

Increasing Knowledge And Attitude Of Menstrual Hygiene With Health Education Using The Peer Group Method In Adolescents

Diah Astutiningrum¹✉, Lukfi Desi Ana Utami², Eka Riyanti³

^{1,2,3} Department of Nursing, STIKES Muhammadiyah Gombong, Indonesia

✉ diah.stimugo@gmail.com

Abstract

Background: Menstrual hygiene are all conditions or practices of menstruation that affect individual health. Young women need information or education about good menstrual hygiene. One method that can be used is an approach that involves peer educators using online media.

Objective: The purpose of this study is to determining the effect of health education using online peer group methods on knowledge and attitude of menstrual hygiene in adolescents.

Method: The method of the study used was a quasi-experimental design using pretest and posttest with control group design. The sample in this study are 72 respondents with purposive sampling technique. The instrument used was a 15 item knowledge questionnaire and 14 item attitudes. Analysis using the Wilcoxon and Mann Whitney test.

Result: The results showed that in the intervention group and control group there was an influence on menstrual hygiene health education using online peer group methods on adolescent knowledge and attitudes ($p=0.000$), and there were significant differences between the intervention groups and the control group ($p = 0,000$).

Conclusion: Menstrual hygiene education using online peer group methods, effective for improve knowledge and attitudes in adolescents.

Recommendation: The next researchers are expected to develop research by adding behavioral variables.

Keywords: Peer group, Menstrual Hygiene, Knowledge

Pengetahuan Dan Sikap Menstrual Hygiene Dengan Pendidikan Kesehatan Menggunakan Metode Peer Group Pada Remaja

Abstrak

Latar Belakang: Menstrual hygiene adalah semua kondisi atau praktik terhadap menstruasi yang mempengaruhi kesehatan individu. Remaja putri membutuhkan informasi atau pendidikan mengenai cara *menstrual hygiene* yang baik. Salah satu metode yang dapat digunakan adalah pendekatan yang melibatkan pendidik sebaya menggunakan media online.

Tujuan: Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan metode *peer group online* terhadap pengetahuan dan sikap *menstrual hygiene* pada remaja.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode *quasi eksperimen* dengan jenis pendekatan yang digunakan adalah *pre-test* dan *post-test with control group design*. Sample penelitian sebanyak 72 responden dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan 15 item dan sikap 14 item. Analisis menggunakan uji *Wilcoxon* dan *Mann Whitney*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol ada pengaruh pendidikan kesehatan *menstrual hygiene* menggunakan metode *peer group online* terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja ($p=0.000$) dan ada perbedaan signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol ($p=0.000$).

Kesimpulan: Pendidikan kesehatan *menstrual hygiene* menggunakan metode *peer group online* efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap pada remaja.



Rekomendasi: peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel perilaku.

Kata Kunci: *Peer group, Menstrual Hygiene, Pengetahuan*

1. Pendahuluan

Masa remaja merupakan sebuah fase perubahan dari masa kanak-kanak menuju dewasa dimana terjadi perubahan baik fisik, emosional maupun psikis. Data Survei Demografi menunjukkan bahwa remaja merupakan populasi besar dari jumlah penduduk suatu negara. Jumlah penduduk di Indonesia pada tahun 2018 mencapai 265 juta jiwa dan 418.400 diantaranya adalah kelompok usia 15-19 tahun. Jumlah penduduk di Provinsi Jawa Tengah sendiri sebanyak 34.490.835 jiwa dengan jumlah remaja usia 10-14 tahun sebanyak 1.425.727 jiwa penduduk laki-laki dan 1.356.945 jiwa penduduk perempuan. Sedangkan jumlah remaja usia 15-19 tahun sebanyak 1.435.782 jiwa penduduk laki-laki dan 1.362.756 jiwa penduduk perempuan (Badan Pusat Statistik Jawa Tengah, 2018).

