

## Pengaruh Edukasi Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi

Diyana Faricha Hanum<sup>1)</sup>; Dwi Faqihatus Syarifah Has<sup>2)</sup>; Munisah<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> Prodi Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Gresik, Gresik 61111, Indonesia

<sup>2)</sup> Prodi Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Gresik, Gresik 61111, Indonesia

<sup>3)</sup> Prodi Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Gresik, Gresik 61111, Indonesia

**Corresponding Author:** Diyana Faricha Hanum  
E-mail: diyanafarichahanum99@umg.ac.id

---

### INFORMASI ARTIKEL

#### Riwayat Artikel:

Submit : 23-05-2022

Revisi : 27-05-2022

Diterima : 30-05-2022

Publikasi : 31-05-2022

DOI :

<http://dx.doi.org/10.30587/ijmt.v2i1.4000>

---

#### Keywords:

Education;  
Reproductive health;  
Adolescent girls;  
Personal hygiene;  
Menstruation;

#### Kata Kunci:

Edukasi;  
Kesehatan Reproduksi;  
Remaja Putri;  
Personal Hygiene;  
Menstruasi;

---

### ABSTRACT

*Adolescent girls are more at risk of being infected with their reproductive organs, this event occurs because of a lack of attitude in maintaining personal hygiene, especially when menstruating. The purpose of this study was to determine the effect of reproductive health education on adolescent girls on personal hygiene during menstruation in the Midwifery Study Program, Faculty of Health, University of Muhammadiyah Gresik. This research is analytic observation with cross sectional approach, the sample used is 20 respondents, the sample is taken using random sampling. Collecting data using an instrument in the form of a questionnaire. Statistical test using univariate and bivariate analysis with T test. The results of the paired samples t-test showed that there was a significant difference between pre-test and post-test data from the effect of reproductive health education on adolescents on personal hygiene during menstruation (p value 0.000). The conclusion is that there is a significant effect on respondents after being given reproductive health education to adolescent girls on personal hygiene during menstruation.*

---

### ABSTRAK

Remaja putri lebih beresiko terinfeksi organ reproduksinya, peristiwa ini terjadi karena kurangnya sikap dalam menjaga kebersihan diri terutama ketika sedang menstruasi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan reproduksi pada remaja putri terhadap personal hygiene saat menstruasi di prodi Kebidanan fakultas kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik. Penelitian ini bersifat analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*, sample yang digunakan 20 responden, sample diambil menggunakan random sampling. Pengambilan data menggunakan instrument berbentuk kuisioner. Uji statistik menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji T Test. Hasil uji *paired samples t-test* didapatkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara data pre test dan post test dari pengaruh edukasi kesehatan reproduksi pada remaja terhadap personal hygiene saat menstruasi (p value 0,000). Kesimpulan terdapat pengaruh yang signifikan pada responden setelah diberikan edukasi kesehatan reproduksi pada remaja putri terhadap *personal hygien* saat menstruasi.

---

## PENDAHULUAN

Menurut WHO dalam Anugrahadu (2019), yang disebut remaja yaitu mereka yang berada pada masa peralihan antara masa kecil menuju dewasa. Batasan umur pada remaja menurut WHO yaitu antara 12 sampai dengan 24 tahun. Remaja mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan pesat pada aspek fisik, psikologis dan juga intelektual (BKKBN, 2013). Remaja akan menghadapi kejadian - kejadian yang besar dalam fase perkembangan dan pertumbuhan, dan pada remaja putri akan mengalami perubahan salah satunya adalah peristiwa menstruasi. Menurut Potter (2010), menstruasi adalah keluarnya darah dari dalam rahim, di karenakan oleh terlepasnya lapisan dinding rahim beserta pelepasan endometrium dan terjadi setiap bulan.

Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) ialah elemen terpadu dari kegiatan kesehatan dan keluarga berencana di Indonesia. Program terpadu ini memiliki tujuan spesifik dalam menangani kejadian yang berkaitan dengan pernikahan dini, kehamilan tidak diharapkan, penggunaan tembakau dan alkohol, serta HIV-AIDS (Kemenkes RI, 2015).

Menurut Adjie (2013), remaja harus mengerti dan memahami tentang kesehatan reproduksi supaya mempunyai informasi yang benar tentang proses reproduksi serta berbagai komponen yang berkaitan. Dengan diberikan penjelasan yang baik dan benar, diharapkan remaja mempunyai sikap dan tingkah laku yang bertanggung jawab prihal proses reproduksi.

Remaja putri lebih beresiko terinfeksi organ reproduksinya, peristiwa ini terjadi karena kurangnya sikap dalam memelihara kebersihan diri terutama ketika sedang menstruasi. Angka kejadian morbiditas infeksi yang terjadi pada saluran reproduksi remaja (10 sampai 18 tahun) yaitu 35% sampai 42%. Penyebab dari infeksi saluran reproduksi salah satunya adalah prilaku kebersihan diri yang tidak benar. prilaku tersebut meliputi; mengganti pembalut kurang dari empat kali sehari, bahan pembalut yang digunakan tidak tepat, sering menggunakan antiseptic, tidak

mengganti celana dalam kurang dari dua kali sehari, dan caracebok yang salah sesudah BAK/BAB (BKKBN, 2013).

Menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 sikap remaja putri dalam menjaga kebersihan ketika menstruasi masih buruk, yaitu 63,9%, efek dari kurangnya pengetahuan dan informasi tentang kebersihan diri ketika menstruasi.

Jumlah kasus Infeksi saluran reproduksi (ISR) di Jawa Timur seperti *candidiasis* dan *servicitis* yang terjadi pada remaja putri sebanyak 86,5% ditemukan di Surabaya dan Malang. Penyebab yang paling tinggi dari masalah tersebut yaitu jamur *candida albican* sebanyak 77% yang selalu berkembang biak di suhu dengan kelembapan tinggi seperti pada saat menstruasi. Terbukti dari hasil penelitian jika ada 5,2 anak-anak remaja putri yang ada di 17 provinsi di Indonesia menghadapi masalah yang kerap terjadi setelah menstruasi akibat tidak menjaga kebersihannya yaitu *pruritus vulva* dengan gejala adanya sensasi gatal pada kewanitaannya (Kemenkes RI, 2016).

Menurut Phytagoras (2017) bahwa sikap remaja putri tentang kebersihan diri saat menstruasi dalam bagian kognitif berkriteria baik adalah 47 persen, bagian afektif berkriteria baik sebanyak 26 persen, dan bagian konatif berkategori kurang sejumlah 27 persen.

Kesehatan reproduksi memiliki arti dimana kondisi sehat secara fisik, mental, dan sosial, bukan saja terbebas dari penyakit atau kecacatan yang berkenaan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi. Maka dari itu salah satu usaha yang dapat di lakukan oleh petugas kesehatan dalam memberi dan atau meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan reproduksi dan permasalahannya adalah dengan cara memberikan pendidikan kesehatan (Purba, 2020).

Dan hal tersebut relevan juga dengan hasil kegiatan yang dilakukan oleh Wismaningsih (2017) menunjukkan bahwa persentase siswi yang berpengetahuan baik tentang higiene

menstruasi setelah pelaksanaan promosi kesehatan adalah sebesar 80,6%. Hal ini menunjukkan jika dengan promosi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan remaja dalam memahami higiene menstruasi yang baik sebagai upaya meningkatkan kesehatan reproduksi pada remaja serta dapat dilakukan dalam kegiatan sehari-hari.

Dengan semakin banyaknya permasalahan kesehatan reproduksi remaja, terutama yang berhubungan dengan kebersihan diri, maka pemberian penjelasan, layanan dan pendidikan kesehatan pada remaja menjadi sangat penting. Berdasarkan data diatas peneliti tertarik meneliti Pengaruh edukasi kesehatan reproduksi pada remaja putri terhadap personal hygiene saat menstruasi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan reproduksi pada remaja putri terhadap personal hygiene saat menstruasi di prodi Kebidanan fakultas kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.

## METODE

Penelitian ini bersifat analitik observasional dan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan reproduksi pada remaja putri terhadap personal hygiene saat menstruasi. Penelitian dilaksanakan pada bulan Desember 2021 - Januari 2022 di prodi Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.

Penelitian ini mengambil sample 20 responden, sample diambil menggunakan random sampling. Pengambilan data menggunakan instrument berbentuk kuisioner. Uji statistik menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji T Test.

## HASIL PENELITIAN

### Karakteristik Responden

Berikut data karakteristik responden penelitian pengaruh edukasi kesehatan reproduksi pada Remaja Putri Terhadap

*Personal Hygiene* Saat Menstruasi berdasarkan usia dan *menarche* bisa dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

| Karakteristik Responden | N  | %  |
|-------------------------|----|----|
| <b>Usia</b>             |    |    |
| < 18 Tahun              | 0  | 0  |
| 18-20 Tahun             | 15 | 75 |
| > 20 tahun              | 5  | 25 |
| <b>Menarche</b>         |    |    |
| <12 tahun               | 4  | 20 |
| 12Tahun                 | 6  | 30 |
| > 12 Tahun              | 10 | 50 |

Sumber : Data Primer, 2022

Hasil penelitian tentang karakteristik usia responden sebagian besar usia 18-20 tahun sebanyak 15 mahasiswi (75%). Dan karakteristik usia menarche pada penelitian ini sebagian besar pada usia > 12 tahun sebanyak 10 mahasiswi (50%).

**Tabel 2. Hasil Pre Test Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri Terhadap Personal Hygine Saat Menstruasi**

| Pengetahuan | N  | %   |
|-------------|----|-----|
| Kurang      | 10 | 50  |
| cukup       | 4  | 20  |
| Baik        | 6  | 30  |
| Total       | 20 | 100 |

Sumber : Data Primer, 2022

Dari tabel tersebut menerangkan jika sebagian besar responden berpengetahuan kurang tentang kesehatan reproduksi pada remaja putri terhadap personal hygiene saat menstruasi, yaitu sebanyak 10 responden (50%), dan yang berpengetahuan baik hanya 6 responden (30%).

**Tabel 3. Hasil Post Tes Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri Terhadap Personal Hygine Saat Menstruasi**

| Pengetahuan | N  | %   |
|-------------|----|-----|
| Kurang      | 2  | 10  |
| Cukup       | 8  | 40  |
| Baik        | 10 | 50  |
| Total       | 20 | 100 |

Sumber : Data Primer, 2022

Dari tabel tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan responden setelah dilakukan edukasi kesehatan reproduksi pada remaja putri terhadap personal hygiene saat menstruasi ada peningkatan yaitu sebanyak 10 responden

(50%) memiliki pengetahuan baik, dan yang berpengetahuan kurang hanya 2 orang (10%).

### Analisis Hasil

Hasil uji *paired samples t-test* didapatkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan sig (2-tailed=0,000) antara data pre test dan post test dari pengaruh edukasi kesehatan reproduksi pada remaja terhadap personal hygiene saat menstruasi.

## PEMBAHASAN

Kesehatan reproduksi memiliki arti dimana kondisi sehat secara fisik, mental, dan sosial, bukan saja terbebas dari penyakit atau kecacatan yang berkenaan dengan sistem, fungsi, dan proses reproduksi. Maka dari itu salah satu usaha yang dapat dilakukan oleh petugas kesehatan dalam memberi dan atau meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan reproduksi dan permasalahannya adalah dengan cara memberikan pendidikan kesehatan (Purba, 2020).

Kesehatan reproduksi remaja adalah suatu kondisi sehat yang menyangkut sistem, fungsi dan proses reproduksi yang dimiliki oleh remaja. Pengertian sehat disini bukan hanya memiliki arti bebas dari penyakit atau bebas dari kecacatan tapi juga sehat secara mental serta sosial kultural. Remaja harus mengerti dan memahami tentang kesehatan reproduksi supaya mempunyai informasi yang benar tentang proses reproduksi serta berbagai komponen yang berkaitan. Dengan diberikan penjelasan yang baik dan benar, diharapkan remaja mempunyai sikap dan tingkah laku yang bertanggung jawab perihal proses reproduksi (Adjie, 2013).

Remaja putri termasuk golongan yang memiliki resiko tinggi terkena Infeksi Saluran Reproduksi (ISR). ISR yang berkelanjutan bisa mengakibatkan infertil hingga terjadi kehamilan di luar kandungan. Penyebab dari ISR adalah salah satunya sikap menjaga kebersihan diri yang kurang benar.

Menurut Yuni (2015), kebersihan pada saat menstruasi memegang peranan penting dalam kondisi kesehatan seseorang, termasuk menghindari adanya kendala pada fungsi alat reproduksi. Ketika menstruasi, pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terinfeksi, oleh sebab itu kebersihan alat genitalia harus lebih dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan bisa menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi.

Dari hasil penelitian pengetahuan responden sebelum dilakukan edukasi kesehatan reproduksi, sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang.

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan masalah kesehatan reproduksi pada remaja antara lain kurangnya pengetahuan/informasi, gaya hidup, kurangnya menjaga *personal hygiene*.

Perlunya dilakukan kegiatan promosi kesehatan terhadap remaja putri dengan cara memberikan penyuluhan mengenai kesehatan reproduksi khususnya perihal personal hygiene serta diperlukan dukungan dari berbagai pihak khususnya pihak sekolah dan keluarga dalam penerapan personal hygiene yang baik dan benar sehingga infeksi pada organ reproduksi dapat dicegah (Suryani, 2019).

Perubahan pengetahuan responden sebelum dan sesudah dilakukan edukasi kesehatan reproduksi remaja putri terhadap personal hygiene saat menstruasi berubah menjadi lebih baik dengan adanya peningkatan pengetahuan remaja. Dan dari hasil uji Hasil uji *paired samples t-test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan sig (2-tailed=0,000) antara data pre test dan post test dari pengaruh edukasi kesehatan reproduksi pada remaja terhadap personal hygiene saat menstruasi.

Hasil penelitian ini relevan dengan hasil penelitian Panggabean (2017) yang menunjukkan perhitungan nilai *p-value* sebesar 0,000 <0,05 artinya ada peningkatan pengetahuan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene*

saat menstruasi. Hasil penelitian yang dilakukan relevan juga dengan hasil penelitian Phytagoras (2017) bahwa perilaku remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi dalam komponen kognitif berkriteria baik adalah 47 persen, komponen afektif berkriteria baik sebanyak 26 persen, dan komponen konatif berkategori kurang sejumlah 27 persen. Dan juga relevan dengan hasil penelitian Laras, dkk (2019) bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan, sikap, dan tindakan personal hygiene pada siswi SMP dan SMA di Yayasan Pasraman Gurukula Bangli.

Dari penelitian yang dilakukan membuktikan bahwa edukasi kesehatan yang baik akan memberikan peningkatan pengetahuan remaja putri terhadap kesehatan reproduksi.

## SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada responden setelah diberikan edukasi kesehatan reproduksi pada remaja putri terhadap *personal hygien* saat menstruasi.

Penelitian ini mempunyai beberapa keterbatasan sehingga peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian sejenis disertai dengan melakukan wawancara. Institusi pendidikan dapat juga bekerjasama dengan praktisi kesehatan diharapkan agar tetap memberikan pendidikan kesehatan tentang cara menjaga *personal hygiene* terutama *personal hygiene* saat menstruasi dan juga menyediakan sarana dan prasarana yang memadai seperti air, tisu, dan untuk mendukung mahasiswi melaksanakan *personal hygiene* dengan baik dan benar.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih ditujukan peneliti kepada Universitas Muhammadiyah Gresik, khususnya Fakultas Kesehatan Program studi Kebidanan dan semua pihak yang mendukung kelancaran penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adjie, J. M. S . (2013). *Kesehatan Reproduksi Remaja dalam Aspek Sosial*. <https://www.idai.or.id/artikel/seputar-kesehatan-anak/kesehatan-reproduksi-remaja-dalam-aspek-sosial>
- Anugrahadu, S. (2019). *Mengenal Remaja Generasi Z*. [Online] Tersedia: <http://ntb.bkkbn.go.id/?p=1467>
- BKKBN. (2013). *Bimbingan Teknis Kesehatan Reproduksi dan Seksualitas yang Komprehensif*. Jakarta: BKKBN
- Kementrian Kesehatan RI. (2015). *Infodatin Pusat Data dan Informasi Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta
- Kemenkes RI. (2017). *Profil Kesehatan Indonesia 2016*. Keputusan Menteri kesehatan Republik Indonesia. Jakarta
- Laras, I., Maharani, D. A. A., Damayanti, M. R. , Pramitaresthi, I. G. A. (2019). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku personal hygiene saat menstruasi pada siswi SMP dan SMA di Yayasan Pasraman Gurukula Bangli. *Community of Publishing In Nursing (COPING)*. Volume 8, Nomor 2, Agustus 2020
- Potter and Perry. (2010). *Fundamental Of Nursing: Concep, Proses and Practice*. Edisi 7. Vol. 3 Jakarta : EGC
- Phytagoras, K.C. (2017). Personal Hygiene Putri Ketika Menstruasi. *Jurnal Promkes*, Vol.5, No 1 Juli 2017:12-24
- Purba, E.I., Sitorus, M. E. J, Masdalina Pane, M. (2020). Upaya Pemberdayaan Siswa Untuk Meningkatkan Kesehatan Reproduksi Di MTs Khoirotulislamia Pematang Siantar. *Jurnal Abdimas Mutiara*. Volume 1, Nomor : 1, Maret 2020
- Panggabean dan Utari. (2017). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi di SMP

Negeri 14 Pontianak. *Jurnal PRONERS*.  
*Vol 3, No1*

Suryani, L. (2019). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi Di SMP Negeri 12 Kota Pekanbaru. *JOMIS (Journal Of Midwifery Science)*. *Vol 3. No.2, Juli 2019*.

Wismaningsih, E. R. Ratna, F., Khalim, N., Krisnita, D., dan Jayanti. (2017). Sehat dan Bersih Meski Sedang Haid di SDN 1 Kedak Desa Kedak Kabupaten Kediri. *Prosiding Seminar Pengabdian Masyarakat Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri*. Hal 69-74

Yuni, N. E. (2015). *Buku Saku Personal Hygiene*. Yogyakarta : Nuha Medika.