

## PERILAKU REMAJA PUTRI TENTANG PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI

Suci Anggraeni<sup>1)</sup>, Brita Arinda Putri<sup>2)</sup>

<sup>1,2</sup> Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, IIK STRADA Indonesia  
[sucianggraeni@strada.ac.id](mailto:sucianggraeni@strada.ac.id)

### ABSTRACT

*The problem of vaginal discharge is often experienced by women, especially adolescents after menstruation, to avoid these problems, good personal hygiene behavior is needed. This study aims to determine the relationship between the level of understanding and the role of parents in health education with adolescent girls' behavior in personal hygiene during menstruation. This research uses an analytical observational quantitative research design with a cross sectional approach design. The population in this study were 7th and 8th grade students at SMPN 3 Blitar City. The sample in this study amounted to 162 determined using the Stratified Random Sampling technique. The independent variable is the level of understanding and the role of parents in health education, while the dependent variable is the behavior of young women. Data were collected by questionnaire, bivariate analysis using ordinal regression test. From the results of the study, it is known that most students in understanding personal hygiene during menstruation are good, as many as 101 students (59%). The role of parents as educators is mostly in the good category, as many as 83 students (49%). Personal hygiene behavior during menstruation is mostly in the sufficient category, namely as many as 74 students (44%). The results showed that there was a relationship between understanding and personal hygiene during menstruation with a p value of 0.000 ( $p < 0.05$ ) and there was a relationship between the role of parents and personal hygiene during menstruation with a p value of 0.002 ( $p < 0.05$ ). Personal hygiene understanding and the role of parents affect personal hygiene behavior during menstruation. With a good understanding of adolescents and supported by the role of parents as educators, adolescents will apply personal hygiene properly and correctly.*

**Keywords:** Understanding, role of parents, behavior, personal hygiene

### PENDAHULUAN

Personal hygiene vagina adalah tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan pada daerah kewanitaan untuk mencegah keputihan. Personal hygiene pada saat menstruasi sangat berperan penting, hal ini untuk menghindari gangguan fungsi alat

reproduksi. Kebersihan alat reproduksi harus dijaga karena pada daerah ini kuman dan bakteri sangat mudah masuk, dan dapat menimbulkan infeksi pada saluran reproduksi (ISR). Kesehatan reproduksi berkaitan erat dengan kebersihan organ reproduksi.

Pengetahuan juga mempengaruhi dalam melakukan personal higienis. Remaja putri yang memiliki pengetahuan yang kurang baik terhadap personal higienis, memungkinkan remaja tersebut tidak berperilaku higienis pada saat menstruasi yang dapat membahayakan reproduksinya sendiri, salah satu dampak yang ditimbulkan apabila personal higienis yang kurang diantaranya timbulnya infeksi vagina yang disebabkan oleh kebersihan (Rahman & Astuti, 2014 dalam Pemiliana, dkk. 2019). Peran orang tua sangat penting bagi remaja agar kesehatannya dapat terjaga terutama kesehatan organ reproduksi. Peran dan dukungan orang tua merupakan suatu motivasi bagi anaknya untuk hidup sehat, peran dan dukungan yang diberikan oleh orang tua kepada anaknya sangat mempengaruhi status kesehatan anak (Indah, 2015 dalam Syahda S dan Elmayasari, 2020).

Menurut WHO pada tahun (2018) bahwa sekitar 75% perempuan di dunia pasti akan mengalami keputihan paling tidak sekali seumur hidupnya. Keputihan merupakan gejala yang sangat sering dialami oleh sebagian besar wanita. Keputihan dapat fisiologis ataupun patologis, dalam keadaan normal getah atau lendir vagina adalah cairan bening tidak berbau, jumlahnya tidak terlalu banyak dan tanpa rasa gatal atau nyeri. Sedangkan dalam keadaan patologis akan sebaliknya, terdapat cairan berwarna, berbau, jumlahnya banyak dan disertai gatal

dan rasa panas atau nyeri, dan hal itu dapat dirasa sangat mengganggu. Salah satu gejala terjadinya kelainan atau penyakit pada organ reproduksi adalah keputihan. Keputihan normal dapat terjadi pada masa menjelang dan sesudah menstruasi, pada sekitar fase sekresi antara hari ke 10-16 saat menstruasi, juga terjadi melalui rangsangan seksual. Keputihan abnormal dapat terjadi pada semua alat genitalia (infeksi bibir kemaluan, liang senggama, mulut Rahim, Rahim dan jaringan penyangga, dan pada saat infeksi penyakit hubungan seksual). Penyebab paling sering dari keputihan tidak normal adalah infeksi. Organ genitalia pada perempuan yang dapat terkena infeksi adalah vulva, vagina, leher Rahim, dan rongga Rahim. Keputihan bukan merupakan suatu penyakit tetapi hanya suatu gejala penyakit, sehingga penyebab yang pasti perlu ditetapkan.

