

PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI TENTANG KEBERSIHAN ALAT KELAMIN PADA SAAT MENSTRUASI

Rahmi Wahyuna¹, Farida Linda Sari Siregar^{2*}

¹⁻²Fakultas Keperawatan, Universitas Sumatera Utara

Email korespondensi: farida.ls@usu.ac.id

Disubmit: 10 Agustus 2024

Diterima: 12 September 2024

Diterbitkan: 01 Oktober 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i10.16869>

ABSTRACT

Hygiene during menstruation is a component of personal hygiene that plays an important role in the health behavior status of a person including avoiding disturbances in the function of the reproductive organs. One of the efforts that can be made in preventing the occurrence of these problems is important to instill self-awareness to maintain the cleanliness of the genital area from an early age and the need for knowledge, attitudes, on the importance of caring for the area. This research is a quantitative research with a descriptive research design, and using a cross-sectional approach method. The study's aim was to identify the knowledge and attitudes of adolescent girls about hygiene during menstruation at SMA Al-Fattah in medan. The population were adolescent girls with a sample of 41 respondents using total sampling. Data processing/analysis using frequency distribution tables with percentages. The results of this study indicate that adolescents' knowledge about genital hygiene during menstruation is in the sufficient category, namely 30 people (73.2%), attitudes in the Positif category with a total of 31 people (75,6%). Knowledge and attitudes are the unity of eating behavior, the better the knowledge and attitudes the better the behavior of adolescent girls about genital hygiene during menstruation.

Keywords: Knowledge, Attitude, Menstrual Hygiene, Adolescents

ABSTRAK

Kebersihan pada saat menstruasi merupakan komponen kebersihan diri yang memegang peranan penting dalam status perilaku kesehatan seseorang termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi. Salah satu upaya yang dapat dilakukan dalam mencegah terjadinya masalah tersebut adalah kesadaran diri untuk menjaga kebersihan area genital sejak dini dan perlunya pengetahuan, sikap akan pentingnya merawat area tersebut. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif, menggunakan metode pendekatan *cross-sectional*. Tujuan penelitian adalah mengidentifikasi untuk mengetahui pengetahuan dan sikap remaja putri tentang kebersihan pada saat menstruasi di SMA Al-Fattah di Medan. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri dengan sampel 41 responden menggunakan total sampling. Pengolahan/analisis data menggunakan tabel distribusi frekuensi dengan persentase. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan remaja tentang Kebersihan alat kelamin saat menstruasi dalam kategori cukup yaitu sebanyak 30 orang (73,2%), sikap dalam kategori Positif dengan jumlah 31 orang

(75,6%). Pengetahuan dan sikap merupakan kesatuan dari perilaku makan semakin baik pengetahuan dan sikap maka perilaku remaja putri tentang kebersihan alat kelamin pada saat menstruasi akan semakin baik.

Kata Kunci: Pengetahuan, Sikap, Kebersihan Menstruasi, Remaja

PENDAHULUAN

Masa remaja ialah periode transisi dari kanak-kanak menuju dewasa, biasanya dialami pada rentang usia 12 hingga 20 tahun, dengan perubahan signifikan secara psikologis, kognitif, dan seksualitas. Pada rentang usia 6 sampai 18 tahun, anak-anak sekolah mengalami perkembangan yang sangat beragam yang mencakup seluruh aspek pertumbuhan. Remaja atau pubertas merupakan tahap perkembangan di mana alat reproduksi menjadi matang. Tanda seorang perempuan telah memasuki remaja dapat dilihat dari mulai terjadinya menstruasi (Febrina, 2020).

Menjaga kebersihan saat menstruasi adalah aspek penting dari perawatan diri yang tak bisa diabaikan. Faktor ekonomi yang menentukan akses terhadap perlengkapan kebersihan, budaya yang memengaruhi melalui berbagai kepercayaan dan mitos, serta pengetahuan tentang praktik kebersihan berperan penting dalam hal ini. Pengetahuan yang memadai mengenai kebersihan diri mampu menambah kesadaran seseorang untuk secara konsisten memelihara kebersihannya, sehingga kesehatan individu dapat terjaga dengan baik dan risiko penyakit dapat diminimalisir (Pemiliana, 2019).

Kurangnya perhatian terhadap kebersihan selama menstruasi bisa berdampak buruk pada kesehatan fisik remaja perempuan, bahkan mengancam keselamatan mereka. Sebagai contoh, bisa terjadi infeksi saluran kemih (ISK), kudis di area intim, dan sakit perut yang parah sehingga mereka absen dari sekolah.

