

HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI DENGAN PERILAKU *PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI

THE RELATIONSHIP OF ADOLESCENT KNOWLEDGE WITH PERSONAL HYGIENE BEHAVIOR WHEN MENSTRUATION

Dwi Susanti¹, Afi Lutfiyati²

^{1,2} Prodi Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Achmad Yani Yogyakarta
Jl. Brawijaya Ambarketawang Gamping Sleman Yogyakarta 55294, Indonesia
Email: soesanti_2@yahoo.com (HP:081328845594)

ABSTRAK

Latarbelakang: Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke dewasa dengan ditandai perubahan fisik dan psikologis. Perubahan fisik salah satunya terjadinya perubahan seks sekunder yaitu menstruasi. Pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi penting untuk membentuk perilaku *personal hygiene* yang benar saat menstruasi.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan remaja putri dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi di SMP N 1 Gamping Sleman Yogyakarta.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional* dengan jumlah sampel 62 responden yang diambil secara *random sampling* pada siswi kelas VII dan VIII. Analisis data menggunakan analisis *Kendall Tau*.

Hasil: Pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi dalam kategori baik yaitu sebanyak 39 (62,9%), dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dalam kategori positif yaitu sebanyak 38 (61,8%). Hasil uji *Kendall tau* menunjukkan nilai *P value* sebesar 0,023.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara pengetahuan remaja putri dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi di SMP N 1 Gamping Sleman Yogyakarta.

Kata Kunci: Pengetahuan remaja, Perilaku *Personal Hygiene*, Menstruasi

ABSTRACT

Background: Adolescence is a transition from childhood to adulthood marked by physical and psychological changes. One of the physical changes in the occurrence of changes in secondary sex is menstruation. Knowledge of *personal hygiene* during menstruation is important to form correct *personal hygiene* behavior during menstruation.

Objective: This study aims to determine the relationship between the knowledge of adolescent girls with *personal hygiene* behavior during menstruation at SMP N 1 Gamping Sleman Yogyakarta.

Method: This study was a quantitative correlational analytic study with a *cross sectional* approach with a sample of 62 respondents taken randomly sampling at grade VII and VIII students. Data analysis using *Kendall Tau* analysis.

Results: The knowledge of young women about *personal hygiene* during menstruation was in the good category at 39 (62.9%), and *personal hygiene* behavior during menstruation was in the positive category at 38 (61.8%). The *Kendall tau* test results show that the *P value* is 0.023.

Conclusion: There is a relationship between the knowledge of adolescent girls with *personal hygiene* behavior during menstruation at SMP N 1 Gamping Sleman Yogyakarta.

Keywords: Adolescent knowledge, *Personal Hygiene Behavior*, Menstruation

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa peralihan atau transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dengan batasan usia 10-19 tahun, yang ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis^{1,2}. Perubahan fisik pada remaja putri ditandai dengan salah satunya adalah menstruasi. Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur setiap bulan sebagai tanda bahwa organ reproduksi telah berfungsi secara matang yang terjadi secara alamiah pada wanita².

Perilaku *hygiene* saat menstruasi sangatlah penting dilakukan oleh wanita dengan tujuan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan diri sendiri baik secara fisik maupun mental³. *Personal hygiene* saat menstruasi merupakan langkah awal untuk mewujudkan kesehatan diri karena tubuh yang bersih akan meminimalkan risiko seseorang terjangkit suatu penyakit.

Wanita dengan perilaku *personal hygiene* yang rendah menganggap kebersihan adalah masalah yang tidak penting, hal tersebut jika dibiarkan maka akan terjadinya penyakit yang berhubungan dengan kebersihan alat genitalia⁴.

