



SUMBER INFORMASI DAN PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUAL HYGIENE PADA REMAJA PUTRI

Erni Gustina✉, Sitti Nur Djannah

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:
Diterima 11 November 2014
Disetujui 28 November 2014
Dipublikasikan Januari 2015

Keywords:
Source information;
Knowledge;
Menstrual hygiene;
Young girl

Abstrak

Menstruasi merupakan indikator kematangan seksual pada remaja putri. Menstruasi dihubungkan dengan beberapa kesalahpahaman praktek kebersihan diri selama menstruasi yang dapat merugikan kesehatan bagi remaja. Kesadaran tentang perlunya informasi tentang praktik menstruasi yang sehat sangat penting. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara sumber informasi dan pengetahuan tentang *menstrual hygiene* pada remaja putri. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan rancangan *cross sectional* yang dilakukan tahun 2014. Penelitian dilakukan di SMP Muhammadiyah 9 Kota Yogyakarta. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VIII SMP Muhammadiyah 9 Kota Yogyakarta. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling yaitu 79 orang. Analisis data meliputi univariat dan bivariat dengan menggunakan chi square. Hasil penelitian menunjukkan 93,7% tidak mengetahui penyebab terjadinya menstruasi, 51,9% mengatakan bahwa darah menstruasi berasal dari perut, 48,1% mengatakan bahwa lama menstruasi sekitar 3-7 hari, 58,2% tidak mengetahui siklus normal menstruasi. Analisis bivariat menunjukkan hubungan yang signifikan antara sumber informasi dengan pengetahuan dengan nilai $p < 0,05$. Simpulan penelitian, ada hubungan antara sumber informasi dengan pengetahuan tentang *menstrual hygiene* pada remaja.

SOURCE INFORMATION AND KNOWLEDGE ABOUT MENSTRUAL HYGIENE AMONG YOUNG GIRL

Abstract

Menstruation is an indicator of sexual maturity in young girls. Menstruation is associated with several misconceptions practice personal hygiene during menstruation which can be detrimental to the health of adolescents. Awareness of the need for information about the practice of healthy menstruation is very important. The purpose of this study was to determine source information and knowledge about menstrual hygiene among young girl. This study was an observational analytic cross sectional design in 2014. The study was conducted in Muhammadiyah 9th Junior High School Yogyakarta. The study population was the entire eighth grade students at Muhammadiyah 9th Junior High School Yogyakarta City. The sampling technique used in this study is the total sampling is 79 people. Data analysis included univariate and bivariate using chi square. The results showed 93.7% do not know the cause of menstruation, 51.9% said that the menstrual blood from the stomach, 48.1% said that long menstrual about 3-7 days, 58.2% do not know the normal menstrual cycle. Bivariate analysis showed a significant relationship between the knowledge resources with $p < 0.05$. The conclusions, there were relationship between sources information and knowledge about menstrual hygiene in adolescents.

Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak ke masa dewasa dimana remaja sedang mengalami perubahan baik fisik maupun psikologis (Eswi, 2012). Jumlah remaja di Indonesia terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Di Indonesia menurut Biro Pusat Statistik tahun 2009, kelompok umur 10-19 tahun adalah sekitar 22% dari jumlah penduduk, yang terdiri dari 50,9% remaja laki-laki dan 49,1% remaja perempuan. Berdasarkan data Departemen Kesehatan (Depkes) Republik Indonesia tahun 2006, remaja Indonesia berjumlah sekitar 43 juta jiwa atau sekitar 20% dari jumlah penduduk. Ini sesuai dengan proporsi remaja di dunia, dimana jumlah remaja diperkirakan 1,2 miliar atau sekitar 1/5 dari jumlah penduduk dunia (Wijaya, 2014).

Masa remaja adalah masa dimana remaja mengalami masa pubertas dan pematangan seksual dengan cepat karena perubahan hormonal yang mempercepat pertumbuhan dan perkembangan baik fisik maupun sekunder (Sharma, 2013). Masa remaja merupakan tahap kehidupan dimana orang mencapai proses kematangan emosional, psikososial, dan seksual, yang ditandai dengan mulai berfungsinya organ reproduksi dan segala konsekuensinya. Perkembangan seksual masa remaja ditandai dengan menstruasi pada wanita dan mimpi basah pada pria (Yusuf, 2012).

