

Perbedaan Sikap dan Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Perilaku *Higiene Menstruasi*: Studi Pada 2 Kelompok Remaja

Luh Ari Arini^{1*}

¹Program studi kebidanan, Universitas Pendidikan Ganesha, Singaraja, Indonesia

*arini.ari@undiksha.ac.id

ABSTRAK

Saat menstruasi, terjadi pengeluaran darah yang merupakan hasil deskuamasi (peluruhan) dinding rahim yang merupakan sarana untuk perkembangbiakan bakteri patogen yang dapat merugikan kesehatan organ reproduksi. Untuk mencegah hal tersebut para perempuan khususnya remaja putri ketika menstruasi harus ekstra lagi dalam menjaga *higiene* menstruasi. Kurangnya informasi yang didapat remaja serta pengetahuan yang dimiliki dapat menjadi kendala dalam penerapan perilaku *higiene* menstruasi ini yang dapat disebabkan oleh lingkungan tempat mereka tinggal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis sikap dan pengetahuan remaja putri terhadap perilaku *higiene* menstruasi: studi pada siswi SMP Budi Luhur Desa Sudaji Buleleng dan SMP 1 Kota Singaraja Buleleng Bali. Metode penelitian yang digunakan yaitu desain *cross-sectional*, pengambilan sampel menggunakan *random sampling* dan teknik analisa data menggunakan uji beda/ komparasi dengan *Independent t test*. Hasil analisis didapatkan nilai signifikansi $p = 0.124 > 0.05$ yang menandakan bahwa tidak ada perbedaan antara sikap maupun pengetahuan antara siswi remaja di SMP pedesaan maupun perkotaan. Hal ini menunjukkan bahwa baik siswi di Desa maupun kota sama-sama memiliki perilaku *higiene* menstruasi yang baik. Namun jika dilihat dari presentasinya siswi di Desa memiliki perilaku *higiene* menstruasi yang lebih baik dibandingkan siswi remaja SMP di kota. Oleh karena itu perlunya perhatian serta bimbingan dari orang tua terutama saat masa remaja baik yang tinggal di perkotaan maupun pedesaan, agar tetap menjaga perilaku *higiene* menstruasi yang baik dan benar demi menjaga kesehatan organ reproduksinya

Kata Kunci: Menstruasi, Perilaku *higiene*, Remaja putri

1. PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan masalah vital dalam bidang pembangunan kesehatan, namun tidak dapat diselesaikan melalui upaya kuratif saja, melainkan yang diutamakan yakni upaya preventif (Astuti dkk., 2008). Upaya preventif untuk menuju reproduksi yang sehat sudah harus dimulai minimal pada usia remaja. Remaja harus dipersiapkan lebih dini baik dari pengetahuan, sikap, dan perilakunya kearah pencapaian reproduksi yang sehat (WHO, 2000 dalam Puspitaningrum 2010), karena pengetahuan dan perawatan yang baik merupakan faktor penentu dalam memelihara kesehatan reproduksi. Masalah kesehatan reproduksi remaja di Indonesia perlu mendapat perhatian yang cukup dan bukan semata-mata menjadi urusan kalangan medis melainkan juga oleh remaja itu sendiri. Masalah kesehatan reproduksi tidak hanya sebatas proses kehamilan dan melahirkan sehingga termasuk masalah kaum remaja. Remaja perlu mengenal tubuh dan organ reproduksi, perubahan fisik dan psikologis, agar dapat melindungi diri dari risiko yang mengancam kesehatan dan keselamatan fungsi organ reproduksi. Pelayanan kesehatan remaja kurang mendapat perhatian, karena informasi yang masih sangat minim, terutama berkaitan dengan kesehatan reproduksi yang bersifat preventif dan promotif. Untuk mencapai reproduksi yang sehat perlu diidentifikasi pemahaman tentang aspek-aspek yang berpengaruh terhadap alat-alat reproduksi. Pengabaian kesehatan reproduksi dapat menimbulkan infeksi alat reproduksi dan berpengaruh terhadap infertilitas atau kemandulan.

Menurut Windayanti (2007), bahwa remaja yang tidak memiliki pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang cukup akan cenderung mengabaikan kesehatan reproduksi dan pada akhirnya akan memiliki tindakan yang membahayakan bagi dirinya sendiri, maka seseorang akan mudah berperilaku yang membahayakan kesehatan alat-alat reproduksinya. Tingginya masalah kesehatan reproduksi pada remaja salah satunya dikarenakan karena masih rendahnya kebersihan diri pada saat menstruasi, Masalah reproduksi pada remaja perlu mendapat penanganan serius, karena masalah tersebut paling banyak muncul pada negara berkembang, seperti Indonesia karena kurang tersedianya akses untuk mendapat informasi mengenai kesehatan reproduksi. Hal itu terbukti dari banyak penelitian menyatakan rendahnya tingkat pengetahuan mengenai kebersihan organ genitalia para remaja putri.

Organ reproduksi merupakan salah satu organ tubuh yang sensitif dan memerlukan perawatan secara khusus, terlebih lagi saat menstruasi. Usia remaja sangat rentan terinfeksi dengan bakteri pada organ reproduksi karena remaja memiliki aktivitas yang tinggi terutama di luar ruangan dan mereka

cenderung mengabaikan kebersihan terutama pada organ intim. Terlebih lagi pada mahasiswa yang memiliki banyak kegiatan diluar ruangan, sehingga sering lupa menjaga kebersihan organ kewanitaan terutama saat mengalami menstruasi. Oleh karena itu remaja putri harus menjaga kebersihan dari organ reproduksinya terutama saat menstruasi agar terhindar dari penyakit infeksi pada saluran reproduksi. Salah satu faktor risiko infeksi saluran reproduksi adalah *higiene* menstruasi yang buruk. Kebersihan pada saat menstruasi merupakan kebersihan perorangan pada remaja yang perlu disosialisasikan sedini mungkin agar remaja putri terhindar dari penyakit infeksi akibat *higiene* yang tidak baik pada saat menstruasi. Menstruasi sendiri merupakan keadaan fisiologis yang pasti akan dialami pada setiap perempuan yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan fisik terutama organ reproduksi secara normal, karena hal tersebut merupakan tanda dari seorang perempuan telah memasuki masa pubertas dan juga merupakan tanda bahwa organ reproduksi seorang remaja mulai matang.

Menstruasi biasanya mulai terjadi pada remaja putri usia 9-16 tahun, yang merupakan peristiwa peluruhan dinding endometrium melalui vagina dalam bentuk darah menstruasi, dan didahului dengan terjadinya interaksi antara hormon-hormon wanita yang penting yakni FSH (*follicles stimulating hormone stimulating hormone*), LH (*luteinizing hormone*), estrogen dan progesteron. Ketika remaja putri mulai mengalami menstruasi, hal penting yang perlu diperhatikan adalah kebersihan diri (Personal Hygiene). Pembuluh darah yang ada pada rahim sangat mudah mengalami infeksi ketika menstruasi, karena kuman mudah masuk dan menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi (Kusmiran, 2012), sehingga perlunya perilaku personal *higiene* saat menstruasi. Perilaku personal *higiene* menstruasi adalah perilaku yang berkaitan dengan tindakan untuk memelihara kesehatan dan upaya menjaga kebersihan pada daerah kewanitaan saat menstruasi, yang mencakup perilaku menjaga kebersihan genitalia, seperti: mencuci genitalia dengan air bersih, menggunakan celana yang menyerap keringat, mengganti celana dalam, sering mengganti pembalut, mandi dua kali sehari (Pribakti, 2008).

Higiene pada saat menstruasi merupakan hal penting dalam menentukan kesehatan organ reproduksi remaja putri, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi. Oleh karena itu pada saat menstruasi seharusnya perempuan benar-benar dapat menjaga kebersihan organ reproduksi dengan baik, terutama pada bagian vagina, karena apabila tidak dijaga kebersihannya, maka akan menimbulkan mikroorganisme seperti bakteri, jamur dan virus yang berlebih sehingga dapat mengganggu fungsi organ reproduksi (Indriastuti, 2009). Tujuan dari perilaku *higiene* menstruasi ini yakni untuk menjaga kesehatan dan kebersihan individu sehingga dapat menciptakan kesehatan secara fisik maupun psikis yang akhirnya meningkatkan derajat kesehatan dan kesejahteraan khususnya pada kaum remaja putri. Jamur dan bakteri banyak tumbuh dalam kondisi tidak bersih dan lembab.

Organ reproduksi merupakan daerah tertutup dan berlipat, sehingga lebih mudah untuk berkeringat, lembab dan kotor. Perawatan saat menstruasi perlu dilakukan karena pada saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim sangat mudah sekali terkena infeksi. Kebersihan harus sangat dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi. Pembalut tidak boleh dipakai lebih dari 6 jam atau harus diganti sesering mungkin bila sudah penuh oleh darah menstruasi (Aryani, 2010). Masalah reproduksi pada remaja perlu mendapat penanganan serius karena masalah tersebut paling banyak muncul di negara berkembang dan beriklim tropis seperti Indonesia karena kurangnya informasi, sikap, niat dan lain-lain serta tingkat kelembapan iklimnya (Yusiana, dkk. 2016).

2. KAJIAN PUSTAKA

2.1 Perilaku *Higiene* Menstruasi

Personal *higiene* berasal dari bahasa Yunani yaitu personal yang artinya perorangan dan *higiene* berarti sehat. Kebersihan perorangan adalah suatu usaha memelihara kebersihan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis (Tarwoto dan Wartonah, 2010). Perilaku personal *higiene* menstruasi adalah perilaku yang berkaitan dengan tindakan untuk memelihara kesehatan dan upaya menjaga kebersihan pada daerah kewanitaan saat menstruasi, perilaku tersebut mencakup; menjaga kebersihan genitalia, seperti mencucinya dengan air bersih, menggunakan celana yang menyerap keringat, mengganti celana dalam, sering mengganti pembalut, mandi dua kali sehari (Pribakti, 2008). *Higiene* adalah ilmu yang berkenaan dengan masalah kesehatan berbagai usaha untuk mempertahankan atau memperbaiki kesehatan (Manuaba, 2011). Menurut Patricia (2005) personal *higiene* menstruasi merupakan peningkatan kesehatan melalui implementasi tindakan *higiene* yang dapat dilakukan saat menstruasi. Tujuan dari perawatan selama menstruasi untuk pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan selama masa menstruasi sehingga mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta dapat meningkatkan derajat kesejahteraan (Patricia, 2005). Berdasarkan uraian di atas, perilaku personal *higiene* menstruasi adalah perilaku individu yang berkaitan dengan tindakan untuk memelihara kesehatan dan mengupayakan kebersihan pada daerah kewanitaan saat menstruasi. Perilaku tersebut mencakup;

menjaga kebersihan genitalia, seperti mencucinya dengan air bersih, menggunakan celana yang menyerap keringat, mengganti celana dalam, sering mengganti pembalut, mandi dua kali sehari.

Indikator perilaku personal *higiene* menstruasi menurut Kusmiran (2012), sebagai berikut:

- a. Saat menstruasi wanita lebih berkeringat dibanding dengan hari-hari biasanya. Oleh karena itu, agar tubuh tetap segar dan bebas dari bau badan harus rajin merawat tubuh dengan mandi yang bersih dan mencuci rambut minimal dua hari sekali.
- b. Membersihkan bekas keringat yang ada di sekitar alat kelamin secara teratur dengan air bersih, lebih baik menggunakan air hangat, dan sabun lembut dengan kadar soda rendah terutama setelah buang air besar (BAB) dan buang air kecil (BAK).
- c. Menggunakan air bersih saat mencuci vagina. Tidak perlu sering menggunakan sabun khusus pembersih vagina ataupun obat semprot pewangi vagina (*douching*).
- d. Pemakaian pembalut tidak boleh lebih dari enam jam dan diganti sesering mungkin bila sudah penuh oleh darah. Hal ini dikarenakan pembalut juga menyimpan bakteri jika lama tidak diganti.

Patricia (2005) menyatakan bahwa indikator perilaku personal *higiene* menstruasi meliputi:

- a. Perawatan kulit dan wajah
- b. Kebersihan rambut
- c. Kebersihan tubuh dan organ genital
- d. Kebersihan pakaian sehari-hari
- e. Penggunaan pembalut

Faktor-faktor yang mempengaruhi Perilaku Personal *Higiene* Menstruasi Menurut Tarwoto dan Wartonah (2010), faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku personal *higiene* menstruasi yaitu:

1. Citra tubuh
2. Praktik sosial
3. Tingkat ekonomi
4. Pengetahuan tentang menstruasi
5. Budaya
6. Kebiasaan seseorang
7. Kondisi fisik

2.2 Pengetahuan Menstruasi

Pengetahuan adalah hasil dari tahu setelah orang mengadakan pengindraan terhadap suatu obyek tertentu. Pengindraan terhadap obyek terjadi melalui Panca Indera manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2011). Pendapat yang hampir sama dikemukakan oleh Suparman, (2012) bahwa pengetahuan berkenaan dengan ingatan atau pengenalan terhadap suatu objek dan pengembangan kemampuan intelektual dan keterampilan berpikir. Penelitian ini menggunakan pengetahuan tentang menstruasi. Pengertian menstruasi atau haid adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium (Proverawati dan Misaroh, 2009). Hal senada juga dikemukakan oleh Kinanti (2010) bahwa menstruasi atau haid adalah mengacu kepada pengeluaran secara periodik darah dan sel-sel tubuh dari vagina yang berasal dari dinding rahim wanita. Berdasarkan pengertian pengetahuan, serta menstruasi yang diungkapkan oleh beberapa ahli tersebut, maka pengetahuan tentang menstruasi adalah hasil tahu seseorang setelah orang mengadakan pengindraan terhadap proses pengeluaran secara periodik darah dan sel-sel tubuh dari vagina yang berasal dari dinding rahim Wanita (Futri, 2017).

Tingkatan pengetahuan menstruasi menurut Notoatmodjo (2011), mengemukakan tingkatan pengetahuan tentang menstruasi di dalam domain kognitif, mencakup 6 tingkatan, yaitu: Tahu, Memahami, Aplikasi, Analisis, Sintesis dan Evaluasi. Materi yang perlu diketahui tentang menstruasi Proverawati dan Misaroh (2009) mengemukakan beberapa materi yang perlu diketahui tentang menstruasi untuk remaja yaitu sebagai berikut : Pengertian menstruasi, siklus menstruasi, faktor-faktor yang mempengaruhi menstruasi, gangguan menstruasi dan hal yang harus dilakukan ketika menstruasi.

3. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data dalam satu kali pada satu waktu yang dilakukan pada variabel terikat dan variabel bebas (Alimul, 2014). Pendekatan ini digunakan untuk melihat perbedaan antara variabel satu dengan variabel yang lain yaitu di observasi perilaku *higiene* menstruasi pada remaja putri di salah satu SMP yang ada di Kabupaten Buleleng Bali. Pengumpulan data

melalui metode wawancara menggunakan kuesioner. Untuk mengetahui adanya perbedaan sikap dan pengetahuan terhadap perilaku *higiene* menstruasi pada remaja putri yang tinggal di pedesaan dan perkotaan, yang berskala nominal. Analisis normalitas menggunakan uji *Shapiro wilk* dan uji homogenitas menggunakan *Levene's test*. Data berdistribusi normal namun tidak homogen maka menggunakan uji statistik nonparametrik dengan *independent t test* dengan taraf kemaknaan ($\alpha < 0,05$) sebagai uji beda. Data responden akan dikelompokkan menurut usia, selanjutnya akan dibandingkan antara remaja putri yang menempuh pendidikan di sekolah menengah pertama (SMP) yang berada di pedesaan dan perkotaan. Pengolahan data dilakukan menggunakan program SPSS 21' For Windows 2010 (Ghozali, 2012).

4. TEMUAN DAN DISKUSI

4.1 Temuan

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Dan Usia Menarche

No	Usia	SMP Desa		SMP Kota	
		f	%	f	%
1	14 tahun	8	40	9	39.13
2	15 tahun	12	60	0	0
3	16 tahun	0	0	14	60.86
Total		20	100	23	100

No	Usia menarche	SMP Desa		SMP Kota	
		f	%	f	%
1	12 tahun	4	20	10	43.47
2	13 tahun	14	70	7	30.43
3	14 tahun	2	10	2	8.69
4	15 tahun	0	0	4	17.39
Total		20	100	23	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa jumlah remaja di SMP pedesaan yang berusia mayoritas 15 tahun sekitar 60%, dan tidak ada yang berusia 16 tahun sekitar 60.89%. SMP di Kota didapatkan usia remaja terbanyak saat duduk dibangku sekolah menengah pertama adalah usia 16 tahun. Usia saat pertama kali menstruasi di SMP Desa yang terbanyak pada usia 13 tahun yaitu sebagian besar (70%). SMP Kota usia menarche terbanyak pada usia 12 tahun (43.47%). Ini menunjukkan bahwa SMP di kota lebih cepat mengalami menstruasi dibandingkan dengan siswi SMP di desa.

Tabel 2. Perbedaan Responden Berdasarkan Sikap Remaja Terhadap Hygine Menstruasi

No	Katagori sikap	SMP desa		SMP kota		Sig/ p Value
		f	%	f	%	
1	Baik	19	95	20	86.95	0.135 0.124
2	Buruk	1	5	3	13.04	
Total		20	100	23	100	

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa sikap atau perilaku *higiene* menstruasi pada siswi atau remaja SMP di Desa mayoritas baik yaitu 19 orang atau hampir seluruhnya (95%), begitu pula dengan siswi remaja di SMP kota sebanyak 20 orang dengan persentase sebesar 86.95% baik. Hasil analisis menggunakan *independent t test* didapatkan nilai signifikansi $p = 0.124 > 0.05$ yang menandakan bahwa tidak ada perbedaan sikap antara siswi remaja di SMP pedesaan maupun perkotaan. Hal ini menunjukkan bahwa baik siswi di Desa maupun kota sama-sama memiliki perilaku *higiene* menstruasi yang baik. Namun jika dilihat dari presentasinya siswi di Desa memiliki perilaku *higiene* menstruasi yang lebih baik dibandingkan siswi remaja SMP di kota.

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Hygine Menstruasi

No	Katagori	SMP desa	SMP kota	p
----	----------	----------	----------	---

	pengetahuan	f	%	f	%	
1	Baik	18	90	19	82.60	0.325
2	Tidak baik	2	10	4	17.39	0.320
Total		20	100	23	100	

Berdasarkan tabel 4.3, diketahui bahwa pengetahuan pada siswi remaja SMP didesa mayoritas baik yaitu sebanyak 18 orang atau hampir seluruhnya (90%), begitu pula pada siswi remaja di kota diketahui sebanyak 19 orang (82.60%) memiliki pengetahuan yang baik. Hasil analisis menunjukkan nilai $p > 0.05$ sehingga tidak signifikan adanya perbedaan antara siswi SMP di desa maupun kota. Ini menunjukkan bahwa baik siswi remaja SMP di pedesaan maupun diperkotaan sama-sama memiliki pengetahuan yang baik mengenai menstruasi dan pola kebersihan saat menstruasi.

4.2 Diskusi

Dari hasil penelitian dan analisis data diketahui bahwa tidak ada perbedaan dalam pengetahuan dan sikap pada *higiene* menstruasi remaja putri yang ditinjau pada siswi-siswi SMP yang ada disalah satu sekolah menengah pertama yang ada di pedesaan dan perkotaan di Kota Singaraja Kabupaten Buleleng Bali. Hal tersebut kemungkinan disebabkan karena kaum remaja telah sadar dan peduli dengan kebersihan dirinya sendiri. Walaupun berada pedesaan yang awalnya kita pandang jauh dari fasilitas yang memadai dan jauh dari sumber informasi, sehingga menyebabkan informasi tentang kesehatan organ kewanitaan dan kebersihan organ tersebut saat menstruasi menjadi buruk, namun yang terjadi malah sebaliknya bahwa remaja yang tinggal di Desa pun sudah memahami konsep dan memiliki perilaku yang baik dalam menjaga kebersihan organ intim mereka. Ini membuktikan bahwa tidak ada perbedaan penerimaan informasi antara remaja yang ada di pedesaan dan perkotaan.

Dari hasil penelitian baik remaja yang ada di pedesaan maupun perkotaan sama-sama memiliki pengetahuan dan sikap yang baik dalam menjaga kebersihan organ kewanitaan saat mengalami menstruasi. Selain itu dukungan keluarga dan orang tua serta informasi dari teman sebaya juga diketahui dapat menjadi faktor pendukung terjadinya peningkatan perilaku kebersihan remaja ketika menstruasi. Berdasarkan hasil penelitian Suryati (2012), mengatakan bahwa faktor yang menjadi penentu kebersihan saat menstruasi adalah teman sebaya. Dengan demikian perilaku kebersihan saat menstruasi berhubungan erat dengan teman sebaya, ketersediaan fasilitas alat pembersih, sikap dan pengetahuan. Faktor yang paling dominan mempengaruhi perilaku kebersihan saat menstruasi adalah teman sebaya hal ini ditunjukkan dengan nilai $OR = 2,963$ artinya dukungan teman sebaya 2,963 kali berpengaruh baik terhadap perilaku kebersihan saat menstruasi dibandingkan dengan responden yang tidak mendapat dukungan dari teman sebaya.

Dari hasil penelitian ini diketahui bahwa remaja putri rutin mengganti pembalut perhari, menggunakan pakaian alam yang menyerap keringat dan melakukan cebok pada vagina dengan baik yang benar. Walaupun memang masih ada beberapa remaja yang ada di perkotaan tidak membersihkan vagina dengan baik dan benar, namun dari segi pengetahuan remaja tersebut tahu bagaimana cara membersihkan vagina/ cebok yang benar. Hal ini disebabkan karena remaja tersebut merasa malas melakukannya, dan merasa agak jijik memegang vagina ketika menstruasi. Kemungkinan ini disebabkan karena remaja tersebut kurang memahami informasi tentang organ reproduksi dan siklus terjadinya menstruasi termasuk asal darah yang keluar tersebut. Darah yang keluar saat menstruasi merupakan jaringan dari dinding endometrium yang mengalami transudasi dari hormon estrogen dan progesteron serta lendir vagina, dimana setiap bulannya akan mengalami proses peluruhan jika tidak terjadi pembuahan.

Remaja hendaknya tidak hanya diberikan informasi secara nonformal tetapi juga secara formal dengan pelajaran inti di sekolah seperti pelajaran mengenai kesehatan reproduksi remaja, karena di SMP pelajaran ini masih sangat jarang ditemukan bahkan belum diberikan dan masuk dalam kurikulum pembelajaran. Agar siswa dapat terhindar dari masalah kesehatan reproduksi, maka remaja hendaknya diberikan pemahaman dan berbagai keterampilan, di antaranya keterampilan hidup (*life skills*) dalam bidang kesehatan reproduksi yang mencakup kemampuan untuk tumbuh dan berkembang secara fisik, mental, emosional, dan spiritual. Keterampilan hidup sebaiknya diajarkan sedini mungkin agar risiko TRIAD KRR yang dihadapi remaja seperti saat ini akan dapat diatasi dengan lebih efektif (Muadz, dkk., 2008).

Kesehatan siswa, termasuk kesehatan reproduksi mutlak diperlukan. Sumber informasi siswa tentang KRR yang paling banyak didapatkan dari media, kemudian dari guru (Suharyo, 2009). Pendidikan kesehatan reproduksi remaja di sekolah merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan derajat kesehatan siswa. Hal ini sesuai dengan Undang-undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, yang menyatakan bahwa untuk mencapai tujuan nasional pendidikan diperlukan

sumber daya manusia yang berkualitas yang antara lain diwujudkan dengan menciptakan lingkungan pendidikan sehat bagi peserta didik (Catio, 2009). Banyak penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan remaja tentang seksualitas dan kesehatan reproduksi masih rendah (Muzzayanah, 2008; Noviasari, dkk., 2008; Catio, 2009; Prameswara, 2009, dan Zahra, 2010). Rendahnya pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi remaja (KRR) merupakan salah satu risiko bagi remaja untuk mengalami masalah KRR. Beberapa materi KRR yang seharusnya diketahui oleh siswa (remaja) sudah ada pada mata pelajaran IPA (Biologi). Materi KRR diberikan pada mata pelajaran IPA (Biologi) di kelas VIII dan IX. Materi KRR juga diberikan pada mata pelajaran BK, dan kegiatan ekstrakurikuler KS-PAN dan PMR, tetapi pemberian materi yang terpisah-pisah, kurang sistematis, dan tidak ada koordinasi di antara mata pelajaran dapat menimbulkan kebingungan pada siswa. Kondisi seperti ini akan mendorong siswa untuk mencari informasi pada sumber lain yang belum tentu benar (Muzzayanah, 2008). Dalam Krishnan, (2011) dan Eggen dan Kauchak (2012) dikemukakan bahwa pembelajaran berbasis masalah menggunakan masalah sebagai fokus untuk mengembangkan keterampilan pemecahan masalah, bekerja sama (kolaborasi), berkomunikasi, dan memahami materi yang dipelajari. Ini berarti bahwa pembelajaran dengan pemecahan masalah KRR tersebut akan meningkatkan hasil belajar sikap, sehingga sikap reproduksi siswa menjadi lebih positif. Strategi pembelajaran yang digunakan belum melatih keterampilan hidup terkait KRR dan belum membelajarkan sikap reproduksi sehat. Kendala yang dihadapi sekolah dalam Pembelajaran KRR adalah menentukan strategi pembelajaran yang sesuai untuk melatih keterampilan hidup dan pembelajaran sikap, buku sumber, waktu, dan biaya (Citrawathi dkk., 2014).

Dari hasil penelitian diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap *higiene* menstruasi pada siswa remaja putri. Dari data menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan yang dimiliki maka sikap dalam perilaku *higiene* saat menstruasi juga akan semakin baik. Personal *higiene* pada saat menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, namun merupakan sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif terhadap perilaku yang terkait dengan keadaan menstruasi (Indriastuti, 2009). Banyak faktor yang berpengaruh terhadap personal *higiene* selama menstruasi. Diantara faktor tersebut yakni pengetahuan individu (Bujawati dkk., 2017). Hal ini didukung oleh penelitian Rahmawati (2011) bahwa pengetahuan tentang menstruasi berpengaruh terhadap perilaku personal *higiene* selama menstruasi pada siswi remaja. Hal yang sama juga diperoleh dari hasil penelitian Suryati (2012) yang mengungkapkan terdapat beberapa faktor yang berperan dalam perilaku kebersihan remaja saat menstruasi, diantara faktor tersebut yakni pengetahuan. Hal tersebut juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Prasetya (2014), bahwa pengetahuan menstruasi memiliki hubungan yang signifikan dengan personal *higiene* selama masa menstruasi pada remaja (siswa kelas X SMA).

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat ditentukan simpulan dalam penelitian ini adalah: Tidak Ada perbedaan antara sikap dan pengetahuan dari *hygiene* menstruasi pada remaja putri di SMP pedesaan dan perkotaan dengan taraf signifikansi $P= 0.135$ dan $P= 0.325$, namun ada perbedaan yang cukup kecil pada pengetahuan dan sikap pada perilaku *hygiene* menstruasi di desa ternyata lebih baik dibandingkan remaja di perkotaan.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih ditunjukkan kepada lembaga Universitas Pendidikan Ganesha dan Lembaga penelitian dan pengabdian pada masyarakat (LP2M) Undiksha yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk dapat menyelesaikan artikel penelitian ini.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Alimul, H.A. 2014. *Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisa Data*. Surabaya : Salemba Medika.
- Ariyani, I. 2010. Aspek Biopsikosial Hygiene Menstruasi Siswi SMP Pondok Pesantren. Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Jakarta.
- Astuti, Lilis Puji, Nur Setiawati, dan Yuni Puji Widiastuti. 2016. Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Dengan Perilaku Personal Hygiene Organ Reproduksi Di Smp Negeri 3 Kendal.
- BKKBN. 2011. Kajian Profil Penduduk Remaja. Jakarta: Pusat Penelitian Dan Pengembangan kependudukan.
- Clement, I. 2012. *Manual of Community Health Nursing*. India: Jaypee Brothers Medical Publishers.
- Departemen Kesehatan RI, Ditjen Binkesmas. 2001. *Kesehatan Reproduksi di Indonesia*. Dalam Lokakarya Nasional Kesehatan Reproduksi di Hotel Presiden Jakarta.
- Fajar, I., Isnaini, D., Pudjirahayu, A., Amin, I., Sunindya, B., Aswin, A., Iwan, S. 2009. *Statistika Untuk Praktisi Kesehatan. Edisi Pertama*. Graha ilmu: Yogyakarta.

- Futri, D.N. 2017. Prilaku personal hygiene menstruasi. Bab II. <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/1753/2/BAB%20II.pdf>. [diunduh 25 Januari 2020].
- Ghozali, H.I. 2013. *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 21*. Update PLS Regresi. Badan Penerbit Universitas Diponegoro: Semarang.
- Indriastuti. (2009). Hubungan antara Pengetahuan kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Hygienis Remaja Putri pada saat Menstruasi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Komalassari, O. 2015. faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku remaja terhadap personal hygiene (genetalia) saat menstruasi di sman 2 cikarang utara. *Jurnal Ilmiah Keperawatan STIKes Medika Cikarang*.
- Kusmiran, Eny. 2012. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba.
- Latifah, N. 2017. Gambaran Perilaku Hygiene Menstruasi pada Siswi SMKN 8 Kota Bekasi. *Jurnal kedokteran dan kesehatan*. Universitas muhammadiyah jakarta. Vol. 13, No 1.
- Manuaba, I.B.G 2011. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : Cipta Pustaka.
- Misery, L & Sonja, S. 2010. *Pruritus*. London: Springer. 2010.
- Notoatmodjo, S. 2011. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Patricia. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan konsep Edisi 4*. Jakarta: EGC.
- Pribakti, B. 2010. *Panduan Praktis Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : Sagung Seto.
- Priyitno, S. 2014. *Buku Lengkap Kesehatan Organ Reproduksi Wanita*. Akarta Selatan: Saufa.
- Proverawati, A & Misaroh 2009. *Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Puspitaningrum, D. 2010. *Praktik Perawatan Organ Genitalia Eksternal pada Anak Usia 10-11 Tahun yang Mengalami Menarche Dini di Sekolah Dasar Kota Semarang*. Jurusan Kebidanan Universitas Muhammadiyah, Semarang. http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/128/jt_ptunimus-gdl-dewi_puspit_-6364-1dewipus-m.pdf. [Diakses 1 Februari 2020].
- Qomariah, dkk. 2000. *Infeksi Saluran Reproduksi pada Perempuan Indonesia*. Pusat Komunikasi Kesehatan Berperspektif Jender, Jakarta.
- Rahmatika, Dwi. *Pengaruh Pengetahuan dan Sikap Tentang Personal hygiene Saat Menstruasi Terhadap Tindakan Personal hygiene Remaja Putri Pada Saat Menstruasi di SMK Negeri 8 Medan*. [Online] 2011. [Diakses: 1 Februari 2020.]
- Suryati, B. 2012. Perilaku Kebersihan Remaja Saat Menstruasi. *Jurnal Health Quality*. Poltekkes Kemenkes Jakarta I Jurusan Keperawatan Vol 3, No 1.
- Tartowo dan Wartonah. (2010). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- World Health Organization. 2007. The World Health Report 2007-A Safer Future: Global Public Health Security inTthe 21st Century. <http://www.who.int/whr/2007/en/index.html>. [Diakses 30 Januari 2020].
- Yusiana, M. A. 2016. Perilaku Personal Hygiene Remaja Puteri Pada Saat Menstruasi. *Jurnal STIKES Medan*. Vol. 9, No.1.
- Yusuf, Y., Kundre, R., Rompas, S. 2014. Hubungan Pengetahuan Menarche dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche di SMP Negeri 3 Tidore Kepulauan. *Jurnal*. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5272>. [Diakses 30 Januari 2020].