

PENGARUH EDUKASI PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI

Andi Basniati¹, Andi Sulastris²,

^{1,2}Stikes nani hasanuddin, (Prodi SI Kebidanan dan Profesi Bidan)

E-mail: andibasniati90@gmail.com

ABSTRAK

Personal Hygiene Education merupakan suatu kegiatan pemberian pendidikan kesehatan tentang upaya memelihara kesehatan diri terutama saat menstruasi. Edukasi berisi tentang personal hygiene organ reproduksi, memberikan pengetahuan tentang cara membersihkan organ reproduksi yang benar ketika menstruasi sehingga dapat menyikapi masa menstruasi dengan baik dan benar. Personal hygiene saat menstruasi yang buruk dapat disebabkan karena pengetahuan yang kurang tentang pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi.

Objective: Untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi personal hygiene saat menstruasi terhadap perubahan pengetahuan dan sikap remaja putri di SMPN 5 Mandai. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja putri terkait personal hygiene saat menstruasi

Metode: Peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode quasy eksperimen (pre-post test design) menggunakan quisioner. Analisis data dengan uji Homogeneity of variance, uji chi-square, mann-whitney dan uji Wilcoxon.

Hasil: Hasil menunjukkan bahwa edukasi terkait personal hygiene berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan <0.001 (<0.05) dan sikap 0.011 (<0.05) personal hygiene remaja putri di SMPN 5 mandai Kab Maros sebagai kelompok intervensi.

Kesimpulan: ada pengaruh edukasi terhadap perubahan pengetahuan dan sikap personal hygiene remajaputri.

Kata kunci: Edukasi, personal hygiene, remaja, menstruasi

ABSTRAC

Personal Hygiene Education is an activity of providing health education about efforts to maintain personal health, especially during menstruation. The education contains personal hygiene of the reproductive organs, providing knowledge about how to properly clean the reproductive organs during menstruation so that they can respond properly and correctly to the menstrual period. Poor personal hygiene during menstruation can be caused by a lack of knowledge about the importance of maintaining the cleanliness of the reproductive organs during menstruation.

Objective: To determine the effect of providing personal hygiene education during menstruation on changes in knowledge and attitudes of young women at SMPN 5 Mandai. This study aims to increase the knowledge and attitudes of young women regarding personal hygiene during menstruation

Methods: Researchers used a type of quantitative research with a quasy experimental method (pre-post test design) using a quisioner. Data analysis with Homogeneity of variance test, chi-square test, Mann-Whitney test and Wilcoxon test.

Results: The results showed that education related to personal hygiene had an effect on changes in knowledge <0.001 (<0.05) and attitudes of 0.011 (<0.05) personal hygiene of young women at SMPN 5 Mandai, Maros regency as the intervention group.

Conclusion: there is an effect of education on changes in knowledge and attitudes of personal hygiene of female adolescents.

Keywords: Education, personal hygiene, youth, menstruation

PENDAHULUAN

Fase remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang meliputi seluruh perkembangan di dalamnya. Berbagai perubahan terjadi mulai dari perubahan fisiologis, perubahan psikologis, hingga perubahan sosial. Salah satu perubahan yang terjadi pada fase remaja putri adalah menstruasi. Menstruasi yang dialami hampir setiap perempuan, rata-rata berlangsung dalam jangka waktu 3-5 hari setiap bulannya yang disebabkan oleh meluruhnya dinding rahim serta ovum bila tidak terjadi kehamilan yang akan keluar melalui serviks dan vagina. (Proverawati & Misaroh, 2017). Secara global faktanya banyak wanita dan anak perempuan kesulitan dalam mengelola menstruasi mereka. Kegagalan wanita dan perempuan untuk mengatasi kebutuhan terkait kebersihan saat menstruasi memiliki konsekuensi kebersihan, kesehatan, kesejahteraan yang luas, dan akhirnya dapat mempengaruhi kemajuan pencapaian Sustainable Development Goal (SDG) untuk kesetaraan gender. (World Health statistics, 2018).

