

## PERILAKU REMAJA PUTRI DENGAN PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI DI SMA ETIDLANDIA MEDAN TAHUN 2018

Putri Diah Pemiliana<sup>1</sup>, Winda Agustina<sup>2</sup>, Desna Verayanti<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Dosen D4 Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

<sup>2</sup>Dosen D4 Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

<sup>3</sup>Mahasiswi D4 Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia  
putri2304diah@gmail.com

Doi : <https://doi.org/10.30787/gaster.v17i1.341>

Received: January 2019 | Revised: February 2019 | Accepted: February 2019

### ABSTRAK

*Personal hygiene adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk memelihara kesehatan, baik fisik maupun psikisnya. Berdasarkan survei awal peneliti yang dilakukan pada bulan Juli di SMA Etislandia dengan jumlah siswi 45 orang, melalui wawancara kepada 7 orang siswi 4 orang siswi mengatakan bahwa mereka mengalami rasa gatal pada daerah kewanitaannya mereka ketika 3 orang siswi diantaranya mengalami keputihan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan perilaku remaja putri dengan personal hygiene pada remaja putri Di SMA Etislandia Medan Tahun 2018. Metode penelitian yang digunakan analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi pada penelitian ini sebanyak 45 siswi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini teknik total populasi (total population) dengan jumlah sampel sebanyak 45 responden. data menggunakan uji univariat dan bivariat Chi Square pada tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha=0,05$ ). Hasil uji statistik dengan Chi Square, diperoleh hasil pengetahuan(0,033), sikap (0,49), dan tindakan (0,032) dengan Personal hygiene saat menstruasi di SMA Etislandia Medan Tahun 2018. Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini ada hubungan antara pengetahuan, sikap dan tindakan remaja putri dengan personal hygiene saat menstruasi di SMA Etislandia Medan tahun 2018. Diharapkan agar para guru dapat memberi motivasi kepada remaja putri untuk menerapkan dan menjaga personal hygiene dalam kehidupan sehari-hari.*

**Kata kunci:** Pengetahuan; sikap tindakan; personal hygiene.

### ABSTRACT

*Personal hygiene is an action to maintain the cleanliness and health of a person to maintain health, both physical and psychological. Based on the researchers' initial survey conducted in July at SMA Etislandia with a total of 45 students, through interviews with 7 female students, 4 students said that they experienced an itchy feeling in their female area when 3 female students*

*experienced vaginal discharge. The purpose of this study was to determine the relationship of teenage girls' behavior with personal hygiene during menstruation at SMA Etislandia Medan in 2018. The research method used is analytical survey with cross sectional approach. The populations in this study were 45 students. The sampling in this study used the total population techniques with a total sample of 45 respondents. The data analysis using univariate and bivariate Chi Square tests at 95% confidence level ( $\alpha = 0.05$ ). The results of statistical tests with Chi Square, obtained the results of knowledge (0.033), attitude (0.49), and action (0.032) with personal hygiene during menstruation at SMA Etislandia Medan in 2018. The conclusion that can be drawn from this study is the relationship between knowledge, attitudes and actions of teenage girls with menstrual personal hygiene at SMA Etislandia Medan in 2018. It is expected that teachers can motivate teenage girls to apply and maintain personal hygiene in their daily lives.*

**Keywords:** *Knowledge; attitude action; personal hygiene.*

## PENDAHULUAN

Dalam kehidupan sehari-hari kebersihan sangat penting dan harus diperhatikan karena kebersihan akan mempengaruhi kesehatan dan psikis seseorang. Kebersihan itu sendiri sangat dipengaruhi oleh nilai individu dan kebiasaan. Jika seseorang sakit biasanya masalah kebersihan kurang diperhatikan, hal ini terjadi karena kita menganggap masalah kebersihan adalah hal yang biasa, padahal jika hal tersebut dibiarkan terus dapat mempengaruhi kesehatan secara umum. (Yuni, 2015).

Menurut WHO (*World Health Organization*) tahun 2016 memperkirakan 15 dari 20 remaja putri pernah mengalami keputihan setiap tahunnya. Infeksi tersebut disebabkan karena kurangnya kebersihan diri, terutama *vulva hygiene* saat menstruasi (Agra, 2016).

