



PENGETAHUAN, SIKAP DAN INFORMASI DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE: STUDI KUANTITATIF

Kartika Adyani¹⁾, Friska Realita²⁾, Prihatin Setianingsih³⁾

Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email: kartika.adyani@unissula.ac.id, friskarealita@unissula.ac.id,

prihatinsetianingsih@gmail.com

ABSTRAK

Pengetahuan tentang menstruasi sangat di butuhkan remaja putri, khususnya dalam remaja putri yang baru menjalani menstruasi pertama. Pengetahuan yang rendah mengenai menstruasi bisa membuat remaja kurang memperhatikan kebersihan pribadi ketika menstruasi yang bisa mengakibatkan kesehatan reproduksi bermasalah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, sikap dan sumber informasi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi. Penelitian ini menggunakan metode korelasi dengan pendekatan *cross sectional* dengan teknik pengambilan datanya menggunakan kuesioner. Responden dalam penelitian ini 70 siswa putri Kelas VII SMP Al Islah Plus Ampelgading Pemalang dan diambil secara *cluster random sampling*, analisis data menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan pengetahuan, sikap dan sumber informasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pertama (*menarche*) pada siswi SMP Al Islah Plus Ampelgading Pemalang.

Kata Kunci : Pengetahuan, Sikap, Informasi dan Perilaku *Personal Hygiene*

KNOWLEDGE, ATTITUDES AND INFORMATION ON PERSONAL HYGIENE BEHAVIOR: A QUANTITATIVE STUDY

ABSTRACT

Knowledge about menstruation is needed by young women, especially young women who have just had their first menstruation. Low knowledge about menstruation can make adolescents pay less attention to personal hygiene during menstruation which can lead to reproductive health problems. This study aims to determine the relationship between knowledge, attitudes and sources of information with personal hygiene behavior during menstruation. This study used the correlation method with a cross sectional approach with data collection techniques using a questionnaire. Respondents in this study were 70 female students of Class VII SMP Al Islah Plus Ampelgading Pemalang and were taken by cluster random sampling, data analysis using the chi square test. The results showed that there was a relationship between knowledge, attitudes and sources of information with personal hygiene behavior during the first menstruation (*menarche*) in female students at SMP Al Islah Plus Ampelgading Pemalang.

Keywords : Knowledge, Attitudes, Information and Personal Hygiene Behavior

PENDAHULUAN

Menstruasi adalah proses alamiah yang terjadi pada perempuan. Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang (Kusmiran, 2014). Pengetahuan tentang menstruasi sangat dibutuhkan oleh remaja putri, khususnya pada remaja putri yang baru mengalami menstruasi pertama. Menstruasi pertama (*menarche*) biasanya terjadi pada remaja usia 11 tahun, namun tidak menutup kemungkinan terjadi pada sebelum atau sesudah usia 11 tahun (Haryono, 2016). *Menarche* yang sering dikenal sebagai awal dari kematangan pada anak perempuan biasanya ditandai dengan mulainya menstruasi pertama seringkali dianggap sebagai momok dalam kehidupan anak perempuan yang akan menginjak masa remaja dan *menarche* tersebut menimbulkan tanda kecemasan dan kecemasan merupakan respon emosi tanpa objek yang spesifik yang secara subjektif dialami dan dikomunikasikan secara interpersonal (Syarif, 2020).

Rendahnya pengetahuan tentang menstruasi akan memungkinkan remaja kurang memperhatikan personal hygiene pada saat menstruasi yang dapat menyebabkan kesehatan reproduksi terganggu (Ardiati, 2019). Ketidaktahuan mereka pada kesehatan reproduksi dan pengaruhnya bagi kehidupan. Banyak

sekali penyakit yang bisa muncul bila kita tidak memperhatikan kesehatan organ reproduksi. Salah satu penyakit yang dapat muncul yaitu infeksi saluran reproduksi. Dampak yang terjadi apabila perilaku *personal hygiene* saat menstruasi tidak dilakukan dapat menyebabkan terkena kanker rahim dan keputihan (Nurhayati, 2021).

