

## GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 2 DAWUAN MAJALENGKA

Arni Wianti  
STIKes YPIB Majalengka  
[arnie5q@gmail.com](mailto:arnie5q@gmail.com)

### ABSTRAK

Pengetahuan remaja putri tentang *hygiene* menstruasi cenderung belum adekuat, terlebih berhubungan dengan genetalia. Penanganan kebersihan diri yang tidak benar dan tidak higienis juga dapat mengakibatkan tumbuhnya mikroorganisme secara berlebihan dan akhirnya mengganggu fungsi alat reproduksi. Tujuan dalam penelitian ini adalah mengetahui gambaran tingkat pengetahuan tentang *personal hygiene* saat mesntruasi pada remaja putri kelas VII di SMPN 2 Dawuan.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *Deskriptif Kualitatif*. Lokasi penelitian di SMPN 2 Dawuan Kabupaten Majalengka. Waktu Pelaksanaan pada April-Mei 2017. Jumlah sampel sebanyak 35 siswi dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner tertutup, variabel penelitian ini adalah variabel tunggal dan analisis data menggunakan analisa univariat.

Berdasarkan hasil penelitian tingkat pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri kelas VII di SMPN 2 Dawuan paling banyak terdapat pada kategori cukup sebanyak 18 responden (51,4%).

Rekomendasi dari penelitian ini diantaranya bagi siswi SMPN 2 Dawuan agar meningkatkan wawasan tentang *personal hygiene* saat menstruasi dengan bertanya pada orang tua, guru, dan membaca di buku ataupun di internet, bagi SMPN 2 Dawuan agar menambah buku bacaan tentang *personal hygiene* saat mesntruasi dan kegiatan berkala tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

Kata Kunci : Pengetahuan, *Personal Hygiene*, Menstruasi, Remaja.

### DESCRIPTION OF KNOWLEDGE ON HYGIENE PERSONAL DURING MENSTRUATION IN FEMALE ADOLESCENTS OF JHS 2 DAWUAN MAJALENGKA DISTRICT

### ABSTRACT

*Female adolescent's knowledge of menstrual hygiene tends to be inadequate, especially related to genitals. Improper and unhygienic self hygiene can also lead to the overgrowth of microorganisms and ultimately interfere with reproductive function. The purpose of this study is to observe the description of the knowledge level on personal hygiene during menstruation in female adolescents of Grade seven in Public JHS 2 Dawuan.*

*This study used descriptive qualitative method. Study location was at Public JHS 2 Dawuan Majalengka District. The implementation was in April-May 2017. The number of samples was 35 female students with sampling technique used purposive sampling. Data collection instrument used here was closed questionnaire, the variable in this study was a single variable and data analysis used univariate analysis.*

*Based on the study results, the knowledge level on personal hygiene during menstruation in female adolescents of Grade seven in Public JHS 2 Dawuan was mostly in moderate category as many as 18 respondents (51,4%).*

*The recommendation of this study is for students of Public JHS 2 Dawuan to improve the insight about personal hygiene during menstruation by asking parents, teachers, and reading in books or on internet, for Public JHS 2 Dawuan to add books about personal hygiene during menstruation and periodical activity related to personal hygiene during menstruation.*

**Keywords** : Knowledge, Personal Hygiene, Menstruation, Adolescent.

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, emosional maupun psikososial. Pada remaja putri akan mengalami perubahan fisik misalnya pinggul dan buah dada yang membesar. Selain terjadi perubahan fisik, remaja putri juga mengalami perubahan psikologis seperti mengalami perubahan-perubahan emosi, perasaan, dan tanggung jawab yang dihadapi (Mintarjo, 2007).

Sifat khas remaja mempunyai rasa keingintahuan yang besar, menyukai petualangan, dan tantangan serta cenderung berani menanggung resiko atas perbuatannya tanpa didahului oleh pertimbangan yang matang. Apabila keputusan yang diambil tidak tepat, mereka akan jatuh ke dalam perilaku beresiko dan mungkin harus menanggung akibat jangka pendek dan jangka panjang dalam berbagai masalah kesehatan fisik dan psikososial. Sifat dan perilaku beresiko pada remaja tersebut memerlukan ketersediaan pelayanan kesehatan peduli remaja yang dapat memenuhi kebutuhan kesehatan remaja termasuk pelayanan untuk kesehatan reproduksi (Depkes RI, 2015).

