

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI DENGAN PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA SISWI KELAS IX DI SMP NEGERI 1 LHOKSEUMAWE TAHUN 2016

Nora Maulina

Dosen Fisiologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh

ABSTRAK

Personal Hygiene berasal dari bahasa Yunani, berasal dari kata Personal yang artinya perorangan dan Hygiene berarti sehat. Pada masa remaja, pertumbuhan fisik dan seksual mulai berkembang dengan pesat. Remaja yang kelak akan menikah dan menjadi orang tua sebaiknya mempunyai kesehatan reproduksi yang prima, sehingga menghasilkan generasi yang sehat. Berdasarkan data dari WHO (World Health Organization), pada usia remaja dan dewasa muda rentan terjadi infeksi saluran reproduksi (ISR). Jenis penelitian ini bersifat analitik dengan pendekatan secara cross sectional dan cara pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik acak sistematis (random systematic sampling). Sebagian besar siswi SMP Negeri 1 Lhokseumawe mempunyai personal hygiene baik saat menstruasi (63,6%).

Kata kunci : *hygiene, menstruasi, pengetahuan, sikap*

PENDAHULUAN

Pendidikan tentang kesehatan reproduksi merupakan masalah penting yang perlu mendapatkan perhatian dari semua pihak, tidak hanya terbatas pada orang dewasa namun juga pada anak dan remaja. Di lingkungan masyarakat, tokoh masyarakat baik orangtua ataupun remaja itu sendiri harusnya lebih terbuka tentang masalah kesehatan terutama kesehatan reproduksi. Diantara negara-negara di Asia Tenggara, wanita Indonesia lebih rentan mengalami ISR yang dipicu iklim Indonesia yang panas dan lembab. Jumlah kasus ISR di Jawa Timur seperti candidiasis dan servitis yang terjadi pada remaja putri sebanyak 86,5% ditemukan di Surabaya dan Malang. Penyebab utama penyakit ISR yaitu: imunitas lemah (10%), perilaku kurang *hygiene* saat menstruasi (30%), dan lingkungan tidak bersih serta penggunaan pembalut yang kurang sehat saat menstruasi (50%). Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) dan Bappenas tahun 2010, sebagian besar dari 63 juta jiwa remaja di Indonesia rentan berperilaku tidak sehat. Pada saat menstruasi, pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terkena infeksi. Oleh karena itu kebersihan daerah genitalia harus lebih dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi dengan adanya keluhan yang dirasakan seperti rasa gatal yang disebabkan oleh jamur kandida yang akan subur tumbuhnya pada saat menstruasi.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini bersifat analitik dengan pendekatan secara *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Lhokseumawe dan penelitian dimulai dari bulan Oktober-November 2016. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Lhokseumawe dengan jumlah sebanyak 183 orang. Sampel penelitian sebanyak 87 orang siswi SMP 1 Lhokseumawe

Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik acak sistematis (*random systematic sampling*). Data yang diambil langsung oleh peneliti di SMP Negeri 1 Lhokseumawe, dengan menggunakan instrument penelitian berupa kuisisioner yang diberikan kepada responden, kuisisioner sebanyak 40 soal yaitu 20 untuk pengetahuan dan 20 untuk sikap. Pertanyaan tersebut berdasarkan pengetahuan dan sikap tentang personal hygiene saat menstruasi yang didapat oleh remaja putri, dan sebelum responden mengisi kuisisioner terlebih dahulu peneliti menjelaskan secara singkat tentang cara pengisian kuisisioner dan menanyakan bila ada hal-hal yang tidak mengerti mengenai cara pengisian oleh responden, lalu memberi

kesempatan pada responden untuk mengisi kuisioner, setelah diisi kuisioner kembali dikumpulkan oleh peneliti.

Analisis data dilakukan secara univariat untuk mendeskripsikan karakteristik.

Sampel dan dilakukan secara bivariat untuk menghubungkan pengetahuan dan sikap remaja putri dengan personal hygiene menggunakan uji *Pearson Chi Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan dijelaskan dan disajikan hasil penelitian yaitu distribusi frekuensi dari variabel yang diteliti yaitu personal hygiene, pengetahuan dan sikap tentang menstruasi, dan hubungan antara pengetahuan dan sikap tentang menstruasi dengan personal hygiene saat menstruasi pada siswi kelas IX SMP Negeri 1 Lhokseumawe.