Saat remaja terjadi proses pematangan organ reproduksi yang disebut dengan Pubertas, biasanya ditandai dengan terjadinya menstruasi. Saat menstruasi, pembuluh darah dalam rahim sangat rentan terkena infeksi. Daerah yang cukup panas membuat tubuh berkeringat, sehingga meningkatkan kadar kelembaban tubuh, terutama pada organ seksual dan reproduksi yang tertutup dan berlipat. Hal tersebut menyebabkan bakteri mudah berkembang biak dan ekosistem vagina terganggu sehingga menimbulkan bau tak sedap dan infeksi (Mariene, 2013)

Menstrual hygiene adalah semua kondisi atau praktik terhadap menstruasi yang mempengaruhi kesehatan individu. Dampak yang dapat terjadi akibat *hygiene* yang buruk saat menstruasi adalah timbulnya penyakit yang berkaitan dengan infeksi alat reproduksi, seperti kandidiasis, vaginitis, trichomoniasis, leukorea, pedikulosis, dan toxic syok syndrome (TSS) (Tarigan, dkk., 2013). Presentase kejadian infeksi saluran reproduksi pada usia remaja (35%-42%) dan dewasa muda (27%-33%). Prevalensi terjadinya infeksi saluran reproduksi di Indonesia akibat kurangnya *hygiene* saat menstruasi masih cukup tinggi, jumlah penderita infeksi saluran reproduksi adalah 90-100 kasus per 100.000 penduduk setiap tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2014). Infeksi saluran reproduksi yang sering ditemui saat menstruasi diantaranya: vaginosis bakterialis (40-50%), kandidiasis (20-30%), dan trikomoniasis vaginalis (15-20%) (Fitriyah, 2014).

Tingkat pengetahuan antara remaja putri satu dengan yang lain berbeda, termasuk tentang pengetahuan mengenai cara membersihkan genitalia saat menstruasi, hal tersebut akan mempengaruhi perilaku remaja dalam menjaga kebersihan genitalia saat menstruasi. Pengetahuan seseorang akan mempengaruhi perilakunya, karena pengetahuan merupakan dasar dalam pembentukan perilaku seseorang. Apabila perilaku didasari oleh pengetahuan yang baik, maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng, apabila perilaku itu tidak didasari dengan pengetahuan yang baik, maka tidak berlangsung lama (Notoatmodjo, 2010).

Dewasa ini teknologi informasi dan komunikasi sangat berpengaruh terhadap perkembangan pendidikan. Prawiradilaga (2012) menyebutkan bahwa dunia pendidikan dan pelatihan terkena dampak industri teknologi digital dan internet.. Smartphone dapat dimanfaatkan sebagai salah satu media promosi kesehatan yang diharapkan mampu memfasilitasi masyarakat dalam mendapatkan informasi kesehatan (Safitri, 2018).

Remaja putri membutuhkan informasi atau pendidikan mengenai proses dan kesehatan selama menstruasi, terutama tentang bagaimana cara menstrual hygiene baik dari

keluarga maupun dari lingkungan sekitar contohnya seperti teman sebaya. Diharapkan dengan teman atau kelompok sebaya mereka akan lebih terbuka dan lebih paham dalam berbagi ilmu dan pengalaman mengenai hygiene saat menstruasi. Untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai menstrual hygiene dapat dilakukan dengan cara memberikan pendidikan kesehatan, hal ini sesuai dengan penelitian dari Arora (2013), yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap pengetahuan dan praktik terkait menstruasi sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan. Salah satu metode yang dapat digunakan adalah pendekatan yang melibatkan pendidik sebaya (Amelia, 2014).

Studi pendahuluan yang dilakukan pada siswi di SMPN 04 Kroya dengan metode wawancara terhadap 9 orang siswi didapatkan data yakni 7 orang siswi tidak mengetahui tentang apa itu menstrual hygiene dan bagaimana cara melakukan menstrual hygiene dengan benar. Mereka mengatakan malu untuk bertanya kepada orang tua ataupun kaka perempuan mereka tentang hal-hal yang berkaitan dengan menstruasi. Mereka mengatakan merasa lebih nyaman ketika berbagi pengalaman dan informasi terkait menstruasi dengan teman seumurannya. Tidak tersedia buku bacaan terkait menstrual hygiene dan tidak terdapat leaflet maupun poster mengenai kesehatan reproduksi remaja di SMPN 04 Kroya.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Peningkatan pengetahuan dan sikap menstrual hygiene dengan pendidikan kesehatan Menggunakan Metode Peer Group pada Remaja”

