

## Relationship between Knowledge and Personal Hygiene Behavior during Menstruation in Adolescents

### Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja

Rizka Angrainy<sup>1</sup>, Lidia Fitri<sup>2</sup>, Aprilia Utari<sup>3</sup>  
Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru<sup>1,2,3</sup>  
Email: [rizkaangrainy@helvetia.ac.id](mailto:rizkaangrainy@helvetia.ac.id)

---

#### Article Info

#### Article history

Received date: 2021-06-26

Revised date: 2021-07-29

Accepted date: 2021-08-04

#### Abstract

One thing that must be considered during menstruation is personal hygiene and the impact of personal hygiene during menstruation is vaginal discharge. The purpose of the study was to analyze the relationship between knowledge and personal hygiene behavior during menstruation in adolescents. The population in this study were 35 young women. Sampling in this study total population technique (total sampling) with a total sample of 35 respondents. Data using univariate and bivariate Chi Square tests, obtained the results of having sufficient knowledge and positive behavior in performing Personal Hygiene During Menstruation, namely 15 respondents (65.2%). Statistical test results obtained p value  $0.196 > 0.005$ , which means there is no relationship between the level of knowledge and the behavior of adolescent girls about personal hygiene during menstruation. Based on the results of the study, there are still many factors that cause vaginal discharge. Suggestions Teens should be more careful with other causes of vaginal discharge.

#### Keywords:

Personal Hygiene; Behavior; Knowledge

#### Abstrak

Salah satu yang harus diperhatikan saat menstruasi adalah *personal hygiene* dan dampak dari *personal hygiene* saat menstruasi adalah keputihan. Tujuan penelitian untuk menganalisis hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja. Populasi pada penelitian ini sebanyak 35 orang remaja putri. Pengambilan sampel dalam penelitian ini teknik total populasi (total sampling) dengan jumlah sampel sebanyak 35 responden. Data menggunakan uji univariat dan bivariate *Chi Square*, diperoleh hasil memiliki pengetahuan cukup dan berperilaku positif melakukan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi yaitu 15 responden (65,2%). Hasil uji statistik di dapatkan p value  $0,196 > 0,005$  yang artinya Tidak Ada hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Berdasarkan hasil penelitian masih banyak faktor penyebab keputihan. Sarannya Remaja harus lebih berhati-hati dengan faktor penyebab lain dari Keputihan.

#### Kata Kunci

Personal Hygiene; Perilaku; Pengetahuan

## PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan sehat menyeluruh, meliputi aspek fisik, mental, dan sosial, bukan sekedar tidak ada penyakit/gangguan di segala hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi, fungsinya dan proses reproduksi itu sendiri [1]. Menurut *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan kesehatan reproduksi adalah suatu kondisi sejahtera jasmani, rohani, sosial, ekonomi, tidak hanya bebas dari penyakit atau kecacatan namun dalam semua hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi dan fungsi-fungsinya serta prosesnya [2].

Kesehatan remaja pada tahun 2018 adalah sebesar 62,08%. Jumlah tersebut mencapai target nasional yang sebesar 40%. Namun demikian masih terdapat tujuh provinsi (20,6%) belum mencapai target Renstra tahun 2018. Sejumlah 6.204 puskesmas PKPR yang siap memberikan pelayanan yang ramah remaja dan komprehensif tersebar di 34 provinsi di Indonesia [3]. Di Indonesia, prevalensi terjadinya infeksi saluran reproduksi akibat kurangnya *hygiene* pada organ genitalia masih cukup tinggi, jumlah penderita infeksi saluran reproduksi di Indonesia adalah 90.100 kasus per 100.000 penduduk pertahun.

Adanya peristiwa ini menurut remaja putri mampu merawat organ reproduksinya dengan baik. Hal ini dilatarbelakangi oleh peristiwa menstruasi yang merupakan darah kotor disertai rasa gatal di bagian *vulvae* sehingga kurang dijaga kebersihannya akan berpotensi terhadap timbulnya infeksi pada organ reproduksi. Kebersihan daerah genitalia terutama pada saat menstruasi sering diabaikan oleh remaja. Darah dan keringat yang keluar serta menempel pada *vulva* yang dapat menyebabkan daerah genitalia menjadi lembab sehingga bakteri, jamur di daerah genitalia akan tumbuh

subur sampai menyebabkan rasa gatal dan infeksi pada daerah tersebut [4].