Menstruasi merupakan indikator kematangan seksual pada remaja putri. Menstruasi dihubungkan dengan beberapa kesalahpahaman praktek kebersihan diri selama menstruasi yang dapat merugikan kesehatan bagi remaja (Dasgupta, 2008). Keluhan gangguan menstruasi pada remaja dan praktik higienis selama menstruasi yang salah dapat menyebabkan gangguan kesehatan yang tidak diinginkan seperti penyakit radang panggul dan bahkan infertilitas (El-Ganiya, 2005; Sharma, 2013).

Belajar tentang kebersihan selama menstruasi merupakan aspek penting dari pendidikan kesehatan untuk remaja perempuan, karena pola yang dikembangkan pada masa remaja cenderung bertahan sampai dewasa (El-Ganiya *et al.*, 2005). Praktek-praktek yang

berhubungan dengan kebersihan pada saat menstruasi seperti penggunaan pembalut dan mencuci daerah genitalia saat menstruasi dapat memiliki efek positif pada kesehatan remaja putri. Kesadaran tentang perlunya informasi tentang praktek menstruasi yang sehat sangat penting (Sharma, 2013; Kamath, 2013; Thakre, 2011; Dhingra, 2009).

Studi tentang kebersihan menstruasi pada perempuan dan remaja putri di Mesir ditemukan bahwa di antara perempuan yang pernah menikah 15,3% menggunakan pembalut sekali pakai, 42,1% menggunakan kapas, dan 39,4% menggunakan kembali kain sebagai penyerap setelah mencucinya. Sebaliknya, 25,2% dari perempuan yang belum menikah menggunakan pembalut sebesar 50,5% dan 21% menggunakan kembali kain penyerap yang dicuci. Hanya 3,2% dari kedua kelompok perempuan tersebut yang menggunakan potongan kain dan dibuang setelah digunakan (El-Ganiya, 2005).

Pengetahuan yang kurang tentang menstruasi juga disebabkan oleh usia remaja, pendidikan ibu, dan keterpaparan informasi. Peran ibu sangat penting dalam pemberian informasi. Ibu adalah sumber informasi pertama tentang menstruasi, sehingga terhindar dari pemahaman yang salah mengenai kebersihan menstruasi dan kesehatan reproduksi. Remaja perlu diberikan informasi yang baik dan positif melalui orangtua, teman sebaya, guru sekolah. Namun masyarakat menganggap kesehatan reproduksi masih tabu dibicarakan oleh remaja. Hal tersebut dapat membatasi komunikasi antara orangtua dan remaja tentang *menstrual hygiene*. Akibatnya, remaja kurang mengerti, kurang memahami dan kadang-kadang mengambil keputusan yang salah mengenai kesehatan reproduksi (Suryati, 2012).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara sumber informasi dengan pengetahuan tentang *menstrual hygiene* pada remaja putri di SMP Muhammadiyah 9 Kota Yogyakarta. Dengan mengetahui hal tersebut akan memberikan sumbangan pemikiran kepada orangtua dan juga guru agar memberikan informasi yang benar tentang kesehatan reproduksi kepada remaja sesuai dengan kebutuhan remaja.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di SMP Muhammadiyah 9 Kota Yogyakarta pada tahun 2014. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VIII SMP Muhammadiyah 9 Kota Yogyakarta. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *total sampling* yaitu 79 orang. Analisis data meliputi univariat dan bivariat dengan menggunakan *chi square*.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden tentang Menstruasi