2. Metode

Metode penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain *Quasy Eksperimen*, jenis pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Pre-test dan Post-test Design with Control Group*. Penelitian telah dilaksanakan melalui online pada bulan Juni 2020.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi SMP Negeri 04 Kroya yang sudah menstruasi sejumlah kurang lebih 350 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 72 responden, kemudian dibagi menjadi 2 kelompok yaitu; 36 kontrol dan 36 intervensi.

Peneliti menggunakan kuesioner pengetahuan menstrual hygiene yang dimodifikasi dari kuesioner Nugraheni (2015) dan kuesioner sikap *menstrual hygiene* kuesioner dari Nur'aeni (2016) yang telah melalui uji validitas dan reabilitas.

Pengambilan data diawali dengan menentukan *peer educator* sejumlah 6 orang, kemudian memberikan pendidikan kesehatan/melatih *peer educator* selama 90 menit menggunakan media *booklet*. Selanjutnya membagi responden menjadi 6 kelompok kecil, diskusi peer group dilakukan secara online dengan menggunakan grup whats App. Pengukuran pengetahuan dan sikap dilakukan menggunakan *Google Form*

Analisis penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon* pada *pre-test* dan *post-test*. pada kedua kelompok menghasilkan nilai $p=0,000$ ($<0,05$) artinya terjadi peningkatan pengetahuan secara signifikan.

3. Hasil dan Pembahasan

Tabel 4.1 Distribusi peningkatan pengetahuan pada kelompok intervensi (N=36) dan kelompok kontrol (N=36)

	N	mean	median	min	max	Std. Deviation	Uji <i>Wilcoxon</i>
Kelompok Intervensi							
<i>Pre-Test</i>	36	7.22	7.00	4	111	1.822	<i>P</i> = 0.000
<i>Post-Test</i>	36	10.69	11.00	8	13	1.238	
Kelompok Kontrol							
<i>Pre-Test</i>	36	5.53	5.50	3	8	1.341	<i>P</i> = 0.000
<i>Post Test</i>	36	7.94	8.00	6	11	1.268	

Berdasarkan tabel diatas pada kelompok intervensi terdapat peningkatan nilai rata-rata yaitu 3.72 yang artinya terjadi peningkatan pengetahuan menstrual hygiene pada remaja. Pada kelompok kontrol terdapat peningkatan nilai rata-rata yaitu 2.58 yang artinya terjadi peningkatan pengetahuan menstrual hygiene pada remaja.

Tabel 4. 2 Distribusi peningkatan sikap menstrual hygiene pada kelompok intervensi (N=36) dan kelompok kontrol (36)

Berdasarkan tabel tersebut diatas pada kelompok intervensi diketahui bahwa terdapat peningkatan nilai rata-rata yaitu 3.72 pada Pre-test dan Post-Test menghasilkan nilai $P = 0.000 (<0.05)$ yang artinya terjadi peningkatan sikap menstrual hygiene pada remaja.

	N	Mean	Median	Min	Max	Uji <i>Wilcoxon</i>
Kelompok Intervensi						
<i>Pre</i>	36	38.53	38.00	33	47	<i>P</i> = 0.000
<i>Post</i>	36	42.25	42.50	48	48	
Kelompok Kontrol						
<i>Pre</i>	36	37.11	37.00	33	43	<i>P</i> = 0.000
<i>Post</i>	36	39.69	39.00	34	46	

Tabel 4.4 Hasil Analisis uji Mann-Whitney pengaruh pendidikan kesehatan menstrual hygiene terhadap pengetahuan pada remaja di SMP Negeri 04 Kroya (N=72)

terdapat pengaruh pendidikan kesehatan menstrual hygiene menggunakan metode Peer Group terhadap sikap pada remaja.

