


# The Effect of Personal Hygiene Education in the Genital Area During Menstruation on Adolescent Reproductive Health Knowledge

Firda Annisa<sup>1</sup>, Ratnawati<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Faculty of Health Sciences, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia

 [rdannisa123@gmail.com](mailto:rdannisa123@gmail.com)

## Abstract

*Reproductive health is a healthy state concerning reproductive systems, functions, and processes. Maintaining the cleanliness of the genitalia organs is one of the good habits in maintaining health. Menstruation is the discharge of blood through vital organs/genitalia, which often occurs in women of fertile age. Personal hygiene of the genitalia area during menstruation is essential for the reproductive health of adolescents. Because of this importance, adolescents must know how to personal hygiene, so education needs to be carried out. Reproductive health is a healthy state concerning reproductive systems, functions, and processes. Maintaining the cleanliness of the genitalia organs is one of the good habits in maintaining health. Menstruation is the discharge of blood through vital organs/genitalia, which often occurs in women of fertile age. Personal hygiene of the genitalia area during menstruation is essential for the reproductive health of adolescents. Because of this importance, adolescents must know how to personal hygiene, so education needs to be carried out. The study aims to find out the effect of personal hygiene education in the genitalia area during menstruation on adolescent reproductive health knowledge. This study used a sample of students of SMP N 01 Sragi, Pekalongan Regency, totaling 87 students. This study is a quantitative study using pre- Experimental with a one-group Pretest-Posttest design, with sampling using Cluster random Sampling using alternative statistical tests, Wilcoxon. The results of this study showed that there was a significant influence ( $p$  value = 0.000) between before health education and after health education in students of SMP N 01 Sragi, Pekalongan Regency. The average age of female students is 13 years old and the most grades are in grade 7. The average knowledge of respondents before education was 13.75 and after education was 16.56. Information can affect a person's knowledge. It is hoped that the school can work with health agencies to provide more reproductive health information to increase students' knowledge about reproductive health.*

**Keywords:** Education, Genitalia, Personal Hygiene, Adolescent Reproduction

## Pengaruh Edukasi Personal Hygiene Area Genitalia Saat Menstruasi Terhadap Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja

### Abstrak

Kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan sehat menyangkut secara sistem, fungsi, dan proses pada reproduksi. Menjaga kebersihan organ genitalia merupakan salah satu kebiasaan yang baik dalam menjaga kesehatan. Menstruasi merupakan keluarnya darah melalui organ vital/genitalia yang sering terjadi pada wanita usia fertile. *Personal hygiene* area genitalia saat menstruasi sangat penting bagi kesehatan reproduksi remaja. Karena pentingnya hal tersebut, remaja harus mengetahui cara *personal hygiene* sehingga perlu dilakukan edukasi. Untuk mengetahui pengaruh edukasi *personal hygiene* area genitalia saat menstruasi terhadap pengetahuan kesehatan reproduksi remaja. Penelitian ini menggunakan sampel siswi SMP N 01 Sragi Kabupaten Pekalongan berjumlah 87 siswi. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan *Pre-Eksperimen* dengan rancangan *one group Pretest-Posttest design*,

dengan pengambilan sampel menggunakan *Cluster random Sampling* dengan menggunakan uji statistik alternatif wilcoxon. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan ( $p\ value=0,000$ ) antara sebelum dilakukan edukasi kesehatan dan setelah edukasi kesehatan pada siswi SMP N 01 Sragi Kabupaten Pekalongan. Informasi dapat berpengaruh terhadap pengetahuan seseorang. Diharapkan pihak sekolah dapat bekerja sama dengan instansi kesehatan untuk memberikan lebih banyak informasi kesehatan reproduksi untuk meningkatkan pengetahuan siswi tentang kesehatan reproduksi.

