

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI  
DENGAN *PERSONAL HYGIENE* SAAT  
MENSTRUASI DI SMP NEGERI 1 KUOK**



**NAMA : WULAN NOPRI YANTI**

**NIM : 1814201046**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI  
RIAU  
2022**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI  
DENGAN *PERSONAL HYGIENE* SAAT  
MENSTRUASI DI SMP NEGERI 1 KUOK**



**NAMA : WULAN NOPRI YANTI**

**NIM : 1814201046**

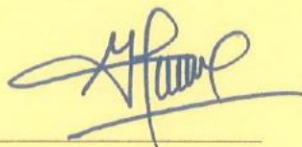
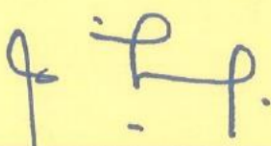


**Diajukan sebagai Persyaratan untuk Memperoleh Gelar Sarjana  
Keperawatan**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI  
RIAU  
2022**

**LEMBARAN PERSETUJUAN DEWAN PENGUJI  
UJIAN SKRIPSI S1 ILMU KEPERAWATAN**

---

---

No	NAMA	TANDA TANGAN
1.	<u>FITRI APRIYANTI, SST, M.Keb</u> Ketua Dewan Penguji	 _____
2.	<u>Ns.NILA KUSUMAWATI, S.Kep, MPH</u> Sekretaris	 _____
3.	<u>DEWI ANGGRIANI HARAHAP, M.Keb</u> Penguji 1	 _____
4.	<u>DHINI ANGGRAINI DHILON, M.Keb</u> Penguji 2	 _____

**Mahasiswi :**

NAMA : WULAN NOPRI YANTI

NIM : 1814201046

TANGGAL UJIAN : 05 OKTOBER 2022

## LEMBARAN PERSETUJUAN AKHIR SKRIPSI

---

NAMA            WULAN NOPRI YANTI  
NIM             : 1814201046

NAMA

TANDA TANGAN

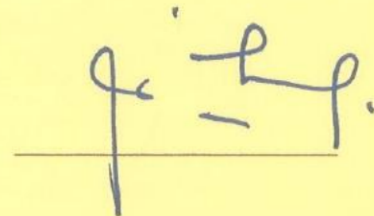
Pembimbing I :

FITRI APRIYANTI, SST, M.Keb  
NIP. TT 096 542 092

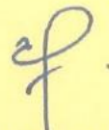


Pembimbing II :

Ns.NILA KUSUMAWATI, S.Kep, MPH  
NIP. TT 096 542 182



Mengetahui,  
Ketua Program Studi S1 Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai



Ns. ALINI, M.Kep  
NIP. TT 096 542 079

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS PAHLAWAN TUANKU TAMBUSAI**

**Laporan Hasil Penelitian, September 2022  
WULAN NOPRI YANTI**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI DENGAN *PERSONAL  
HYGIENE* SAAT MENSTRUASI DI SMP NEGERI 1 KUOK**

**x+ 56 Halaman + 4Tabel + 4 Skema + 14 Lampiran**

**ABSTRAK**

Pengetahuan setiap individu tentang *personal hygiene* memberikan pengaruh besar terhadap sikap dan perilaku seseorang dalam menjaga, memelihara serta merawat kesehatan reproduksi. *Personal hygiene* adalah tindakan yang bertujuan untuk menjaga kesehatan dan kebersihan seseorang. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan remaja putri dengan *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 1 Kuok . Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII dan VIII di SMP Negeri 1 Kuok dengan jumlah sampel sebanyak 50 siswi diambil dengan teknik *Total Sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan uji *chi-square*. Hasil analisa univariat diperoleh 27 responden (54%) memiliki pengetahuan baik dan 25 (50%) memiliki *personal hygiene* yang kurang. Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan remaja putri dengan *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 1 Kuok (*P-value* = 0,001). Diharapkan dapat memberikan masukan bagi siswi agar selalu memperhatikan *personal hygien* pada saat menstruasi.

**Kata Kunci : Pengetahuan, *personal hygiene***  
**Daftar bacaan : 28 bacaan (2012-2022)**

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah Subhana Wata'ala yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Pengetahuan Remaja Putri dengan *Personal Hygiene* saat Menstruasi di SMP Negeri 1 Kuok”**.

Penelitian ini diajukan guna memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan program S1 Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. Dalam penyelesaian skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang tulus kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. H. Amir Luthfi, selaku Rektor Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
2. Ibu Dewi Anggriani Harahap, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, sekaligus selaku penguji 1 yang telah memberikan kritikan dan saran dalam kesempurnaan skripsi ini.
3. Ns. Alini, M.Kep selaku ketua program studi S1 Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
4. Ibu Fitri Apriyanti, SST, M.Keb selaku pembimbing I dalam penyusunan skripsi, yang telah meluangkan waktu, pemikiran, bimbingan, serta arahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Nila Kusumawati, S.Kep, MPH selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu, pemikiran, bimbingan, serta arahan dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Ibu Dhini Anggraini Dhillon, M.Keb selaku penguji II yang telah memberikan kritikan dan saran dalam kesempurnaan skripsi ini.
7. Selaku kepala sekolah SMP Negeri 1 Kuok beserta staf atas izin dan kerjasama dalam pengambilan data dan pelaksanaan penelitian.
8. Bapak/Ibu dosen program studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Pahlawan yang sudah membimbing peneliti dalam perkuliahan sehingga mendapatkan ilmu yang bermanfaat.
9. Ayah dan Ibu tercinta, yang selalu memberikan doa dalam setiap langkah yang saya jalani, serta terima kasih kepada keluarga yang selalu memberikan dukungan sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini.
10. Teman-teman pada program studi S1 Keperawatan di Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu namanya.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Bangkinang, september 2022

Penulis

Wulan Nopri Yanti

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>LEMBARAN PERSETUJUAN HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR SKEMA .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
A. Tinjauan Pustaka.....	7
1. <i>Personal hygiene</i> pada saat Menstruasi.....	7
2. Pengetahuan.....	13
3. Remaja.....	22
4. Menstruasi .....	24
5. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri dengan <i>Personal hygiene</i> saat Menstruasi .....	28
6. Penelitian Terkait.....	30
B. Kerangka Teori.....	33
C. Kerangka Konsep .....	33
D. Hipotesis .....	34
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>35</b>
A. Desain Penelitian .....	35
1. Rancangan Penelitian .....	35
2. Alur Penelitian.....	36
3. Prosedur Penelitian.....	37
4. Variabel Penelitian .....	37
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	38
1. Lokasi penelitian .....	38
2. Waktu penelitian.....	38
C. Populasi dan Sampel.....	38
1. Populasi .....	38
2. Sampel.....	39
D. Etika Penelitian.....	40
E. Alat Pengumpulan Data.....	41



F. Prosedur Pengumpulan Data .....	41
G. Uji Validitas dan Realibilitas.....	42
1. Uji Validitas.....	42
2. Uji Realibilitas.....	43
H. Definisi Operasional.....	44
I. Pengolahan Data.....	45
J. Analisis Data.....	46
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>48</b>
A. Karakteristik Responden.....	48
B. Analisis Univariat.....	49
C. Analisis Bivariat .....	49
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>	<b>51</b>
A. Hubungan pengetahuan remaja putri dengan <i>personal hygiene</i> saat menstruasi di SMP Negeri 1 Kuok .....	51
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>56</b>
A. Kesimpulan.....	56
B. Saran .....	56
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

**DAFTAR TABEL**

	<b>Halaman</b>
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	45
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di SMP Negeri 1 Kuok.....	48
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri dengan <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi di SMP Negeri 1 Kuok.....	49
Tabel 4.4 Distribusi Hubungan Pengetahuan Remaja Putri dengan <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi di SMP Negeri 1 Kuok.....	50

**DAFTAR SKEMA**

	<b>Halaman</b>
Skema 2.1 Kerangka Teori.....	33
Skema 2.2 Kerangka Konsep .....	33
Skema 3.1 Rancangan Penelitian .....	35
Skema 3.2 Alur Penelitian.....	36

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Format Pengajuan Judul Penelitian
- Lampiran 2. Surat Izin Pengambilan Data
- Lampiran 3. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 4. Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 5. Surat Keterangan Selesai Melaksanakan Penelitian
- Lampiran 6. Surat Permohonan Kepada Calon Responden
- Lampiran 7. Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 8. Instrumen Penelitian
- Lampiran 9. Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 10. Master Tabel
- Lampiran 11. Hasil Olahan SPSS
- Lampiran 12. Hasil Turnitin
- Lampiran 13. Lembar Konsultasi Pembimbing I
- Lampiran 14. Lembar Konsultasi Pembimbing II

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa peralihan atau transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dengan batasan usia 10-19 tahun, yang ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis. Perubahan fisik pada remaja putri ditandai dengan salah satunya adalah menstruasi. Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur setiap bulan sebagai tanda bahwa organ reproduksi telah berfungsi secara matang yang terjadi secara alamiah pada wanita (Susanti and Lutfiyati, 2020).

Menstruasi merupakan keluarnya darah pada alat kelamin disebabkan oleh siklus menstruasi pada wanita. Darah haid serta keringat di vulva bisa membasahi alat kelamin. Apabila *personal hygiene* tidak dijaga dengan benar, saat lembab, maka jamur dan bakteri diarea genital akan berkembang biak, sehingga melakukan *personal hygiene* saat menstruasi sangat penting (Astuti & Anggarawati, 2020).

*Personal hygiene* adalah tindakan yang bertujuan untuk menjaga kesehatan dan kebersihan seseorang. *Personal hygiene* saat menstruasi adalah membasuh alat kelamin dari depan ke belakang dengan air bersih, keringkan alat kelamin dengan kain atau handuk yang bersih dan kering, ganti pembalut secara rutin 3-4 jam sehari, dan tidak menggunakan pakaian dalam yang ketat (Astuti & Anggarawati, 2020).

*Personal hygiene* saat menstruasi termasuk dalam hal penting untuk menentukan kesehatan organ reproduksi pada remaja putri agar terhindar dari infeksi. Ketika menstruasi, seharusnya benar-benar bisa menjaga kebersihan organ reproduksi dengan baik terutama bagian vagina. Apabila tidak terjaga kebersihannya, maka akan timbul mikro organisme seperti bakteri dan jamur (Mitra et al. 2020).

Upaya peningkatan kesehatan dengan cara meningkatkan pengetahuan pada remaja sangat penting dilakukan, karena jika remaja tidak mengetahui cara-cara *personal hygiene* yang benar maka akan timbul beragam masalah seperti pengeluaran cairan vagina *flour albus* (keputihan), iritasi, timbulnya masalah infeksi pada saluran kemih, bau yang tidak menyenangkan dan infeksi pada daerah vagina (Narsih, Rohmatin, and Widayati 2020).

Berdasarkan data survei Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia (PKBI) Jawa Tengah tahun 2018 pengetahuan remaja tentang cara-cara merawat organ reproduksi masih rendah karena minimnya pengetahuan atau informasi yang diperoleh sebesar 43,22% pengetahuan cukup 37,2% dan pengetahuan baik sebesar 19,50% (Narsih, Rohmatin, and Widayati 2020).

