

# HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PELAKSANAAN *PERSONAL HYGIENE* GENITALIA SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI KELAS IX SMP NEGERI 4 BUKITTINGGI

Wisnatul Izzati<sup>1</sup>, Reni Agustiani<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Dosen Program Studi D III Keperawatan STIKes YARSI SUMBAR Bukittinggi  
Bukittinggi, 26136, Indonesia

<sup>2</sup> Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan StIKes Yarsi SUMBAR Bukittinggi

## Abstrak

Masa remaja merupakan masa transisi yang ditandai adanya perubahan fisik, emosi dan psikis. Masa ini sangat rentan terhadap masalah kesehatan. Banyak faktor yang mempengaruhi kesehatan pada remaja putri, salah satunya adalah Hygiene menstruasi. Informasi mengenai hygiene menstruasi sangat penting diberikan kepada remaja putri supaya terhindar dari infeksi pada alat reproduksi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan pelaksanaan personal hygienen saat menstruasi pada remaja putri kelas VIII SMP Negeri 4 Bukittinggi 2014. Metode penelitian yang digunakan adalah *Survei Analitik* Subjek penelitian sebanyak 63 orang, diambil dengan menggunakan tehnik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan pengetahuan dengan pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi pada remaja putri kelas IX SMP Negeri 4 Bukittinggi 2014. Desain penelitian ini adalah *cross sectional study*. Populasi 180 orang dan sampel 63 orang. Data dianalisis secara *univariat* dan *bivariat* dengan uji *Chi Square*. Hasil penelitian menunjukkan kurang dari separoh (42,9%) siswi kelas VIII SMP Negeri 4 Bukittinggi yang memiliki pengetahuan kurang terhadap pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi, kurang dari separoh (46,0%) responden yang tidak baik dalam melakukan pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi. Hasil penelitian juga menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi siswi kelas IX SMP Negeri 4 Bukittinggi tahun 2014 ( $p=0,000$ ) Disarankan kepada pihak sekolah agar memberikan lebih banyak informasi tentang pengetahuan yang berhubungan dengan pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi. Siswi diharapkan mengikuti penyuluhan atau seminar tentang pelaksanaan personal hygiene genitalia.

**Kata Kunci :** Pengetahuan , Personal Higiene

## 1. Pendahuluan

Masa remaja adalah masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi serta psikis dimana usianya antara 10-19 tahun dan masa ini merupakan suatu periode pematangan organ reproduksi manusia, dan sering disebut sebagai masa pubertas (Widiastuti, Rahmawati dan Purnamaningrum, 2009). Masa remaja disebut juga masa *adolescence* (tumbuh menjadi dewasa). Masa remaja ditandai oleh masa pubertas yaitu waktu seorang perempuan mampu mengalami konsepsi yaitu menstruasi/haid pertama, dan adanya mimpi basah pada anak laki-laki. Pada masa tersebut remaja mengalami perkembangan seksual diantaranya, kematangan organ seksual mulai berfungsi, baik untuk reproduksi (menghasilkan keturunan) maupun rekreasi (mendapat kesenangan) (Moersintowati, 2002, p. 171).

Remaja putri yang sudah matang alat reproduksinya maupun hormon-hormon dalam tubuhnya akan mengalami menstruasi. Menstruasi atau haid merupakan perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium

(Proverawati, 2009) yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi. Usia pada saat dimulainya menstruasi pada na ada remaja adalah pada usia 12 atau 13 tahun. Sebagian perempuan mengalami haid lebih awal yaitu pada usia 8 tahun dan lebih lambat pada usia 18 tahun. Terjadinya menstruasi pada remaja tidaklah sama karena ada beberapa faktor yang mempengaruhi, salah satunya faktor social ekonomi, keturunan, dan juga faktor kesehatan dan gizi. (Andira,2010).