Personal Hygiene Education merupakan suatu kegiatan pemberian pendidikan kesehatan tentang upaya memelihara kesehatan diri terutama saat menstruasi. Edukasi berisi tentang personal hygiene organ reproduksi, memberikan

pengetahuan tentang cara membersihkan organ reproduksi yang benar ketika menstruasi sehingga dapat berperilaku Hidup Bersih dan Sehat. Personal hygiene saat menstruasi yang buruk dapat disebabkan karena pengetahuan yang kurang tentang pentingnya menjaga kesehatan organ reproduksi saat menstruasi (Nuryaningsih and Rosyati Heri, 2020)

Menstruasi adalah keluarnya darah dari dalam uterus, yang di akibatkan oleh terlepasnya lapisan dinding rahim disertai pelepasan endometrium dan terjadi setiap bulan. Remaja putri rentan terkena infeksi organ reproduksi hal ini terjadi karena kurangnya perilaku dalam merawat kebersihan diri terutama saat mengalami menstruasi. Angka insiden penyakit infeksi yang terjadi pada saluran reproduksi remaja (10 sampai 18 tahun) yaitu 35% sampai 42%. Penyebab dari infeksi saluran reproduksi salah satunya adalah perilaku personal hygiene yang tidak benar. Perilaku tersebut meliputi; mengganti pembalut kurang dari empat kali sehari, bahan pembalut yang digunakan tidak tepat, sering menggunakan antiseptic, tidak mengganti celana dalam kurang dari dua kali sehari, dan caracebok yang salah sesudah BAK/ BAB.

Menstruasi merupakan indikator kematangan seksual pada remaja putri dan merupakan hal yang unik bagi wanita,

dimana perdarahan vagina secara teratur dan berkala yang merupakan tanda-tanda penting pubertas. Menstruasi dihubungkan dengan beberapa kesalahan pemahaman praktik kebersihan diri selama menstruasi yang dapat merugikan kesehatan bagi remaja. (Proverawati & Misaroh, 2014). Kebersihan menstruasi menjadi kebutuhan perawatan kesehatan khusus wanita (Sa'adah dkk, 2017). Intervensi kesehatan dan kebersihan menstruasi dapat menjadi masukan untuk program pendidikan kesehatan reproduksi (UNICEF, 2017).

Perilaku remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi dalam komponen kognitif berkriteria baik adalah 47 persen, komponen afektif berkriteria baik sebanyak 26 persen, dan komponen konatif berkategori kurang sejumlah 27 persen, sehingga perempuan di Indonesia lebih rentan mengalami ISR, berdasarkan data statistik di Indonesia tahun 2012 dari 43,3 juta jiwa remaja putri di Indonesia yang berusia 10-14 tahun berperilaku hygiene yang buruk (Rohidah & Nurmaliza, 2019). Prevalensi ISK di Indonesia karena hygiene yang buruk masih tinggi, jumlah penderita ISK sekitar 180.000 kasus baru per tahunnya (Depkes RI, 2014).

Menjaga kesehatan dan kebersihan terkait menstruasi kadang terabaikan. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya informasi yang diperoleh. Faktor lain penyebab

buruknya higienitas saat menstruasi adalah kurangnya fasilitas yang memadai di lingkungan sekitar. Misalnya kurangnya akses sanitasi. (UNICEF et al., 2017)

Persentase remaja putri di Asia Selatan yang mengalami dampak negative dari infeksi alat reproduksi saat menstruasi sekitar 97,5% serta di Indonesia sekitar 1% dari semua remaja putri yang menstruasi membawa masalah bakteri staphylococcus aureus dalam vagina mereka. Personal hygiene saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada daerah kewanitaan pada saat menstruasi (Wulandari, 2013). Bila saat menstruasi tidak menjaga higienitas yang baik akan berisiko mengalami infeksi alat reproduksi.

Pada masa menstruasi terjadi perubahan – perubahan psikologis pada remaja diantaranya adalah cemas terhadap menstruasi, mudah tersinggung atau marah, perubahan pola makan, serta malas melakukan aktivitas. Keadaan tersebut cenderung menimbulkan masalah kesehatan secara umum. Salah satu diantara masalah kesehatan itu adalah ketika remaja yang sedang mengalami menstruasi malas dalam memenuhi kebutuhan kebersihan dirinya sendiri (personal hygiene) seperti mandi, menjaga kebersihan kulit kepala dan rambut serta seluruh tubuh, kuku kaki dan tangan, serta kebersihan genitalia. (Mubarak, 2008).

