

HUBUNGAN PENGETAHUAN *PERSONAL HYGIENE* DENGAN PERILAKU *HYGIENE* MENSTRUASI REMAJA PUTRI KELAS 7 & 8 DI SMP WIDYA BATAM 2021

Riski Ika Sah Putri¹, Iwan Kurniawan², Sri Nuryati³

sri.nuryati1985@gmail.com

Program Studi Kebidanan

Universitas Nagoya Indonesia

ABSTRAK

Latar Belakang *Personal hygiene* merupakan hal yang penting dalam menentukan status kesehatan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan *personal hygiene* dengan perilaku *hygiene* menstruasi remaja putri kelas 7 & 8 di SMP Widya pada tahun 2021.

Metode : Penelitian ini merupakan analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel sebanyak 184 responden kelas 7 & 8 di SMP Widya Batam Tahun 2021. Teknik pengumpulan data melalui pemberian kuesioner tentang pengetahuan *personal hygiene* dan perilaku *hygiene* menstruasi. Analisis univariat disajikan dalam tabel distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan Uji *Pearson Chi-Square* dengan system komputer.

Hasil : Siswi dengan pengetahuan *personal hygiene* baik dan perilaku *hygiene* menstruasi baik berjumlah 39 (37,9%), cukup 43 (41,7%), dan kurang 21 (20,4%). Siswi dengan pengetahuan *personal hygiene* cukup dan perilaku *hygiene* menstruasi baik berjumlah 11 (23,9%), cukup 23 (50%), dan kurang 12 (26,1%). Siswi dengan pengetahuan *personal hygiene* kurang dan perilaku *hygiene* menstruasi baik berjumlah 10 (28,6%), cukup 7 (20%) dan kurang 18 (51,4%). Hasil Uji *Pearson Chi-Square* diperoleh *p value* sebesar 0,003. Nilai *p value* tersebut lebih kecil dari nilai signifikan atau Sig.(2-tailed) yaitu sebesar 0,05. H_0 ditolak maka terdapat hubungan antara pengetahuan *personal hygiene* dengan perilaku *hygiene* menstruasi pada remaja putri kelas 7 & 8 di SMPWidya Batam 2021.

Kesimpulan : Berdasarkan penelitian ini disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan *personal hygiene* dengan perilaku *hygiene* menstruasi pada remaja putri kelas 7 & 8 di SMPWidya Batam 2021.

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

ABSTRACT

Riski Ika Sah Putri¹, Iwan Kurniawan², Sri Nuryati³

sri.nuryati1985@gmail.com

Program Studi Kebidanan

Universitas Nagoya Indonesia

Background : Personal hygiene is important thing in determining health status. The purpose of this study was to determine the relationship between personal hygiene knowledge and menstrual hygiene behaviors for 7th and 8th grade female students at SMP Widya Batam in 2021.

Method: This research was an observational analytic research with cross sectional approach. The number of samples was 184 respondents grade 7 & 8 at SMP Widya Batam in 2021. Data collection techniques were taken through personal hygiene knowledge and menstrual hygiene behavior questionnaires. Univariate analysis was presented in the frequency distribution table and bivariate analysis used the Pearson Chi-Square Test with computer system.

Results: Female students with good personal hygiene knowledge and good menstrual hygiene behavior was 39 (37.9%), enough 43 (41.7%), and less 21 (20.4%). Female students with enough personal hygiene knowledge with good menstrual hygiene behaviors were 11 (23.9%), enough 23 (50%), and less 12 (26.1%). Female students with less personal hygiene knowledge and good menstrual hygiene behavior was 10 (28.6%), enough 7 (20%) and less 18 (51.4%). Pearson Chi-Square Test results obtained p value of 0.003. The p value was smaller than the significant value or Sig. (2-tailed), which was 0.05. Ho refused to show that there was a relationship between personal hygiene knowledge and menstrual hygiene behavior of 7th & 8th grade female students in SMP Widya Batam 2021.

Conclusion: Based on this study, it was concluded that there was a relationship between personal hygiene knowledge and menstrual hygiene behavior of 7th & 8th grade female students in SMP Widya Batam 2021.

Keywords : Personal Hygiene Knowledge, Hygiene Behavior, Menstruation

LATAR BELAKANG

Kebersihan diri menjadi salah satu faktor penting yang berperan besar dalam menentukan kualitas hidup seseorang. Hal tersebut sering sekali dianggap sepele dikarenakan kurangnya informasi mengenai kebersihan diri terutama oleh orang-orang yang berada jauh dari pusat kota atau berada di pedalaman yang sulit di jangkau. Untuk mencapai kebersihan diri yang optimal dibutuhkan informasi dan pengetahuan mengenai hal tersebut dan juga perilaku yang perlu diterapkan sehingga terwujudnya kebersihan diri yang optimal.