Prilaku yang kurang dalam merawat vulva hygiene saat menstruasi seperti malas mengganti pembalut dapat menyebabkan infeksi jamur dan bakteri ini terjadi saat menstruasi karena bakteri yang berkembang pada pembalut. Personal hygiene saat menstruasi dapat dilakukan dengan cara mengganti pembalut setiap 4 jam dalam sehari. Setelah mandi serta buang air, vagina dikeringkan dengan tissue atau handuk agar tidak lembab. Pemakaian celana dalam yang baik terbuat dari bahan yang mudah menyerap keringat (Solita, 2003).

Pengetahuan remaja putri tentang hygiene menstruasi cenderung belum adekuat, terlebih berhubungan

dengan genitalia. Penanganan kebersihan diri yang tidak benar dan tidak higienis juga dapat mengakibatkan tumbuhnya mikroorganisme secara berlebihan dan akhirnya mengganggu fungsi alat reproduksi (Ariyani,2009). Personal Hygiene adalah pengetahuan, sikap, dan tindakan proaktif untuk memelihara dan mencegah resiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit (Proverawati, 2009).

Kebersihan perorangan atau personal hygiene merupakan suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk menjaga kesejahteraan fisik dan psikis (Laily dan Sulisty, 2012). Salah satu dampak kurang dari menjaga personal hygiene adalah terjadinya keputihan.

Sebuah penelitian yang menunjukkan kecenderungan bahwa infeksi saluran kemih (ISK) ,Human Papiloma Virus (HPV) disebabkan karena kurangnya pengetahuan wanita dalam menjaga kebersihan terutama dan menjaga kebersihan kewanitaan pada saat menstruasi sehingga virus tersebut dapat berkembang biak dalam organ reproduksi wanita yang dalam kondisi lembab (proverawati,2009). Masalah fisik yang mungkin timbul dari kurangnya pengetahuan adalah kurangnya personal hygiene sehingga beresiko untuk terjadinya Infeksi Saluran Kemih (ISK) (Proverawati, 2009).

Menurut djuanda (2005) kurangnya menjaga personal hygiene saat menstruasi, karena pada saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terinfeksi, oleh karena itu kebersihan alat kelamin harus lebih dijaga karena kuman lebih mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan berbagai penyakit pada alat reproduksi. Pilihlah pembalut yang daya serapnya tinggi, sehingga tetap merasa nyaman saat menggunakannya. Untuk menjaga kebersihan dan kesehatan, idealnya penggunaan pembalut selama menstruasi harus diganti secara teratur 4 sampai 5 kali sehari atau setiap 4 jam sekali, apalagi jika sedang banyak-banyaknya. Setelah mandi atau buang air, vagina harus dikeringkan dengan tisu atau handuk agar tidak lembab. Selain itu pemakaian celana dalam hendaknya bahan yang terbuat dari yang mudah menyerap keringat (PKBI DIY, 2000).

**Tujuan Penelitian**

1. Diketuainya distribusi frekuensi pengetahuan tentang pelaksanaan *Personal Hygiene* Genitalia saat menstruasi pada remaja putri kelas IX SMP Negeri 4 Bukittinggi
2. Diketuainya distribusi frekuensi pelaksanaan *personal hygiene* Genitalia saat menstruasi oleh remaja putri kelas IX SMP Negeri 4 Bukittinggi.
3. Diketuainya hubungan pengetahuan dengan pelaksanaan *personal hygiene* Genitalia saat

menstruasi pada remaja putri kelas IX SMP Negeri 4 Bukittinggi 2014.

**2. Metodologi Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan adalah survei analitik yaitu penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi pengumpulan , dimana pengumpulan datadata yang digunakan adalah untuk variabel sebab, (independent variabel) maupun variabel akibat (dependent variabel) dilakukan dalam waktu bersamaan. Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri kelas IX sebanyak 180 orang. Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus *lemeshow* dimana didapatkan hasil jumlah sampel yang digunakan adalah sebanyak 63 orang.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan tehnik *proporsive sampling*, artinya pengambilan sampel secara acak kepada siswa dengan mencabut nomor undian dari masing-masing kelas. Data yang sudah terolah akan dianalisis dalam berbagai bentuk analisis, yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Pada analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* menunjukkan Taraf signhifikan ( $\alpha = 0,05$ ), maka data berdistribusi normal.

