

Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Personal Hygiene saat Menstruasi pada Santriwati di MTs Pondok Pesantren “X” Kota Tangerang Selatan

¹Nur Azmi Fauziah, ²Triana Srisantryorini, ³Andriyani, ⁴Nur Romdhona
^{1,2,3,4}Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta
JL.KH.Ahmad Dahlan, Cirendeui, Ciputat, Kota Tangerang Selatan, Banten
Email : azmifauzia12@gmail.com

Abstrak

Personal hygiene selama menstruasi merupakan isu kritis sebagai determinan status kesehatan remaja yang akan berpengaruh dalam kehidupan masa tua. Salah satunya upaya mengurangi gangguan pada saat menstruasi yaitu membiasakan diri dengan berperilaku hygiene. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap dengan personal hygiene di MTs Pondok Pesantren “X”. Desain penelitian ini adalah Cross Sectional dan sampel sebanyak 163 orang. Pengambilan data dengan menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan pengetahuan dengan personal hygiene saat menstruasi di MTs Pondok Pesantren “X” ($p\text{-value} = 0,006 < \alpha = 0.05$) dan ada hubungan sikap dengan personal hygiene saat menstruasi di MTs Pondok Pesantren “X” ($p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0.05$). Ada hubungan antara pengetahuan dan sikap santriwati dengan personal hygiene saat menstruasi.

Kata Kunci : Pengetahuan, Sikap, Personal Hygiene

Abstract

Personal hygiene during menstruation is a critical issue a determinant of adolescent health status which will influence in old age life. One of the efforts to reduce disruption during menstruation is to familiarize your self with hygiene behavior. This study aims to determine the relationship of knowledge and attitudes with personal hygiene at “X”Islamic Boarding School MTS. The design of this studi was Cross Sectional and a sample of 163 people. Retrieval of data using a questionnaire. The results showed that there was a relationship between knowledge and personal hygiene during menstruation at “X”Islamic Boarding School MTS ($p\text{-value} = 0.006 < \alpha = 0.05$) and there is relationship between attitude and personal hygiene during menstruation at MTs Pondok Pesantren “X” ($p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0.05$). There is a relationship between the knowledge and attitudes of students

Keywords : Knowledge, Attitude, Personal Hygiene

Pendahuluan

Masa remaja merupakan suatu fase perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang berlangsung antara usia 10 sampai 19 tahun. Pada masa ini banyak perubahan yang terjadi seperti perkembangan biologis, psikologis, moral, agama, kognitif, dan sosial.¹ Memasuki masa remaja akan diikuti oleh perubahan pertumbuhan, timbulnya berbagai kesempatan dan seringkali menghadapi risiko dalam kesehatan terutama kesehatan reproduksi pada remaja. Kesehatan reproduksi pada remaja yang sering muncul yaitu masalah seksual yang berkaitan dengan penyakit menular seksual, infeksi saluran kemih, kesehatan dan kebersihan saat menstruasi.² Menstruasi

merupakan pendarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium.³

Berdasarkan data WHO tahun 2008, angka kejadian infeksi saluran reproduksi (ISR) tertinggi di dunia adalah pada usia remaja (35%-42%) dan dewasa muda (27%-33%). Di Negara India peningkatan kasus ISR dilaporkan terjadi pada 3.952 gadis dan wanita dari dua distrik pedesaan di India tahun 2016.⁴ Sedangkan menurut Data Statistik di Indonesia tahun 2012 dari 43,3 juta jiwa remaja putri berusia 10-14 tahun berperilaku hygiene sangat buruk.⁵ Negara Indonesia memiliki iklim yang panas dan lembab, sehingga wanita Indonesia lebih rentan mengalami ISR.⁶

Berbagai masalah kesehatan yang timbul pada saat menstruasi, disebabkan karena kondisinya saat menstruasi menyebabkan pembuluh darah dalam rahim mudah terkena infeksi. Hal ini dikarenakan oleh kondisi organ reproduksi berada dalam keadaan yang lembab sehingga lingkungan yang bersih dan sehat dibutuhkan untuk dapat melaksanakan personal hygiene menstruasi pada remaja.⁷