Menstruasi 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. Hal itu terbukti karena beberapa penelitian yang menyatakan bahwa banyak faktor yang berpengaruh dalam perilaku *hygiene* remaja saat menstruasi (Yusiana, 2016). Besarnya masalah yang timbul akibat remaja kurang memperhatikan perawatan alat kelamin pada saat menstruasi yang dapat membahayakan kesehatan reproduksi sendiri. Masalah yang sering timbul terkait kesehatan reproduksi pada remaja adalah rasa gatal di sekitar alat kelamin, serta perut terasa nyeri. Hal ini diakibatkan remaja tidak dapat mengaplikasikan bagaimana cara merawat bagian reproduksi khususnya pada saat menstruasi (Rohan, 2013).

Perempuan harus dapat menggunakan pembalut yang bersih,

dapat diganti sesering mungkin diri dalam kondisi nyaman dengan privasi yang terjaga (Kemenkes, 2017). Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) merupakan pengelolaan kebersihan dan kesehatan pada saat perempuan mengalami menstruasi. Perempuan harus dapat menggunakan pembalut yang bersih, dapat diganti sesering mungkin selama periode menstruasi, dan memiliki akses untuk pembuangannya, serta dapat mengakses toilet, sabun, dan air untuk membersihkan diri dalam kondisi nyaman dengan privasi yang terjaga (Rokom, 2017).

Personal hygiene sangat penting dilakukan karena jika tidak diterapkan dengan benar maka akan menimbulkan infeksi saluran reproduksi, infeksi jamur, dan bakteri. Menstruasi merupakan peristiwa keluarnya darah kotor disertai rasa gatal di bagian vulvae, sehingga jika kurang dijaga kebersihannya akan berpotensi terhadap timbulnya infeksi pada organ reproduksi (Ayu, 2013). Buruknya *personal Hygiene* saat menstruasi dapat menyebabkan rasa gatal atau tidak nyaman akibat terkena sejenis jamur atau kutu pada alat reproduksi. Kebersihan daerah genetalia terutama pada saat menstruasi sering diabaikan oleh remaja. Darah dan keringat yang keluar serta menempel pada vulva yang dapat menyebabkan daerah genetalia

menjadi lembab sehingga bakteri, jamur di daerah genetalia akan tumbuh subur sampai menyebabkan rasa gatal dan infeksi pada daerah tersebut (Kusmiran, 2014).

Peran pemerintah dalam upaya meningkatkan *personal hygiene* diwujudkan dengan menerapkan manajemen kebersihan menstruasi (MKM) yaitu mengelola menstruasi dengan cara yang bermartabat adalah hak asasi bagi perempuan, baik dewasa maupun anak-anak. Banyak anak perempuan tidak memiliki pemahaman yang tepat bahwa menstruasi mereka adalah proses biologis yang normal dan mereka justru baru mengenalnya pada saat menarke alias saat pertama kali seorang anak perempuan mengalami menstruasi (Kemendikbud, 2017). Remaja putri yang mengalami *menarche* sering merasakan kebingungan dan kesedihan. Hal ini terjadi dikarenakan kebanyakan remaja tidak memahami dasar dari perubahan yang terjadi pada dirinya (Nurul Hidayah dan Sara Palila, 2018). Berkaitan dengan perilaku hygiene, peran penting bidan sebagai *health educator* yaitu dapat mendidik individu, keluarga, kelompok dan masyarakat serta tenaga kesehatan dengan membantu klien dalam meningkatkan tingkat pengetahuan kesehatan, gejala penyakit bahkan tindakan yang diberikan, sehingga terjadi

perubahan perilaku *personal hygiene* yang lebih baik. Salah satunya dengan memberi penyuluhan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi lebih luas sehingga tidak terjadi infeksi pada genetalia (Noviana, 2018).

Informasi dan pengetahuan mengenai menstruasi sangatlah penting terutama untuk remaja putri karena dapat membantu remaja dalam mengatasi perilaku yang salah saat menstruasi (A. A. dan dwi Susanti, 2019). Kurangnya informasi yang didapatkan oleh remaja tentang menstruasi menyebabkan kurangnya pengetahuan remaja tentang hal yang harus dilakukan saat menstruasi terjadi (Ardiati, 2019). Beberapa remaja di daerah masih mempercayai budaya yang terkait dengan menstruasi seperti tidak boleh keramas saat menstruasi karena akan membuat lingkaran mata menjadi hitam, tidak boleh potong kuku saat menstruasi, tidak boleh potong rambut saat menstruasi, saat menstruasi sebaiknya minum-minuman yang bergas agar darah cepat habis (Andriyani, 2018).