Menurut WHO (2014), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Di dunia diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 miliar atau 18% dari jumlah penduduk dunia. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 Tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun, dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah.

Berdasarkan data, jumlah penduduk remaja Indonesia saat ini mencapai 65 juta jiwa atau sekitar 30% dari total jumlah penduduk Indonesia. Sementara jumlah penduduk remaja di Provinsi Jawa Barat mencapai 11.358.704 jiwa atau sebesar 26,60% dari total jumlah penduduk di Jawa Barat (Manurung, 2011). Berdasarkan data, jumlah penduduk remaja putri di Kabupaten Majalengka

dalam rentang usia 10-19 tahun mencapai 96.067 Jiwa (BPS Kab. Majalengka, 2015).

Pada saat ini, *Menarche* terjadi lebih dini, di mana anak perempuan mengalami menstruasi pertama pada usia kurang lebih 10 tahun (Manuaba, 2004 dalam Fitriyah, 2014). Usia *menarche* yang masih muda menjadikan usia reproduksi perempuan semakin panjang dan lebih beresiko terhadap adanya masalah kesehatan reproduksi (Risksdas, 2010). Menstruasi adalah masa perdarahan yang terjadi pada perempuan secara rutin setiap bulan selama masa suburnya kecuali apabila terjadi kehamilan. Lamanya menstruasi biasanya terjadi antara 3-5 hari, walaupun pada beberapa perempuan bisa saja mengalami masa menstruasi yang lebih panjang ataupun lebih pendek (Laila, 2011). Hormon utama yang mengatur perubahan-perubahan ini adalah estrogen. Estrogen adalah hormon seks yang umumnya diproduksi oleh rahim perempuan. Hormon ini merangsang pertumbuhan organ seks perempuan, seperti payudara dan rambut kelamin dikenal sebagai karakteristik sekunder. Estrogen juga mengatur siklus menstruasi (Mintarjo, 2007).

*Hygiene* merupakan tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan spikis (Kusmiran, 2012). *Hygiene* pada saat menstruasi merupakan hal penting dalam menentukan kesehatan organ reproduksi remaja putri, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi. Pengetahuan remaja putri tentang *hygiene* menstruasi cenderung belum adekuat, terlebih berhubungan dengan genetalia. Penanganan kebersihan diri yang tidak benar dan tidak higienis juga dapat mengakibatkan tumbuhnya mikroorganisme secara berlebihan dan akhirnya mengganggu fungsi alat reproduksi (Ariyani, 2009).

Kurangnya pengetahuan kesehatan reproduksi tentang *personal hygiene* pada remaja putri yang diperoleh dari orang tua maupun sekolah, menyebabkan pengetahuan dan perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* masih kurang. Sehingga masih ada remaja putri yang belum mengetahui cara *personal hygiene* yang baik dan benar saat menstruasi, seperti kapan harus mengganti pembalut, dan cara mencuci pembalut. Beberapa penyakit yang mudah muncul pada wanita adalah infeksi jamur dan bakteri. Kondisi tersebut biasanya terjadi pada saat wanita dalam masa menstruasi. Salah satu penyebabnya yaitu bakteri yang berkembang pada pembalut (Andira, 2010). Orang tua khususnya ibu, diharapkan mampu memberikan pengetahuan tentang menstruasi. Jika

mengetahui informasi tentang menstruasi maka remaja putri akan siap ketika mendapatkan menstruasi pertama kali (Utami, 2011).

Penelitian yang pernah dilakukan di Asia Selatan di daerah Bengal Selatan tentang kebersihan organ reproduksi pada saat menstruasi dari 160 anak perempuan didapatkan 32,5% berpengetahuan baik, 67,5% berpengetahuan kurang (Tartylah, 2010). Berdasarkan hasil survey BKKBN Provinsi Jawa Barat menunjukkan bahwa 83% remaja tidak tahu tentang konsep kesehatan reproduksi yang benar, 61,8% tidak tahu persoalan di sekitar masa subur dan masalah haid (Efendi, 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh Indah (2012) pada remaja putri SMP menunjukkan bahwa dari 54 responden tingkat pengetahuan tentang *personal hygiene* masih kurang. Penelitian yang dilakukan oleh Anindya (2013) tingkat pengetahuan tentang kebersihan genetalia saat menstruasi pada remaja putri di SMP dengan kategori baik sebanyak 26 responden, cukup sebanyak 141 responden dan kurang sebanyak 38 responden dari 205 siswi. Penelitian yang dilakukan Penelitian yang dilakukan oleh Izzati (2014) pada remaja putri kelas VIII SMP menunjukkan bahwa dari 63 responden, setengah dari responden menunjukkan tingkat pengetahuan tentang *personal hygiene* masih kurang.

