

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Diri Saat Menstruasi

Marwah Aisyah S^{1*}, Muhammad Ikhsan², Teti Susliyanti Hasiu³, Isya Mayuni Sompi⁴

^{1,2,3,4}STIKES IST Buton

Email: marwahaisyah44@gmail.com^{1*}

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan remaja putri tentang kebersihan diri saat menstruasi. Jenis penelitian yang digunakan adalah pre-eksperimental dengan rancangan penelitian one grup pre test dan post test design. Pengambilan sampel menggunakan rumus slovin dengan jumlah sampel 136 responden. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang kebersihan diri saat menstruasi di SMP Negeri 1 Buton dengan p value = $0,000 < \alpha 0,05$. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa Pendidikan Kesehatan memiliki pengaruh untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi. Peneliti selanjutnya diharapkan lebih meningkatkan frekuensi pendidikan kesehatan setiap minggunya untuk mengetahui perubahan pengetahuan remaja putri terhadap kebersihan diri saat menstruasi.

Keywords: Menstruasi, Pendidikan kesehatan, Pengetahuan, Remaja putri

PENDAHULUAN

Menstruasi adalah proses keluarnya darah dari rahim akibat peluruhan lapisan endometrium, yang terdiri dari pembuluh darah dan sel telur yang tidak dibuahi atau belum bertemu sperma. Wanita perlu menjaga kebersihan saat menstruasi untuk mencegah terjadinya infeksi agar tetap sehat dan harus juga memastikan kesehatan organ reproduksi. Kurangnya kebersihan diri saat menstruasi dapat meningkatkan risiko infeksi saluran kemih, iritasi kulit pada bagian vagina dan infeksi saluran reproduksi (UNICEF, 2019) dalam (Palupi *et al.*, 2020).

Kebersihan diri merupakan cara untuk memelihara kesehatan reproduksi. Kesehatan reproduksi termasuk suatu keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial yang utuh dan bukan hanya bebas dari

penyakit yang berhubungan dengan sistem, fungsi dan proses reproduksi. Sebagian besar remaja putri yang sudah menstruasi tidak melakukan perawatan genetalia. Perilaku ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang kebersihan diri menstruasi, sehingga remaja putri tidak menjaga kebersihan pada saat menstruasi. (Zubaidah, 2021). Remaja putri perlu tahu cara menjaga kebersihan saat menstruasi. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi akan mengakibatkan timbulnya masalah kesehatan reproduksi seperti infeksi dan iritasi kulit pada area genetalia (Sinaga dkk., 2017).

Banyaknya remaja putri yang kurang tahu mengenai sistem kesehatan reproduksi sehingga remaja putri sering mengeluhkan vulva yang ditandai dengan adanya sensasi rasa gatal pada alat kelamin wanita hal ini

disebabkan kurangnya menjaga kebersihan area kewanitaan. Perilaku yang kurang dalam merawat daerah kewanitaan berjumlah 30% yang diakibatkan lingkungan yang buruk atau tidak sehat dan 70% di akibatkan oleh penggunaan pembalut yang kurang tepat ketika menstruasi (Pandelaki dkk., 2020).

Upaya pemerintah untuk menurunkan masalah kesehatan reproduksi adalah dengan melalui Pendidikan Kesehatan, yang mencakup perawatan organ reproduksi, kebersihan diri saat menstruasi, perkembangan remaja selama pubertas, serta informasi tentang HIV/AIDS dan infeksi menular seksua. Peran pemerintah, orang tua, dan kelompok sebaya sangat penting dalam mendukung upaya ini. Dengan melakukan kegiatan tersebut diharapkan akan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja akan pentingnya masalah kesehatan reproduksi dan menekan angka kejadian kasus-kasus kesehatan reproduksi remaja (Kemenkes, 2022).

Menurut data (WHO) 2018, menunjukkan bahwa 33% masalah kesehatan reproduksi yang dialami remaja putri dikarenakan kebersihan diri yang kurang baik salah satunya penyakit infeksi saluran reproduksi (ISR), selanjutnya kelompok kejadian tertinggi dunia 35%-42% disebabkan oleh infeksi saluran kemih (ISK), dan kanker serviks.

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, proporsi umur pertama kali menstruasi di indonesia berdasarkan pengakuan remaja umur 10-19

tahun adalah sebesar 71,6% atau sebesar 60.609 jiwa, sedangkan prevalensi di Provinsi Sulawesi Tenggara sebesar 58,7% atau sebanyak 681 jiwa.

