

Hubungan Pengetahuan Menstruasi dengan Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi pada Siswi SMP Global Islamic School Condet

The Relationship between Menstrual Knowledge and Personal Hygiene Behavior during Menstruation in Junior High School Students of Global Islamic School Condet

Meilani Dwi Pratiwi¹, Siti Maulidya², Siti Nur Riani³, Qomariyah⁴

¹Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta, Indonesia

²Bagian Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta, Indonesia

³Bagian Agama Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta Indonesia

Email meilani.tiwi552@gmail.com

KATA KUNCI Pengetahuan Menstruasi, Menstruasi, *Personal Hygiene*, Siswi SMP.

ABSTRAK **Pendahuluan:** Menstruasi merupakan kejadian alami dari siklus reproduksi perempuan. Kesehatan reproduksi perempuan sangat dipengaruhi oleh perilaku *personal hygiene* terutama saat menstruasi. Perilaku *personal hygiene* dipengaruhi oleh pengetahuan tentang menstruasi. *Personal hygiene* atau perawatan kebersihan diri pada saat menstruasi dikalangan remaja harus sangat diperhatikan, karena biasanya mereka baru mengalami menstruasi dan belum mengetahui pentingnya *personal hygiene* saat menstruasi.

Metodologi: Jenis penelitian adalah penelitian kuantitatif secara observasi analitik dengan rancangan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah siswi SMP Global Islamic School Condet. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling*. Sampel pada penelitian ini sebanyak 160 mahasiswa. Data dikumpulkan melalui *Google Form*. Uji statistik memakai uji *Chi-Square* dan *Fisher's Exact Test*.

Hasil: Pada penelitian ini terdapat 111 responden memiliki pengetahuan tentang menstruasi dan perilaku *personal hygiene* yang baik. Hasil uji Analisa menggunakan metode *Fisher's Exact Test* didapatkan *p-value* 0,000, nilai tersebut <0,05 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP Global Islamic School Condet.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* pada siswi SMP Global Islamic School Condet.

KEYWORDS *Menstrual Knowledge, Menstruasi, Personal Hygiene, Junior High Student*

ABSTRACT

Introduction: *Menstruation is a natural occurrence of the female reproductive cycle. Women's reproductive health is greatly influenced by personal hygiene behavior, especially during menstruation. Personal hygiene behavior is influenced by knowledge about menstruation. Personal hygiene or personal hygiene care during menstruation among adolescents must be very considered, because usually they have just experienced menstruation and do not know the importance of personal hygiene during menstruation .*

Method: *This type of research is quantitative research by analytical observation with a cross sectional design. The population of this study was students of Global Islamic School Condet Junior High School. Sampling technique with purposive sampling. The sample in this study was 1.6.0 students. Data is collected through Google Forms. Statistical tests using the Chi-Square test and Fisher's Exact Test.*

Results: *In this study, there were 111 respondents who had knowledge about menstruation and good personal hygiene behavior . The results of the analysis test using the Fisher's Exact Test method obtained a p-value of 0.000, the value was <0.05 which shows that there is a relationship between menstrual knowledge and personal hygiene behavior during menstruation in junior high school students of Global Islamic School Condet.*

Conclusion: *There is a relationship between menstrual knowledge and personal hygiene behavior in junior high school students of Global Islamic School Condet.*

PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan kejadian alami dari siklus reproduksi wanita, yaitu keluarnya darah dan jaringan normal dari lapisan rahim yang keluar melalui vagina. Proses menstruasi dapat terjadi karena sel telur pada wanita tidak dibuahi. Perempuan biasanya mulai mengalami menstruasi saat berusia 11 – 14 tahun dan berlanjut hingga menopause pada usia sekitar 51 tahun. Setiap wanita memiliki jangka waktu menstruasi yang berbeda, normalnya 5 – 8 hari setiap bulanya.

Personal hygiene atau perawatan kebersihan diri merupakan tindakan kebersihan yang mengacu pada kondisi untuk menjaga kesehatan dan mencegah penyebaran penyakit menurut *World Health*

Organization (WHO) (2020). Personal hygiene atau perawatan kebersihan diri pada saat menstruasi dikalangan remaja harus sangat diperhatikan, karena biasanya mereka baru mengalami menstruasi dan belum mengetahui pentingnya *personal hygiene* saat menstruasi.

Remaja adalah masa transisi dari kanak – kanak menuju dewasa. Masa remaja biasanya ditandai dengan adanya perubahan fisik, emosi, dan psikis. Menstruasi pada wanita juga menandakan bahwa dia sudah akil baligh. Perilaku seseorang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan dan tingkat pengetahuan seseorang, pengetahuan dapat berpengaruh terhadap praktik *hygiene* (Notoatmojo, 2011).