Selain itu, remaja putri mungkin juga mengalami gejala lain seperti demam, gatal di area kewanitaan, peradangan pada permukaan vagina, keputihan, serta rasa terbakar atau nyeri di perut bagian bawah (Bukit, 2019).

Menurut estimasi WHO pada tahun 2015, terdapat sekitar 2,3 juta kasus infeksi alat reproduksi yang terjadi setiap tahun, dengan 1,2 juta di antaranya berasal dari negara berkembang (Pratiwi & Marlina, 2020). Selain itu, lebih dari 500 juta orang di seluruh dunia tidak memiliki sumber daya atau perangkat yang memadai untuk menjaga kebersihan selama menstruasi. Pada tahun 2020, tercatat sekitar 700 juta siswa bersekolah di tempat yang tidak memiliki fasilitas kebersihan dan sanitasi yang memadai (Qolbah, 2023).

Salah satu cara efektif untuk mencegah masalah ini adalah dengan menanamkan kesadaran tentang pentingnya menjaga kebersihan area genital sejak usia dini, serta memberikan edukasi mengenai perawatan yang tepat (Anggraeni, 2023). Banyak remaja putri cenderung mengabaikan perawatan genitalia mereka. Hal ini umumnya disebabkan oleh kurangnya pemahaman sehingga mereka tidak menjaga kebersihan secara optimal, terutama saat menstruasi. Kebiasaan malas mengganti pembalut dan celana dalam sering kali luput dari perhatian remaja putri (Zubaidah, 2021).

Latar belakang penelitian ini berlokasi di SMA AL-Fattah Medan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi dan memahami bagaimana remaja putri menjaga kebersihan alat kelamin mereka selama menstruasi.

TINJAUAN PUSTAKA

Pengetahuan merupakan hasil "tahu" penginderaan manusia terhadap suatu obyek tertentu. Proses penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan melalui kulit. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang.

Tingkat Pengetahuan Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang berkaitan dengan pengetahuan yang bersifat intelektual (cara berpikir, berinteraksi, analisa, memecahkan masalah dan lain-lain) (Notoatmodjo, 2012). Tingkat pengetahuan dibagi menjadi enam yaitu sebagai berikut :

- a. Tahu Menunjukkan keberhasilan mengumpulkan keterangan apa adanya. Termasuk dalam kategori ini adalah kemampuan mengenali atau mengingat kembali hal-hal atau keterangan yang pernah berhasil dihimpun atau dikenali sebelumnya (recall of facts).
- b. Pemahaman diartikan dicapainya pengertian (understanding) tentang hal yang sudah kita kenali.
- c. Penerapan diartikan sebagai kemampuan menerapkan hal yang sudah dipahami ke dalam situasi dan kondisi yang sesuai.
- d. Analisis adalah kemampuan untuk menguraikan hal tadi menjadi rincian yang terdiri dari unsur-unsur atau komponen-komponen yang berhubungan antara yang satu dengan lainnya

dalam suatu bentuk susunan berarti.

- e. Sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun kembali bagian-bagian atau unsur-unsur tadi menjadi suatu keseluruhan yang mengandung arti tertentu.
- f. Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk membandingkan hal yang bersangkutan dengan hal-hal serupa atau setara lainnya, sehingga diperoleh kesan yang lengkap dan menyeluruh tentang hal yang sedang dinilainya (Anggraini, 2017).

Hygiene Genitalia merupakan suatu tindakan atau cara perawatan individu untuk memelihara kebersihan dan menjaga kesehatan organ reproduksinya dalam upaya mencapai kesejahteraan fisik dan psikisnya (Tukiman, 2022). Tujuan dan manfaat Tujuan hygiene pada alat reproduksi eksternal adalah untuk menjaga kesehatan dan kebersihan vagina, membersihkan bekas keringat dan bakteri yang ada di sekitar vulva dan luar vagina, mempertahankan pH derajat keasaman vagina normal yaitu 3,5 sampai 4,5, mencegah rangsangan tumbuhnya jamur, bakteri, dan protozoa, mencegah munculnya keputihan dan penyakit reproduksi lainnya. Manfaat personal hygiene pada alat reproduksi wanita untuk menjaga vagina dan daerah sekitarnya tetap bersih dan nyaman, mencegah timbulnya keputihan, bau tidak sedap, dan gatal-gatal (Wardani, 2018); (Djuang, 2021).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kuantitatif dan menggunakan desain deskriptif. Pendekatan yang digunakan adalah cross-sectional pengukuran variabel dilakukan pada satu momen

tertentu, di mana setiap subjek hanya diobservasi satu kali (Adiputra *et al.*, 2021).