Distribusi Frekuensi Personal Hygiene, Pengetahuan dan Sikap tentang Menstruasi

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Personal Hygiene saat Menstruasi, Pengetahuan dan Sikap tentang Menstruasi

| Variabel | Jumlah | Persentase (%) |
|------------------|--------|----------------|
| Personal Hygiene | | |
| Baik | 35 | 63,6 |
| Kurang Baik | 20 | 36,4 |
| Pengetahuan | | |
| Baik | 46 | 83,6 |
| Kurang Baik | 9 | 16,4 |
| Sikap | | |
| Baik | 24 | 43,6 |
| Kurang Baik | 31 | 56,4 |
| Total | 55 | 100 |

Hasil analisis data menunjukkan bahwa siswi SMP yang mempunyai personal hygiene yang baik sebanyak 63,6% dan personal hygiene yang kurang baik sebanyak 36,4%. Siswi SMP yang mempunyai pengetahuan tentang menstruasi yang baik sebanyak 83,6% dan pengetahuan tentang menstruasi yang kurang baik sebanyak 16,4%. Siswi SMP yang mempunyai sikap tentang menstruasi yang baik sebanyak 43,6% dan sikap kurang baik sebanyak 56,4%

Hubungan Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Personal Hygiene saat Menstruasi

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Personal Hygiene saat Menstruasi

| Variabel | Personal Hygiene | | Total | p-value |
|-------------|------------------|-------------|-------|---------|
| | Baik | Kurang Baik | | |
| Pengetahuan | | | | |
| Baik | 32 (69,6%) | 14 (30,4%) | 100 | 0,05 |
| Kurang Baik | 3 (33,3%) | 6 (66,7%) | 100 | |
| Total | 35 | 20 | 55 | |

Hasil analisis menunjukkan siswi SMP yang mempunyai pengetahuan baik dan personal hygiene baik sebanyak 69,6%, sedangkan siswi SMP yang mempunyai pengetahuan baik dan personal hygiene kurang baik sebanyak 30,4%. Siswi SMP yang mempunyai pengetahuan kurang baik dan personal hygiene baik sebanyak 33,3% sedangkan siswi SMP yang mempunyai pengetahuan kurang baik dan personal hygiene kurang baik sebanyak 66,6%. Uji

Chi-Square menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan personal hygiene saat menstruasi ($p=0,05$).

Hubungan Sikap tentang Menstruasi dengan Personal Hygiene saat Menstruasi

Tabel 3. Hubungan Sikap tentang Menstruasi dengan Personal Hygiene saat Menstruasi

| Variabel | Personal Hygiene | | Total | p-value |
|-------------|------------------|-------------|-------|---------|
| | Baik | Kurang Baik | | |
| Sikap | | | | |
| Baik | 18 (75%) | 6 (25%) | 100 | 0,208 |
| Kurang Baik | 17 (54,2%) | 14 (45,8%) | 100 | |
| Total | 35 | 20 | 55 | |

Hasil analisis menunjukkan siswi SMP yang mempunyai sikap baik dan personal hygiene baik sebanyak 75%, sedangkan siswi SMP yang mempunyai sikap baik dan personal hygiene kurang baik sebanyak 25%. Siswi SMP yang mempunyai sikap kurang baik dan personal hygiene baik sebanyak 54,2% sedangkan siswi SMP yang mempunyai sikap kurang baik dan personal hygiene kurang baik sebanyak 45,8%. Uji Chi-Square menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara sikap tentang menstruasi dengan personal hygiene saat menstruasi ($p=0,208$).

PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini diperoleh informasi bahwa sebagian besar siswi SMP Negeri 1 Lhokseumawe mempunyai personal hygiene baik saat menstruasi (63,6%). Personal Hygiene berasal dari bahasa Yunani, berasal dari kata *Personal* yang artinya perorangan dan *Hygiene* berarti sehat. Dapat diartikan *personal hygiene* adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan, baik fisik maupun psikisnya. Artinya tindakan siswi SMP Negeri 1 Lhokseumawe dalam memelihara kebersihan dan kesehatan saat menstruasi sudah baik. Hal ini sesuai dengan penelitian (Sulistina 2009) yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswi SMPN I Trenggalek mempunyai sikap atau perilaku baik, yang dimaksud perilaku baik disini adalah perilaku penerimaan (menunjang kesehatan) terhadap menstruasi yaitu sebesar 87,85%.

Penelitian di Depok juga menunjukkan hasil yang sama, bahwa perilaku kebersihan pada saat menstruasi pada siswi remaja putri kelas 7, kelas 8 dan kelas 9 di SMP Negeri 2 Depok yang baik adalah sebanyak 76,9%.