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 pembalut 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). Jumlah remaja berusia 10-19 tahun di dunia sekitar 18% dari jumlah penduduk atau sekitar 1,2 miliar penduduk (WHO, 2009). Data Badan Pusat Statistik (2010), melaporkan bahwa jumlah remaja usia 10-19 tahun di Indonesia sekitar 41 juta jumlah penduduk. Jumlah remaja di Indonesia pada tahun 2008 mencapai 62 juta jiwa. Secara nasional rata-rata usia *menarche* 13-14 tahun terjadi pada 37,5% anak Indonesia. Rata-rata usia *menarche* 11-12 tahun terjadi pada 30,3% pada anak-anak di DKI Jakarta, dan 12,1% di Nusa Tenggara Barat. Rata-rata usia *menarche* 17-18 tahun terjadi pada 8,9% anak-anak di Nusa Tenggara Timur, dan 2,0% di Bengkulu. 2,6% anak-anak di DKI Jakarta sudah mendapatkan haid pertama pada usia 9-10 tahun, dan terdapat 1,3% anak-anak di Maluku dan Papua Barat yang baru mendapatkan haid pertama pada usia 19-20 tahun. Umur *menarche* 6-8 tahun sudah terjadi pada sebagian kecil (<0,5%) anak-anak di 17 provinsi, sebaliknya umur *menarche* 19-20 tahun merata terdapat di seluruh provinsi. Data survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI, 2017) menyebutkan bahwa perilaku remaja putri dalam menjaga kebersihan saat menstruasi masih buruk yaitu 63,9%.

Berdasarkan data awal yang di ambil di SMP Negeri 3 Kota Blitar pada hari Kamis, 28 April 2022, didapatkan mayoritas siswi kelas 8 sudah mengalami menstruasi.

Beberapa siswa sudah mengetahui tentang pentingnya personal higienis saat menstruasi, selain orang tua di sekolah terutama guru BK berperan penting terhadap pengetahuan tentang personal higienis saat menstruasi. Guru BK menghimbau bagi para siswi yang sedang menstruasi, di anjurkan membawa pembalut untuk ganti dan juga kantong plastik hitam untuk tempat membuang pembalut bekas. Selain itu, di ruang BK juga disiapkan pembalut baru, kantong plastik hitam, dan juga ada celana dalam baru. Sebelum adanya pandemic ini, di SMP Negeri 3 Kota Blitar setiap hari jumat ada program yang dinamakan “Program Keputrian” dimana para siswa laki-laki sholat jumat sedangkan siswi putri yang lainnya mengikuti program tersebut, program tersebut isinya tentang pengetahuan dan juga informasi mengenai penanganan pertama saat menstruasi, kebersihan saat menstruasi, selain itu juga kesehatan secara umum. Di karenakan pandemic ini, program tersebut belum bisa dilaksanakan kembali. Di SMP Negeri 3 Kota Blitar ini, juga belum pernah ada penelitian dengan tema tentang personal higienis, maka dari itu peneliti berharap bisa memberikan informasi yang bisa dipahami dan dapat diterapkan di kehidupan sehari-hari maupun di sekolah. Menjaga kebersihan saat menstruasi juga penting di edukasikan sedini mungkin agar lebih meminimalisir penyakit yang timbul akibat tidak terjaganya kebersihan.

Berdasarkan hasil wawancara pada remaja di SMP Negeri 3 Blitar yang dilakukan pada 5 orang didapatkan data sebanyak 2 orang yang belum mendapat informasi tentang personal higienis saat menstruasi dari orang tua. Dan juga sebanyak 3 orang belum memahami pentingnya personal higienis saat menstruasi yang bisa menyebabkan munculnya infeksi pada organ kewanitaan maupun keputihan yang tidak normal. Serta ada 3 orang yang masih memiliki kebiasaan sehari-hari waktu menstruasi berperilaku kurang higienis, contohnya malas mengganti pembalut, tidak mengganti pembalut setelah buang air kecil, mengganti pembalut ketika pembalut sudah penuh.