SMPN 2 Dawuan adalah sekolah negeri yang berada di Kabupaten Majalengka dengan jumlah siswa-siswi sebanyak 688 orang, jumlah seluruh siswa/i kelas VII sebanyak 237 orang, dengan jumlah siswi kelas VII sebanyak 114 orang. Menurut guru SMPN 2 Dawuan, ada program BK dan keputrian untuk pemberian materi tentang informasi kesehatan reproduksi, tetapi belum optimal karena keterbatasan waktu.

Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMPN 2 Dawuan Kabupaten Majalengka karena pada saat melakukan studi pendahuluan di SMPN 2 Dawuan, SMPN 1 Kasokandel, dan SMPN 2 Majalengka peneliti melakukan wawancara dengan remaja putri kelas VII yang sudah mengalami menstruasi sebanyak 10 orang. Hasil wawancara di SMPN 2 Dawuan diketahui bahwa 9 orang siswi kelas VII yang sudah mengalami menstruasi belum mengetahui *personal hygiene* saat menstruasi yang benar, dan hanya 1 orang siswi yang tahu tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Hasil wawancara di SMPN 1 Kasokandel diketahui bahwa 8 orang siswi kelas VII yang sudah mengalami menstruasi belum mengetahui *personal hygiene* saat menstruasi, dan hanya 2 orang siswi yang mengetahui *personal hygiene* saat menstruasi. Sedangkan

hasil wawancara di SMPN 2 Majalengka diketahui bahwa 6 orang siswi kelas VII yang sudah mengalami menstruasi belum mengetahui *personal hygiene* saat menstruasi dan hanya 4 orang siswi yang mengetahui *personal hygiene* saat menstruasi, terkadang siswi yang tidak tahu menjaga kebersihan genetaliannya mengalami gatal-gatal saat menstruasi.

Penelitian ini dilakukan pada responden remaja putri Sekolah Menengah Pertama (SMP) karena pubertas dan kematangan organ reproduksi dialami pada masa ini. Peneliti memilih SMPN 2 Dawuan karena belum pernah ada yang melakukan penelitian di SMPN 2 Dawuan dan mendapat dukungan dari pihak sekolah sehingga memudahkan pelaksanaan penelitian. Selain itu, dari hasil studi pendahuluan didapatkan hasil paling banyak remaja putri yang belum mengetahui *personal hygiene* saat menstruasi.

Berdasarkan uraian teori dan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 10 Februari, 14 Februari 2017, dan 03 April 2017 kepada siswi kelas VII yang sudah mengalami menstruasi di SMPN 2 Dawuan, SMPN 1 Kasokandel, dan SMPN 2 Majalengka maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMPN 2 Dawuan tentang “Gambaran Pengetahuan tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMPN 2 Dawuan Kabupaten Majalengka”.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dilakukan merupakan jenis penelitian *Deskriptif Kualitatif*. Populasi yang diambil dalam penelitian ini yaitu remaja putri yang menarche saat kelas VII di SMPN 2 Dawuan tahun 2017 sebanyak 114 siswi. Jumlah sampel sebanyak 35 siswi dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner tertutup, variabel penelitian ini adalah variabel tunggal dan analisis data menggunakan analisa univariat.

## HASIL PENELITIAN

Setelah dilakukan analisa data terhadap tingkat pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri kelas VII di SMPN 2 Dawuan Kabupaten Majalengka Tahun 2017 dengan jumlah sampel sebanyak 35 responden melalui penyebaran kuesioner pada bulan April-Mei 2017, diperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Remaja Putri Kelas VII di SMPN 2 Dawuan Kabupaten Majalengka Tahun 2017**

No.	Pengetahuan <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi	f	%
1	Baik	14	40,0
2	Cukup	18	51,4
3	Kurang	3	8,6
	<b>Jumlah</b>	<b>35</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer, Mei 2017

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan hasil tingkat pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri dengan kategori baik sebanyak 14 responden (40,0%), kategori cukup sebanyak 18 responden (51,4%), dan kategori kurang sebanyak 3 responden (8,6%).