**Kata kunci:** Edukasi, Genitalia, Personal Hygiene, Reproduksi Remaja

## 1. Pendahuluan

Remaja adalah masa transisi atau masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa namun belum bisa dikatakan sebagai dewasa dengan rentang usia 10-19. Remaja dengan rentang usia 10-18. Rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah.

Jumlah remaja usia 10-14 tahun sebanyak 76.699 jiwa pada remaja putri berkisar 37.035 jiwa dan remaja laki-laki berkisar 39.664 jiwa. Berdasarkan data yang didapat dengan kriteria sekolah jumlah siswa SMP terbanyak di Kabupaten Pekalongan pada keseluruhan SMP Negeri Sragi dengan hasil berikut 2, 839 siswa. Pada SMP N 1 Sragi terdapat jumlah 445 siswa perempuan.

Tanda-tanda yang bisa dilihat mulai dari perubahan fisik remaja, pertumbuhan cepat, terjadinya menstruasi pada remaja putri [1]. Menstruasi merupakan keluarnya darah melalui organ vital/genitalia yang sering terjadi pada wanita usia [2]. Menjaga kebersihan saat menstruasi lebih baik diperkenalkan sejak dini kepada remaja agar tidak mengalami penyakit infeksi pada reproduksi. Kebersihan dan perawatan diri saat menstruasi yang ditanamkan pada remaja seperti, mengganti pakaian dan celana dalam teratur, penggunaan pembalut dengan tepat dan kebersihan organ reproduksi saat menstruasi.

Kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan sehat menyangkut secara sistem, fungsi, dan proses pada reproduksi. Menjaga kesehatan reproduksi sangatlah penting terutama bagi remaja putri. Organ reproduksi wanita rentan terhadap kesehatan reproduksi yang setiap bulannya terjadi menstruasi, gangguan yang terjadi ketika tidak menjaga kesehatan reproduksi, seperti infertilitas hubungan yang belum dikaruniainya keturunan dalam kurun waktu 1 tahun, PMS (penyakit menular seksual) pengobatan PMS belum ditemukan dan penderitanya biasanya berakhir dengan kematian, gangguan menstruasi tidak teratur siklus menstruasi [3].

Perilaku remaja putri dalam menjaga hygiene saat menstruasi masih buruk, yaitu 63,9%, disebabkan karena kurangnya pengetahuandan informasi tentang personal hygiene saat menstruasi. Angka infeksi saluran reproduksi (ISR) tertinggi di Indonesia yaitu pada remaja putri yakni (42%) [4]. Jumlah wanita di Jawa Tengah yang mengalami keputihan sebanyak 65% disebabkan oleh jamur. Berdasarkan tanya jawab dengan 5 remaja putri siswa SMP di RT 03/RW 01 Kecamatan Wonokerto Kabupaten Pekalongan yang menderita gatal area reproduksi ada 2 remaja, yang menderita keputihan ada 2 remaja dan yang tidak ada gangguan reproduksi ada 1 remaja. Berdasarkan survey data yang didapat dari Puskesmas 1 Sragi terdapat 2 anak yang menderita gangguan reproduksi (keputihan) dan 2 anak gangguan menstruasi.

Penelitian [4] tentang Pengaruh Media Video Edukasi Tentang Vulva Hygiene Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri, dengan hasil analisa *pretest* dari 76 remaja putri, 25 (32,9%) memiliki pengetahuan berkategori cukup, 3 (3,9%)

pengetahuan baik, dan 48 (63,2%) remaja putri yang memiliki pengetahuan kurang sebelum diberikan pendidikan kesehatan melalui video. Hasil setelah dilakukan *posttest* dari 25 siswa dengan pengetahuan cukup menjadi 14 (18,4%). Dari 3 siswa yang berpengetahuan baik menjadi 5 siswa (6,6%). Dari 48 siswa dengan pengetahuan kurang menjadi 31 (40,8%).

