

# HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG MENSTRUASI TERHADAP PERILAKU HIGIENIS PADA SAAT MENSTRUASI

Syafrina Dewi Yanti<sup>1</sup>, Ns. Agrina<sup>2</sup>, Veny Elita<sup>3</sup>

## Abstract

*This study aims to determine the relationship between the knowledge of young women about menstruation and hygienic behavior during menstruation at SMA1 Benai, district of Benai, Kuantan Singingi. Number of samples is 70 people who were taken by using a random sampling technique. Instruments used in this study is a questionnaire with 24 statements. Results are analyzed using unvaried analysis and presented in a frequency distribution table. The result of this study indicates 55,0% of respondents have a high hygienic behavior at the time of menstruation. Respondents with a high knowledge of the 70 respondents who have menstruation hygienic behaviors positive in 22 (55.0%). Respondents with knowledge being the majority have hygienic behavior during menstruation positive in 6 (66.7%). Respondents with a majority having low knowledge on menstruation hygienic behaviors negatively by 12 (57.1%). Statistical analysis showed value  $P = 0.048$  where  $P$  value  $\leq \alpha$  (0.05) it can be concluded that there is a significant relationship between knowledge of the hygienic behavior during menstruation. Based on these results, it is suggested to the leaders and teaching staff of SMA 1 Benai to provide education about reproductive health and education about the importance of hygiene during menstruation, so that students will gain a comprehensive knowledge.*

**Keywords** : Knowledge, hygienic behavior during menstruation

## PENDAHULUAN

Kelompok usia remaja menurut defenisi WHO (*World Health Organization*) adalah kelompok umur 10-19 tahun yang disebut sebagai *adolescent*. Sekitar 900 juta berada dinegara sedang berkembang. Data demografi di Amerika Serikat (1990) menunjukkan jumlah remaja berumur 10-19 tahun sekitar 15 % dari populasi. Penduduk di Asia merupakan 60 % dari penduduk dunia, satu perlimanya adalah remaja umur 10-19 tahun. Di Indonesia menurut Biro Pusat Statistik adalah sekitar 22 %, yang terdiri dari 50,9 % remaja laki-laki dan 49,1 % remaja perempuan (Soetjningsih, 2007).

Masa remaja atau masa *adolescence* adalah suatu fase tumbuh kembang yang dinamis dalam kehidupan seorang individu. Masa ini merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, psikologis, emosional, dan sosial (Ali & Asrori, 2010).

Salah satu peristiwa penting yang terjadi pada remaja putri adalah pubertas yang ditandai dengan

datangnya menstruasi yang pertama kali, biasanya umur 10-16 tahun. Menstruasi adalah pengeluaran darah, mukus, dan debris sel dari mukosa uterus disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium secara periodik dan siklik, yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi (Bobak & Lowdermilk 2004). Siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi periode berikutnya sedangkan panjang siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya. Siklus menstruasi pada wanita normalnya berkisar antara 21-35 hari dan hanya 10-15% yang memiliki siklus menstruasi 28 hari dengan lama menstruasi 3-5 hari, ada yang 7-8 hari (Proverawati & Misaroh, 2009).

Saat menstruasi yang pertama ini datang dinamakan *menarche*. Rata-rata menstruasi pertama di Inggris datang pada usia 13 tahun. Menstruasi pertama bisa menjadi saat yang menyusahakan bagi anak perempuan, hal ini umumnya disebabkan karena kurang atau salahnya informasi mengenai menstruasi. Umumnya orang takut melihat darah, apalagi anak-anak.

Ketidaktahuannya dapat menyebabkannya secara keliru, mengaitkan menstruasi dengan penyakit atau luka bahkan memandangnya sebagai sesuatu yang memalukan, karena tidak mendapatkan penjelasan yang benar. Sangat banyak sekali cerita yang berkembang dikalangan masyarakat sehubungan dengan menstruasi sedangkan kebenarannya belum dapat dibuktikan secara ilmiah. Salah satu mitos yang sering terdengar diantaranya adalah bahwa remaja yang sedang menstruasi dianggap kotor dan sakit. Sebenarnya, menstruasi tidak membuat remaja perempuan menjadi kotor dan sakit (Soetjiningsih, 2007).