Penelitian lain oleh Fellia Nada Zhahirah tahun 2022, 71,3% (72 orang) mahasiswi kedokteran memiliki pengetahuan baik tentang perilaku kebersihan diri saat menstruasi, sementara 28,7% (29 orang) memiliki pengetahuan kurang baik dari total 100% (101 orang) (Pratiwi, 2020). Berdasarkan data dari Dinas Pendidikan Kabupaten Buton tahun 2024 jumlah siswa SMP Negeri 1 Buton 276. Hasil observasi didapatkan dari 9 siswi yang mengalami mestruasi 4 siswi mengganti pembalut 1x sehari, 4 siswi mengganti pembalut 2x sehari dan 1 orang siswi mengganti pembalut 3-4x sehari. Seharusnya, penggantian pembalut dilakukan setiap 3-4 jam untuk menghindari bau, menjaga kenyamanan, dan mencegah infeksi pada organ reproduksi.

Berdasarkan informasi di atas, dari permasalahan yang telah diungkap, saya tertarik untuk memilih topik penelitian dengan judul: "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Diri Saat Menstruasi Di SMP Negeri 1 Buton Tahun 2024.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan desain pre eksperimental, dengan rancangan *one group pre-test and post-test design*, dimana kegiatan penelitian yang memberikan tes awal (*pre test*) sebelum

diberikan perlakuan, setelah diberikan perlakuan setelah itu memberikan tes akhir (*post test*) (Arikunto, 2019). Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 1 Buton pada tanggal 26 Juli-9 Agustus 2024. Populasi sebanyak 206 orang, dengan besaran sampel 136 orang menggunakan *purposive sampling*. Instrument menggunakan satuan acara penyuluhan (SAP) dan lembar kuisisioner. Analisis bivariat menggunakan uji *chi square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pre-test Pengetahuan Remaja Putri kelas VIII & IX SMP Negeri 1 Buton Tahun 2024

Penge-tahuan	Frekuensi (fn)	Presentase (%)	Mean	Standar Deviasi
Baik	26	19,1		
Cukup	77	56,6	61,91	13,568
Kurang	33	24,3		
Total	136		100	

Berdasarkan tabel 1.1 diatas menunjukkan bahwa dari 136 responden pada tingkat pengetahuan sebelum dilakukan Pendidikan Kesehatan yang memiliki pengetahuan tertinggi pada kategori cukup sebesar 77 (56,6%) responden dan yang memiliki pengetahuan terendah adalah kategori pengetahuan baik sebesar 26 (19,1%) dengan nilai mean sebesar 61,91 dan standar deviasi sebesar 13,568.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Post-test Pengetahuan Remaja Putri Kelas VIII & IX Di SMP Negeri 1 Buton Tahun 2024

Penge-tahuan	Frekuensi (fn)	Presentase (%)	Mean	Standar Deviasi
Baik	102	75,0	80,15	8,776
Cukup	34	25,0		
Total	136		100	

Berdasarkan Tabel 1.2 menunjukkan bahwa pengetahuan responden setelah dilakukan pendidikan kesehatan yang memiliki kategori pengetahuan baik sebesar 102 (75,0%) responden dan yang memiliki kategori pengetahuan cukup sebesar 34 (25,0%) responden dengan nilai mean sebesar 80,15 dengan standar deviasi sebesar 8,776.

Tabel 3. Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Diri Saat Menstruasi Di SMP Negeri 1 Buton Tahun 2024

	N	Mean Rank	Sum Of Rank
<i>Post-test</i> Pendidikan Kesehatan	0	0,00	0,00
<i>Pre-test</i> Pendidikan Kesehatan	135	68,00	9180,00
Ties	1		
Total	136		
<i>p-value</i>			0.000

Berdasarkan tabel 1.3 menunjukkan bahwa hasil uji *Wilcoxon*. Mean rank atau rata-rata peningkatan tersebut adalah sebesar 68,00, sedangkan jumlah rangking positif Sum Of Ranks 9180,00. Nilai *ties* dari hasil uji *wilcoxon* adalah 1 yang artinya tidak ada perubahan dari nilai *pre-test* ke *post-test*. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan remaja putri tentang kebersihan diri saat menstruasi di SMP Negeri 1 Buton dengan nilai $p\text{-value} = 0;000 < \alpha 0,05$.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji *wilcoxon rank test* pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan remaja putri di SMP Negeri 1 Buton diperoleh hasil

bahwa pada kolom *positive rank* terdapat 135 responden yang mengalami peningkatan dengan nilai *sum of ranks* sebesar 9180,00. Sedangkan pada kolom test statistik menunjukkan bahwa hasil sig. *P value* $0,000 \leq \alpha 0,05$ sehingga terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan remaja putri tentang kebersihan diri saat menstruasi di SMP Negeri 1 Buton.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Suseno dkk., 2021, dengan judul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video dan Alat Peraga terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang *Personal Hygiene* pada Masa Menstruasi dalam Layanan *Homecare* di Dusun Kumbang, Wilayah Kerja. Uji Wilcoxon digunakan dalam penelitian ini dengan hasil nilai $p = 0,000$ atau $p < \alpha = 0,05$, menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media video dan alat peraga terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri tentang personal hygiene selama menstruasi.