Personal hygiene merupakan tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan, baik dari segi fisik maupun psikisnya.⁸ Sedangkan personal hygiene menstruasi merupakan peningkatan kesehatan melalui implementasi tindakan hygiene yang dapat dilakukan saat menstruasi. Perawatan selama menstruasi untuk pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan selama masa menstruasi sehingga mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta dapat meningkatkan derajat kesehatan.⁹

Personal hygiene pada remaja merupakan isu kritis sebagai deteminan status kesehatan remaja yang akan berpengaruh dalam kehidupan masa tua. Buruknya personal hygiene menstruasi berpengaruh besar terhadap morbiditas dan komplikasi (Uzochukwu, 2009).¹⁰ Oleh karena itu, remaja harus dipersiapkan baik pengetahuan, sikap dan tindakannya kearah pencapaian reproduksi yang sehat. Pemenuhan personal hygiene ini diperlukan untuk kenyamanan seseorang, keamanan dan kesehatan. Sikap baik dalam menjaga Hygiene khususnya pada saat menstruasi merupakan awal dari usaha menjaga kesehatan.

Sikap menurut Notoatmodjo S. 1997 merupakan reaksi atau respons yang masih tertutup dai seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap personal hygiene reproduksi merupakan suatu kesiapan atau kesediaan individu untuk bertindak sesuai stumulus berupa perawatan diri dalam menjaga kebersihan organ reproduksinya. Sikap terhadap kesehatan alat genitalia wanita khususnya pada saat menstruasi sangat penting dalam mencegah timbulnya berbagai penyakit yang akan muncul.

11

Berdasarkan hasil survey awal peneliti berupa wawancara dengan responden di dapatkan bahwa responden belum melakukan kebersihan alat reproduksinya dengan baik saat menstruasi. Seperti saat mencuci alat reproduksinya setelah buang air kecil biasanya dilakukan dari arah anus ke vagina, ada juga yang mengatakan tidak mengelap sampai kering setelah mencucinya bahkan ada yang mengatakan saat menstruasi mereka jarang mengganti pembalut kecuali sudah merasa tidak nyaman.

Dari hasil wawancara siswi mengatakan kurang mengerti tentang perawatan kebersihan reproduksi mereka terutama saat menstruasi.

Berdasarkan hasil uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Personal Hygiene saat Menstruasi pada siswi SMP di Pondok Pesantren “X” Tahun 2020.

Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan metode deskriptif analitik yaitu menghubungkan antar variabel dengan menggunakan desain studi *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran/observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat. Dimana variabel independen adalah pengetahuan dan sikap, sedangkan variabel dependen adalah personal hygiene.

Hasil Dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

variabel	n	%
Usia		
13	55	3.7 %
14	59	6.2 %
15	49	6.2 %
Kelas		
VII	55	3.7 %
VIII	59	6.2 %
XI	49	6.2 %
Pengetahuan		
Kurang Baik	138	84.7 %
Baik	25	15.3%
Personal Hygiene		
Kurang Baik	90	55.2%
Baik	73	44.8%
Sikap		
Negatif	92	56.4%
Positif	71	43.6%
Total	163	100

Berdasarkan Tabel.1, dapat diketahui bahwa umur responden berada pada Usia 13 tahun yaitu berjumlah 55 (33.7%), umur 14 tahun berjumlah 59 (36.2%) dan 49 (30.1%) santriwati berusia 15 tahun, tingkat kelas responden yaitu kelas VII 61 (37.4%), kelas VIII 62 (38.8%), dan kelas IX 40 (24.5%), pengetahuan terhadap personal hygiene saat menstruasi menunjukkan bahwa santriwati yang berpengetahuan kurang baik sebanyak 138 (84.7%) dan 25 (15.3%) berpengetahuan baik, sikap terhadap personal hygiene saat menstruasi menunjukkan bahwa santriwati yang bersikap negatif sebanyak 92 (56.4%) dan 71 (43.6%) bersikap positif, penerapan personal hygiene saat menstruasi

menunjukkan bahwa santriwati yang menerapkan personal hygiene kurang baik sebanyak 90 (55.2%) dan 73 (44.8%) menerapkan personal hygiene baik.

