

Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Meningkatkan Pengetahuan Siswi Mengenai Kebersihan Sewaktu Menstruasi

Renonti Ridha Augesti¹, Menik Sri Daryanti^{2*}

¹Kebidanan Program Sarjana Terapan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

²Sarjana dan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

*Email: menikdaryanti@unisayogya.ac.id

Abstrak

Keywords:
Penyuluhan;
Kesehatan
Reproduksi;
Kebersihan;
Menstruasi

Masalah kesehatan reproduksi pada wanita merupakan masalah yang paling banyak ditemukan, dimana salah satunya adalah tentang perawatan organ-organ reproduksi. Upaya-upaya kesehatan reproduksi remaja yang perlu dilakukan adalah pemberian informasi kesehatan reproduksi dalam berbagai bentuk sedini mungkin yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan sehingga mampu memberikan pilihan kepada remaja untuk bertindak secara bertanggung jawab. Dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh penyuluhan kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan siswi mengenai kebersihan sewaktu menstruasi. Metode penelitian yang digunakan adalah pre experimental dengan desain on group pretest-posttest design. Sampel dalam penelitian ini adalah siswi kelas X SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta yang berjumlah 59 orang. Teknik sampling menggunakan purposive sampling. Analisa bivariat menggunakan paired t test. Hasil dalam penelitian ini pengetahuan siswi mengenai kebersihan sewaktu menstruasi pada siswi kelas X SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta meningkat dari 77,03 menjadi 91,28 setelah diberikan penyuluhan. Uji paired t test menghasilkan nilai signifikansi p value sebesar 0,000 dengan p value $0,000 < 0,005$, sehingga ada pengaruh yang signifikan antara penyuluhan kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan siswi mengenai kebersihan sewaktu menstruasi. Diharapkan remaja siswi dapat menyadari pentingnya merawat kebersihan organ reproduksi, terutama sewaktu menstruasi

1. PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi sama halnya dengan kesehatan pada umumnya yang merupakan hak setiap individu. Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang benar dan komprehensif diperlukan untuk mencapai kesehatan reproduksi tersebut. Pengetahuan tersebut dapat diperoleh melalui berbagai cara salah satunya dengan pendidikan. Pendidikan merupakan strategi yang efektif untuk memperoleh pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi. Pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi sangat diperlukan oleh masyarakat, khususnya remaja. Survei World Health Organization (WHO) tahun 2015, kelompok usia remaja (10-19 tahun) menempati seperlima jumlah penduduk dunia. Usia remaja merupakan usia yang paling rawan mengalami masalah kesehatan reproduksi seperti kehamilan usia dini, aborsi yang tidak aman, infeksi menular seksual (IMS) termasuk Human Immunodeficiency Virus (HIV), pelecehan seksual dan perkosaan.

Organ reproduksi adalah salah satu organ tubuh vital yang membutuhkan perawatan secara khusus. Perawatan yang tepat merupakan faktor penentu dalam merawat kesehatan reproduksi. Jamur dan bakteri banyak tumbuh dalam kondisi kurang bersih dan lembab. Organ reproduksi merupakan daerah tertutup dan berlipat, sehingga lebih mudah untuk berkeringat, lembab dan kotor. Perawatan sewaktu menstruasi perlu dilakukan karena pada saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim sangat mudah sekali terkena infeksi. Kebersihan harus dijaga karena kuman dengan mudah 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 [1].

Upaya-upaya kesehatan reproduksi remaja yang perlu dilakukan adalah pemberian informasi kesehatan reproduksi dalam berbagai bentuk sedini mungkin pada seluruh sekmen remaja, baik

diperkotaan maupun dipedesaan. Pemberian informasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan yang pada gilirannya mampu memberika pilihan kepada remaja untuk bertindak secara bertanggung jawab [2].

Pendidikan kesehatan reproduksi penting bagi remaja agar mereka mendapatkan informasi yang benar dan akurat mengenai masalah kesehatan reproduksi. Oleh karena itu perlu lebih sering diadakan kegiatan yang melibatkan remaja terutama dalam melakukan penyuluhan serta pendidikan kesehatan reproduksi. Dengan demikian remaja tidak perlu mencari tahu sendiri informasi mengenai masalah kesehatan reproduksi yang terkadang tidak dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya [3].