Perilaku 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 higienis saat menstruasi dapat dilakukan dengan cara mengganti pembalut setiap 4 jam dalam sehari. Setelah mandi serta buang air, vagina dikeringkan dengan tisu atau handuk agar tidak lembab. Pemakaian celana dalam yang baik terbuat dari bahan yang mudah menyerap keringat (Solita, 2003 dalam Izzati W, 2015). Kesehatan reproduksi remaja khususnya Wanita terutama dalam menjaga dan merawat organ reproduksi dipengaruhi oleh pengetahuan orang tua, tingkat

Pendidikan orang tua, dan peran orang tua terutama ibu dalam memberikan Pendidikan kesehatan reproduksi sehingga remaja putri dapat mengetahui dan merawat organ reproduksi. Kurangnya pemahaman orang tua terhadap kebersihan saat menstruasi sangat berpengaruh terhadap remaja putri.

Orang tua memiliki tanggung jawab mendidik, mengasuh, dan membimbing anak-anaknya untuk mencapai tahapan tertentu yang menghantarkan anak untuk siap dalam kehidupan bermasyarakat (Arief, 2011 dalam Syahda S, 2020). Tugas orang tua adalah mendidik anaknya sedemikian rupa sehingga anak dapat bertingkah laku baik, dan mereka mau membicarakan masalah-masalah yang berhubungan dengan alat reproduksi. Sikap yang negatif dari orang tua terhadap masalah organ reproduksi mempengaruhi status kesehatan anak terutama masalah kesehatan reproduksi (Wuryani, 2008 dalam Syahda S, 2020). Pendidikan kesehatan seputar pada saat menstruasi mempengaruhi kesiapan anak perempuan menjelang remaja untuk menghadapinya. Selanjutnya jika remaja putri tahu hal apa saja yang harus dilakukan pada saat mengalami kondisi yang sama, misalnya bagaimana cara memakai pembalut, serta bagaimana cara perawatan diri pada saat menstruasi, maka diharapkan remaja putri berperilaku higienis Ketika mengalami menstruasi. Dalam situasi ini peran orang tua dalam memberikan Pendidikan kesehatan

terhadap remaja putri sangat diperlukan. Pengalaman remaja dalam kehidupan dan perkembangannya mampu memotivasi remaja mencari informasi lebih banyak terkait kesehatan reproduksi. Misalnya pada remaja putri yang mempunyai keluarga dengan penyakit terkait reproduksi, tentunya remaja tersebut akan mencari informasi tentang menjaga kesehatan reproduksinya. Hal tersebut menjadikan remaja mempunyai pengetahuan kesehatan reproduksi yang lebih baik dari remaja lain (Santi, 2016).

#### METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif observasional analitik dengan rancangan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas 7 dan 8 di SMPN 3 Kota Blitar. Sampel dalam penelitian berjumlah 162 ditentukan menggunakan teknik *Stratified Random Sampling*. Variabel independent yaitu tingkat pemahaman dan peran orang tua dalam pendidikan kesehatan, sedangkan variabel dependent yaitu perilaku remaja putri. Data dikumpulkan dengan kuesioner, analisis bivariat menggunakan uji *regresi ordinal*.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No	Karakteristik	ΣN	Σ%
1	Usia		
	12 Tahun	9	5,3
	13 Tahun	83	48,8
	14 Tahun	78	45,9
2	Lama Menstruasi		
	<1 Tahun	7	4,1
	1 Tahun	63	37,1
	>1 Tahun	100	58,8
3	Tinggal Bersama		
	Orang	156	91,8
	Ya	14	8,2
	Tidak		
<b>Total</b>		<b>162</b>	<b>100</b>

Sumber: Data primer, 2023

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden kelas 8 yaitu sebanyak 51% (87 siswa). Berdasarkan usia sebagian besar responden berusia 13 tahun yaitu sebanyak 83 siswa (49%). Berdasarkan riwayat menstruasi diketahui sebagian besar responden sudah mengalami menstruasi lebih dari 1 tahun yaitu sebanyak 100 siswa (59%). Berdasarkan tempat tinggal diketahui sebagian besar responden tinggal bersama orang tuanya yaitu sebanyak 156 siswa (92%).

### 2. Distribusi Frekuensi Perilaku dan Pemahaman Personal Hygiene

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Perilaku dan Pemahaman Personal Hygiene

No	Karakteristik	ΣN	Σ%
1	Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi		
	Baik	58	34,1
	Cukup	74	43,5
	Kurang	38	22,4

2	Pemahaman Personal Higienis saat Menstruasi		
	Baik	101	59,4
	Cukup	54	31,8
	Kurang	15	8,8
3	Peran orang tua sebagai pendidik		
	Baik	83	48,8
	Cukup	75	44,1
	Kurang	12	7,1
	<b>Total</b>	<b>162</b>	<b>100</b>

Sumber: Data primer, 2023

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa dalam pemahaman *personal hygiene* saat menstruasi dalam kategori baik yaitu sebanyak 101 siswa (59%), sebagian besar peran orang tua sebagai pendidik dalam kategori baik yaitu sebanyak 83 siswi (49%), sebagian besar perilaku personal hygiene saat menstruasi dalam kategori cukup yaitu sebanyak 74 siswa (44%).