Hasil observasi peneliti di SMP Al Islah Plus Ampelgading Pematang ditemukan bahwa ada beberapa siswa putri tidak mengetahui tentang *personal hygiene* saat menstruasi seperti penggunaan pembalut, dan kebersihan alat genetalia, Siswi hanya mengganti pembalutnya dua kali dalam sehari yaitu setelah mandi pagi dan mandi sore.

Padahal penggantian pembalut 3-4 jam sekali merupakan hal yang paling penting dilakukan demi kenyamanan, mencegah bau dan infeksi. Siswi juga tidak mengetahui setelah buang air besar atau buang air kecil membersihkan alat genetalia ke arah mana, yaitu: dari depan ke belakang atau dari belakang ke depan, dan harus mengganti pembalut atau tidak.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Pendekatan ini ialah penelitian epidemiologis analitik observasional untuk mencari faktor yang berhubungan dengan perilaku *personal hygiene* siswi SMP Al Islah Plus Ampelgading Pematang. Sampel yang digunakan adalah 70 siswa putri Kelas VII SMP Al Islah Plus Ampelgading dengan teknik *cluster random sampling*.

Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner yang terdiri atas pengetahuan, sikap, informasi, dan perilaku *personal hygiene*. Selanjutnya analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan setiap variabel yang diteliti dengan menggunakan tabel frekuensi dan narasi yang meliputi pengetahuan, sikap, informasi, dan perilaku *personal hygiene*. Sedangkan analisis bivariat untuk melihat ada

tidaknya hubungan antara tiga variabel, yaitu variabel terikat dengan variabel bebas. Analisis yang digunakan untuk mengetahui hubungan, sikap dan informasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pertama (*menarche*) pada remaja putri di SMP Al Islah Plus Ampelgading Pematang. Analisis data bivariat menggunakan uji *chi square* (Notoatmodjo, 2014). Uji *chi*

square digunakan karena sampel dikategorisasikan ke dalam dua atau lebih dimensi atau variabel. Uji ini mengevaluasi hipotesa “apakah terdapat hubungan pada dua variabel atau apakah dua variabel tersebut saling independen?”. artinya variabel yang saling independen tersebut tidak memiliki hubungan satu sama lain (*zero correlation*) (Heryana, 2020).

HASIL PENELITIAN

Hasil analisis univariat pengisian kuesioner yang terdiri atas pengetahuan, sikap, informasi, dan perilaku *personal hygiene* dapat dijabarkan sebagai berikut.

Tabel 1 Kategori Variabel Penelitian

No.	Perilaku <i>Personal Hygiene</i>	F	%
1.	Buruk	13	18,57
2.	Baik	57	81,43
No.	Pengetahuan	F	%
1.	Rendah	50	71,43
2.	Tinggi	20	28,57
No.	Sikap Saat Menstruasi	F	%
1.	Buruk	2	2,86
2.	Baik	68	97,14
No.	Sumber Informasi	F	%
1.	Kurang	7	10,00
2.	Baik	63	90,00
	Jumlah	70	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar perilaku *personal hygiene* siswa putri SMP Al Islah Plus Ampelgading Pematang termasuk dalam kategori baik yaitu 57 siswi atau (81,43%) dan hanya sebagian kecil saja yang termasuk kategori buruk yaitu 13

siswi atau (18,57%). Pengetahuan tentang menstruasi siswa putri SMP Al Islah Plus Ampelgading Pematang termasuk dalam kategori rendah yaitu ada 50 siswi atau (71,43%) dan yang termasuk kategori tinggi ada 20 siswi atau (28,57%). Sikap saat menstruasi

siswa putri SMP Al Islah Plus Ampelgading Pematang sebagian besar termasuk dalam kategori baik yaitu ada 68 siswi atau (97,14%) dan hanya sebagian kecil saja yang termasuk kategori buruk yaitu 2 siswi atau (2,86%). Sumber informasi tentang menstruasi siswa putri SMP Al Islah Plus Ampelgading Pematang sebagian besar termasuk dalam kategori baik yaitu ada 63 siswi atau (90,00%) dan hanya sebagian kecil saja yang termasuk

kategori kurang yaitu 7 siswi atau (10,00%).

