

## FAKTORYANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA SANTRIWATI DI MTS PONDOK PESANTREN DAR EL HIKMAH KOTA PEKANBARU

Riri Maharani<sup>1</sup>, Weni Andriyani<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program StudiKesehatanMasyarakatSTIKes Hang TuahPekanbaru  
ririrani18@gmail.com

### ABSTRAK

Seseorang dikatakan memiliki personal *Hygiene* baik apabila orang tersebut dapat menjaga kebersihan tubuhnya yang meliputi kebersihan kulit, gigi, dan mulut, rambut hidung, telinga, kaki, dan kuku seta peralatan genitalia, salah satu perawatan alat genitalia dapat dilakukan pada remaja putri saat menstruasi. Berdasarkan survei awal di MTs Darul Hikmah Pekanbaru dari 15 santriwati yang telah menstruasi, 10 diantara mereka tidak mengetahui tentang personal *hygiene* saat menstruasi, akibat tidak *hygiene* saat menstruasi, mereka cenderung untuk tidak berperilaku *hygiene*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku personal *hygiene* saat menstruasi pada santriwati di MTs Pondok Pesantren Dar EL Hikmah Kota Pekanbaru. Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Sampel penelitian ini sebanyak 148 santriwati kelas VII dan VIII di MTs Darul Hikmah Kota Pekanbaru. Teknik pengambilan sampel adalah *propability sampling*. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat dengan *uji chi-square*, alat ukur yang digunakan adalah kuesioner dan pengolahan data menggunakan komputerisasi. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan ( $P_{\text{value}}=0,002$  dengan  $\text{POR}=4,043$ ), sikap ( $P_{\text{value}}=0,000$  dengan  $\text{POR}=5,659$ ), sumber informasi ( $P_{\text{value}}=0,000$  dengan  $\text{POR}=5,826$ ), peran tenaga kesehatan ( $P_{\text{value}}=0,001$  dengan  $\text{POR}=4,451$ ), peran guru ( $P_{\text{value}}=0,001$  dengan  $\text{POR}=4,200$ ), budaya ( $P_{\text{value}}=0,002$  dengan  $\text{POR}=3,893$ ) dengan personal *hygiene* saat menstruasi. Disarankan untuk mengembangkan kerjasama dengan instansi kesehatan terkait yang memungkinkan bagi Pondok Pesantren Dar EL Hikmah untuk menyediakan tenaga kesehatan yang berkompetensi dalam bidang kesehatan.

**Kata Kunci** : Personal hygiene, menstruasi, santriwati

### ABSTRACT

*Someone is said to have a personal Hygiene well if that person can keep their body hygiene including skin, teeth, and mouth hygiene, nose hair, ears, legs and nails seta genitalia equipment, one of genitalia tool maintenance can be done on young women during menstruation. Based on the initial survey at MTs Darul Hikmah Pekanbaru from 15 menstruating santriwati, 10 of them did not know about personal hygiene during menstruation, due to not hygiene during menstruation, they tend not to behave hygiene. This study aims to determine the behavior of personal hygiene during menstruation at santriwati in MTs Pondok Pasentren Dar EL Hikmah Pekanbaru City. This research method is quantitative research by using cross sectional. The sample of this research is 148 santriwati class VII and VIII in MTs Darul Hikmah Pekanbaru City. The sampling technique is propability sampling. The analysis used is univariate and bivariate analysis with chi-square test, measuring instrument used is questionnaire and data processing using computerization.*

*The result showed that there was a relationship between knowledge (Pvalue = 0,002 with POR = 4,043), attitude (Pvalue = 0,000 with POR = 5,659), source of information (Pvalue = 0,000 with POR = 5,826), role of health worker (Pvalue = 0.001 with POR = 4,451), the role of teacher (Pvalue = 0.001 with POR = 4,200), culture (Pvalue = 0.002 with POR = 3.893) with personal hygiene during menstruation. It is advisable to develop cooperation with related health agencies that enable Dar EL Hikmah Pasentren Pondok to provide healthcare professionals who are competent in the health field.*