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan dengan Personal Hygiene saat Menstruasi pada Santriwati di MTs Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory

Pengetahuan	Personal Hygiene				Total	P-Value	OR (95% CI)
	Kurang Baik		Baik				
	n	%	n	%			
Kurang Baik	83	60,1	55	39,9	138	100	0,006 3,881 (1,520- 9,906)
Baik	7	28,0	18	72,0	25	100	
Jumlah	90	55,2	73	44,8	163	100	

Berdasarkan Tabel.2, Hasil analisis hubungan antara pengetahuan santriwati dengan personal hygiene pada tabel 5.4 menunjukkan santriwati yang berpengetahuan kurang lebih banyak yaitu 60,1% dibandingkan dengan pengetahuan baik sebanyak 28,0%. Hasil uji statistik *chi-square* dengan *Continuity Correction* diperoleh nilai *p-value* = 0,006, maka dapat disimpulkan ada hubungan signifikan antara pengetahuan dengan personal hygiene saat menstruasi pada santriwati di Mts Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory. Dari hasil analisis juga didapatkan nilai *odds ratio*=3.881, CI= 1.520 – 9.906 artinya responden yang mempunyai kurang mempunyai peluang 3.881 kali untuk melakukan Personal Hygiene dibandingkan dengan responden yang pengetahuan baik.

Hasil analisis *chi-square* menunjukkan ada hubungan signifikan antara pengetahuan dengan perilaku hidup bersih dan sehat (*p-value*=0,006) pada santriwati di MTs Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Wahyudi dkk, (2018) yang menunjukkan bahwa hasil pengujian hipotesis dengan *chi-square* didapatkan *p-value* 0,001 < 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan personal hygiene saat menstruasi pada santriwati. Penelitian lainnya yang menunjukkan ada hubungan pengetahuan dengan *personal hygiene* yaitu penelitian Junita (2016) di SMP Negeri 2 Cerenti Kabupaten Singingi Tahun 2015 (*p-value* = 0,026) dengan nilai OR = 0,273, artinya responden yang bersifat positif berpeluang 0,273 kali melakukan personal hygiene dibanding responden yang bersifat negatif. Tidak sejalan dengan penelitian Lestariningsih (2015) tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan personal hygiene saat menstruasi di SMP Terbanggi Besar Lampung tengah (*p-value* 0.181).¹²

Menurut Notoatmodjo (1998) dalam Sunaryo (2002) Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terjadi melalui panca indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau ranah kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tidakan seseorang.¹¹

Teori Lawrence Green (1980) menyatakan bahwa pengetahuan merupakan hal terpenting dalam pembentukan perilaku. Perilaku kesehatan seseorang ditentukan oleh orang tersebut. Dalam perilaku kesehatan, hal yang penting adalah masalah ketika membentuk perubahan perilaku, karena perubahan perilaku merupakan tujuan dari pendidikan atau penyuluhan kesehatan sebagai penunjang program-program kesehatan lainnya. Menurut Becker dalam Notoatmodjo (2010), pengetahuan tentang kesehatan mencakup apa yang diketahui oleh seseorang terhadap cara-cara memelihara kesehatan, seperti pengetahuan tentang penyakit menular, pengetahuan tentang fasilitas pelayanan kesehatan dan pengetahuan untuk menghindari kecelakaan.¹³

Pengetahuan tentang *personal hygiene* menstruasi perlu didapatkan guna meningkatkan derajat kesehatan seseorang. Dengan memelihara kebersihan diri, memperbaiki *personal hygiene* yang kurang, pencegahan penyakit, meningkatkan kepercayaan diri dan menciptakan keindahan. (Isro'in & Andarmoyo, 2012). *Personal hygiene* pada saat menstruasi adalah kebersihan diri seorang wanita ketika menstruasi yang bertujuan untuk mencegah penyakit serta meningkatkan perasaan sejahtera (Clement, 2011) dalam (Sinaga, 2017).¹⁴

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan sebagian besar santriwati di MTs Pondok Pesantren "X" memiliki pengetahuan yang kurang baik. Hal ini dikarenakan belum adanya penyuluhan terkait kebersihan reproduksi, dan juga belum efektifnya informasi yang diberikan oleh pihak pondok pesantren. Kecenderungan santriwati yang kurang menggali informasi terkait dengan kebersihan reproduksi karena keterbatasan santriwati dalam mengakses internet dan juga penggunaan media elektronik yang dibatasi.