Kebiasaan menjaga kebersihan, termasuk kebersihan organ-organ seksual atau reproduksi, merupakan awal dari usaha menjaga kesehatan. Pada saat menstruasi, pembuluh darah dalam rahim terbuka sehingga sangat mudah terkena infeksi. Perawatan kesehatan dan kebersihan adalah hal yang banyak dibicarakan dalam masyarakat. Biasanya hal ini diajarkan oleh orangtua kita sejak kita masih kecil. Tetapi, karena orang tua sering kali tidak merasa nyaman membicarakan masalah seksual, biasanya masalah kesehatan dan kebersihan yang dibicarakan hanya menyangkut hal yang umum saja, sedangkan urusan kesehatan organ seksual jarang kita dapatkan dari mereka (Sarwono, 2010).

Oleh karena itu pada saat menstruasi seharusnya perempuan benar-benar dapat menjaga kebersihan organ reproduksi secara "ekstra" terutama pada bagian vagina, karena kalau tidak dijaga kebersihannya, akan menimbulkan mikro organisme yang berlebih sehingga mengganggu fungsi organ reproduksi. Salah satu yang sangat ditekankan bagi perempuan yang tengah mengalami menstruasi adalah pemeliharaan kebersihan diri. Agar kebersihan dan kesehatan tetap terjaga, idealnya penggunaan pembalut selama menstruasi harus diganti secara teratur 2 sampai 3 kali sehari atau setiap 4 jam sekali. Selain itu pemakaian celana dalam hendaknya terbuat dari bahan yang mudah menyerap keringat (Indriastuti & Dian, 2009).

Salah satu fenomena perilaku higienis remaja pada saat menstruasi masih rendah, diperlihatkan oleh penelitian Widyantoro (Muhammad, 1998) mengenai higienitas menstruasi pada perempuan pengunjung rumah sakit di Subang dan Tangerang, mengungkapkan bahwa sebagian besar responden yaitu 77.5 % di Tangerang dan 68.3 % di Subang

mempunyai status higienitas menstruasi yang buruk. Dalam hal higienitas individu, masih terdapat responden yang salah dalam mencuci alat kelaminnya yaitu dari arah belakang ke depan (20.1 % pada hari biasa dan 19.8 % pada saat menstruasi). Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wati (2006) di SMP Negeri 3 Gamping Sleman Yogyakarta menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswi remaja putri pada saat *pre test* ada 30 responden (78,9%) yang berpengetahuan tinggi dan 8 responden (21,1%) berpengetahuan sedang tentang higienis saat menstruasi dan terjadi peningkatan pada saat *post test* terdapat 30 responden (97,4%) berpengetahuan tinggi tentang higienis saat menstruasi dan hanya 1 responden (2,6%) berpengetahuan sedang tentang higienis saat menstruasi.

Remaja di Indonesia saat ini berjumlah 43 juta jiwa, jumlah ini akan terus meningkat dalam setiap tahunnya (Sefuddin, dkk, 2012: 2). Artinya saat ini satu dari lima orang Indonesia berada dalam rentang usia remaja. Sedangkan menurut data Badan Pusat Statistik (2010) remaja dengan rentang usia 10-19 tahun tercatat sebanyak 22.276.723 jiwa untuk remaja laki-laki dan 21.275.092 untuk remaja perempuan.

Kabupaten Kuantan Singingi merupakan Kabupaten di Provinsi Riau yang memiliki penduduk cukup padat. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik jumlah penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin tahun 2010 didapatkan golongan umur 10-14 tahun sebanyak 61.522 orang, umur 15-19 tahun sebanyak 67.438 (Badan Pusat Statistik Kuantan Singingi, 2010). Tingginya pertumbuhan dan perkembangan jumlah remaja membutuhkan perhatian khusus, sehingga remaja dapat tumbuh dan berkembang menjadi manusia yang dewasa yang sehat.