Item pertanyaan	Frekuensi	Persen (%)
Penyebab menstruasi		
Proses fisiologi normal	2	2,5
Kutukan tuhan	1	1,3
Penyakit	2	2,5
Tidak tahu	74	93,7
Asal darah menstruasi		
Uterus	5	6,3
Usus	19	24,1
Abdomen	14	17,7
Perut	41	51,9
Lamanya menstruasi		
3 hari	0	0
5 hari	8	10,1
7 hari	38	48,1
3-7 hari	33	41,8
Siklus menstruasi normal		
21-28 hari	8	10,1
28-30 hari	9	11,4
28-35 hari	16	20,3
Tidak tahu	46	58,2
Dampak pembalut bagi kesehatan yang anda ketahui		
Menyebabkan kanker rahim, infeksi, gatal-gatal	26	32,9
Gangguan alat reproduksi	5	6,3
Tidak tahu	43	54,4

Sumber : data primer

Dari 79 responden, 93,7% (74 orang) tidak mengetahui penyebab menstruasi, 51,9 % (41 orang) mengatakan darah menstruasi dari perut, 48,1% (33 orang) mengatakan lama menstruasi sekitar 3-7 hari, 58,2% (46 orang) tidak mengetahui siklus normal menstruasi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Praktik *Menstrual Hygiene* pada Remaja

Item Pertanyaan	Frekuensi	Persen (%)
Tipe pembalut		
Pembalut sekali pakai	100	100,0
Mengganti pembalut setiap 4 jam sekali		
Sering	5	6,3
Kadang-kadang	48	60,8
Tidak pernah	26	32,9
Saat membersihkan alat kelamin pada saat menstruasi menggunakan		
Air bersih		
Air bersih + sabun mandi	27	34,2
Air bersih + cairan pembersih	26	32,9
kewanitaan	26	32,9
Yang dilakukan setelah membersihkan alat kelamin pada saat menstruasi		
Mengeringkan dengan baju	7	8,9
Mengeringkan dengan handuk atau <i>tissue</i>	3	3,8
Tidak mengeringkannya	69	87,3
Tempat membuang bekas pembalut yang sudah digunakan		
WC	1	1,3
Saluran pembuangan air	3	3,8
Tong sampah	75	94,9

Sumber : data primer

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 79 responden, 100% remaja putri menggunakan pembalut pada saat menstruasi. 60,8 % (48 orang) menyatakan bahwa remaja kadang-kadang mengganti pembalut setiap 4 jam sekali.

Tabel 3. Sumber Informasi tentang *Menstrual Hygiene*

Variabel	Frekuensi	Persen (%)
Sumber informasi		
Ibu	64	81,0
Kakak	57	72,2
Media	50	63,3
Teman	40	50,6
Guru	53	67,1

Sumber : data primer

Sumber informasi yang diterima siswa dari ibu 64 siswa (81%), kakak 57 siswa (72,2%), guru sebanyak 53 siswa (67,1%), media 50 siswa (63,3%), dan teman sebaya 40 siswa (50,6%).

Tabel 4. Hubungan antara sumber informasi dengan pengetahuan tentang menstrual hygiene

Variabel	Pengetahuan		X ²	p	RP	CI 95%
	Baik n(%)	Kurang n(%)				
Sumber informasi						
Ibu						
Ya	49 (69%)	22 (31%)	6,01	0,021	2,42	1,43-4,11
Tidak	2 (25%)	6 (75%)				
Kakak						
Ya	19 (86,4)	3 (13,6%)	6,34	0,012	3,22	1,08-9,58
Tidak	32 (56,1%)	25 (43,9%)				
Media						
Ya	23 (79,3)	6 (20,7)	4,36	0,037	2,13	0,98-4,63
Tidak	28 (56%)	22 (44%)				
Teman						
Ya	21(80,8%)	5 (19,2%)	4,45	0,04	2,23	0,97-5,26
Tidak	30 (56,6%)	23 (43,4%)				
Guru						
Ya	30 (76,9%)	9 (23,1%)	5,11	0,023	2,06	1,07-3,98
Tidak	21(52,5%)	19 (47,5%)				

Sumber : data primer

Hasil uji statistik pada Tabel 4 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara sumber informasi dengan pengetahuan *menstrual hygiene* pada siswa dengan nilai $p < 0,05$.