Selanjutnya analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Adanya hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen ditunjukkan dengan $p\text{-value} < 0,05$. Hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 2
Hasil Uji Bivariat Pengetahuan, Sikap dan Sumber Informasi dengan Perilaku Personal Hygiene

Variabel	Perilaku <i>Personal Hygiene</i>				Total		<i>P-Value*</i>
	Buruk		Baik				
	N	%	N	%	N	%	
Pengetahuan							
Rendah	13	18,57	37	52,86	50	71,43	0,012
Tinggi	0	0,00	20	28,57	20	28,57	
Total	13	18,57	57	81,43	70	100	
Sikap							
Buruk	2	2,86	0	0,00	2	2,86	0,003
Baik	11	15,71	57	81,43	68	97,14	
Total	13	18,57	57	81,43	70	100	
Informasi							
Kurang	4	5,71	3	4,29	7	10,00	0,006
Baik	9	12,86	54	77,14	63	90,00	
Total	13	18,57	57	81,43	70	100	

Hasil penelitian pada tabel 2 di atas menunjukkan skor pengetahuan masing-masing 13, 37, 0, 20; sedangkan persentase masing masing 18,57, 52,86,

0,00, 28,57. Hasil di atas tabel ini tidak layak diuji dengan *chi square* karena ada skor persentase yang 0. Selanjutnya data diuji dengan *fisher's test*. Skor sikap

masing-masing 2, 0, 11, 57; sedangkan persentase masing masing 2,86, 0,00, 18,57, 81,43. Hasil di atas tabel ini tidak layak diuji dengan *chi square* karena ada skor persentase yang 0. Selanjutnya data diuji dengan *fisher's test*. Variabel sumber informasi tentang menstruasi memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku *personal hygiene*.

Hal ini dibuktikan dari uji statistic *chi-square* diperoleh $p\text{-value} = 0,006 < 0,05$ maka H_a diterima H_0 ditolak, hal ini berarti bahwa ada hubungan antara sumber informasi tentang menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pertama (*menarche*) pada remaja putri di SMP Al Islah Plus Ampelgading Pematang.

Tabel 3
Hasil Uji Hipotesis Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku *Personal Hygiene* menggunakan *Fisher Test*

Pengetahuan	<i>Exact sig. (2-sided)</i>	<i>Exact sig. (1-sided)</i>
<i>Fisher's Exact Test</i>	0,014	0,007
Sikap	<i>Exact sig. (2-sided)</i>	<i>Exact sig. (1-sided)</i>
<i>Fisher's Exact Test</i>	0,032	0,032

Hasil uji hipotesis pada tabel 3 di atas yang dilakukan menggunakan uji *fisher's exact test*, didapatkan nilai $sig = 0,014$ ($sig < 0,05$) maka H_a diterima H_0 ditolak, hal ini berarti bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pertama (*menarche*) pada remaja putri di SMP Al Islah Plus Ampelgading Pematang. Hasil uji hipotesis sikap dengan perilaku *personal hygiene* menggunakan uji *fisher's exact test*, didapatkan nilai $sig = 0,032$ ($sig < 0,05$) maka H_a diterima H_0 ditolak, hal ini berarti bahwa ada hubungan antara sikap saat menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pertama kali

(*menarche*) pada remaja putri di SMP Al Islah Plus Ampelgading Pematang.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan tentang menstruasi siswi SMP Al Islah Plus Ampelgading dalam usaha memelihara, mempertahankan dan memperbaiki kebersihan dan kesehatannya untuk kesejahteraan fisik maupun psikologis melalui implementasi tindakan *hygiene* (kebersihan) yang dilakukan saat menstruasi sudah cukup baik. Hal ini didukung hasil penelitian yang menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pertama (*menarche*) pada siswi SMP Al Islah Plus

Ampelgading Pematang. Hal ini dibuktikan dari uji *fisher's exact test*, didapatkan nilai sig = 0,014 (sig < 0,05), maka H_a diterima H_0 ditolak. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian oleh (Andriyani, 2018) yang menyimpulkan ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada santriwati di MTs Pondok Pasentren Dar El Hikmah Kota Pekanbaru Tahun 2016, hal ini dibuktikan dari uji statistic *chi-square* diperoleh Pvalue=0,002. Kedua penelitian ada kesamaan yaitu menyimpulkan ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.

