

## EFEKTIVITAS PENDIDIKAN KESEHATAN METODE PEER GROUP TERHADAP PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA SISWI KELAS 10 DI SMA PERGURUAN RAKYAT 2

Desvi Syam Wilis<sup>1\*</sup>, Wintarsih<sup>2</sup>

<sup>1-2</sup>Program Studi Sarjana Keperawatan, STIKes Abdi Nusantara

Email Korespondensi: desvisyam@gmail.com

Disubmit: 17 Juli 2023

Diterima: 07 Februari 2024

Diterbitkan: 01 Maret 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i3.11064>

### ABSTRACT

*Health education is an effective approach in increasing understanding, attitudes, and actions regarding personal hygiene, especially during menstruation. The 2017 Indonesian Demographic Health Survey (IDHS), as many as 63.9% of young women still have bad hygiene practices during menstruation, and this is due to limited information and understanding regarding personal hygiene during menstruation. Writing intends to understand the effectiveness of peer group health education techniques related to understanding, attitudes, and personal hygiene actions during menstruation in 10th grade female students in SMA Perguruan Rakyat 2. This research used a quasy experimental one group pretest-posttest design. The population in this research was all 10th grade female students at the College of People's High School 2. The number of respondents was 55 students, before and after being given Health Education, the peer group was 55 people. The output results describe the paired sample correlation test or the relationship between the two data (pretest variables and posttest variables). According to the output, it is known that the significance value (Sig.) is 0.623. Because the value of Sig.  $0.623 > 0.05$ , it can be concluded that there is no significant relationship between the pretest variables and the posttest variables. In conclusion, it was found that there were changes in knowledge, attitudes, and personal hygiene measures when menstruating in high school female students, where the results of the Paired sample T-test showed a sig score of 0.046, which means  $0.000 > 0.05$ .*

**Keywords:** Peer Group Method, Personal Hygiene, Menstruation

### ABSTRAK

Pendidikan kesehatan ialah satu diantara pendekatan yang efektif dalam meningkatkan pemahaman, sikap, serta tindakan tentang kebersihan pribadi, khususnya ketika menstruasi. Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017, sebanyak 63,9% remaja putri masih mempunyai tindakan kebersihan yang buruk ketika menstruasi, dan perihal tersebut dikarenakan oleh terbatasnya berita serta pemahaman terkait kebersihan diri sepanjang menstruasi. Penulisan bermaksud memahami efektivitas Pendidikan Kesehatan teknik peer group terkait pemahaman, sikap, serta tindakan personal hygiene ketika menstruasi pada murid perempuan kelas 10 di SMA Perguruan Rakyat 2. Riset ini memakai desain quasy eksperiment one group pretest-posttest design. Populasi pada riset ini semua

murid perempuan kelas 10 di SMA Perguruan Rakyat 2. Jumlah responden 55 orang siswi, sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan peer group 55 orang. Hasil output tersebut memaparkan uji korelasi sampel berpasangan atau kaitan antara dua data (variabel pretest dan variabel posttest). Menurut output tersebut, diketahui bahwa nilai signifikansi (Sig.) adalah 0.623. Sebab nilai Sig.  $0.623 > 0.05$ , bisa ditarik kesimpulan bahwasannya tidak ada kaitan yang signifikan antara variabel pretest dengan variabel posttest. Simpulan didapatkan bahwa ada perubahan pengetahuan, sikap, serta tindakan personal hygiene ketika menstruasi pada murid perempuan SMA, dimana hasil uji Paired sample T-test, ditunjukkan yakni skor sig 0.046, yang berarti  $0,000 > 0.05$ .

**Kata Kunci:** Metode *Peer Group*, *Personal Hygiene*, Menstruasi

## PENDAHULUAN

Pada kehidupan seseorang adanya fase masa remaja yang meliputi perubahan dari masa anak-anak ke masa dewasa, dimana mengalami perubahan secara biologis, psikologis, serta sosial. Proses pubertas biasanya terjadi antara usia 10-13 tahun serta berakhir antara umur 18-22 tahun. Menurut definisi dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), remaja adalah individu yang sedang mengalami perubahan bertahap dalam hal kematangan seksual, transformasi spiritual dari masa anak-anak ke masa dewasa, serta perubahan ekonomi dari ketergantungan menjadi lebih mandiri. (Ardiansyah, SKM, 2022).

Selama masa pubertas, terjadi berbagai perubahan yang wajar pada tubuh remaja, baik secara fisik maupun psikis, yang disebabkan oleh perubahan hormonal. Pada usia 11-13 tahun awal, remaja cenderung lebih dekat dengan teman sebaya, bersikap egois, serta mempunyai harapan yang lebih bebas untuk mengekspresikan diri. Namun, keegoisan ini dapat membuat sulit bagi mereka untuk beradaptasi dan menerima sudut pandang yang berlainan, sehingga mereka mencari teman guna mencegah ketidakstabilan mereka sendiri. Pada usia pertengahan remaja, yaitu

antara usia 14 hingga 17 tahun, mereka mulai tertarik pada lawan jenis dan seringkali bermimpi tentang hubungan seksual. (Sari, 2021).