Remaja mendapatkan kategori perhatian utama pada masalah kesehatan. Masa remaja diwarnai oleh pertumbuhan, perubahan, munculnya berbagai kesempatan, dan seringkali menghadapi resiko-resiko kesehatan reproduksi. Resiko kesehatan ini dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berhubungan, misalnya tuntutan untuk menikah muda dan hubungan seksual, akses terhadap pendidikan dan pekerjaan, kurangnya perhatian terhadap kebersihan organ reproduksi,

ketidaksetaraan jender, kekerasan seksual, dan pengaruh media massa maupun gaya hidup.

Upaya untuk menuju kebersihan diri yang optimal sudah harus dimulai paling tidak pada usia remaja. Remaja harus dipersiapkan baik pengetahuan, sikap maupun tindakannya kearah pencapaian kebersihan diri yang baik. Kelompok remaja menjadi perhatian karena jumlah mereka yang besar dan rentan serta mempunyai resiko gangguan terhadap kesehatan. Pada masa remaja, mereka mengalami berbagai macam proses perubahan terkait dengan kesehatan reproduksi. Perubahan tersebut sering dikenal dengan istilah masa pubertas yang ditandai dengan datangnya menstruasi.

Perilaku menstruasi yang baik menjadi tema penting yang perlu ditelaah secara mendalam demi tercapainya kesehatan reproduksi yang prima. Hal ini karena berdasarkan kajian teoretis yang ada salah satu upaya mengurangi gangguan pada saat menstruasi yaitu membiasakan diri dengan perilaku menstruasi yang baik.

Namun demikian perilaku menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, tetapi sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif suatu perilaku yang terkait dengan keadaan menstruasi.

Bila saat menstruasi tidak memiliki perilaku yang baik akan berisiko mengalami infeksi alat reproduksi. Hal ini disebabkan oleh peristiwa menstruasi yang mengeluarkan darah kotor. Pada saat menstruasi, pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terkena infeksi karena darah dan keringat keluar serta menempel pada vulva dapat menyebabkan daerah genitalia menjadi lembab.

Jika pada saat itu tidak menjaga kebersihan genitalia dengan benar, maka dalam keadaan lembab, jamur dan bakteri yang berada di daerah genitalia akan tumbuh subur sehingga menyebabkan rasa gatal dan infeksi pada daerah tersebut. Salah satu keluhan yang dirasakan pada menstruasi yaitu rasa gatal yang disebabkan oleh jamur kandida yang akan subur tumbuhnya pada saat haid

serta dapat menyebabkan keputihan yang bisa disebabkan karena pemakaian *pantyliner* yang tidak berkesinambungan.¹

Menurut WHO (2010) bahwa sekitar 75% perempuan remaja di Dunia pasti akan mengalami keputihan paling tidak sekali seumur hidupnya, dan sebanyak 45% akan mengalami dua kali atau lebih, sedangkan wanita Eropa yang mengalami keputihan sebesar 25%.²

Berdasarkan Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKKRI) tahun 2007 bahwa secara nasional remaja yang berperilaku hygiene dengan benar sebesar 21,6%. Sedangkan menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) (2007), perilaku remaja putri dalam menjaga hyginitas menstruasi masih buruk, yaitu 69,3%.³

Provinsi Kepulauan Riau, Maluku Utara, dan D.I. Yogyakarta memiliki prevalensi kanker serviks tertinggi yaitu sebesar 1,5% dan untuk Provinsi Riau juga cukup tinggi, yaitu sebesar

0,7% dengan estimasi jumlah absolut sebesar 4.694 orang.⁴

Berbagai masalah lain seputar organ kewanitaan dialami sebagian besar wanita. Berdasarkan survey data kesehatan, 62% wanita Indonesia mengalami infeksi vagina seperti Flour albus, Vaginitis, Endometriosis, Servitis sampai infeksi HPV (human papilloma virus) yang di duga penyebab kanker serviks. Data dari Depkes RI menunjukkan bahwa angka kejadian kanker di Indonesia muncul sekitar 200.000 kasus baru dan jenis terbesarnya yaitu kanker serviks.⁵

Berbagai penyakit reproduksi dapat timbul sebagai akibat rendahnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Terganggunya kesehatan reproduksi pada perempuan beresiko lebih tinggi pada saat memasuki masa menstruasi, karena perilaku menstruasi yang tidak terjaga dan buruk. Upaya yang dapat dilakukan agar terhindar dari bahaya-bahaya yang disebabkan oleh kurangnya perilaku menstruasi yang baik, diperlukan pengetahuan tentang *personal hygiene*.