Penelitian dilakukan di SMA Al-Fattah Medan dengan populasi 41 siswi kelas I dan II. Sampel penelitian ini berjumlah 41, Pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, yaitu seluruh populasi digunakan untuk penelitian ini. Waktu penelitian dilaksanakan mulai

November 2023 sampai juni 2024. Prosesnya melibatkan pengumpulan data, klasifikasi, pengolahan, dan analisis data menggunakan tabel distribusi frekuensi dengan persentase.

Penelitian ini juga telah melewati telaah etik dan mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan, Universitas Sumatera Utara dengan Nomor 461/KEPK/USU/2024.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	f	%
Kelas		
10	22	53,7
11	19	46,3
Usia (tahun)		
15	3	7,3
16	21	51,2
17	17	41,5
Usia Pertama Menstruasi		
10	9	22
11	7	17,1
12	7	17,1
13	10	24,4
14	5	12,2
15	1	2,4
16	2	4,9
Informasi Tentang Kebersihan Menstruasi (orang tua, guru, dll)		
Ya		
Tidak	20	48,8
	21	51,2
Pendapatan Orang Tua		
>3.769.082		
<3.769.082	7	17,1
Tersedia Air Bersih	34	82,9
Tersedia		
Tidak Tersedia	15	36,6
	26	63,4

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas siswi di SMA Al-Fattah Desa Lama berusia 16 tahun, yaitu sebanyak 21 orang (51,2%). Usia pertama menstruasi yang paling

umum dialami oleh responden adalah 13 tahun, dengan jumlah 10 orang (24,4%). Siswi yang mendapatkan informasi tentang kebersihan menstruasi dari orang

tua, guru dan lainnya yaitu 20 orang (48,8%), sedangkan pendapatan orang tua siswi rata-rata dibawah UMR medan sebanyak 34 orang (82,9%), untuk ketersediaan air

bersih di rumah siswa mayoritas menjawab tidak tersedia sebanyak 26 orang (63,4%) Dengan total responden 41 siswi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat Kelamin Pada Saat Menstruasi

Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat Kelamin Pada Saat Menstruasi	f	%
Baik	5	12,2
Cukup	30	73,2
Kurang	6	14,6

Tabel 2 menunjukkan mayoritas remaja putri di SMA Al-Fattah Desa Lama memiliki tingkat pengetahuan yang cukup mengenai

kebersihan alat kelamin selama menstruasi. Sebanyak 30 dari 41 responden, atau sekitar 73,2%, berada dalam kategori cukup.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi dan Persentase Sikap Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat Kelamin Pada Saat Menstruasi

Sikap Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat Kelamin Pada Saat Menstruasi	f	%
Positif	31	75,6
Negatif	10	24,4

Berdasarkan Tabel 3 mayoritas remaja putri di SMA Al-Fattah Desa Lama menunjukkan sikap yang positif tentang kebersihan alat kelamin selama menstruasi, dengan

31 dari 41 responden (75,6%) berada dalam kategori ini. Seluruh responden yang terlibat berjumlah 41 orang (100%).

PEMBAHASAN

Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat kelamin Pada Saat Menstruasi

Penelitian ini mengungkapkan bahwa pengetahuan remaja putri tentang menjaga kebersihan alat kelamin selama menstruasi yaitu sebagian besar 73,2%, berada pada tingkat cukup. disimpulkan bahwa mayoritas remaja putri di SMA Al-Fattah Desa Lama memiliki

pemahaman yang cukup tentang menjaga kebersihan selama menstruasi. Di SMA Al-Fattah desa Lama, siswa belajar tentang biologi dengan fokus pada fungsi organ reproduksi dan kesehatan. Namun, materi kurang menyentuh tentang cara menjaga kebersihan area reproduksi, terutama selama menstruasi. Penelitian menunjukkan bahwa 14,6% remaja putri masih

memiliki pengetahuan kurang tentang ini, disebabkan oleh kurangnya edukasi terkait pentingnya menjaga kebersihan pribadi saat menstruasi, sehingga kesadaran mereka menjadi rendah hal ini dapat dilihat pada data karakteristik dimana sebanyak 21 siswa (51,2) tidak mendapat informasi tentang kebersihan menstruasi dari orang tua, guru dan lainnya.