Minimnya pengetahuan dan informasi kesehatan reproduksi sering menjadi persoalan bagi remaja seperti ketidaktahuan cara menjaga organ genetalia sehingga remaja cenderung akan berperilaku yang buruk [4].

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode *pre eksperimen* dengan rancangan "*one-group pretest-posttest design*". Sampel yang digunakan adalah siswi kelas X SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta sebanyak 59 orang. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling*, yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Alat ukur yang digunakan adalah berupa kuesioner yang berisi pertanyaan untuk mengetahui pengetahuan siswi terkait kebersihan sewaktu menstruasi. Sedangkan untuk penyuluhan kesehatannya menggunakan LCD, Power Point, Microphone dan Satuan Acara Penyuluhan (SAP) dengan materi kebersihan sewaktu menstruasi. Untuk analisa bivariat menggunakan *paired t test*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada 59 siswi di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta diperoleh karakteristik responden sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Umur Responden

Umur	Frekuensi	%
15 tahun	12	20,3
16 tahun	40	67,8
17 tahun	7	11,9
Jumlah	59	100

Sumber : Data Primer (2019)

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa umur responden dalam penelitian ini sebagian besar adalah remaja yang berusia 16 tahun dengan presentase 67,8% atau 40 orang. Pada umur 16 tahun responden tergolong sebagai masa remaja pertengahan dimana kisaran umur 15 –18 tahun [5].

Perbedaan Peningkatan Nilai Pengetahuan

Uji beda ini mengetahui pengaruh penyuluhan kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan siswi mengenai kebersihan sewaktu menstruasi dan mengetahui hasil perbedaan dari data yang telah diperoleh *pretest* dan *posttest* kuisioner.

Tabel 2 Hasil Analisa Uji Paired t-test

Variabel	N	Pretest dan Posttest				
		Means	Selisih	Thitung	Ttabel	Pvalue
Nilai Pengetahuan Sebelum Penyuluhan	59	77.03	14.25	-27.863	-2.045	0.00
Nilai Pengetahuan Setelah Penyuluhan	59	91.28				

Sumber : Data Primer (2019)

Berdasarkan data tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa nilai pengetahuan pada siswi kelas X di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta sebelum diberikan penyuluhan kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan siswi mengenai kebersihan sewaktu menstruasi sebesar 77.03 sedangkan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan siswi mengenai kebersihan sewaktu menstruasi sebesar 91.28 sehingga selisih yang didapatkan dari kedua rata-rata tersebut antara *pretest* dan *posttest* adalah sebesar 14.25. Data diatas menunjukkan $T_{hitung} = -27.863$ dengan nilai signifikan P_{value} yang diperoleh adalah 0.00, sehingga dapat dikatakan bahwa penyuluhan kesehatan reproduksi dapat meningkatkan pengetahuan siswi mengenai kebersihan sewaktu menstruasi.

Seperti yang dikemukakan Pramono Miranto dan Paramita Astuti (2015) bahwa penyuluhan kesehatan merupakan semua kegiatan untuk memberikan dan atau meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktik dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri [6].

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hermawan Yanto, dan Ikhsan Kurniawan. (2015), menyatakan 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 [7].

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari Reza Marsito dan Saraswati Riski (2012), 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 [8].

Kebersihan diri saat menstruasi kemungkinan besar dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Sebagian besar dari masyarakat di Indonesia percaya mitos saat menstruasi, minimnya pengetahuan dan wawasan masyarakat menjadikan mereka berpola pikir yang mengada-ada, yang kemudian berkembang menjadi mitos yang tidak alamiah, kenyataannya banyak masyarakat yang masih percaya dengan berita yang mengada-ada tersebut [9].

Melalui penyuluhan kesehatan akan dapat memberikan kemudahan untuk memahami materi tentang kebersihan sewaktu menstruasi yang dapat berpengaruh terhadap pengetahuan responden. Sesuai dengan teori Machfoedz Ismi dan Suryani Eni (2013) bahwa dalam proses penyuluhan kesehatan terdapat tahap motivasi yang berarti diharapkan siswi memiliki motivasi untuk melaksanakan perilaku dan sikap pencegahan kesehatan reproduksi saat menstruasi. Siswi yang memiliki pengetahuan yang baik tentang personal hygiene saat menstruasi maka selanjutnya akan dapat terbentuk sikap yang lebih baik.