Salah satu akibat kurangnya pemahaman *personal hygiene* genitalia adalah terjadinya gangguan kesehatan reproduksi seperti keputihan, infeksi saluran kemih (ISK), penyakit radang panggul (PRP), sehingga dibutuhkan informasi yang sangat baik mengenai kesehatan reproduksi agar remaja memiliki pemahaman yang baik dan dapat mencegah ancaman penyakit reproduksi (Wakhidah, 2014).

Berdasarkan informasi dari WHO pada tahun 2015, angka peristiwa infeksi saluran reproduksi tertinggi di dunia yakni pada umur anak muda (35-42%). Dibandingkan dengan negara di Asia Tenggara lainnya, perempuan Indonesia rentan terserang Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) disebabkan oleh cuaca Indonesia yang lembab dan juga panas (Malihah et al. 2019).

Menurut (Purnama 2021), kurangnya tindakan dalam menjaga kebersihan genetalia seperti tidak mencuci tangan sebelum membuka dan memasang pembalut, malas mengganti pembalut dan pemakaian pembalut lebih dari 6 jam, membilas vagina dengan air kotor, penggunaan pembilas vagina yang berlebihan, pemeriksaan vagina yang tidak higienis, dan adanya benda asing dalam vagina dapat menyebabkan keputihan yang abnormal dan wanita rentan terkena penyakit yaitu terjadinya infeksi jamur dan bakteri pada saat menstruasi. selain itu malas mengganti pembalut atau pemakaian pembalut lebih dari 6 jam juga berpotensi menjadi wada dan sarana perkembangbiakan kuman dan bakteri yang merugikan yaitu masuknya kuman ke dalam tubuh melalui vagina.

Menurut *Jornal of Health Science Integration* Malihah et al (2019) remaja putri antara usia 10 dan 14 tahun memiliki masalah kesehatan reproduksi, berdasarkan data survei WHO di beberapa negara. Berdasarkan data WHO (2010), angka infeksi genital tertinggi di dunia terjadi pada usia muda (35-42%). Dibandingkan dengan negara-negara Asia Tenggara lainnya, wanita Indonesia lebih rentan teradap Infeksi genital karena kelembaban dan panasnya Indonesia.

Remaja putri memiliki pengetahuan yang sangat rendah tentang perawatan saat menstruasi, terutama yang berkaitan dengan alat kelamin. Kebersihan pribadi yang tidak memadai dan tidak sehat juga bisa menyebabkan pertumbuhan mikroba yang berlebihan dan pada akhirnya mengganggu fungsi organ reproduksi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang kebersihan saat menstruasi pada remaja putri (Wianti, 2018).

Sebab dari menularnya penyakit yaitu tidak ada pengetahuan untuk menjaga kebersihan pribadi. Faktor yang mempengaruhi orang untuk meningkatkan kebersihan pribadi adalah faktor ekonomi yang terkait dengan fasilitas dan infra struktur perawatan diri, dan budaya mitologis yang dipercayai anak muda tentang perawatan diri dan pengetahuan. Kurangnya sumber daya berarti kurangnya pengetahuan mempengaruhi remaja putri. Diperlukan sumber informasi yang inovatif dan menarik melalui pendidikan kesehatan (Purwaningsih et al., 2021).

Berdasarkan survei yang diketahui sebelumnya bahwa di SMPN 1 Kuok, jumlah siswi di kelas VII dan VIII pada 50 responden dan di SMP Muhamadiyah jumlah siswi yang didapatkan di kelas VII dan VIII berjumlah 41 responden. Dari 10 orang siswi di SMPN 1 Kuok dan 10 orang siswi di SMP Muhamadiyah, didapatkan hasil bahwa di SMPN 1 Kuok sebanyak 6 orang siswi kurang mengetahui tentang kebersihan pribadi pada saat haid dan 4 orang siswi mengetahui. Salah satu dampak yang terjadi dari 6 siswi di SMPN 1 Kuok yang kurang mengetahui tentang kebersihan pribadi saat haid



adalah timbulnya rasa gatal pada daerah genitalia, karena tidak menjaga kebersihan dengan benar saat menstruasi. Sedangkan di SMP Muhammadiyah sebanyak 3 orang siswi kurang mengetahui tentang kebersihan pribadi saat haid dan 7 orang siswi yang tahu. Dari 3 orang siswi di SMP Muhammadiyah yang tidak mengetahui tentang kebersihan pribadi pada saat haid dampak yang terjadi adalah timbulnya rasa gatal pada daerah genitalia karena rasa malas untuk mengganti pembalut saat menstruasi. Berdasarkan survei awal tersebut dapat disimpulkan bahwa di SMPN 1 Kuok siswi terbanyak tidak mengetahui tentang kebersihan pribadi saat haid.

Berdasarkan permasalahan yang telah ditentukan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan pengetahuan remaja putri dengan *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Kuok tahun 2022.

## **B. Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dengan *personal hygiene*?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengkaji hubungan antara pengetahuan remaja putri dalam *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 1 Kuok

### 2. Tujuan Khusus

- a. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan remaja putri saat menstruasi dan distribusi frekuensi *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 1 Kuok.

- b. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan remaja putri saat menstruasi dengan *personal hygiene* di SMP Negeri 1 Kuok.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Aspek Teoritis**

Kajian ini diharapkan agar dapat menambah pengetahuan dan informasi seseorang, memberi saran, menambah wawasan, serta menjadi referensi dan bahan bacaan bagi penelitian dan pengembangan selanjutnya di bidang ilmu kesehatan. Membantu memecahkan masalah terkait kebersihan pribadi selama haid terhadap remaja.

##### **2. Aspek Praktis**

Hasil penelitian ini dimaksudkan sebagai bahan bacaan, untuk memberikan wawasan kepada mahasiswa Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai dan untuk memberikan tambahan informasi bagi peneliti. Secara khusus informasi tentang hubungan antara pengetahuan remaja putri terhadap *personal hygiene* saat menstruasi dan hasil penelitian ini. Selain itu, perbaikan pada arahan diharapkan. Ini dapat digunakan sebagai sumber informasi bagi remaja tentang menjaga kebersihan pribadi, terutama bagi para profesional kesehatan yang mencari nasihat kebersihan pribadi selama menstruasi.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan Pustaka**

##### **1. *Personal hygiene* pada saat Menstruasi**

###### **a. Definisi**

*Personal hygiene* merupakan kebersihan dan kesehatan perorangan yang bertujuan untuk mencegah timbulnya penyakit pada diri sendiri dan orang lain, baik secara fisik maupun psikologis. Faktor yang mempengaruhi *personal hygiene* yaitu kebudayaan, agama, lingkungan, tingkatan perkembangan sesuai usia, kesehatan dan energi, serta preferensi pribadi (Silalahi & Putri, 2017).

*Personal hygiene* menstruasi merupakan tindakan menjaga kebersihan organ kewanitaan untuk mencegah terjadinya infeksi. Menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi membutuhkan perhatian ekstra untuk menghindari dari perkembangan jamur. Pembalut tidak boleh dipakai lebih dari 6 jam atau sebaliknya jika sudah penuh. Kurangnya pengetahuan remaja mengenai *personal hygiene* saat menstruasi dapat menjadi indikator penting untuk menunjukkan adanya masalah yang terjadi pada organ reproduksi, karena saat menstruasi organ intim sangat rentan sekali terpapar oleh bakteri dan jamur. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku remaja

terhadap *personal hygiene* pada saat menstruasi (Hermawati et al., 2021).

**b. Indikator Perilaku *Personal hygiene* pada saat Menstruasi**

Indikator perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi menurut kusmiran (2012), sebagai berikut:

- 1) Saat menstruasi wanita lebih berkeringat dibandingkan dengan hari-hari biasanya. Oleh karena itu, agar tubuh tetap segar dan bebas dari bau badan harus rajin merawat tubuh dengan mandi yang bersih dan mencuci rambut minimal dua hari sekali.
- 2) Membersihkan bekas keringat yang ada disekitar alat kelamin secara teratur dengan air bersih, lebih baik menggunakan air hangat, dan sabun lembut dengan kadar soda rendah terutama setelah buang air besar (BAB) dan buang air kecil (BAK). Cara membasuh alat kelamin perempuan yang benar adalah dari arah depan (vagina) ke belakang (anus), tidak terbalik karena bakteri yang ada disekitar anus bisa terbawa ke dalam vagina dan berisiko menimbulkan infeksi. Setelah dibersihkan, vagina dikeringkan menggunakan handuk bersih atau tisu kering supaya vagina tidak lembab.
- 3) Menggunakan air bersih saat mencuci vagina. Tidak perlu sering menggunakan sabun khusus pembersih vagina. Vagina sendiri sudah mempunyai mekanisme alami untuk mempertahankan keasamannya yaitu adanya kuman *Doderlin* yang hidup di vagina

dan berfungsi memproduksi asam sehingga terbebtuk suasana masam yang mampu mencegah bakteri baik jamur yang dapat menyebabkan infeksi

- 4) Menstruasi merupakan mekanisme tubuh untuk membuang darah kotor. Pemakaian pembalut tidakboleh lebih dari enam jam dan diganti sesering mungkin bila sidah penuh oleh darah. Hal ini dikarenakan pembalut juga menyimpan bakteri jika lama diganti.

**c. Pengetahuan Tentang *Personal hygiene* saat Menstruasi**

Pengetahuan setiap individu tentang *personal hygiene* memberikan pengaruh besar terhadap sikap dan perilaku seseorang dalam menjaga, memelihara serta merawat kesehatan reproduksi. Sikap positif dan negatif tentang pengetahuan yang didapat tergantung dari pemahaman individu tersebut, bila individu memiliki sikap yang positif itu akan mendorong keinginan individu melakukan perilaku dalam kehidupannya sehari-hari. Merawat diri sendiri pada saat menstruasi sangat dibutuhkan guna memelihara, menjaga kesehatan organ reproduksi, alternatif tersebut seperti melakukan penggantian pembalut setelah 3-4 jam sekali, membersihkan area genital mulai dari depan (vagina) menuju kebelakang (anus) setelah buang air besar atau kecil, melakukan aktivitas fisik seperti olahraga pergi ke sekolah, mencukupin asupan makanan dengan sayur-sayur dan buah-buahan mengandung kaya zat besi dan kalsium (Simanjuntak & Siagian, 2020).

Kurangnya pengetahuan remaja mengenai *personal hygiene* saat menstruasi dapat menjadi indikator penting untuk menunjukkan adanya masalah yang terjadi pada organ reproduksi, karena saat menstruasi organ intim sangat rentan sekali terpapar oleh bakteri dan jamur (Hermawati et al., 2021).

**d. Tujuan *Personal hygiene* saat Menstruasi**

- 1) Meningkatkan derajat kesehatan seseorang.
- 2) Memelihara kebersihan diri.
- 3) Memperbaiki *personal hygiene* yang kurang.
- 4) Mencegah penyakit.
- 5) Menciptakan keindahan.
- 6) Meningkatkan rasa percaya diri.