Pengetahuan mengenai *personal hygiene* diperlukan agar remaja putri mengerti tentang pentingnya merawat tubuh khususnya kebersihan organ seksual untuk menjaga kesehatan reproduksi. Kebersihan diri (*personal hygiene*) dilakukan untuk mempertahankan kesehatan baik secara fisik maupun psikologis.

Pemenuhan perawatan diri dipengaruhi berbagai faktor, diantaranya: budaya, nilai sosial pada individu atau keluarga, pengetahuan tentang perawatan diri, serta persepsi terhadap perawatan diri. Kurangnya pengetahuan remaja tentang menjaga dan membersihkan alat reproduksi dapat menyebabkan resiko infeksi, penyakit radang dan kemandulan serta berdampak buruk pada masa depannya. Konsekuensi kurangnya pengetahuan tentang *personal hygiene* yaitu menurunnya kualitas hidup remaja yang bersangkutan.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan Tentang Personal

Hygiene dengan Perilaku Hygiene Menstruasi Remaja Putri Kelas 7 & 8 di SMP Widya Batam Tahun 2021”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional* yaitu suatu penelitian yang mencari hubungan antara faktor resiko (independen) dengan faktor efek (dependen) dimana dilakukan observasi sekaligus dengan atau pengukuran variable pada waktu bersamaan.⁶ Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan *personal hygiene* dengan perilaku *hygiene* menstruasi remaja putri.

Penelitian ini akan dilakukan di SMP Widya Batam dan waktu penelitian akan berlangsung selama bulan Desember 2021. Pada penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel jenis *Simple random sampling* (sampel acak sederhana). *Simple random sampling* ini dilakukan dengan

mengundi anggota populasi (*lottery technique*) atau teknik undian, dan dengan menggunakan tabel bilangan atau angka acak (*random number*).⁷ Sampel pada penelitian ini adalah siswi kelas 7 & 8 SMP Widya Batam yang berjumlah 184 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Jenis data yang digunakan adalah data primer

Variabel independen pada penelitian ini adalah pengetahuan *personal hygiene*. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah perilaku *hygiene* menstruasi.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian merupakan hal penting bagi peneliti ilmiah yang dapat dijelaskan dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

A. Distribusi Frekuensi Pengetahuan *Personal Hygiene*

Hasil distribusi berdasarkan pengetahuan *personal hygiene* ditunjukkan pada Tabel 1 sebagai berikut :

**Tabel 1 Distribusi Pengetahuan
Personal Hygiene Remaja Putri Kelas
7 & 8 di SMP Widya Batam 2021**

Pengetahuan <i>Personal Hygiene</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	103	56%
Cukup	46	25%
Kurang	35	19%
Total	184	100%

Berdasarkan tabel di atas didapatkan jumlah responden sebanyak 184 siswi dimana kategori pengetahuan *personal hygiene* dibedakan menjadi baik sebanyak 103 siswi (56%), cukup sebanyak 46 siswi (25%), dan kurang sebanyak 35 siswi (19%).

B. Distribusi Frekuensi Perilaku *Hygiene Menstruasi*

Hasil distribusi frekuensi berdasarkan perilaku *Hygiene* menstruasi ditunjukkan pada Tabel 2 sebagai berikut :

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi
Perilaku *Hygiene Menstruasi* Remaja
Putri Kelas 7 & 8 di SMPN 42 Batam
2019**

Perilaku <i>Hygiene Menstruasi</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	60	32,6%
Cukup	73	39,7%
Kurang	51	27,7%
Total	184	100%

Baik	60	32,6%
Cukup	73	39,7%
Kurang	51	27,7%
Total	184	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat dijelaskan bahwa dari 184 siswi, terdapat 60 siswi (32,6%) memiliki perilaku *hygiene* yang baik, 73 siswi (39,7%) memiliki perilaku *hygiene* yang cukup, dan 51 siswi (27,7%) memiliki perilaku *hygiene* yang kurang.