## PEMBAHASAN

1. Gambaran Tingkat Pengetahuan tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Remaja Putri Kelas VII di SMPN 2 Dawuan Kabupaten Majalengka Tahun 2017 pada Tingkat Baik

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 35 responden, menunjukkan hasil bahwa tingkat pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri dengan kategori baik sebanyak 14 responden (40,0%) dikarenakan responden *menarche* saat awal kelas VII dan pendidikan kesehatan yang di berikan dari sekolah yaitu setiap awal semester. Hal tersebut menunjukan bahwa responden sudah mempunyai pengalaman tentang *personal hygiene* saat menstruasi dan responden sering bertanya tentang informasi tentang menstruasi kepada orangtuanya.

Berdasarkan hasil observasi yang telah peneliti lakukan diperoleh bahwa pertanyaan yang baik adalah item nomor 1, 2, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 12, 13, 16, 18, 20, dan 23 yaitu dengan hasil presentasi 76%-100%. Pada pertanyaan nomor 1 membahas tentang pengertian menstruasi yaitu menstruasi merupakan pengeluaran darah yang diakibatkan karena suatu penyakit. Pada pertanyaan nomor 2 membahas tentang tujuan *personal hygiene* saat menstruasi yaitu tujuan *personal hygiene* dilakukan untuk mencegah infeksi. Pada pertanyaan nomor 3 membahas tentang menstruasi yaitu menstruasi merupakan salah satu ciri kedewasaan perempuan. Pada pertanyaan nomor 4 membahas

tentang tujuan yaitu kebersihan organ intim yang benar dapat mengurangi resiko remaja mengalami infeksi daerah vagina. Pada pertanyaan nomor 5 membahas tentang cara *personal hygiene* saat menstruasi yaitu mengganti pembalut sesering mungkin untuk menghindari pertumbuhan bakteri. Pertanyaan nomor 8 membahas tentang cara *personal hygiene* saat menstruasi yaitu mengeringkan daerah kemaluan setelah mandi dan BAK mengurangi kelembapan daerah kemaluan. Pada pertanyaan nomor 9 membahas tentang cara *personal hygiene* saat menstruasi yaitu mengganti celana dalam cukup 1 kali sehari. Pada pertanyaan nomor 10 membahas tentang cara *personal hygiene* saat menstruasi yaitu pembalut yang digunakan saat menstruasi harus lembut, tanpa parfum dan jel. Pada pertanyaan nomor 12 membahas tentang akibat yang timbul yaitu daerah kemaluan yang lembab dapat menyebabkan lecet dan infeksi daerah kemaluan. Pada pertanyaan nomor 13 membahas tentang akibat yang timbul yaitu pakaian dalam dan celana dalam yang ketat meningkatkan kelembapan daerah genital. Pada pertanyaan nomor 16 membahas tentang cara *personal hygiene* saat menstruasi yaitu arah membersihkan kemaluan yang benar dari bagian depan (kemaluan) ke arah belakang (dubur). Pada pertanyaan nomor 18 membahas tentang akibat yang timbul yaitu keputihan yang normal berwarna bening, tidak berbau dan tidak gatal. Pada pertanyaan nomor 20 membahas tentang cara *personal hygiene* saat menstruasi yaitu jenis pembalut yang baik yang daya serapnya tinggi. Pada pertanyaan nomor 23 membahas tentang akibat yang timbul yaitu bila ada infeksi pada vagina, dapat menimbulkan bau yang tidak sedap dan gatal di daerah kemaluan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Izzati (2014) di SMPN 4 Bukittinggi yaitu proporsi siswi berpengetahuan baik sebesar 36 responden (57,1%) sedangkan pada kategori kurang sebesar 27 responden (42,9%). Sejalan juga dengan penelitian Maidartati (2016) di SMPN 30 Bandung yaitu proporsi siswi berpengetahuan baik sebesar 31 responden (39,75%), pada kategori cukup sebesar 40 responden (50%) dan kategori kurang 9 responden (11,25%). Hal tersebut karena domain kognitif salah satu hal penting untuk personal hygiene saat menstruasi, dalam arti remaja putri tahu terlebih dahulu terhadap stimulus yang berupa materi atau objek di luarnya, sehingga menimbulkan pengetahuan baru.