### 3. Hasil Analisis Perilaku dan Pemahaman Personal Hygiene

Tabel 3. Hasil Analisis Perilaku dan Pemahaman Personal Hygiene

	Estimate	Std. Error	Wald	df	Sig.
[Y = 1,00]	4,291	,828	26,864	1	,000
[Y = 2,00]	6,838	,950	51,836	1	,000
X1	1,557	,274	32,333	1	,000
X2	,809	,256	9,978	1	,002

Sumber: Data primer, 2023

Interpretasi :

1. Dari tabel diatas terlihat bahwa variabel X1 (pemahaman personal hygiene saat menstruasi) memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai tersebut lebih kecil dari alpha ( $0,000 < 0,05$ ). Artinya secara parsial pemahaman personal higienis saat menstruasi mempengaruhi perilaku personal hygiene saat menstruasi
2. Dari tabel diatas terlihat bahwa variabel X2 (peran orang tua sebagai pendidik) memiliki nilai signifikansi sebesar 0,002. Nilai tersebut lebih kecil dari alpha ( $0,002 < 0,05$ ). Artinya secara parsial peran orang tua sebagai pendidik mempengaruhi perilaku personal hygiene saat menstruasi.

## PEMBAHASAN

### 1. Tingkat Pemahaman Remaja Putri tentang Personal Hygiene saat Menstruasi.

Berdasarkan penelitian diketahui bahwa sebagian besar siswa dalam pemahaman personal hygiene saat menstruasi dalam kategori baik yaitu sebanyak 101 siswa (59%), dalam kategori cukup sebesar 32% dan dalam kategori kurang sebesar 9% tentang personal hygiene saat menstruasi. Hasil ini diperoleh berdasarkan data kuisioner penelitian yang sudah dilakukan di SMP Negeri 3 Kota Blitar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bagiastra dan

Damayanti (2019) yang menyatakan bahwa pemahaman tentang personal hygiene mendapatkan hasil positif hal ini karena mendapatkan respon yang baik dan antusias dari para responden dan dibuktikan dengan pemahaman akan materi yang disampaikan cukup baik. Hasil ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Syahda dan Elmayasari (2020) menunjukkan hasil 39 responden dalam kategori kurang dan sebanyak 33 responden dalam kategori baik pemahaman tentang personal hygiene.

Menurut Widiaworo (2017, dalam Pahira Pani, 2019) menjelaskan bahwa Pemahaman merupakan kemampuan untuk menghubungkan atau mengasosiasikan informasi-informasi yang dipelajari menjadi “satu gambar” yang utuh di otak kita. Bisa juga dikatakan bahwa pemahaman merupakan kemampuan untuk menghubungkan atau mengasosiasikan informasi-informasi lain yang sudah tersimpan dalam data base di otak kita sebelumnya.

Pemahaman remaja putri tentang personal hygiene sudah baik dengan dibuktikan dengan hasil penelitian yaitu 59% responden dalam katogori pemahaman yang baik. Menurut Sudijono (dalam jurnal Pahira Pani, 2019) pemahaman (*Comprehension*) adalah kemampuan seseorang untuk mengerti atau memahami sesuatu dan setelah itu itu diketahui dan di ingat”. Pada dasarnya pemahaman merupakan salah satu bentuk

hasil belajar. Pemahaman ini terbentuk akibat dari adanya proses belajar. Karena proses untuk memahami pengetahuan perlu diikuti dengan belajar dan juga berpikir.

Pemahaman yang baik dari responden disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya yaitu usia. Berdasarkan tabulasi silang diketahui bahwa dari 101 siswi yang memiliki pemahaman personal hygiene saat menstruasi yang baik diketahui 56 (55,4%) diantaranya berusia 13 tahun. Semakin bertambah usia maka semakin banyak pengetahuan yang mereka peroleh, sehingga pemahaman responden tentang personal hygiene saat mentruasi juga lebih baik.