Pemahaman dan pengetahuan remaja akan kebersihan personal hygiene menjadi bekal untuk remaja berperan dan berperilaku serta bertanggung jawab, namun kenyataannya tidak semua remaja telah mendapatkan informasi yang benar dan cukup tentang kebersihan personal hygiene. Kebersihan reproduksi adalah komponen hygiene perorangan sebagai peran penting dalam menentukan status kesehatan seseorang khususnya terhindar dari infeksi pada alat reproduksi, sehingga penting bagi perempuan untuk menjaga kebersihan organ genitalia secara benar dan ekstra terutama

METODE

Peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode quasi eksperimen (pre-post test design). Pada rancangan penelitian ini tidak ada kelompok kontrol atau pembanding, tapi pada kunjungan awal sudah dilakukan observasi pertama (pre test) yang memungkinkan peneliti untuk menguji perubahan yang terjadi setelah dilakukannya penelitian eksperimen. Bentuk rancangan ini adalah sebagai berikut:

Populasi penelitian ini adalah siswa putri kelas 1 yang masih tercatat sebagai siswi SMPN 5 mandai. Sampel pada penelitian ini merupakan siswi kelas 1 SMPN 5 mandai yang sudah mengalami menstruasi berjumlah 62 responden. Teknik

pada bagian vagina saat menstruasi. Berdasarkan hasil uraian tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang bagaimana pengaruh pendidikan kesehatan tentang kebersihan personal hygiene genitalia eksternal pada saat menstruasi terhadap pengetahuan dan perilaku remaja.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi personal hygiene saat menstruasi terhadap perubahan pengetahuan dan sikap remaja putri di smpn 5 mandai.

sampling yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling . analisis data dengan uji Homogeneity of variance, uji chi square, mann-whitney dan uji Wilcoxon. Instrumen yang digunakan adalah dengan mengumpulkan data dalam penelitian berupa lembar kuisioner pre test dan post test yang terdiri atas pertanyaan yang akan diisi oleh responden. Bagian dalam kuisioner terdiri atas pendahuluan dan pertanyaan. Pendahuluan dalam kuisioner merupakan pengantar yang berisi penjelasan tujuan penelitian dan informed consent. Alat yang dibutuhkan dalam penelitian ini antara lain: Alat tulis seperti bolpoint, SAP pendidikan kesehatan tentang Personal Hygiene, Media audiovisual yaitu LCD,

laptop, Lembar kuisioner.

HASIL

Penelitian ini telah dilaksanakan di SMPN 5 mandai dengan jumlah sampel sebanyak 62 responden. Pengambilan data bertujuan untuk mengetahui pengaruh

pemberian edukasi personal hygiene saat menstruasi terhadap perubahan pengetahuan dan sikap remaja putri di SMPN 5 Mandai.

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden.

Sebanyak 31 responden yang diberikan edukasi personal hygiene saat menstruasi (kelompok intervensi) dan 31 responden tidak diberikan edukasi (kelompok control).

Karakteristik	Kelompok kontrol f(%)	Kelompok intervensi f (%)	<i>p-value</i>
Umur			
11 tahun	1 (50)	1 (50)	
12 tahun	29 (52.7)	26 (47.3)	0.024
13 tahun	1 (20.0)	4 (80.0)	
Usia menarache			
10 tahun	12 (75.0)	4 (25.0)	
11 tahun	9 (31.0)	20 (69.0)	0.005
12 tahun	10 (58.8)	7 (41.2)	

Sumber: Uji analisis

Tabel diatas menunjukkan bahwa distribusi dan karakteristik sampel kelompok kontrol dan kelompok intervensi cenderung tidak sama atau heterogon baik karakteristik usia,

usia menarache maupun lama menstruasi dimana $p\text{-value} (<0.05)$.

Tabel 2. Distribusi variable penelitian dan perbedaan pengetahuan dan sikap pre-post test pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi

Variabel	Kelompok Kontrol f(%)	Kelompok Intervensi f(%)	<i>p-value</i>
Pengetahuan Pre			
Baik	9 (23.1)	30 (76.9)	0.000
Cukup	16 (94.1)	1 (5.9)	
Kurang	6 (100)	0 (0.0)	
Mean Rank	17.53	45.47	0.000
Pengetahuan Post	20 (39.2)	31 (100)	0.000

Baik	9 (100)	0 (0.0)	
Cukup	2 (100)	0 (0.0)	
Kurang			
Mean Rank	16.95	46.05	0.000
Sikap Pre			
Baik	11 (100)	30 (73.2)	
Cukup	19 (95.0)	1 (5)	
Kurang	1 (100)	0 (0.0)	0.000
Mean Rank	19.81	44.84	0.000
Sikap Post			
Baik	10 (24.4)	31 (100)	
Cukup	20 (100)	0 (0.0)	
Kurang	1 (100)	0 (0.0)	0.000
Mean Rank	19.5	43.5	0.000