Hal ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2012), semakin banyak pengalaman yang didapatkan maka akan semakin mudah bagi seorang tersebut memecahkan masalah yang pernah dihadapi dan semakin baik pengetahuannya. Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu informasi, dimana bila seseorang banyak memperoleh informasi maka ia cenderung mempunyai pengetahuan yang lebih luas.

Hal ini juga sesuai dengan teori Mahfiana (2009), yang menyebutkan bahwa semakin remaja putri terbuka dalam menggali informasi mengenai menstruasi, maka akan semakin luas wawasan dan pemahaman mengenai personal hygiene saat menstruasi. Jika menstruasi disertai dengan pengetahuan yang benar, remaja putri akan merespon menstruasi dengan hal-hal atau perilaku yang positif.

Pengalaman adalah guru yang baik, demikian bunyi pepatah. Pepatah tersebut mengandung maksud bahwa pengalaman itu merupakan sumber pengetahuan atau pengalaman itu merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Pengalaman responden tentang personal hygiene saat menstruasi yang mereka dapatkan, sebagian siswi sudah menggunakan pembalut yang daya serapnya tinggi, tidak mengandung parfum dan jell tapi responden masih memakai celana jeans saat menstruasi dan mengalami gatal-gatal karena memakai celana jeans dalam waktu yang lama. Padahal menurut Laila (2011), hindari pemakaian celana jeans dan celana yang ketat selama menstruasi agar tidak menyebabkan kelembaban yang berlebihan. Oleh sebab itu pengalaman pribadipun dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan. Menurut Notoatmodjo (2012), pengetahuan dapat diperoleh baik dari pengalaman langsung maupun melalui pengalaman orang lain.

Upaya yang dilakukan terhadap remaja putri berpengetahuan baik untuk meningkatkan dan mempertahankan pengetahuannya yaitu perlu dilakukan peningkatan sosialisasi kesehatan reproduksi mengenai *personal hygiene* saat menstruasi melalui pemberian pendidikan kesehatan agar komunikasi antara guru dan siswi lebih ditingkatkan dan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah melalui pendekatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) serta perbanyak pengetahuan tentang informasi *personal hygiene* saat menstruasi di internet dan saling sharing ke teman-teman, guru, orang tua tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

2. Gambaran Tingkat Pengetahuan tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Remaja Putri Kelas VII di SMPN 2 Dawuan Kabupaten Majalengka Tahun 2017 pada Tingkat Cukup

Berdasarkan hasil penelitian, pengetahuan dalam kategori cukup sebanyak 18 responden (51,4%) dikarenakan responden *menarche* saat pertengahan semester. Responden mendapatkan informasi *personal hygiene* saat menstruasi rata-rata mendapatkannya dari guru pengajar di sekolah dan kakak perempuannya. Remaja putri mendapatkan informasi secara teori tentang *personal hygiene* saat menstruasi dari guru pengajar di sekolah namun hanya sebatas informasi tentang reproduksi secara fisiologis dan definisi menstruasi, namun tidak secara khusus tentang *personal hygienenya*.

Berdasarkan hasil observasi yang telah peneliti lakukan diperoleh bahwa pertanyaan yang cukup adalah item nomor 6, 17, dan 22 yaitu dengan hasil presentase 56%-75%. Pada pertanyaan nomor 6 membahas tentang cara *personal hygiene* saat menstruasi yaitu penggantian pembalut saat menstruasi dilakukan saat darah menstruasi banyak saja. Pada pertanyaan nomor 17 membahas tentang cara *personal hygiene* saat menstruasi yaitu mengatasi bau saat menstruasi dengan menggunakan pembalut yang mengandung pewangi atau parfum. Pada pertanyaan nomor 22 membahas tentang cara *personal hygiene* saat menstruasi yaitu sabun mandi baik untuk kebersihan daerah kemaluan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Tresna Komalasari (2015) di SMPN 2 Majalengka yaitu proporsi siswi berpengetahuan cukup sebesar 215 responden (65,5%). Selain itu juga dengan hasil penelitian Nila (2013) di SMPN 1 Sambirejo tentang pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi didapatkan 141 responden (68,78%) dalam kategori berpengetahuan cukup. Hal tersebut karena apabila seseorang memiliki pengalaman yang cukup maka pengetahuan yang dimiliki juga akan cukup.