**Keywords:** *Personal hygiene, menstruation, santriwati*

## PENDAHULUAN

Personal *Hygiene* adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan, baik fisik maupun psikisnya (Andramoyo, 2012). Kebersihan diri (*personal hygiene*) merupakan kebersihan diri sendiri yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan baik secara fisik maupun psikologisnya (Rejeki, 2015). Seseorang dikatakan memiliki personal *Hygiene* baik apabila orang tersebut dapat menjaga kebersihan tubuhnya yang meliputi kebersihan kulit, gigi, dan mulut, rambut hidung, telinga, kaki, dan kuku seta peralatan genitalia, salah satu perawatan alat genitalia dapat dilakukan pada remaja putri saat menstruasi (Andarmoyo, 2012).

Menstruasi biasanya dimulai pada usia 11-14 tahun. Menstruasi adalah pelepasan dinding rahim (endometrium), Yang disertai dengan pendarahan dan terjadi setiap bulannya (Mansur, 2009). Meskipun sedang menstruasi, tentunya seorang wanita harus tetap bersih dan sehat, untuk menghindari pembusukan dan berkembangnya jamur yang bisa menimbulkan keputihan dan sebagainya (Najmi, 2011). Dampak yang terjadi apabila perilaku personal *Hygiene* tersebut tidak dilakukan antara lain remaja putri tidak akan bisa memenuhi kebersihan alat reproduksinya, penampilan dan kesehatan sewaktu menstruasi juga tidak terjaga, sehingga dapat terkena infeksi saluran kemih, keputihan, kanker serviks dan kesehatan reproduksi lainnya (Nugroho, 2013).

Berdasarkan data dari badan kesehatan Dunia (WHO), kanker serviks merupakan kanker nomor dua terbanyak pada

perempuan berusia 15–45 tahun setelah kanker payudara, tidak kurang dari 500.000 kasus baru dengan kematian 280.000 penderita terjadi setiap tahun diseluruh dunia (Pribakti, 2010).

Indonesia berada pada peringkat pertama untuk kasus wanita penderita kanker mulut rahim (serviks) sedunia, sedangkan data dari Yayasan Kanker Indonesia, bahwa penyakit penyakit kanker leher rahim (serviks) mengakibatkan korban meninggal dunia sedikitnya 555 wanita perharinya dan 200.000 wanita pertahunnya (Pribakti, 2010).

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 (Riskesdas, 2015).

Di Provinsi Riau berdasarkan data Badan Statistik jumlah penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin tahun 2014 didapatkan kelompok umur usia produktif 15-64 tahun masih mendominasi persentase dengan jumlah terbanyak di kelompok 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.

Menurut beberapa penelitian menyebutkan bahwa kanker ini disebabkan oleh virus Human Papilloma Virus (HPV)

yang muncul, antara lain karena perilakusering berganti-ganti pasangan seks dan perilaku yang tidak higienis pada saat menstruasi (Pribakti, 2010).

Hal-hal tersebut diatas memiliki pengaruh yang besar terhadap bagaimana remaja putri menyikapi proses mentruasinya dan bagaimana mereka berperilaku sehat pada penanganan kebersihan alat kelaminnya saat menstruasi. *Hygiene* saat menstruasi merupakan keseluruhan perilaku dalam menjaga kebersihan saat menstruasi. Informasi mengenai *Hygiene* mentruasi sangat penting karena jika tidak diterapkan akan berdampak negatif, yaitu akan menimbulkan infeksi pada alat reproduksi, kanker leher rahim, keputihan dan jika tidak segera ditangani akan menyebabkan kemandulan, sehingga menurunkan kualitas hidup individu yang bersangkutan (Kumalasari, 2012).

Berdasarkan hasil Penelitian Dahlia (2014), menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan, sikap, budaya yang mempercayai bahwa saat menstruasi dilarang keramas. Sejalan dengan Penelitian Gustina (2014), 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. Penelitian Wahyuni (2014), menunjukkan adanya hubungan antara peran tenaga kesehatan dengan perilaku siswi terhadap kebersihan alat genitalia saat menstruasi.