Faktor lain yang mempengaruhi pemahaman personal hygiene adalah lama mengalami mentruasi. Dari hasil penelitian diketahui bahwa dari 101 siswi yang memiliki pemahaman personal hygiene saat menstruasi yang baik diketahui 58 (57,4%) diantaranya telah mengalami menstruasi lebih dari 1 tahun. Remaja putri yang sudah lama mengalami menstruasi jauh lebih berpengalaman dalam menerapkan pesonal hygiene dengan baik. Pengalaman dibutuhkan dalam kehidupan dan perkembangan sehingga mampu memotivasi untuk mencari informasi lebih banyak terkait kesehatan reproduksi.

Selanjutnya adalah faktor tempat tinggal, responden yang tinggal bersama orang tua memiliki pemahaman yang lebih baik dari pada ressponden yang tidak tinggal

dengan orang tuanya. Hal ini terbukti dari hasil penelitian yang menunjukkan dari 108 siswi yang memiliki pemahaman personal hygiene saat menstruasi yang baik, 93 siswa (92,1%) diantaranya tinggal bersama orang tuanya.

Namun masih ada beberapa responden yang masih memiliki pengetahuan yang kurang dalam memahami personal hygiene yang benar. Dibuktikan dengan ada beberapa responden salah dalam menjawab pertanyaan yang diberikan. Pertanyaan yang kebanyakan salah yaitu tentang membasuh alat kelamin tidak perlu membasah tangan terlebih dahulu dan cara membersihkan kemaluan yang benar dari belakang ke depan.

## **2. Peran Orang tua dalam Pendidikan Kesehatan tentang Personal Hygiene saat Menstruasi**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui sebagian besar peran orang tua sebagai pendidik dalam kategori baik yaitu sebanyak 83 siswa (49%), dalam kategori cukup sebesar 44% dan dalam kategori kurang sebanyak 7% tentang personal hygiene saat menstruasi. Hasil ini diperoleh berdasarkan data kuisioner penelitian yang sudah dilakukan di SMP Negeri 3 Kota Blitar.

Penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Syahda dan Elmayasari (2020) yang menyatakan bahwa dari 44 responden yang orang tuanya tidak berperan, terdapat 11 responden (25%) yang

berperilaku positif dalam personal hygiene menstruasi, sedangkan dari 28 responden yang orang tuanya berperan terdapat 8 responden (28,6%) yang berperilaku negatif tentang personal hygiene menstruasi.

Orang tua memiliki tanggung jawab mendidik, mengasuh, dan membimbing anak-anaknya untuk mencapai tahapan tertentu yang menghantarkan anak untuk siap dalam kehidupan bermasyarakat (Arief dalam Syahda dan Elmayasari, 2020). Tugas orang tua adalah mendidik anaknya sedemikian rupa sehingga anak dapat bertingkah laku baik, dan mereka mau membicarakan masalah-masalah yang berhubungan dengan alat reproduksi. Peran orang tua terutama ibu dalam memperhatikan perkembangan kesehatan reproduksi remaja menjadi hal yang penting untuk bisa diketahui dan bisa menjadi penambahan wawasan untuk remaja putri. Peran dan dukungan orang tua merupakan suatu motivasi bagi anaknya untuk hidup sehat, peran dan dukungan yang diberikan oleh orang tua kepada anaknya sangat mempengaruhi status kesehatan anak.

Peran orang tua dalam penelitian ini sudah bagus hasil ini dibuktikan dengan sebagian besar peran orang tua dalam memberikan pendidikan tentang personal hygiene dalam kategori baik. Peran orang tua yang baik didapatkan karena responden tinggal bersama orang tuanya. Dari hasil penelitian diketahui dari 83 siswi dengan

peran orang tua baik 77 siswa (92,8%) diantaranya tinggal bersama orang tuanya.

Pendidikan yang diberikan orang tua sangat penting untuk tumbuh kembang anak terutama bagi remaja yang mengalami masa pubertas. Pendidikan tentang kesehatan yang diberikan kepada orang tua dapat memberikan derajat kesehatan yang baik bagi anaknya terutama masalah sensitif yaitu tentang kesehatan reproduksi. Remaja yang pubertas pasti akan mengalami menstruasi, saat menstruasi berlangsung ada beberapa hal yang harus dilakukan tentang personal hygiene untuk menjaga kesehatan reproduksi agar tetap aman dan sehat.

Peran orang tua dalam kategori kurang dalam penelitian ini disebabkan oleh beberapa masalah tentang personal hygiene yang tidak disampaikan dan didiskusikan orang tua kepada anaknya. Hal ini dibuktikan dari beberapa pertanyaan yang tidak dijawab dengan benar diantaranya orang tua membimbing remaja putri agar tidak memakai pakaian dalam yang ketat, orang tua mengajak berdiskusi pengalaman pubertas dan menstruasi yang dialami oleh remaja putri dan orang tua melindungi remaja putri dari infeksi dengan melihat tata cara pemeliharaan organ reproduksi yang dilakukan remaja putri.