Hal ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2012), keterpaparan informasi dapat mempengaruhi atau menambah pengetahuan seseorang dan dengan pengetahuan menimbulkan kesadaran yang akhirnya seseorang akan berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya.

Menurut Soekanto (2002), mengemukakan bahwa "seseorang yang mempunyai sumber informasi lebih banyak akan mempunyai pengetahuan

yang lebih luas. Kemudahan memperoleh informasi dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh pengetahuan baru”

Orang tua mempunyai peranan penting dalam mengantarkan anak-anaknya ke alam dewasa “ayah dan ibu menjadi sumber utama, informasi mengenai pengetahuan tentang pubertas kepada remaja secara benar dan terpercaya.

Pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri perlu ditingkatkan dengan cara diadakannya pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat mesntruasi ataupun mengadakan konseling khusus siswi dengan guru BK, karena dengan mengetahui tentang *personal hygiene* saat menstruasi dengan baik, maka akan tercipta remaja yang sehat reproduksinya dan terhindar dari suatu infeksi dan penyakit alat reproduksi.

3. Gambaran Tingkat Pengetahuan tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Remaja Putri Kelas VII di SMPN 2 Dawuan Kabupaten Majalengka Tahun 2017 pada Tingkat Kurang

Berdasarkan hasil penelitian, pengetahuan dalam kategori kurang sebanyak 3 responden (8,6%) dikarenakan responden *menarche* baru beberapa bulan ini sehingga responden sudah lupa tentang materi kesehatan reproduksi yang diberikan setiap awal semester dan juga responden mendapatkan informasi yang kurang benar tentang personal hygiene saat menstruasi serta budaya di kalangan masyarakat yang masih melekat seperti tidak boleh keramas, jangan minum es, dan pemakaian sabun saat *vulva hygiene*.

Berdasarkan hasil observasi yang telah peneliti lakukan diperoleh bahwa pertanyaan yang kurang adalah item nomor 7, 11, 14, 15, 19, 21, dan 24 dengan hasil presentase <55%. Pada pertanyaan nomor 7 membahas tentang cara personal hygiene saat menstruasi yaitu saat darah menstruasi tinggal sedikit, mengganti pembalut cukup 1 kali sehari. Pada pertanyaan nomor 11 membahas tentang cara *personal hygiene* saat menstruasi yaitu rambut kemaluan tidak perlu digunting karena tidak berpengaruh terhadap kebersihan daerah kemaluan. Pada pertanyaan nomor 14 membahas tentang akibat yang timbul yaitu celana dalam berbahan katun meningkatkan kelembapan daerah kemaluan. Pada pertanyaan nomor 15 membahas tentang memakai sabun pada daerah organ intim dapat menyebabkan iritasi. Pada pertanyaan nomor 19 membahas tentang akibat yang timbul yaitu

membersihkan organ intim dengan sabun atau anti septic dapat mencegah keputihan. Pada pertanyaan nomor 21 membahas tentang cara *personal hygiene* saat menstruasi yaitu untuk membersihkan keputihan lebih baik menggunakan sabun daripada air. Pada pertanyaan nomor 24 membahas tentang akibat yang timbul yaitu pemakaian sabun antiseptic dapat merusak “bakteri bersifat baik” di daerah kemaluan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nurlita (2014) di MI Pembangunan yaitu proporsi siswi berpengetahuan kurang sebanyak 3 orang (7,7%) dari 39 responden. Sejalan dengan penelitian Arni (2015) di MTs Bantarujeg yaitu proporsi siswi berpengetahuan kurang sebanyak 5 orang (6,4%) dari 78 responden. Hal tersebut karena lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut, karena dipengaruhi oleh proses timbal balik ataupun tidak, yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh individu.