Tabel 3

Hubungan Sikap dengan Personal Hygiene saat Menstruasi pada santriwati di MTs Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory

Sikap	Personal Hygiene				Total	P-Value	OR (95% CI)
	Kurang Baik		Baik				
	n	%	n	%			
Negatif	72	78,3	20	21,7	92	100	0,000
Positif	18	25,4	53	74,6	71	100	(5,114- 21,972)
Jumlah	90	55,2	73	44,8	163	100	

Hasil analisis hubungan antara sikap dengan personal hygiene saat menstruasi pada tabel 3 menunjukkan santriwati yang memiliki sikap negatif sebanyak 78,3% dibandingkan dengan sikap

positif sebanyak 25,4%. Hasil uji statistik *chi-square* dengan *Continuity Correction* diperoleh nilai *p-value* = 0,000, maka dapat disimpulkan ada hubungan signifikan antara sikap dengan personal hygiene saat menstruasi pada santriwati di Mts Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory. Dari hasil analisis juga didapatkan nilai *odds ratio*=10.600, CI= 5.114 – 21.972 artinya responden yang mempunyai sikap negatif mempunyai peluang 10.600 kali untuk melakukan personal hygiene saat menstruasi dibandingkan dengan sikap positif.

Hasil analisis *chi-square* menunjukkan ada hubungan signifikan antara sikap dengan personal hygiene saat menstruasi (*p-value*=0,000) pada santriwati di Pondok Pesantren Al-Amanah Al-Gontory. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Fitri dkk, (2019) yang menunjukkan bahwa hasil pengujian hipotesis dengan *chi-square* didapatkan *p-value* 0,04 < 0,05. sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara sikap dengan personal hygiene saat menstruasi pada santriwati. Penelitian lainnya yang menunjukkan ada hubungan sikap dengan personal hygiene yaitu penelitian Lestariningsih (2015) di SMP Negeri 1 Terbanggi Besar Lampung Tengah Tahun 2015 (*p-value* = 0,053) dengan nilai OR = 2,276, artinya responden yang bersifat positif berpeluang 2,276 kali melakukan personal hygiene dibanding responden yang bersifat negatif.¹⁵

Menurut Efendi (2009), sikap merupakan suatu reaksi atau respon dari seseorang yang selalu diarahkan kepada suatu hal atau objek tertentu dan sifatnya masih tertutup tersebut. Sikap menuntun perilaku kita sehingga kita akan bertindak sesuai dengan sikap yang diekspresikan. Kesadaran individu untuk menentukan tingkah laku nyata dan perilaku yang mungkin terjadi, maka itulah yang dimaksud dengan sikap. Sikap belum merupakan tindakan atau aktivitas, tetapi merupakan suatu kecenderungan (*predisposisi*) untuk bertindak terhadap objek di lingkungan tertentu sebagai suatu penghayatan terhadap objek tersebut.¹⁶

Teori Lawrence Green (1980) dalam Habeahan (2009), menyatakan bahwa sikap menjadi salah satu faktor predisposisi yang menjadi alasan untuk muncul nya perilaku atau mempermudah perilaku kesehatan seseorang. Seseorang akan melakukan suatu perilaku jika orang tersebut memandang perilaku tersebut adalah positif dan berguna bagi dirinya, akan tetapi apabila individu tersebut adalah negatif dengan kata lain tidak bermanfaat atau bahkan merugikan, maka orang tersebut akan menolak untuk melakukan perilaku tersebut.¹³ Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar santriwati memiliki sikap negatif. Hal ini dikarenakan santriwati belum terbiasa menerapkan personal hygiene saat menstruasi yang benar. Pengetahuan santriwati yang kurang baik, mengakibatkan sikap yang ditunjukkan tidak mendukung terhadap penerapan Personal Hygiene saat menstruasi di pondok pesantren tersebut.