Menurut asumsi peneliti semakin baik peran orang tua dalam mendidik anak, maka akan semakin baik juga perilaku anak. Orang tua menjadi faktor penting dalam

pembentukan pola perilaku seorang anak. Mereka yang tinggal bersama orang tua dan mendapat didikan langsung dari orang tuanya akan selalu berperilaku baik, begitupun dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi peran orangtua menjadi salah satu faktor pendukung.

### **3. Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri saat Menstruasi**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui sebagian besar perilaku personal hygiene saat menstruasi dalam kategori cukup yaitu sebanyak 74 siswa (44%), dalam kategori baik 34% dan dalam kategori kurang 22% tentang personal hygiene saat menstruasi. Hasil ini diperoleh berdasarkan data kuisioner penelitian yang sudah dilakukan di SMP Negeri 3 Kota Blitar.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Setyaningsih dan Putri (2017) mendapatkan hasil perilaku personal hygiene saat menstruasi menunjukkan bahwa dari 102 responden yang mempunyai perilaku baik terhadap personal hygiene pada saat menstruasi berjumlah 30 siswi (29,4%), sedangkan responden yang mempunyai perilaku kurang baik terhadap personal hygiene pada saat menstruasi berjumlah 72 siswi (70,6%). Berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Syahda dan Elmayasari (2020) mendapatkan hasil perilaku personal hygiene saat menstruasi dalam kategori

negatif sebanyak 41 siswi (56.9%) dan dalam kategori Positif sebanyak 31 (43,1%).

Perilaku merupakan seperangkat perbuatan atau tindakan seseorang dalam melakukan respon terhadap sesuatu dan kemudian dijadikan kebiasaan karena adanya nilai yang diyakini. Perilaku manusia pada hakekatnya adalah tindakan atau aktivitas dari manusia baik yang diamati maupun tidak diamati oleh interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap, dan tindakan (Adventure, dkk, 2019 dalam Pratiwi, 2021).

Pererapan perilaku personal hygieni sangat penting dilakukan untuk menjaga agar alat reproduksi selalu bersih dan aman jauh dari bakteri serta jamur yang menyebabkan penyakit. Perilaku personal hygiene saat menstruasi juga dapat disebabkan oleh faktor berapa lama responden mengalami menstruasi. Semakin lama seseorang mengalami menstruasi maka semakin baik juga perilaku personal hygiene yang mereka terapkan. Hal ini terbukti dari hasil penelitian yang menunjukkan dari 58 siswi yang memiliki perilaku personal hygiene saat menstruasi yang baik diketahui 53 (91,4%) diantaranya sudah mengalami menstruasi lebih dari 1 tahun.

Selain itu faktor tempat tinggal bersama orang tua juga dapat mempengaruhi perilaku personal hygiene. Hasil tabulasi silang menunjukkan dari 74 siswi yang memiliki perilaku personal hygiene saat

menstruasi yang cukup diketahui 69 siswa (93,2%) tinggal bersama orang tua. Perilaku personal hygieni perlu dilakukan karena saat menstruasi rawan dengan banyaknya bakteri dan jamur yang akan berkembang di daerah kewanitaan karena kelembapan.

Perilaku personal higienis dalam penelitian ini banyak dalam kategori cukup dikarenakan banyak siswi yang kurang menerapkan personal hygieni pada saat menstruasi berlangsung. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian banyak siswi menjawab tidak pernah atau kadang-kadang dalam menerapkan personal hygieni saat menstruasi untuk menjaga keamanan dan kebersihan alat reproduksi. Perilaku yang kurang tepat dilakukan diantaranya tidak mengganti pembalut sebelum benar-benar terasa lembab dan basah oleh darah menstruasi, sering menggunakan produk pembersih antiseptik organ kewanitaan, menggunakan sabun mandi untuk mencuci daerah kewanitaan dan menggunakan celana jeans setiap hari. Jika perilaku tersebut terus dilakukan dapat mengganggu keseimbangan dan mengakibatkan kerusakan pada alat reproduksi.