Budaya mempengaruhi pengetahuan dimana sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi pengetahuan remaja. Menurut Notoatmodjo (2012), budaya yang ada dalam masyarakat juga mempengaruhi terhadap tingkat pengetahuan seseorang.

Informasi yang salah akan mempengaruhi pengetahuan seseorang, apabila tidak dibarengi dengan mengevaluasi informasi tersebut. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan salah satunya yaitu informasi, seseorang mendapatkan informasi lebih banyak akan menambah pengetahuan yang lebih luas (Lestari, 2015).

Di sini diperlukan peran orang tua dalam memberikan informasi agar remaja tidak memiliki persepsi yang salah tentang pubertas. Jika remaja tidak diberikan informasi yang benar dan tepat oleh orang tua maka remaja akan memiliki reaksi atau persepsi yang negative terhadap pubertas. Dukungan dari keluarga berupa pemberian informasi mengenai menstruasi juga sangat dibutuhkan bagi remaja putri, sehingga pengetahuan mereka bertambah (Lestari, 2015).

Kurangnya pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada sebagian remaja putri mengindikasikan bahwa selayaknya para remaja putri memperoleh informasi tentang menstruasi. Pendekatan yang bisa dilakukan di antaranya melalui keluarga, kelompok sebaya, institusi sekolah, serta kelompok kegiatan remaja yang peduli terhadap masa puber.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tingkat pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri kelas VII di SMPN 2 Dawuan Kabupaten Majalengka Tahun 2017 dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri kelas VII di SMPN 2 Dawuan Kabupaten Majalengka Tahun 2017 dengan kategori baik sebanyak 14 responden (40,0%).
2. Pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri kelas VII di SMPN 2 Dawuan Kabupaten Majalengka Tahun 2017 dengan kategori cukup sebanyak 18 responden (51,4%).
3. Pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri kelas VII di SMPN 2 Dawuan Kabupaten Majalengka Tahun 2017 dengan kategori baik sebanyak 3 responden (8,6%).

### Saran

#### 1. Bagi Tempat Penelitian

Perlunya upaya pihak sekolah untuk melakukan kerja sama dengan tenaga kesehatan wilayah kerja setempat untuk memberikan penyuluhan kesehatan reproduksi remaja secara berkala terutama tentang *personal hygiene* saat menstruasi dan menyediakan sumber bacaan tentang kesehatan reproduksi di perpustakaan sekolah sehingga dapat meningkatkan kualitas pendidikan.

#### 2. Bagi Institusi

Diharapkan menjadi bahan pembelajaran dalam kegiatan belajar mengajar dan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber bacaan serta bahan referensi bagi penelitian sejenis dilingkungan STIKes YPIB Majalengka.

#### 3. Bagi Siswi SMPN 2 Dawuan Kabupaten Majalengka

Perlu meningkatkan pengetahuan siswi mengenai *personal hygiene* saat menstruasi dengan cara siswi harus lebih aktif lagi seperti banyak membaca buku, mencari di internet, bertanya pada guru, orang tua, saudara perempuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi agar pengetahuan bertambah baik.

#### 4. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan bagi peneliti sehingga peneliti bisa menerapkannya di kehidupan sehari-hari. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri dengan metode yang berbeda, variabel yang berbeda, jumlah populasi dan sampel yang lebih banyak, sehingga akan diperoleh hasil yang lebih baik

