Madu Jurnal Kesehatan
Vol 11, No 1 (2022), 34-45
ISSN 2301-5683 (print)
DOI: 10.31314/mjk.11.1.34-45.2022

Available Online at http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu

PERILAKU *PERSONAL HYGIENE* REMAJA PUTRI SAAT MENSTRUASI DI SMKN 1 BULANGO SELATAN KABUPATEN BONE BOLANGO TAHUN 2022

Supantri Hako[1)], Laksmyn Kadir[2)], Zul Fikar Ahmad[3)]
[1)]Jurusan Kesehatan Masyarakat, FOK UNG, Gorontalo
E-mail: supantrihako21@gmail.com
[2)]Jurusan Kesehatan Masyarakat, FOK UNG, Gorontalo
Email: asi_1403@ung.ac.id
[3)]Jurusan Kesehatan Masyarakat, FOK UNG, Gorontalo
Email: zulfikar@ung.ac.id

ABSTRACT

Personal hygiene is an effort to maintain and take care of the cleanliness of all body parts, including reproductive organs. This study aims to find out personal menstrual hygiene behaviour among famale teenagers in SMKN 1 Bulango Selatan, Bone Bolango Regency, in 2022.

This is a quantitative study with a descriptive approach. The population waa all 244 famale students at SMKN 1 Bulango Selatan. The sample was 152 famale students selected using simple random sampling, and the analysis was by statistical application.

The result revealed that the behaviour of not changing underwear when menstruation was 58.6%, the behaviour of lack attention to the cleanliness of the underwear was 100%, and sanitary napkin use behaviour was 87.5%.

To conclude the study, the personal menstrual hygiene behaviour in changing underwear and paying attention to the underwear cleanliness was still lack, while the behaviour in the use of sanitary napkin was good.

Keywords: *personal hygiene, famale teenagers, menstruation*

ABSTRAK

Personal hygiene adalah suatu upaya dalam pemeliharaan dan perawatan kebersihan seluruh anggota tubuh termasuk organ reproduksi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran perilaku personal hygiene kesehatan reproduksi remaja putri padaa saat menstruasi di SMKN 1 Bulango Selatan Kabupaten Bone Bolango Kabupaten Bone Bolango Tahun 2022.

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah jumlah siswi SMKN 1 Bulango Selatan Kabupaten Bone Bolango yang berjumlah 244 siswi dengan teknik pengambilan sampel Simple Random Sampling. Besar sampel dalam penelitian adalah 152 siswi. Metode pengukuran data dengan menggunakan kuisioner. Metode analisi data menggunakan bantuan aplikasi statistik.

Hasil penelitian didapatkan bahwa perilaku remaja puttri tentang personal hygiene saat menstruasi yaitu kurangnya megganti pakaian dalam saat menstruasi sebesar 58.6%, Kurangnya menjaga kebersihan pakaian dalam sebesar 100% dan perilaku penggunaan pembalut saat menstruasi sudah cukup baik dengan jumlah sebesar 87.5%.

Perilaku personal hygiene remaja putri dalam mengganti pakaian dalam saat menstruasi masih kurang, perilaku menjaga kebersihan pakaian dalam saat menstruasi

Copyright © 2020, Madu Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0

Madu Jurnal Kesehatan
Vol 11, No 1 (2022), 34-45
ISSN 2301-5683 (print)
DOI: 10.31314/mjk.11.1.34-45.2022

Available Online at http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu

masih kurang dan perilaku penggunaan pemabalut pada remaja putri dikategorikan cukup baik.

Kata Kunci: *Personal Hygiene, Remaja Putri, Menstruasi*

1. PENDAHULUAN

Istilah adolescence atau remaja artinya berangsur-angsur menuju kematangan secara fisik, akal, kejiwaan dan sosial serta emosional. Yang disebut remaja adalah mereka yang berada pada tahap transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa. Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Mentri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2004, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah.[14]

Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Sifat khas remaja mempunyai rasa keingintahuan yang besar, menyukai petualangan dan tantangan serta cenderung berani menanggung risiko atas perbuatannya tanpa didahului oleh pertimbangan yang matang. Perubahan pada masa remaja yang terjadi pada remaja putri ditandai dengan menarche (haid pertama), perubahan pada dada, tumbuhnya rambut kemaluan dan juga pembesaran panggul.[24]

Menstruasi merupakan proses keluarnya darah dari vagina yang terjadi diakibatkan siklus bulanan alami pada tubuh wanita. Siklus ini merupakan proses organ reproduksi wanita untuk bersiap jika terjadi kehamilan.[5]

Kesehatan reproduksi merupakan masalah yang penting untuk mendapatkan perhatian terutama dikalangan remaja. Kesehatan reproduksi merupakan suatu kondisi sejahtera secara fisik, sosial, mental, ekonomi, spiritual secara utuh, yang tidak hanya terbebas dari penyakit atau kecacatan namun dalam semua hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi dan fungsi-fungsinya serta prosesnya.[24]