Studi tentang kebersihan menstruasi pada perempuan dan remaja putri di Mesir ditemukan bahwa antara perempuan yang pernah menikah 15,3% menggunakan pembalut sekali pakai 42,1% menggunakan kapas, dan 39,4% menggunakan pembalut 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. (Ramaiah, 2016)

Perilaku kesehatan mengenai perilaku *personal hygiene* sangat penting dilakukan karena jika tidak diterapkan dengan benar maka akan menimbulkan infeksi saluran

reproduksi, infeksi jamur, dan bakteri. (SMA, ACEH, AYU, & ACEH, n.d.)

*Personal hygiene* memegang peranan penting, *personal hygiene* saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada organ kewanitaan saat menstruasi, indikator dalam *personal hygiene* saat menstruasi. Keluhan yang ditimbulkan akibat ketidak tahuan *personal hygiene* adalah penyakit *pruritus vulva* yaitu penyakit yang ditandai dengan adanya sensasi gatal parah dari alat kelamin. (Diana, 2015)

Menstruasi merupakan indikator kematangan seksual pada remaja putri. Menstruasi dihubungkan dengan beberapa kesalahan paham praktik kebersihan diri selama menstruasi yang dapat merugikan kesehatan bagi remaja. (Proverawati & Misaroh, 2014) *Hygiene* pada saat Menstruasi merupakan komponen *personal hygiene* (kebersihan perorangan) yang memegang peranan penting dalam status perilaku kesehatan seseorang termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi. (Laila, 2016)

Perilaku yang kurang dari perawatan *hygiene* pada saat menstruasi adalah malas mengganti pembalut. (Nirwana, 2014). Salah satu penyebabnya adalah bakteri yang

berkembang pada pembalut, perawatan diri yang baik saat menstruasi seperti penggunaan pembalut yang tepat adalah Pembalut tidak boleh dipakai lebih dari enam jam atau harus diganti sesering mungkin bila sudah penuh oleh darah menstruasi. (Haryono, 2016). *Personal hygiene* yang buruk terutama area genetalia juga menjadi faktor predisposisi terjadinya kanker serviks. (Atika, 2013)

Pengetahuan juga mempengaruhi dalam melakukan *personal hygiene*, siswi yang memiliki pengetahuan yang kurang baik terhadap *personal hygiene*, memungkinkan siswi tersebut tidak berperilaku *hygiene* pada saat menstruasi yang dapat membahayakan reproduksinya sendiri, salah satu dampak yang ditimbulkan apabila *personal hygiene* yang kurang diantaranya timbulnya infeksi vagina yang disebabkan oleh kebersihan. (Rahman & Astuti, 2014)

Salah satu pencegahan yang penting adalah membersihkan daerah kewanitaan dengan benar yaitu dari arah depan ke belakang lalu ke arah anus. Yang harus diperhatikan yaitu arahnya tidak boleh sebaliknya, atau dari anus ke *vulva*, atau bolak-balik dari anus ke *vulva*, lalu tidak dianjurkan menggunakan sabun kimiawi. Hindari suasana vagina yang lembab

berkepanjangan, dianjurkan mencukur bulu yang ada pada area vagina bilasudah panjang, hindari pemakaian celana dalam yang terbuat dari bahan katun atau bahan yang meresap keringat.(Yusiana & Saputri, 2016)

Berdasarkan survei awal peneliti yang dilakukan pada bulan Juli 2018 di SMA Etislandia Jl. Gaperta Ujung Gg. Berkat Medan dengan jumlah siswi 45 orang, 19 orang dikelas X 17 orang dikelas XI dan 9 orang dikelas XII, Peneliti melakukan wawancara kepada 7 orang siswi 4 orang siswi mengatakan bahwa mereka mengalami rasa gatal pada daerah kewanitaan mereka ketika 3 orang siswi diantaranya mengalami keputihan.

Dari latar belakang inilah peneliti merasa perlu melakukan penelitian tentang “Hubungan Perilaku Remaja Putri dengan *Personal Hygiene* saat Menstruasi di SMA Etislandia Jl. Gaperta Ujung Gg. Berkat Medan tahun 2018.

Tujuan penelitian Untuk mengetahui Hubungan Perilaku Remaja Putri Dengan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Di SMA Etidlandia Medan Tahun 2018.

**BAHAN DAN METODE**

Penelitian ini menggunakan survei analitik dengan pendekatan *cross sectional* di SMA

Etislandia Medan yang beralamat di Jl. Gaperta Ujung Gg. Berkat Kota Medan Sumatera Utara, danPenelitian dilakukan pada bulan Juli-September 2018.