Menurut asumsi peneliti remaja yang lebih lama mengalami menstruasi dan tinggal bersama orang tuanya memiliki perilaku personal hygiene yang lebih baik daripada remaja yang belum mengalami menstruasi. Hal ini terjadi karena remaja yang sudah mengalami menstruasi lebih lama dapat

mengerti dan paham bagaimana cara mereka menerapkan perilaku personal hygiene yang baik. Serta peran dari orang tuanya yang mendidik dan mengajarkan bagaimana anaknya yang baik mampu membuat anak berperilaku baik.

#### **4. Hubungan Antara Tingkat Pemahaman dan Peran Orang tua tentang Perilaku Remaja Putri dalam Personal Higienis saat Menstruasi**

Berdasarkan penelitian diketahui bahwa variabel X1 (pemahaman personal hygiene saat menstruasi) memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai tersebut lebih kecil dari alpha ( $0,000 < 0,05$ ). Artinya secara parsial pemahaman personal hygiene saat menstruasi mempengaruhi perilaku personal hygiene saat menstruasi. Hasil ini didapatkan dari uji statistik data penelitian yang telah dilakukan di SMP Negeri 3 Kota Blitar. Hasil tabulasi silang didapatkan bahwa dari 74 siswa dengan perilaku personal hygiene yang cukup 48 siswa (64,9%) memiliki pemahaman personal hygiene saat menstruasi yang baik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh oleh Bagiastra dan Damayanti (2019) yang menyatakan bahwa pemahaman personal higienis memiliki pengaruh terhadap perilaku siswa dalam menerapkan personal higienis. Pemahaman personal higienis yang positif dapat memberikan dampak yang baik dalam penerapan personal higienis.

Perawatan diri atau kebersihan diri (personal hygiene) merupakan perawatan diri sendiri yang dilakukan untuk mempertahankan Kesehatan, baik secara fisik maupun psikologis (Hidayat, 2008 dalam Sulaikah, 2018). Hygiene bertujuan untuk memberikan dasar kehidupan yang sehat bagi seluruh aspek kehidupan dalam rangka mempertinggi kesejahteraan masyarakat.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan, dari 74 siswa dengan perilaku personal hygiene yang cukup 48 siswa (64,9%) memiliki pemahaman personal hygiene saat menstruasi yang baik. Dan dari 74 siswa dengan perilaku personal hygiene yang cukup 44 siswa (59,5%) dengan peran orang tua sebagai pendidik dalam kategori baik.

Pemahaman personal higienis yang baik memberikan dampak yang penting akan perilaku siswi dalam menerapkan personal higienis saat menstruasi. Dengan adanya pemahaman yang baik berarti siswi memiliki pengetahuan yang baik dalam merawat dan menjaga organ reproduksi mereka.

Berdasarkan uji statisti yang telah dilakukan diketahui bahwa variabel X2 (peran orang tua sebagai pendidik) memiliki nilai signifikansi sebesar 0,002. Nilai tersebut lebih kecil dari alpha ( $0,002 < 0,05$ ). Artinya secara parsial peran orang tua sebagai pendidik mempengaruhi perilaku personal hygiene saat menstruasi. Hasil tabulasi silang

diketahui bahwa dari 74 siswa dengan perilaku personal hygiene yang cukup 44 siswa (59,5%) dengan peran orang tua sebagai pendidik dalam kategori baik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syahda dan Elmayasari (2020) uji statistik diperoleh nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), dengan demikian secara statistik ada hubungan peran orang tua (ibu) dengan perilaku personal hygiene menstruasi. Kemudian dari hasil analisis diperoleh nilai  $POR = 7,5$  hal ini berarti responden yang orang tuanya tidak berperan berpeluang 7 kali berperilaku negatif tentang personal hygiene saat menstruasi dibandingkan responden yang orang tuanya tidak berperan.

Menurut hasil penelitian responden yang orang tuanya berperan dalam kategori baik tetapi anaknya berperilaku kurang tentang personal hygiene saat menstruasi disebabkan karena kurangnya keingintahuan siswi dalam melakukan perawatan personal hygiene dan kurangnya pengawasan orang tua pada anak dalam melakukan personal hygiene saat menstruasi. Peran orang tua berpengaruh terhadap perilaku siswi tentang personal hygiene saat menstruasi. Selain memberikan pemahaman yang baik pada anaknya orang tua juga perlu mengawasi tentang perilaku anaknya agar dapat diterapkan dengan baik dan benar.