## TINJAUAN PUSTAKA

Ketidakhayalan dan minimnya pengetahuan tentang kesehatan menstruasi pada remaja putri dan perempuan di Indonesia dapat memiliki dampak negatif yang berkelanjutan pada kesehatan perempuan di daerah tersebut. Oleh karena itu, diperlukan pemberian informasi yang lengkap guna mengembangkan pemahaman serta kesadaran mereka tentang perlunya menjaga kebersihan diri, khususnya selama menstruasi. Menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017, sejumlah 63,9% remaja putri masih mempunyai tindakan kebersihan yang buruk ketika menstruasi, perihal tersebut dikarenakan oleh terbatasnya informasi dan pengetahuan terkait kebersihan diri selama menstruasi (Chairul Fikri, 2021).

## METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian akan dilakukan dengan memberikan program pendidikan kesehatan dengan teknik peer group kepada murid perempuan

kelas 10 selama beberapa sesi. Setiap sesi akan membahas topik-topik yang berkaitan dengan personal hygiene ketika menstruasi. Sebelum dan sesudah program pendidikan kesehatan dilaksanakan, kuesioner akan diberikan kepada kedua kelompok siswi untuk mengukur pemahaman, sikap, serta tindakan personal hygiene ketika

menstruasi. Setelah itu, data akan dianalisis dan hasilnya akan diinterpretasikan untuk menentukan efektivitas program pendidikan kesehatan dengan teknik peer group terkait pemahaman, sikap, serta tindakan personal hygiene ketika menstruasi pada murid perempuan kelas 10.

## HASIL PENELITIAN

Tabel 1

Sikap terhadap Personal hygiene Pada Saat Menstruasi sebelum dilakukan Peer Group Education pada Remaja Putri

Sikap Personal Hygiene Saat Menstruasi	Jumlah	Persentase (%)
Negatif	33	60.0
Positif	22	40.0
Total	55	100.0

Berdasarkan hasil penelitian, tampak bahwasannya sebelum dilaksanakan pendidikan kelompok sebaya (peer group education), sikap personal hygiene ketika menstruasi mempunyai persentase sebesar 60,0%. Dalam klasifikasi perilaku, ini menunjukkan bahwa rata-rata sikap

personal hygiene siswi-siswi sebelum pendidikan kelompok sebaya adalah negatif. Temuan ini diperkuat dengan hasil skor penelitian, dimana didapatkan 33 responden (60,0%) dengan sikap negatif dan 22 responden (40,0%) dengan sikap positif.

Tabel 2

Sikap terhadap Personal hygiene Pada Saat Menstruasi sesudah dilakukan Peer Group Education pada Remaja Putri

Sikap Personal Hygiene Saat Menstruasi	Jumlah	Persentase (%)
Negatif	4	7.3
Positif	51	92.7
Total	55	100.0

Hasil penelitian tentang sikap personal hygiene ketika menstruasi pada murid perempuan pada SMA Perguruan Rakyat 2 Jakarta sesudah diberikan pendidikan kesehatan teknik peer group education menunjukkan bahwa persentase perilaku personal hygiene meningkat menjadi 92,7%. Dalam klasifikasi

sikap, ini menunjukkan bahwa rata-rata sikap personal hygiene siswi-siswi setelah pendidikan kelompok sebaya adalah positif. Temuan ini didukung oleh hasil skor penelitian, dimana didapatkan 51 responden (92,7%) dengan sikap positif dan 4 responden (7,3) sikap negative

**Tabel 3**  
**Sikap terhadap Personal hygiene Pada Saat Menstruasi sesuai dilakukan Peer Group Education pada Remaja Putri**

Sikap Personal Hygiene Saat Menstruasi	Jumlah	Persentase (%)
Negatif	4	7.3
Positif	51	92.7
Total	55	100.0

Hasil penelitian tentang sikap personal hygiene ketika menstruasi pada murid perempuan pada SMA Perguruan Rakyat 2 Jakarta sesuai diberikan pendidikan kesehatan teknik peer group education menunjukkan bahwa persentase perilaku personal hygiene meningkat menjadi 92,7%. Dalam klasifikasi

sikap, ini menunjukkan bahwa rata-rata sikap personal hygiene siswi-siswi setelah pendidikan kelompok sebaya adalah positif. Temuan ini didukung oleh hasil skor penelitian, dimana didapatkan 51 responden (92,7%) dengan sikap positif dan 4 responden (7,3) sikap negatif.