Penelitian Irtawati (2015), menunjukkan bahwa dari sumber informasi yang diketahuioleh responden tentang hygiene saat menstruasi sebanyak 82,9% responden mendapatkan informasi dari keluarga dan sebanyak 7,6% responden sumber informasi yang di dapatkan dari guru, dan menyimpulkan bahwa peran guru juga penting terhadap kesehatan anak apalagi anak usia sekolah, begitu juga terkait personal *hygiene* pada siswanya karena guru adalah orang tua kedua saat mereka berada disekolah.

Seperti halnya sekolah, peranan pasentren sebagai sebuah lembaga pendidikan yang sangat intensif membahas masalah agama Islam yang berguna bagi masyarakat luas, sudah semestinya membahas seksualitas melalui pendidikan kesehatan reproduksi. Akan tetapi realitasnya, bahasan kesehatan reproduksi masih tergolong tema yang sangat jarang dan sensitif di kalangan pasentren serta kurang mendapat porsi yang memadai dalam program pendidikan pasentren. Masalah kesehatan reproduksi remaja khususnya mengenai menstruasi sangat penting untuk diinformasikan kepada remaja putri di pasentren. Mengingat bahwa pola kehidupan dipesantren yang mewajibkan santrinya untuk tinggal di pondok selama masa pendidikan dan segala aktifitas sehari-hari dilakukan di areal pasentren tidak terkecuali saat mengahdapi menstruasi. Tinggal dalam sebuah pondokkan (rumah) yang biasanya terdiri dari enam atau tujuh santri sesama umur didalamnya dengan sarana yang terkadang kurang memadai dapat membuat suatu pola perilaku tertentu terkait dengan kesehatan khususnya saat mereka mengalami menstruasi.

Menurut data Kementrian Agama Kota Pekanbaru, Pondok Pesantren yang ada di Kota Pekanbaru sebanyak 10 pesantren yang terdaftar khusus di kota Pekanbaru, salah satunya pondok pasentren itu adalah Pondok Pesantren Dar EL Hikmah. Pondok pesantren Dar EL Hikmah memiliki 5 tingkatan pendidikan yaitu TK, SD, MTs, MA, SMK. Pondok Pesantren Dar EL Hikmah Kota Pekanbaru berdasarkan indeks potensi tatanan sekolah yang sehat, belum termasuk sekolah yang memenuhi syarat kesehatan lingkungan yang sehat. Tempat penelitian yang akan dilakukan di Sekolah MTs Darul Hikmah.

Hasil survey awal yang dilakukan di Pondok Pesantren Dar EL Hikmah Pekanbaru dari 15 santriwati yang telah menstruasi, 10 diantara mereka tidak mengetahui tentang personal *hygiene* saat menstruasi seperti penggunaan pembalut, celana dalam, kebersihan alat genitalia, dan memotong bulu pubis. Santri wati tersebut

hanya mengganti pembalutnya dua kali dalam sehari yaitu setelah mandi pagi dan mandi sore. Padahal penggantian pembalut 3-4 jam sekali merupakan hal yang paling penting dilakukan demi kenyamanan, mencegah bau dan infeksi. Santriwati juga tidak mengetahui setelah buang air besar atau buang air kecil membersihkan alat genitalia ke arah mana, yaitu: dari depan ke belakang atau dari belakang ke depan, dan harus mengganti pembalut atau tidak. Saat ditanya tentang memotong bulu pubis, santriwati tidak mengetahui untuk apa memotong bulu pubis, padahal disanalah tempat bakteri berkembang biak dan didalam islam memotong bulu pubis diwajibkan setiap 40 hari.

Sebagian dari santriwati yang di wawancarai, mereka masih mempercayai mitos yang terkait dengan menstruasi yang tidak boleh keramas saat menstruasi karena akan membuat lingkaran mata menjadi hitam, tidak boleh potong kuku saat menstruasi, tidak boleh potong rambut saat menstruasi, saat menstruasi sebaiknya minum-minuman yang bergas agar darah cepat habis.