Pengetahuan adalah hasil dari proses memahami yang dihasilkan dari potongan informasi atau elemen dasar dalam suatu bidang ilmu. Tanpa pengetahuan yang memadai, seseorang tidak memiliki pijakan untuk membuat keputusan atau menentukan langkah dalam menghadapi suatu masalah (Dahlan, 2021).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Pemiliana (2019) Di SMA Etislandia Medan, dari 45 siswa yang diteliti, 21 siswa (39,1%) memiliki pengetahuan yang memadai, sementara 18 siswa (45,7%) masih kurang dalam pengetahuan, dan hanya 6 siswa (13,0%) yang memiliki pemahaman baik. Berdasarkan pemahaman peneliti, hasil ini mencerminkan perlunya peningkatan edukasi pada siswa untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan mereka (Pemiliana, 2019) Pengetahuan responden yang terbilang cukup ini disebabkan oleh kurangnya kebiasaan membaca buku tentang kebersihan pribadi, keterbatasan akses informasi terkait personal hygiene, serta minimnya penyuluhan dari tenaga kesehatan.

Remaja putri yang memiliki pemahaman yang baik tentang menstruasi dapat memberdayakan dirinya untuk melawan pengaruh negatif dari budaya dan tabu kebersihan menstruasi di lingkungan mereka. Hal ini membantu mereka menjaga kebersihan pribadi selama menstruasi. Sebaliknya, remaja putri

yang kurang informasi mengenai kebersihan saat menstruasi cenderung tidak menjalankan praktik kebersihan yang tepat, yang bisa membahayakan kesehatan reproduksi mereka. Salah satu konsekuensi dari kebersihan pribadi yang kurang baik adalah risiko infeksi vagina akibat kebersihan yang tidak memadai (Anggraeni, 2023).

Sikap Remaja Putri Tentang Kebersihan alat Kelamin Pada Saat Menstruasi

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa sikap remaja putri di SMA Al-Fattah Desa Lama terhadap kebersihan alat kelamin selama menstruasi dalam kategori positif 31 orang (75,6%) dan sikap remaja dalam kategori negative 10 orang (24,4%) dengan demikian kategori sikap remaja tentang kebersihan alat kelamin saat menstruasi termasuk positif.

Menurut Gagne dan Briggs (dalam Asrina, 2019), sikap merupakan suatu keadaan internal (internal state) yang mempengaruhi pilihan tindakan individu terhadap objek, orang atau kejadian tertentu (Asrina *et al.*, 2019) . Sikap merupakan kecenderungan kognitif, afektif, dan tingkah laku yang dipelajari untuk berespon secara positif maupun negatif terhadap objek, situasi, institusi, konsep atau seseorang. Sikap merupakan faktor personal yang mengandung evaluasi positif atau dalam tingkah laku yang menghindari, melawan, atau menghalangi objek (Sartika, 2020).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian dari Fadliah *et al.* (2023) di SMPIT Attaqwa dengan responden sebanyak 134 orang. Pada penelitian ini didapatkan hasil sikap siswi dengan personal hygiene positif saat menstruasi diperoleh sebanyak 90 orang (71,4%). dalam penelitian

ini adanya siswi dengan sikap negatif. Dikarenakan kurangnya faktor pendukung terjadinya perilaku baik, yaitu salah satunya dari lingkungan fisik, Sekolah ini belum memfasilitasi sarana pendukung kesehatan siswi seperti alat pengering berupa tisu di kamar mandi dan juga persediaan pembalut di kamar mandi khusus siswi.

Dalam penelitian ini ada 24,4% remaja dengan sikap negatif, hal ini bisa dikarenakan lingkungan yang kurang memadai seperti bisa dilihat pada karakteristik tersediannya air bersih, 63,4% dari total remaja tidak memiliki air bersih dan karakteristik pendapatan orang tua yang rata-rata dibawah UMR yaitu sebanyak 82,9% hal ini bisa mempengaruhi sikap remaja putri karena sulit menemukan air bersih dan hidup dalam berkecukupan.

Menurut peneliti, remaja umumnya sudah menyadari pentingnya menjaga kebersihan diri. Hal ini dipengaruhi oleh pengalaman, terutama bagi remaja putri yang telah mengalami menstruasi sekitar 3 tahun, seperti yang ditunjukkan oleh data bahwa kebanyakan dari mereka (24,4%) mulai menstruasi pada usia 13 tahun. Dalam penelitian tersebut, mayoritas responden berusia 16 tahun (51,2%) Pengalaman dan kebiasaan memainkan peran penting dalam perilaku personal hygiene selama menstruasi. Maka, tidak mengherankan jika sebagian besar siswi di SMA Al-Fattah (75,6%) memiliki sikap yang positif dalam menjaga kebersihan saat menstruasi.