Perempuan mengalami *menarche* atau menstruasi untuk pertama kalinya pada

saat remaja. Menstruasi pertama bisa menjadi sangat meresahkan bagi remaja putri, hal tersebut sering diiringi dengan kondisi emosional, cemas dan membingungkan. Perasaan seperti ini bisa ditimbulkan oleh karena kurangnya atau salahnya informasi yang didapat anak mengenai menstruasi (Djiwandono, 2008).

Menurut WHO usia remaja merujuk pada rentang 10-19 tahun. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Provinsi DKI Jakarta 16% penduduk DKI Jakarta adalah remaja, yaitu sebanyak 1.653.314 orang, 49% dari total remaja di DKI Jakarta adalah perempuan. Tingginya angka pertumbuhan dan perkembangan remaja butuh perhatian khusus, terutama pada kesehatan reproduksi.

Personal hygiene yang buruk saat menstruasi bisa menyebabkan berbagai macam penyakit genitalia seperti infeksi genitalia, keputihan patologis, dan kanker serviks. Berdasarkan data Global Cancer Observatory 2020, prevalensi kanker serviks di dunia sebanyak 3,1% atau 604.127 dari total kasus. Di Indonesia kanker serviks merupakan penyakit kanker nomor 2 terbanyak pada wanita, prevalensinya sebanyak 9,3% atau 32.469 dari jumlah total kasus.

Masalah ini terjadi karena masih banyak remaja putri yang kurang memperhatikan *personal hygiene* saat menstruasi karena kurangnya pengetahuan tentang menstruasi. Di Indonesia, diketahui beberapa determinan antara lain, kurangnya pengetahuan, adanya kepercayaan bahwa menstruasi merupakan kondisi yang kotor dan anggapan tabu masalah menstruasi. Keberadaan air bersih, sarana sanitasi, dan kebersihan toilet di sekolah juga sangat berpengaruh terhadap perilaku *personal hygiene*. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara tingkat

pengetahuan tentang menstruasi dengan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja perempuan.

Kesehatan reproduksi remaja perempuan merupakan kondisi kesehatan yang menyangkut masalah kesehatan organ reproduksi, yang kesiapannya dimulai saat usia remaja yang di tandai dengan menstruasi pertama kali. Kesehatan reproduksi remaja meliputi fungsi, proses, dan sistem reproduksi remaja perempuan (KEMENKES RI, 2018).

METODOLOGI

Jenis penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif analitik yang bertujuan untuk melihat hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP Global Islamic School Condet dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik penetapan sampel menggunakan metode *consecutive sampling*, dimana cara pengambilan sampel dilakukan dengan memilih sampel yang memenuhi kriteria inklusi penelitian sampai kurun waktu tertentu sampai jumlah sampel terpenuhi. Pengambilan sampel dilakukan mulai tanggal 21 Agustus – 2 September 2023. Besar sampel ditetapkan berdasarkan hasil dari rumus Slovin. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dalam bentuk *google form* dan disebar dalam bentuk link *google form*. Analisis data penelitian menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat untuk melihat karakteristik variabel independen dan variabel dependen, dan analisis bivariat untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.

HASIL

Karakteristik umur responden bervariasi mulai dari 11 tahun sampai 15 tahun. Distribusi data umur responden ditampilkan pada tabel berikut :

Tabel 1. Distribusi Umur Responden

Umur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
11 Tahun	5	3.1 %
12 Tahun	51	31.9%
13 Tahun	61	38.1%
14 Tahun	41	25.6%
15 Tahun	2	1.3 %
Total	160	100%

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 13 tahun yaitu sebanyak 61 responden (38.1%) dan kelompok umur dengan responden yang paling sedikit adalah kelompok umur 15 tahun yaitu sebanyak 2 responden (1.3%). Dapat disimpulkan responden terbanyak berumur 13 tahun.

Karakteristik usia *menarche* responden bervariasi mulai dari 9 tahun sampai 14 tahun. Distribusi data usia *menarche* responden di tampilkan pada tabel berikut :

Tabel 2. Distribusi Usia *Menarche* responden

Usia <i>Menarche</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
9 Tahun	4	2.5
10 Tahun	39	24.4
11 Tahun	79	49.4
12 Tahun	35	21.9
13 Tahun	2	1.3
14 Tahun	1	0.6
Total	160	100

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa sebagian sebagian banyak usia *menarche* responden pada usia 11 tahun yaitu sebanyak 79 responden (49.4 %) dan kelompok usia *menarche* yang paling sedikit adalah kelompok usia 14 tahun yaitu sebanyak 1 responden (0.6 %). Dapat disimpulkan kelompok usia paling banyak responden mengalami *menarche* yaitu kelompok usia 11 tahun (49.4 %).