Salah satu upaya pemeliharaan kesehatan reproduksi yang ditekankan bagi perempuan saat menstruasi adalah kebersihan diri (Personal Hygiene). Personal hygiene menstruasi merupakan komponen hygiene perorangan yang memegang peran penting dalam menentukan status kesehatan, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi. Pada saat menstruasi Pembuluh darah dalam rahim sangatlah mudah terinfeksi ketika menstruasi karena kuman mudah masuk dan menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi. Infeksi jamur dan bakteri menyebabkan terjadinya vaginitis (peradangan pada vagina) ataupun keputihan yang abnormal.[2] Oleh karena itu kebersihan alat genetalia kelamin harus lebih dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR).[17] Salah satu akibat kurangnya pemahaman personal hygiene genetalia adalah terjadinya gangguan kesehatan reproduksi seperti keputihan, Infeksi Saluran Reproduksi (ISR), Penyakit Radang Panggul (PRP) dan kemungkinan terjadi kanker leher Rahim.[9]

Faktor yang mempengaruhi perilaku personal hygiene yaitu tingkat pendidikan dan pengetahuan dan dari pengetahuan seseorang tentang sesuatu tersebut dapat berpengaruh pada perubahan perilakunya. Menurut (Kusmiran, 2011) kurangnya tindakan dalam menjaga kebersihan genetalia seperti tidak mencuci tangan sebelum membuka dan memasang pembalut, malas mengganti

Copyright © 2020, Madu Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0

Madu Jurnal Kesehatan
Vol 11, No 1 (2022), 34-45
ISSN 2301-5683 (print)
DOI: 10.31314/mjk.11.1.34-45.2022

Available Online at http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu

pembalut dan pemakaian pembalut lebih dari 6 jam, membilas vagina yang tidak hihienis, dan adanya benda asing dalam vagina dapat menyebabkan keputihan yang abnormal dan wanita rentan terkena penyakit yaitu terjangkitnya infeksi jamur dan bakteri pada saat menstruasi.

Menurut WHO tahun 2016 memperkirakan 15 dari 20 remaja putri pernah mengalami keputihan setiap tahunnya. Infeksi tersebut disebabkan karena kurangnya kebersihan diri, terutama vulva hygiene saat menstruasi. Angka kejadian infeksi saluran reproduksi (ISR) tertinggi di dunia adalah pada usia remaja (35%-42%) dan dewasa muda (27%-33%). Studi tentang kebersihan menstruasi pada perempuan dan remaja putri di Mesir ditemukan bahwa antara perempuan yang pernah menikah 15.3% menggunakan pembalut sekali pakai 42.1% menggunakan kapas, dan 39,4% menggunakan pembalut kain sebagai penyerap setelah mencucinya. Perilaku kesehatan mengenai perilaku personal hygiene sangat penting dilakukan karena jika tidak diterapkan dengan benar maka akan menimbulkan infeksi saluran reproduksi, infeksi jamur, dan bakteri.

Di Indonesia, prevalensi akibat kurangnya hygiene pada organ genitalia masih cukup tinggi, jumlah penderita infeksi saluran reproduksi di Indonesia adalah 90.100 kasus per 100.000 penduduk pertahun. Angka insidensi infeksi candida yang terjadi pada saluran reproduksi pada remaja (10-18 tahun) , yaitu 35%-42% serta dewasa muda 27%-33%.[4]

Berdasarkan data Badan Pusat Statitik (BPS) Provinsi Gorontalo jumlah penduduk menurut jenis kelamin perempuan yang berusia 15-19 tahun pada tahun 2020 berjumlah 57.943 jiwa dan yang berusia 20-24 tahun berjumlah 54.690 jiwa. Sedangkan menurut data BPS di Kabupaten Bone Bolango tahun 2020 jumlah penduduk jenis kelamin perempuan yang berusia 15-19 tahun berjumlah 8.267 jiwa dan yang berusia 20-24 tahun berjumlah 7.299 jiwa (BPS Prov. Gorontalo, 2020). Dari hasil jumlah remaja putri yang cukup banyak di Kabupaten Bone Bolango sangat beresiko terhadap masalah kesehatan reproduksi terutama perilaku personal hygiene saat menstruasi.

Berdasarkan hasil survey awal pada beberapa siswi SMKN 1 Bulango Selatan di Kabupaten Bone Bolango dapat ditemukan bahwa sekolah SMKN 1 Bulango Selatan memiliki populasi berjumlah 244 siswa perempuan dari 387 siswa. Di SMKN 1 Bulango Selatan lebih banyak berjenis kelamin perempuan dan setiap perempuan pasti mengalami menstruasi setiap bulannya. Pada saat melakukan survey awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 18 Januari Di SMKN 1 Bulango Selatan, dengan dilakukan wawancara langsung menunjukkan bahwa terdapat 10 remaja putri dengan hasil 3 orang siswi (30%) yang tidak mengetahui sama sekali tentang personal hygiene saat menstruasi. Ada 7 orang Siswi (70%) pada saat menstruasi mereka mengganti pembalut 3-4x sehari atau ketika darah sedang banyak. Selain itu ada 6 orang siswi (60%) pernah merasakan gatal pada vagina saat menstruasi atau lembab pada vagina yang mengakibatkan iritasi yang di rasakan remaja SMKN 1 Bulango selatan.

Selain itu, hasil wawancara dari pihak sekolah diketahui setelah sekolah dibuka kembali proses belajar sudah kembali seperti biasa, yaitu proses belajar mengajar hingga ekstrakurikuler berlangsung relatife lama dari pagi hari hingga sore hari. Hal tersebut sangat berpengaruh terhadap perilaku personal hygiene remaja putri pada saat menstruasi. Maka dari itu peneliti akan melakukan penelitian tentang "Gambaran Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi Di SMKN 1 Bulango Selatan".

