

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU REMAJA PUTRI TENTANG KEBERSIHAN ORGAN REPRODUKSI EKSTERNAL PADA SAAT MENSTRUASI DI SMP NEGERI 10 LANGSA

Emilda¹, Fazdria², Isnaini Putri³, Rayana Iswani⁴, Yusnia Zahra⁵
Poltekkes Kemenkes Aceh

Email: emilda@poltekkesaceh.ac.id, fazdria@poltekkesaceh.ac.id, isnaini.putri@poltekkesaceh.ac.id,
rayana.iswani@poltekkesaceh.ac.id, yusniazahra4@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Angka kejadian penyakit infeksi masih sangat tinggi, apalagi dikalangan remaja sebesar 35-42% remaja mengalami infeksi saluran reproduksi. Hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan remaja tentang kebersihan diri ada saat menstruasi. Pengetahuan keterampilan dan tindakan yang diperlukan untuk menjaga dan mencegah risiko penyakit yang mungkin terjadi selama menstruasi disebut pengetahuan personal hygiene menstruasi. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah analitik dengan desain *cross sectional*. Sampel pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri di SMPN 10 Langsa yang berjumlah 54 orang. Instrumen penelitian berupa kuesioner tentang pengetahuan dan perilaku remaja. Analisa data menggunakan uji *Chi Square*. **Hasil:** Hasil penelitian ini didapatkan, remaja yang berpengetahuan cukup sebesar 42,6% sebahagian besar berperilaku kurang sebesar 61,1% tentang personal hygiene. Hasil statistic didapat ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku remaja tentang personal hygiene saat menstruasi. **Simpulan:** Ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku remaja tentang personal hygiene saat menstruasi.

Kata kunci: Mestruasi, Pengetahuan, Perilaku, Personal Hygiene

ABSTRACT

Introduction: The incidence of infectious diseases is still very high, especially among adolescents, 35-42% of adolescents experience reproductive tract infections. This is due to the lack of knowledge of adolescents about personal hygiene during menstruation. Knowledge of skills and actions needed to maintain and prevent the risk of diseases that may occur during menstruation is called knowledge of menstrual personal hygiene. **Methods:** This type of research is analytic with *cross-sectional* design. The sample in this study were all adolescent girls at SMPN 10 Langsa, totaling 54 people. The research instrument was a questionnaire about knowledge and behavior of adolescents. Data analysis using *Chi Square* test. **Results:** The results of this study were obtained, adolescents who had sufficient knowledge of 42.6% mostly had poor behavior of 61.1% about personal hygiene. Statistical results obtained there is a relationship between knowledge and adolescent behavior about personal hygiene during menstruation. **Conclusion:** There is a relationship between knowledge and adolescent behavior about personal hygiene during menstruation.

Keyword : Menstruation, Knowledge, Behavior, Personal Hygiene

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan suatu proses perubahan fisik, emosi serta psikis. Masa remaja berkisar pada usia 10-19 tahun yang merupakan suatu periode masa matangnya organ reproduksi manusia yang sering disebut masa pubertas (Sari et al., 2022). Pada wanita, salah satu ciri masa pubertas adalah dimulainya menstruasi pertama kali atau yang disebut dengan menarche. Usia menarche pada setiap perempuan berbeda-beda, namun pada umumnya menarche terjadi pada usia 12-14 tahun (Hasnani et al., 2024).

Menstruasi adalah keluarnya pendarahan dari dinding rahim yang tidak dibuahi dan terjadi terus menerus kecuali terjadi kehamilan. Minimnya pengetahuan yang diperoleh remaja mengenai masalah pubertas menyebabkan remaja putri tidak memahami apa yang harus dilakukan saat mengalami menstruasi, sehingga berdampak buruk pada cara berperilaku bersih saat menstruasi (Erwinawati et al., 2024).

Hygiene saat menstruasi merupakan hal penting dalam menentukan kesehatan organ reproduksi remaja putri. *Personal hygiene* menstruasi adalah peningkatan kesehatan melalui implementasi tindakan *hygiene* yang dapat dilakukan saat menstruasi dengan tujuan untuk pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu sehingga mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta dapat meningkatkan derajat kesejahteraan (Purnama, 2021). Dampak yang timbul saat *hygiene* pada genitalia yang tidak baik, akan mengakibatkan keputihan, iritasi pada kulit genitalia (*pruritus*), alergi, bahkan dapat terjadi infeksi saluran perkemihan (ISK) (Silaban, 2024).

Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Banda Aceh (2020) sebanyak 270.321 jiwa, dengan kelompok umur 15-19 tahun sebanyak 25.211 jiwa dan kelompok umur 20-24 tahun sebanyak 39.986 jiwa. Kesehatan reproduksi merupakan hal yang sangat penting bagi pria maupun wanita. Kesehatan reproduksi didefinisikan sebagai suatu kesejahteraan fisik, mental dan sosial secara utuh tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan dalam semua

hal yang berkaitan dengan system reproduksi, fungsi dan prosesnya (Az-zuhra et al., 2021).