Seseorang yang tidak menjaga *hygiene* yang baik saat menstruasi akan mudah mengalami infeksi alat reproduksi. Daerah genitalia yang lembab akan mengakibatkan tumbuhnya jamur kandida dan bakteri yang dapat menyebabkan pruritis vulvae yang ditandai dengan adanya sensasi gatal, infeksi serta keputihan pada daerah vagina⁵. Pruritis vulvae disebabkan oleh jamur, bakteri, dan virus yang muncul karena buruknya *personal hygiene* dan *hygiene* menstruasi (44%), karena alergen dan produk kewanitaan (30%), serta karena kelainan patologik pada vulva (26%)⁶. Dampak lain yang bisa terjadi apabila perilaku *personal hygiene* jelek adalah dapat terkena infeksi saluran kemih, kanker serviks dan kesehatan reproduksi lainnya⁷.

Pengetahuan tentang *personal hygiene* sangat penting karena pengetahuan yang baik dapat meningkatkan kesehatan. Individu yang mempunyai pengetahuan tentang *personal hygiene* maka akan selalu menjaga kebersihan dirinya untuk mencegah adanya penyakit⁸. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi akan mengakibatkan wanita tidak berperilaku *hygiene* pada saat menstruasi dan *personal hygiene* yang kurang pada remaja dapat menimbulkan masalah kesehatan reproduksi⁴. Hasil penelitian tentang pengetahuan *personal hygiene* menstruasi dari 54 responden yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 48 responden (88,9%)⁹. Sedangkan hasil penelitian lain menyebutkan, responden dengan pengetahuan kurang tentang *personal hygiene* saat menstruasi sebanyak 55 responden (53,9%)¹⁰.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan studi korelasi dengan pendekatan waktu *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di SMP N 1 Gamping Sleman Yogyakarta. Pengambilan data menggunakan teknik *stratified random Sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi yang sudah mengalami menstruasi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.

Analisis data pada penelitian ini adalah univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk melihat distribusi dan frekuensi sedangkan analisa bivariat menggunakan uji *Kendall Tau*, untuk melihat adanya hubungan antara kedua variabel *dependent* dengan variabel *independent*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik responden

Dari hasil penelitian diperoleh karakteristik responden berdasarkan usia remaja, usia pertama haid, memiliki kakak perempuan dan menggunakan gadget remaja putri Di SMP N 1 Gamping yang disajikan pada tabel 1.

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=62)

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
10-13 tahun	27	43,5
14-16 tahun	35	56,5
Usia pertama haid		
10-13 tahun	61	98,4
14-15 tahun	1	1,6
Memiliki kakak perempuan		
Iya	25	40,3
Tidak	37	59,7
Menggunakan gadget		
Iya	60	96,8
Tidak	2	3,2
Total	62	100

(Sumber: Data Primer, 2019)

Pada Tabel 1 dapat dilihat bahwa karakteristik responden menurut usia sebagian besar adalah usia 14-16 tahun sebanyak 35 siswa (56,5%) dan usia pertama kali haid mayoritas pada usia 10-13 tahun sebanyak 61 responden (98,4%). Responden yang tidak memiliki kakak perempuan sebanyak 37 responden (59,7%), mayoritas menggunakan gadget sebanyak 60 responden (96,8%).

2. Analisis univariat

a. Pengetahuan remaja putri

Distribusi frekuensi gambaran pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi (n=62)

Pengetahuan	Jumlah (n)	Prosentase (%)
Kurang	6	9,7
Cukup	17	27,4
Baik	39	62,9

(Sumber: data primer 2019)

Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar pengetahuan remaja putri di SMP N 1 Gamping dalam kategori baik, yaitu 39 (62,9%). Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian Agra N.R (2016) yang menunjukkan bahwa pengetahuan siswi tentang *personal hygiene* saat menstruasi dalam kategori baik yaitu 43 (64,2%)¹¹.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu¹². Pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi adalah pengetahuan, sikap, dan tindakan untuk memelihara dan mencegah terjadinya resiko penyakit disaat menstruasi.