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif.. Penelitian telah dilaksanakan pada bulan maret-april 2022. Populasi seluruh siswi SMKN 1 Bulango Selatan Kabupaten Bone

Copyright © 2020, Madu Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0

Madu Jurnal Kesehatan
Vol 11, No 1 (2022), 34-45
ISSN 2301-5683 (print)
DOI: 10.31314/mjk.11.1.34-45.2022

Available Online at http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu

Bolango. Sampel sebanyak 152 siswi yang di ambil menggunakan teknik *random sampling.* Teknik pengumpulan sampel dalam penelitian ini adalah sampel acak sederhana (*Simple Random Sampling*). Pada teknik sampling secara acak, setiap individu dalam populasi memiliki peluang yang sama untuk dijadikan sampel. Alasan peneliti menggunakan metode deskriptif adalah untuk mengetahui perilaku remaja putri terhadap *personal hygiene* saat menstruasi di SMKN 1 Bulango Selatan.

3. HASIL

a. Hasil Karakteristik Responden

Penelitian ini dilakukan pada 152 responden yang di ambil secara acak dari nama-nama siswi SMKN 1 Bulango Selatan. Hasil pengolahan data akan ditampilkan dalam bentuk tabel-tabel. Adapun tabel karakteristik responden sebagai berikut:

1. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Kelas

Berdasarkan data yang di peroleh, diketahui bahwa distribusi responden berdasarkan tingkat kelas yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Kelas Di SMKN 1 Bulango Selatan Kabupaten Bone Bolango

Kelas	Jumlah	
	Frekuensi (n)	Persen (%)
Kelas X	59	38.8
Kelas XI	48	31.6
Kelas XII	45	29.6
Total	**152**	**100**

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 152 responden, kelas X memiliki jumlah distribusi frekuensi sebesar 38.8%, sedangkan yang paling sedikit yaitu kelas XII
dengan jumlah distribusi frekuensi sebesar 29.6%.

2. Distribusi Responden Berdasarkan Jurusan

Berdasarkan data yang di peroleh, diketahui bahwa distribusi responden berdasarkan kejuruan yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Jurusan Di SMKN 1 Bulango Selatan Kabupaten Bone Bolango

Jurusan	Jumlah	
	Frekuensi (n)	Persen (%)
Keperawatan	129	84.9
TKJ	19	12.5
APAT	4	2.6
Total	**152**	**100**

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 152 responden, jurusan keperawatan memiliki jumlah distribusi frekuensi sebesar 84.9%, sedangkan yang paling sedikit jurusan TKJ dengan jumlah distribusi frekuensi sebesar 2.6%. Hal ini dikarenakan jurusan keperawatan m erupakan jurusan yang paling unggul di sekolah SMKN 1 Bulango Selatan sehingga lebih banyak remaja putri berada di jurusan keperawatan.

3. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa distribusi responden berdasarkan Usia yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Usia Di SMKN 1 Bulango Selatan Kabupaten Bone Bolango

Usia	Jumlah	
	Frekuensi (n)	Persen (%)
15	7	4.6
16	39	25.7
17	30	19.7
18	41	27.0
19	24	15.8
20	11	7.2
Total	**152**	**100**

Sumber: Data Primer, 2022

Copyright © 2020, Madu Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0

Madu Jurnal Kesehatan
Vol 11, No 1 (2022), 34-45
ISSN 2301-5683 (print)
DOI: 10.31314/mjk.11.1.34-45.2022

Available Online at http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 152 responden, usia 18 tahun lebih banyak yaitu dengan jumlah distribusi frekuensi sebesar 27.0% sedangkan yang paling sedikit usia 15 tahun dengan jumlah distribusi frekuensi sebesar 4.6%.

4. Distribusi Responden Berdasarkan Usia Pertama Menstruasi (*Minarche)*

Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa distribusi responden berdasarkan usia pertama menstruasi (*Menarche)*, yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Usia Pertama Menstruasi (*Menarche)* Di SMKN 1 Bulango Selatan Kabupaten Bone Bolango

Usia Haid Pertama	Jumlah	
	Frekuensi (n)	Persen (%)
9-12	111	73.0
13-15	41	27.0
Total	**152**	**100**

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa dari 152 responden, usia *menarche* lebih banyak yaitu usia 9-12 tahun dengan jumlah distribusi frekuesni sebebasar 53.9%, sedangkan usia *menarche* paling sedikit yaitu usia 13-15 tahun dengan jumlah distribusi frekuensi 8.6%.

b. Hasil Univariat

1. Perilaku *Personal Hygiene* Remaja Putri Saat Menstruasi Berdasarkan aspek kebersihan alat kelamin saat menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, diketahui bahwa distribusi responden berdasarkan perilaku *personl hygiene* remaja putri dalam aspek kebersihan alat kelamin saat menstruasi, yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.5 Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku *Personal Hygiene* Remaja Putri Saat Menstruasi Dalam Menjaga Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi Di SMKN 1 Bulango Selatan Kabupaten Bone Bolango

Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi	Jumlah	
	Frekuensi (n)	Persen (%)
Baik	-	-
Cukup	19	12.5
Kurang	133	87.5
Total	**152**	**100**

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.5 menunjukkan bahwa dari 152 responden, kurangnya perilaku *personal hygiene* dalam menjaga kebersihan alat kelamin remaja putri saat menstruasi memiliki jumlah distribusi frekuensi sebesar 87.5%, sedangkan jumlah yang paling sedikit yaitu remaja putri yang memiliki kategori cukup dengan jumlah distribusi frekuensi sebesar 12.5%.