Faktor pengetahuan yang dimiliki responden memegang peran penting dalam penentu sikap yang utuh. Pengetahuan tersebut akan membentuk kepercayaan yang sifatnya akan memberikan dasar pembentukan sikap, maka harus memberikan kesan yang kuat [10].

Informasi kesehatan yang kurang atau belum didapatkan baik dari sekolah maupun tenaga kesehatan setempat. Peran tenaga kesehatan akan pentingnya penyuluhan kesehatan sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku seseorang. Penyuluhan kesehatan tentang kesehatan reproduksi sangat penting diberikan oleh remaja.

Penelitian ini dari hasil kuisioner *pretest* dan *posttest* peneliti menemukan adanya pengaruh penyuluhan kesehatan reproduksi terhadap pengetahuan siswi kelas X tentang personal hygiene saat menstruasi. Dari hasil uji statistik menggunakan *paired t test* nilai $p = 0,00$ sehingga $p\text{ value} < 0,05$.

Nilai selisih rata-rata antara sebelum dan sesudah mengikuti penyuluhan kesehatan cukup banyak yaitu hanya 14.25 begitu juga dengan nilai minimal dan nilai maksimal sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan. Hal ini dikarenakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan antara lain pendidikan, media masa, sosial budaya dan ekonomi, lingkungan, pengalaman dan usia [11].

Faktor penyebab selisih nilai responden antara *pretest* dan *posttest* yang tidak begitu jauh antara lain dari media massa karena karena responden sudah pernah terpapar media massa sebelumnya dan melalui media massa mereka mendapatkan informasi tentang personal hygiene saat menstruasi yang dapat meningkatkan pengetahuan mereka.

Perilaku hygiene pada saat menstruasi tidak terjadi begitu saja, tetapi merupakan sebuah proses yang dipelajari (Indriastuti, 2009). Perilaku seseorang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan dan pengetahuannya. Pengetahuan seseorang tentang sesuatu dapat menyebabkan perubahan perilaku [12].

4. KESIMPULAN

Perbedaan rata-rata nilai *pretest* dan *posttest* yaitu mengalami kenaikan sebesar 14.25. Dari uji *paired t-test* didapatkan *Pvalue* 0.000, yang mana *Pvalue* lebih kecil dari $\alpha=0,05$ ($0,000 < 0,05$) sehingga penyuluhan kesehatan reproduksi meningkatkan pengetahuan siswi mengenai kebersihan sewaktu menstruasi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta yang sudah memberikan kesempatan untuk dilakukan penelitian.

REFERENSI

1. Aryani R, (2010). *Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya*. Jakarta: Salemba Medika.
2. Puspitasari, N. (2012). Pengetahuan dan Sikap Konselor SMP dan SMA Dalam Penyuluhan Kesehatan Reproduksi di Kota Semarang. *Makara Kesehatan*. Volume 12, Nomor 1. April 2008.
3. Suryati R, dan Anna, S.(2011). *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
4. BKKBN. (2014). <http://www.BKKBN/2011.co.id>. *Kesehatan Reproduksi Remaja*. Accessed(10 November 2019).
5. Imron, A. (2012). *Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media.
6. Pramono M, dan Paramita A. (2015). Peningkatan Pengetahuan Anak-Anak Tentang PHBS dan Penyakit Menular Melalui Teknik KIE Berupa Permainan Elektronik. *Jurnal Humaniora*. Vol. 14 No. 2. Desember 2017.
7. Hermawan Y, dan Ikhsan K. (2015). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Lingkungan Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Pelaksanaan Kesehatan Lingkungan SMP Negeri Tambaksari Kecamatan Tambaksari Kabupaten Ciamis. *Jurnal Bumi Lestari*, Vol. 13 No. 1. April 2013.
8. Reza, F, Marsito dan Saraswati, R. (2012). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Oleh Peer Group dan Tenaga Kesehatan Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Cuci Tangan Bersih Pada Siswa SDN 01 dan 02 Bonosari Sempor Kebumen. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*. Vol. 8 No. 1. Februari 2012.
9. Andira, D. (2010). *Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta: A PlusBook.
10. Machfoedz, I dan Suryani, E. (2013). *Pendidikan Kesehatan Bagian Dari Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: Fitramaya.
11. Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
12. Indriastuti, P. (2009). Hubungan antara Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Hygienis Remaja Putri pada saat Menstruasi. Thesis. Universitas Muhammadiyah Surakarta.