Kesimpulan

Pengetahuan santriwati tentang menstruasi dengan Personal Hygiene saat menstruasi di MTs Pondok Pesantren “X” menunjukkan bahwa lebih banyak santriwati yang memiliki pengetahuan kurang yaitu 84,7%. Sikap santriwati tentang menstruasi dengan Personal Hygiene saat menstruasi di

MTs Pondok Pesantren “X” menunjukkan bahwa lebih banyak santriwati yang memiliki sikap kurang yaitu 56,4%. Penerapan Personal Hygiene saat menstruasi yang dilakukan santriwati di MTs Pondok Pesantren “X” menunjukkan penerapan Personal Hygiene yang kurang yaitu 55,2 %. Ada hubungan antara pengetahuan menstruasi santriwati dengan personal hygiene saat menstruasi pada santriwati di MTs Pondok Pesantren “X” (p-value = 0,006). Ada hubungan antara sikap menstruasi santriwati dengan Personal Hygiene saat menstruasi pada santriwati di MTs Pondok Pesantren “X” (p-value = 0,000).

Remaja putri khususnya santriwati di MTs Pondok Pesantren “X” yang mempunyai personal hygiene kurang dapat mencari informasi tentang personal hygiene saat menstruasi pada petugas kesehatan atau media seperti TV, radio ataupun internet, supaya lebih banyak informasi yang diperoleh sehingga dapat melakukan penerapan personal hygiene yang baik dan benar.

Ucapan Terimakasih

Terimakasih pada Pondok Pesantren “X” yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian ini

Daftar Pustaka

1. Sarwono SW. Psikologi Remaja. Jakarta: PT. Grafindo Persada; 2011.
2. Yanuar, R. L. 2007. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Edisi 11. Jakarta: EGC.
3. Proverawati, A. 2009. Menarche Menstruasi Pertama yang Penuh Makna. Yogyakarta: Maha Medika.
4. Baker, dkk. 2017. From Menarche To Menopause: A Population Based Assessment Of Water. Sanitation And Hygiene Risk Factors For Reproductive Tract Infektion Sysptoms Over Life Stages In Rural Girls And Woman In India. PLoS ONE. 12(12) e0188234.
5. Prayitno, S. 2014. Kesehatan Organ Reproduksi Wanita. Yogyakarta: Serambi Semesta Distribusi.
6. Puspitaningrum, D. 2012. Praktik Perawatan Organ Genetalia Eksternal pada Anak Usia 10-11 Tahun yang Mengalami Menarche Dini di Sekolah Dasar Kota Semarang. Jurnal Promosi Kesehatan Volume 7 No. 02 Agustus 2012. <http://ejournal.undip.ac.id/index.php/ipkiarticle/view/5558/4940>.
7. Ester, M., Yulianti. D. Parulian, I. 2005. Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik Edisi 4. Jakarta: EGC.
8. Andarmaoyo S. dan Isro'in L. 2012. Personal Hygiene : Konsep, Proses dan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu.
9. Patricia. 2005. Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep Edisi 4 Jakarta: EGC.

10. Uzochukwu. 2009. The Impact Of Premenarcheal Training On Menstrual Practice And Hygiene Of Negerian School Gils. Pan Arf. Med., J. 22. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2984277/>.
11. Sunaryo, 2004. Psikologi Untuk Keperawatan. Jakarta: EGC.
12. Fahmi YB, Ana A, Junita E, Permatasari DI. Prevention strategies for reproductive disorders in fimale teenager in the Islamic Boarding School Bahrul Ulum DU SKPC. J Prot Kesehat. 2019;8(2):1–7.
13. Notoatmodjo, S. 2012. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
14. Sinaga, 2017. Manajemen Kesehatan Menstruasi. Jakarta: Universitas Nasional
15. Lestariningsih. 2015. Faktor-faktor Yang Berhubungan dengan Praktik Hygiene Menstruasi. Program Studi Kebidanan Metro Poltekkes Tanjungkarang. Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai. Volume VIII No. 2 Edisi Des 2015, ISSN; 19779-469X <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKM/article/view/174>.
16. Effendy, ferry dan Muakhfudi. 2009. Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktik dala Keperawatan, Jakarta: Salemba Medika.