



Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswi SDN 17 Kota Pekanbaru

Silvia Nora Anggraini¹, Citra Aprillia Br Marpaung²

^{1,2}STIKes Pekanbaru Medical Center, Jl. Lembaga Pemasarakatan No. 25 Gobah
. Email: vissdeus@gmail.com

ABSTRAK

Masa Remaja merupakan masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi, dan psikis. Pada masa remaja putri, mereka akan mengalami suatu proses alamiah yaitu menstruasi. Sebagai upaya dalam menjaga kesehatan dan kebersihan organ reproduksi, *personal hygiene* genitalia sangatlah perlu dilakukan. Kurangnya pengetahuan seseorang dalam melakukan tindakan *personal hygiene* genitalia dapat menyebabkan timbulnya berbagai penyakit pada organ reproduksi. Tujuan: penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi terhadap tingkat pengetahuan siswi kelas V & VI di SDN 17 kota pekanbaru. Metode: jenis penelitian ini adalah kuantitatif, dengan metode *pra eksperimental* dengan *one group pretest-prottest desain*. Populasi dalam penelitian ini adalah anak perempuan berumur 11-12 yang sudah menstruasi di SDN 17 kota pekanbaru, sampel sebanyak 32 orang siswi. Setelah data terkumpul, maka dilakukan pengolahan data melalui tahapan editing, coding, scoring, dan tabulating. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Sogn Test* untuk melihat pengaruh pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi terhadap tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan. Hasil: hasil penelitian menunjukkan pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi berpengetahuan baik sebanyak 1 orang responden (3,1%), kemudian setelah diberikan pendidikan kesehatan yang berpengetahuan baik sebanyak 25 orang reaponden (78,1%). Ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi terhadap tingkat pengetahuan siswi kelas V & VI DSN 17 Kota Pekanbaru dengan hasil uji *Wilcoxon Sogn Test*, nilai signifikansi pengetahuan 0,000 atau $p < 0,05$. Kesimpulan: berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan siswi untuk selalu menjaga daerah kewanitaan dengan melakukan *personal hygiene* dengan tepat dan benar sesuai dengan ketentuan dari tenaga kesehatan terutama pada saat menstruasi.

Kata kunci : *personal hygiene*, pengetahuan, pendidikan kesehatan.

ABSTRACT

Adolescence is a transition period characterized by physical, emotional, and psychological changes. During adolescence, they will experience a natural process of menstruation. In an effort to maintain the health and cleanliness of reproductive organs, personal genital hygiene is very necessary. Lack of one's knowledge in carrying out personal actions on genital hygiene can cause various diseases in the reproductive organs. Objective: This study aims to determine the effect of health education on personal hygiene during menstruation on the level of knowledge of V & VI grade students in SDN 17 kota pekanbaru. Methods: this type of research is quantitative, with a pre-experimental method with one group pretest-prottest design. The population in this study were girls aged 11-12 who had menstruated at SDN 17 kota pekanbaru, a sample of 32 female students. After the data is collected, data is processed through the stages of editing, coding, scoring, and tabulating. Data analysis used the Wilcoxon Sogn Test to see the effect of health education on personal hygiene during menstruation on the level of knowledge before and after being given education Results: the results of the study showed that knowledge before being given health education about personal hygiene when menstruating with good knowledge was 1 respondent (3.1%), then after being given good knowledgeable health

education as many as 25 respondents were respondents (78.1%). There is a health education about personal hygiene during menstruation on the level of knowledge of V & VI students in DSN 17 Pekanbaru City with the results of the Wilcoxon Sogn Test, a significance value of 0,000 or $p < 0,05$. Conclusion: based on the results of this study, students are expected to always guard the female area by doing personal hygiene appropriately and correctly in accordance with the provisions of health workers, especially during menstruation.

Keywords: Personal Hygiene, Knowledge, Effects of Health Education

1. Pendahuluan

World Health Organization (WHO) mendefinisikan kesehatan reproduksi adalah suatu kondisi sejahtera jasmani, rohani, sosial, ekonomi, tidak hanya bebas dari penyakit atau kecacatan namun dalam semua hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi dan fungsi-fungsinya serta prosesnya. Hampir seluruh negara menjadikan kesehatan reproduksi remaja sebagai salah satu program Negara (Yasnani, 2016)

Masa remaja terjadi ketika seseorang mengalami perubahan struktur tubuh dari anak-anak menjadi dewasa (pubertas). Pada masa ini terjadi suatu perubahan fisik yang cepat disertai banyak perubahan, termasuk di dalamnya pertumbuhan organ-organ reproduksi (organ seksual) untuk mencapai kematangan yang ditunjukkan dengan kemampuan melaksanakan fungsi reproduksi. Perubahan yang terjadi pada pertumbuhan tersebut di ikuti munculnya tanda-tanda seperti membesarnya pinggul, payudara dan perubahan suara. Pada masa ini juga remaja perempuan biasanya mengalami menstruasi (Devita, 2017).