Pengetahuan yang baik pada responden tentang *personal hygiene* saat menstruasi dalam penelitian ini dapat disebabkan karena sebagian besar 60 (96,8%) memiliki gadget. Responden dapat memperoleh atau mencari informasi tentang *personal hygiene* saat menstruasi melalui media massa. Dimana internet merupakan salah satu dari bentuk media massa¹³. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan Anjani, dkk (2019) yang menyebutkan bahwa responden yang mendapatkan informasi dari media masa tentang *personal hygiene* saat mensturasi berperilaku positif 45,2%¹⁴.

b. Perilaku *personal hygiene*

Distribusi frekuensi gambaran perilaku *personal hygiene* saat mentruasi pada remaja putri di SMP N 1 Gamping dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3.
Distribusi frekuensi perilaku *personal hygiene* saat menstruasi (n=62)

Perilaku <i>Personal Hygiene</i>	Jumlah (n)	Prosentase (%)
Negatif	24	38,7
Positif	38	61,3

(Sumber: data primer 2019)

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar perilaku *personal hygiene* saat menstruasi remaja putri saat menstruasi dalam kategori positif yaitu 38 (61,3%). Penelitian ini didukung hasil penelitian lain yang menunjukkan perilaku *personal hygiene* pada remaja putri sebagian besar baik yaitu 61 (47%)¹⁵. Penelitian lain yang sejalan dengan hasil penelitian ini adalah penelitian Anjani, dkk (2019) yang menunjukkan perilaku *personal haygiene* saat menstruasi paling banyak adalah kategori positif (62,9%)¹⁴.

Perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dalam kategori baik dapat dipengaruhi oleh pengalaman remaja tentang menstruasi. Hal tersebut didukung dengan karakteristik responden dimana sebagian besar responden (98,4%) mengalami *menarche* sejak usia 10-13 tahun. Pengalaman dan kebiasaan merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku remaja putri dalam melakukan *personal hygiene* saat menstruasi⁵. Dalam penelitian ini usia responden saat pengambilan data paling banyak dalam rentang 14-16 tahun (56,6%). Hal tersebut menunjukkan bahwa responden sudah mempunyai pengalaman mengalami menstruasi dan melakukan *personal hygiene* saat menstruasi kurang lebih satu tahun.

Kesehatan seseorang atau masyarakat dipengaruhi salah satunya oleh faktor pendorong¹². Hasil penelitian ini perilaku *personal hygiene* saat menstruasi didominasi dengan perilaku positif. Hal tersebut dapat disebabkan karena responden mendapatkan banyak dukungan dari orang-orang sekitar, seperti keberadaan kakak perempuan. Karakteristik responden dalam penelitian ini menunjukkan sebanyak 25 responden (40,3 %) memiliki kakak perempuan. Kehadiran kakak perempuan dapat menjadi contoh atau berbagi informasi dan pengalaman tentang bagaimana cara melakukan *personal hygiene* yang baik saat menstruasi.

3. Analisis bivariat

Tabulasi silang dan hasil analisis antara pengetahuan remaja putri dengan perilaku *personal hygiene* ditampilkan dalam table 4.

Tabel 4
Tabulasi silang antara pengetahuan remaja dengan perilaku *personal hygiene* (n=62)

Pengetahuan/Perilaku <i>personal hygiene</i>	Negatif	Positif	p-value
Kurang	4 (6,5%)	2 (3,2%)	0.023
Cukup	9 (14,5%)	8 (12,9%)	
Baik	11 (17,7%)	28(45,2%)	

(Sumber: data primer 2019)

Berdasarkan hasil analisis statistik didapatkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan remaja putri dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Astuti, D.A. (2017) yang menyatakan terdapat hubungan antara pengetahuan *personal hygiene* dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMA¹⁵.

Berdasarkan hasil penelitian, salah satu faktor yang berhubungan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi adalah pengetahuan¹⁶.

Pengetahuan yang baik yang dimiliki oleh responden dalam penelitian ini dapat membuat perilaku responden dalam *personal hygiene* saat menstruasi menjadi positif atau baik. Hal tersebut juga didukung dengan hasil penelitian Bujawati, dkk yang menyebutkan pengetahuan berhubungan dengan *personal hygiene* saat menstruasi¹⁵. Perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang baik sangat diperlukan untuk mencegah resiko penyakit didaerah genatelia. Perilaku *personal hygiene* saat menstruasi tidak lepas dari faktor-faktor yang menyebabkan remaja melakukan *personal hygiene* dengan benar. Perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dalam penelitian ini meliputi penggunaan pakain dalam, kebersihan tubuh dan alat kelamin luar dan penggunaan pembalut¹⁸.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor tersebut. Pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi penting karena pengetahuan yang baik dapat meningkatkan

kesehatan. Individu yang mempunyai pengetahuan tentang *personal hygiene* maka akan selalu menjaga kebersihan dirinya untuk mencegah adanya penyakit⁸.