Berdasarkan survei pendahuluan, pengetahuan remaja putri terhadap perilaku higienis pada saat menstruasi di SMA Negeri 1 Benai Kecamatan Benai Kabupaten Kuantan Singingi belum mengerti dan memahami tentang menstruasi, bagaimana cara menjaga kesehatan pada saat menstruasi, dan apa akibat dari perilaku tidak higienis pada saat menstruasi. Hal ini dapat mendukung terjadinya keputihan, dari 30 siswi hanya 6 orang atau 20 % yang tidak pernah mengalami keputihan dan siswanya 24 orang atau 80 % mengatakan sering mengalami keputihan. Pada saat menstruasi, mereka cenderung tidak

berperilaku higienis, seperti hanya mengganti pembalut satu kali dalam sehari. Selain itu mereka masih mempercayai mitos-mitos seputar menstruasi, seperti tidak boleh keramas pada saat menstruasi. Padahal keramas merupakan suatu tindakan menjaga kebersihan pada saat menstruasi. Siswi SMA Negeri 1 Benai hanya mendapat pelajaran tentang reproduksi dalam mata pelajaran biologi, tetapi pelajaran tersebut tidak membahas secara detail tentang bagaimana cara merawat organ kewanitaan pada saat menstruasi. Sehingga tujuan dalam penelitian ini adalah mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang menstruasi terhadap perilaku higienis pada saat menstruasi di SMA Negeri 1 Benai Kecamatan Benai Kabupaten Kuantan Singingi.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kolerasi dengan pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian yang bertujuan untuk menjelaskan suatu hubungan, memperkirakan dan menguji berdasarkan teori yang ada tentang hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang menstruasi terhadap perilaku higienis pada saat menstruasi di SMA Negeri 1 Benai Kecamatan Benai Kabupaten Kuantan Singingi. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 1 Benai Kecamatan Benai Kabupaten Kuantan Singingi. Alasan diambilnya tempat penelitian ini karena sebagian besar siswi SMA Negeri 1 Benai Kecamatan Benai Kabupaten Kuantan Singingi sudah mendapatkan menstruasi dan berdasarkan survei yang telah dilakukan di lapangan, banyaknya para siswi yang tidak berperilaku higienis pada saat menstruasi, kemungkinan besar kurangnya pengetahuan siswi tentang menstruasi khususnya bagaimana cara menjaga kesehatan pada saat menstruasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi SMA Negeri 1 Benai Kecamatan Benai Kabupaten Kuantan Singingi yang berjumlah 230 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 70 siswa dengan teknik pengambilan sampel *random sampling* yaitu dengan cara acak sederhana dengan teknik undian (*lottery technique*) terhadap atau unit yang mempunyai kesempatan yang sama diseleksi sebagai sampel (Notoatmodjo, 2005)

Setiap subjek yang memenuhi kriteria inklusi peneliti langsung meminta *Informed Consent* dengan memberikan lembar persetujuan. Semua

responden memberikan *informed consent* sebelum penelitian memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden. Tujuan *Informed Consent* agar responden mengerti maksud dan tujuan penelitian dan mengetahui dampaknya.

Alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner yang terdiri dari data demografi dengan karakteristik (nama inisial, umur, kelas, agama). Selanjutnya berupa pertanyaan untuk mengetahui pengetahuan remaja putri tentang kebersihan saat menstruasi yang berjumlah 14 pertanyaan. Kuesioner dikembangkan sendiri oleh peneliti merujuk pada teori dan konsep dengan *multiple choice* dengan tiga alternatif jawaban yaitu a, b dan c dan responden hanya memilih satu diantaranya. Penulis menghubungkan skor jawaban responden berdasarkan kategori penilaian, yaitu sebagai berikut:

Tinggi = 76 % - 100 %

Sedang = 56 % - 75 %

Rendah = < 56 %

Skala pengukuran perilaku higienis pada saat menstruasi menggunakan *skala likert*. Instrumen ini disusun oleh peneliti berdasarkan teori dan konsep terkait. Pengukuran perilaku terdiri dari 12 pernyataan tentang perilaku higienis pada saat menstruasi. Pada skala ini pernyataan dalam bentuk positif dan negatif. Setiap pertanyaan positif diberi nilai selalu = 4, sering = 3, kadang-kadang = 2, tidak pernah = 1 dan untuk pernyataan negatif diberi nilai selalu = 1, sering = 2, kadang-kadang = 3, tidak pernah = 4 (Notoatmodjo, 2005).

Untuk mengetahui tingkat perilaku higienis pada saat menstruasi remaja putri di SMA Negeri 1 Benai Kecamatan Benai Kabupaten Kuantan Singingi, penulis menghubungkan skor jawaban responden berdasarkan kategori penilaian, yaitu sebagai berikut:

Positif = 76 % - 100 %

Negatif = < 76 %

Dalam penelitian ini peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas yaitu suatu ukuran yang menunjukkan kesahihan suatu instrumen, sedangkan uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat keandalan suatu instrumen yang digunakan sebagai alat pengumpul data (Arikunto, 2006). Uji reliabilitas dipakai untuk menunjukkan sejauh mana suatu hasil pengukuran relatif konsisten apabila pengukuran diulangi dua kali atau lebih (Singarimbun & Effendi, 1989).

Sebelum kuesioner ini diberikan kepada responden, peneliti melakukan uji coba instrumen yang dilakukan pada 20 siswi SMA Negeri 1 Pangean Kecamatan Pangean Kabupaten Kuantan Singingi. Validitas kuesioner penelitian adalah prosedur untuk memastikan apakah kuesioner yang dipakai untuk mengukur variabel penelitian valid atau tidak. Kuesioner yang valid berarti kuesioner yang dipergunakan untuk mengumpulkan data itu valid. Kuesioner dikatakan valid jika  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel (Notoatmodjo, 2005). Nilai  $r$  tabel dilihat dengan tabel  $r$  dengan menggunakan  $df=n-2$ , pada tingkat kemaknaan 5 % maka didapatkan nilai  $r$  tabel yaitu 0,441. Setelah dilakukan uji validitas, didapatkan 2 pertanyaan yang tidak valid yaitu pertanyaan nomor 5 dan nomor 10 untuk pertanyaan pengetahuan. Pada pertanyaan perilaku didapatkan 2 pertanyaan yang tidak valid yaitu pertanyaan nomor 10 dan 14. Pertanyaan yang tidak valid dibuang karena 12 pertanyaan yang valid sudah mewakili untuk digunakan sebagai alat ukur variabel. Uji valid dapat dihitung dengan menggunakan rumus *pearson product moment*, yaitu:

$$r_{\text{hitung}} = \frac{N(\sum xy) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N(\sum x^2) - (\sum x)^2\} \{N(\sum y^2) - (\sum y)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{\text{hitung}}$  = Koefisien korelasi  
 $x$  dan  $y$  = Deviasi variabel  $x$  dan  $y$   
 $\sum xy$  = Total hasil kali  $x$  dan  $y$   
 $s$  = Standar deviasi

Uji reliabilitas dilakukan untuk membandingkan alpha dengan  $r$  tabel, dengan melihat nilai alpha. Apabila didapatkan alpha  $>$   $r$  tabel maka pertanyaan tersebut reliabel (Arikunto, 2006). Reabilitas suatu indikator atau kuesioner dapat dilihat pada nilai *cronbach's alpha* ( $\alpha$ ), yaitu apabila nilai *cronbach's alpha* ( $\alpha$ ) lebih kecil ( $<$ ) 0,05 maka indikator atau kuesioner tidak reliabel. Berdasarkan perhitungan diperoleh nilai alpha 0,941 untuk nilai pengetahuan dan alpha 0,892 pertanyaan perilaku. Dengan demikian diketahui nilai *cronbach's alpha* dari variabel pengetahuan dan sikap lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan indikator atau kuesioner yang

digunakan semua dinyatakan reliabel atau dapat dipercaya sebagai alat ukur variabel.

Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan uji *pearson Chi-square*.

## HASIL PENELITIAN

Penelitian dilakukan pada bulan Juli 2014. Adapun hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut:

### 1. Analisa Univariat

**Tabel 1.**

*Distribusi karakteristik responden berdasarkan umur*

Umur	Frekuensi (F)	Persentase (%)
15 tahun	15	21,4
16 tahun	33	47,1
17 tahun	22	31,4
Jumlah	70	100,0

Dari tabel 3 didapatkan sebagian besar responden berumur 16 tahun sebanyak 33 orang (47,1 %).

**Tabel 2.**

*Distribusi karakteristik responden berdasarkan agama*

Agama	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Islam	67	95,7
Kristen	3	4,3
Jumlah	70	100,0

Dari tabel 4 didapatkan sebagian besar responden beragama Islam 16 sebanyak 63 orang (95,7 %).

**Tabel 3.**

*Distribusi karakteristik responden berdasarkan pengetahuan remaja terhadap menstruasi*

Kategori	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Tinggi	40	57,1
Sedang	9	12,9
Rendah	21	30,0
<b>Jumlah</b>	<b>70</b>	<b>100,0</b>

Dari tabel 5 didapatkan bahwa responden yang pengetahuannya tinggi sebanyak 40 orang (57,1 %).

**Tabel 4.**  
*Distribusi karakteristik responden berdasarkan perilaku higienis remaja pada saat menstruasi*

Kategori	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Positif	37	52,9
Negatif	33	47,1
<b>Jumlah</b>	<b>70</b>	<b>100,0</b>

Dari tabel 5 didapatkan bahwa responden yang memiliki perilaku positif yaitu sebanyak 37 orang (52,9 %).

## 2. Analisa Bivariat

**Tabel 5.**  
*Hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang menstruasi terhadap perilaku higienis pada saat menstruasi di SMA Negeri 1 Benai Kecamatan Benai Kabupaten Kuantan Singingi.*

Variabel	Perilaku Higienis		Total	P
	Positif	Negatif		
Tinggi	22 (55,0%)	18 (45,0%)	40 (100%)	0,048
Sedang	6 (66,7%)	3 (33,3%)	9 (100%)	
Rendah	9 (42,9%)	12 (57,1%)	21 (100%)	
Jumlah	37 (52,9%)	33 (47,1%)	70 (100%)	

Berdasarkan tabel 8 diketahui bahwa responden dengan pengetahuan tinggi dari 70 responden, yang memiliki perilaku higienis pada saat menstruasi positif sebanyak 22 (55,0%). Responden dengan pengetahuan sedang mayoritas memiliki perilaku higienis pada saat menstruasi positif sebanyak 6 (66,7 %). Responden dengan pengetahuan rendah mayoritas memiliki perilaku higienis pada saat menstruasi negatif sebanyak 12 (57,1 %). Hasil uji statistik menunjukkan  $P\text{ value} = 0,048$  dimana  $P\text{ value} \leq \alpha (0,05)$  dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku higienis pada saat menstruasi.

## PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa sebagian besar responden berumur 16 tahun sebanyak 33 orang (47,1 %). Hal ini disebabkan yang menjadi responden dalam penelitian ini adalah kelas X. Dalam hal ini usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik, selain itu pada usia ini akan lebih banyak menggunakan banyak waktu untuk membaca dan menambah pengetahuan mereka (Notoatmodjo, 2007).

### 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Agama

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa sebagian besar responden beragama Islam sebanyak 67 orang (95,7 %). Keyakinan dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang untuk bersikap positif atau pun negatif (Notoatmodjo, 2003). Menurut Sarwoto (2007), perkembangan agama merupakan bagian yang cukup penting dalam jiwa remaja, karena dalam pendidikan agama yang baik dapat mengendalikan tingkah laku anak yang beranjak dewasa. Hal ini akan menghindari mereka untuk tidak melakukan hal-hal yang bisa merugikan dirinya sendiri.