Informasi dari petugas klinik Pondok Pesantren Dar EL Hikmah Pekanbaru disana jarang dilakukan penyuluhan oleh puskesmas yang terdekat disana yaitu: Puskesmas Simpang Baru dikarenakan jadwal santri disana yang padat waktu belajarnya dan penyuluhan dilakukan apabila adanya kejadian penyakit di Pondok Pesantren Dar EL Hikmah Pekanbaru.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perilaku personal *hygiene* saat menstruasipada santriwati di MTs Pondok Pesantren Dar EL Hikmah Kota Pekanbaru tahun 2016.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian *analitik kuantitatif*. Dengan desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional* (potong lintang). Lokasi penelitian ini

dilaksanakan di MTs Darul Hikmah Pekanbaru dan penelitian dilaksanakan bulan April-Mei tahun 2016.

Populasi dalam penelitian personal *Hygiene* saat menstruasi adalah semua santriwati MTs Darul Hikmah pekanbaru kelas VII, dan VIII, dengan jumlah populasi 305 orang. Sampel adalah sebagian populasi santriwati MTs Darul Hikmah Pekanbaru dengan jumlah populasi 305 orang. Besar sampel dalam penelitian ini dapat dihitung dengan menggunakan rumus Lemeshow dalam Hidayat (2007). Pada penelitian ini pengambilan sampel dilakukan secara *propability sampling* melalui *stratified random sampling* dimana populasi bersifat heterogen dibagi-bagi dalam lapisan-lapisan/strata (Hidayat, 2007). Dan dari setiap strata atau tingkatan dilakukan untuk menghomogenkan populasi, sehingga elemen dalam strata dibuat sehomogen mungkin sedangkan variasi antar strata dibuat seheterogen mungkin.

## HASIL

Berdasarkan tabel 1 dibawah dapat dilihat bahwa dari 148 responden penelitian santriwati dengan perilaku personal *hygiene* saat menstruasi yang tidak baik sebanyak 117 (79,1%), santriwati dengan pengetahuan rendah tentang personal *hygiene* saat menstruasi sebanyak 87 responden (58,8%), santriwati dengan sikap negatif terhadap perilaku *personal hygiene* sebanyak 107 (72,3%), santriwati dengan sumber informasi yang tidak ada sebanyak 96 (64,9%), santriwati yang menyatakan tenaga kesehatan tidak berperan dalam memberi informasi tentang *personal hygiene* sebanyak 90 (60,8%), santriwati yang menyatakan guru tidak berperan dalam memberikan informasi seputar *personal hygiene* sebanyak 88 (59,5%), dan santriwati yang percaya pada mitos-mitos budaya seputar menstruasi sebanyak 88 (59,5%)

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan, Sikap, Sumber Informasi, Peran Tenaga Kesehatan, Peran Guru dan Budaya Terhadap Perilaku Personal *Hygiene* Saat Menstruasi

No	Variabel	Hasil Ukur	Jumlah	Total	Persentase
1	Perilaku Personal <i>Hygiene</i> Saat Menstruasi	TidakBaik	117	148	79.1
		Baik	31		20.9
2	Pengetahuan	Rendah	87	148	58.8
		Tinggi	61		41.2
3	Sikap	Negatif	107	148	72.3
		Positif	41		27.7
4	Sumber Informasi	TidakAda	96	148	64.9
		Ada	52		35.1
5	Peran Tenaga Kesehatan	TidakBerperan	90	148	60.8
		Berperan	58		39.2
6	Peran Guru	TidakBerperan	88	148	59.5
		Berperan	60		40.5
7	Budaya	Percaya	88	148	59.5
		Tidak Percaya	60		40.5

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan ( $P_{\text{value}}=0,002$  dengan  $\text{POR}=4,043$ ), sikap ( $P_{\text{value}}=0,000$  dengan  $\text{POR}=5,659$ ), sumber informasi ( $P_{\text{value}}=0,000$  dengan  $\text{POR}=5,826$ ), peran

tenaga kesehatan ( $P_{\text{value}}=0,001$  dengan  $\text{POR}=4,451$ ), peran guru ( $P_{\text{value}}=0,001$  dengan  $\text{POR}=4,200$ ), budaya ( $P_{\text{value}}=0,002$  dengan  $\text{POR}=3,893$ ) dengan personal *hygiene* saat menstruasi.