Pendidikan Kesehatan Metode	Median (Minimum-Maksimum)	Nilai P
Kelompok Intervensi (<i>Peer Group Online</i>)	11.00 (8-13)	P=0.000
Kelompok Kontrol (<i>Leaflet</i>)	8.00 (6-11)	

1. Tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan *menstrual hygiene* menggunakan metode *Peer Group online*

Pengetahuan remaja putri mengenai *menstrual hygiene* merupakan hal yang sangat penting untuk mencegah terjadinya infeksi saluran reproduksi (ISR) dan juga infeksi saluran kemih (ISK), mengingat bahwa ISR dan ISK lebih rentan terjadi pada anak perempuan (Dewi, 2012). Salah satu hal yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan merubah sikap kearah yang positif adalah melalui pendidikan kesehatan (Fitri, 2011).

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan nilai rata-rata tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Rata-rata pengetahuan responden pada kelompok intervensi sebelum diberikan pendidikan kesehatan adalah 7.22 dan pada kelompok kontrol adalah 5.53. Setelah diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok intervensi nilai rata-rata meningkat menjadi 10.69 dan pada kelompok kontrol nilai rata-rata meningkat menjadi 7.94. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nur'aini (2016), Nugraheni (2018), dan Pramesti (2019) yang menyatakan bahwa terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan.

Pengetahuan seseorang akan suatu hal dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah faktor lingkungan. Informasi terkait menstruasi pada remaja di sekolah didapatkan pada saat mata pelajaran bimbingan konseling, pendidikan agama islam dan juga IPA namun hanya mengenai menstruasi secara umum dan belum membahas tentang menstrual hygiene secara mendetail. Lingkungan disekitar remaja yang tidak mendukung karena belum pernah mendapatkan materi maupun penyuluhan terkait menstrual hygiene menjadi salah satu penyebab rendahnya pengetahuan remaja di SMP Negeri 04 Kroya.

Bukti ilmiah melalui penelitian yang dilakukan oleh Ratnasari, dkk (2019) dengan judul "Pengaruh Peer Education Terhadap Pengetahuan Personal Hygiene Masa Menstruasi Remaja Awal Di Pondok Pesantren Puteri Kota Makassar". Dengan hasil penelitiannya menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan pemberian pendidikan kesehatan menggunakan metode Peer Education terhadap tingkat pengetahuan personal hygiene masa menstruasi remaja awal di pondok pesantren puteri kota Makassar dibuktikan dengan peningkatan nilai rata-rata pengetahuan siswi sebelum dan sesudah peer education, yaitu dari 65,2 menjadi 85,4 pada kelompok intervensi dan pada uji Wilcoxon diperoleh nilai $p=0.000$.

WHO menekankan pentingnya penyuluhan tentang kesehatan reproduksi remaja muda pada kelompok usia 10-14 tahun, karena pada usia tersebut merupakan masa emas untuk membentuk landasan kuat pada diri remaja sebagai dasar pengambilan keputusan yang bijak dalam berperilaku (Irianto, 2015). Oleh karena itu perlu dilakukan penyuluhan kesehatan tentang menstrual hygiene untuk meningkatkan pengetahuan

sehingga akan mengubah sikap serta persepsi responden terhadap pentingnya melakukan menstrual hygiene.

2. Sikap responden sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan *menstrual hygiene* menggunakan metode *Peer Group online*

Berdasarkan Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan nilai rata-rata sikap menstrual hygiene pada responden sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Nilai rata-rata sikap responden pada kelompok intervensi sebelum diberikan pendidikan kesehatan yaitu sebesar 38.53, kemudian setelah diberi pendidikan kesehatan nilai rata-rata meningkat menjadi 42.25. Sedangkan pada kelompok kontrol, nilai rata-rata sebelum diberikan pendidikan kesehatan yaitu sebesar 37.11, dan setelah diberikan pendidikan kesehatan meningkat menjadi 39.69. Artinya pada kedua kelompok sama-sama mengalami peningkatan nilai rata-rata sikap, ditinjau dari hasil perbandingan nilai pre-test dan post-test.