C. Analisis Hubungan Pengetahuan *Personal Hygiene* dengan Perilaku *Hygiene Menstruasi*

Hasil analisis bivariat pada penelitian ini dipaparkan pada Tabel 3 sebagai berikut :

Tabel 3 Analisis Hubungan Pengetahuan *Personal Hygiene* dengan Perilaku *Hygiene* Menstruasi Remaja Putri Kelas 7 & 8 di SMP Widya Batam 2021

Pengetahuan <i>Personal Hygiene</i>	Perilaku <i>Hygiene</i> Menstruasi						Total	P Value	
	Perilaku Baik		Perilaku Cukup		Perilaku Kurang				
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%			
Baik	39	37,9	43	41,7	21	20,4	103	100	0,003
Cukup	11	23,9	23	50	12	26,1	46	100	
Kurang	10	28,6	7	20	18	51,4	35	100	
Total	60	32,6	73	39,7	51	27,7	184	100	

Pada Tabel 3 diatas hasil analisis hubungan pengetahuan *personal hygiene* dengan perilaku *hygiene* menstruasi remaja putri kelas 7 & 8 di SMP Widya Batam 2021 dengan jumlah responden sebanyak 184 orang. Siswi yang memiliki pengetahuan *personal hygiene* baik dan perilaku *hygiene* menstruasi yang baik berjumlah 39 responden (37,9%), memiliki pengetahuan *personal hygiene* baik dan perilaku *hygiene* menstruasi cukup berjumlah 43 responden (41,7%), memiliki pengetahuan *personal hygiene* baik dan perilaku *hygiene* menstruasi kurang berjumlah 21 responden (20,4%). Selanjutnya siswi yang

memiliki pengetahuan *personal hygiene* cukup dan perilaku *hygiene* menstruasi baik berjumlah 11 responden (23,9%), memiliki pengetahuan *personal hygiene* cukup dan perilaku *hygiene* menstruasi cukup berjumlah 23 responden (50%), memiliki pengetahuan *personal hygiene* cukup dan perilaku *hygiene* menstruasi kurang berjumlah 12 responden (26,1%). Siswi yang memiliki pengetahuan *personal hygiene* kurang dan memiliki perilaku *hygiene* menstruasi baik berjumlah 10 responden (28,6%), memiliki pengetahuan *personal hygiene* kurang dan perilaku *hygiene* menstruasi cukup berjumlah 7 responden (20%), serta

memiliki pengetahuan *personal hygiene* kurang dan perilaku *hygiene* menstruasi kurang berjumlah 18 responden (51,4%).

Hasil analisis menunjukkan bahwa hubungan pengetahuan *personal hygiene* dengan perilaku *hygiene* menstruasi pada remaja putri kelas 7 & 8 di SMP Widya Batam 2021 diperoleh nilai *p value* sebesar 0,003. Nilai *p value* tersebut lebih kecil dari nilai signifikan atau Sig.(2-sided) yaitu sebesar 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan *personal hygiene* dengan perilaku *hygiene* menstruasi pada remaja putri kelas 7 & 8 di SMP Widya Batam 2021.

PEMBAHASAN

A. Distribusi Frekuensi

Pengetahuan *Personal Hygiene*

Berdasarkan dari hasil penelitian yang sudah dijabarkan pada Tabel 1, didapatkan jumlah responden pada SMP Widya Batam Tahun 2021 sebanyak 184 siswi dari kelas 7 & 8 dimana siswi yang memiliki pengetahuan *personal hygiene* yang

baik berjumlah 103 responden (56%), siswi dengan pengetahuan *personal hygiene* yang cukup berjumlah 46 responden (25%) dan siswi dengan pengetahuan *personal hygiene* yang kurang berjumlah 35 responden (19%). Pengetahuan responden tentang *personal hygiene* dipengaruhi oleh pendidikan formal dan informal juga didapat dari pengalaman.

Kategori pengetahuan *personal hygiene* yang paling mendominasi adalah pengetahuan *personal hygiene* yang baik berjumlah 103 responden (56%) dari 184 responden. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dari siswi kelas 7 & 8 SMP Widya Batam pada tahun 2021 yang menjadi responden penelitian ini sudah memiliki pengetahuan *personal hygiene* yang baik. Melalui hasil tanya jawab dengan beberapa responden yang memiliki pengetahuan *personal hygiene* yang baik, kebanyakan dari mereka mendapatkan informasi dan pengetahuan sejak dini dari lingkungan keluarga dan orang-orang disekitar

mereka. Namun ada juga beberapa dari mereka yang mendapatkan informasi dari sumber lain seperti media sosial, internet, dan buku-buku yang berkaitan dengan *personal hygiene*. Pada responden dengan *personal hygiene* baik mereka telah mengetahui 76-100% kriteria pengetahuan yang telah tertera pada kuesioner penelitian.⁸