Berdasarkan uraian tersebut tujuan dari *personal hygiene* adalah kebersihan seseorang adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis. *Personal hygiene* adalah salah satu kemampuan dasar manusia dalam memenuhi kebutuhannya guna memepertahankan kehidupannya, kesehatan dan kesejahteraan sesuai dengan kondisi kesehatannya yang meliputi memelihara kebersihan diri, menciptakan keindahan, serta meningkatkan derajat kesehatan individu sehingga dapat mencegah timbulnya penyakit pada diri sendiri maupun terhadap orang lain.

**e. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Personal hygiene pada saat Menstruasi**

Menurut isro'in 2012 faktor-faktor yang mempengaruhi *personal hygiene* diantaranya adalah sebagai berikut :

1) Pengetahuan

Pengetahuan tentang *personal hygiene* akan mempengaruhi praktek *hygiene* seseorang. Namun, hal ini saja tidak cukup, karena motivasi merupakan kunci penting dalam pelaksanaan *personal hygiene* tersebut. Permasalahan yang sering terjadi yaitu ketiadaan motivasi kurangnya pengetahuan.

2) Praktek sosial

Manusia adalah makhluk sosial dan karenanya berada dalam kelompok sosial. Kondisi ini akan memungkinkan seseorang untuk berhubungan, berinteraksi dan bersosialisasi satu dengan yang lainnya. *Personal hygiene* atau kebersihan diri seseorang sangat mempengaruhi praktik sosial seseorang. Pada masa remaja, *hygiene* pribadi dipengaruhi oleh kelompok teman sebaya.

3) Pilihan pribadi

Setiap klien memiliki keinginan dan pilihan tersendiri dalam praktik *personal hygiene*, misalnya kapan dia harus mandi, bercukur, melakukan perawatan rambut. Dan juga termasuk memilih produk yang digunakan dalam praktek *hygienennya*

misalnya sabun, sampo, deodoran, dan pasta gigi, menurut pilihan dan kebutuhannya.

#### 4) Citra tubuh

Citra tubuh merupakan cara pandang seseorang terhadap bentuk tubuhnya. Citra tubuh sangat mempengaruhi dalam praktik *hygiene* seseorang. Ketika seseorang yang tampak berantakan, tidak rapi, atau tidak peduli dengan *hygiene* pada dirinya maka dibutuhkan edukasi tentang pentingnya *hygiene* untuk kesehatan, selain itu juga dibutuhkan kepekaan untuk melihat mengapa hal ini bisa terjadi, apakah memang kurang edukasi/ketidaktahuan seseorang akan ketidak mampuan seseorang dalam menjalankan praktek *hygiene* atau ketidak mampuan seseorang dalam *hygiene* harian.

#### 5) Status sosial ekonomi

Status ekonomi seseorang mempengaruhi jenis dan tindakan praktek *personal hygiene* perorangan. Sosial ekonomi yang rendah memungkinkan *personal hygiene* perorangan rendah pula.

#### 6) Budaya

Kepercayaan budaya dan nilai pribadi akan mempengaruhi perawatan *personal hygiene* seseorang. Berbagai budaya memiliki praktek *hygiene* yang berbeda. Beberapa budaya memungkinkan juga menganggap bahwa kesehatan dan kebersihan tidaklah penting.



#### **f. Dampak Tidak Menjaga *Personal hygiene* saat Menstruasi**

Salah satu akibat kurangnya pemahaman *personal hygiene* saat menstruasi Dampak yang akan terjadi merupakan infeksi saluran kencing, infeksi saluran reproduksi, dan iritasi pada kulit (Astuti & Anggarawati, 2020).

Perilaku *personal hygiene* yang kurang pada saat menstruasi, serta penggunaan pembalut yang tidak sehat merupakan penyebab utama dari penyakit Infeksi Saluran reproduksi (ISR). Angka kejadian Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) tertinggi di dunia terjadi pada usia remaja (35%-42% ) (Syukrianti & Elmayasari, 2020)

## **2. Pengetahuan**

### **a. Definisi**

Menurut kamus terbitan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui, misalnya kepandaian, atau segala sesuatu yang diketahui berkenaan dengan hal (M. Ridwan et al., 2021).

*Personal hygiene* merupakan suatu tindakan yang bertujuan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang. *Personal hygiene* saat menstruasi diantaranya membersihkan alat kelamin dari arah depan kebelakang dengan menggunakan air bersih, mengeringkan organ genitalia dengan tissue atau handuk kering yang bersih, mengganti pembalut secara teratur 3-4 jam sekali dalam sehari, serta

tidak menggunakan celana dalam yang ketat (Astuti & Anggarawati, 2020)

#### **b. Proses Pengetahuan**

Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Sebelum orang mengadopsi perilaku baru (berperilaku baru didalam diri seseorang terjadi proses yang berurutan)

##### 1) *Awarenes* (kesadaran)

Dimana orang tersebut menyadari dalam arti mengetahui terlebih dahulu terhadap stimulus.

##### 2) *Inters* (merasa tertarik)

Terhadap stimulus atau objek tersebut. Disini sikap subjek sudah mulai timbul.

##### 3) *Evaluation* (menimbang-nimbang)

Individu akan mempertimbangkan baik buruknya tindakan terhadap stimulus tersebut bagi dirinya, hal ini berarti sikap responden sudah lebih baik lagi.

##### 4) *Trial*

Sikap dimana subyek mulai mencoba melakukan sesuatu sesuai dengan apa yang di kehendaki oleh stimulus.

##### 5) *Adaption*

Dimana subjek telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran dan sikapnya terhadap stimulus. Apabila penerimaan

perilaku baru atau adopsi perilaku melalui proses seperti ini, dimana didasari oleh pengetahuan, kesadaran dan sikap yang positif, maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng (*longlasting*). Sebaliknya, apabila perilaku itu tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran akan tidak berlangsung lama. Jadi, pentingnya pengetahuan disini adalah dapat menjadi dasar dalam merubah perilaku sehingga perilaku itu langgeng.

### c. Tingkatan Pengetahuan

Ranah kognitif adalah ranah yang mencakup kegiatan mental (otak). Menurut Bloom dalam kartika segala upaya yang menyangkut aktivitas otak adalah termasuk dalam ranah kognitif. Didalam ranah kognitif ini terdapat enam jenjang proses berpikir, mulai dari jenjang rendah sampai dengan jenjang yang paling tinggi. Menurut Kholid dan Notoadmodjo (2012) terdapat 6 tingkat pengetahuan, yaitu:

#### 1) Tahu (*Know*)

Tahu diartikan hanya sebagai *recall* (memanggil) memori yang telah ada sebelumnya setelah mengamati sesuatu. Misalnya: tahu bahwa buah tomat banyak mengandung vitamin C, jamban adalah tempat membuang air besar, penyakit demam berdarah ditularkan oleh gigitan nyamuk *Aedes Aegypti*, dan sebagainya. Untuk mengetahui atau mengukur bahwa orang tahu sesuatu dapat menggunakan pertanyaan-pertanyaan misalnya: apa tanda-tanda

anak yang kurang gizi, penyebab penyakit TBC, bagaimana melakukan PSN(pemberantasan sarang nyamuk), dan sebagainya.

2) Memahami (*Comprehension*)

Memahami suatu objek bukan sekedar tahu terhadap objek tersebut, tidak sekedar dapat menyebutkan, tetapi orang tersebut harus dapat mengintreprestasikan secara benar tentang objek yang diketahui tersebut. Misalnya orang yang memahami cara pemberantasan penyakit demam berdarah, bukan hanya sekedar menyebutkan 3M (mengubur, menutup, dan menguras), tetapi harus dapat menjelaskan mengapa harus menutup, menguras, dan sebagainya, tempat-tempat penampungan air tersebut.

3) Aplikasi (*Aplication*)

Aplikasi diartikan apabila orang yang telah memahami objek yang dimaksud dapat menggunakan atau mengaplikasikan prinsip yang diketahui tersebut pada situasi yang lain. Misalnya seseorang yang telah paham tentang proses perencanaan, ia harus dapat membuat perencanaan program kesehatan di tempat ia bekerja atau dimana saja, orang yang telah paham metedologi penelitian, ia akan mudah membuat proposal penelitian dimana saja, dan seterusnya.

4) Analisi (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan seseorang untuk menjabarkan dan atau memisahkan, kemudian mencari hubungan antara komponen-komponen yang terdapat dalam suatu masalah atau

objek yang diketahui. Indikator bahwa pengetahuan seseorang itu sudah sampai pada tingkat analisis adalah apabila orang tersebut telah dapat membedakan, atau memisahkan, mengelompokkan, membuat diagram, (bagan) terhadap pengetahuan atas objek tersebut.

5) Sintesis (*Synthesis*)

Suatu kemampuan menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru.

6) Evaluasi (*Evaluation*)

Pengetahuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek.

**d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan**

Notoatmodjo (2012), berpendapat bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, yaitu :

1) Pendidikan

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Dengan pendidikan tinggi maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi, baik dari orang lain maupun dari media massa. Semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula pengetahuan yang

didapat tentang kesehatan. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya.

Namun perlu ditekankan bahwa seorang yang berpendidikan rendah tidak berarti mutlak berpengetahuan rendah pula. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal, akan tetapi juga dapat diperoleh pada pendidikan non formal. Pengetahuan seseorang tentang sesuatu obyek juga mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek inilah yang akhirnya akan menentukan sikap seseorang terhadap obyek yang di ketahui, akan menumbuhkan sikap makin positif terhadap obyek tersebut.

## 2) Mass media / informasi

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengaruh jangka pendek (*immediate impact*) sehingga menghasilkan perubahan atau peningkatan pengetahuan. Kemajuan teknologi akan tersedia bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang inovasi baru. Sebagai sarana komunikasi, berbagai bentuk media massa seperti televisi, radio, majalah, penyuluhan dan lain-lain mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang. Dalam

penyampaian informasi sebagai tugas pokoknya, media massa membawa pula pesan-pesan yang berisi sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang. Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya pengetahuan terhadap hal tersebut.

### 3) Sosial budaya dan ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan orang-orang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk. Dengan demikian seseorang akan bertambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan tersediannya suatu fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi ini akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

### 4) Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada di sekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan kedalam individu yang berada dalam lingkungan tersebut. Hal ini terjadi karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspon sebagai pengetahuan oleh setiap individu.

### 5) Pengalaman

Pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman baik dari pengalaman pribadi maupun dari pengalaman orang lain.

Pengalaman ini merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran suatu pengetahuan.

6) Usia

Usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik.

**e. Pengukuran Pengetahuan**

Pengetahuan tentang kesehatan dapat diukur berdasarkan jenis penelitiannya, kuantitatif dan kualitatif :

1) Penelitian kuantitatif

Penelitian kuantitatif pada umumnya akan mencari jawaban atas fenomena, yang menyangkut berapa banyak, berapa sering, berapa lama, dan sebagainya, maka biasanya menggunakan metode wawancara dan angket (*self administered*) :

- a) Wawancara tertutup atau wawancara terbuka, dengan menggunakan instrument (alat pengukur/pengumpul data) kuesioner. Wawancara tertutup adalah wawancara dimana jawaban responden atas pertanyaan yang diajukan telah tersedia dalam opsi jawaban, responden tinggal memilih jawaban mana yang mereka anggap paling benar atau paling tepat. Sedangkan wawancara terbuka, dimana pertanyaan-pertanyaan yang diajukan bersifat terbuka, sedangkan responden boleh



menjawab apa saja sesuai dengan pendapat atau pengetahuan responden sendiri.