**Tabel 4**  
**Distribusi Frekuensi Tindakan terhadap Personal hygiene Ketika Menstruasi sebelum dilaksanakan Peer Group Education pada Remaja Putri SMA Perguruan Rakyat 2 Tahun 2023 (n=55)**

Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi	Jumlah	Persentase (%)
Cukup Baik	29	52.7
Baik	26	47.3
Total	55	100.0

Berdasarkan hasil penelitian, terlihat bahwa sebelum dilakukan pendidikan kelompok sebaya (peer group education), tindakan personal hygiene ketika menstruasi memiliki persentase sebesar 52,7%. Dalam klasifikasi perilaku, ini membuktikan bahwasannya rerata tindakan

personal hygiene siswi-siswi sebelum pendidikan kelompok sebaya adalah cukup. Temuan ini diperkuat dengan hasil skor penelitian, dimana didapatkan 29 responden (52,7%) dengan perilaku cukup dan 26 responden (47,3%) dengan perilaku baik.

**Tabel 5**  
**Distribusi Frekuensi Perilaku terhadap Personal hygiene Ketika Menstruasi**  
**sesudah dilaksanakan Peer Group Education pada Remaja Putri SMA**  
**Perguruan Rakyat 2 Tahun 2023 (n=55)**

Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	18	32.7
Sangat Baik	37	67.3
Total	55	100.0

Hasil penelitian tentang tindakan personal hygiene ketika menstruasi pada siswi di SMA Perguruan Rakyat 2 Jakarta sesuai diberikan pendidikan kesehatan metode peer group education menunjukkan bahwa persentase perilaku personal hygiene meningkat menjadi 67.3%. Dalam klasifikasi perilaku, ini membuktikan bahwasannya rerata tindakan personal hygiene siswi-siswi sesuai pendidikan kelompok sebaya adalah sangat baik. Temuan ini didukung oleh hasil skor penelitian, dimana didapatkan 37 responden (67.3%) dengan perilaku sangat baik dan 18 responden (32.7%) dengan perilaku baik.

Berdasarkan hasil uji statistik sampel berpasangan, terlihat bahwa rerata nilai pada pretest ialah 20.38, sedangkan rerata skor pada posttest ialah 21.22. Perihal itu menyajikan yakni setelah menerapkan pendidikan kesehatan metode peer group, terjadi peningkatan nilai rata-rata dalam pengetahuan, sikap,

serta perilaku personal hygiene ketika menstruasi. Oleh sebab itu, bisa disimpulkan bahwasannya pendidikan kesehatan teknik peer group memberikan dampak positif dalam pengembangan pemahaman, sikap, ataupun perilaku personal hygiene siswa.

Hasil output tersebut memaparkan uji korelasi sampel berpasangan atau kaitan antara dua data (variabel pretest dan variabel posttest). Menurut output tersebut, diketahui bahwa nilai signifikansi (Sig.) adalah 0.623. Sebab nilai Sig.  $0.623 > 0.05$ , bisa ditarik kesimpulan bahwasannya tidak ada kaitan yang signifikan antara variabel pretest dengan variabel posttest. Bersumber hasil uji Paired sample T-test, ditunjukkan yakni nilai signifikansi (2-tailed) adalah 0.046, yang berarti skor itu lebih kecil dari 0.05. Oleh sebab itu, hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak. Perihal tersebut membuktikan bahwasannya pengetahuan, sikap, dan perilaku personal hygiene ketika menstruasi sebelum.

## PEMBAHASAN

### Sikap

Hasil dari riset menyajikan bahwasannya sebelum dilaksanakan pendidikan Kesehatan kelompok sebaya, sikap personal hygiene ketika menstruasi memiliki persentase sebesar 60,0%. Dalam klasifikasi sikap tersebut membuktikan bahwasannya rerata sikap personal hygiene ketika

menstruasi pada siswi SMA Perguruan Rakyat 2 masihlah negatif.

Bersumber pada hasil uji Analisa univariat, terlihat bahwa persentase setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan teman sebaya adalah 67,3%, Hal ini menunjukkan bahwa setelah menerapkan pendidikan kesehatan teknik peer group, terjadi peningkatan nilai sikap

personal hygiene ketika menstruasi. Oleh sebab itu, bisa ditarik kesimpulan bahwasannya pendidikan kesehatan teknik peer group menimbulkan dampak positif dalam meningkatkan sikap personal hygiene siswa.