Penelitian Thakre (2011) menunjukkan bahwa kebersihan alat genitalia eksterna rendah pada remaja di perkotaan yaitu 58,09% dan 79,45% di pedesaan ($p=0,001$). Sebanyak 49,35% remaja menggunakan pembalut sekali pakai pada saat menstruasi, 45,75% menggunakan ulang kain yang telah di cuci dan hanya 4,90% yang menggunakan kain baru sebagai penyerap pada saat menstruasi. 58,18% remaja menggunakan sabun dan air saat membersihkan alat genitalia, 40,57% hanya menggunakan air dan 1,29% menggunakan air dan antiseptik. 34,88% pembalut disimpan di kamar mandi dan 34,37% dari remaja membuang pembalut setelah digunakan.

Hasil penelitian yang dilakukan di India oleh Dasgupta (2008) yang melaporkan bahwa 13,5% remaja putri tidak mempunyai pengetahuan sebelumnya tentang menstruasi karena pengaruh kepercayaan dan sosial budaya. Dalam konteks sosial di mana isu-isu tentang *menstrual hygiene* tidak dibicarakan secara terbuka atau ada stigma dan/atau tabu seputar menstruasi sehingga remaja memiliki sedikit pemahaman tentang apa yang terjadi

kepada tubuh mereka (Eswi, 2012). Sebuah penelitian yang dilakukan pada remaja putri di pedesaan Nepal, pengetahuan dan praktek masing-masing adalah 40,6% dan 12,9% (Adhikari, 2007). Akanksha (2014), melakukan penelitian pada remaja putri di pedesaan, ditemukan hasil bahwa pengetahuan tentang menstruasi pada remaja putri tidak memuaskan. Remaja putri harus diberi pengetahuan tentang proses menstruasi dan juga tentang kebersihan selama menstruasi untuk dapat menjaga kesehatan mereka. Hasil penelitian Wijaya (2014) menunjukkan bahwa remaja yang memiliki pengetahuan dan sikap yang baik akan diikuti dengan aktivitas yang positif juga.

Banyak penelitian telah mengungkapkan bahwa ibu, guru, teman, kakak, media massa adalah sumber utama dalam memberikan informasi tentang menstruasi untuk remaja (Dhingra, 2009). Ibu adalah sumber informasi yang paling utama tentang kebersihan menstruasi, diikuti dengan media massa, kakak, teman-teman dan guru (El-Ganiya, 2005; Ali, 2010; Thakre, 2011; Marvan, 2012; Kavitha, 2012). Penelitian di Amerika menyebutkan 85% dari remaja mengetahui informasi tentang menstruasi dari ibu mereka (Bobhate, 2011; McPherson, 2004; Houston, 2006).

Hasil penelitian yang dilakukan Dhingra,

(2009) menunjukkan bahwa adanya larangan sosial dan sikap negatif orang tua dalam membahas isu-isu terkait secara terbuka telah menghambat akses remaja untuk informasi yang tepat. Jika ibu mengkomunikasikan pandangan yang positif tentang menstruasi, maka remaja putri juga akan memiliki pandangan yang positif. Tetapi jika ibu memberikan pandangan yang negatif, remaja putri lebih mungkin untuk mempunyai pandangan yang sama tentang menstruasi (Marvan, 2012).

Remaja putri percaya bahwa ibu adalah sumber informasi dan pendukung terbaik selama masa pubertas tetapi hanya sedikit yang menggambarkan pengalaman yang baik tentang komunikasi dalam prakteknya (Crichton, 2012). Dukungan sosial dan emosional orangtua terhadap menarche memberikan kontribusi untuk kesejahteraan emosional selama masa remaja dan penyesuaian pubertas yang positif di kalangan remaja putri (McPherson, 2004, Crichton, 2012).

Penutup

Sumber informasi yang diterima siswa dari ibu sebanyak 64 siswa (81%), kakak sebesar 57 siswa (72,2%), guru sebanyak 53 siswa (67,1%), media sebanyak 50 siswa (63,3%) dan teman sebaya sebanyak 40 siswa (50,6%). Terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara sumber informasi dengan pengetahuan *menstrual hygiene* pada siswa dengan nilai $p < 0,05$.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih dibeikan kepada keluarga besar SMP Muhammadiyah 9 Kota Yogyakarta, khususnya kepada siswi kelas VIII yang telah banyak berpartisipasi penuh sehingga penelitian ini dapat terlaksana.