2. Perilaku *Personal hygiene* dalam mengganti Pakaian Dalam Remaja Putri Saat Menstruasi

Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa distribusi responden berdasarkan perilaku *personal hygiene* dalam mengganti pakaian dalam saat menstruasi yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.6 Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku *Personal Hygiene* Dalam Mengganti Pakaian Dalam Remaja Putri Saat Menstruasi Di SMKN 1 Bulango Selatan Kabupaten Bone Bolango

Mengganti Pakaian Dalam Saat Menstruasi	Jumlah	
	Frekuensi (n)	Persen (%)
Baik	-	-
Cukup	63	41.4
Kurang	89	58.6
Total	**152**	**100**

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.6 menunjukkan bahwa dari 152 responden, kurangnya perilaku *personal*

Copyright © 2020, Madu Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0

Madu Jurnal Kesehatan
Vol 11, No 1 (2022), 34-45
ISSN 2301-5683 (print)
DOI: 10.31314/mjk.11.1.34-45.2022

Available Online at http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu

hygiene dalam mengganti pakaian dalam remaja putri saat menstruasi memiliki jumlah distribusi frekuensi sebesar 58.6%, sedangkan jumlah yang paling sedikit yaitu remaja putri yang memiliki kategori cukup dengan jumlah distribusi frekuensi sebesar 41.4%.

3. Perilaku *Personal Hygiene* Dalam Menjaga Kebersihan Pakaian Dalam Saat Menstruasi

Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa distribusi responden berdasarkan perilaku *personal hygiene* remaja putri dalam menjaga kebersihan pakaian dalam saat menstruasi, yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.7 Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku *Personal Hygiene* Remaja Putri Dalam Menjaga Kebersihan Pakaian Dalam Saat Menstruasi Di SMKN 1 Bulango Selatan Kabupaten Bone Bolango

Menjaga Kebersihan Pakaian Dalam	Jumlah	
	Frekuensi (n)	Persen (%)
Baik	-	-
Cukup	-	-
Kurang	152	100
Total	**152**	**100**

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.7 menunjukkan bahwa dari 152 responden, kurangnya perilaku *personal hygiene* remaja putri dalam menjaga kebersihan pakaian dalam saat menstruasi memiliki jumlah distribusi frekuensi sebesar100%.

4. Perilaku *Personal Hygiene* Dalam Penggunaan Pembalut Remaja Putri Saat Menstruasi

Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa distribusi responden berdasarkan perilaku *personal hygiene* dalam penggunaan pembalut remaja putri saat menstruasi yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.8 Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku *Personal Hygiene* Dalam Penggunaan Pembalut Remaja Putri Saat Menstruasi Di SMKN 1 Bulango Selatan Kabupaten Bone Bolango

Penggunaan Pembalut	Jumlah	
	Frekuensi (n)	Persen (%)
Baik	133	87.5
Cukup	7	4.6
Kurang	12	7.9
Total	**152**	**100**

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4.8 menunjukkan bahwa dari 152 responden, remaja putri yang memiliki perilaku *personal hygiene* yang baik dalam penggunaan pembalut saat menstruasi lebih banyak dengan jumlah distribusi frekuensi sebesar 87.5%, sedangkan jumlah yang paling sedikit yaitu remaja putri yang memiliki kategori cukup dengan jumlah distribusi frekuensi sebesar 4.6%.

4. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh setelah dilakukan pengolahan dan analisis data, maka dapat diuraikan beberapa variabel penelitian yang terdapat dalam kuisioner, yaitu sebagai berikut:

1) Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMKN 1 Bulango Selatan Kabupaten Bone Bolango menunjukkan bahwa dari 152 responden, usia *menarche* yang paling banyak yaitu usia kategori mean dengan jumlah distribusi frekuesni sebebasar 53.9%, sedangkan usia *menarche* paling sedikit yaitu usia maximal dengan jumlah distribusi frekuensi 8.6%. Sejalan dengan perkembangan zaman, usia *menarche* turut mengalami penurunan yang cukup signifikan, dari rata-rata 14 tahun menjadi 12.8 tahun. Usia *menarche* pada wanita Indonesia adalah usia antara 14-15 tahun dan menurun menjadi 10-15 tahun dan rata-rata 12 tahun (Purwaningrum, 2017). Penelitian ini sejalan

Copyright © 2020, Madu Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0

Madu Jurnal Kesehatan
Vol 11, No 1 (2022), 34-45
ISSN 2301-5683 (print)
DOI: 10.31314/mjk.11.1.34-45.2022

Available Online at http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu

dengan penelitian yang di lakukan oleh (Pasaribu, 2016) tentang perilaku *Hygiene* Saat menstruasi pada siswi sekolah pertama negeri di balige, menyimpulkan usia yang mengalami menstruasi pertama (*Menarche*) paling banyak usia 12 tahun dan usia termuda yang mengalami menstruasi pertama adalah usia 10 tahun yaitu sebanyak 3 orang dengan rata-rata usia *menarche* 12.28 tahun.