Menstruasi biasanya dimulai pada usia 11-14 tahun. Menstruasi adalah pelepasan dinding Rahim (endometrium), yang disertai setiap bulanya (Mansur, 2009). Meskipun sedang menstruasi, tentunya seorang wanita harus tetap bersih dan sehat, untuk menghindari pembusukan dan perkembangnya jamur yang menimbulkan keputihan dan sebagainya (Najmin, 2011).

Perilaku *hygiene* merupakan tema penting yang perlu ditelaah secara mendalam. Salah satu upaya untuk mengurangi gangguan pada saat menstruasi yaitu membiasakan diri dengan berprilaku *personal hygiene*. *Personal hygiene* berasal dari bahasa Yunani, yaitu *personal* yang artinya perseorangan *hygiene* berarti sehat. Kebersihan perorangan adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis (Yusiana, 2016).

Perilaku buruk dalam menjaga kebersihan genitalia, seperti mencucinya dengan air kotor, memakai pembilas secara berlebihan, menggunakan celana dalam yang tidak menyerap keringat, jarang mengganti celana dalam, tak sering mengganti pembalut dapat menjadi pencetus timbulnya infeksi. Perilaku *hygiene* pada saat menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, tetapi merupakan sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif suatu perilaku yang terkait dengan keadaan menstruasi (Yusiana, 2016)

Namun hal ini akan semakin parah apabila pengetahuan remaja mengenai menstruasi ini sangat kurang ditambah lagi pendidikan dari orang tua yang kurang dan mereka menganggap bahwa anak akan mengetahui dengan sendirinya (Prautami, 2018)

Pengetahuan kesehatan reproduksi sangat diperlukan pada remaja. Survei *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2010, seperlima penduduk dunia adalah remaja usia 10 sampai 19 tahun, dimana 83% diantaranya hidup di Negara berkembang. WHO menekankan pentingnya penyuluhan kesehatan reproduksi remaja muda (*younger adolescents*) pada kelompok usia 10-14 tahun, karena pada usia tersebut merupakan

masa emas untuk membentuk landasan kuat pada diri remaja sebagai dasar pengambilan keputusan yang bijak dalam berperilaku (Irianto, 2015).

Sampai saat ini fenomena praktik *hygiene* menstruasi pada remaja masih tergolong rendah. Hal ini tersebut karena banyak masyarakat masih menganggap bahwa menstruasi adalah hal yang sangat pribadi dan jarang dibahas di depan umum atau diajarkan secara terbuka. Praktik *hygiene* saat menstruasi yang buruk dapat meningkatkan kerentanan terjadinya infeksi saluran reproduksi dan dapat menimbulkan penyakit-penyakit yang berkaitan dengan infeksi alat reproduksi seperti kandidosis, vaginitis, trichomoniasis, leukofea, pedikulosis, dan toxic syok syndrome (ITS). Penggunaan kain bekas yang tidak tepat sebagian bahan menyerap yang digunakan saat menstruasi juga mempengaruhi infeksi pada alat reproduksi wanita Iksan Dolang, (2012) dalam Yeni (2017).

Menurut Data Pusat Statistik (DPS) dan Bappenas tahun 2010, sebagian besar dari 63 juta jiwa remaja di Indonesia rentan berperilaku kurang *hygiene* pada saat menstruasi (30%), dan lingkungan yang tidak bersih serta penggunaan pembalut yang kurang sehat saat menstruasi (50%) (Junita, 2016)

Berdasarkan data statistik di provinsi riau menurut kelompok umur dan jenis kelamin tahun 2014 didapatkan kelompok umur usia produktif 15-64 tahun masih mendominasi produktif usia 25-29 tahun. Tingginya pertumbuhan dan perkembangan jumlah remaja membutuhkan perhatian khusus, misalnya pada kesehatan reproduksi pada saat menstruasi agar terhindar dari penyakit kanker serviks yang disebabkan kurangnya *personal hygiene* pada saat menstruasi. Sehingga remaja dapat tumbuh dan berkembang menjadi manusia yang dewasa dan sehat.