### Perilaku

Berdasarkan hasil penelitian, terlihat bahwa sebelum dilakukan pendidikan kelompok sebaya (peer group education), tindakan personal hygiene ketika menstruasi memiliki persentase sebesar 52,7%. Dalam klasifikasi perilaku, ini membuktikan yakni rerata tindakan personal hygiene siswi-siswi sebelum pendidikan kelompok sebaya adalah pada tingkat yang cukup. Temuan ini diperkuat dengan hasil skor penelitian, di mana ditemukan 29 responden (52,7%) dengan perilaku cukup dan 26 responden (47,3%) dengan perilaku baik. Berdasarkan hasil uji Analisa univariat, terlihat bahwa persentase setelah dilakukan Pendidikan Kesehatan teman sebaya adalah 90,7%, perihal itu membuktikan bahwasannya setelah menerapkan pendidikan kesehatan metode peer group, terjadi peningkatan nilai perilaku personal hygiene saat menstruasi. Oleh sebab itu, bisa ditarik kesimpulan bahwasannya pendidikan kesehatan metode peer group memberikan dampak positif dalam meningkatkan tindakan personal hygiene siswa.

### Pengetahuan

Hasil penelitian di atas mengindikasikan adanya perbedaan dalam nilai rerata tingkat pemahaman sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Nilai rerata pemahaman responden sebelum mendapatkan pendidikan kesehatan ialah 20,38. Namun, setelah mendapatkan pendidikan kesehatan dalam golongan intervensi, terjadi peningkatan nilai

rerata menjadi 21,22. Temuan tersebut selaras pada hasil riset yang dilaksanakan oleh Siti Rofi'ah, dkk (2017) dan Dinta Yolinda (2018), yang juga menunjukkan peningkatan nilai rerata pemahaman sesuai penerapan intervensi pendidikan kesehatan.

### KESIMPULAN

1. Persentase sikap personal hygiene ketika menstruasi sebelum dilaksanakan peer group education sebesar 60,0%.
2. Persentase sikap personal hygiene ketika menstruasi sesuai dilakukan peer group education sebesar 67,3%.
3. Persentase tindakan personal hygiene ketika menstruasi sebelum dilaksanakan peer group education sebesar 52,7%.
4. Persentase sikap personal hygiene ketika menstruasi sesuai dilaksanakan peer group education sebesar 90,7%.
5. Nilai rerata pengetahuan personal hygiene ketika menstruasi sebelum dilaksanakan peer group education ialah 20,38.
6. Nilai rerata pengetahuan personal hygiene ketika menstruasi sesuai dilaksanakan peer group education ialah 21,22.
7. Bersumber pada hasil uji Paired sample T-test, ditunjukkan yakni nilai signifikansi (2-tailed) ialah 0,046, yang berarti skor itu lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian, hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak. Perihal tersebut membuktikan bahwasannya pengetahuan, sikap, dan perilaku personal hygiene ketika menstruasi sebelum dan setelah menerapkan pendidikan kesehatan teknik peer group tidak sama. Dengan maksud lain, adanya perbedaan yang

signifikan antara sebelum dengan sesudah menerapkan pendidikan Kesehatan metode peer group terkait pemahaman, sikap, serta tindakan personal hygiene ketika menstruasi.

Kesehatan, 20.  
<https://osf.io/34yna/download>.

Narsih, U., Rohmatin, H., & Widayati, A. (2020). Pendidikan Kesehatan Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja Putri dengan Metode Peer Group.

#### DAFTAR PUSTAKA

- A. Wahyudi, C. A. I. S. (2018). *Faktor2 ph*.  
Ardiansyah, SKM, M. (2022). *Kesehatan Reproduksi Remaja: Permasalahan dan Upaya Pencegahan*. 10-06. [https://yanke.kemkes.go.id/view\\_artikel/29/kesehatan-reproduksi-remaja-permasalahan-dan-upaya-pencegahan](https://yanke.kemkes.go.id/view_artikel/29/kesehatan-reproduksi-remaja-permasalahan-dan-upaya-pencegahan)  
*Caradde: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 123-130.  
Chairul Fikri. (2021). *Kesadaran Ramaja Putri Menjaga Kebersihan saat Menstruasi Masih Buruk*. BeritaSatu. <https://www.beritasatu.com/kesehatan/781817/kesadaran-ramaja-putri-menjaga-kebersihan-saat-menstruasi-masih-buruk>  
Dahlan, D. (2021). Prilaku Personal Hygiene Remaja Putri Pada Saat Menstruasi. *Journal of Health Quality Development*, 1(2), 109-115. <https://doi.org/10.51577/jhq.d.v1i2.223>  
Imron, A. (2012). *Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja, Peer Educator & Efektivitas Program Pik-Kkr di Sekolah* (M. Sandra (ed.); 1st ed.). AR-RUZZ MEDIA.  
Irwan. (2017). *Etika dan Perilaku Kesehatan*.  
Musakkar, S. M. H. K., & Tanwir Djafar, S. M. K. (2020). Promosi Kesehatan: Penyebab Terjadinya Hipertensi. *Pendidikan Dan Promosi*