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Dengan Perilaku Personal *Hygiene* Saat Menstruasi Pada Santriwati MTs Pondok Pesantren Dar El-Hikmah Kota Pekanbaru

Pengetahuan	Perilaku Personal <i>Hygiene</i> Saat Menstruasi					P value	POR/ CI 95%	
	Tidak Baik		Baik		Total			
	n	%	n	%	n			%
Rendah	77	88,5	10	11,5	87	100,0	0,002	4.043/ (1.738- 9.405)
Tinggi	21	34,4	40	65,6	61	100,0		
<b>Jumlah</b>	98	66,2	50	33,7	148	100,0		
<b>Sikap</b>								
Negatif	94	87,9	13	12,1	107	100,0	0,000	5.659/ (2.427- 13.195)
Positif	18	43,9	23	56,1	41	100,0		
<b>Jumlah</b>	112	75,6	36	24,3	148	100,0		
<b>Sumber Informasi</b>								
TidakAda	86	89,6	10	10,4	96	100,0	0,000	5.826/ (2.471- 13.736)
Ada	21	40,4	31	59,6	52	100,0		
<b>Jumlah</b>	107	72,2	41	27,7	148	100,0		

Peran tenaga Kesehatan								
TidakBerperan	80	88.9	10	11.1	90	100,0	0.001	4.541/
Berperan	21	36.2	37	63.8	58	100,0		(1.945-
<b>Jumlah</b>	101	68.2	47	31.7	148	100,0		10. 601)
Peran guru								
TidakBerperan	78	88.6	10	11.4	88	100,0	0.001	4.200/
Berperan	21	35	39	65	60	100,0		(1.803-
<b>Jumlah</b>	99	66.8	49	33.1	148	100,0		9.782)
Budaya								
Percaya	76	88.4	10	11.6	86	100,0	0.002	3.893/
TidakPercaya	21	33.9	41	66.1	62	100,0		(1.675-
<b>Jumlah</b>	97	65.5	51	34.4	148	100,0		9.048)

## PEMBAHASAN

### Pengetahuan

Perilaku personal *hygiene* saat menstruasi sangat dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki oleh santriwati. Responden yang berpengetahuan rendah berarti ia tidak mampu mengetahui, mengerti dan memahami arti, manfaat, dan tujuan dari perilaku personal *hygiene* saat menstruasi. Dengan adanya pengetahuan yang tinggi maka santriwati akan lebih termotivasi untuk perilaku kebersihan diri terutama pada saat menstruasi. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan. Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari pengetahuan akan lebih baik daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Kurangnya pengetahuan responden tentang *hygiene* menstruasi dapat disebabkan karena kurangnya informasi yang didapatkan remaja, kendala dalam mitos sosial budaya, lingkungan yang kurang tersedia akses terhadap informasi, usia dan pengalaman. Remaja kelas VII MTs belum memiliki pengalaman yang banyak tentang perilaku personal *hygiene* akibatnya mereka tidak melakukan personal *hygiene* dengan sempurna.

### Sikap

Baik buruknya perilaku personal *hygiene* santriwati saat menstruasi dipengaruhi oleh sikap, bila santriwati bersikap positif terhadap suatu informasi seperti menjaga kebersihan daerah kewanitaan saat menstruasi maka ia akan bertindak ke arah yang lebih baik yaitu mendorong dirinya untuk melakukan hal-hal yang sejalan dengan kebersihan pribadi (personal *hygiene*).