Sumber: Uji analisis

Table diatas menunjukkan bahwa pengetahuan pre-test pada kedua kelompok memiliki varians data yang berbeda, dimana pada kelompok kontrol dominan berpengetahuan cukup 16 (94.1%) dengan mean rank (17.53), sedangkan pada kelompok intervensi dominan berpengetahuan baik 30 (76.9%) dengan mean rank (45.47). Setelah diberikan perlakuan dan dilakukan post-test, pengetahuan pada kelompok kontrol cenderung baik 20 responden (39.2%) dengan mean rank (16.95) dan pada kelompok intervensi setelah diberikan edukasi terkait personal hygiene saat menstruasi sebanyak 31 responden (100%) mean rank (46.05) dengan p-value 0.000 (<0.05).

Sikap pre-test responden pada kedua

kelompok memiliki varians data yang berbeda, dimana sikap kelompok kontrol cenderung cukup 19 responden (39.2%) mean rank (19.81), sedangkan pada kelompok intervensi cenderung memiliki sikap yang baik yaitu sebanyak 30 responden (73.2%) mean rank (44.84). Setelah diberikan perlakuan kedua kelompok tetap memiliki varians data yang berbeda, dimana kelompok kontrol cenderung memiliki sikap cukup yaitu 20 responden (95.0%) mean rank (16.95) dan pada kelompok intervensi cenderung memiliki sikap yang baik yaitu sebanyak 31 responden (75.6%) mean rank (46.05) dengan p-value 0.000 (<0.05).

Tabel 3. Perbedaan pengetahuan dan sikap pre-post test kelompok kontrol dan kelompok intervensi

Variabel		Kelompok	
		Kontrol	Intervensi
Pengetahuan PRE test & Pengetahuan Post test	<i>p-value*</i>	0.000	0.000
	Menurun	3	0
	Meningkat	21	25
	Menetap	7	6
Sikap PRE test & Sikap POST test	<i>p-value*</i>	0.021	0.000
	Menurun	3	2
	Meningkat	17	25
	Menetap	11	4

Hasil uji statistik pengetahuan pre-test dan post-test menunjukkan pada kelompok kontrol mengalami peningkatan sebanyak 21 responden dengan p-value 0.000 lebih kecil dari (<0.05), pada kelompok intervensi terdapat peningkatan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan yaitu 25 responden dengan p-value <0.001 lebih kecil dari ($p<0.05$). ditunjang oleh distribusi data yang

memperlihatkan peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah test baik kelompok kontrol maupun pada kelompok intervensi.

Hasil uji statistik sikap pre-post test menunjukkan peningkatan pada kelompok kontrol 17 responden dengan p-value 0.021 lebih kecil dari ($p<0.05$) dan kelompok intervensi 25 responden dengan p-value 0.000 lebih kecil dari ($p<0.05$).

PEMBAHASAN

Didalam penelitian ini memiliki 2 kelompok yakni kelompok kontrol dan kelompok intervensi yang masing-masing terdiri dari 31 sampel. Selanjutnya dilakukan pre-post test.

- A. Analisis pengaruh edukasi personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri terhadap perubahan pengetahuan dan sikap remaja putri pre-post test.

Tabel 2 menunjukkan pemberian edukasi berpengaruh terhadap perubahan pengetahuan dengan nilai p-value 0.000 lebih kecil dari (<0.05) dimana terdapat peningkatan sebelum dan sesudah diberikan intervensi, dimana pada pre-test responden berpengetahuan baik sebanyak 30 responden (76.9%) mean rank 45.47 dan pada post-test meningkat jadi 31 responden (100%) mean rank 46.05 dengan p-value 0.000. yang berarti menunjukkan ada pengaruh pemberian edukasi terhadap perubahan pengetahuan remaja putri setelah diberikan intervensi.

Pada kategori sikap menunjukkan ada pengaruh sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan nilai p-value 0.000 lebih kecil dari (<0.05) dimana pada

pre-test responden cenderung memiliki sikap baik yaitu 30 responden (73.2%) mean rank 44.84 dan pada post-test sebanyak 31 responden (100%) mean rank 46.05 dengan p-value 0.000 (<0.05) yang berarti menunjukkan ada pengaruh pemberian edukasi terhadap perubahan sikap remaja putri setelah diberikan intervensi.