Pada penelitian ini terdapat seluruh remaja putri di SMA Etislandia sebanyak 45 orang. Proses pengumpulan data menggunakan data primer data sekunder, dan data tersier. Analisis data menggunakan analisis univariat (distribusi frekuensi), bivariat (*Chi-Square*).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden pada Siswa di SMA Etislandia Medan Tahun 2018.

Variabel	F	%
Pengetahuan		
Baik	6	13,3
Cukup	18	40,0
Kurang	21	46,7
Sikap		
Positif	22	48,9
Negatif	23	51,1
Tindakan		
Tidak Dilakukan	27	60,0
Dilakukan	18	40,0
Personal Hygiene		
Tidak Dilakukan	25	55,6
Dilakukan	20	44,4

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Analisis Univariat.** Hasil tabel 1. menunjukkan bahwa responden yang berpengetahuan cukup sebanyak 18 orang (40,0%), sedangkan responden berpengetahuan kurang sebanyak

21 orang (46,7%) dan berpengetahuan baik sebanyak 6 orang (13,3%), dari 45 responden, responden memiliki sikap positif sebanyak 22 orang (48,9%). Sedangkan responden yang memiliki sikap negatif sebanyak 23 orang (51,1%), dari 45 responden tidak melakukan tindakan personal hygiene sebanyak 27 orang (60,0%). Sedangkan responden melakukan tindakan personal hygiene sebanyak 18 orang (40,0%), dan responden responden tidak melakukan personal hygiene sebanyak 25 orang (55,6%). Sedangkan responden melakukan personal hygiene sebanyak 20 orang (44,4%).

Tabel 2. Tabulasi Silang Hubungan Pengetahuan, sikap, dan tindakan dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMA Etislandia Medan Tahun 2018.

Variabel	Personal Hygiene Saat Menstruasi				Total F	%	p (Sig)
	Tidak di lakukan		Dilakukan				
	F	%	F	%			
Pengetahuan							
Kurang	16	35,6	5	11,1	19	46,7	0,033
Cukup	7	15,6	4	24,4	18	40,0	
Baik	2	55,6		44,4	6	13,3	
Sikap							
Negatif	9	20,0	14	31,1	23	51,1	0,049
Positif	16	35,6	6	13,3	22	48,9	
Tindakan							
Tidak dilakukan	19	42,2	8	17,8	27	60	0,032
Dilakukan	6	13,3	12	26,7	18	40	

**Analisis Bivariat.** Hasil tabel 2 menunjukkan bahwa dari 45 responden, 19 yang memiliki kategori pengetahuan baik, 18 orang yang memiliki kategori pengetahuan cukup, dan 6 orang yang memiliki kategori pengetahuan kurang. 19 responden yang berpengetahuan kurang terdapat 16 orang (35,6%) yang *personal hygiene* saat menstruasi tidak dilakukan dan terdapat 5 orang (11,1%) yang *personal hygiene* saat menstruasi dilakukan. Responden yang berpengetahuan cukup sebanyak 18 orang (40,0%) terdapat 7 orang (15,6%) yang *personal hygiene* saat menstruasi tidak dilakukan dan 11 orang (24,4%) yang *personal hygiene* saat menstruasi dilakukan. Responden yang berpengetahuan baik sebanyak 6 orang (13,3%) yang *personal hygiene* saat menstruasi tidak dilakukan dan terdapat 2 orang (55,6%) dan 4 orang (44,4%) yang *personal hygiene* saat menstruasi dilakukan. Hasil uji *chi-square* diperoleh nilai  $p < 0,05$  ( $p = 0,033$ ) artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan *personal hygiene* saat menstruasi, dari 45 responden, 23 orang (51,1%) responden yang bersikap negatif dan 22 orang (48,9%) responden yang bersikap positif. Dari 23 orang (51,1%) responden yang bersikap negatif terdapat 9 orang (20,0%)

yang *personal hygiene* saat menstruasi tidak dilakukan dan terdapat 14 orang (31,1%) yang *personal hygiene* saat menstruasi dilakukan. Responden yang bersikap positif sebanyak 22 orang terdapat 16 orang (35,6%) yang *personal hygiene* saat menstruasi tidak dilakukan dan terdapat 6 orang (13,3%) yang *personal hygiene* saat menstruasi dilakukan. Hasil uji *chi-square* diperoleh nilai  $p > 0,05$  ( $p = 0,049$ ) artinya tidak ada hubungan antara sikap dengan *personal hygiene* saat menstruasi, dan dari 45 responden, 27 (60%), responden yang tidak melakukan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi dan 18 (40%) responden yang melakukan *personal hygiene* saat menstruasi. Dari 27 (60%) responden yang tidak melakukan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi sebanyak 19 (42,2%) responden yang melakukan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi sebanyak 8 responden (17,8%). Dari 18 responden 6 (13,3%) responden yang tidak melakukan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi dan 12 responden yang melakukan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi. Hasil uji *chi-square* diperoleh nilai  $p > 0,05$  ( $p = 0,032$ ) artinya tidak ada hubungan antara tindakan dengan *personal hygiene* saat menstruasi.