Menurut (Sumanti, 2024) Pengetahuan keterampilan dan tindakan yang diperlukan untuk menjaga dan mencegah risiko penyakit yang mungkin terjadi selama menstruasi disebut pengetahuan personal hygiene menstruasi. Mayoritas dari 60 responden dalam penelitiannya (96,8%) memiliki alat kontrasepsi. Hal ini dapat disebabkan karena mereka telah mengetahui dengan baik mengenai kebersihan diri saat menstruasi. Media dapat digunakan oleh responden untuk memperoleh atau mencari informasi tentang personal hygiene saat menstruasi. Salah satu jenis media tersebut adalah internet.

Di kota Langsa masalah kesehatan reproduksi masih menjadi perhatian. Infeksi alat reproduksi dapat berdampak pada kualitas hidup dan masa depan. Kurangnya kesadaran masyarakat tentang kesehatan alat reproduksi dapat berdampak meningkatnya resiko penyebaran penyakit. Oleh karena itu, penelitian tertarik meneliti tentang hubungan pengetahuan dengan perilaku remaja putri tentang kebersihan organ reproduksi eksternal pada saat menstruasi di SMP Negeri 10 Langsa dan faktor-faktor yang dapat mempengaruhinya, salah satunya disebabkan karena kurangnya pengetahuan tentang hygiene saat menstruasi.

METODE

Jenis penelitian pada penelitian ini adalah analitik dengan desain *cross sectional*, dimana variabel independent dan dependen diteliti secara bersamaan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan perilaku remaja putri tentang kebersihan organ reproduksi eksternal pada saat menstruasi di SMP Negeri 10 Langsa. Sampel pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas VII di SMP Negeri 10 Langsa yang berjumlah 54 orang.

Penelitian ini telah dilaksanakan pada tanggal 16-17 April 2025 di SMPN 10 Langsa. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner yang berisikan biodata responden dan pertanyaan-

pertanyaan mengenai pengetahuan dan perilaku remaja putri. Analisa data menggunakan uji *chis square test*.

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari komisi etik Poltekkes Kemenkes Aceh dengan Nomor: DP.04.03/12.7/099/2025 tanggal 09 April 2025.

HASIL

Penelitian ini telah dilaksanakan ada tanggal 16-17 April 2025 di SMPN 10 Langsa dengan 54 remaja putri kelas VII. Hasil penelitian dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Menarce dan Sklus Mesntruasi

No	Karakteristik	f	%
1. Umur			
	12 Tahun	8	14,8
	13 Tahun	28	51,9
	14 Tahun	13	24,1
	15 Tahun	5	9,3
	Total	54	100
2. Menarce			
	10 Tahun	2	37
	11 Tahun	12	22,2
	12 Tahun	31	57,4
	13 Tahun	8	14,8
	14 Tahun	1	1,9
	Total	54	100
3. Siklus			
	28 Hari	24	44,4
	30 hari	30	55,6
	Total	54	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 54 responden, pada karakteristik umur sebagian besar responden berusia 13 tahun sebanyak 51,9%. Pada karakteristik menarce sebagian besar responden menstruasi pertama kali pada umur 12 tahun sebesar 57,4% responden. Berdasarkan siklus menstruasi sebagian besar responden mengalami siklus menstruasi 30 hari sebesar 55,6%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan dan Perilaku Remaja Putri

No	Variabel	f	%
1. Pengetahuan			
	Baik	13	24,1
	Cukup	23	42,6
	Kurang	18	33,3
	Total	54	100
2. Perilaku			
	Baik	21	37
	Kurang	33	22,2
	Total	54	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa, pada variabel pengetahuan sebagian besar responden berpengetahuan cukup tentang personal hygiene saat menstruasi sebanyak 42,6% responden. Pada variabel perilaku sebagian besar responden berperilaku kurang baik tentang personal hygiene saat menstruasi sebanyak 61,1% responden.

Tabel 3. Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Remaja Putri tentang Kebersihan Organ Reproduksi Eksternal

Pengetahuan	Perilaku						P value
	Baik		Kurang		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Baik	10	47.6	3	9.1	13	24.1	0,001
Cukup	10	47.6	13	39.4	23	42.6	
Kurang	1	4.8	17	51.5	18	33.3	
Total	21	100	33	100	100	100	

Berdasarkan table diatas diketahui bahwa, dari 17 remaja yang berpengetahuan cukup sebahagian besar berperilaku kurang dalam personal hygiene. Hasil statistic didapat nilai p value 0,001 (<0,05), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan perilaku remaja putri tentang kebersihan diri.

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian yang didapat, diketahui bahwa dari 17 remaja yang berpengetahuan cukup sebahagian besar berperilaku kurang dalam personal hygiene. Hasil statistic didapat nilai p value 0,001 (<0,05), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan

dengan perilaku remaja putri tentang kebersihan diri.