Personal hygiene menstruasi adalah perilaku yang berkaitan dengan tindakan

untuk memelihara kesehatan dan upaya menjaga kebersihan pada daerahewanitaan saat menstruasi, perilaku tersebut mencakup: menjaga kebersihan genetalia, seperti mencucinya dengan air bersih, menggunakan celana yang menyerap keringat, mengganti celana dalam, sering mengganti pembalut, mandi dua kali sehari (Pribakti, 2008 dalam Sulaikah, 2018). Kesehatan pada alat kelamin penting sekali untuk dijaga agar fertilisasi tetap terjaga sehingga mampu menghasilkan keturunan. Pada saat sedang menstruasi tubuh akan cenderung memproduksi lebih banyak keringat, minyak serta cairan tubuh lainnya. Sehingga seorang perempuan harus tetap menjaga kebersihan dan Kesehatan pada dirinya terutama pada alat kelamin yaitu Kesehatan pada vagina (Kusmiran, 2012, dalam Nurhayati, 2021).

Menurut asumsi peneliti pemahaman personal hygiene dan peran orang tua terhadap perilaku personal hygiene saat menstruasi memiliki pengaruh yang sangat penting. Dengan adanya pemahaman yang baik dan dukungan dari orang tua yang maksimal akan membuat siswi menerapkan personal hygiene dengan baik dan benar. Untuk itu pemahaman siswa dan peran orang tua untuk memberikan pendidikan tentang personal hygiene harus ditingkatkan menjadi baik agar dapat menerapkan perilaku yang baik tentang personal hygiene saat menstruasi.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa dalam pemahaman personal hygiene saat menstruasi dalam kategori baik, sebagian besar peran orang tua sebagai pendidik dalam kategori baik, perilaku personal hygiene saat menstruasi sebagian besar dalam kategori cukup, ada hubungan antara peran orang tua dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bagiastra, I. K., & Damayanti, S. L. P. (2019). Pemahaman dan Penerapan Personal Hygiene dan Sanitasi pada Anak-Anak Sekolah Minggu di Banjar Tri Parartha Perumnas Tanjung Karang Mataram. *Media Bina Ilmiah*, 13(7), 1343–1352.
- Damayanti, A. (2017). Analisis Faktor Predisposisi yang Berhubungan dengan Perilaku Masyarakat dalam Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN) di Rw 004 Kelurahan Nambangan Kidul Kecamatan Manguharjo Kota Madiun Tahun 2017. Skripsi S1 Keperawatan STIKes Bhakti Husada Mulia Madiun, 11150331000034, 1–147.
- Fauzia, P. A., & Anggraeni, S. (2020). Kecemasan Menarche Ditinjau Dari Peran Orang Tua Dan Sikap Siswi SMP Sunan Ampel Pagelaran. *Journal of Health Science Community*, 1(2). Retrieved from <https://www.thejhsc.org/index.php/jhsc/article/view/22>
- Pahira Pani, H. A. R. N. I. (2019). Penerapan Model Collaborative Learning Murder (Mood, Understand, Recall, Digest, Expand, And Review) Terhadap Peningkatan Pemahaman Konsep Peserta Didik (Studi Kuasi Eksperimen Pelajaran Ekonomi Kelas Xi Ips Sma Muhammadiyah 1 Tasikmalaya Tahun Pelajaran 2018/2019). *Doctoral Dissertation*. Universitas Siliwangi.
- Pemiliana, P. D. (2019). Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Sma Etidlandia Medan Tahun 2018. *Gaster*, 17(1), 62. <https://doi.org/10.30787/gaster.v17i1.341>
- Pratiwi, N. P. I. M. (2021). Gambaran Perilaku Mengatasi Nyeri Reumatik Pada Lanjut Usia Di Desa Mengwitani Kecamatan Mengwi Kabupaten Badung Tahun 2021 (*Doctoral Dissertation*, Jurusan Keperawatan 2021).
- Ramaiah, S. (20016). Mengatasi Gangguan Menstruasi. *Yogyakarta: Diglosia Medika*.
- Santi. 2016. Hubungan antara Pengetahuan dan Perilaku Menjaga Kebersihan Genitalia Eksterna dengan Kejadian Keputihan pada Siswi SMA Negeri 4 Semarang. (Karya Tulis Ilmiah). Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Setyaningsih, A., & Putri, N. A. (2017). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Personal Hygiene Mentruasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 5(4), 15–23. <https://doi.org/10.33221/jikm.v5i4.15>

Sulaikha, I. S. M. I., Monjelat, N., Carretero, M., Implicada, P., La, E. N., Fairstein, G. A., & Motivaci, L. (2018). Hubungan Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulvae Pada Remaja. *J. Dir, 15*(2), 2017-2019.

Syahda, S. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Peran Orang Tua (Ibu) Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smpn 2 Ukui Kabupaten Pelalawan. *Jurnal Doppler, 4*(1), 1-9.