**Pengetahuan Responden tentang *Personal Hygiene*.** Hasil penelitian menunjukkan bahwa menunjukkan bahwa responden berpengetahuan cukup sebanyak 18 orang (39,1%), sedangkan responden berpengetahuan kurang sebanyak 21 orang (45,7%) dan berpengetahuan baik sebanyak 6 orang (13,0%).

Menurut penelitian Putri tentang Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku *Personal Hygiene* pada Saat Menstruasi di SMP Patriot tahun 2016 didapatkan hasil bahwa dari 102 responden yang mempunyai perilaku baik terhadap *personal hygiene* pada saat menstruasi berjumlah 30 orang siswi (29,4%), dan responden yang mempunyai perilaku kurang baik terhadap *personal hygiene* pada saat menstruasi berjumlah 72 orang siswi (70,6%). Sedangkan dari 102 responden yang mengetahui tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi berjumlah 47 orang siswi (46,1%), dan responden yang tidak mengetahui tentang *personal hygiene* pada saat menstruasiberjumlah 55 orang siswi (53,9%) dengan hasil uji statistik diperoleh  $P = 0,046$  dalam hal ini  $p < 0,05$  maka dapat disimpulkan ada hubungan antara pengetahuan terhadap perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMP patriot. (Putri & Setianingsih, 2016)

Pengetahuan didefinisikan sebagai penganalan terhadap kenyataan, kebenaran, prinsip dan keindahan terhadap suatu objek. Pengetahuan merupakan hasil stimulasi informasi yang diperhatikan, dipahami dan diingat. Informasi dapat berasal dari berbagai bentuk termasuk pendidikan formal maupun non formal, percakapan, membaca, mendengar radio, menonton televisi dan dari pengalaman hidup lainnya. (Hadi & Gallagher, 2014).

Pada penelitian ini usia responden berkisar antara 13-15 tahun dimana usia itu termasuk kategori masa remaja tengah. Dengan bertambahnya umur seseorang akan terjadi perubahan pada aspek fisik dan psikologis. (Devi, 2013).

Semakin bertambah umur seseorang maka akan semakin bijaksana sehingga menambah pengetahuannya. Dengan begitu remaja akan semakin tahu tentang pengetahuan *personal hygiene*. Namun demikian perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, tetapi merupakan sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif suatu perilaku yang terkait dengan keadaan menstruasi (Wahyuni & Endang, 2014).

Menurut asumsi peneliti pengetahuan responden cukup disebabkan karena responden kurang membaca buku tentang *personal hygiene*, kurang mendapatkan informasi tentang *personal hygiene* maupun penyuluhan dari tenaga kesehatan. Hal ini sejalan dengan teori bahwa Penyuluhan kesehatan pada hakikatnya adalah suatu kegiatan atau usaha menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu. Dengan kata lain, adanya penyuluhan tersebut diharapkan dapat membawa akibat terhadap perubahan pengetahuan.

**Sikap Responden tentang *Personal Hygiene*.** Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki sikap negatif sebanyak 23 orang (50,0%). Sedangkan responden yang memiliki sikap positif sebanyak 22 orang (47,8). Sikap adalah perasaan, pikiran, dan kecenderungan seseorang yang kurang lebih bersifat permanen mengenai aspek-aspek tertentu dalam lingkungannya. Sikap merupakan kecondongan evaluative terhadap suatu stimulus atau objek yang berdampak pada bagaimana seseorang berhadapan dengan objek tersebut. Ini berarti sikap menunjukkan

kesetujuan atau ketidak setujuan, suka atau tidak suka seseorang terhadap sesuatu.