Daftar Pustaka

- Adhikari P., et al. 2007. Knowledge and Practice Regarding Menstrual Hygiene in Rural Adolescent Girls of Nepal. *Katmandu University Medical Journal (KUMJ)*, 5(3): 382-386.
- Akanksha, J., et al. 2014. Menstrual Hygiene Awareness Among Rural Unmarried Girls. *Journal of Evolution of Medical and Dental Sciences*, 3(6)
- Ali, T.S. & Rizvi, S.N. 2010. Menstrual Knowledge And Practices Of Female Adolescents In Urban Karachi, Pakistan. *Journal Of Adolescence*, 33(4): 531-41.
- Bobhate PS, Saurabh S. 2011. A Cross Sectional Study of Knowledge and Practices about Reproductive Health among Female Adolescents in An Urban Slum of Mumbai. *Journal of Family and Reproductive Health*, 5(4):119-126
- Crichton, J., Ibisomi, L. & Gyimah, S.O. 2012. Mother-Daughter Communication About Sexual Maturation, Abstinence And Unintended Pregnancy: Experiences From An Informal Settlement In Nairobi, Kenya. *Journal Of Adolescence*, 35(1): 21-30.
- Dasgupta, A. Sarkar. M. 2008. Menstruation Hygiene: How hygienic is The Adolescent girl? *Indian Journal of Community Medicine*, 33(2)
- Dhingra, R., Kumar, A. & Kour, M. 2009. Knowledge And Practices Related To Menstruation Among Tribal (Gujjar) Adolescent Girls. *Ethno-Med*, 3(1), 43-48.
- Eswi, A., Helal, H., Elarousy, W. 2012. Menstrual Attitude and Knowledge among Egyptian Female Adolescents. *Journal of American Science*, 8(6)
- El-Ganiya, A.H., Badawi, K. & El-fedawy, S. 2005. Menstrual Hygiene among Adolescent Schoolgirls in Mansoura, Egypt. *Reproductive Health Matters*, 13(26):147-152.
- Houston AM, et al. 2006. Knowledge, Attitudes, and consequences of menstrual health in urban adolescent females. *J Pediatric Adolesc Gynecol*, 19: 271-275.
- Kamath, R. et al. 2013. *Global Journal Of Medicine And Public Health A Study On Knowledge And Practices Regarding Menstrual Hygiene Among Rural And Urban Adolescent Girls In Udupi Taluk, Manipal, India.*, 1-9.
- Kavitha., V.R.S., M.Phil, M.A. 2012. Reproductive Health and Hygiene among Adolescents. *Language in India*, 2 (12) : 293-300
- Marván, M.L. & Molina-Abolnik, M. 2012. Mexican Adolescents Experience of Menarche and Attitudes Toward Menstruation: Role of Communication Between Mothers and Daughters. *Journal of pediatric and adolescent gynecology*, 25(6):358-63.
- Mcpherson, M.E. & Korfine, L. 2004. Menstruation Across Time: Menarche, Menstrual Attitudes, Experiences, And Behaviors. *Women's Health*

- Issues : Official Publication Of The Jacobs Institute Of Women's Health*, 14(6):193–200.
- Sharma, N., et al. 2013. A Cross sectional Study Of Knowledge, Attitude And Practices Of Menstrual Hygiene Among Medical Students In North India., *The Journal of Phytopharmacology*, 2(5): 28–37.
- Suryati, B. 2012. Perilaku Kebersihan Remaja Saat Menstruasi. *Jurnal health Quality*, 3(1).
- Thakre, S.B., et al. 2011. *Menstrual Hygiene : Knowledge And Practice Among Adolescent School Girls Of Saoner , Nagpur District*.1027–1033.
- Wijaya, I.M.K., et al. 2014. Pengetahuan, Sikap Dan Aktivitas Remaja SMA Dalam Kesehatan Reproduksi Di Kecamatan Buleleng. *Jurnal Kemas*, 10(1):33-42
- Yusuf, S. 2012. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.