- B. Analisis perbedaan pengetahuan dan sikap personal hygiene pre-post test pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi

Tabel 3 menunjukkan hasil uji pengetahuan pre-test dan post-test menunjukkan pada kelompok kontrol mengalami peningkatan sebanyak 21 responden dengan p-value 0.000 lebih kecil dari (<0.05), pada kelompok intervensi terdapat peningkatan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan yaitu 28 responden dengan p-value 0.000 lebih kecil dari ($p<0.05$). ditunjang oleh distribusi data yang memperlihatkan peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah test baik kelompok kontrol maupun pada kelompok intervensi.

Hasil uji statistik sikap pre-post test menunjukkan peningkatan pada kelompok kontrol 17 responden dengan p-value 0.021 lebih kecil dari ($p<0.05$) dan kelompok intervensi 25 responden dengan

p-value 0.001 lebih kecil dari ($p < 0.05$).

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sampel didominasi usia 13 tahun sebanyak 26 responden (34,2%), usia menarce menunjukkan bahwa sampel didominasi dengan usia menarce 12 tahun sebanyak 45 responden (59,2%).

1. Hasil penelitian tingkat pengetahuan Personal Hygiene pada saat menstruasi di SMPN 5 Mandai sebelum diberikan edukasi terkait personal hygiene saat menstruasi responden dengan pengetahuan buruk sebanyak 43 responden (56,6%).
2. Hasil penelitian menunjukkan perubahan pengetahuan Personal Hygiene pada saat menstruasi di SMPN 5 Mandai setelah diberikan edukasi terkait pentingnya personal hygiene saat menunjukkan responden didominasi dengan pengetahuan baik sebanyak 71 responden (93,4%).
3. Hasil penelitian analisis pengaruh pemberian edukasi terkait pentingnya personal hygiene saat menstruasi terhadap perubahan pengetahuan Personal Hygiene pada saat menstruasi di SMPN 5 Mandai menunjukkan nilai p value ($0,000 < 0,05$ H₀: ditolak: artinya terdapat pengaruh edukasi personal hygiene saat menstruasi terhadap perubahan pengetahuan Personal Hygiene pada saat menstruasi di SMPN 5 Mandai.

DAFTAR RUJUKAN

Proverawati, A., & Misaroh, S. Menarce menstruasi pertama penuh makna. In Yogyakarta: Nuha Medika. 2017.

<https://doi.org/10.1002/chem.201403489>.

World Health statistics. Status of the

health-related SDGs. World Health Statistics. 2018.

Nuryaningsih and Rosyati Heri. Hubungan Sumber Informasi dengan pengetahuan personal hygiene saat menstruasi', Jurnal Penelitian Universitas Muhammadiyah Jakarta. 2020. 25(ISSN 0853-6007), pp. 63–71

Verawaty, SN dan Liswidyawati, R.

Merawat dan Menjaga Kesehatan Seksual Wanita. PT Grafindo Media Pratama. Bandung. 2012.

Proverawati, A., & Misaroh, S. Menarce menstruasi pertama penuh makna. In Yogyakarta: Nuha Medika. 2017. <https://doi.org/10.1002/chem.201403489>

Santra, S. Assessment of knowledge

regarding menstruation and practices related to maintenance of menstrual hygiene among the women of reproductive age group in a slum of Kolkata, West Bengal, India. International Journal Of Community Medicine And Public Health. 2017. 4(3), 708. <https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20170744>

UNICEF, Simanjuntak, M., Manurung, S., Riana, L., Payung, H., Aprilia, E. N., Akademi, D., Notokusumo, K., Pengetahuan, T., Menunjang, M. D., Siswi, K., Menghadapi, S. D., MINTARSIH1, W., PATIMAH, S., Hanissa, J., Nasution, A., Arsyati, A. M., Yuniarti, F. A., Purwanta, P., ... Ii, B. A. B. Manajemen Kebersihan Menstruasi Di Sekolah. 2017. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2021>.

Shofy Rohidah dan Nurmaliza.

Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMA Negeri 3 Pekanbaru Tahun 2018. Vol 3. No.1, Januari 2019. Jomis (Journal Of Midwifery Science).

Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita.

Jakarta: Salemba Medika. Depkes, Hipertensi Penyakit Paling Banyak Didap Masyarakat, Departemen Kesehatan RI, Jakarta. 2019.

UNICEF. Menstrual Health and

Hygiene. 93. 2019.

Wulandari, O. Hubungan Peran Orang

Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dengan Perilaku Hygiene Menstruasi Pada Siswi Kelas VII SMP Negeri 3 Pajangan Bantul Yogyakarta. Skripsi tidak diterbitkan. Yogyakarta: Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. 2013.

Mubarak, Wahit & Chayatin. Buku

Ajar Kebutuhan Dasar Manusia Teori. 2008.