Variabel pengetahuan tentang menstruasi dalam penelitian ini adalah segala sesuatu yang diketahui oleh responden tentang pengertian menstruasi. Hasil distribusi dikategorikan menjadi baik, cukup dan kurang yang terlampir pada table berikut.

Tabel 3. Distribusi tentang pengetahuan menstruasi pada responden SMP Global Islamic School Condet Tahun 2023.

Pengetahuan Menstruasi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	111	69.4
Cukup	35	21.9
Kurang	14	8.8
Total	160	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 160 responden, sebagian besar responden SMP Global Islamic School Condet memiliki pengetahuan yang baik tentang menstruasi yaitu sebanyak 111 responden (69.4%). Responden yang memiliki pengetahuan yang cukup tentang menstruasi sebanyak 35 responden (21.9%) dan 14 responden (8.8%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang menstruasi.

Variabel perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dalam penelitian ini adalah perilaku *Personal hygiene* yang dilakukan oleh siswi SMP Global Islamic School Condet saat menstruasi. Hasil distribusi dikategorikan menjadi baik, cukup dan kurang.

Cukup	9	5.6
Baik	151	94.4
<hr/>		
Total	160	100

Tabel 4, Distribusi Frekuensi Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Pada Siswi SMP Global Islamic School Condet

<i>Personal Hygiene</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Kurang	0	0.0

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 160 responden, sebanyak 151 responden (94.4%) memiliki perilaku *personal hygiene* yang baik dan sebanyak 9 responden (5.6 %) memiliki perilaku *Personal Hygiene* yang cukup.

Tabel 5. Hasil Tabulasi Silang Antara Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Pada Siswi SMP Global Islamic School Condet.

Tabulasi silang dan hasil analisis antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* pada siswi SMP Global Islamic School Condet.

Pengetahuan Menstruasi	Perilaku <i>Personal Hygiene</i>				Total		P-Value
	Baik		Cukup		n	%	
	n	%	n	%			
Baik	111	100	0	0	111	100	0.000
Cukup	31	88.6	4	11.4	35	100	
Kurang	9	64.3	5	35.7	14	100	
Total	151	94.4	9	5.6	160	100	

Berdasarkan tabel 5. didapatkan bahwa dari 160 responden sebanyak 111 responden (100 %) memiliki pengetahuan yang baik dan perilaku *personal hygiene* yang baik. Sebanyak 5 responden (35,7 %) memiliki pengetahuan tentang menstruasi yang kurang dan perilaku *personal hygiene* yang cukup. Hasil penelitian ini dengan uji Fisher didapatkan p-value 0,000, hasil ini menyatakan p-value <0,05 dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi

pada Sisiwi SMP Global Islamic School Condet.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP Global Islamic School Condet. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP Global Islamic School.

Dari data hasil penelitian pada tabel 5 ini didapatkan sebagian besar siswi SMP Global Islamic School Condet memiliki pengetahuan yang baik tentang menstruasi yaitu sebanyak 111 responden (69.4 %). Siswi SMP Global Islamic School yang memiliki pengetahuan yang cukup tentang menstruasi sebanyak 35 responden (21.9%) dan 14 responden (8.8%) memiliki pengetahuan yang kurang tentang menstruasi.

Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nur Rahmawaty pada tahun 2016 yang menunjukkan sebagian besar responden memiliki pengetahuan tentang menstruasi yang baik.

Pengetahuan tentang menstruasi pada penelitian ini terdiri dari pengertian menstruasi, pengetahuan tentang perubahan hormonal saat menstruasi, pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi dan pengetahuan menstruasi dalam Islam.

Pada tabel 5 tentang perilaku *personal hygiene* pada siswi SMP Global Islamic School Condet didapatkan sebanyak 151 responden (94.4%) sudah memiliki perilaku *personal hygiene* yang baik, 9 responden memiliki perilaku *personal hygiene* yang cukup dan tidak ada satupun responden yang memiliki perilaku *personal hygiene* yang kurang.

Perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dalam penelitian ini meliputi penggunaan pakaian dalam, penggunaan pembalut, kebersihan kulit, wajah dan rambut serta mensucikan diri setelah menstruasi.

Berdasarkan tabel 5 menunjukan terdapat 111 responden (100 %) yang memiliki pengetahuan tentang menstruasi yang baik dan perilaku *personal hygiene* yang baik Hal ini dapat terjadi karena rata-rata responden sudah mengalami menstruasi

selama 1 tahun lebih sehingga responden sudah banyak pengalaman dan terbiasa melakukan *personal hygiene* saat menstruasi. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Komang dkk.