Menurut penelitian Putri tentang Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku *Personal Hygiene* pada Saat Menstruasi di SMP Patriot tahun 2016 didapatkan hasil bahwa dari 102 responden yang mempunyai perilaku baik terhadap *personal hygiene* pada saat menstruasi berjumlah 30 orang siswi (29,4%), dan responden yang mempunyai perilaku kurang baik terhadap *personal hygiene* pada saat menstruasi berjumlah 72 orang siswi (70.6%). Sedangkan dari 102 responden yang mengetahui tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi berjumlah 47 orang siswi (46,1%), dan responden yang tidak mengetahui tentang *personal hygiene* pada saat menstruasiberjumlah 55 orang siswi (53.9%) dengan hasil uji statistik diperoleh  $P=0,046$  dalam hal ini  $p < 0,05$  maka dapat disimpulkan ada hubungan antara pengetahuan terhadap perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMP patriot. (Putri & Setianingsih, 2016).

Menurut asumsi peneliti, pada umumnya remaja sudah mengetahui secara umum tentang pentingnya *personal hygiene*. Hanya saja remaja putri tidak tahu atau tidak melakukan *personal hygiene* secara preventif seperti

Membersihkan alat kelamin/ kemaluan dengan air bersih dari arah depan ke belakang, mengganti pembalut yang baik adalah ketika terdapat gumpalan darah pada permukaan pembalut.

**Tindakan Responden tentang *Personal Hygiene*.** Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden tidak melakukan tindakan *personal hygiene* sebanyak 27 orang (60,0%). Sedangkan responden melakukan tindakan *personal hygiene* sebanyak 18 orang (40,0%). Pada umumnya, perilaku dapat ditinjau secara sosial yaitu pengaruh hubungan antara organisme dengan lingkungannya terhadap perilaku intrapsikis yang mana proses-proses dan dinamika mental/psikologis yang mendasari perilaku serta biologis yang merupakan proses-proses dan dinamika yang syaraf-faali (neural-fisiologis) yang ada di balik suatu perilaku. Ketiga tinjauan ini sama pentingnya dan mendapat perhatian yang sama besarnya.

Hasil yang diperoleh peneliti sejalan dengan penelitian Noviyanti Yasnani, dkk tentang Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Dengan *Personal Hygiene* Menstruasi pada Remaja Putri Di SMP Negeri Satap Bukit Asri Kabupaten Buton Tahun 2016

yang menunjukkan sangat banyak responden dengan tindakan kurang dengan personal hygiene menstruasi sebanyak 27 responden (39,4%). Hal ini karena dipengaruhi persepsi bagaimana para siswi SMP Satap Bukit Asri Kabupaten Buton dalam memilih tindakan yang benar seperti pemilihan pembalut ataupun pemilihan cairan pembersih organ kewanitaan. Setelah persepsi itu ada maka respon yang benarpun terjadi secara otomatis jika selalu dilakukan secara berulang-ulang akan menjadi kebiasaan yang benar atau sehat. (Novianti, Erawan, & Yasnani, 2017).

Menurut penelitian Putri tentang Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku *Personal Hygiene* pada Saat Menstruasi di SMP Patriot tahun 2016 didapatkan hasil bahwa dari 102 responden yang mempunyai perilaku baik terhadap *personal hygiene* pada saat menstruasi berjumlah 30 orang siswi (29,4%), dan responden yang mempunyai perilaku kurang baik terhadap personal hygiene pada saat menstruasi berjumlah 72 orang siswi (70.6%). Sedangkan dari 102 responden yang mengetahui tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi berjumlah 47 orang siswi (46,1%), dan responden yang tidak mengetahui tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi

berjumlah 55 orang siswi (53.9%) dengan hasil uji statistik diperoleh  $P=0,046$  dalam hal ini  $p < 0,05$  maka dapat disimpulkan ada hubungan antara pengetahuan terhadap perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMP patriot. (Putri & Setianingsih, 2016).

Menurut asumsi peneliti responden tidak melakukan tindakan *personal hygiene* disebabkan oleh persepsi responden dalam memilih tindakan yang benar dan lingkungan. Lingkungan yang tidak mendukung dapat menghambat siswi dalam melakukan *personal hygiene* seperti kurangnya sarana dan pra sarana yang dibutuhkan remaja dalam melakukan *personal hygiene*.

**Hubungan Pengetahuan dengan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi.** Setelah dilakukan tabulasi silang (*crosstab*) antara kedua variabel dari penghitungan uji statistik *Chi square* didapatkan nilai  $p < 0,05$  ( $p = 0,033$ ) artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan *personal hygiene* saat menstruasi.

Menurut Notoadmodjo, 2012 Pengetahuan adalah hasil dari tahu ini menjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra, yakni indra penglihatan, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar

pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Dari pengalamandan penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih jelas dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. (Notoatmodjo P. D., 2012).

