitian mengatakan bahwa semakin rendah tingkat pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi maka semakin rendah pula remaja putri tersebut berperilaku baik terhadap *personal hygiene* nya pada saat menstruasi dan sebaliknya.

Berdasarkan hasil *uji spearman rank* pada penelitian ini menunjukkan bahwa signifikansi *p value* $0,000 (<0,05)$ yang berarti bahwa ada hubungan antara pengetahuan remaja putri dengan sikap *personal hygiene* dengan nilai koefisien korelasi (*r*) sebesar $0,861^{**}$ artinya tingkat kekuatan hubungan variabel pengetahuan remaja putri dengan sikap *personal hygiene* adalah sangat kuat. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rika (2020) mengenai hubungan antara pengetahuan dan perilaku kebersihan diri pada saat menstruasi pada remaja putri, menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dan perilaku remaja putri terhadap kebersihandiri selama periode. Hal ini ditunjukkan dengan hasil uji *Chi Square* yang memperoleh nilai *p* sebesar $0,032 (<0,05)$.

Personal hygiene saat menstruasi adalah komponen *personal hygiene* (kebersihan perorangan) yang memegang peranan penting dalam status perilaku kesehatan seseorang termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi. Pengetahuan seseorang tentang *personal hygiene* saat menstruasi juga memiliki pengaruh bagi perilaku seseorang dalam menjaga dan merawat kesehatan reproduksinya. Pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi penting untuk remaja agar mereka mempunyai informasi dan pengetahuan yang benar tentang kesehatan reproduksi. Penyebab kurangnya pengetahuan dan informasi tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Salah satu akibat kurangnya pemahaman *personal hygiene* genitalia adalah terjadinya gangguan kesehatan reproduksi seperti keputihan dan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR).

SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan pengetahuan remaja putri dengan sikap *personal hygiene* saat menstruasi ternyata ada hubungan yang signifikan. atau hubungan variabel pengetahuan remaja putri dengan sikap *personal hygiene* adalah sangat kuat, yaitu hasil analisa data dengan nilai *p value* $0,000 (<0,05)$.

DAFTAR PUSTAKA

- Ani, Murti. (2022). Manajemen Kesehatan Menstruasi. PT. Global Esekutif Teknologi.
- 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>
- Astria N. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Penanganan Keputihan.

2021;1–23.

- Devita, Y., & Kardiana, N. (2017). Hubungan pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene dengan benar saat menstruasi di MA Hasanah Pekanbaru. STIKES Payung Negeri Pekanbaru
- Harahap A, Kes M, Pohan RA, Si M. Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Terhadap Perilaku Reproduksi Sehat pada Remaja Putri.
- Harfiyah. (2022). The Description of Primigravida Knowledge about Danger Sign in Pregnancy at UPTD Puskesmas Mengwi III. STIKES Bina Usaha Bali.Hulu.
- Komite Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional. (2017).
- Maidartati, D. (2016). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Vulva Hygiene Pada Saat Menstruasi Remaja Putri. IV(1), 50–57. <https://doi.org/23387246>
- Notoatmodjo, S. (2014). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. 2017. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta : Salemba Medika.
- Sapti, M. (2019). Definisi Dismenore. Kemampuan Koneksi Matematis (Tinjauan Terhadap Pendekatan Pembelajaran Savi), 53(9), 1689–1699
- Yusiana MA, Silvianita M, Saputri T, Kediri SRB. Perilaku Personal Hygiene Remaja Puteri pada saat Menstruasi Perilaku Personal Hygiene Remaja Puteri pada saat Menstruasi Personal Hygiene Behavior Female Teenager When To Menstruating. Vol. 9, Jurnal STIKES. 2018.