**3. Hasil dan Pembahasan**

**Pengetahuan pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi**

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Pelaksanaan Personal Hygiene Genitalia Saat Menstruasi Pada remaja Putri Kelas IX SMP Negeri 4 Bukittinggi**

NO	Pengetahuan pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi	F	%
1	Baik	36	57,1
2	Kurang	27	42,9
<b>Total</b>		<b>63</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 5.1 dapat dilihat bahwa kurang dari separo responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang pelaksanaan personal hygiene saat menstruasi yaitu sebanyak 27 orang ( 42,9%).

Penelitian ini didukung oleh penelitian Eva (2013) yang berjudul hubungan tingkat pengetahuan tentang personal hygiene dengan pencegahan keputihan, menunjukkan sebagian besar responden mempunyai pengetahuan yang baik tentang vulva hygiene saat menstruasi yaitu sebanyak 51 responden (81 %).

**Pelaksanaan personal hygiene saat menstruasi**

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pelaksanaan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas IX SMP Negeri 4 Bukittinggi**

NO	Pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi	F	%
1	Baik	34	54,0
2	Tidak Baik	29	46,0
	<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa kurang dari separoh responden pelaksanaan personal hygienen genitalia saat mensruasi tidak baik sebanyak 29 (46,0%). Dan lebih dari dari separo responden yang memiliki pelaksanaan baik seanyak 36 (57,1%).

Penelitian ini didukung oleh peneliti Hani Handayani (2011) yang berjudul hubungan pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja putri tentang kebersihan organ genitalia eksterna saat menstruasi , menyatakan bahwa responden yang memiliki pelaksanaan personal hygiene saat mentruasi yang baik sebanyak 39 orang (38,2), sedangkan responden yang tidak baik dalam pelaksanaan personal hygiene saat menstruasi sebanyak 19 orang (18,6). Ini berarti terdapatnya hubungan antara pengetahuan remaja putri dengan personal hygiene genitalia saat menstruasi.

**Hubungan pengetahuan dengan peaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi**

**Tabel 3 Hubungan Pengetahuan Dengan Pelaksanaan Personal Hygiene Genitalia Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas IX SMP Negeri 4 Bukittinggi 2014.**

Penge taha n	Pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi				Total	
	Baik		Tidak Baik			
	F	%	F	%	F	%
Baik	32	88,9	4	11,1	36	100
Kura ng	2	7,4	25	92,6	27	100

Berrdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 27 responden yang memiliki pengetahuan kurang 2 orang (7,4%) tidak baik dalam pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi, sedangkan responden yang memiliki pengetahuan baik terdapat 32 orang (88,9%) baik dalam pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi.

Berdasarkan uji statistik Chi Square diperoleh nilai  $p = 0.000$  ( $p \leq 0.05$ ) yang berarti  $H_a$  diterima sehingga hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan pengetahuan dengan pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi pada remaja putri kelas IX SMP Negeri 4 Bukittinggi tahun 2014.

Hal ini sesuai dengan teori menurut Pribakti (2008) bahwa salah satu dampak yang bisa terjadi bila tidak menjaga kebersihan tubuh diantaranya muncul bau khas dari daerah vagina, karena dinding vagina serta leher rahim mengeluarkan cairan. Apabila cairan ini berwarna putih atau kekuningan adalah sehat dan normal. *Leukorea* adalah cairan putih yang keluar dari liang senggama secara berlebihan. Biasanya para wanita maupun remaja putri mengalami keputihan pada saat menjelang haid dan sesudah haid.

**4. Kesimpulan dan Saran**

1. Kurang dari separoh responden memiliki pengetahuan yang kurang terhadap pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi yaitu sebesar 27 orang (42.9%).
2. Kurang dari separoh responden pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi tidak baik yaitu sebesar 29 orang (46,0%).
3. Terdapat hubungan antara pengetahuan dengan pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi dengan  $p = 0,000$ .