Pengetahuan *personal hygiene* yang kurang akan dapat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam kehidupan seseorang. Bila pengetahuan baik maka akan mempengaruhi sikap dan perilaku yang baik pula dan sebaliknya. Jika pengetahuan *personal hygiene* kurang maka dampak yang akan terjadi selalu diabaikan. Namun demikian perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, tetapi merupakan sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif suatu perilaku yang terkait dengan keadaan menstruasi. (Laila, 2017)

Pengetahuan mengenai organ reproduksi yang rendah dapat menjadi salah satu pemicu berbagai keluhan dan permasalahan yang berkaitan dengan kesehatan kesehatan reproduksi, khususnya dikalangan kaum wanita. Hal ini dilatar belakangi oleh peristiwa

menstruasi yang merupakan darah kotor, dan keputihan sehingga jika kurang dijaga kebersihannya akan berpotensi terhadap timbulnya infeksi pada organ reproduksi. (Noerainin, 2016).

Sejalan dengan penelitian Noviyanti Yasnani, dkk tentang Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Dengan *Personal Hygiene* Menstruasi pada Remaja Putri Di SMP Negeri Satap Bukit Asri Kabupaten Buton Tahun 2016 yang menunjukkan masih ada responden yang berpengetahuan kurang sebanyak 13 responden (39,4%) hal ini karena dipengaruhi pemahaman yang masih salah sehingga kemampuan untuk diperaktekkan berada pada kondisi yang tidak benar dan pengalaman orang sekitar dimana melaksanakan *personal hygiene* menstruasi masih kurang atau tidak benar seperti mencuci organ kewanitaan dengan cairan pembersih vagina, tidak sering mengganti pembalut, cara membasuh organ genitalian eksternal dari belakang kedepan dan sebagainya, sehingga pengetahuan para siswi kurang lengkap dan hanya ada pada kategori kurang saja. (Novianti Yasnani, 2016).

Menurut asumsi peneliti pengetahuan yang dimiliki seseorang mempengaruhi *personal hygiene*, dan semakin baik pengetahuan

seseorang maka *personal hygiene* semakin baik dan pengetahuan itu sendiri dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, sumber informasi dan pengalaman. Responden yang kurang pengetahuannya mengenai *personal hygiene* dan cara melakukan *personal hygiene* dengan benar saat menstruasi mempunyai resiko lebih tinggi terserang penyakit seperti keputihan dan iritasi vagina. Dengan meningkatnya pengetahuan responden tentang *personal hygiene* dapat mencegah penyakit seperti keputihan dan iritasi vagina. Kurangnya pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada sebagian remaja putri mengindikasikan bahwa selayaknya para remaja putri memperoleh informasi tentang menstruasi. Maka setelah pengisian kuesioner selesai penulis memberikan penyuluhan mengenai *personal hygiene* yang benar saat menstruasi agar semua siswi bisa mengetahui apa saja yang harus mereka lakukan disaat menstruasi karena dengan pengetahuan *personal hygiene* yang baik maka *personal hygiene* siswi dalam melakukan *personal hygiene*.

**Hubungan Sikap dengan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi.** Setelah dilakukan tabulasi silang (*crosstab*) antara kedua variabel

dari penghitungan uji statistik *Chi square* didapatkan nilai  $p < 0,05$  ( $p = 0,049$ ) artinya ada hubungan antara sikap dengan *personal hygiene* saat menstruasi.

Sejalan dengan penelitian Ajeng Setia Ningsih dan Nicky Antika Putri tentang Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi (2016) yang memperoleh hasil bahwa ada hubungan sikap tentang *Personal hygiene* menstruasi terhadap perilaku *personal hygiene* remaja putri pada saat menstruasi ( $p=0,000$ ).

Sikap merupakan reaksi atau repon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau obyek. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian antara reaksi terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial. (Gunarsa, 2013).

Sikap juga akan berpengaruh terhadap menstruasi yang sebelumnya dipengaruhi oleh Syndrome Pra menstruasi. Syndrome Pra menstruasi merupakan kondisi medis umum yang memengaruhi hubungan wanita, aktivitas sosial, produktivitas kerja, dan kualitas hidup. Berbagai gejala emosional yang paling umum dialami wanita saat pra-haid timbul suatu

kecemasan ketika menghadapi PMS. (Richa dan Wahyuni, 2010)

Pada umumnya remaja cukup mengetahui tentang *personal hygiene* saat menstruasi, namun kadang kala mereka kurang menyikapi upaya-upaya untuk mencegah terjadinya masalah kesehatan berhubungan dengan alat kelamin. Kondisi ini disebabkan karena kurang memperhatikan upaya untuk hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatan sehingga dibutuhkan untuk hidup sehat dan bersih. (Gustina & Djannah, 2015).