Pengetahuan *personal hygiene* yang cukup ditemukan pada 46 responden (25%), pada kelompok responden yang memiliki pengetahuan *personal hygiene* yang cukup ini, mereka mengetahui dari pengetahuan yang umum dilaksanakan pada kehidupan sehari – hari tentang *personal hygiene* baik dari lingkup keluarga maupun orang – orang disekitar responden. Pengetahuan tersebut didapatkan dari contoh sehari – hari dilingkungan kehidupan responden. Menurut Arikunto (2010) siswi dengan pengetahuan personal hygiene yang cukup ini telah mengetahui 60-75% kriteria pengetahuan yang telah tertera pada kuesioner penelitian, namun pada siswi

yang memiliki pengetahuan personal hygiene cukup umumnya hanya mendapatkan informasi tentang personal hygiene dari lingkungan disekitar mereka dan cenderung tidak menggali atau mencari tahu lebih dalam tentang pengetahuan personal hygiene.

Pada responden yang memiliki pengetahuan personal hygiene kurang sebanyak berjumlah 35 responden (19%). Pada responden yang memiliki pengetahuan personal hygiene kurang, mereka mengetahui pengetahuan < 60% dari kriteria pengetahuan yang tertera pada kuesioner penelitian.⁸ Kurangnya pengetahuan personal hygiene pada responden ini dapat terjadi dikarenakan kurangnya rasa peduli terhadap kebersihan diri dan cenderung kurang antusias dalam mencari informasi tentang pengetahuan personal hygiene yang seharusnya diketahui. Sehingga kelompok responden yang memiliki pengetahuan personal hygiene kurang ini kurang mengetahui bagaimana kebersihan diri yang baik.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ratna Devi Astuti Tahun 2017 dengan judul penelitian Hubungan Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Dengan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri Kelas XI di SMA Negeri 1 Pajangan Bantul. Hasil penelitian menyatakan bahwa pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene didapatkan kriteria baik sebanyak 34 responden (75,6%), cukup sebanyak 9 responden (20%), dan kurang sebanyak 2 responden (4,4%).

B. Distribusi Frekuensi Perilaku Hygiene Menstruasi

Berdasarkan dari hasil penelitian yang sudah dijabarkan pada Tabel 2, didapatkan jumlah responden pada siswi kelas 7 & 8 di SMP Widya Batam Tahun 2021 sebanyak 184 orang siswi, dimana siswi yang memiliki perilaku *hygiene* menstruasi yang baik berjumlah sebanyak 60 responden (32,6%), siswi yang memiliki perilaku *hygiene* menstruasi yang cukup sebanyak 73 responden (39,7), dan siswi yang memiliki

perilaku *hygiene* menstruasi yang kurang sebanyak 51 responden (27,7%).

Responden yang memiliki perilaku *hygiene* menstruasi baik berjumlah 60 responden (32,6%), 60 responden ini diartikan sudah menerapkan pola perilaku 76 – 100% kriteria *hygiene* menstruasi yang baik yang telah tertera pada kuesioner penelitian.⁹

Berdasarkan hasil tanya jawab dengan beberapa responden saat dilakukan penelitian didapatkan responden dengan perilaku *hygiene* menstruasi yang baik kebanyakan memiliki latar belakang yang baik, seperti lingkungan yang positif, keadaan keluarga yang harmonis dan keadaan ekonomi yang memadai. Lingkungan yang positif dan keadaan keluarga ikut menunjang perilaku *hygiene* menstruasi yang baik dikarenakan menurut Eko Susilo (2019) ketika remaja putri tidak mendapat dukungan dari lingkungan dan keluarga yang disebabkan oleh kesibukan dan tidak mempunyai waktu luang untuk memberikan dukungan

saat menstruasi kepada anaknya mengakibatkan kurangnya tuntunan yang harus dikerjakan oleh remaja putri tersebut untuk menjaga kebersihan diri saat menstruasi atau disebut juga perilaku hygiene menstruasi.