- b) Angket tertutup atau terbuka. Seperti halnya wawancara angket juga dalam bentuk tertutup dan terbuka. Instrument atau alat ukurnya seperti wawancara, hanya jawaban responden disampaikan lewat tulisan. Metode pengukuran melalui angket ini sering di sebut *self-administered* atau mengisi sendiri.

## 2) Penelitian kualitatif

Pada umumnya penelitian kualitatif bertujuan untuk menjawab bagaimana suatu fenomena itu terjadi, atau mengapa terjadi. Misalnya penelitian kesehatan tentang demam berdarah disuatu komunitas tertentu. Penelitian kuantitatif mencari jawabanseberapa besar kasus demam berdarah tersebut, dan berapa sering demam berdarah ini menyerang penduduk di komunitas ini. Sedangkan penelitian kualitatif akan mencari jawab mengapa di komunitas ini sering terjadi kasus demam berdarah, dan mengapa masyarakat tidak mau melakukan 3M, dan seterusnya. Metode-metode pengukuran pengetahuan dalam metode penelitian kualitatif ini anatar lain :

### a) Wawancara mendalam

Mengukur variabel pengetahuan dengan menggunakan metode wawancara mendalam, adalah penelitian mengajukan suatu pertanyaan sebagai pembuka, yang akhirnya memancing

jawaban yang sebanya-banyaknya dari responden. Jawaban responden akan diikuti pertanyaan yang lain, terus-menerus, sehingga diperoleh informasi atau jawaban reponden sebanyak-banyaknya dan se jelasnya.

b) Diskusi kelompok terfokus (DKT)

Diskusi kelompok terfokus atau *focus group discussion* dalam menggali informasi dari beberapa orang responden sekaligus dalam kelompok. Peneliti mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang akan memperoleh jawaban yang berbeda-beda dari semua responden dalam kelompok tersebut. Jumlah kelompok dalam diskusi kelompok terfokus sebagiannya dan tidak terlalu banayak, tetapi juga tidak terlalu sedikit, antara 6-10 orang (Notoatmodjo 2012). Kategori pengukuran pengetahuan yaitu nilai total skor di bagi menjadi dua yaitu :

(1) Baik : skor  $\geq$  nilai 76-100%

(2) Kurang : skor  $<$  nilai 76-100%

### **3. Remaja**

#### **a. Definisi**

Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menjadi dewasa, menurut World Health Organization (WHO) remaja adalah rentang usia 10-19 tahun. Pada masa remaja terjadi perubahan hormonal, fisik, psikologis, maupun sosial. Dimana kondisi tersebut dimaknai dengan

kondisi pubertas. Salah satu tanda pubertas pada wanita adalah terjadinya menstruasi (Juliana et al., 2019).

## **b. Tahapan Perkembangan Remaja**

### 1) Remaja awal

Pada masa ini, remaja mengalami perubahan jasmani yang sangat pesat. Sehingga minat anak pada dunia luar sangat besar dan pada saat ini remaja tidak mau dianggap kanak-kanak lagi namun belum bisa meninggalkan pola kekanak-kanakkannya. Selain itu pada masa ini sering merasa sunyi, ragu-ragu, tidak puas dan merasa kecewa.

### 2) Remaja tengah

Kepribadian remaja pada masa ini masih kekanak-kanakkan tetapi pada masa remaja ini timbul unsur baru yaitu kesadaran akan kepribadian. Remaja mulai menetapkan nilai-nilai tertentu dan melakukan perenungan terhadap pemikiran filosofis dan etis. Maka dari perasaan yang penuh keraguan pada masa remaja awal ini rentan akan timbul kemantapan pada diri sendiri. Rasa percaya diri pada remaja menimbulkan kesanggupan pada dirinya untuk melakukan penilaian terhadap tingkah laku yang dilakukannya. Selain itu pada masa ini remaja menemukan diri sendiri atau jati dirinya.

### 3) Remaja akhir

Pada masa ini remaja sudah mantap dan stabil. Remaja sudah mengenal dirinya dan ingin hidup dengan pola hidup yang digariskan sendiri dengan keberanian. Remaja sudah mempunyai pendirian tertentu berdasarkan satu pola yang jelas yang baru ditemukannya.

#### **c. Perkembangan pada masa Remaja**

Masa remaja merupakan masa dimana perkembangan hormon akan naik turun dan dapat menyebabkan terjadinya menstruasi pada wanita. Faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi yaitu pola makan yang tidak sehat. (Rahma, 2021).

## **4. Menstruasi**

### **a. Definisi**

Menstruasi adalah perubahan yang fisiologis pada tubuh dalam wanita yang terjadi secara berkala dan yang dipengaruhi oleh hormon reproduksi. Menstruasi itu sering diiringi dengan dismenore dikarenakan pada saat nyeri menstruasi terjadi karena prostaglandin (zat yang menyebabkan otot rahim berkontraksi). Kondisi ini bertambah parah bila disertai dengan kondisi psikis yang tidak stabil, seperti stres, depresi, cemas berlebihan, dan keadaan gembira atau sedih yang berlebihan (Aspar & Rahmawati, 2020).

## **b. Siklus Menstruasi**

Siklus menstruasi adalah tanda proses kematangan organ reproduksi yang dipengaruhi oleh hormon tubuh. Peranan siklus menstruasi berhubungan dengan tingkat kesuburan perempuan. Siklus ini secara teratur berlangsung jika seorang remaja telah menginjak usia 17 – 18 tahun (Islamy & Farida, 2019). Siklus Menstruasi dapat dibedakan menjadi 4 fase :

### a) Fase haid

Dalam fase ini endometrium dilepaskan dari dinding uterus disertai perdarahan. Daerah menstruasi mengandung darah vena dan arteri dengan sel-sel darah merah dalam hemolisis atau aglutinasi. Fase ini berlangsung 3-4 hari.

### b) Fase pascahaid atau fase regenerasi

Luka endometrium yang terjadi akibat pelepasan sebagai besar berangsur-angsur sembuh dan ditutup kembali oleh selaput lendir Baru yang tumbuh dari sel-sel epitel endometrium.

### c) Fase proliferasi

Fase proliferasi dibagi menjadi tiga yaitu:

#### (1) Fase proliferasi dini

Berlangsung antara hari ke-4 sampai hari ke-7. Dapat dikenali dari epitel permukaan yang tipis dan adanya regenerasi epitel, terutama dari mulut kelenjer.

(2) Fase proliferasi madya

Fase ini merupakan bentuk transisi dan dapat dikenali dari epitel permukaan yang berbentuk torak dan tinggi, berlangsung antara hari ke-8 sampai hari ke-10.

(3) Fase proliferasi akhir

Fase ini dikenali dari permukaan kelenjer yang tidak rata dan dengan banyak mitosis, berlangsung pada hari ke-11 sampai hari ke-14.

(4) Fase prahaid atau fase sekresi

Fase ini mulai sesudah ovulasi dan berlangsung dari hari ke 14 sampai ke 28.

**c. Gangguan Siklus Menstruasi**

Gangguan siklus menstruasi terdiri dari 2 macam yaitu:

a) Polimenorea

Polimenorea adalah siklus menstruasi dengan jumlah rentang hari kurang dari 21 hari dan atau volume darah sama atau lebih banyak dari volume darahan menstruasi biasanya. Gangguan ini mengindikasikan gangguan pada proses ovulasi, yaitu fase luteal yang pendek. Polimenorea menyebabkan unovulasi pada wanita karena sel telur tidak dapat matang sehingga pembuahan sulit terjadi.

b) Oligomenorea

Oligomenorea adalah siklus menstruasi dengan durasi lebih dari 35 hari. Volume perdarahan umumnya lebih sedikit dari volume perdarahan menstruasi biasanya. Gangguan jenis ini berakibat ketidaksuburan dalam jangka panjang karena sel telur jarang diproduksi sehingga tidak terjadi pembuahan. Oligomenorea tidak berbahaya pada wanita, namun dapat berpotensi sulit hamil karena tidak terjadi ovulasi (Islamy & Farida, 2019).

**d. Fase Dalam Siklus Menstruasi**

Menstruasi merupakan suatu fase yang dialami oleh setiap remaja putri yang terjadi ketika mulai memasuki masa remaja. Kondisi ini berlangsung 3-7 hari dan rutin setiap bulan. Ketika memasuki fase menstruasi terkadang remaja belum mendapatkan informasi yang baik mengenai cara merawat organ reproduksi dengan baik (Zubaidah, 2021).

Pada masa remaja terjadi perubahan-perubahan di dalam tubuh yang memungkinkan untuk bereproduksi. Di Indonesia perempuan berusia 20-24 tahun yang memiliki siklus menstruasi teratur sebesar 76,7% dan yang tidak teratur 14,4%. WHO menyebutkan bahwa IMT yang berada di atas ataupun di bawah batas normal dihubungkan dengan siklus yang tidak teratur (Rahayu & Hartini, 2020).

## 5. Hubungan Pengetahuan Remaja Putri dengan *Personal hygiene* saat Menstruasi

*Personal hygiene* merupakan suatu tindakan yang bertujuan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang. *Personal hygiene* saat menstruasi diantaranya membersihkan alat kelamin dari arah depan kebelakang dengan menggunakan air bersih, mengeringkan organ genitalia dengan tissue atau handuk kering yang bersih, mengganti pembalut secara teratur 3-4 jam sekali dalam sehari, serta tidak menggunakan celana dalam yang ketat (Astuti & Anggarawati, 2020).

Perilaku higienis merupakan tema penting yang perlu ditelaah secara mendalam. Hal ini karena berdasarkan kajian teoretis yang ada salah satu upaya mengurangi gangguan pada saat menstruasi yaitu membiasakan diri dengan perilaku higienis. Namun demikian perilaku higienis pada saat menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, tetapi merupakan sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif suatu perilaku yang terkait dengan keadaan menstruasi.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *Personal hygiene* antara lain, Body image yaitu gambaran individu terhadap dirinya sangat mempengaruhi kebersihan diri. Status sosial ekonomi, yaitu *personal hygiene* memerlukan alat dan bahan seperti sabun, pasta gigi, sikat gigi, shampo, alat mandi yang semuanya memerlukan uang untuk menyediakannya. Pengetahuan yaitu pengetahuan *personal hygiene* sangat penting karena pengetahuan yang baik dapat meningkatkan kesehatan.



Budaya, disebagian masyarakat misalnya jika ada individu yang sakit tertentu maka tidak boleh dimandikan. Kebiasaan seseorang, ada kebiasaan seseorang menggunakan produk tertentu dalam perawatan diri (Putri & Setianingsih, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Agra dan Ali yang mengatakan bahwa pengetahuan remaja putri tentang pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi menunjukkan bahwa dari 67 responden, sebanyak 10 responden (14,9%) memiliki tingkat pengetahuan yang kurang. Penelitian lain yang dilakukan oleh Ali & Bukit menyatakan bahwa sebanyak 53 dari 199 responden remaja putri dalam penelitian tersebut memiliki pengetahuan mengenai *personal hygiene* saat menstruasi kurang (Nurmaningsih & Izzah, 2021).