Pengetahuan dijadikan sebagai dasar awal pembentukan sikap. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam pembentukan tindakan seseorang karena berdasarkan penelitian dan pengalaman ternyata sikap yang didasari pengetahuan akan lebih langgeng daripada sikap yang tidak didasari oleh pengetahuan sama sekali (Yusuf, 2013). Sikap akan terbentuk setelah terjadi proses tahu terlebih dahulu. Informasi yang disampaikan akan membawa pesan sugestif yang jika cukup kuat akan memberi dasar afektif dalam menilai sesuatu sehingga terbentuk ke arah sikap tertentu (Azwar, 2012).

Teori Green menyebutkan bahwa sikap merupakan faktor predisposisi yang mempengaruhi perilaku seseorang. Sikap remaja yang mendukung merupakan perasaan memihak terhadap menstrual hygiene yang sehat saat menstruasi sehingga akan membentuk perilaku yang sesuai dengan sikapnya tersebut. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Putri (2014) yang berjudul "Hubungan Pengetahuan dan Sikap terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi" hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan sikap tentang personal hygiene menstruasi terhadap perilaku personal hygiene remaja putri saat menstruasi di SMP Patriot Kranji.

Sikap kaitannya dalam penelitian ini merupakan respon yang diberikan oleh responden yang dimanifestasikan terhadap persepsi mengenai hygiene saat menstruasi. Sikap responden terhadap menstrual hygiene dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah usia. Perbedaan usia menyebabkan adanya perbedaan dalam pemikiran pengambilan keputusan dalam menyelesaikan masalah (Janiwarty, 2013). Faktor penyuluhan kesehatan juga dianggap berpengaruh karena harapannya dengan dilakukannya penyuluhan kesehatan pesan yang disampaikan dapat mensugesti dan menentukan arah sikap. dengan bertambahnya informasi yang didapat akan berpengaruh terhadap opini dan kepercayaan serta memberikan landasan kognitif terbentuknya sikap (Kholid, 2015).

Bukti ilmiah melalui penelitian yang dilakukan oleh Sari (2017) dengan judul "Pengaruh Penyuluhan Personal Hygiene Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Kelas VII Di SMP Negeri 5 Karanganyar". hasil penelitiannya menunjukkan adanya pengaruh peningkatan sikap setelah diberi penyuluhan tentang personal hygiene saat menstruasi. hal ini ditunjukkan dari hasil statistik uji Paired Sample t-test nilai p-value $0.000 < 0.05$.

Perubahan sikap yang dapat diukur spontan setelah dilakukan intervensi melalui penyampaian argument terhadap hasil pengamatan suatu objek merupakan perubahan sikap berbasis kognitif, sedangkan pengukuran selang beberapa waktu setelah intrvensi

melalui perubahan emosional dan pengambilan keputusan nyata merupakan perubahan sikap affektif. pada penelitian ini pengukuran sikap yang dilakukan berbasis kognitif sehingga dilakukan pengukuran setelah tindakan intervensi.

3. Pengaruh pendidikan menstrual hygiene menggunakan metode Peer Group Online terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja di SMP Negeri 04 Kroya

Berdasarkan data penelitian diatas, menunjukkan hasil peningkatan yaitu rata-rata pengetahuan dan sikap, baik pada kelompok intervensi maupun pada kelompok kontrol. Hasil analisa menunjukkan bahwa kelompok intervensi mengalami peningkatan pengetahuan lebih besar dari pada kelompok kontrol yaitu sebelum perlakuan sebesar 7.22 sedangkan nilai rata-rata pengetahuan sesudah perlakuan sebesar 10.69. Kemudian untuk sikap, kelompok intervensi sebelum perlakuan sebesar 38.53 dan nilai rata-rata sesudah perlakuan sebesar 42.25. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rofi'ah (2017) bahwa pemberian pendidikan kesehatan menggunakan metode Peer Group dapat secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan sikap terkait dengan hygiene saat menstruasi.

Kejadian bahwa kelompok intervensi mengalami peningkatan pengetahuan dan sikap yang lebih besar karena metode Peer Group memenuhi 2 kelebihan dalam penyampaian pesan pendidikan kesehatan yaitu cocok secara budaya dan mudah diterima secara komunitas (Nugraheni, 2018).