Kurangnya pengetahuan tentang kebersihan diri dapat ditangani dengan melakukan edukasi kesehatan pada remaja mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi saat menstruasi [5]. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja mengenai kesehatan reproduksi saat menstruasi dan mengetahui pengetahuan remaja dalam melakukan *personal hygiene* saat menstruasi.

## 2. Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *quasi eksperiment* menggunakan *one-group pre* dan *post-test* dalam menentukan hubungan sebab akibat. Populasi yang digunakan adalah kelas 7 dan 8 sebanyak 308 siswi dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *Cluster random sampling* dengan menggunakan uji statistik alternatif wilcoxon didapatkan sampel yang diambil dipenelitian adalah 87 siswi dan berdasarkan kriteria inklusi di SMP N 01 Sragi Kabupaten Pekalongan. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner pengetahuan personal hygiene area genitalia saat menstruasi pada remaja.

## 3. Hasil dan Pembahasan

### Hasil

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa karakteristik terbanyak pada kelas 7 sebanyak 63 siswi dengan presentase (72,4%).

Tabel 3.1 Distribusi Karakteristik Demografi Siswi SMP N 01 Sragi kelas 7 dan 8 Kabupaten Pekalongan

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Kelas</b>		
7	63	72,4
8	24	27,6
<b>Total</b>	87	100

Karakteristik usia rata-rata 13 tahun dengan kriteria 12-15 tahun.

Tabel 3.2 Karakteristik Demografi Umur Siswi SMP N 01 Sragi Kabupaten Pekalongan

Mean	Median	SD	Min-Max
13,04	13	0,76	12-15

Berikut hasil penelitian pengetahuan remaja siswa SMP N 01 Sragi kelas 7 dan 8 tentang kesehatan reproduksi saat menstruasi sebelum diberikan edukasi kesehatan dengan video tiktok. Nilai rata-rata pengetahuan responden sebelum diberikan edukasi kesehatan reproduksi saat menstruasi yaitu 13,75 dengan nilai minimal 10 point dan nilai maksimal 16 point. Setelah dilakukan edukasi kesehatan reproduksi saat menstruasi ada kenaikan pengetahuan responden menjadi 16,56 dengan nilai minimal 14 point dan nilai

maksimal 17 point, ada kenaikan 4 point pada nilai maksimal dan 1 point nilai maksimal. Median pengetahuan responden sebelum diberikan edukasi kesehatan reproduksi saat menstruasi yaitu 14 point, dan setelah dilakukan edukasi kesehatan reproduksi saat menstruasi mengalami peningkatan pengetahuan sebanyak 3 point yaitu untuk mediannya menjadi 17 point.

Tabel 3.3 Distribusi Frekuensi Pengetahuan remaja siswi SMP N 01 Sragi kelas 7 dan 8 Kabupaten Pekalongan sebelum dan sesudah diberikan Edukasi kesehatan reproduksi saat menstruasi.

N	Variabel	Mean	Median	SD	Min-Max
87	Pengetahuan				
	Pretest	13,75	14	1,960	10-16
87	Posttest	16,56	17	0,758	14-17

Penelitian ini menggunakan uji normalitas data Kolmogorov Smirnov Test, hasil dari uji normalitas dikatakan normal jika nilai  $p$  value  $> 0,05$ , sedangkan data pada penelitian ini dihasilkan  $p$  value = 0,001 sehingga data dapat dikatakan berdistribusi tidak normal. Uji bivariat untuk skala rasio dengan data normal menggunakan uji Wilcoxon. Berdasarkan hasil analisa statistik dengan menggunakan uji wilcoxon didapatkan nilai  $p$  value sebesar  $0,001 < \alpha 0,05$  maka  $H_0$  ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi personal hygiene area genitalia saat menstruasi terhadap pengetahuan kesehatan reproduksi remaja siswi SMP N 01 Sragi kelas 7 dan 8 Kabupaten Pekalongan.