Menurut (Kusmiran, 2014) kurangnya tindakan dalam menjaga kebersihan genitalia seperti tidak mencuci tangan sebelum membuka dan memasang pembalut, malas mengganti pembalut dan pemakaian pembalut lebih dari 6 jam, membilas vagina dengan air kotor, penggunaan pembilas vagina yang berlebihan, pemeriksaan vagina yang tidak higienis, dan adanya benda asing dalam vagina dapat menyebabkan keputihan yang abnormal dan wanita rentan terkena penyakit yaitu terjadinya infeksi jamur dan bakteri pada saat menstruasi. selain itu malas mengganti pembalut atau pemakaian pembalut lebih dari 6 jam juga berpotensi menjadi wada dan sarana perkembangbiakan kuman dan bakteri yang

merugikan yaitu masuknya kuman ke dalam tubuh melalui vagina (Purnama, 2021).

Upaya peningkatan kesehatan dengan cara meningkatkan pengetahuan pada remaja sangat penting dilakukan, karena jika remaja tidak mengetahui cara-cara *personal hygiene* yang benar maka akan timbul masalah diarea vagina seperti bau yang tidak sedap (Mukarramah, 2020).

## **6. Penelitian Terkait**

- a. Penelitian yang dilakukan Kusmiran (2014), tentang Pengetahuan dan Tindakan *Personal hygiene* saat Menstruasi pada Remaja. Kurangnya tindakan dalam menjaga kebersihan genetalia seperti tidak mencuci tangan sebelum membuka dan memasang pembalut, malas mengganti pembalut dan pemakaian pembalut lebih dari 6 jam, membilas vagina dengan air kotor, penggunaan pembilas vagina yang berlebihan, pemeriksaan vagina yang tidak higienis, dan adanya benda asing dalam vagina dapat menyebabkan keputihan yang abnormal dan wanita rentan terkena penyakit yaitu terjadinya infeksi jamur dan bakteri pada saat menstruasi. selain itu malas mengganti pembalut atau pemakaian pembalut lebih dari 6 jam juga berpotensi menjadi wada dan sarana perkembangbiakan kuman dan bakteri yang merugikan yaitu masuknya kuman ke dalam tubuh melalui vagina. Tujuan dari penelitian ini adalah mengidentifikasi hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tindakan *personal hygiene* menstruasi remaja putri. Desain penelitian menggunakan cross sectional. Responden

sebanyak 42 remaja putri di SMKN 4 Negara yang diambil dengan teknik simple random sampling. Pengetahuan dan praktik diukur dengan menggunakan kuesioner.

- b. Penelitian yang dilakukan Pemiliana (2019), tentang Perilaku Remaja Putri dengan *Personal hygiene* saat Menstruasi di SMA Etislandia Medan tahun 2018. Untuk menegetahui hubungan perilaku remaja putri dengan *personal hygiene* pada remaja putri Di SMA Etislandia Medan Tahun 2018. Berdasarkan survei awal peneliti yang dilakukan pada bulan Juli di SMA Etislandia dengan jumlah siswi 45 orang, melalui wawancara kepada 7 orang siswi 4 orang siswi mengatakan bahwa mereka mengalami rasa gatal pada daerah kewanitaan mereka ketika 3 orang siswi diantaranya mengalami keputihan. Metode penelitian yang digunakan analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi pada penelitian ini sebanyak 45 siswi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini teknik total populasi (total population) dengan jumlah sampel sebanyak 45 responden. data menggunakan uji univariat dan bivariat Chi Square pada tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha=0,05$ ). Hasil uji statistik dengan Chi Square,diperoleh hasil pengetahuan(0,033), sikap (0,49), dan tindakan (0,032) dengan *Personal hygiene* saat menstruasi di SMA Etislandia Medan Tahun 2018. Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini ada hubungan antara pengetahuan, sikap dan tindakan remaja putri dengan *personal hygiene* saat menstruasi di SMA Etislandia Medan tahun 2018.

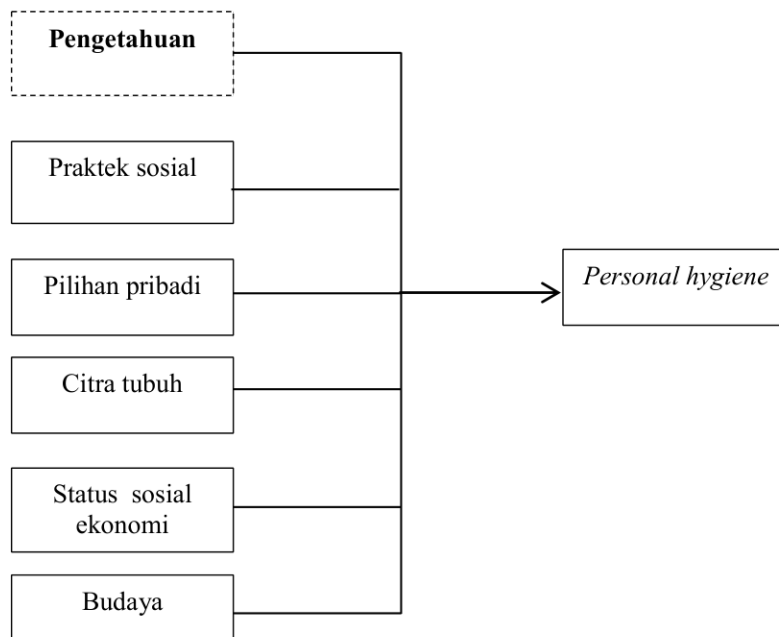
Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini ada hubungan antara pengetahuan, sikap dan tindakan remaja putri dengan *personal hygiene* saat menstruasi di SMA Etislandia Medan tahun 2018.

- c. Penelitian yang dilakukan (Sari et al., 2020), tentang Hubungan Pengetahuan dengan *Personal hygiene* saat Menstruasi pada SMP Negeri 8 Kecamatan Tetap Kabupaten Kaur Ruri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja di SMP Negeri 8 Kecamatan Tetap Kabupaten Kaur. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian Survey Analitik dan desain penelitian Cross Sectional. Sampel penelitian diambil dengan teknik Total Sampling berjumlah 63 siswa. Data yang digunakan adalah data primer dan sekunder diolah secara univariat dan bivariat dengan uji statistik Chi-Square. Sekolah hendaknya memberikan edukasi masalah kesehatan reproduksi terutama menjaga kebersihan organ reproduksi lebih dini untuk menghindari penyakit reproduksi dan perlunya sekolah mengadakan Unit Kesehatan sekolah (UKS) agar para siswa lebih aktif lagi dalam memperhatikan kesehatannya. Diharapkan Sekolah hendaknya memberikan edukasi melalui penyebaran leaflet terhadap siswi mengenai kesehatan reproduksi terutama menjaga kebersihan organ reproduksi lebih dini untuk menghindari penyakit reproduksi dan perlunya sekolah mengadakan

Unit Kesehatan sekolah (UKS) agar para siswa lebih aktif lagi dalam memperhatikan kesehatannya.

## B. Kerangka Teori


Faktor-faktor yang mempengaruhi *personal hygiene* saat menstruasi





Skema 2.1 Kerangka teori

Sumber : Notoatmodjo (2012)

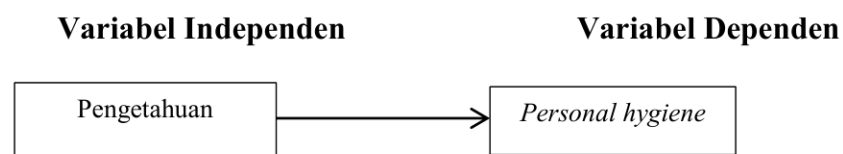
Keterangan :

 = yang di teliti

 = tidak diteliti

 = kategori

## C. Kerangka Konsep



Skema 2.2 Kerangka Konsep

**D. Hipotesis**

Ha : Adanya hubungan antara pengetahuan remaja putri dengan *personal hygiene* saat menstruasi.