Permenkes Ri No 1464/Menkes/Per/X2010 pasal 9 huruf c, peran tenaga kesehatan dalam ini sangat dibutuhkan oleh remaja terutama remaja putri. Sebagaimana dalam tugasnya bisa memberikan penyuluhan dan mengajarkan *personal hygiene* saat menstruasi, berguna untuk menjaga kesehatan reproduksi remaja. Pembinaan kesehatan reproduksi remaja dilakukan untuk memberikan informasi dan pengetahuan yang berhubungan dengan perilaku hidup sehat bagi remaja, disamping mengatasi masalah yang ada. Dengan pengetahuan yang memadai dan adanya motivasi untuk menjalani masa remaja secara sehat, para remaja diharapkan mampu memelihara kesehatan dirinya agar dapat memasuki masa kehidupan keluarga dengan reeproduksi yang sehat (Astuti, 2017).

Mewujudkan remaja sehat, salah satu upaya pemerintah adalah dengan pembentukan Program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR). Program ini dapat dilaksanakan di Pukesmas, rumah sakit atau sentral-sentral dimana remaja berkumpul seperti mall (Depkes, 2011). Dalam pelaksanaan PKPR dipukesmas, remaja diberikan pelayanan khusus melalui perlakuan khusus yang disesuaikan dengan keinginan, selera dan kebutuhan remaja (Sistiarani, 2013).

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 0,75% dengan estimasi jumlah absolut sebesar 4.694 orang (Rikesdas, 2015 ; Maharani, 2018)

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti mengambil tempat di SDN 17 Kota Pekanbaru, dari data jumlah yang didapat peneliti di Pukesmas Harapan Raya SDN 17 Kota pekanbaru memiliki data remaja putri yang tertinggi yaitu 136 siswi. Dari 10 siswi hanya 1 siswi yang mengetahui tentang tindakan *personal hygiene* saat menstruasi dan 9 orang lainnya tidak mengetahui tentang tindakan *personal hygiene* saat menstruasi seperti

penggunaan pembalut. Siswi kelas V dan VI tidak pernah mendapatkan informasi mengenai menstruasi dan tindakan *personal hygiene* yang benar saat menstruasi. Siswi hanya mendapatkan pelajaran reproduksi di kelas 6 dan dimasukkan dalam mata pelajaran biologi, tetapi pelajaran tersebut tidak membahas secara detail tentang bagaimana cara merawat organ kewanitaan saat menstruasi.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Siswi Kelas V & VI Di SDN 17 Kota Pekanbaru”.

2. Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, dengan metode *pra eksperimental* dengan *One Group Pretest-Posttest Desain*. Analisa data yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan uji *Wilcoxon* karena transformasi data tidak berdistribusi normal $\alpha < 0,05$. Penelitian ini dilakukan pada bulan November 2018 s.d Juli 2019.

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 136 orang siswi kelas V dan VI SDN 17 kota Pekanbaru. Sampel adalah bagian dari populasi yang diukur atau diteliti karakteristiknya dalam penelitian. Pengambilan sampel berdasarkan kriteria inklusi bersedia menjadi responden, siswi kelas V & VI yang sudah menstruasi, datang saat penelitian. Jumlah sampel yang digunakan adalah 32 orang siswi.

3. Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia di SD Negeri 17 Kota Pekanbaru

Usia	Frekuensi	Persentase
1. 11 Tahun	11	34,4
2. 12 Tahun	21	65,6
TOTAL	32	100,0

Berdasarkan table 1 di atas diketahui bahwa dari 32 responden yang diteliti, distribusikan responden berdasarkan usia mayoritas adalah berusia 12 tahun dengan jumlah 21 orang responden (65,6%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan kelas di SD Negeri 17 Kota Pekanbaru

Kelas	Frekuensi	Persentase
1. Kelas 5	11	34,4
2. Kelas 6	21	65,6
TOTAL	32	100,0

Berdasarkan table 2 di atas diketahui bahwa dari 32 orang responden yang diteliti, distribusi responden berdasarkan kelas di SD Negeri 17 Kota Pekanbaru sebagian besar adalah kelas VI dengan jumlah 21 orang responden (65,6%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Berdasarkan *Pre Test* pada Kelompok *Eksperiment* di SD Negeri 17 Pekanbaru

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
1. Kurang	23	71,9
2. Cukup	8	25,0
3. Baik	1	3,1

TOTAL	32	100,0

Berdasarkan tabel 3 di atas, dapat dilihat bahwa mayoritas siswi di SD Negeri 17 Kota Pekanbaru pada kelompok *eksperiment* sebelum diberikan pendidikan kesehatan berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 23 orang (71,9%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pengetahuan tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Berdasarkan *Post Test* pada Kelompok *Eksperiment* di SD Negeri 17 Pekanbaru

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
1. Cukup	7	21,9
2. Baik	25	78,1
TOTAL	32	100,0

Berdasarkan tabel 4 di atas, dapat dilihat bahwa mayoritas siswi di SD Negeri 17 Kota Pekanbaru pada kelompok *eksperiment* sesudah diberikan pendidikan kesehatan berpengetahuan baik yaitu sebanyak 25 orang (78.1%).