Bekerjanya fungsi sikap dalam ini ditentukan oleh pengetahuan, pikiran, keyakinan, dan emosi. Suatu contoh misalnya, seseorang remaja putri telah mendengar bahaya dari penyakit kanker serviks (penyubarannya, akibatnya, pencegahannya dan sebagainya) yang diakibatkan oleh kurangnya menjaga kebersihan daerah kewanitaan. Pengetahuan ini mendorong santriwati untuk berpikir dan berusaha supaya tidak terkena penyakit kanker serviks. Dalam proses penentuan sikap tersebut komponen emosi dan keyakinan ikut bekerja sehingga santriwati tersebut berniat mencari informasi bagaimana mencegah penyakit kanker serviks. Remaja putri ini mempunyai sikap tertentu terhadap objek yang berupa penyakit kanker serviks.

### Sumber Informasi

Penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2007) yang menyatakan bahwa dalam perkembangan sekarang, termasuk dalam bidang kesehatan. Kesehatan masyarakat juga sangat memperhatikan perihal informasi sebagai aspek yang sangat penting dalam perubahan perilaku kesehatan, yaitu dengan adanya komunikasi kesehatan masyarakat.

Pemahaman tentang sesuatu yang positif dan negatif akan mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang dan ini tergantung pada ketersediaan informasi yang akurat. Ketersediaan informasi lebih awal dan dari berbagai sumber yang terpercaya dapat mempengaruhi perilaku anak remaja terhadap *hygiene* menstruasi lebih baik. Dalam hal ini guru mempunyai peranan penting sebagai sumber informasi sehingga harus memberikan informasi yang sejelas-jelasnya mengenai suatu pengetahuan, begitu juga dengan pendidikan kesehatan reproduksi.

Minimnya sumber informasi yang diperoleh responden dapat menimbulkan kurangnya informasi santriwati dalam melakukan personal *hygiene* saat menstruasi. Hal tersebut sangat disayangkan mengingat informasi merupakan salah satu hal yang dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran santriwati akan pentingnya perilaku personal *hygiene*.

### Peran Tenaga Kesehatan

Peran tenaga kesehatan yaitu sebagai pendidik kesehatan. Salah satu fungsi tenaga kesehatan adalah memberikan informasi/pendidikan tentang kesehatan. Sebagai pendidikan kesehatan, tenaga kesehatan bertugas untuk bersedia dan mampu mengubah perilaku masyarakat. Apalagi remaja pada saat sekarang ini kurang memperhatikannya sendiri khususnya remaja putri pada saat menstruasi.

Pondok Pesantren selakulembaga pendidikan kurang melakukan kerjasama dengan institusi/dinas kesehatan guna mendapatkan tenaga kesehatan dalam kegiatan penyuluhan atau sosialisasi tentang

kesehatan, belum/tidak adanya kerjasama membuat tenaga kesehatan tidak punya kesempatan untuk memberikan penyuluhan tentang personal *hygiene* saat menstruasi pada santriwati di pondok pesantren.

Karena kurangnya kerjasama, informasi yang di dapat santriwati tidak akurat atau sulit dipercaya, sehingga beberapa dari santriwati sering melakukan kesalahan dalam perilaku personal *hygiene* saat menstruasi, hal ini karena santriwati mendapat informasi dari figur yang tidak memiliki otoritas keilmuan tentang kesehatan.

### Peran Guru

Guru mempunyai peranan penting sebagai sumber informasi sehingga harus memberikan informasi yang sejelas-jelasnya mengenai suatu pengetahuan, begitu juga dengan pendidikan kesehatan reproduksi.

Oleh karena itu peran guru merupakan faktor pendukung untuk terjadinya perubahan perilaku kesehatan. Kurangnya informasi tentang personal *hygiene* saat menstruasi dan masih banyaknya informasi yang salah akan mempersulit santriwati dalam mendapatkan dan meningkatkan perilaku sehat. Optimalisasi peran guru dalam hal ini dalam memberikan informasi yang baik dan benar tentang perilaku personal *hygiene* saat menstruasi akan meningkatkan kualitas perilaku personal *hygiene* santriwati di Pondok pesantren Dar El-Hikmah Kota Pekanbaru

### Budaya

Perbedaan dalam mitos-mitos budayamembuat beberapa komunitas masyarakat juga berbeda dalam personal *hygiene* saat menstruasi. Kebersihan diri merupakan langkah awal mewujudkan kesehatan diri. Tubuh yang bersih meminimalkan resiko seseorang terhadap kemungkinan terjangkitnya suatu penyakit, terutama penyakit yang berhubungan dengan kebersihan diri yang buruk.