Pembuluh darah dalam rahim sangatlah mudah terinfeksi ketika menstruasi karena kuman mudah masuk dan menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi. Infeksi jamur dan bakteri menyebabkan terjadinya vaginitis (peradangan pada vagina) ataupun keputihan yang abnormal. Gejala yang muncul biasanya terjadi iritasi, inflamasi, *pruritus vulvae*. Gejala tersebut disebabkan oleh masuknya mikroorganisme *Candida albican*, *Trichomonas vaginalis*, dan *Gardnerella vaginalis* [5].

Menurut WHO tahun 2016 memperkirakan 15 dari 20 remaja putri pernah mengalami keputihan setiap tahunnya. Infeksi tersebut disebabkan karena kurangnya kebersihan diri, terutama *vulva hygiene* saat menstruasi. Studi tentang kebersihan menstruasi pada perempuan dan remaja putri di Mesir ditemukan bahwa antara perempuan yang pernah menikah 15.3% menggunakan pembalut sekali pakai 42,1% menggunakan kapas, dan 39,4% menggunakan pembalut kain sebagai penyerap setelah mencucinya. Perilaku kesehatan mengenai perilaku personal *hygiene* sangat penting dilakukan karena jika tidak diterapkan dengan benar maka akan menimbulkan infeksi saluran reproduksi, infeksi jamur, dan bakteri. Personal *hygiene* memegang peranan penting, personal *hygiene* saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada organ kewanitaan saat menstruasi, indikator dalam personal *hygiene* saat menstruasi. Keluhan yang ditimbulkan akibat ketidaktahuan personal *hygiene* adalah penyakit *pruritus vulva* yaitu penyakit yang ditandai dengan adanya sensasi gatal parah dari alat kelamin [6].

Personal *hygiene* adalah suatu tindakan yang dilakukan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan

fisik dan psikis. *Personal hygiene* menstruasi merupakan komponen *hygiene* perorangan yang memegang peran penting dalam menentukan status kesehatan, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi. Pada saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terinfeksi. Oleh karena itu kebersihan alat genitalia kelamin harus lebih dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) [7].

Salah satu akibat kurangnya pemahaman *personal hygiene* genitalia adalah terjadinya gangguan kesehatan reproduksi seperti keputihan, Infeksi Saluran Reproduksi (ISR), Penyakit Radang Panggul (PRP) dan kemungkinan terjadi kanker leher rahim (Wakhidah, 2014) Provinsi Kepulauan Riau, Maluku Utara, dan D.I. Yogyakarta memiliki prevalensi kanker serviks tertinggi yaitu sebesar 1,5% dan untuk Provinsi Riau juga cukup tinggi, yaitu sebesar 0,7% dengan estimasi jumlah absolut sebesar 4.694 orang [8].

Berdasarkan data-data survey BKKBN bahwa pada remaja wanita 28% sudah mendapatkan haid pertama kali nya umur 17 tahun dan presentasi pelajaran kesehatan reproduksi pada remaja tentang kesehatan reproduksi manusia 59% dan pada laki-laki 55%. Mayoritas pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi biasanya 62% dari teman, 53% dari ibu, 42% dari guru dan presntasi mayoritas pengetahuan remaja kesehatan reproduksi 4 % dari ayah. Sumber informasi tentang kesehatan reproduksi dari ibu dan guru lebih tinggi 33% pada umur 15-19 tahun di bandingkan pada umur 20-24 tahun hanya 14%.

Berdasarkan hasil survey awal pada beberapa panti asuhan putri di kota Pekanbaru dapat ditemukan bahwa Panti Asuhan Putri Aisyiyah Kota Pekanbaru memiliki populasi yang cukup untuk

melakukan penelitian di tempat tersebut. Pada saat melakukan survey awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 9 Agustus di Panti Asuhan Putri Aisyiyah, dengan cara wawancara langsung kepada 8 remaja putri dengan hasil hanya 5 orang yang tidak mengetahui sama sekali tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Selain dari hal itu, pada saat menstruasi remaja putri mengganti pembalut 3x sehari atau ketika darah sedang banyak. Selain itu ada 6 remaja putri pernah merasakan gatal pada vagina saat menstruasi atau lembab pada vagina yang bisa mengakibatkan iritasi yang dirasakan remaja di panti asuhan aisyiyah. Maka dari itu peneliti akan melakukan penelitian tentang “Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Remaja Putri”.