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan terdapat 2 responden yang memiliki pengetahuan kurang namun memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang positif. Hal tersebut dapat terjadi karena responden rata-rata sudah mengalami menstruasi selama satu tahun, sehingga responden sudah terbiasa untuk melakukan *personal hygiene* yang baik saat menstruasi. Selain itu juga bisa disebabkan karena faktor teman sebaya yang saling bertukar pengalaman terkait dengan *personal hygiene* saat menstruasi¹⁷.

KESIMPULAN

Pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi dalam kategori baik yaitu 62,9%. Perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi dalam kategori positif yaitu 61,3%. Terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi dengan nilai *p value* 0,023.

SARAN

Penelitian ini hanya menghubungkan satu variabel, dan masih ada faktor-faktor lain yang berhubungan dengan perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah dengan melakukan analisis faktor yang mempengaruhi perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kusmiran, E. (2011). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
2. Setyaningrum, E. (2015). *Pelayanan Keluarga & Kesehatan Reproduksi*. Jakarta. CV. Trans Info Media
3. Haswita. (2017). *Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
4. Trisnamiati, A., dkk. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta. Global One
5. Andira, D. (2010). *Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta, A PLUS BOOKS.
6. Misery, L & Sonja, S. (2010). *Pruritus*. London: Springer.
7. Nugroho, T. (2013). *Masalah Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Medical Book.
8. Yuni, N, E. (2015). *Buku Saku Personal Hygiene*. Yogyakarta : Nuha Medika
9. Komariyah, L. (2018). *Potensi Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Personal Hygiene Menstruasi*. *Jurnal EduNursing*. 2(1).
10. Setianingsih, A., (2016). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 1 (05).

11. Agra, N.R. (2016). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi SMA N 1 Sungguminasa Tahun 2016. Di akses di <http://repositori.uin-alauddin.ac.id/5708/1/NUR%20RAHMAWATY%20AGRA.PDF> (pada tanggal 8 Agustus 2019)
12. Notoatmojo, S. (2014). Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta : PT Rineka Cipta.
13. Solehati, T., Ermiami., Trisyani, M & Hermayanti, Y. (2017). Hubungan Sumber Informasi dan Usia Remaja Puteri dengan Perilaku Perawatan Diri saat Menstruasi. JKP. Vol 5. No 2.
14. Anjani, A, & Susanti, D. (2019). Hubungan Sumber Informasi Terhadap Peilaku Personal Higiene saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMP N 1 Gamping . Di akses di <http://repository.unjaya.ac.id/AULIA> tanggal 8 Agustus 2019
15. Astuti. (2017). Hubungan Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas Xi Di SMA Negeri 1 Pajangan Bantul. Naskah Publikasi. Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiah.
16. Maharani, R & Andriyani, W. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Santriwati Di MTS Pondok Pesantren El Hikmah Kota Pekanbaru. Jurnal Kesmas. Volume 1, No 1. Januari-Juni 2018. E-ISSN: 2599-3399.
17. Bujawati, E, Raodhah, S, & Indriyanti. (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Personal Hygiene selama Menstruasi Pada Santriwati di Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba, Sulawesi Selatan Tahun 2016. Di akses di <https://media.neliti.com/media/publications/256301-faktor-yang-berhubungan-dengan-perilaku-87dc52e0.pdf>
18. Anggita, E. P. (2017). Gambaran Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Kelas VII dan IX Saat Menstruasi Di SMP N 1 Gamping Kabupaten Sleman. Skripsi. Program Studi Diploma Kebidanan (D3) Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jendral Achmad Yani Yogyakarta.