## DAFTAR PUSTAKA

- Anindya, Nila Resti. 2013. *Tingkat Pengetahuan tentang Kebersihan Genitalia saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMPN 1 Sambirejo Kabupaten Sragen Tahun 2013*. Karya Tulis Ilmiah. Surakarta.
- Anonim. 2012. Juknis Media KIE ABAT Mahasiswa dan Pekerja. [Online]. Pusat Promosi Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Available at: [www.depkes.go.id/promosi-kesehatan](http://www.depkes.go.id/promosi-kesehatan) (diakses 12 Februari 2017).
- Anonim. 2012. Pengukuran Pengetahuan. [Online]. Available at: <http://caralengkap.com/2012/06/pengukuran -pengetahuan.html> (diakses 15 Februari 2017).
- Anonim. 2013. Indonesia Demographic and Health Survey 2012. [Online]. BPS, BKKBN, Kemenkes dan ICF International. (diakses 12 Februari 2017).
- Anonim. 2014. Infodatin Reproduksi Remaja. [Online]. Kementerian Kesehatan RI Pusat Data Informasi: ISSN 2442-7659. Available at: <http://www.pusdatin.kemkes.go.id/index.php> (diakses 12 Februari 2017).
- Anonim. 2016. Provinsi Jawa Barat dalam Angka. [Online]. BPS Provinsi Jawa Barat: ISSN 0215-2169. Available at: <http://jabarprov.go.id/index.php/pages/id/1212> (diakses 12 Februari 2017).
- Anonim. 2017. Adolescent Health. [Online]. Available at: [http://www.who.int/topics/adolescent\\_health/en/](http://www.who.int/topics/adolescent_health/en/). (diakses 12 Februari 2017).
- Anonim. 2017. Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di Kabupaten Majalengka 2015. Badan Pusat Statistik Kabupaten Majalengka. [Online]. Available at: <https://majalengkakab.bps.go.id/> (diakses 12 Februari 2017).
- Anonim. 2017. Menstruasi.. [Online]. Available at: <https://id.wikipedia.org/wiki/Menstruasi> (diakses 15 Februari 2017).
- Anonim. 2017. Memahami Kesehatan dan Kebersihan Organ Intim. [Online]. Available at: <http://www.alodokter.com/memahami-kesehatan-dan-kebersihan-organ-intim-anda> (diakses 15 Februari 2017).

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ditto dan ari. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta: ANDI.
- Fitriyah, Imarotul. 2014. *Gambaran Perilaku Hygiene Mesntruasi pada Remaja Putri Di Sekolah Dasar Negeri Di Wilayah Kerja Puskesmas Pisangan*. SKRIPSI. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Diunduh pada tanggal 25 Januari 2017 pukul 08.20 WIB.
- Ida Ayu Chandranita dkk. 2009. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Edisi 2. Jakarta: EGC.
- Izzati, Wisnatul., Reni, Agustiani. 2014. *Hubungan Pengetahuan dengan Pelaksanaan Personal Hygiene Genitalia saat Menstruasi pada Remaja Putri Kelas IX SMPN 4 Bukittinggi*. Jurnal Keperawatan.
- Komalasari, Tresna. 2015. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene Siswa Kelas VII-VIII pada Saat Menarche di SMPN 2 Majalengka Tahun 2015*. Jurnal Keperawatan.
- Kozier, Barbara et al. 2010. *Buku Ajar Fudamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktek*. Edisi 7. Jakarta: EGC.
- Laila, Nur Najmi. 2011. *Buku Pintar Menstruasi*. Yogyakarta: BukuBiru.
- Lestari, Titik. 2015. *Kumpulan Teori untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Maidartati, dkk. 2016. *Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Vulva Hygiene pada saat Menstruasi Remaja Putri*. Jurnal Ilmu Keperawatan, Vol IV No.1
- Mintarjo, Sri. 2007. *Waspadai PMS di Kalangan Remaja*. Jakarta: Sunda Kelapa Pustaka.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Edisi Revisi. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, T dan Setiawan, A. 2010. *Kesehatan Wanita, Gender dan Permasalahannya*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Permatasari, Nurun Hikmah. 2010. *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Kelas X tentang Menstruasi dengan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi di SMKN 02 Bangkalan*. Jurnal Keperawatan.
- Pinem, Saroha. 2009. *Kesehatan Reproduksi dan Kontrasepsi*. Jakarta: TIM.
- Proverawati, Atikah., Siti Misaroh. 2009. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Setiadi. 2013. *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Sibagariang, Eva., dkk. 2010. *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: CV Trans Info Media.

Wianti, Arni. 2015. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene Siswi pada Saat Menarche di MTs Bantarujeg Kabupaten Majalengka Tahun 2015*. Jurnal Keperawatan.

Widyastuti, Yani., dkk. 2009. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fitramaya.

Wisnatul dan Reni. 2014. *Hubungan Pengetahuan dengan Pelaksanaan Personal Hygiene Genitalia saat Menstruasi pada Remaja Putri Kelas IX SMPN 4 Bukittinggi*. Jurnal Keperawatan.

Yusiana, Anita Maria dan Saputri Maria. 2016. *Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri pada Saat Mesntruasi*. Jurnal Keperawatan.