Garg, Goyal dan Gupta (2012) mengemukakan bahwa topik terkait seksualitas dan menstruasi masih dipandang sebagai topik yang tabu dan memalukan untuk ditanyakan pada guru. Padahal hampir sebagian besar waktu remaja putri dihabiskan di sekolah. Oleh karenanya sebagian besar remaja putri cenderung mencari jawaban dari media massa dan dari sesama teman sebaya di sekolah (peers). Metode peer education dapat menjadi alat intervensi bagi peningkatan perilaku hygiene menstruasi yang efektif.

Berdasarkan hasil uji statistik diatas menunjukan bahwa pengetahuan dan sikap tentang menstrual hygiene mengalami peningkatan dengan nilai *p-value* 0.000 (*p-value* <0.05) pada kedua kelompok, sehingga terdapat peningkatan rerata pengetahuan dan sikap yang bermakna pada kedua kelompok.

Kejadian ini sejalan dengan penelitian Pramestri (2019) bahwa pemberian penyuluhan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan dalam menjaga kebersihan saat menstruasi. Sejalan pula dengan penelitian Julie Hennegan dan Paul Montgomery (2014) bahwa intervensi pendidikan kesehatan terbukti memberikan dampak positif terhadap pengetahuan dan praktik menstrual hygiene.

Hasil uji statistik diatas juga menunjukkan terdapat beda rerata peningkatan pengetahuan dan sikap pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol yaitu 31.06 untuk pengetahuan dan 17.25 untuk sikap serta memiliki nilai *p-value* 0.000 (*p-value* <0.05). Artinya, ada pengaruh pemberian pendidikan kesehatan menggunakan metode Peer Group online terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap menstrual hygiene.

Terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap pada kedua kelompok, akan tetapi peningkatan pengetahuan dan sikap pada kelompok intervensi lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hal ini dikarenakan dalam metode peer group selain diberi materi pendidikan kesehatan, siswi juga diberikan kesempatan berdiskusi dengan teman sebaya terkait topik menstrual hygiene. Pada saat berdiskusi mereka dapat saling bertanya dan berbagi pengalaman mengenai hygiene saat menstruasi, hal tersebut tentunya dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap menstrual hygiene pada siswi dikelompok intervensi. Selain itu, di era globalisasi ini smartphone dapat

dimanfaatkan sebagai media promosi kesehatan yang diharapkan mampu memfasilitasi masyarakat terutama remaja dalam mendapatkan informasi kesehatan (Safitri, 2018). Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Sri dan Herika (2016) dengan judul “Peningkatan pengetahuan HIV/AIDS dengan memanfaatkan Aplikasi Mobile Android”. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan menggunakan aplikasi mobile, hal ini disebabkan karena smartphone saat ini cenderung digandrungi kaum muda. selain itu aplikasi yang digunakan dapat didownload secara gratis di market android. dengan demikian cakupan terhadap kaum muda tentunya menjadi lebih banyak.

WhatsApp merupakan salah satu media populer yang sangat potensial untuk dimanfaatkan sebagai alat pembelajaran (Bruce, 2011). Aplikasi WhatsApp terdapat layanan WhatsApp Group yang dapat dimanfaatkan sebagai sarana untuk membangun sebuah pembelajaran yang menyenangkan terkait berbagai topik diskusi (Al Saleem, 2014). WhatsApp Group memungkinkan para penggunanya untuk menyampaikan pengumuman tertentu, berbagi ide dan sumber pembelajaran, serta mendukung terjadinya diskusi secara online (Adhi Susilo, 2014).

Kelebihan dari penggunaan media smartphone (online) yang digunakan sebagai sarana pendidikan kesehatan menstrual hygiene menggunakan metode Peer Group adalah dapat remaja dengan cepat dan mudah dalam memperoleh informasi tentang terkait menstrual hygiene, mudah berkomunikasi antara satu sama lain, remaja juga bisa mendapatkan informasi kapan saja dan dimana saja dengan memanfaatkan media internet yang ada, serta bisa mencari referensi tentang menstrual hygiene dengan memanfaatkan media internet. Oleh karenanya metode peer Group Online dapat dijadikan sebagai metode pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap kesehatan reproduksi remaja yang lebih baik.