Responden yang memiliki perilaku hygiene menstruasi cukup berjumlah 73 responden (39,7%), 73 responden ini diartikan sudah menerapkan pola perilaku 56 – 75% kriteria perilaku hygiene menstruasi yang telah tertera pada kuesioner penelitian.⁹ Siswi yang memiliki perilaku hygiene menstruasi yang cukup ini kebanyakan sudah mulai menerapkan beberapa perilaku hygiene tetapi tidak dilaksanakan dengan baik dan benar seperti kebanyakan mereka yang mengganti pembalut hanya 1-2 kali saja dalam sehari tetapi idealnya mereka perlu mengganti pembalut sebanyak 4-5 kali dalam sehari, terutama di hari – hari awal masa periode menstruasi. Siswi yang memiliki perilaku hygiene menstruasi yang cukup ini juga kebanyakan sudah mulai menerapkan

beberapa perilaku hygiene yang umum tetapi kurang memperhatikan perilaku hygiene yang lebih spesifik untuk menjaga kebersihan diri saat menstruasi, seperti membersihkan alat kelamin dengan air yang mengalir tetapi tidak menggunakan handuk yang lembut setelah mencuci vagina tersebut, hal ini dapat menyebabkan area vagina menjadi lebih lembab.

Responden yang memiliki perilaku hygiene menstruasi kurang berjumlah 51 responden (27,7%), 51 responden ini diartikan hanya menerapkan pola perilaku <56% kriteria perilaku hygiene menstruasi yang telah tertera pada kuesioner penelitian.⁹ Siswi yang memiliki perilaku hygiene menstruasi kurang ini sebagian besar ditimbulkan karena kurangnya motivasi dalam diri sendiri untuk menjaga kebersihan alat reproduksi selama periode menstruasi berlangsung dan juga dapat diakibatkan karena sikap acuh untuk menghindari penyakit – penyakit yang dapat ditimbulkan karena perilaku hygiene menstruasi yang kurang.

Salah satu faktor resiko infeksi saluran reproduksi adalah hygiene menstruasi yang buruk. Kebersihan pada saat menstruasi merupakan kebersihan peorangan pada remaja yang perlu diterapkan sedini mungkin agar remaja putri terhindar dari penyakit infeksi akibat hygiene yang tidak baik pada saat menstruasi. Kebanyakan siswi dengan perilaku hygiene mestruasi yang kurang juga disebabkan dari segi usia yang baru mengalami *menarche*, pendidikan ibu, dan keterpaparan informasi.

Peran ibu sangat penting dalam pemberian tuntunan perlakuan saat menstruasi karena ibu adalah sumber informasi pertama tentang menstruasi, sehingga terhindar dari pemahaman yang salah mengenai kebersihan menstruasi dan kesehatan reproduksi. Anak perlu diberikan informasi yang baik dan positif melalui orang tua, teman sebaya, guru sekolah. Namun masyarakat menganggap kesehatan reproduksi masih tabu dibicarakan oleh remaja. Hal tersebut dapat membatasi komunikasi antara orangtua

dan remaja mengenai perilaku *hygiene* menstruasi. Akibatnya, remaja kurang mengerti, kurang memahami dan kadang-kadang mengambil keputusan yang salah mengenai kesehatan reproduksi.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lilis Puji Astuti pada Tahun 2016 dengan judul penelitian Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Dengan Perilaku Personal Hygiene Organ Reproduksi di SMP Negeri 3 Kendal. Hasil penelitian menyatakan perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* organ reproduksi dalam kriteria baik sebanyak 19 siswi (9%), cukup sebanyak 146 siswi (69%), dan kurang sebanyak 48 siswi (22%).

C. Analisis Hubungan Pengetahuan *Personal Hygiene* dengan Perilaku *Hygiene* Menstruasi

Berdasarkan dari hasil penelitian yang sudah dijabarkan pada Tabel 3 diatas hasil analisis hubungan pengetahuan *personal hygiene* dengan perilaku *hygiene* menstruasi remaja putri kelas 7 & 8 di SMP Widya

Batam 2021 dengan jumlah responden sebanyak 184 orang.

Siswi yang memiliki pengetahuan *personal hygiene* baik dan perilaku *hygiene* menstruasi yang baik berjumlah 39 responden (37,9%), perilaku *hygiene* menstruasi cukup berjumlah 43 responden (41,7%), dan perilaku *hygiene* menstruasi kurang berjumlah 21 responden (20,4%).

Selanjutnya siswi yang memiliki pengetahuan *personal hygiene* cukup dan perilaku *hygiene* menstruasi baik berjumlah 11 responden (23,9%), perilaku *hygiene* menstruasi cukup berjumlah 23 responden (50%), dan perilaku *hygiene* menstruasi kurang berjumlah 12 responden (26,1%).

Siswi yang memiliki pengetahuan *personal hygiene* kurang dan memiliki perilaku *hygiene* menstruasi baik berjumlah 10 responden (28,6%), perilaku *hygiene* menstruasi cukup berjumlah 7 responden (20%), dan memiliki perilaku *hygiene* menstruasi kurang berjumlah 18 responden (51,4%).