Modernasi dan instanisasi gaya hidup diyakini sebagai faktor yang memegang andil cukup besar dalam penurunan rerata usia *menarche.* Hal ini dikarenakan kemajuan peradaban diikuti pula dengan perubahan-perubahan pada manusia, mulai dari perubahan pola makan sampai perubahan pola hidup.[28] Hal ini didukung dengan penelitian dari (Delzaria, 2021) tentang perilaku *personal hygiene* saat menstruasi remaja putri di pondok pesantren nurul iman yang menyimpulkan usia pertama mendapat haid terbanyak 12 tahun dengan presentase 57.4% sedangkan usia termuda mendapat haid pertama yaitu usia 10 tahun dengan presentase 5.6%.

2) Perilaku *Personal Hygiene* Remaja Putri Saat Menstruasi Dalam Menjaga Kebersihan Alat Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMKN 1 Bulango Selatan dapat diketahui gambaran perilaku *personal hygiene* dalam menjaga kebersihan alat kelamin remaja putri saat menstruasi memiliki perilaku yang kurang menjaga kebersihan dengan jumlah distribusi frekuensi 87.5%, sedangkan jumlah yang paling sedikit yaitu remaja putri yang memiliki kategori cukup dengan jumlah distribusi frekuensi 12.5%. Dari hasil analisa kuesioner sebagian responden menjawab tidak pernah pada bagian pertanyaan mengeringkan area kewanitaan dengan tissue setelah buang air kecil dan besar dan kadang-kadang membasuh daerah kewanitaan dari arah belakang ke depan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Purwaningrum, 2017) menunjukkan bahwa perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi berdasarkan aspek kebersihan area kewanitaan saat menstruasi sebagian remaja putri memiliki perilaku negatif sebesar 35 siswi (62.5%).

Menurut peneliti bahwa hal ini dikarenakan siswi belum bisa mempraktekkan sehari-hari perilaku *hygiene* dalam membersihkan area alat kelamin saat menstruasi dengan baik dikarenakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku siswi yaitu faktor perilaku, faktor pengetahuan, faktor pendorong dan sikap. Menurut Lawrence Green mencoba menganalisis perilaku manusia dari tingkat kesehatan. Perilaku seseorang terbentuk dari 3 faktor yaitu, faktor pendorong (*predisposing facors*) faktor-faktor yang mempermudah terjadinya perilaku seseorang, antara lain yang pengetahuan, sikap, keyakinan, kepercayaan, nilai-nilai, tradisi, dan sebagainya. Faktor pemungkin (*enabling factors*) faktor-faktor yang memungkinkan atau memfasilitasi perilaku atau tindakan. Faktor penguat (*reinforcement factors*) faktor yang mendorong atau memperkuat terjadinya perilaku. Kadang-kadang meskipun orang tahu dan mampu untuk berperilaku sehat, tetapi tidak melakukannya.[8] Hal ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Ramly, (2020) tentang perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada siswi kelas di SMPN 13 Kupang, dalam mejaga kebersihan organ kewanitaan pada saat menstruasi lebih banyak dengan jumlah presentase 88.8%.

Dapat kita ketahui bahwa kebersihan area kewanitaan juga sangat perlu cermat dibersihkan. Cara membersihkan daerah kewanitaan yang terbaik adalah membasuhnya dengan air bersih. Satu hal yang perlu diprhatikan dalam membasuh daerah kewanitaan, terutama setelah buang besar (BAB), yaitu membasuhnya dari depan ke belakang (dari vagina ke anus), bukan sebaliknya. Apabila terbalik arah membasuhnya, maka kuman dari anus akan terbawa ke depan dan masuk ke dalam vagina.

Copyright © 2020, Madu Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0

Madu Jurnal Kesehatan
Vol 11, No 1 (2022), 34-45
ISSN 2301-5683 (print)
DOI: 10.31314/mjk.11.1.34-45.2022

Available Online at http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu

Saat membersihkan area kewanitaan tidak perlu menggunakan cairan pembersih atau cairan lain dan *douche* karena akan semakin merangsang bakteri yang menyebabkan infeksi. Setelah dibasuh, harus di keringkan dengan handuk atau tissue, tetapi jangan digosok-gosok. Bagi remaja putri, membiasakan diri untuk membersihkan vulva setiap setelah buang air kecil atau besar dan mengeringkan sampai benar-benar kering sebelum menggunakan pakaian dalam adalah perilaku yang benar.[29]

3) Perilaku *Personal Hygiene* Remaja Putri Dalam Mengganti Pakaian Dalam Saat Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMKN 1 Bulango Selatan dapat diketahui gambaran perilaku *personal hygiene* dalam mengganti pakaian dalam remaja putri saat menstruasi dengan kategori kurang 58.6% dan kategori cukup 41.4%. Dari hasil analisa kuesioner sebagian responden menjawab kadang-kadang tentang penggunaan pakaian dalam yaitu pada item menggunakan celana dalam yang ketat selama menstruasi, hal ini disebabkan karena mereka lebih nyaman menggunakan celana dalam yang ketat selama menstruasi daripada celana dalam yang sedikit longgar. Penelitian ini Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwaningrum, (2017) yang dilakukan di SMPN 1 Gamping tentang perilaku *hygiene* remaja putri saat menstruasi menunjukkan bahwa perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* dalam penggunaan pakaian dalam saat menstruasi memiliki perilaku negatif sebanyak 32 siswi (57%).