Pengetahuan yang baik tentang menstruasi dan perilaku *personal hygiene* yang baik pada siswi SMP Global Islamic School juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan sekolah itu sendiri. SMP Global Islamic School adalah sekolah Islam yang berwawasan internasional. SMP Global Islamic School memiliki satu kegiatan yang dinamakan keputrian, kegiatan ini dikhususkan untuk perempuan. Setelah bertanya kepada beberapa responden, responden menjawab bahwa pada saat kegiatan keputrian ada pembahasan tentang menstruasi dan cara menjaga kebersihan saat menstruasi.

Berdasarkan hasil analisis statistik pada tabel 5 didapatkan *p-value* 0,000 dengan uji Fisher bahwa ada hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada Siswi SMP Global Islamic School Condet. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Melida, dkk (2022) yang menyatakan bahwa ada hubungan pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* pada anak remaja.

Responden yang berpengalaman yang baik tentang menstruasi dalam penelitian ini memiliki perilaku *personal hygiene* yang baik juga. Pengetahuan seseorang sangat berpengaruh terhadap perilaku seseorang, hal ini sejalan dengan hasil penelitian Dwi dan Afi (2020) yang menyebutkan faktor yang berhubungan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi adalah pengetahuan.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Melida, dkk (2022) yang menyatakan bahwa tidak adanya hubungan

antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* pada remaja putri. Hal ini dapat terjadi karena budaya yang berbeda-beda di setiap kota sehingga pengetahuan yang diberikan juga berbeda sehingga menyebabkan perbedaan dalam pengetahuan menstruasi dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri (Sofiani dkk, 2022).

Perilaku *personal hygiene* yang baik dapat meningkatkan kesehatan. Individu yang memiliki pengetahuan tentang menstruasi akan selalu menjaga *personal hygiene* dengan baik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dengan uji *Fisher's Exact Test* yang telah dijabarkan dapat disimpulkan bahwa Tingkat pengetahuan sebagian besar siswi SMP Global Islamic School Condet memiliki tingkat pengetahuan tentang menstruasi yang baik. Sebanyak 111 responden (69.4%) dari 160 responden memiliki pengetahuan tentang menstruasi yang baik, 21.9% memiliki pengetahuan tentang menstruasi yang cukup dan sebanyak 8.8% responden masih kurang pengetahuan tentang menstruasi.

Tingkat perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP Global Islamic School Condet sebagian besar memiliki perilaku *personal hygiene* yang baik sebanyak 151 responden (94.4%) dari 160 responden dan 5.6% memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang cukup.

Penelitian ini didapatkan hasil adanya hubungan antara pengetahuan menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP Global Islamic School Condet.

Siswi SMP Global Islamic School memiliki pengetahuan tentang menstruasi

dan perilaku *personal hygiene* sesuai tuntunan syariat.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang sudah terlibat dan kerjasama yang baik dalam penelitian ini. Peneliti berharap semoga dengan adanya penelitian ini dapat memberi manfaat terutama bagi peneliti dan semua orang.

DAFTAR PUSTAKA

- Faot, M. I. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Karies Gigi Dengan Motivasi Untuk Melakukan Penumpatan Karies Gigi (Pada Pasien di Poli Gigi Puskesmas Kota Soe) (Doctoral dissertation, Jurusan Keperawatan Gigi).
- Dasharathy, S.S. et al. (2012) "Menstrual bleeding patterns among regularly menstruating women," *American Journal of Epidemiology*, 175(6), pp. 536–545. Available at: <https://doi.org/10.1093/aje/kwr356>
- Sari, S., Rahmadhani, M. and Sari, S.K. (2022) RELATIONSHIP OF MENSTRUAL KNOWLEDGE AND PERSONAL HYGIENE BEHAVIOR IN TEENAGE GIRLS AT SMK MULTIKARYA MEDAN, View of hubungan Pengetahuan Menstruasi dengan perilaku personal hygiene Saat Menstruasi remaja Putri SMK Multikarya Medan. Available at: <https://jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/stm/article/view/339/272>
- Sabaruddin, E.E., Kubillawati, S. and Rohmawati, A. (2021) Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi Pada siswi SMP Bangsa Mandiri 2 Bogor, *JURNAL KESEHATAN DAN KEBIDANAN (JOURNAL*

OF HEALTH AND MIDWIFERY).

Available at: <https://smrh.e-journal.id/Jkk/article/view/139>

Holida, S.S. and Maulani, E. (2019)
HUBUNGAN TINGKAT
KECEMASAN DENGAN SIKLUS

MENSTRUASI PADA
MAHASISWI SEMESTER VIII DI
UNIVERSITAS, VII

Heryana, A. (2020) "ANALISIS DATA
PENELITIAN KUANTITATIF."