## **METODE**

Desain Penelitian yang digunakan adalah analitik kuantitatif dengan pendekatan secara *cross sectional* yang dilaksanakan mulai dari bulan Juni 2020 sampai dengan bulan Oktober 2020. Subjek penelitian ini adalah untuk untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku *Personal Hygiene* saat Menstruasi Pada Remaja Putri yang berjumlah 35 remaja putri. Teknik sampel yang digunakan adalah *Total Sampling* dengan jumlah sampel 35 orang dengan kriteria sampel: bersedia menjadi responden, sudah mengalami menstraulasi, dengan usia 10-19 tahun.

Pengumpulan data menggunakan koesioner. Analisa data meliputi univariat dan bivariat.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Data Umum**

Data umum penelitian ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden di Panti Asuhan Aisyiyah Kota Pekanbaru Tahun 2020

Item	Frekuensi	Presentase %
<b>Usia</b>		
1 10-13 tahun remaja awal	11	31,4
2 14-16 tahun remaja tengah	17	48,6
3 17-19 tahun remaja akhir	7	20,0
<b>Total</b>	<b>35</b>	<b>100</b>
<b>Sumber Informasi</b>		
1 Orang Tua	22	62,9
2 Tenaga Kesehatan	2	5,7
3 Teman	11	31,4
<b>Total</b>	<b>35</b>	<b>100</b>

### Analisis Univariat

Analisis ini jenis datanya adalah data kategorik yang hanya menjelaskan angka/ nilai, jumlah dan persentase. Masing-masing variabel, dengan menggunakan rumus [1]:

$$\text{Rumus : } P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persentasi

f = Jumlah jawaban yang benar

n = Jumlah total pertanyaan

### Analisis Bivariat

Analisis bivariat adalah tabulasi silang antara dua variabel yaitu variabel independent dan dependent. Dengan menggunakan uji *Chi Square*, dengan menggunakan bantuan komputersasi [1] .

### Data Khusus

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi di Panti Asuhan Aisyiyah Kota Pekanbaru Tahun 2020

No	Pengetahuan	Frekuensi (N)	Presentase (%)
1	Baik	10	28,6
2	Cukup	23	65,7
3	Kurang	2	5,7
<b>Total</b>		<b>35</b>	<b>100,0</b>

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Di Panti Asuhan Aisyiyah Kota Pekanbaru Tahun 2020

No	Perilaku	Frekuensi (N)	Presentasi (%)
1	Positif	14	40,0
2	Negatif	21	60,0
<b>Total</b>		<b>35</b>	<b>100,0</b>

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hubungan Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Di Panti Asuhan Aisyiyah Kota Pekanbaru Tahun 2020

Pengetahuan	Perilaku				Total		P Value
	Positif		Negatif		N	%	
	N	%	N	%	N	%	
Baik	2	100,0	0	0	2	100,0	0,196
Cukup	15	65,2	8	34,8	23	100,0	
Kurang	4	40,0	6	60,0	10	100,0	
<b>Total</b>	<b>21</b>	<b>40,0</b>	<b>14</b>	<b>60,0</b>	<b>35</b>	<b>100,0</b>	

### Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Panti Asuhan Aisyiyah Kota Pekanbaru Tahun 2020 di dapatkan bahwa pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi pada 35 responden lebih dari separuh memiliki pengetahuan cukup dengan berperilaku positif 15 responden (65,2%) sedangkan yang memiliki pengetahuan cukup dengan berperilaku negatif melakukan personal hygiene saat menstruasi yaitu 8 orang (34,8%). Berdasarkan hasil uji *chi square* diperoleh nilai *p value* 0,196 > 0,05 artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara Pengetahuan Dengan Perilaku personal hygiene Saat Menstruasi.

Personal hygiene saat menstruasi adalah komponen personal hygiene (kebersihan perorangan) yang memegang peranan penting dalam status perilaku kesehatan seseorang termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi.