Faktor yang mempengaruhi perilaku siswi dalam mengganti pakaian dalam yaitu siswi lebih nyaman menggunakan pakaian dalam yang ketat, mengunakan pakaian dalam yang jenis kainnya bukan katun sehingga bisa membuat area kewanitaan mengalami kelembapan. Menurut Hanissa (2017) pakaian dalam yang digunakan sebaiknya terbuat dari bahan yang dapat menyerap keringan, seperti katun atau kaus. Kain yang tidak menyerap keringat akan menimbulkan rasa panas dan menyebabkan daerah genetalia lembab. Kondisi ini akan menimbulkan ketidaknyamanan bagi pemakai dan menyebabkan jamur dapat tumbuh pada daerah genetalia. Pakaian dalam yang dikenakan juga harus bersih dan ukuran yang tepat. Pakaian yang terlalu sempit akan mengganggu kerja kulit dan mnyebabkan rasa gatal. Gunakan pakaian dalam yang menyerap keringat, karena pakaian dalam yang basah akan mempermudah jamur untuk tumbuh.[29]

4) Perilaku *Personal Hygiene* Remaja Putri Dalam Menjaga Kebersihan Pakaian Dalam

Dalam penelitian ini diperoleh hasil bahwa responden yang memiliki kurangnya perilaku *personal hygiene* dalam menjaga kebersihan pakaian dalam yaitu memiliki jumlah distribusi frekuensi 100%. Hal ini dibuktikan dengan responden yang masih belum tepat dalam menjawab kuisioner. Dimana didapatkan pernyataan responden yang mangatakan tidak merendam pakaian dalam saat menstruasi, mengganti pakaian dalam 2-3 kali pada saat menstruasi, dan menjemur pakaian dalam tidak terpapar langsung dengan matahari. Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang pernah di lakukan oleh (Laili, 2019) pada remaja putri SMPN 2 Depok diperoleh 143 orang (76.9%) dari 186 responden mempunyai perilaku yang kurang dalam menjaga kebersihan pakaian dalam saat menstruasi. Hal ini didukung dengan frekuensi tidak merendam pakaian dalam saat terkena darah yaitu sebesar 68.3%.

Menurut Erlina, (2015) mengganti pakaian dalam dan menjaga kebersihan pakaian dalam pada saat menstruasi sangatlah penting. Gunakan pakaian dalam yang kering dan mudah menyerap keringat yang mencegah vagina dari kelembapan yang berlebihan sehingga dapat menghindari bakteri merugikan tumbuh di area vagina dan menggunakan celana dalam yang tidak bersih akan mengakibatkan infeksi pada area vagina. Pakaian dalam yang terkena darah sebaiknya

Copyright © 2020, Madu Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0

Madu Jurnal Kesehatan
Vol 11, No 1 (2022), 34-45
ISSN 2301-5683 (print)
DOI: 10.31314/mjk.11.1.34-45.2022

Available Online at http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu

direndam, dan dicuci bersih terlebih dahulu, kemudian disetrika saat sudah kering.

Faktor yang mempengaruhi perilaku remaja putri dalam menjaga kebersihan pakaian dalam yaitu sikap remaja putri masih kurang. Menurut Notoadmojo (2012) sikap adalah reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu simulasi atau objek. Seseorang akan memberikan sikap yang positif jika mempunyai landasan pengetahuan yang kuat terlebih dahulu. Sikap merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak dan bukan merupakan pelaksana motif tertentu. Sikap bukanlah suatu tindakan atau aktivitas tetapi merupakan presdiposisi dari tindakan atau perilaku. Faktor-faktor yang mengearuhi sikap yaitu pengalaman pribadi, media massa, institusi atau lembaga pendidikan dan agama dan faktor emosional.

5) Perilaku *Personal Hygiene* Remaja Putri Dalam Penggunaan Pembalut Saat Menstruasi

Pada penelitian ini diperoleh juga hasil perilaku *personal hygiene* penggunaan pembalut remaja putri saat menstruasi di SMKN 1 Bulango Selatan menunjukkan bahwa dari 152 responden mereka berperilaku baik dengan jumlah distribusi frekuensi sebesar 87.5%. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Andriani, 2016) penelitiannya menjelaskan bahwa dari seluruh responden remaja putri terdapat 70.8% menggunakan pembalut ≤4 pembalut per hari dikarenakan jumlah darah haid yang keluar sedikit, menggunakan 2 pembalut per hari dalam pemakaian ketika jumlah yang keluar banyak terdapat sebanyak 16.6%, dan menggunakan 5-10 pembalut per hari sebanayak 11.1% dikarenakan jumlah darahnya sedang. Hal ini dikarenakan perilaku *personal hygine* penggunaan pembalut saat menstruasi dikalangan remaja saat ini sudah cukup baik. Hal ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nurmaliza et al., 2018) diketahui bahwa perilaku siswi dalam penggunaan pembalut selama menstruasi siswi yang selalu mengganti pembalutnya setiap 4 jam sekali hanya terdapat 21.2%, sebagaian besar kadang-kadang mengganti pembalutnya setiap 4 jam yaitu 46.7%, dan sebagian besar siswi yang mengganti pembalutnya setelah penuh dengan darah sebanyak 74.2%.