### 3. Pengetahuan Remaja Terhadap Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa responden yang pengetahuannya tinggi sebanyak 40 orang (57,1 %). Responden yang pengetahuannya sedang sebanyak 9 orang (12,9 %). Responden yang pengetahuannya rendah sebanyak 21 orang (30,0 %). Menurut Notoatmodjo (2007) seseorang yang dikatakan memiliki pengetahuan rendah apabila seseorang tersebut baru sekedar tahu dan memahami saja, sedangkan seseorang yang memiliki pengetahuan sedang cenderung memiliki bukan hanya sekedar tahu dan memahami tetapi juga sudah bisa mengaplikasi dan menganalisis, dan seseorang dikatakan memiliki pengetahuan yang tinggi apabila sudah mencapai tingkatan/tahapan sintesis dan evaluasi.

Oleh karena itu pengetahuan/kognitif merupakan dominan yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*overt behavior*). Karena dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2007).

### 4. Perilaku Higienis Remaja Pada Saat Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa responden yang memiliki perilaku positif yaitu sebanyak 37 orang (52,9 %). Responden yang memiliki perilaku negatif yaitu sebanyak 33 orang (47,1 %). Perilaku adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas antara lain : berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca, dan sebagainya. Dari uraian ini dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud perilaku manusia adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar (Notoatmodjo, 2003).

Notoatmodjo (2003), membagi perilaku itu didalam 3 domain (ranah/kawasan), meskipun kawasan-kawasan tersebut tidak mempunyai batasan yang jelas dan tegas. Pembagian kawasan ini dilakukan untuk kepentingan tujuan pendidikan, yaitu mengembangkan atau meningkatkan ketiga domain perilaku tersebut, yang terdiri dari ranah kognitif (*kognitif domain*), ranah affektif (*affective domain*), dan ranah psikomotor (*psicomotor domain*).

Perilaku manusia pada hakekatnya adalah suatu aktifitas dari manusia itu sendiri baik dapat diamati secara langsung maupun tidak langsung. Menurut Robert Kwick, perilaku adalah tindakan atau perbuatan suatu organisme yang dapat diamati dan dapat dipelajari (Notoatmodjo, 2007)

#### 5. Hubungan Tingkat Pengetahuan Terhadap Perilaku Higienis Pada Saat Menstruasi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa responden dengan pengetahuan tinggi mayoritas memiliki perilaku higienis pada saat menstruasi positif sebanyak 22 (55,0 %). Responden dengan pengetahuan sedang mayoritas memiliki perilaku higienis pada saat menstruasi positif sebanyak 6 (66,7 %). Responden dengan pengetahuan rendah mayoritas memiliki perilaku higienis pada saat menstruasi negatif sebanyak 12 (57,1 %). Hasil uji statistik menunjukkan  $P\ value = 0,048$  dimana  $P\ value \leq \alpha (0,05)$  dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku higienis pada saat menstruasi.

Responden yang memiliki perilaku higienis positif pada saat menstruasi disebabkan tingkat pengetahuan mereka berperilaku higienis pada saat menstruasi baik dan benar, yaitu dengan cara:

1. Mencuci bagian luar organ seksual setiap buang air kecil ataupun buang air besar membasuh dari arah belakang ke depan.
2. Menggunakan air yang bersih untuk mencuci organ reproduksi.
3. Mengganti celana dalam sehari 2 kali, memakai pakaian dalam berbahan katun untuk mempermudah penyerapan keringat.
4. Mengganti pembalut secara teratur 3-4 kali sehari atau setiap 6 jam sekali.
5. Membiasakan diri mencukur/merapikan rambut disekitar daerah kemaluan, untuk menghindari tumbuhnya bakteri yang menyebabkan gatal pada daerah reproduksi (Laksmana, 2002).
6. Setelah mandi atau buang air, vagina dikeringkan dengan lap atau handuk yang bersih sebelum menggunakan pakaian dalam untuk menghindari suasana lembab yang dapat menyebabkan jamur lebih mudah berkembang agar tidak lembab. Pemakaian celana dalam yang baik terbuat dari bahan yang mudah menyerap keringat. Hati-hati dalam penggunaan deodoran, sabun anti septik yang keras, cairan pewangi untuk menghilangkan bau didaerah vagina karena dapat berbahaya bagi kesehatan vagina itu sendiri. Membasuh vagina dengan cairan kimia akan merusak keseimbangan yang ada sehingga dapat memungkinkan terjadinya infeksi (Rahmayanti, 2012).

Perilaku higienis merupakan komponen higienis perorangan yang memegang peranan penting dalam menentukan status kesehatan, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi. Oleh karena itu pada saat menstruasi seharusnya perempuan benar-benar dapat menjaga kebersihan organ reproduksi secara “ekstra” terutama pada bagian vagina, karena kalau tidak dijaga kebersihannya, akan menimbulkan mikro organisme yang berlebih sehingga mengganggu fungsi organ reproduksi (Indriastuti & Dian, 2009).

Salah satu fenomena perilaku higienis remaja pada saat menstruasi masih rendah, diperlihatkan oleh sebuah penelitian Widyantoro (Mohammad, 1998) mengenai higienitas menstruasi pada perempuan pengunjung rumah sakit di Subang dan Tangerang (N=305) mengungkapkan bahwa sebagian besar (77,5 % di Tangerang dan 68,3 % di Subang) mempunyai status higienitas menstruasi yang buruk. Dalam hal higienitas individu, masih

terdapat responden yang salah dalam mencuci alat kelaminnya yaitu dari arah belakang ke depan (20,1 % pada hari biasa dan 19,8 % pada saat menstruasi). Penelitian ini memperlihatkan bahwa responden di Subang memperlihatkan higienitas menstruasi cenderung lebih tinggi dibanding responden di Tangerang (Indriastuti & Dian, 2009).

Hasil penelitian yang telah dilakukan menyatakan bahwa kurangnya perilaku higienis saat menstruasi dapat menyebabkan berbagai penyakit misalnya kanker rahim. Menurut beberapa penelitian menyebutkan bahwa kanker ini disebabkan oleh virus Human Papilloma Virus (HPV) yang muncul, antara lain karena perilaku sering berganti-ganti pasangan seks dan perilaku yang tidak higienis pada saat menstruasi. Virus ini hidup di daerah yang lembab, persisnya dalam cairan vagina yang diidap oleh penderita keputihan (leukore). Jika keputihan ini tidak segera membaik, virus ini bisa memunculkan kanker rahim. Biasanya keadaan ini ditandai dengan banyaknya cairan keputihan yang disertai bau tidak sedap dan perdarahan yang keluar dari vagina. Tapi ada kalanya kanker yang muncul itu tidak memberikan gejala-gejala sakit seperti itu (Indriastuti & Dian, 2009).

#### KETERBATASAN PENELITIAN

Selama proses kegiatan penelitian berlangsung, ada beberapa keterbatasan yang dialami oleh peneliti yaitu jumlah pertanyaan yang relatif banyak, sehingga responden kurang teliti dalam membaca dan memahami item-item pertanyaan tersebut. Untuk menanggulangi masalah ini, peneliti berupaya untuk menjelaskan kepada responden sampai responden dapat memahami.

#### KESIMPULAN

Setelah dilakukan penelitian tentang “hubungan pengetahuan remaja putri tentang kebersihan saat menstruasi terhadap perilaku higienis pada saat menstruasi” maka dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden berumur 16 tahun sebanyak 33 orang (47,1 %), responden beragama Islam sebanyak 67 orang (95,7 %). Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan pengetahuan tinggi mayoritas memiliki perilaku higienis pada saat menstruasi positif sebanyak 22 (55,0 %). Responden dengan pengetahuan sedang mayoritas memiliki perilaku higienis pada saat menstruasi positif sebanyak 6 (66,7 %). Responden dengan pengetahuan rendah mayoritas memiliki perilaku higienis pada saat

menstruasi negatif sebanyak 12 (57,1 %). Uji statistik menunjukkan  $P\ value = 0,048$  dimana  $P\ value \leq \alpha = (0,05)$  dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku higienis pada saat menstruasi.