4. Kesimpulan

Kesimpulan:

1. Karakteristik responden yang diberi pendidikan kesehatan menstrual hygiene menggunakan metode *Peer Group online* meliputi umur responden antara 12 tahun - 15 tahun, merupakan siswi kelas VII dan kelas VIII yang sudah mengalami menstruasi..
2. Tingkat pengetahuan responden sebelum diberi pendidikan kesehatan menstrual hygiene menggunakan metode *Peer Group online* pada kelompok intervensi nilai rata-rata 7.22 dan pada kelompok kontrol 5.53. Setelah diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok intervensi nilai rata-rata meningkat menjadi 10.69 dan pada kelompok kontrol nilai rata-rata meningkat menjadi 7.94.
3. Sikap responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan menstrual hygiene menggunakan metode *peer group online* menunjukkan pada kelompok intervensi nilai rata-rata 38.53 dan pada kelompok kontrol 37.11. Setelah diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok intervensi nilai rata-rata meningkat menjadi 42.25 dan pada kelompok kontrol nilai rata-rata meningkat menjadi 39.69.
4. Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan menstrual hygiene menggunakan metode Peer Group online terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja dengan nilai signifikan ($p=0.000$).

Saran

1. Bagi Pengembangan Ilmu

Diharapkan dengan hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan ilmu dibidang keperawatan khususnya keperawatan maternitas.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan bagi sekolah untuk menyediakan fasilitas atau sarana dan prasarana yang dapat memudahkan siswi dalam mengakses informasi secara online mengenai kesehatan reproduksi remaja terutama tentang menstrual hygiene. Dan juga disarankan agar bekerjasama dengan petugas kesehatan untuk memberikan penyuluhan terkait dengan pentingnya melakukan menstrual hygiene.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan dapat menerapkan metode Peer Group Online dengan membuat forum diskusi online di era seperti sekarang ini bagi remaja, sehingga memudahkan remaja dalam mengakses informasi terkait kesehatan reproduksi remaja.

4. Bagi Remaja

Diharapkan bagi remaja putri dapat mengikuti forum-forum diskusi online yang tersedia maupun membuat forum diskusi online sederhana bersama teman sehingga dapat meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan remaja.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian pada variabel yang sudah ada dan menambah kategori perilaku, karena pengetahuan dan sikap yang dimiliki remaja akan mempengaruhi perilaku untuk melakukan menstrual hygiene dengan benar.

Referensi

- [1] Zakir, Mardiana. 2016. Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat Genitalia Saat Menstruasi. *Jurnal Keperawatan*, Volume XII, No. 1, April 2016.
- [2] Rofi'ah, S., Sri, W., Dessy, V. Efektivitas Pendidikan Kesehatan Metode Peer Group Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Personal Hygiene Saat Menstruasi. *JURNAL ILMIAH BIDAN*, VOL. II, NO. 2, 2017: Poltekkes Kemenkes Semarang.
- [3] Dolang, M. W., Rahma, Muhammad, I. Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Hygiene Menstruasi Pada Siswi Sma Negeri 1 Seseankabupaten Toraja Utara. *JURNAL MKMI*, Maret 2013.
- [4] Meinarisa. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menstrual Hygiene (PMH) Terhadap Sikap Remaja Putri dalam Menjaga Kebersihan Diri Selama Menstruasi. *Jurnal Endurance : Kajian Ilmiah Problema Kesehatan* Vol 4(1) Februari 2019.
- [5] Sari, I. P., Novi, K. F., Laily, Y. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Perubahan Perilaku Menstrual Hygiene Remaja Putri Untuk Pencegahan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR). Universitas Brawijaya. 2013
- [6] Badan Pusat Statistik Jawa Tengah. Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2018. Jawa Tengah : Dinkes provinsi Jawa Tengah.
- [7] Badan Pusat Statistik. Statistik Pemuda Indonesia 2018. Jakarta: Badan Pusat Statistik
- [8] Notoatmodjo. Promosi dan Perilaku Kesehatan. PT. Rineka Cipta.
- [9] Widyanto, F.C. 2014. Keperawatan Komunitas Dengan Pendekatan Praktis. Yogyakarta : Nuha Medika.