Perilaku hygiene organ reproduksi adalah usaha untuk mempertahankan atau memperbaiki kesehatan dengan memelihara kebersihan alat reproduksi. Menjaga kesehatan berawal dari menjaga kebersihan. Hal ini juga berlaku bagi kesehatan organ-organ seksual, termasuk vagina. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku hygiene organ reproduksi, antara lain: faktor internal (tingkat pendidikan, tingkat emosional, konsep diri, jenis kelamin) dan faktor eksternal (keluarga, sekolah, masyarakat). Faktor-faktor tersebut saling berinteraksi secara langsung dan tidak langsung dalam membentuk perilaku hygiene organ reproduksi.

Analisis Distribusi Frekuensi Pengetahuan tentang Menstruasi

Dalam penelitian ini diperoleh informasi bahwa sebagian besar siswi SMP Negeri 1 Lhokseumawe mempunyai pengetahuan tentang mesntruasi yang baik (83,6%). Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.

Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah pendidikan. SMP Negeri 1 Lhokseumawe merupakan salah satu sekolah favorit di kota Lhokseumawe, hal ini menunjukkan bahwa kualitas pendidikan di SMP Negeri 1 Lhokseumawe lebih baik dibandingkan dengan sekolah lainnya. Hal lain yang mempengaruhi pengetahuan adalah Media dan Informasi. Saat ini, akses informasi dapat diperoleh darimana saja, internet dapat mudah diakses bagi siapa saja.

Analisis Distribusi Frekuensi Sikap tentang Menstruasi

Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar (56,4%) siswi SMP Negeri 1 Lhokseumawe masih mempunyai sikap yang kurang baik terhadap menstruasi. Salah seorang ahli psikologis sosial menyatakan bahwa sikap itu merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak, dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu. Hal ini menunjukkan bahwa kesediaan bertindak siswi SMP Negeri 1 terhadap menstruasi masih kurang baik. Menurut Janiwarty (2013), faktor yang mempengaruhi sikap adalah pengalaman pribadi, pola sikap sederhana, pengaruh kebudayaan, media massa dan pendidikan di sekolah. Bisa saja pengalaman pribadi dan pola pikir sederhana menghalangi siswi SMP untuk bersikap baik terhadap menstruasi. Sikap positif maupun negatif tergantung dari pemahaman individu tentang suatu hal tersebut, sehingga sikap ini selanjutnya akan mendorong individu melakukan perilaku tertentu pada saat dibutuhkan, tetapi kalau sikapnya negatif, justru akan menghindari untuk melakukan perilaku tersebut.

Hubungan Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Personal Hygiene saat Menstruasi

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan personal hygiene saat menstruasi. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian, yang menunjukkan bahwa pengetahuan mempunyai hubungan yang signifikan dengan perilaku kebersihan pada saat menstruasi dengan nilai OR 3,482 berarti bahwa siswi dengan pengetahuan baik akan memiliki kemungkinan 3,482 kali lebih besar melakukan praktek kebersihan pada saat menstruasi dengan baik dibandingkan dengan responden yang berpengetahuan kurang.

Higienitas menstruasi itu kemungkinan besar dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Seseorang yang tidak memiliki pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang cukup akan cenderung mengabaikan kesehatan reproduksi dan pada akhirnya ia akan memiliki tindakan yang membahayakan bagi dirinya sendiri. Dengan kata lain karena tidak memiliki pengetahuan yang memadai tentang kesehatan reproduksi maka seseorang akan mudah berperilaku yang membahayakan kesehatan alat-alat reproduksinya. Maka seseorang yang memiliki pengetahuan tentang kesehatan reproduksi akan memilih perilaku yang tepat, artinya perilaku tersebut akan mampu mempertahankan kualitas atau kondisi kesehatan reproduksinya. Jika terkait dengan menstruasi maka yang akan dipilih adalah berperilaku higienis pada saat menstruasi.

Hubungan Sikap tentang Menstruasi dengan Personal Hygiene saat Menstruasi

Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara sikap tentang menstruasi dengan Personal Hygiene saat menstruasi. Aspek-aspek perilaku hygiene organ reproduksi menurut Notoatmodjo (2007) terdiri dari: Aspek fisik, berhubungan dengan keinginan remaja untuk memperlihatkan jati diri pada orang lain, keadaan fisik dapat membedakan perilaku seseorang. Banyak gangguan kesehatan yang diderita seseorang terlihat secara fisik karena tidak terpeliharanya kebersihan organ reproduksi perorangan dengan baik. Aspek psikis, berhubungan dengan faktor yang mendorong remaja melakukan perilaku hygiene organ reproduksi, misalnya: persepsi, motivasi, emosi, dan belajar. Aspek sosial, berhubungan dengan keinginan remaja untuk diterima dalam lingkungan kelompok tertentu, sehingga

remaja akan berperilaku sesuai dengan aturan dan norma yang ada dilingkungkannya. Sikap termasuk ke dalam aspek psikis yaitu persepsi. Jika siswa berpersepsi baik, maka dapat dikatakan mempunyai sikap yang baik demikian juga sebaliknya