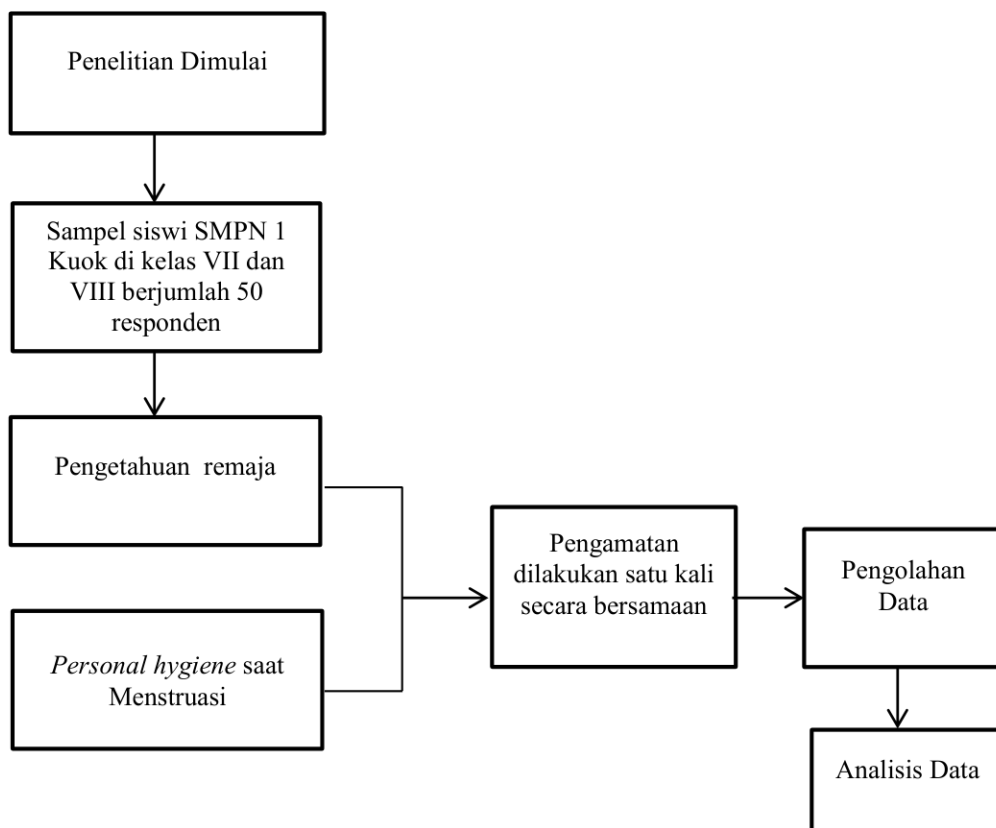
# BAB III

## METODE PENELITIAN

### A. Desain Penelitian

#### 1. Rancangan Penelitian

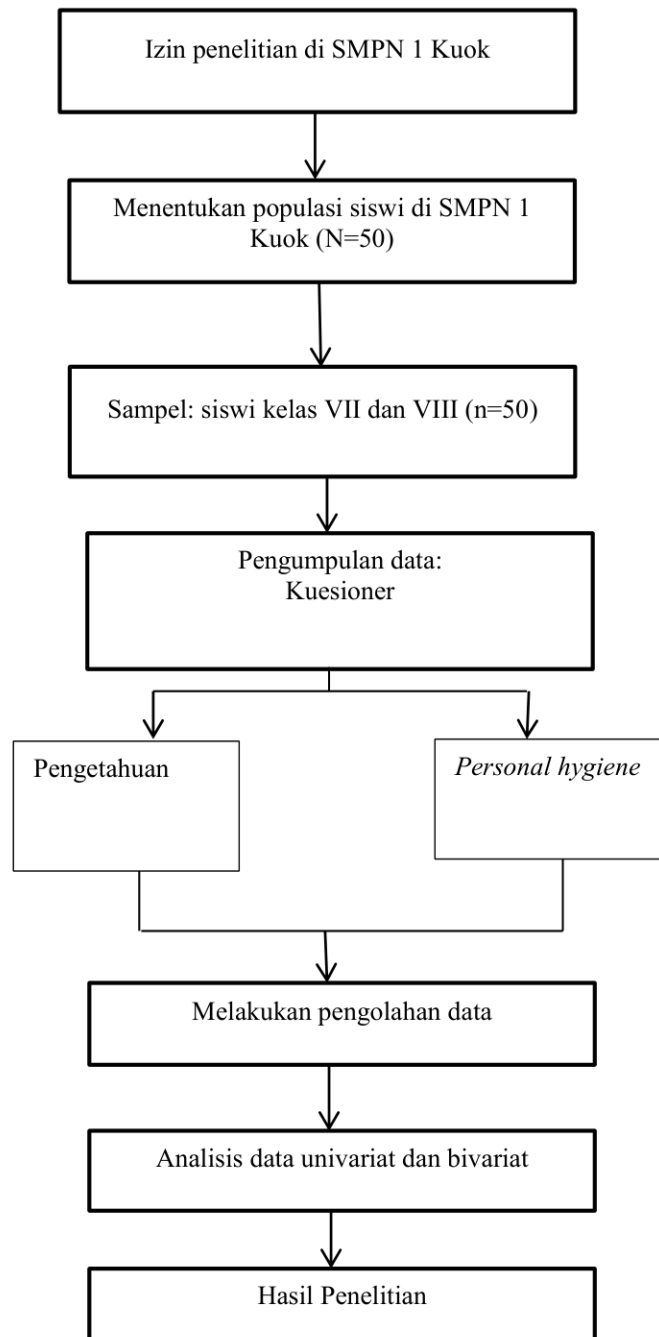
Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan pendekatan *cross sectional*. Disebut dengan Pendekatan *cross sectional* karena pengukuran variable dependen dan independen dilakukan secara bersamaan dan sifatnya sesaat dan pengamatannya dilakukan pada kondisi terkini dan pada setiap objek hanya dilakukan observasi satu kali.



Skema 3.1 : Rancangan Penelitian

## 2. Alur Penelitian

Secara skematis alur penelitian ini dapat di lihat pada skema 3.2 dibawah



**Skema 3.2 : Alur Penelitian**



### 3. Prosedur Penelitian

Dalam melakukan penelitian, prosedur yang dijalani oleh peneliti adalah sebagai berikut :

- a. Setelah proposal penelitian mendapat persetujuan dari pembimbing, peneliti mengurus surat permohonan izin penelitian kepada ketua program studi S1 Keperawatan Universitas Pahlawan untuk melakukan penelitian di SMPN 1 Kuok.
- b. Setelah mendapatkan izin penelitian dari ketua program S1 Keperawatan Universitas Pahlawan, peneliti meminta izin kepada kepala sekolah SMPN 1 kuok.
- c. Peneliti membicarakan kepada kepala sekolah SMPN 1 kuok untuk menjelaskan tujuan dan manfaat penelitian serta diminta kesediaan untuk ikut membantu dalam pelaksanaan penelitian.
- d. Responden diberikan penjelasan tentang tujuan dan manfaat tentang jaminan kerahasiaan prosedur penelitian yang akan dilakukan.
- e. Bila responden setuju diberikan lembar persetujuan peneliti untuk ditanda tangani. Pada saat pengisian kuesioner peneliti mendampingi dan menjelaskan cara pengisian.

### 4. Variabel Penelitian

Variabel-variabel yang diteliti pada penelitian ini adalah :

- a. Variabel Terikat (*Dependent Variabel*)

Variabel ini sering disebut sebagai variabel respon, output, kriteria konsekuen. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi

atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah pelaksanaan *personal hygiene*.

b. Variabel bebas (*Independent Variabel*)

Variabel ini sering disebut sebagai variabel stimulus, *input*, *predictor*, dan *antecedent*. Variabel bebas adalah variabel yang menjadi sebab timbulnya atau berubahnya variabel dependen. Sedangkan variabel bebas dalam penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap.

## **B. Lokasi dan Waktu Penelitian**

### **1. Lokasi penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMPN 1 Kuok yang meliputi kelas VII dan VIII.

### **2. Waktu penelitian**

Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 05-07 September tahun 2022.

## **C. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek/ subjek yang mempunyai karakteristik dan jumlah tertentu untuk dipelajari dan diambil kesimpulannya (Maxmanroe, 2017). Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian adalah seluruh siswi kelas VII dan VIII di SMP 1 Kuok yang berjumlah 50 siswi.

## 2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari populasi tersebut (Hidayat, 2012). Sampel yang diambil berasal dari populasi penelitian yang memenuhi kriteria inklusi.

### a. Kriteria Sampel

#### 1) Kriteria inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria dimana subjek penelitian dapat mewakili dalam sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai berikut :

- a) Remaja yang bersedia menjadi responden.
- b) Seluruh siswi kelas VII dan VIII SMP 1 Kuok.
- c) Siswi yang sudah menstruasi.

#### 2) Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi adalah kriteria dimana subjek penelitian tidak dapat mewakili syarat sebagai sampel penelitian adalah :

- a) Remaja yang pindah sekolah pada saat penelitian.
- b) Remaja yang sakit pada saat penelitian dilakukan.

### b. Teknik Pengambilan Sampel

Sampel adalah yang memenuhi kriteria inklusi subjek yaitu penelitian dapat mewakili sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel (Rukinah, 2019). Sampel dalam penelitian ini diambil dengan teknik pengambilan *Total Sampling*. Teknik penentuan sampel

dengan cara mengambil seluruh anggota populasi sebagai responden atau sampel.

#### **D. Etika Penelitian**

Dalam penelitian ini, peneliti akan mengajukan izin kepada pihak SMP Negeri 1 Kuok untuk mendapatkan persetujuan melakukan penelitian, menyerahkan meliputi:

1. *Informed Consent* (Lembar persetujuan menjadi responden)

*Informed consent* ini berupa lembar persetujuan untuk menjadi responden. Pemberian *informed consent* ini bertujuan agar subjek mengerti maksud dan tujuan penelitian dan mengetahui dampaknya. Jika subjek bersedia, mereka harus menandatangani lembar persetujuan dan jika responden tidak bersedia, maka peneliti harus menghormati keputusan tersebut.

2. *Anonimity* (Tanpa nama)

Menjaga kerahasiaan subjek penelitian, peneliti tidak mencantumkan namanya pada lembar persetujuan data, cukup dengan memberikan kode berupa angka pada masing-masing lembar tersebut.

3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Menjelaskan masalah-masalah responden yang harus dirahasiakan dalam penelitian. Kerahasiaan informasi yang telah dikumpulkan dijamin kerahasiaan oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang akan dilaporkan dalam hasil penelitian.

### **E. Alat Pengumpulan Data**

Instrument atau alat pengumpulan data adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam suatu penelitian. Instrumen penelitian adalah segala peralatan yang digunakan untuk memperoleh, mengelola, dan menginterpretasikan informasi dari para responden yang dilakukan dengan pola pengukuran yang sama (Notoatmodjo, 2012).

#### 1. Data primer

Data primer penelitian ini dikumpulkan dengan cara yaitu membagikan lembar kuesioner ataupun wawancara kepada responden untuk mendapatkan data tentang pengetahuan dan *personal hygiene* saat menstruasi.

#### 2. Data sekunder

Penelitian ini menggunakan data sekunder diperoleh dari pihak lain atau secara tidak langsung untuk membantu penulisan penelitian. Selain itu data ini diperoleh melalui tulisan ataupun artikel terkait dari media cetak maupun media sosial. Data sekunder penelitian ini diantaranya data jumlah siswi yang didapatkan dari catatan bagian kemahasiswaan di SMP Negeri 1 Kuok.

### **F. Prosedur Pengumpulan Data**

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti akan mengumpulkan data melalui prosedur sebagai berikut :

1. Mengajukan surat permohonan izin kepada institusi Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau untuk mengadakan penelitian di SMPN 1 Kuok.

2. Meminta izin kepada kepala sekolah SMPN 1 Kuok untuk melakukan penelitian di kelas VIII.
3. Jika calon responden bersedia menjadi responden, maka peneliti boleh melakukan penelitian.
4. Peneliti memberikan kuesioner dan mengumpulkan data yang telah diperoleh.
5. Peneliti melakukan analisis data.

## G. Uji Validitas dan Realibilitas

### 1. Uji Validitas

Uji validitas adalah suatu yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur. Apabila alat ukur atau kuesioner telah memiliki validitas konstruk (bermakna), berarti semua item (pertanyaan) yang ada didalam kuesioner ini mengukur konsep yang kita ukur (Notoadmojo, 2012). Uji validitas dapat menggunakan rumus *pearson product moment* sebagai berikut :

$$r_{hitung} = \frac{n (\sum xy) - (\sum x) \cdot (\sum Y)}{\sqrt{[n \cdot \sum x^2 - (\sum x)^2] \cdot [n \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

$r_{hitung}$  = Koefisien korelasi

$\sum Xi$  = Jumlah skor item

$\sum Yi$  = Jumlah skor total (item)

$n$  = Jumlah responden

Hasil perhitungan untuk menentukan valid tidaknya item pertanyaan akan dibandingkan dengan  $r$  tabel pada jumlah sampel dengan taraf signifikansi 5% jika  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel maka item pertanyaan dinyatakan valid, dan jika  $r$  hitung  $<$   $r$  tabel maka item pertanyaan dinyatakan tidak valid (Notoadmojo, 2012). Adapun hasil uji validitas dari setiap pertanyaan yang dilakukan pada penelitian adalah p1 (0,812), p2 (0,79), p3 (0,653), p4 (0,642), p5 (0,835), p6 (0,774), p7 (0,847), p8 (0,746), p9 (0,837), p10 (0,898). Dari hasil uji valid ditemukan sebanyak 10 pertanyaan valid untuk kuesioner pengetahuan. Uji validitas dari setiap pertanyaan yang dilakukan pada penelitian adalah p1(0,608), p2 (0,837), p3 (0,88), p4 (0,608), p5 (0,755), p6 (0,748), p7 (0,705), p8 (0,521), p9 (0,869), p10 (0,782). Dari hasil uji valid ditemukan sebanyak 10 pertanyaan valid untuk kuesioner *personal hygiene*. Uji validitas tidak dilakukan pada penelitian ini karena kuesioner pengetahuan dan *personal hygiene* yang digunakan diambil dari kuesioner penelitian Nia Delzaria pada tahun 2021 yang sudah dilakukan uji validitas oleh peneliti sebelumnya.