Menurut Rahmatika (2011), faktor yang mempengaruhi *personal hygiene* adalah faktor citra tubuh atau *body image*, status sosial ekonomi, pengetahuan, motivasi, budaya, dukungan keluarga dan dukungan guru. Dapat diartikan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor yang memegang peranan penting dalam penerapan perilaku *personal hygiene* menstruasi yang dapat diterapkan dengan baik.

Pada pengetahuan *personal hygiene* baik didapatkan perilaku *hygiene* menstruasi baik sebanyak 39 responden (37,9%), siswi yang memiliki pengetahuan *personal hygiene* baik dan perilaku *hygiene* menstruasi baik ini membuktikan bahwa dengan pengetahuan yang baik akan menunjang penerapan dalam berperilaku *hygiene* menstruasi yang baik pula sebagaimana diketahui bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku *hygiene* menstruasi.

Pada pengetahuan *personal hygiene* baik dengan perilaku *hygiene*

menstruasi yang cukup didapatkan pada siswi sebanyak 43 responden (41,7%). Pada kategori pengetahuan *personal hygiene* yang baik, perilaku *hygiene* menstruasi yang cukup merupakan kategori yang memiliki persentase yang paling tinggi pada siswi kelas 7 & 8 di SMP Widya Batam Tahun 2021 yang menjadi responden pada penelitian ini. Hal ini dapat terjadi dikarenakan responden memiliki pengetahuan yang baik namun pengaplikasian perilakunya belum terlalu tepat atau sesuai dengan ketentuan perilaku *hygiene* menstruasi yang baik.

Pada pengetahuan *personal hygiene* yang baik dengan perilaku *hygiene* menstruasi yang kurang didapatkan 21 responden (20,4%), hal ini menggambarkan pengetahuan yang sudah baik tetapi tidak diiringi dengan pengaplikasian yang benar. Kategori ini dapat diakibatkan karena pengaruh status sosial ekonomi, ataupun motivasi dalam diri individu itu sendiri.

Pada pengetahuan *personal hygiene* yang cukup dengan perilaku *hygiene* menstruasi yang baik

didapatkan 11 responden (23,9%), hal ini dapat disebabkan oleh karena mereka menerapkan kebiasaan saat menstruasi orang-orang disekitarnya walaupun tidak mengetahui tindakan itu merupakan pengaplikasian dari pengetahuan *personal hygiene* yang baik.

Pada pengetahuan *personal hygiene* yang cukup dengan perilaku *hygiene* menstruasi yang cukup didapatkan 23 responden (50%), perilaku *hygiene* menstruasi yang cukup merupakan kategori dengan responden terbanyak pada pengetahuan *personal hygiene* dengan kategori cukup. Hal ini membuktikan bahwa perilaku *hygiene* menstruasi yang dilakukan oleh responden merupakan pengaplikasian dari pengetahuan yang diketahuinya dimana pengetahuan responden terbatas pada kategori cukup.

Pada responden dengan pengetahuan *personal hygiene* yang cukup tetapi memiliki perilaku *hygiene* menstruasi yang kurang didapatkan 12 responden (26,1%), hal ini

menggambarkan pengetahuan yang cukup tetapi memiliki penurunan kualitas dalam pengaplikasiannya menjaga kebersihan hygiene menstruasi yang benar. Kategori ini dapat diakibatkan karena pengaruh status sosial ekonomi, ataupun motivasi dalam diri individu itu sendiri.

Pada responden yang memiliki pengetahuan *personal hygiene* kurang dan memiliki perilaku *hygiene* menstruasi baik berjumlah 10 responden (28,6%), memiliki pengetahuan *personal hygiene* kurang dan perilaku *hygiene* menstruasi cukup berjumlah 7 responden (20%), serta memiliki pengetahuan *personal hygiene* kurang dan perilaku *hygiene* menstruasi kurang berjumlah 18 responden (51,4%). Perilaku *hygiene* menstruasi yang baik dan cukup pada kategori responden ini dapat merupakan penerapan dari kebiasaan orang – orang disekitar mereka , tanpa pengetahuan yang cukup tentang perlakuan itu merupakan perlakuan yang memang seharusnya diterapkan oleh siswi tersebut. Pada pengetahuan

personal hygiene kurang dan memiliki perilaku *hygiene* menstruasi kurang merupakan bentuk pengaplikasian yang sejalan dengan pengetahuan yang dimilikinya , tanpa mencari informasi lain yang menunjang perilaku *hygiene* menstruasi tersebut. Personal hygiene merupakan pengetahuan, sikap dan tindakan proaktif untuk memelihara dan mencegah resiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit.¹⁰