Pada hasil distribusi frekuensi menunjukkan bahwa sebagian besar siswi SMP Negeri 1 Lhokseumawe mempunyai sikap yang kurang baik. Oleh karena itu pada analisis hubungan antara sikap tentang menstruasi dengan personal hygiene saat menstruasi menunjukkan tidak adanya hubungan yang bermakna. Kemungkinan lain adalah saat mengisi kuesioner siswi SMP Negeri 1 Lhokseumawe cenderung menjawab jawaban yang homogen sehingga analisis menjadi tidak bermakna.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan penelitian mengenai pengetahuan dan sikap tentang menstruasi, dan hubungan antara pengetahuan dan sikap tentang menstruasi dengan personal hygiene saat menstruasi pada siswi kelas IX SMP Negeri 1 Lhokseumawe dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Dari 55 responden remaja putri, personal hygiene yang baik 35 responden (63,6%), pengetahuan baik 46 responden (83,6%) dan sikap baik mayoritas berpengetahuan dan mempunyai sikap yang baik 24 responden (43,6%), hal ini menunjukkan, pengetahuan dan sikap sangat berpengaruh terhadap personal hygiene responden.
2. Dari 55 responden remaja putri, mempunyai sikap baik 18 responden (75%).
3. Dari 55 responden remaja putri yang memiliki pengetahuan baik yaitu 32 orang (69,6%).
4. Ada hubungan antara pengetahuan dengan sikap remaja putri dalam melakukan personal hygiene saat menstruasi.

Saran

1. Bagi Peneliti

Sebagai pengalaman dalam menulis dan menambah pengetahuan serta wawasan penulis dalam penerapan ilmu metodologi penelitian.

2. Bagi Institusi tempat Penelitian di SMP Negeri 1 Lhokseumawe
 - a. Bagi Siswi remaja putri di SMP Negeri 1 Lhokseumawe, sebagai bahan informasi bagi siswi remaja putri di SMP Negeri 1 Lhokseumawe dalam melakukan personal hygiene saat menstruasi.
 - b. Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan ilmu kesehatan khususnya mengenai kesehatan reproduksi tentang menstruasi.
 - c. Memperkaya sumber bacaan dan gambaran tentang pengetahuan dalam melakukan personal hygiene saat menstruasi.
3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil dari penelitian dapat digunakan sebagai bahan bacaan kepustakaan di Fakultas kedokteran UNIMAL dan dapat dijadikan sebagai bahan rujukan penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

Aisyaroh, N. 2010. Kesehatan Reproduksi Remaja. *Jurnal Majalah Ilmiah Sultan Agung*, Universitas Sultan Agung. www.unissula.ac.id. [Accessed 28 Januari 2014]

- Health. 2009. *Pengetahuan dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi*. <http://forbetterhealth.wordpress.com/2009/04/19/pengetahuan-dan-faktor-faktor-yang-mempengaruhi/>, [Accessed 28 Januari 2014]
- Indriastuti, D.P., 2009. *Hubungan antara Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Higienis Remaja Putri saat Menstruasi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Isro'in. L dan Andarmoyo Sulisty. 2012. *Personal Hygiene*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Janiwarty.dkk.2013.*Pendidikan Psikologi untuk Bidan*. Yogyakarta:Publishing
- Murti, A.M., 2010. *Hubungan antara konsep diri dengan perilaku hygiene organ reproduksi pada siswa kelas X di SMAN 1 Sambung Macan Sragen*. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Notoatmodjo.S.2010. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. 2007. *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Penerbit Rineka Cipta, Jakarta.
- Proverawati.A. 2009. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Puspitaningrum.D.2012, *Cara Merawat Organ Genetalia Eksternal Pada Wanita*. <http://Puspits.dosen.uminus.ac.id/2012/02/07/cara-perawatan-organ-genetalia-eksternal-yang-benar/> [Accessed 20 Maret 2014]
- Sulistina, D.R., 2009. *Hubungan Pengetahuan Menstruasi dengan Perilaku Kesehatan Remaja Puteri tentang Menstruasi di SMPN 1 Trenggalek*. Universitas Sebelas Maret.
- Suryati, 2012. Perilaku Kebersihan Remaja saat Menstruasi. *Jurnal Health Quality*, 3(1), pp.54–65.
- World Health Organization. 2007. *The World Health Report 2007-A Safer Future: Global Public Health Security inThe 21st Century*.<http://www.who.int/whr/2007/en/index.html>. [Accessed 20 Januari 2014]