## 2. Uji Realibilitas

Uji realibilitas merupakan indeks yang menunjukkan sejumlah mana suatu alat pengukuran dapat dipercaya atau dapat diandalkan. ini berarti menunjukkan sejauh mana hasil pengukuran itu tetap konsisten atau tetap asas bila dilakukan pengukuran dua kali atau lebih terhadap gejala yang

sama, dengan menggunakan alat ukur yang sama (Notoadmojo, 2012). Uji realibilitas dapat menggunakan rumus *Spearman Brown* sebagai berikut :

$$r_{11} = \frac{2r_b}{1 + r_b}$$

Keterangan :

$r_{11}$  = koefisien realibilitas iternal seluruh item

$r_b$  = korelasi *product moment* anantara belahan

Instrumen penelitian berbentuk kuesioner dapat dikatakan reliable bila didapatkan nilai *alfa* > nilai konstanta (0,60). Penelitian ini tidak dilakukan uji reliabel karena kuesioner pengetahuan, dan personal hygiene yang digunakan mengambil dari penelitian sebelumnya yaitu penelitian Nia Delzaria tahun 2021 yang telah dilakukan uji reliabel.

## H. Definisi Operasional

Definisi operasional dalam variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (K. Ridwan, 2021).



**Tabel 3.1 : Defenisi Operasional**

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
<b>Variabel Independen</b>					
1.	Pengetahuan	Semua sesuatu yang diketahui oleh remaja putri tentang kesehatan organ reproduksi pada saat menstruasi meliputi; pengertian, cara menjaga kebersihan organ reproduksi dan akibat.	Kuesioner	Ordinal	1. Baik : skor $\geq$ nilai 76-100% 2. Kurang : skor < nilai 76-100%
<b>Variabel Dependen</b>					
2.	<i>Personal hygiene</i>	Semua tindakan atau aktivitas yang dilakukan remaja putri dalam menjaga kebersihan organ reproduksi pada saat menstruasi, meliputi cara membersihkan organ reproduksi, penggunaan pembalut, penggunaan pakaian dalam.	Kuesioner	Nominal	1. Baik : skor $\geq$ nilai 76-100% 2. Kurang : skor < nilai 76-100%

## I. Pengolahan Data

Pengumpulan data berisi penjelasan cara pengumpulan data terutama tentang alat pengumpulan data. Pengumpulan data meliputi kegiatan sebagai berikut:

### 1. *Editing* (memeriksa)

Proses editing dilaksanakan untuk memeriksa kembali kuesioner yang telah diisi oleh responden.

2. *Coding* (kode)

Memberikan kode pada setiap informasi yang sudah terkumpul dari data kategorik menjadi numeric pada setiap pertanyaan dalam angket untuk memudahkan dalam pengolahan data.

3. *Data Entry* (komputerisasi)

Merupakan suatu proses dengan pengolahan data *Statistical program For Sosial Sains* (SPSS)

4. *Cleaning* (merapikan)

Memeriksa kembali data yang telah dimasukkan ke dalam computer untuk memastikan bahwa data tersebut bersih dari kesalahan.

5. *Data Tabulating*

Tabulating data merupakan kegiatan mengelompokkan dan menggolongkan data sesuai dengan variable bebas dan terikat yang diteliti ke dalam tabel-tabel sehingga diperoleh frekuensi dari masing-masing kelompok.

## **J. Analisis Data**

1. Analisa Univariat

Analisa univariat yang dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel, sehingga diketahui variasi dari masing-masing variabel pada penelitian ini tentang karakteristik responden. Dengan menggunakan rumus :

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P : persentase

f : Frekuensi

N : Jumlah seluruh observasi

## 2. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dimaksudkan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (pengetahuan dan motivasi) dengan variabel dependen (*personal hygiene*). Analisa hasil penelitian untuk menguji hipotesis menggunakan program komputerisasi. Penelitian dilakukan dengan uji normalisasi apakah data dari responden terdistribusikan normal atau tidak normal nya data tersebut, kemudian di lakukan uji statistik. Keputusan pengujian hipotesis penelitian dilakukan dengan taraf signifikan 5% atau  $\alpha = 0,05$  dengan *confidence interval 95 %*. Uji statistik untuk melihat hubungan antara variable bebas dan terikat dengan menggunakan *chi square* untuk mengetahui hubungan antara dua variable dengan mengambil kesimpulan (Delzaria, 2021) : Jika  $p \leq 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima artinya hubungan *signifikan*. Jika  $p > 0,05$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak artinya hubungan tidak *signifikan*.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan remaja putri dengan *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Kuok. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 05 - 07 September 2022 dengan melibatkan 50 responden. Adapun yang menjadi responden dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII dan VIII SMP 1 Kuok yang sudah manstruasi.

#### A. Karakteristik Responden

Karakteristik responden adalah gambaran umum dari identitas responden. Pada penelitian ini karakteristik yang dicatat yaitu umur dan kelas. Adapun hasilnya adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.1 Distribusi frekuensi karakteristik responden di SMP Negeri 1 Kuok**

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
<b>Umur</b>		
12 Tahun	2	4%
<b>13 Tahun</b>	<b>23</b>	<b>46%</b>
14 Tahun	20	40%
15 Tahun	4	8%
16 Tahun	1	2%
Total	50	100%
<b>Kelas</b>		
VII	20	40%
<b>VIII</b>	<b>30</b>	<b>60%</b>
Total	50	100%

Berdasarkan tabel 4.1 didapat informasi mengenai karakteristik responden. Untuk karakteristik berdasarkan umur dari 50 responden, sebanyak 23 (46%) responden berusia 13 tahun. Selanjutnya berdasarkan kelas, dari 50 responden 30 (60%) responden berada pada kelas VIII.

## B. Analisis Univariat

Analisa univariat dilakukan untuk mengetahui informasi deskriptif frekuensi tiap variabel dari hasil penelitian responden. Pada penelitian ini analisis univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi dari variabel pengetahuan dan *personal hygiene*. Adapun hasilnya adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri dan Personal Hygiene saat Menstruasi di SMP Negeri 1 Kuok**

No	Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Pengetahuan</b>			
1	Baik	27	54.0
2	Kurang	23	46.0
	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100.0</b>
<b>Personal hygiene</b>			
1	Baik	29	54.0
2	Kurang	21	46.0
	<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui dari 50 responden, sebanyak 27 (54%) responden memiliki pengetahuan yang baik, dari 50 responden, sebanyak 29 (54%) responden memiliki *personal hygiene* yang baik, dan 21 (46%) kurang.

## C. Analisis Bivariat

Analisa bivariat dimaksudkan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (pengetahuan) dengan variabel dependen (*personal hygiene*). Analisa hasil penelitian untuk menguji hipotesis menggunakan bantuan software SPSS. Keputusan pengujian hipotesis penelitian dilakukan dengan taraf signifikan 5% atau  $\alpha = 0,05$  dengan *confidence interval* 95 %. Uji statistik yang digunakan untuk melihat hubungan antara variabel bebas dan terikat adalah uji *chi square*: Jika  $p \leq 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$

diterima artinya hubungan *signifikan*. Jika  $p > 0,05$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak artinya hubungan tidak *signifikan*. Hasil uji chi square adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.4 Distribusi Hubungan Pengetahuan dengan *personal hygiene* pada menstruasi remaja putri yang merupakan siswi kelas VII dan VIII SMP 1 Kuok**

Pengetahuan	Personal Hygiene				Total		P Value
	Baik		Kurang		N	%	
	N	%	N	%			
Baik	21	72.4	6	27.6	27	100	0.005
Kurang	8	28.6	15	71.4	23	100	
<b>Total</b>	<b>29</b>	<b>100</b>	<b>21</b>	<b>100</b>	<b>50</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan tabel 4.4 dari 27 responden yang memiliki pengetahuan baik, terdapat 6 (27,6%) responden memiliki *personal hygiene* yang kurang. Sedangkan dari 23 responden yang memiliki pengetahuan kurang, terdapat 8 (28,6%) responden memiliki *personal hygiene* yang baik. Selanjutnya hasil uji chi square menunjukkan nilai *p value* sebesar 0,005, sehingga diketahui *p value*  $< 0,05$  dengan demikian maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima atau terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan remaja putri dengan *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Kuok.

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ‘hubungan pengetahuan remaja putri dengan *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Kuok’’, maka dapat diuraikan pembahasan sebagai berikut :

#### **A. Hubungan pengetahuan remaja putri dengan *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 1 Kuok**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan sebanyak 27 (54%) responden memiliki pengetahuan yang baik, dan 23 (46%) memiliki pengetahuan yang kurang, sedangkan sebanyak 29 (54%) responden memiliki *personal hygiene* yang baik, dan 21 (46%) memiliki *personal hygiene* yang kurang. Berdasarkan hasil uji *chi square* menunjukkan terdapat hubungan pengetahuan remaja putri dengan *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Kuok. Hal ini ditunjukkan dengan nilai *p value* sebesar 0,000 (*p value*<0,05).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu setelah seseorang melakukan pengindraan baik itu dari penglihatan, pendengaran, pembau, peraba, dan perasa (Putri & Setianingsih, 2019). Pengetahuan setiap individu tentang *personal hygiene* memberikan pengaruh besar terhadap sikap dan perilaku seseorang dalam menjaga, memelihara serta merawat kesehatan reproduksi. Sikap dan perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih melekat dan konsisten dibandingkan dengan sikap dan perilaku yang tidak didasari pengetahuan.

Pengetahuan tentang *personal hygiene* bagi wanita sangatlah penting untuk diketahui, karena semua wanita perlu merawat alat kelamin dengan baik. Memberikan pengetahuan tentang *personal hygiene* kepada remaja putri menjadi sangat penting. Hal ini dikarenakan pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* menstruasi cenderung belum baik. terlebih berhubungan dengan genitalia. Penanganan kebersihan diri yang tidak benar dan tidak higienis dapat mengakibatkan tumbuhnya mikroorganisme secara berlebihan dan pada akhirnya dapat mengganggu fungsi reproduksi (Syukrianti & Elmayasari 2020).

Prilaku *Personal hygiene* menstruasi merupakan tindakan atau kebiasaan dalam menjaga kebersihan organewanitaan, hal ini dilakukan untuk mencegah terjadinya infeksi. Dalam menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi dibutuhkan perhatian yang lebih dari biasanya. Hal ini untuk menghindari dari perkembangan jamur dan sebagainya (Simanjuntak & Siagian, 2020).