#### SARAN

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi yang dapat digunakan oleh mahasiswa keperawatan khususnya dan mahasiswa lain umumnya, dalam menambah wawasan serta dapat memberikan ilmunya kepada remaja-remaja saat ini.

---

<sup>1</sup> **Syafrina Dewi Yanti:** Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau

<sup>2</sup> **Ns. Agrina:** Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau

<sup>3</sup> **Veny Elita:** Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau

---

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Asrori, M. (2010). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Alwi, dkk (2005). *Pengetahuan*. <http://id.wikipedia.org/wiki/Pengetahuan>. Diakses tanggal 3 Desember 2013
- Ambarwati, Eny Retna. (2010). *Menarche*. <http://enyretnaambarwati.blogspot.com/2010/03/menarche>. Diakses tanggal 3 Desember 2013
- Andira, Dita (2010). *Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta. A Plus Books.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktek (Edisi Revisi VI)*, Jakarta : Rineka cipta.
- Azrul, Azwar. (2005). *Upaya Menyelamatkan Hidup Ibu* .<http://www.depkes.go.id>. Diakses tanggal 25 September 2007
- Azwar, S. 2009. *Sikap manusia teori dan pengukurannya*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.
- Bobak, I. M., Jensen, M. D., & Lowdermilk, D. L. (2004). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*

- (Alih bahasa: Maria A. Wijayarini & Peter I. Anugerah) (Edisi 4). Jakarta: EGC
- BPS Kuansing. (2010). *Penduduk Menurut Kelompok Umur Dan Jenis Kelamin*. Dikases tanggal 15 September 2012 dari <http://bps.go.id>
- Hidayat, A.A. (2007). *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika.
- Hidayat. (2008). *Konsep Personal Hygiene*. [www.hidayat2.wordpress.com](http://www.hidayat2.wordpress.com). Diakses 20 Agustus 2013
- Indriastuti & Dian. (2009). *Hubungan antara Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dengan Perilaku Higienis Remaja Putri Pada Saat Menstruasi*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.
- Iskandar. (2008). *Metodologi Penelitian Pendidikan dan Sosial (Kuantitatif dan Kualitatif)*, Jakarta : Gaung Persada Press.
- Kissanti, A. (2008). *Buku Pintar Wanita Kesehatan dan Kecantikan*. Araska.
- Laksamana. (2002). *Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta. Gramedia Pustaka.
- Lianawati, Iss. (2012). *Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Kelas X SMA Islam Terpadu Al-Masyhur Pati Tahun 2012*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kusuma Husada. Surakarta.
- Muliadi, N. (2008). *Sumber Pengetahuan*. <http://muliadinur.wordpress.com/2008/04/15/sumber-pengetahuan>. Diakses 15 September 2012.
- Notoatmodjo, S. (2003). *Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Seni*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam. (2003). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba medika.
- Prawirohardjo, S. (2007). *Haid dan Siklusnya*. Dalam Hanafiah MJ, editor. *Ilmu Kandungan*. Edisi Kedua. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Prawirohardjo, S. (2007). *Fisiologi Haid*. Dalam Wiknjastro H, editor. *Ilmu Kebidanan*. Edisi Ketiga. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Proverawati, A., & Misaroh, S. (2009). *“Menarche: Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sarwono, S.W. (2010). *Psikologi Remaja*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Sarwono. (2005). *Ilmu Kandungan*. Edisi Kedua. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Singarimbun, Masri & Sofian Effendi. 1989. *Metode Penelitian Survai*. LP3ES. Jakarta.
- Soetjningsih. (2007). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.