Pengetahuan seseorang tentang personal hygiene saat menstruasi juga memiliki pengaruh bagi perilaku seseorang dalam menjaga dan merawat kesehatan reproduksinya. Pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi penting untuk remaja agar mereka mempunyai informasi dan pengetahuan yang benar tentang kesehatan reproduksi. Penyebab kurangnya pengetahuan dan informasi tentang personal hygiene saat menstruasi. Salah satu akibat kurangnya pemahaman personal hygiene genitalia adalah terjadinya gangguan kesehatan reproduksi seperti keputihan dan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) [8].

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Aulia Khatib et all (2019). Dari responden kedua sekolah mayoritas memiliki perilaku personal hygiene yang baik. Namun begitu, masih ada diantaranya yang mengalami gejala vaginitis dengan persentase di SMPN 1 yaitu 14,8% dan di SMPN 23 yaitu 28,2%. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku personal hygiene dengan gejala vaginitis yang pernah dialami oleh responden di SMPN 1 dengan  $p=0,138$  ( $p>0,05$ ) dan di SMPN 23 dengan  $p=0,615$  ( $p>0,05$ ).

Menurut asumsi peneliti, tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di Panti Asuhan Aisyiyah karena kurangnya memahami cara dan sikap personal hygiene saat menstruasi, serta kurangnya kesadaran terhadap kebersihan dalam mengganti pembalut pada saat menstruasi. Banyak penelitian yang telah menemukan hasil positif bahwa para remaja putri ternyata masih minim pengetahuan mereka mengenai pentingnya mengetahui personal hygiene saat menstruasi. Mereka seringkali mengacuhkan kegiatan personal hygiene saat menstruasi yang benar dan tepat.

## SIMPULAN

Tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri dengan  $P$  value  $0,196 > 0,05$  artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara Pengetahuan Dengan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi.

Diharapkan responden lebih aktif dalam mencari informasi terkait dengan personal hygiene dengan bertambahnya pengetahuan terkait personal hygiene maka remaja dapat meminimalisir perilaku buruk dan dapat melakukan pencegahan agar terhindar dari masalah yang dapat ditimbulkan dari perilaku personal hygiene yang tidak buruk dan remaja dapat mencari tau tentang faktor lain yang dapat menyebabkan keputihan tersebut.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT, karena diberikan kemudahan untuk menyelesaikan penelitian ini. Ucapan terimakasih penulis ucapkan kepada Akbid Helvetia Pekanbaru yang telah mensupport dalam bentuk materi maupun kelancaran dalam proses penelitian sehingga terselainya penelitian ini tepat pada waktunya.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ariani, Ayu Putri, *Aplikasi Metodologi Kebidanan Katan Reproduksi* (pertama), Yogyakarta: Nuha Medika, 2014
- [2] Eka Meiyana Erawan, P., & Nasnani, N., Diambil dari <https://media.neliti.com/media/publications/184665-ID-hubungan-pengetahuan-sikap-dan-tindakan.pdf>, 2016
- [3] Fitriyya, M., Muslimah, S., & Alifia, Knowledge and Attitude Teen of Hygiene Vulva At the Time of

- Menstruation in Class Xi Student in High School Man 1 Surakarta, *Jurnal Kebidanan*, VII(02), 137–146, 2015
- [4] Irianto, K., *Panduan Lengkap Biologi Reproduksi Manusia Human Reproductive Biology* (hal. 61), Bandung: Alfabeta, 2014
- [5] Ismi Sulaika, Ike, H., & Puji, D., (*Study at Junior High School of Pondok Pesantren Darul Muttaqin Jombang*) Incident to Adolescent. Metode : This type of research used quantitative analytic with were 40 adolescents who had menstruated with the stratified sampling *Menstruation With Pruri*. 8., 2018
- [6] Kemenkes RI., *Profil Kesehatan Indonesia 2018 [Indonesia Health Profile 2018]*, 2019
- [7] Kristanti Ani, L., & Sebtalezy, C. Yorinda. *Kapasitas Orag Tua Terhadap Personal Hygiene Anak Autis* (hal. 78), Jawa Timur: Uweis Inspirasi Indonesia, 2019
- [8] Meilan, N., Maryanah, & Follona, W., Kesehatan Reproduksi Remaja. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Ternate*, Vol. 10, hal. 30, 2017