Tabel 5. Pengaruh Tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Di SD Negeri 17 Kota Pekanbaru.

Pengetahuan	N	Mean	Sum of Rank
Negative Rank	0	,00	,00
Positif Ranks	31	16,00	496,00
Nilai post-pretest			
Ties	1		
TOTAL	32		
Hasil uji Wilcoxon	Nilai sig. 0,000 < α		0,05

Berdasarkan tabel 5 di atas dapat dilihat hasil uji *Wilcoxon* dengan peningkatan rank atau selisih positif antara pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan *personal hygiene* saat menstruasi yaitu sebanyak 31 orang responden yang mengalami peningkatan dengan rata-rata peningkatan 16,00.

Analisa dengan menggunakan uji *Uji Wilcoxon* dimana $p\text{ value} = 0,000$ lebih kecil dari pada nilai alpha ($p < 0,05$), didapatkan adanya perubahan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan, maka dapat disimpulkan ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Di SD Negeri 17 Kota Pekanbaru.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi terhadap tingkat pengetahuan siswi di SDN 17 KOTA pekanbaru, pada 32 responden maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Pengetahuan siswi di SD Negeri 17 Kota Pekanbaru sebelum diberikan pendidikan kesehatan tingkat pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi adalah kurang yaitu sebanyak 23 responden (71,9%)
2. Pengetahuan siswi di SD Negeri 17 Kota Pekanbaru sesudah diberikan pendidikan kesehatan tingkat pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi adalah baik yaitu sebanyak 25 responden (78,1%)



3. Ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang tingkat pengetahuan remaja tentang tindakan *personal hygiene* saat menstruasi di SD Negeri 17 Kota Pekanbaru dengan p value = 0,000 ($<0,05$).

5. Daftar Pustaka

- Ali, Muhammad., Asroni, Muhammad. 2012. *Psikologi Remaja Perkembangan Persenta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara
- Aryani, Ratna. 2010. *Kesehatan Remaja Problem Dan Solusinya*. Jakarta: Selemba Medika
- Astuti, Ratna Devi., Utami Istri. 2017. *Hubungan Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMA Negeri 1 Pajangan Bantul*. Universitas Alsyiyah Yogyakarta
- Dahlan, M.Sopiyudin, 2009. *Statistic Untuk Kedokteran Dan Kesehatan*. Jakarta: Selemba Medika
- Devita, Yeni., Kardiana, Nola. 2017. *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personl Hygiene Dengan Cara Melakukan Personal Hygiene Dengan Benar Saat Menstruasi Di MA Hasanah Pekanbaru*. STIKes Payung Negeri Pekanbaru
- Donsu, Jernita Doli Tine. 2016. *Metologi Keperawatan*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press
- Hastono, Susanto Priyo. 2016. *Analisis Data pada Bidang Kesehatan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Ledyanti, Junita., Rahmi Rifa., Yanti Rifa. 2016. *Perilaku Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Pada Masa Menstruasi Di SMP Negeri Cerenti Kabupaten Kuantan Singgi*. Jurnal Ilmu Kebidanan 5 (1): 109
- Maharani, Riri., Andriayni, Weni. 2018. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Santriwati Di MTS Pondok Pesantren Dal EL Hikmah Kota Pekanbaru*. Jurnal kesMARS 1 (1): 69-77
- Maidarti., Hayati, Sari., Nurhida, Legi Agus. 2016. *Hubungan Pengetahuan dengan Vulva Hygiene Pada Saat Menstruasi Remaja Putri*. Jurnal Ilmu Keperawatan IV (1): 51
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Copta
- Pythagoras., Katarina Canggih. 2017. *Personal Hygine Remaja Putri Ketika Menstruasi*. Jurnal Promkes 5 (1): 13
- Setianingsih, Ajeng., Putri, Nicky, Antika Putri. 2016. *Hubungan Pengetahuan dan sikap terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi*. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat 05 (1): 16



Sujarweni, V. Wiratna. 2014. *Metologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta: Gava Media

Wawan, A., M, Dewi. 2010. *Teori dan pengukuran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Medical Book

Widyastuti, Yeni. Rahmawati, Anita. Purnamaningrum, Yuliasti Eka. 2009. *Kesehatan Reproduksi*. Yoyakarta: Fitramaya

Yasnani, Novianti., Erawan., Eka Meiyana Erawan. 2016. *Hubungan Pengetahuan Sikap Dan Tindakan Personal Hygiene Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMP Negeri Satap Bukit Asri Kabupaten Buton*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo

Yuni, Natalia Erlina. 2015. *Buku Saku Personal Hygiene*. Yogyakarta: Nuha Medik