Tabel 3.4 Pengaruh Edukasi Personal Hygiene Area Genitalia saat Menstruasi Terhadap Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja siswa SMP N 01 Sragi kelas 7 dan 8 Kabupaten Pekalongan

N	Variabel	Median Min-Max	P value
87	Pengetahuan		
	Pretest	14(13,33-14,16)	0,001
	Posttest	17(16,40-16,72)	

## Pembahasan

Berdasarkan hasil tabel 3.1 dan 3.2 rata-rata usia dari responden yang mengisi kuesioner umur 13 tahun dan karakteristik responden dari umur 12-15 tahun, dapat dikatakan memiliki ketepatan pada responden yang mengisi kuesioner dengan karakteristik. Untuk angka kelas tertinggi terdapat pada kelas 7 dengan presentase 72,4% dikarenakan jumlah siswi di SMP N 01 Sragi lebih banyak dari pada kelas 7 sehingga responden lebih dominan dari kelas 7. Usia 13 tahun merupakan remaja awal pada masa ini, remaja memiliki perubahan yang cepat, baik secara fisik, maupun psikologisnya. Dalam usia 13 tahun yang biasa disebut sebagai remaja awal dan awal terjadinya menstruasi sehingga masih minimnya pengetahuan dan informasi mengenai kesehatan reproduksi saat menstruasi.

Hasil dari tabel 3.3 rata-rata pengetahuan sebelum dilakukannya edukasi kesehatan 13,75 dan rata-rata pengetahuan setelah dilakukan edukasi kesehatan meningkat 2,81 point menjadi 16,56. Informasi yang didapat oleh remaja putri dapat menambah pengetahuan dan dapat menerapkan pengetahuan yang sudah didapatkan, mampu memelihara kebersihan area genitalia yang telah disampaikan melalui media video edukasi kesehatan. Edukasi kesehatan yang diberikan harus memiliki banyak ide agar dalam penyampaian materi kepada siswa mampu menarik perhatian dan meningkatkan rasa keingintahuan siswi, sehingga siswi memiliki daya tarik untuk menonton dan

memahami video edukasi yang diberikan. Terlebih siswi tidak hanya mendengar dan memahami saja namun dapat melakukan dan menerapkan informasi yang sudah disampaikan.

Pengetahuan siswi dapat mempengaruhi perilaku, jika pengetahuan dan perilaku responden kurang, akan berdampak pada kesehatan terutama pada kesehatan perawatan personal hygiene. Peningkatan pengetahuan berdampak positif bagi perilaku kesehatan siswi. Pembagian video edukasi melalui link atau online guna video dapat diputar berulang kali ketika responden kurang dalam pemahaman saat menonton video tersebut, penggunaan media tiktok dan google drive untuk mempermudah responden dalam menambah pengetahuan dalam bentuk online dan dapat ditonton kapan saja.

Pemilihan media ini berdasarkan tingkat sosial media yang beredar saat ini agar edukasi ataupun intervensi yang diberikan bisa tersampaikan dengan sesuai dan tepat. Penelitian penggunaan media video dan alat peraga. Pada penelitian ini menjelaskan bahwa adanya pengaruh terhadap pengetahuan dan sikap remaja setelah dilakukan edukasi yang disampaikan melalui media video. Keefektifan dalam penggunaan media ini responden bisa melakukan pemutaran video berulang kali dan kapan saja tentunya mudah untuk dipahami.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pengetahuan antara sebelum dan setelah edukasi kesehatan. Peningkatan pengetahuan dapat terjadi karena adanya proses transformasi informasi *personal hygiene* saat menstruasi terhadap responden penelitian melalui edukasi kesehatan yang dilakukan selama 2 hari. Proses transformasi informasi yang terjadi karena penggunaan media yang dibagikan berupa informasi yang mengandung pengetahuan dari masing-masing pernyataan yang disajikan terdapat penjelasan didalam edukasi yang bisa dipahami oleh siswi, pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor.

Faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah pendidikan. Pendidikan bisa dikatakan sebagai bimbingan yang diberikan seseorang pada orang lain mengenai sesuatu hal sampai memahami hal yang sudah disampaikan. Tidak dapat dipungkiri semakin tingginya tingkat pendidikan semakin tingginya tingkat pengetahuan seseorang dan semakin mudahnya seseorang dalam menerima informasi. Bukan berarti seseorang yang memiliki tingkat pendidikan rendah tidak dapat menerima informasi dengan mudah dan pengetahuan yang kurang, namun ada hambatan dalam pemahaman dan pengalaman sumber informasi yang minim.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi kurang baiknya pengetahuan yaitu informasi yang didapat oleh siswi hanya sebatas tahu (know), tanpa adanya pemahaman dan memperkuat pengetahuan. Hasil dari pernyataan mengenai anemia bukan merupakan permasalahan remaja, menstruasi terjadi karena naik turunnya hormon, berolahraga saat menstruasi dapat menyebabkan sakit perut, mengonsumsi makanan tinggi garam dan kafein dapat meredakan rasa nyeri saat menstruasi, membersihkan organ genitalia saat BAB dan BAK bisa dilakukan dari berbagai arah, sebagian besar responden menjawab pernyataan tersebut tidak sesuai dengan jawabannya. Sehingga belum adanya pemahaman mendalam dari responden proses informasi yang diberikan pada responden dapat mempengaruhi pengetahuan yang saat ini dimiliki oleh responden hanya sekedar tahu (know) memiliki perubahan pengetahuan menjadi aplikasi (Application). Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Simanjuntak, 2020).

## 4. Kesimpulan

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat diambil kesimpulannya sebagai berikut:

- a. Nilai rata-rata sebelum dilakukan edukasi kesehatan 13,75 dan setelah dilakukan edukasi kesehatan menjadi 16,56, adanya peningkatan pengetahuan yang hampir mencapai nilai maksimal. Sehingga dapat dikatakan adanya peningkatan pengetahuan responden.
- b. Pengaruh dengan nilai signifikan 0,000 ( $p$  value <0,05). Pengaruh edukasi personal hygiene area genitalia saat menstruasi untuk meningkatkan pengetahuan kesehatan reproduksi pada remaja putri, pada penelitian ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan. Remaja SMP sangat dibutuhkan pengetahuan sosial untuk meningkatkan kesehatan reproduksi.

### Saran

- a. Aspek teori

Peneliti menyarankan untuk penelitian lebih lanjut mengenai personal hygiene area genitalia saat menstruasi, dapat dilaprokukan penelitian menggunakan metode kualitatif.

- b. Aspek profesi

Dengan adanya hasil penelitian dapat diaplikasikan dan menjadi pembahasan ilmu pengetahuan khususnya diprofesi keperawatan.

Aspek pendidikan

Bagi instansi pendidikan SMP N 01 Sragi Kabupaten Pekalongan atau lokasi penelitian. Dengan adanya penelitian ini diharapkan bahan informasi untuk membuat kebijakan diadakannya bimbingan konseling mengenai kesehatan reproduksi siswi untuk menambah pengetahuan.

## Referensi

- [1] H. Rohan, Hasan, H & Siyoto, Sandu, *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2015.
- [2] T. Lestari, *Kumpulan Teori Untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2015.
- [3] H. Hasanah, "Pemahaman Kesehatan Reproduksi Bagi Perempuan," *Sawwa*, vol. 11, no. 2, pp. 229–252, 2016.
- [4] H. Umami, F. Rahmawati, and M. N. Maulida, "Pengaruh Media Video Edukasi Tentang Vulva Hygiene Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri," *Saemakers PERDANA*, vol. 4, no. 1, pp. 42–50, 2021, [Online]. Available: <http://ojs.ukmc.ac.id/index.php/JOH>.
- [5] L. Novita, R. Andriyani, and M. Megasari, *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kebidanan*. Yogyakarta: Deepublish Publisher, 2015.