Kepercayaan pada hal-hal tertentu sangat dipengaruhi oleh kebiasaan suatu masyarakat tertentu yang kemudian disebut sebagai

kebudayaan suatu komunitas masyarakat yang unik dan tipikal. Intervensi budaya dalam hal ini tentu saja tidak selalu benar secara ilmiah sehingga kemudian disebut sebagai mitos dalam budaya, termasuk dalam hal perilaku *hygienemenstruasi*, banyak mitos-mitos yang berkembang di masyarakat terkait hal ini. Semakin seseorang percaya dengan mitos-mitos seputar menstruasi tersebut sangat mungkin seseorang jauh dari perilaku *personal hygiene* yang sehat tentang menstruasi.

Beberapa wilayah di Indonesia pada umumnya terdapat budaya tertentu sehubungan dengan datangnya haid pertama kali pada remaja putri salah satunya tidak diperbolehkan melakukan keramas pada saat haid dikarenakan akan menimbulkan anemia. Hal tersebut merupakan mitos yang beredar di lingkungan masyarakat. Mitos tersebut tidak benar karena wanita yang mengalami menstruasi wajib menjaga kebersihan dirinya. Wanita yang sedang mengalami menstruasi wajib menjaga kebersihan rambut karena pada saat menstruasi kulit kepala lebih berminyak dan berkering sehingga akan memudahkan timbulnya ketombe dan mikroorganisme lainnya.

## KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di MTs Pondok Pesantren Dar EL Hikmah Kota Pekanbaru tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada santriwati MTs Pondok Pesantren Dar EL Hikmah Kota Pekanbaru. Ada hubungan antara pengetahuan, sikap, peran tenaga kesehatan, peran guru, sumber informasi, dan budaya dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada santriwati di MTs Pondok Pesantren Dar EL Hikmah Kota Pekanbaru Tahun 2016

## SARAN

Mengembangkan program UKS yang ada di pondok pesantren Dar EL Hikmah misalnya meningkatkan program UKS salah satunya memberi informasi tentang *personal hygiene* dan bagaimana manfaat *personal*

*hygiene* bagi santri. Lebih meningkatkan lagi kesadaran tentang pola hidup sehat dengan cara memperoleh (mengakses) informasi tentang bagaimana cara menjalankan pola hidup sehat yang berkualitas demi meningkatkan kesejahteraan masyarakat baik secara fisik maupun psikis, misalnya meningkatkan peran serta guru.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo, S. (2012). *Personal Hygiene*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Dahlia, Y. (2014). *Perilaku Remaja Putri tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 20 Pekanbaru*. Pekanbaru: Skripsi STIKes Hang Tuah Pekanbaru.
- Hidayat, A.A. (2007). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika.
- Kumalasari, I. (2012). *Kesehatan Reproduksi untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan*. Jakarta Selatan: Salemba Medika.
- Mansur, H. (2009). *Psikologi Ibu dan Anak untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Najmi, N.L. (2011). *Buku Pintar Menstruasi*. Jogjakarta: Buku Biru.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Kesehatan Masyarakat dan Ilmu seni*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, T. (2013). *Masalah Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Medical Book.
- Pribakti, (2010). *Tips dan Trik Merawat Organ Intim*. Jakarta: Sagung Seto.
- Rejeki S. (2015). *Sanitasi Hygiene dan K3*. Bandung: Rekayasa.
- Wahyuni, N.S. (2014). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Siswi*

*Terhadap Kebersihan Alat Genetalia  
Saat Menstruasi di SMAN 2 Tualang*

*Perawang. Pekanbaru: Skripsi STIKes  
Hang            Tuah            Pekanbaru.*