KESIMPULAN

Studi yang dilakukan di SMA Al-Fattah Desa Lama menemukan bahwa perilaku menjaga kebersihan alat kelamin selama menstruasi di kalangan remaja putri dipengaruhi

oleh tiga komponen utama: wawasan, sikap, dan aplikasi. Para remaja ini memiliki pemahaman yang cukup mengenai pentingnya kebersihan saat menstruasi, yang ternyata berhubungan dengan berkurangnya risiko gangguan kesehatan. Sikap mereka terhadap kebersihan dalam kategori positif, sikap positif mendorong pemahaman lebih dalam dan kesediaan untuk melakukan tindakan yang benar.

Saran

Diharapkan penelitian selanjutnya agar dapat mengembangkan penelitian dengan melibatkan responden yang lebih bervariasi dan dilakukan di lokasi-lokasi yang berbeda serta belum pernah diteliti sebelumnya. Studi ini bisa menjadi referensi atau tambahan informasi berharga bagi peneliti berikutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., & Munthe, S. A. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Anggraini, F., Fathonah, S., & Pamungkas, I. Y. (2017). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Dengan Pemenuhan Personal Hygiene Lansia Di Desa Candu Kelurahan Combongan Kecamatan Sukoharjo* (Doctoral Dissertation, Universitas Sahid Surakarta).
- Asrina, A., Ernawati, & Suharni. (2019). Pengaruh Metode Diskusi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Kebersihan Diri (Studi Pada Santriwati Pondok Pesantren Darul Abrar). *Prosiding Seminar Nasional*, 2, 26-27.
- Astutik, V. Y. (2024). Hubungan Jenis

- Kontrasepsi, Riwayat Persalina, Tingkat Pengetahuan Personal Hygiene Dengan Kondisi Kesehatan Reproduksi Pada Wanita Usia Subur Di Dusun Jaruman Desa Wajak Kabupaten Malang. *Biomed Science*, 10(1), 31-37.
- Bukit, R. B. (2019). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat Kelamin Pada Saat Menstruasi Di Smpn 25 Pekanbaru. *Scientia Journal*, 8(1), 1827. <https://doi.org/10.35141/Scj.V8i1.404>
- Br Bukit, R. (2019). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat Kelamin Pada Saat Menstruasi Di Smpn 25 Pekanbaru. *Scientia Journal*, 8(1), 18-27.
- Dahlan, D. (2021). Desember 2021 Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Pada Saat Menstruasi. *Journal Health Qalty Development E*, 1(2), 109-115.
- Djuang, M. L. F. (2021). Hubungan Tindakan Vulva Hygiene Dengan Kejadian Infeksi Saluran Kemih (ISK) Pada Pasien Rawat Inap Di Rsu Mamami Kupang. *Chmk Midwifery Scientific Journal*, 4(2), 268-277.
- Fadliah, B. N., Subiyatin, A., & Hamidah. (2023). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Dan Sumber Informasi Dengan Kebersihan Saat Menstruasi. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(April), 1371-1379.
- Febrina, R. (2020). Edukasi Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Darussalam Al-Hafidz Kota Jambi. *Jurnal Abdimas Kesehatan (Jak)*, 2(3), 201. <https://doi.org/10.36565/Jak.V2i3.130>
- Perdoman, A. T., Utami, R., & Ramadhaniati, F. (2022). Penatalaksanaan Vulva Hygiene Ibu Pasca Salin Masa Pandemi. *Zona Kebidanan: Program Studi Kebidanan Universitas Batam*, 12(2).
- Pemiliana, P. D. (2019). Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Sma Etidlandia Medan Tahun 2018. *Gaster*, 17(1), 62. <https://doi.org/10.30787/Gaster.V17i1.341>
- Sartika, D. (2020). Melihat Attitude And Behavior Manusia Lewat Analisis Teori Planned Behavioral. *Journal Of Islamic Guidance And Counseling*, 4(Uin Sulthan Thaha Saifuddin Jambi), 51-70.
- Tukiman, S., Dusra, E., & Selly, M. D. (2022). Pengaruh Edukasi Berbasis Internet (Online) Terhadap Pengetahuan Menjaga Kebersihan Organ Kewanitaan Saat Menstruasi Pada Siswi Di Mts Al-Hilaal Morella Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan Maluku Husada*, 1(2), 25-31.
- Wardani, R. R. A. (2018). Hubungan Kebiasaan Perawatan Organ Genital Dengan Keasaman Mukosa Vagina Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Mranggen 2 Kecamatan Mranggen Kabupaten Demak (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Semarang).
- Zubaidah, Z. (2021). Perilaku Remaja Putri Dalam Pelaksanaan Kebersihan Genitalia Saat Menstruasi Di Desa Krayan Bahagia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(1), 14. <https://doi.org/10.54004/Jikis.V9i1.14>