Hasil penelitian ini konsisten dengan studi oleh Dolang & Kiriwenno (2020), yang meneliti pengaruh pendidikan kesehatan mengenai higiene menstruasi terhadap pengetahuan remaja putri dengan sampel sebanyak 35 responden. Penelitian ini menggunakan uji nonparametrik atau uji Wilcoxon dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$ ($p = 0,000$). Dimana hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan hygiene menstruasi siswi di

SMP 1 Masohi yang diberikan melalui ceramah, penyuluhan, penggunaan modul dan leaflet yang terbukti efektif dalam menyampaikan informasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Fitriani dkk., 2024, tentang pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media flipbook digital terhadap tingkat pengetahuan menstrual hygiene remaja putri di SDN wilayah kerja puskesmas kotakaler dengan jumlah sampel 70 responden didapatkan hasil uji Wilcoxon dengan nilai sig $0,000 (< 0,05)$ yang dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh signifikan terhadap tingkat pengetahuan tentang menstrual hygiene pada remaja putri di SDN wilayah kerja Puskesmas kotakaler.

Pendidikan kesehatan adalah alat yang efektif untuk menyampaikan informasi, meningkatkan pengetahuan, dan mengubah kebiasaan individu menjadi lebih baik (Harahap dkk., 2022). Pengetahuan yang baik sangat penting karena membantu seseorang menjaga kebersihan dan menghindari penyakit. Tingkat pengetahuan dapat berubah akibat informasi yang diterima, baik secara langsung maupun tidak langsung. Sumber informasi langsung meliputi teman, keluarga, lingkungan, dan tenaga kesehatan, sementara informasi tidak langsung bisa diperoleh dari media massa (Harahap dkk., 2022).

Menurut peneliti Sebagian besar remaja putri mengalami peningkatan positif terhadap tingkat pengetahuan tentang kebersihan diri saat menstruasi. Adanya peningkatan responden setelah diberikan pendidikan kesehatan karena responden

telah menerima informasi dan memahami kebersihan diri saat menstruasi dengan metode ceramah, tanya jawab dan diskusi *leaflet*. Hal ini dapat disimpulkan bahwa informasi yang diberikan dengan metode ceramah, tanya jawab dan diskusi *leaflet* mempermudah proses pemahaman responden terhadap kebersihan diri saat menstruasi.

KESIMPULAN

Terdapat pengaruh pemberian pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan remaja putri tentang kebersihan diri saat menstruasi di SMP Negeri 1 Buton sebelum dan sesudah diberi pendidikan kesehatan dengan p value $0,000 < \alpha 0,05$. Peneliti selanjutnya diharapkan lebih meningkatkan frekuensi pendidikan kesehatan setiap minggunya untuk mengetahui perubahan remaja putri terhadap kebersihan diri saat menstruasi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi dalam pelaksanaan dan penyelesaian. Terima kasih yang tulus disampaikan kepada pihak sekolah yang telah memberikan izin dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian, kepada para remaja putri yang telah bersedia menjadi responden.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Dolang, M. W., & Kiriwenno, E. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Higiene Menstruasi Terhadap Pengetahuan Remaja Putri. *BIOSEL (Biology Science and Education): Jurnal Penelitian Science dan Pendidikan*, 9(1), 101-108.
- Harahap, H. P., Syari, M., & Wau, Y. (2022). Perbandingan Media Penyuluhan Leaflet dan Audiovisual dengan Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Journal of Nursing and Health Science*, 1(3), 79-85.
- Kemendes. (2022). *Kesehatan Reproduksi Remaja: Permasalahan dan Upaya Pencegaha*.
- Pandelaki, L. G., Rompas, S., & Bidjuni, H. (2020). Hubungan personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian pruritus vulvae pada remaja di Sma Negeri 7 Manado. *Jurnal Keperawatan*, 8(1), 68-74.
- Pratiwi, D. (2020). Hubungan Pengetahuan Tentang Kebersihan diri pada Remaja Putri Kelas XI Dengan Keputihan di SMK Negeri 3 Medan Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 586-589.
- Sinaga, E. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*, Iwwash, Jakarta.
- Suseno, M. R., Fitri Hamidiyanti, B. Y., & Ayu Ningsih, W. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Dan Alat Peraga Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Masa Menstruasi Dalam Layanan Homecare. *Jurnal Kebidanan*, 10(2), 59-69.
- Zubaidah, Z. (2021). Perilaku Remaja Putri Dalam Pelaksanaan Kebersihan Genitalia Saat Menstruasi Di Desa Krayan Bahagia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(1), 1-4.