Prilaku *Personal hygiene* yang baik memberikan dampak yang baik pula untuk kesehatan organ reproduksi seorang wanita, sebaliknya prilaku *Personal hygiene* yang tidak baik memberikan dampak yang tidak baik pula pada organ reproduksi seorang wanita. Adapun dampak dari kurangnya pemahaman *personal hygiene* saat menstruasi dapat mengakibatkan terjadi infeksi saluran kencing, infeksi saluran reproduksi, dan iritasi pada kulit (Astuti & Anggarawati, 2020).



Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Mukarramah (2020) yang berjudul hubungan pengetahuan remaja putri terhadap *personal hygiene* saat menstruasi. Berdasarkan uji *chi square* penelitian ini menjelaskan terdapat hubungan antara pengetahuan remaja putri dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dengan p value sebesar 0,000.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Sari et al., 2020), tentang Hubungan Pengetahuan dengan *Personal hygiene* saat Menstruasi pada SMP Negeri 8 Kecamatan Tetap Kabupaten Kaur Ruri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja di SMP Negeri 8 Kecamatan Tetap Kabupaten Kaur. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian Survey Analitik dan desain penelitian Cross Sectional. Sampel penelitian diambil dengan teknik Total Sampling berjumlah 63 siswa. Data yang digunakan adalah data primer dan sekunder diolah secara univariat dan bivariat dengan ujistatistik Chi-Square. Sekolah hendaknya memberikan edukasi masalah kesehatan reproduksi terutama menjaga kebersihan organ reproduksi lebih dini untuk menghindari penyakit reproduksi dan perlunya sekolah mengadakan Unit Kesehatan sekolah (UKS) agar para siswa lebih aktif lagi dalam memperhatikan kesehatannya.

Syukrianti & Elmayasari (2020) menjelaskan terdapat dua faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Adapun faktor internal meliputi faktor kesehatan diri individu, faktor kesehatan psikis, intelektual, psikomotor, kondisi afektif dan konektif

individu. Sedangkan faktor eksternal meliputi pendidikan, paparan media masa, umur, dan pengalaman.

Pada penelitian ini ditemukan kesenjangan yaitu dari 27 responden yang memiliki pengetahuan baik, terdapat 6 (27.6%) responden memiliki *personal hygiene* yang kurang, hal ini dikarenakan sebelumnya responden mendapatkan informasi dari orang lain, tetapi responden tidak melakukan *personal hygiene* saat menstruasi dengan baik, seperti menggunakan pembalut terlalu lama, Karena rasa malas saat menggantinya. Respondem tersebut mengganti pembalut apabila saat sudah penuh saja. Sedangkan dari 23 responden yang memiliki pengetahuan kurang, terdapat 8 (28.6%) responden memiliki *personal hygiene* yang baik, hal ini bisa dikarenakan kurangnya informasi yang di dapatkan secara tidak langsung seperti dari media dan internet. Kebijakan SMP 1 Kuok yang melarang siswa-siswinya untuk menggunakan handphone android selama masa pendidikan berlangsung, membuat keterbatasan siswi dalam mengakses dan mendapatkan informasi yang lebih mengenai *personal hygiene* saat menstruasi, dari 4 responden yang memiliki *personal hygiene* yang baik pada saat menstruasi ini dikarenakan mereka lebih sering mengganti pembalut karena merasa tidak nyaman kalau menggunakan pembalut terlalu lama.

Berdasarkan hasil penelitian yang menjelaskan terdapat hubungan antara pengetahuan dengan prilaku *personal hygiene* dan semakin baik pengetahuan kemungkinan prilaku *personal hygiene* juga baik, maka menjadi penting untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri. Menurut Putri &

Setianingsih (2019), Untuk meningkatkan pengetahuan siswi tentang *personal hygiene* saat menstruasi bisa dimulai dari lingkungan sekolah, yaitu para pengajar (guru) dapat memberikan bimbingan pengertian pentingnya *personal hygiene* pada saat menstruasi untuk kesehatan diri siswi pribadi. Sehingga pengetahuan siswi dan perilaku *personal hygiene* menjadi lebih baik dari sebelumnya.

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Pada bab ini menyajikan kesimpulan dan saran dari hasil penelitian tentang hubungan pengetahuan remaja putri dengan *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 1 Kuok. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada tanggal 5 September – 16 September di SMP Negeri 1 Kuok, maka dapat diambil kesimpulan dan saran sebagai berikut :

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Siswi di SMP Negeri 1 Kuok memiliki *personal hygiene* yang kurang saat menstruasi.
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan remaja putri dengan *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 1 Kuok.

#### **B. Saran**

##### **1. Aspek Teoritis**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan dapat memberikan suatu masukan teori dan menambah hasil informasi ilmiah yang berhubungan dengan kompetensi keperawatan khususnya tentang hubungan pengetahuan remaja putri dengan *personal hygiene* saat menstruasi.

## 2. Aspek Praktis

### a. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi acuan pendalam ilmu pengetahuan terkait hubungan pengetahuan remaja putri dengan personal hygiene saat menstruasi di SMP Negeri 1 Kuok.

### b. Bagi institusi pendidikan

Sebagai tambahan referensi kepustakaan di perpustakaan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai dan dapat melanjutkan penelitian dengan metode serta variabel yang berbeda.

### c. Bagi responden

Diharapkan bagi responden dapat memahami dengan baik tentang pentingnya memiliki *personal hygiene* yang baik agar remaja dapat belajar mandiri khususnya dalam *personal hygiene* saat menstruasi sehingga kebersihan alat genitalia dapat terjaga dengan baik.

### d. Bagi SMP Negeri 1 Kuok

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi pihak sekolah terkait dalam menjaga *personal hygiene* saat menstruasi. Sehingga dapat menambah wawasan bagi remaja bahwa pentingnya menjaga *personal hygiene* khususnya pada saat menstruasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aspar, H., & Rahmawati, R. (2020). Hubungan Skala Stres Terhadap Kejadian Gejala Dismenorea Mahasiswa Tingkat I B di Kampus Akbid Pelamonia Makassar Selama Pandemi Covid-19 Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia*, 4(2). <https://doi.org/10.37337/jkdp.v4i2.149>
- Astuti, Y., & Anggarawati, T. (2020). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Indonesia Jurnal Perawat*, 5(2). <https://doi.org/10.26751/ijp.v5i2.1351>
- Delzaria, N. (2021). Hubungan Pengetahuan Sikap dan Sumber Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Remaja Putri Di MTS Pondok Pesantren Nurul Iman. In *Angewandte Chemie International Edition*.
- Hermawati, H., Rahmadini, A. F., & Kusmiati, M. (2021). Faktor–Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Remaja Terhadap Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi Di Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor Tahun 2021. *Journal of Nursing Practice and Education*, 2(1). <https://doi.org/10.34305/jnpe.v2i1.357>
- Hidayat, A. (2012). *Populasi dan Sampel: Pengertian Populasi Adalah?* Statistikian.Com.
- Islamy, A., & Farida, F. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Tingkat III. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1). <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.13-18>
- Juliana, I., Rompas, S., & Onibala, F. (2019). Hubungan Disminore Dengan Gangguan Siklus Haid Pada Remaja Di SMA N 1 Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.22895>
- Maxmanroe. (2017). Pengertian Populasi: Ciri-Ciri, Jenis, dan Faktor yang Mempengaruhi Populasi. *Maxmanroe.Com*.

- Mukarramah. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Luwu Raya*, 7(1).
- Mitra, Stikes et al. 2020. "Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Smp Bangsa Mandiri 2 Bogor Personal Hygiene Behavior During Menstruation In Students At Smp Bina Bangsa Mandiri 2 Bogor." *kesehatan dan kebidanan* 2(1): 12.
- Malihah, Millatul et al. 2019. "Tingkat Pengetahuan Personal Hygiene Saat Menstruasi Antara Siswi Pondok Pesantren Dan SMP Negeri Di Kabupaten Cirebon." *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains* 1(1): 83–86.
- Narsih, Umi, Homsiatu Rohmatin, and Agustina Widayati. 2020. "Pendidikan Kesehatan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Dengan Metode Peer Group." *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 3.
- Pemiliana, P. D. (2019). Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMA Etilandia Medan Tahun 2018. *Gaster*, 17(1). <https://doi.org/10.30787/gaster.v17i1.341>
- Purwaningsih, L., Isytiaroh, I., & Widyastuti, W. (2021). Literature Review Tentang Pendidikan Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Personal Hygiene Menstruasi Pada Remaja. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.719>
- Putri, N. A., & Setianingsih, A. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 5(1). <https://doi.org/10.33221/jikm.v5i1.310>
- Purnama, Ni Luh Agustini. 2021. "Pengetahuan Dan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja." *Jurnal Keperawatan* 10(1).
- Rahayu, P. P., & Hartini, C. M. W. (2020). Hubungan Status Gizi Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Semester Iii Proram Studi Diii

Kebidanan Universitas Respati Yogyakarta. *The Shine Cahaya Dunia S-1 Keperawatan*, 8(1).

Rahma, B. (2021). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Fast Food Dan Stres Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Sman 12 Kota Bekasi. *Jurnal Health Sains*, 2(4). <https://doi.org/10.46799/jhs.v2i4.151>

Ridwan, K. (2021). *Definisi Operasional : Tujuan, Manfaat dan Cara Membuat*. Penerbitbukudeepublish.

Ridwan, M., Syukri, A., & Badarussyamsi, B. (2021). Studi Analisis Tentang Makna Pengetahuan Dan Ilmu Pengetahuan Serta Jenis Dan Sumbernya. *Jurnal Geuthèë: Penelitian Multidisiplin*, 4(1). <https://doi.org/10.52626/jg.v4i1.96>

Rukinah, R. (2019). Gambaran Pengetahuan Wanita Usia Subur Tentang Pencegahan Kanker Payudara Di Puskesmas Maccini Sawah Makassar 2019. *Jurnal Farmasi Sandi Karsa*, 5(1). <https://doi.org/10.36060/jfs.v5i1.47>

Susanti, Dwi, and Afi Lutfiyati. 2020. "Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi." *Jurnal Kesehatan* 11(2).

Sari, ruri maiseptya, Sanisahhuri, & Susanti, E. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja SMP Negeri 8 Kecamatan Tetap Kabupaten Kaur Ruri. *Chmk MIidwifery Scientief Jornal*, 3(3).

Silalahi, V., & Putri, R. M. (2017). Personal Hygiene Pada Anak Sd Negeri Merjosari 3. *Jurnal Akses Pengabdian Indonesia*, 2(2).

Simanjuntak, J. M. L., & Siagian, N. (2020). Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi Di SMP Negeri 3 Parongpong Kabupaten Bandung Barat. *Nutrix Journal*, 4(1). <https://doi.org/10.37771/nj.vol4.iss1.425>



- Syukrianti, S., & Elmayasari. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Peran Orang Tua (Ibu) Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMPN 2 Ukui Kabupaten Pelalawan. *Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*, 4(1).
- Wianti, A. (2018). Gambaran Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Smpn 2 Dawuan Majalengka. *Jurnal Kesehatan Budi Luhur*, 11(2).
- Zubaidah, Z. (2021). Perilaku Remaja Putri Dalam Pelaksanaan Kebersihan Genetalia Saat Menstruasi Di Desa Krayan Bahagia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(1). <https://doi.org/10.54004/jikis.v9i1.14>