Menurut asumsi peneliti sikap yang masih bersifat negatif dengan *personal hygiene* dipengaruhi oleh penerimaan stimulus yang diberikan dan taggapannya masih acuh tak acuh sehingga untuk membahas tentang menstruasi dengan teman ataupun orang lain dan bahkan mengajak atau mempengaruhi orang lain merespon masih kurang, atau disebabkan karena sikap remaja putri yang baru beranjak dewasa masih sangat tertutup dan pemalu jika membicarakan tentang menstruasi. Wanita yang mengalami PMS tersebut kadar prolaktin dapat tinggi atau normal. Wanita yang mempunyai kadar prolaktin cukup tinggi dapat disembuhkan dengan menekan produksi

prolaktin (W. Wahyuni, 2014).

**Hubungan Tindakan dengan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi.** Setelah dilakukan tabulasi silang (*crosstab*) antara kedua variabel dari penghitungan uji statistik *chi-square* diperoleh nilai  $p < 0,05$  ( $p = 0,032$ ) artinya ada hubungan antara tindakan dengan *personal hygiene* saat menstruasi. Teori dan hasil penelitian terdahulu mendukung hasil penelitian ini bahwa tindakan yang baik kemungkinan besar akan mempengaruhi pandangan seseorang untuk berperilaku baik pula, sehingga dalam hal ini lebih meminimalkan kemungkinan terjadinya infeksi saluran reproduksi (ISR) ataupun penyakit reproduksi lainnya.

Psikologi memandang perilaku manusia sebagai reaksi yang dapat bersifat sederhana maupun kompleks, perilaku dapat diartikan sebagai suatu respon organisme atau seseorang terhadap rangsangan (stimulus) dari luar subyek yang dapat berberentuk respon internal yang tidak dapat dilihat seperti pengetahuan dan sikap serta respon eksternal yang dapat dilihat seperti tindakan. (Nirwana, 2014).

Penelitian selanjutnya menurut Rani Puspita Sari dan Kurnia Agustin tentang Hubungan Sikap Dengan Tindakan *Personal*

*Hygiene* Saat Menstruasi Pada Siswi Kelas VIII Di SMP N 1 Masaran mengatakan bahwa ada hubungan positif dan signifikan antara tindakan dengan *personal hygiene* saat menstruasi diperoleh nilai *p-value* 0,00 ( $p < 0,05$ ) (Sari & Agustin, 2018).

Menurut asumsi peneliti pada umumnya, remaja masih enggan dan malu untuk bertanya dan menggali informasi masalah reproduksi khususnya *Personal Hygiene* saat menstruasi. Selain itu adanya keengganan mereka untuk berkonsultasi ke tenaga kesehatan apabila mengalami gangguan dan masalah saat menstruasi, sehingga yang terjadi adalah munculnya reaksi dan respon yang negatif antara lain merasa malu, cemas, sedih, menarik diri dari pergaulan. Sebagian besar wanita masih tabu untuk membicarakan itu mengakibatkan minimnya pengetahuan tentang apa itu menstruasi dan bagaimana *Personal Hygiene* saat menstruasi.

Dengan pengetahuan yang positif, akan membuat remaja putri siap dalam menghadapi menstruasi. Indikator kesiapan remaja putri pada umumnya mereka mengetahui apa yang harus dilakukan dalam menghadapi menstruasi.

Oleh karena itu, pendidikan seputar menstruasi disarankan untuk diterapkan bagi anak remaja perempuan yang masih tabu mereka bicarakan kepada orang tua, misalnya bagaimana cara mengatasi keluarnya darah menstruasi yang dapat terjadi sewaktu-waktu bagaimana cara memakai dan mencuci pembalut, serta bagaimana cara *Personal Hygiene* saat menstruasi, maka dapat diharapkan individu berperilaku *Hygiene* ketika mengalaminya

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kesimpulan dari penelitian ini adalah Hubungan Perilaku Remaja Putri Dengan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Di SMA Etidlandia Medan Tahun 2018.