**Saran**

**Bagi Tempat Penelitian**

Peneliti menyarankan agar pihak sekolah dapat memberikan lebih banyak informasi untuk meningkatkan pengetahuan siswi tentang bagaimana pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi dan memanfaatkan fasilitas-fasilitas sekolah seperti PMR yang dapat diadakan  $\pm$  sekali seminggu, melaksanakan kegiatan penyuluhan baik individu atau kelompok, membaca buku bacaan tentang bagaimana cara pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi diperpustakaan, internet, mading, serta mendatangkan narasumber untuk berdiskusi tentang pelaksanaan personal hygiene genitalia saat menstruasi.

**Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor apa saja yang yang menyebabkan pelaksanaan personal hygiene genitalia saat enstruasi yang tidak baik.

**Bagi Institusi Pendidikan**

Diharapkan untuk lebih memberikan penjelasan atau penyuluhan kepada siswa tentang personal hygiene saat menstruasi disekolah, sehingga siswa dapat mengetahui tentang personal hygiene saat menstruasi.

## Daftar Pustaka

- Ali dan Asrori,(2009). <http://arnesvhe.blogspot.com/2012/04/definisi-remajatugas-remaja.html>. Di akses tanggal senin 2 maret 2014 jam 01.0
- Andira (2010). <http://digilib.ump.ac.id/files/disk1/20/jhptump-ump-gdl-windyaguss-975-1-babi.pdf>. di akses senin 19 mei 2014 jam 11.21
- Arikunto. (2006). hubungan pengetahuan kesehatan reproduksi remaja putri terhadap sikap menghadapi syndrom. *jurnal keperawatan* .
- Chayati dan Mubarak,(2008). *Kebutuhan Dasar Manusia*,Jakarta :ECG
- Lianawati,iis,(2012). Tingkat pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi pada siswa kelas X SMA Islam Terpadu Al-Masyur Pati tahun 2012. *jurnal keperawatan*.
- Notoatmodjo,(2007).<http://permairenda.blogspot.com/2013/03/vbehaviorurldefaultvml0.html>. Diakses tanggal senin 2 maret 2015 jam 20.46
- Nototmodjo,(2010). *Metodologi Penelitian*,Jakarta: Rineka Cipta
- Permatasari Mareta Wulan, Mulyono Budi, Istiana Siti (2012). hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang personal Hygiene dengan tindakan pencegahan keputihan di sma negeri 9 Semarang tahun 2012. *jurnal keperawatan*.
- Potter.Patricia.A,Perry.Anne.Griffin,(2002).*FundamentalKeperawatan*.Jakarta:EGC
- Riwidikdo,(2008) Tingkat pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi pada siswa kelas X SMA Islam Terpadu Al-Masyur Pati tahun 2012. *Jurnal keperawatan*.
- Soetjningsih,2004.*Tumbuh kembang remaja dan permasalahannya*.Jakarta:CV.Sagu Seto
- Surjadi,Charles,2010.*Personalhygienemenstruasi*.<http://bidanperawatmojokerto.blogspot.com/2011/03/personal-hygiene-menstruasi.html>.unduh 07-februari-2014
- Tarwoto dan Wartonah,2004. <http://jabbarbtj.blogspot.com/2014/09/konsep-personal-hygiene.html>. Diakses tanggal senin 2 maret 2014 jam 12.30
- Wahyuni Sri, Soelistyowati Endang (2011). Hubungan Personal Gygiene dengan kejadian keputihan remaja putri di SMA Dharma wanita di Taman Sidoarjo,201. *Jurnal keperawatan*.
- Widiastuti, Rahmawati dan Purnamaningrum (2009).Pengaruh pendidikan kesehatan tentang hygiene saat menstruasi terhadap pengetahuan dan keterampilan remaja putri dalam merawat perineum saat menstruasi. *Jurnal keperawatan*
- Wikipedia,2011. <http://siklushaid.com/>. senin 30 maret 2014;jam 15.44