Hal ini dikarenakan banyak faktor yang mempengaruhi terhadap *personal hygiene* selama menstruasi. Diantara faktor tersebut yakni pengetahuan dan kesadaran individu. Hal tersebut sesuai dengan hasil analisis dalam penelitian ini. Pengetahuan yang dimaksud merupakan pengetahuan yang bersangkutan dengan *personal hygiene* diantaranya pengetahuan tentang manstruasi, pengetahuan kesehatan reproduksi pada wanita dan mengenai pengetahuan kebersihan diri pada wanita baik saat menstruasi maupun keseharian.

Menurut Notoadmodjo (2012) pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagaian besar pengetahuan manusai diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau ranah kohnitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pengetahuan tentang kesehatan mencakup apa yang diketahui oleh seseorang terhadap cara-cara memelihara kesehatan, seperti pengetahuan tentang penyakit menular, pengetahuan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan, pengetahuan tentang fasilitas pelayanan kesehatan dan pengetahuan untuk menghidari kecelakaan.

Pada saat menstruasi remaja putri harus menggunakan pembalut yang bersih. Pilih pembalut yang tidak menggunakan bahan pewangi dan tidak berwarna. Hal ini dilakukan untuk mengurangi paparan zat kimia pada alat genetalia. Setelah buang air kecil atau buang air besar ganti pembalut dengan pembalut baru yang bersih. Sesuaikan jenis ukuran pembalut sesuai dengan

Copyright © 2020, Madu Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0

Madu Jurnal Kesehatan
Vol 11, No 1 (2022), 34-45
ISSN 2301-5683 (print)
DOI: 10.31314/mjk.11.1.34-45.2022

Available Online at http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu

kebutuhan, misalnya pada saat akan haid dan mulai merasakan adanya keputihan yang fisiologis, gunakan pembalut yang berukuran kecil (Pentyliner).[6]

Menurut peneliti Ketika darah sudah memenuhi pembalut bertujuan untuk menghidari kelembaban pada area vagina, dikarenakan jika area vagina lembab akan mudah mikroorganisme dan jamur tumbuh dan mengakibatkan area vagina mejadi gatal dan berbau. Selain itu, mengganti pembalut tidak boleh dilakukan lebih dari 6 jam, dikarenakan pembalut akan menyimpan bakteri jika tidak diganti dengan yang baru dalam waktu lama.

Pembalut selama menstruasi harus diganti secara teratur 4-5 kali atau setelah mandi dan buang air kecil. Pergantian pembalut yang tepat adalah saat permukaan pembalut sudah ada gumpalan darah. Hal ini karena gumpalan darah yang terdapat dipermukaan pembalut tersebut merupakan tempat yang sangat baik untuk perkembangan bakteri dan jamur. Jika menggunakan pembalut sekali pakai sebaiknya dibersihkan dahulu sebelum dibungkus lalu dibuang ke tempat sampah.[29]

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi di SMKN 1 Bulango Selatan sebagian besar responden memiliki kategori kurang dalam melakukan perilaku *personal hygiene* dalam mengganti pakaian dalam saat menstruasi.
2. Perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi di SMKN 1 Bulango Selatan sebagian besar responden memiliki kategori kurang dalam melakukan perilaku *personal hygiene* dalam menjaga kebersihan pakaian dalam saat menstruasi.
3. Perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi di SMKN 1 Bulango Selatan ebagaian besar responden memiliki kategori baik dalam penggunaan penggunaan pembalut saat menstruasi.

SARAN

Saran yang dapat diberikan peneliti berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan serta kesimpulan ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa
   Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan ilmu pengetahuan terutama dalam mengetahui tentang perilaku *personal hygiene* kesehatan reproduksi remaja putri saat menstruasi.
2. Bagi instansi Yang Terkait
   a. Bagi institusi kesehatan masyarakat
      Penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan dan acuan dalam mengembangkan ilmu pembelajaran dan dapat menjadi sumber informasi mengenai perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.
   b. Bagi Tempat Penelitian
      Disarankan kepada pihak sekolah agar menambahkan pelajaran dan kurikulum serta penyuluhan bagi siswi tentang *personal hygiene* saat menstruasi baik dari pihak tenaga kesehatan seperti puskesmas, ataupun dari pihak sekolah sendiri untuk mengenai bahaya praktek *personal hygiene* yang tidak baik saat menstruasi dan materi tentang praktek *personal hygiene* menjadi kebiasaan siswi sehari-hari
3. Bagi peneliti selanjutnya
   Diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut hal berhubungan dengan kesehatan reproduksi khususnya pada perilaku *personal hygiene* saat menstruassi.

Copyright © 2020, Madu Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0

Madu Jurnal Kesehatan
Vol 11, No 1 (2022), 34-45
ISSN 2301-5683 (print)
DOI: 10.31314/mjk.11.1.34-45.2022

Available Online at http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu

REFERENSI

1. Afiyanti, Y. P. (2016). *Seksualitas dan kesehatan reproduksi perempuan*. Raja Grafindo.
2. 2. Aini, A. N., & Afridah, W. (2021). SA 4.0 license Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi dengan Kejadian Pruritus Vulva Behavior of Vulva Hygiene during Menstruation with the Incidence of Pruritus Vulva. *Journal of Biostatistics and Demographic Dynamic*, *1*(1), 2021.
3. 3. Andriani, D. (2016). Perilaku Remaja Dalam Penggunaan Pembalut Saat Menstruasi Dengan Kerusakan Integritas Kulit Di Akper Adi Husada Surabaya. *Adi Husada Nursing Journal*.
4. Angrainy, R., Fitri, L., & Utari, A. (2021). Hubungan pengetahuan dengan perilaku Personal saat menstruasi dengan remaja. *Jurnal Proteksi Kesehatan*, *10*(1), 49–54.
5. Astuty, D. A. (2020). *Personal Hygiene Remaja putri Selama*. 25–26.
6. Baharuddin, A., Hengky, H. K., & ... (2019). Pengaruh Penggunaan Pembalut Saat Menstruasi Terhadap Risiko Kanker Serviks pada Siswi SMA Negeri 2 Pangkajene Sidenreng Rappang. *Jurnal Ilmiah Manusia …*.
7. Delzaria, N. (2021). *Hubungan Pengetahuan Sikap dan Sumber Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Remaja Putri Di MTS Pondok Pesantren Nurul Iman*.
8. Erlina, Y. N. (2015). *Buku Saku Personal Hygiene*. Nuha Medika.
9. Fransisca, D., Handayani, S., Rahmatiqa, C., Dasril, O., & Usman, D. N. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Saat Mentruasi Pada Remaja Putri. *Prosiding Seminar Nasional STIKES Syedza Saintika*, 323–334.
10. Hanissa, J., Nasution, A., & Arsyati, A. M. (2017). Gambaran Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Remaja Putri Yang Mengikuti Pelatihan Dan Pembinaan Pkpr Di Smp Pgri 13 Wilayah Kerja Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor Tahun 2017. *Hearty*, *5*(2).
11. hidayat, A. A. alimul. (2006). *Buku Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia : Aplikasi konsep dan proses keperawatan*. Salemba Medika.
12. Irwan. (2017). *Etika dan Perilaku Kesehatan*.
13. Jannah, N. (2018). *Kesehatan reproduksi & keluarga berencana*. EGC.
14. Kemenkes RI. (2013). Data Informasi Profil Kesehatan Indonesia 2018. *Journal of Chemical Information*, *53*(9), 1689–1699.
15. Kemenkes RI. (2015). *Data Informasi Kesehatan Reproduksi Remaja*.
16. Kusmiran. (2011). *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Salemba Medika.
17. L.A. Kristanti. (2019). Kapasitas Orang Tua Terhadap Personal Hygiene Anak Autis. *Jurnal MIDPRO*, *11*(2).
18. Laili, U. (2019). Pemakaian Pembalut Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulva. *Embrio*, *11*(2), 64–71.
19. Latifah A, N. (2017). Gambaran Perilaku Hygiene Menstruasi pada Siswi SMKN 8 Kota Bekasi. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, *13*(1), 35.
20. Michael, J., Iqbal, Q., Haider, S., Khalid, A., Haque, N., Ishaq, R., Saleem, F., Hassali, M. A., & Bashaar, M. (2020). Knowledge and practice of adolescent females about menstruation and menstruation hygiene visiting a public healthcare institute of Quetta, Pakistan. *BMC Women's Health*, *20*(1), 1–8.
21. notoadmodjo, S. 2012. *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
22. Nurmaliza, L., Sarumpaet, S., & ...

Copyright © 2020, Madu Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0

Madu Jurnal Kesehatan
Vol 11, No 1 (2022), 34-45
ISSN 2301-5683 (print)
DOI: 10.31314/mjk.11.1.34-45.2022

Available Online at http://journal.umgo.ac.id/index.php/madu

(2018). Penggunaan Pembalut Habis Pakai Dan Penggunaan Bedak Tabur Pada Kemaluan Terhadap Kejadian Kanker Ovarium Di Rumah Sakit …. *Medika Respati: Jurnal …*.

23. P, D. N., Mirawati, & Aulia, F. (2020). Pendidikan Kesehatan Tentang Persinal Hygiene Pada Remaja Putri Di SMP 1 Muhammadiyah Banjarmasin. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, *2*(1), 31–35.
24. Pasaribu, M. A. J. (2016). *Perilaku Higienis Saat Menstruasi Pada Siswi Sekolah Menengah Pertama Negeri di Balige SKRIPSI*.
25. Purnama, N. L. A. (2021). Pengetahuan Dan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, *10*(1), 61–66.
26. Purwaningrum, A. (2017). *Gambaran Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Kelas VIII dan IX Saat Menstruasi DI SMPN 1 Gamping Kabupaten Sleman*.
27. Ramly, I. Q., Ndoen, H. I., Ndoen, E. M., Kesehatan, F., Universitas, M., Cendana, N., Kesehatan, F., Universitas, M., Cendana, N., Kesehatan, F., Universitas, M., & Cendana, N. (2020). *Perilaku Kebersihan Diri Saat Menstruasi Pada Siswi Kelas VIII SMP Negeri 13 Kupang Tahun 2019*. *2*(3), 40–50.
28. Rosyida;, D. A. C. (2019). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*.

Copyright © 2020, Madu Jurnal Kesehatan, Under the license CC BY-SA 4.0