- [10] Nuraeni. Pengaruh Literasi Ekonomi, Kelompok Teman Sebaya Dan Kontrol Diri Terhadap Perilaku Pemberian Impulsive Untuk Produk Fashion Pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta 2016
- [11] Purwanti, Sri. Praktik Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Di Kabupaten Pati Tahun 2017. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- [12] Ratnasari, dkk. 2019. Pengaruh Peer Education Terhadap Pengetahuan Personal Hygiene Masa Menstruasi Remaja Awal Di Pondok Pesantren Puteri Kota Makasar. *Jurnal Of Islamic Nursing* Vol. 4, No. 2, Desember 2019.
- [13] UNICEF. 2016. Menstruasi Hygiene Management. UNICEF
- [14] Nur'aini. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Booklet Terhadap Pengetahuan dan Sikap Menstrual Hygiene Pada Siswi Di SDI Sl-Falah I Jakarta. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. 2016
- [15] Fitriyah, I. Gambaran Perilaku Hygiene Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sekolah Dasar Negeri Di Wilayah Kerja Puskesmas Pisangan. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. 2014
- [16] Ankhofiyya, D.N. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Peer Education Terhadap Tingkat Kecemasan Menghadapi PMS (Pramenstrual Syndrome) Pada Siswi Kelas 7 Di SMPN 1 Jiwon Madiun. Madiun: Stikes Bhakti Husada Mulia. 2017
- [17] Nugraheni, D.Y. Pengaruh Peer Group Education Terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Di SMP Negeri 2 Dagangan Kabupaten Madiun. Madiun: Stikes Bhakti Husada Mulia. 2018
- [18] Nursalam & Effendy, F. Pendidikan Dalam keperawatan. Jakarta : Salemba Medika. 2013
- [19] Noviana, Eka. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Peer Group Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Di SMK PGRI 1 Magetan Kelas XI. Madiun: Stikes Bhakti Husada Mulia. 2018
- [20] Azwar, S. Sikap Manusia : Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta : Liberty. 2012
- [21] Utami, U. Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Pada Saat Menstruasi Di SMP N 1 Masaran. Karanganyar : STIKES Mitra Husada karanganyar. 2018
- [22] Nursalam. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis, edisi 4. Jakarta: Salemba Medika. 2014
- [23] Irmawartini, Nurhaedah. Metodologi Penelitian. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2017
- [24] Arora, A., dkk. Impact Of Healt Education On Knowledge And Practices About Menstruation Among Adolescent School Girls Of Rural Part Of Distric Ambala, Haryana. *Indian Journal Community Healt*. 2013
- [25] Widyaningrum, N. Pengaruh Penyuluhan Tentang Personal Hygiene Terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Di MTS Negeri Gubuk Rubuh Gunungkidul Yogyakarta. STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta. 2015
- [26] Cahya, A. K. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Peer Group Terhadap Perilaku Hygiene Menstruasi Pada Siswi Kelas VIII Di SMPN 4 Gamping Sleman Yogyakarta. STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta. 2017
- [27] Sari, Y. L. Pengaruh Penyuluhan Personal Hygiene Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Kelas VII Di SMP Negeri 5 Karanganyar. Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2017
- [28] Pramestri, H. D. Perbedaan Peningkatan Pengetahuan Menstrual Hygiene Menggunakan Media Booklet Dan Leaflet Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren

- An-Nur Sewon Bantul. POLTEKES Yogyakarta. 2019
- [29] Putri, N. A., dkk. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 2016
- [30] Pangestika, N. L. Pengaruh Pemanfaatan Media Social Whatsapp Terhadap Penyebaran Informasi Pembelajaran Di SMA Negeri 5 Depok. Universitas Syarif Hidayatullah Jakarta. 2018



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)