Menurut (Sumarna et al., 2022) Pengetahuan adalah hasil dari 'tahu' yang terjadi setelah seseorang mempersepsikan suatu objek tertentu. Pengetahuan manusia datang terutama melalui mata dan telinga kita. Pengetahuan atau persepsi merupakan area yang sangat penting dalam membentuk perilaku seseorang (overt behavior). Oleh karena itu, perilaku berbasis pengetahuan dan kesadaran bertahan lebih lama dari pada perilaku berbasis non-pengetahuan dan kesadaran. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam pembentukan tindakan seseorang. Dari penelitian terbukti bahwa tindakan yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada tindakan yang tidak didasari pengetahuan. Juga didukung oleh teori Green dalam Notoatmodjo (2010) yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor predisposisi dalam pembentukan perilaku.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Qolbah et al., 2024) yang menunjukkan bahwa mayoritas siswi memiliki pengetahuan yang baik tentang kebersihan menstruasi sebanyak 78% dan perilaku kebersihan menstruasi yang baik sebanyak 63,4%. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku kebersihan menstruasi dengan nilai $p\text{-value} = 0,001$. Hasil ini memperkuat bahwa remaja putri dengan tingkat pengetahuan yang lebih baik cenderung memiliki perilaku kebersihan menstruasi yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang berpengetahuan kurang, sehingga menunjukkan pentingnya peningkatan edukasi mengenai personal hygiene saat menstruasi.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmatika Siti Difta, 2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada mahasiswi STIKes Muhammadiyah Cirebon.

Berbeda dengan penelitian (Dewi, 2022) di SMP Negeri 1 Kintamani yang menemukan tidak adanya hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dan perilaku personal hygiene saat menstruasi ($p\text{-value} = 0,944$).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dimana pengetahuan remaja putri tentang kebersihan organ reproduksi eksternal pada saat menstruasi sebagian besar responden yaitu berpengetahuan kurang dengan perilaku kurang, hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku, sehingga dapat disimpulkan bahwa pengetahuan yang baik dapat mempengaruhi perilaku yang baik dan pengetahuan yang kurang dapat mempengaruhi perilaku yang kurang. Oleh karena itu, penting bagi remaja putri untuk memiliki pengetahuan yang baik tentang kebersihan organ reproduksi eksternal pada saat menstruasi agar mereka dapat menjaga kesehatan reproduksi mereka dengan baik

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu terhadap hubungan pengetahuan dengan perilaku remaja putri tentang kebersihan rgan reproduksi eksternal. Diharapkan kepada Sekolah untuk dapat meningkatkan pemahaman dan informasi pada siswi untuk menjaga kebersihan diri.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada remaja putri yang telah bersedia mnjadi responden pada penelitian ini dan serta berperan aktif pada saat jalannya pernelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Az-zuhra, R. H., Susanti, S. S., & Arnita, Y. (2021). Gambaran Pengetahuan Kesehatan Reproduksi pada Remaja di Kota Banda Aceh. *JIM Fkep*, 5(2), 160–166.
- Dewi, N. K. K. (2022). Hubungan tingkat pengetahuan personal hygiene dengan perilaku personal hygiene remaja saat menstruasi di smp negeri 1 kintamani. *Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali*, 9,

356–363.

- Ervinawati, N. P. P., Udayani, N. P. M. Y., Adhiestiani, N. M. E., & Widiastini, L. P. (2024). Hubungan pengetahuan remaja putri dengan sikap personal hygiene saat menstruasi di wilayah kerja Puskesmas Selemadeg Timur 1 Association. *Jurnal Femina*, 3(1), 446–453.
- Hasnani, F., Suryati, & Rahmawaty. (2024). Peningkatan pengetahuan personal hygiene menstruasi pada remaja putri usia 10-12 tahun. *Gemakes: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 377–382. <https://doi.org/10.36082/gemakes.v4i3.1860>
- Purnama, N. L. A. (2021). Pengetahuan Dan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 61–66. <https://doi.org/10.47560/kep.v10i1.264>
- Putri, A. M. (2023). *Pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi di smp islam baburohmah kecamatan mojosari kabupaten mojosari*. 5(2), 14–22.
- Qolbah, H., Hamidah, H., Purnamawati, D., & Subiyatin, A. (2024). Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Kebersihan Menstruasi pada Remaja. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 4(2), 62. <https://doi.org/10.24853/myjm.4.2.62-71>
- Rahmatika Siti Difta. (2022). *Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Cirebon Tahun 2022*. 9(4), 356–363.
- Sari, P., Ningsih, V. R., Hulaila, S., & Sayuti, S. (2022). Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Remaja Putri dalam Menjaga Kebersihan Organ Reproduksi pada Saat Menstruasi di MTS Negeri 05 Kerinci. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(2), 286. <https://doi.org/10.33757/jik.v6i2.548>
- Silaban, K. R. . (2024). *Gambaran perilaku remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi pada siswa kelas x di sma negeri 1 tunggal*.
- Sumanti, N. T. (2024). *Hubungan Tingkat Pengetahuan , Sikap dan Perilaku Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi di Sman 1 Bayah Tahun 2023*. 1, 12–22.
- Sumarna, U., Rosidin, U., Sumarni, N., & Noor, R. M. (2022). Pendidikan Kesehatan Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Putri. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(11), 3853–3862.