Diharapkan kepada kepala sekolah SMA Etidlandia Medan Tahun 2018 agar bekerja sama dengan pihak kesehatan dan dapat menyediakan lebih banyak referensi tentang kesehatan reproduksi remaja khususnya *personal hygiene* pada saat menstruasi, sehingga siswa lebih mengerti bagaimana menjaga kebersihan diri khususnya pada saat menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Agra, N. R. (2016). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Personal Hygiene saat Menstruasi pada Siswi SMA Negeri 1 Sungguminasa Tahun 2016. DISS, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Atika, P. (2013). Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna. *Yogyakarta: Nuha Media*. JOUR.
- Devi, N. (2013). *Gizi saat sindrom menstruasi*. BOOK, Bhuana Ilmu Populer.
- Diana, S. (2015). Model Asuhan Kebidanan Continuity of Care. *E-BOOK STIKES-POLTEKKES MAJAPAHIT*. JOUR.
- Gunarsa, S. D. (2013). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. BOOK, BPK Gunung Mulia.
- Gustina, E., & Djannah, S. N. (2015). Sumber informasi dan pengetahuan tentang menstrual hygiene pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat, 10(2)*, 147–152. JOUR.
- Hadi, P. H., & Gallagher, K. T. (2014). *Epistemologi, filsafat pengetahuan*. BOOK, Kanisius.
- Haryono, R. (2016). Siap Menghadapi Menstruasi dan Menopause. GEN, Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Laila, N. (2016). Buku Pintar Menstruasi: Solusi Mengatasi Segala Keluhannya. *Buku Biru: Jogjakarta*. JOUR.
- Muhammad, I. (2016). Panduan Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Bidang Kesehatan Menggunakan Metode Ilmiah Hal 92-98. GEN, Bandung: Citapustaka Media Perintis.
- Nirwana, A. B. (2014). Psikologi Kesehatan Wanita (Remaja, Menstruasi, Menikah, Hamil, Nifas, dan Menyusui). GEN, Yogyakarta: Nuha Medika.
- Novianti, N., Erawan, P. E., & Yasnani, Y. (2017). Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan dengan Personal Hygiene Menstruasi pada Rmaja Putri di SMP Negeri Satap Bukit Asri Kabupaten Buton Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat, 1(3)*. JOUR.
- Proverawati, A., & Misaroh, S. (2014). Menarche menstruasi pertama penuh makna. *Yogyakarta: Nuha Medika, 25–26*. JOUR.

- Putri, N. A., & Setianingsih, A. (2016). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 15–23. JOUR.
- Rahman, N., & Astuti, D. A. (2014). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi di SMP 5 Muhammadiyah Yogyakarta tahun 2014. DISS, STIKES'Aisyiyah Yogyakarta.
- Ramaiah, S. (2016). Mengatasi Gangguan Menstruasi. *Yogyakarta: Digiosa Media*. JOUR.
- Ricka dan Wahyuni* ( 2010) Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Sindroma Premenstruasi Pada Siswi Smp Negeri 4 Surakarta , *Jurnal gaster*Vol 7, No 2
- Sari, R. P., & Agustin, K. (2018). HUBUNGAN SIKAP DENGAN TINDAKAN PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA SISWI KELAS VIII DI SMP N 1 MASARAN. *Jurnal Ilmiah Maternal*, 2(3). JOUR.
- SMA, D. I., ACEH, B., AYU, M., & ACEH, D.-I. K. B. (n.d.). HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN PERILAKU KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA PUTRI. JOUR.
- W. Wahyuni (2014) Gambaran Sindroma Premenstruasi dari Gejala Emosional dan Fisik pada Siswi SMP Muhammadiyah 1 Surakarta, *Jurnal PROFESI (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, jilid 11, terbitan 01,hal 36-40, STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta
- Wahyuni, S., & Endang, S. (2014). Hubungan Personal Hygiene dengan Kejadian Keputihan Remaja Putri di SMA Dharma Wanita 4 Taman Sidoarjo. *Jurnal Keperawatan*, 4(3), 100–103. JOUR.
- Wahyuningsih, H. P., Sit, S., & Keb, M. (n.d.). Siti Tyastuti. S. Kep, Ns, S. St, M. Kes. JOUR.
- Yuni, E. N. (2015). Buku Saku Personal Hygiene. GEN, Yogyakarta: Nuha Medika.
- Yusiana, M. A., & Saputri, M. S. T. (2016). Perilaku Personal Hygiene Remaja Puteri Pada Saat Menstruasi. *Jurnal STIKES RS Baptis Kediri*, 9(1). JOUR.