Hasil analisis menunjukkan bahwa hubungan pengetahuan *personal hygiene* dengan perilaku *hygiene* menstruasi pada remaja putri kelas 7 & 8 di SMP Widya Batam 2021 diperoleh nilai *p value* sebesar 0,003. Nilai *p value* tersebut lebih kecil dari nilai signifikan atau Sig.(2-sided) yaitu sebesar 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan *personal hygiene* dengan perilaku *hygiene* menstruasi pada remaja putri kelas 7 & 8 di SMP Widya Batam 2021.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswi SMP Widya Batam pada tahun 2021, didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Telah diketahui yang memiliki pengetahuan *personal hygiene* yang baik sebanyak 56%, cukup sebanyak 25%, dan kurang sebanyak 19%.
2. Telah diketahui yang memiliki perilaku *hygiene* menstruasi yang baik sebanyak 32,6%, cukup sebanyak 39,7%, dan kurang sebanyak 27,7%.
3. Telah diketahui yang memiliki pengetahuan *personal hygiene* baik dengan perilaku *hygiene* menstruasi baik sebanyak 37,9%, cukup sebanyak 41,7%, dan kurang sebanyak 20,4%. Telah diketahui yang memiliki pengetahuan *personal hygiene* cukup dengan perilaku *hygiene* menstruasi baik sebanyak 23,9%, cukup sebanyak 50%, dan kurang sebanyak 26,1%. Telah diketahui yang memiliki

pengetahuan *personal hygiene* kurang dengan perilaku *hygiene* menstruasi yang baik sebanyak 28,6%, cukup sebanyak 20% , dan kurang sebanyak 18 responden (51,4%).

4. Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan *personal hygiene* dengan perilaku *hygiene* menstruasi pada remaja putri kelas 7 & 8 di SMP Widya Batam tahun 2021 dengan nilai kemaknaan (p value=0,003). Dengan ini dapat dikatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima.

Saran

1. Bagi Institusi Universitas Nagoya Indonesia

Sebagai penambahan referensi bacaan penambah informasi yang diharapkan dapat bermanfaat bagi mahasiswa/mahasiswi Universitas Batam mengenai hubungan pengetahuan *personal hygiene* dengan perilaku *hygiene* menstruasi remaja putri.

2. Bagi Institusi Sekolah

Sebagai alat ukur untuk mengetahui seberapa baik pengetahuan *personal hygiene* remaja putri kelas 7 & 8 SMP Widya Batam dan bagaimana perilaku *hygiene* menstruasi yang mereka miliki serta dapat menjadikan penelitian ini sebagai tambahan referensi bacaan dan informasi mengenai hubungan pengetahuan *personal hygiene* dengan perilaku *hygiene* menstruasi.

3. Bagi Peneliti

Sebagai pengembang diri serta kemampuan peneliti mengaplikasikan ilmu yang didapat dibangku perkuliahan.

4. Bagi Responden

Sebagai alat ukur bagaimana pengetahuan *personal hygiene* dan perilaku *hygiene* menstruasi yang mereka miliki.

5. Bagi Peneliti Lain

Dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan masukan dalam penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Andira, D. 2010. *Seluk Beluk kesehatan reproduksi wanita*. Jogjakarta: A. PLUS BOOKS
2. Linda. 2014. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Tindakan Remaja Putri Smk Tentang Keputihan Di SMP Assanadiyah Palembang Tahun 2014*. Jurnal Ilmu Pendidikan. <http://download.assanadiyah.ac.id/files/journal/JURNAL%20LINDA%20KEPUTIHAN.pdf>. Diakses pada 20 Juni 2019
3. Wakhidah, U. W. 2014. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Infeksi Gentialian Eksterna dan Perilaku Vulva Hygiene Kelas XI MAN 1 Surakarta*. (Jurnal). Surakarta
4. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2015. *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
5. Ginting, Abdorrahman. 2012. *Esensi Praktis Belajar & Pembelajaran (Disiapkan untuk Pendidikan Profesi dan Sertifikasi Guru-Dosen)*. Bandung: Humaniora
6. Riyanto, Agus. 2011. *Buku Ajar Metodologi Penelitian*. Jakarta: EGC
7. Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

8. Arikunto. 2014. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*.
9. Nursalam. 2010. *Pendekatan Praktis Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta: CV. Agung Seto
10. Proverawati dkk. 2010. *Menarche: Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika