

Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Tentang *Personal hygiene* Saat Menstruasi Pada Siswi SMP Ma'arif Gamping

Siti Nurlaeli¹, Nurul Mahmudah²

^{1,2} Kebidanan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Email: ¹lailyfathina22@gmail.com, ²nurulmahmudah@unisayogya.ac.id

Email Penulis Korespondensi: lailyfathina22@gmail.com

Article History:

Received Jan 2st, 2025

Accepted Feb 10th, 2025

Published Feb 11th, 2025

Abstrak

Personal hygiene dapat dikatakan salah satu faktor terjadinya ISR (Infeksi Saluran Kemih) dan terjadinya kanker serviks pada Wanita. Dari data yang didapat *personal hygiene* yang buruk paling tinggi berada dikota sleman yaitu sebesar 52% ini dikarenakan remaja yang tidak tau tentang konsep *personal hygiene* yang benar saat menstruasi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP Ma'arif Gamping. Metode penelitian ini menggunakan *pre eksperiment* desain dengan pendekatan *Pretest-Posttest*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 31 responden siswi kelas VII dan VIII SMP Ma'arif Gamping dengan Teknik Sampling *Total Sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan Kuesioner. Hasil penelitian menggunakan uji statistik *Wilcoxon* menunjukkan pengetahuan dan nilai *p value* = 0.001, *Z*= -3.416. Hal ini menunjukkan bahwa nilai $p \leq \alpha$ (0.05) artinya ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP Ma'arif gamping. Dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan pada siswi-siswi SMP Ma'arif Gamping.

Kata Kunci : Penyuluhan, *Personal hygiene*, Menstruasi, Perempuan, Remaja

Abstract

Personal hygiene is a key factor in preventing various health issues, including urinary tract infections (UTIs) and cervical cancer in women. Data collected from the Sleman region indicate that 52% of individuals exhibit poor personal hygiene, with adolescents being particularly vulnerable. One contributing factor is the lack of knowledge regarding proper personal hygiene practices during menstruation. Objective: This study aims to assess the effect of counseling on the knowledge of personal hygiene during menstruation among female students at SMP (Junior High School) Ma'arif, Gamping. Methods: A pre-experimental design with a pretest-posttest approach was employed in this study. The sample consisted of 31 female students from grades VII and VIII of SMP Ma'arif Gamping, selected using the total sampling technique. Data were collected through a structured questionnaire. The Wilcoxon signed-rank test was used for statistical analysis of the pretest and posttest results. Findings: The statistical analysis revealed a *p*-value of 0.001 (*Z* = -3.416), which is less than the significance level of 0.05. This indicates a significant improvement in knowledge about personal hygiene during menstruation following the counseling intervention. Conclusion: The study concluded that counseling significantly increased the knowledge of female students at SMP Ma'arif Gamping regarding personal hygiene during menstruation.

Keywords : Counselling, *Personal hygiene*, Menstruation, Female, Adolescents

1. PENDAHULUAN

Personal hygiene merupakan tindakan dalam memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik maupun psikis. Sedangkan *personal hygiene* menstruasi merupakan



peningkatan kesehatan melalui implementasi tindakan *hygiene* yang dapat dilakukan saat menstruasi untuk pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan selama masa menstruasi sehingga mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta dapat meningkatkan derajat kesehatan. Seseorang yang tidak menjaga *hygiene* yang baik saat menstruasi akan mudah mengalami infeksi alat reproduksi [1]

Berdasarkan hasil survei Badan Perencana Pembangunan Nasional (BKKBN) tentang *personal hygiene* menstruasi yang buruk yaitu berada di kota Yogyakarta 7%, Bantul 31 %, Kulon Progo 27 %, Gunung kidul 34 %, Sleman 52 %. Sleman memiliki *hygiene* menstruasi yang buruk dan menunjukkan bahwa 83% remaja tidak tau tentang konsep *personal hygiene* saat menstruasi yang benar, 61,8% tidak tau persoalan sekitar masa subur dan masalah haid, 40,6% tidak tau resiko kehamilan remaja, dan 42,4% tidak tau dengan resiko PMS [2]

Dampak yang sering terjadi akibat kurangnya *personal hygiene* menstruasi akan mengakibatkan area genitalia mengalami infeksi, gatal-gatal, kemerahan pada area sekitar, keputihan, dan timbulnya bau tidak sedap. Akibat lainnya yang muncul jika tidak menjaga kebersihan bagian genitalia pada saat menstruasi, remaja beresiko mengalami demam, terjadi peradangan pada area vagina, mengalami keputihan, dan bagian bawah perut akan terasa sakit serta terasa panas, apabila hal ini berlangsung lama, akan menimbulkan ISR (Infeksi Saluran Reproduksi) yang tentunya menjadi risiko besar terkena kanker pada leher rahim. Dampak-dampak lainnya yang terjadi akibat kurang menjaga *hygiene* menstruasi jika tidak diperhatikan secara terus menerus akan memicu terjadinya kanker serviks. Kanker tersebut disebabkan oleh Human Papilloma Virus (HPV) yang berkembang biak di dalam organ kelamin wanita. Hal ini dapat terjadi karena area sekitar kelamin yang lembab karena kurangnya *hygiene* menstruasi [3]

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa adanya pemberian penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi mampu meningkatkan pengetahuan siswi, dengan hasil signifikan pada peningkatan nilai pengisian kuesioner setelah intervensi [4]. Berdasarkan studi pendahuluan di SMP Ma'arif Gamping yang dilakukan pada bulan Maret 2024 dengan mewawancarai 10 siswi menunjukkan bahwa 70% remaja putri tidak mengetahui kebersihan menstruasi dan belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi, 27% mengatakan tidak mengeringkan vagina setelah BAB dan BAK dan mengatakan tidak mengganti pembalut setiap 4 jam, dan 3% siswi mengetahui tentang *personal hygiene* saat menstruasi dari media sosial (seperti: Instagram, facebook, twiter, dan tiktok). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk meneliti pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP Ma'arif Gamping.

2. METODOLOGI PENELITIAN

2.1 Tahapan Penelitian

2.1.1 Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan rancangan pre-eksperimen (*pre-eksperiment* desain) Bentuk pendekatan menggunakan *One-Group Pretest-Posttest*. Teknik sampling menggunakan Total Sampling dengan menggunakan uji *Wilcoxon* untuk menganalisis pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP Ma'arif Gamping.

2.1.2 Populasi dan Sampel

Populasi dan sampel dari penelitian ini adalah Siswi SMP Ma'arif Gamping yang berjumlah 31 responden. Sampel ditentukan dengan teknik total sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.

2.1.3 Waktu dan Tempat penelitian

Penelitian dilakukan pada bulan Agustus 2024 di SMP Ma'arif Gamping.

2.1.4 Variabel Penelitian

Variabel bebas adalah penyuluhan, sementara variabel terikat adalah pengetahuan.

2.1.5 Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan data primer yaitu sumber data primer yaitu sumber yang langsung memberikan data atau informasi kepada pengumpul. Data primer diperoleh peneliti dari siswi yang menjadi subyek dengan mengisi identitas dan kuisisioner dengan cara mencentang pada jawaban yang diketahui dengan pengetahuan responden.

Untuk penyuluhan tentang Kesehatan Reproduksi Remaja menggunakan LCD, Power Point, Microphone dan Satuan Acara Penyuluhan (SAP) dengan materi Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Tentang *Personal hygiene* saat Menstruasi Pada Siswi SMP Ma'arif Gamping. Alat yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini baik untuk pretest maupun posttest adalah kuisisioner yang berisi beberapa pertanyaan yang mengacu pada variabel bebas dan terikat.

2.1.6 Pengolahan Data dan Analisa Data

Data diolah melalui langkah-langkah editing, coding, entry data, dan cleaning. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Uji normalitas data menggunakan uji *kolmogrov-smirnov*, dan uji hipotesis dilakukan dengan jika data tidak berdistribusi normal, atau bisa juga menggunakan *paired t-test* jika datanya tidak terdistribusi normal.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bagian ini berisi hasil dan pembahasan dari topik penelitian, yang bisa di buat terlebih dahulu metodologi penelitian. Bagian ini juga merepresentasikan penjelasan yang berupa penjelasan, gambar, tabel dan lainnya. Banyaknya kata pada bagian ini berkisar.

3.1 Hasil

3.1.1 Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Distribusi Frekuensi Responden Menurut Usia Responden:

Tabel 1 Frekuensi Karakteristik Umur Responden

Umur	Frekuensi	%
12 Tahun	6	19,4
13 Tahun	12	38,7
14 Tahun	8	25,8
15 Tahun	5	16,1
Jumlah	31	100

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa karakteristik dari 31 responden yang berumur 12 tahun sebanyak 6 responden (19,4%), yang berumur 13 tahun sebanyak 12 responden (38,7%), yang berumur 14 tahun sebanyak 8 responden (25,8%) dan yang berumur 15 tahun sebanyak 5 responden (16,1%). Dari data karakteristik umur responden

dalam penelitian ini paling banyak adalah remaja yang berusia 13 tahun dengan presentase 38,7 % atau sebanyak 12 orang.

- b. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pengetahuan siswi putri tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan *personal hygiene*.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi responden berdasarkan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan *personal hygiene*

Variabel	Pre-Test		Post-Test		Asymp.Sig (2-tailed)
	Frekuensi (N)	Persentase (%)	Frekuensi (N)	Persentase (%)	
Baik	4	12.9	15	48.4	.001
Cukup	14	45.2	11	35.5	
Kurang	13	41.9	5	16.1	
Total	31	100.0	31	100.0	

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui distribusi frekuensi tingkat pengetahuan remaja kelas VII dan VIII di SMP Ma'arif Gamping sebelum diberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* menunjukkan bahwa 31 siswi masih kurang memadai yaitu dengan nilai cukup sebanyak 14 responden (45.2%), kemudian dengan nilai kurang sebanyak 13 responden (41.9%) dan dengan nilai baik sebanyak 4 responden (12.9%).

Tetapi pada saat setelah diberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi tingkat pengetahuan mereka meningkat yaitu dengan nilai kategori baik sebanyak 15 responden (48.5%), kemudian dengan kategori cukup sebanyak 11 responden dan dengan kategori kurang menurun menjadi 5 responden (16.1%).

3.1.2 Analisis Bivariat

Dari hasil perhitungan yang telah dilakukan dengan menggunakan uji normalitas didapatkan bahwa data yang diperoleh oleh peneliti terdistribusi tidak normal, sehingga data nilai pengetahuan siswi sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan akan dianalisa lebih lanjut menggunakan uji statistik Wilcoxon. Untuk mengetahui pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Ma'arif Gamping dengan menggunakan *pretest* dan *posttest*. Dilakukan dengan menggunakan analisis uji *Wilcoxon* pada tabel berikut:

Tabel 3 Hasil uji data dengan menggunakan uji statistik Wilcoxon

		Responden (N=31)	Mean Rank	Z	Asymp.Sig (2-tailed)
Post-Pre	Negatif Rank	.0 ^a	.00		
Pengetahuan	Positif Rank	14 ^b	7.50	-3.416 ^b	.001
	Ties	17 ^c			

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 4. diatas diketahui bahwa hasil analisis data yaitu bahwa nilai mean negative .00 dan positif 7.50 dengan nilai Z pengetahuannya= -3.416, p-value $.001 \leq 0.05$ yang dapat disimpulkan bahwa peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikannya penyuluhan sebesar 7.50 sehingga ada pengaruh penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP Ma'arif Gamping.

3.2 Pembahasan

3.2.1 Tingkat pengetahuan siswi kelas VII dan VIII sebelum diberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 31 responden siswi kelas VII dan VIII dengan membagikan kuesioner sebelum diberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi didapatkan hasil tabel 4.3 frekuensi nilai pengetahuan siswi kelas VII dan VIII sebelum diberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi menunjukkan bahwa 31 siswi masih kurang memadai yaitu dengan nilai cukup sebanyak 14 responden (45.2%), kemudian dengan nilai kurang sebanyak 13 responden (41.9%) dan dengan nilai baik sebanyak 4 responden (12.9%) dengan pengetahuan dalam menjawab kuesioner terendah yaitu pertanyaan di nomor 12 sebesar 11 (35.5%) dan yang paling tertinggi ada pada pertanyaan nomor 13 sebesar 27 (87.1%). Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu faktor umur, pengalaman, pekerjaan, lingkungan, sosial budaya, informasi dan pendidikan [5]

Menurut temuan lain mengemukakan bahwa dalam melakukan peningkatan pengetahuan dapat dilakukan dengan cara mendengarkan penyuluhan kesehatan atau informasi dari orangtua, guru, media massa maupun cetak. Pengetahuan hasil seseorang didapatkan dari hasil interaksi di lingkungan sekitarnya seperti lingkungan sekolah memberikan pembelajaran tentang kesehatan reproduksi dan menyediakan fasilitas yang dapat menunjang pelaksanaan pendidikan kesehatan [6]

3.2.2 Tingkat pengetahuan siswi kelas VII dan VIII setelah diberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

Hasil penelitian pengetahuan setelah diberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi mengalami peningkatan yaitu yang memiliki nilai baik sebanyak 15 responden (48.4%), yang memiliki nilai cukup sebanyak 11 responden (35,5%) dan yang memiliki nilai kurang sebanyak 5 responden (16.1%). Dimana setelah diberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi tingkat pengetahuan mereka meningkat yaitu menjadi sebesar 15 responden (48.5%) dengan menjawab benar pertanyaan pada soal nomor 1 sebesar 31 (100%) dan paling rendah ada pada pertanyaan no. 12 hanya sebesar 6 (19%). Data tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswi tentang *personal hygiene* saat menstruasi, yang mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang adalah informasi yang diterima oleh seseorang dengan sumber informasi yang didapatkan dari beberapa sumber yang salah satunya adalah dari pendidikan kesehatan. Dalam melaksanakan penelitian selain menggunakan metode ceramah juga menggunakan media presentasi.

Berdasarkan data tabel 2 diketahui dari 31 responden yang mengikuti posttest yang memiliki nilai kategori baik meningkat menjadi 15 responden (48.4%) ini menandakan adanya peningkatan yang sangat signifikan dibandingkan dengan hasil pretest yang dimana mendapatkan nilai dengan kategori baik hanya sebesar 4 responden (12.9%). Seperti yang dikemukakan Pramono Miranto dan Paramita Astuti (2022) bahwa penyuluhan kesehatan merupakan semua kegiatan untuk memberikan dan atau meningkatkan pengetahuan, sikap

dan praktik dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri. Hal ini sejalan dengan penelitian lain, mengungkapkan bahwa setelah intervensi, semua siswi memiliki perbaikan yang signifikan dalam pengetahuan dan sikap tentang *personal hygiene* saat menstruasi ($p = 0.05$), hal ini menunjukkan bahwa intervensi penyuluhan meningkatkan pengetahuan siswi secara signifikan dan mengubah sikap positif [7]

3.2.3 Pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada Siswi SMP Ma'arif Gamping.

Tabel 4.5 menunjukkan bahwa penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi berpengaruh terhadap pengetahuan siswi kelas VII dan VIII. Hal ini dapat dilihat dari peningkatan frequency nilai sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan Dimana pada saat sebelum diberikan penyuluhan yang mendapatkan kategori baik hanya sebesar 4 responden (12.9%), yang memiliki nilai cukup sebesar 14 responden (45.2%) dan yang memiliki nilai kurang sebanyak 13 responden (41.9%). Setelah diberikan penyuluhan jumlah responden yang mendapatkan nilai dengan kategori baik berubah menjadi 15 responden (48,4%) dan yang memiliki nilai kurang menjadi 5 responden (16.1%) dimana dari data tersebut dapat dilihat bahwa responden yang memiliki nilai baik bertambah dengan selisih 11 responden (35,5%) yang mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Dan pada hasil uji statistik juga menunjukkan nilai $p\ value < 0.05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP Ma'arif Gamping. Peningkatan yang terjadi ini menyatakan bahwa individu menerima pengaruh dan bersedia bersikap menurut pengaruh itu dikarenakan pengetahuan tersebut sesuai dengan apa yang ia percayai dan sesuai dengan sistem nilai yang dianutnya [8]

Hal ini sesuai dengan penelitian lain, yang mengemukakan bahwa penyuluhan kesehatan reproduksi tentang *personal hygiene* saat menstruasi dapat memberikan pengaruh yang bermakna pada pengetahuan tentang *personal hygiene* khususnya pada saat menstruasi baik praktik perilaku dalam penanganan dan pencegahan penyakit saat menstruasi [9]

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian lain, mengemukakan bahwa penyuluhan kesehatan mempunyai pengaruh yang positif pada kesadaran tentang *personal hygiene* dan pengetahuan tentang sikap saat menstruasi. Artinya semakin baik penyuluhan kesehatan yang diberikan semakin baik pengetahuan seseorang terhadap *personal hygiene* saat menstruasi [10]

4. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan memang sangat berpengaruh pada pengetahuan. Dapat dilihat bahwa sebelum dilakukan penyuluhan penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi nilai *pretest* menunjukkan bahwa 31 siswi masih kurang memadai yaitu dengan nilai cukup sebanyak 14 responden (45.2%), kemudian dengan nilai kurang sebanyak 13 responden (41.9%) dan dengan nilai baik sebanyak 4 responden (12.9%) tetapi setelah diberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi nilai *posttest* mengalami peningkatan yaitu yang memiliki nilai baik sebanyak 15 responden (48.4%), yang memiliki nilai cukup sebanyak 11 responden (35,5%) dan yang memiliki nilai kurang sebanyak 5 responden (16.1%). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan pemberian penyuluhan terhadap pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP Ma'arif Gamping dengan nilai (Asymp. Sig. 2 tailed 0.001), yang berarti H_0 diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] R. Amallya Faj'ri, Sunirah, and F. H Wada, "Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang *Personal hygiene* Terhadap Perilaku Remaja Putri Saat Menstruasi," *J. Ilm. Keperawatan IMELDA*, vol. 8, no. 1, pp. 78–85, 2022, doi: 10.52943/jikeperawatan.v8i1.687.
- [2] BKKBN, "Data Dari Badan Pusat Statistik," 2017.
- [3] D. Irianti and L. Tiarahma, "Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Stikes Intan Martapura , Indonesia Tabel Berdasarkan tabel 1 , mayoritas responden berada pada rentang usia 13-14 tahun sebanyak 38 orang (63 , 3 %), dan usia menarche terbanyak pada," no. April, pp. 20–23, 2021.
- [4] Hanum, "Personal Hygine Saat Menstruasi," *urnal Ilm. Keperawatan*, no. 38, p. 6, 2019.
- [5] Notoatmodjo, *Metodologi Penelitian Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*, no. hal 140. Yogyakarta: Nuha Medika, 2018.
- [6] Y. Hermawan, "Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Lingkungan Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Pelaksanaan Kesehatan Lingkungan Smp Negeri Tambaksari Kecamatan Tambaksari Kabupaten Ciamis," *Bumi Lestari*, vol. 13, no. 1. pp. 166–173, 2019.
- [7] F. Reza, R. Saraswati, and J. Keperawatan STIKes Muhammadiyah Gombong, "Efektifitas Penyuluhan Kesehatan Oleh Peer Group Dan Tenaga Kesehatan Tentang Perilaku Hidup Bersih Sehat (Phbs) Cuci Tangan Bersih Pada Siswa Sd N 01 Dan 02 Bonosari Sempor Kebumen," *J. Ilm. Kesehat. Keperawatan*, vol. 8, no. 1, pp. 1–6, 2020.
- [8] A. Asnawi, H. Kamil, M. Marthoenis, M. Marlina, and E. M. Rahayunignsih, "Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Perawat Melalui Pelatihan Kredensial Profesi Keperawatan," *J. Telenursing*, vol. 3, no. 2, pp. 470–477, 2021, doi: 10.31539/joting.v3i2.2756.
- [9] P. Kebidanan, P. Sarjana, U. Kusuma, and H. Surakarta, "Pengaruh Edukasi Vidio Tentang Vulva *Hygiene* Terhadap Perilaku Vulva *Hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMPN 03 Bringin Semarang," 2021.
- [10] N. Kadek and A. K. Dewi, "Hubungan Tingkat Pengetahuan *Personal hygiene* Dengan Perilaku *Personal hygiene* Remaja Saat Menstruasi Di SMP Negeri 1 Kontamani.," *Naska Publ.*, no. 8.5.2017, pp. 2003–2005, 2022.