Adanya hubungan, dikarenakan adanya pengetahuan remaja tentang menstruasi akan mempengaruhi perilaku remaja yang baik saat menstruasi. Pengetahuan dan perilaku seseorang dapat mempengaruhi bagaimana seseorang untuk melakukan hal yang lebih baik. Pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* organ reproduksi merupakan domain hal yang sangat penting dalam menentukan perilaku *personal hygiene*. Apabila pengetahuan *personal hygiene* organ reproduksi telah dipahami maka akan timbul perilaku yang baik. Semakin tinggi pengetahuan seseorang tentang *personal hygiene* maka semakin baik pula tingkat perilakunya (Yuni, 2015). *Personal hygiene* saat

menstruasi adalah komponen *personal hygiene* (kebersihan perorangan) yang memegang peranan penting dalam status perilaku kesehatan seseorang termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi (Angrainy, 2021). Pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi adalah tindakan memelihara kebersihan khususnya daerah kewanitaan pada saat menstruasi yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan, memelihara kesehatan diri, mencegah penyakit serta meningkatkan kepercayaan diri saat menstruasi (Setianingsih, 2016).

Pengetahuan yang dapat diberikan kepada remaja tentang menstruasi pertama berupa pengetahuan tentang proses terjadinya menstruasi secara biologis, dukungan emosional, dan dukungan psikologis. Keluarga, terutama ibu adalah sebagai lingkungan utama remaja memegang peranan penting dalam membentuk perilaku remaja (Wartonah, 2010). Pengetahuan tentang kesehatan mencakup apa yang diketahui oleh seseorang terhadap cara-cara memelihara kesehatan, seperti pengetahuan tentang penyakit menular, pengetahuan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan, pengetahuan tentang fasilitas pelayanan kesehatan dan pengetahuan untuk menghindari kecelakaan. Pengetahuan tentang *personal hygiene* perlu didapatkan guna meningkatkan

derajat kesehatan seseorang, dengan memelihara kebersihan diri, memperbaiki *personal hygiene* yang kurang, pencegahan penyakit, meningkatkan kepercayaan diri dan menciptakan keindahan (Suryani, 2019). Pengetahuan seseorang tentang *personal hygiene* saat menstruasi juga memiliki pengaruh bagi perilaku seseorang dalam menjaga dan merawat kesehatan reproduksinya. Pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi penting untuk remaja agar mereka mempunyai informasi dan pengetahuan yang benar tentang kesehatan reproduksi (Angrainy, 2021). Tujuan dari perawatan selama menstruasi adalah untuk pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan selama masa menstruasi sehingga mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta dapat meningkatkan derajat kesehatan seseorang. Pengetahuan tentang *hygiene* akan mempengaruhi praktik *personal hygiene*. Pengetahuan yang baik dapat meningkatkan kesehatan (Yuni, 2015).

Sikap saat menstruasi siswi SMP Al Islah Plus Ampelgading merupakan kemauan atau kesiapan untuk melakukan tindakan, bukan pelaksanaan motif tertentu. Kondisi ini didukung mudahnya remaja memperoleh banyak informasi dari berbagai media atau kegiatan penyuluhan dapat meningkatkan intuisi dan ilmu pada

dirinya, hal tersebut bisa menjadi alasan untuk terbentuknya sikap remaja. Setelah itu, remaja yang telah menyerap ilmu dengan baik, kemudian ia akan berusaha menerapkan dan membiasakan sikap tersebut pada dirinya saat menstruasi. Hal ini didukung hasil penelitian yang menunjukkan terdapat hubungan antara sikap dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pertama (*menarche*) pada siswi SMP Al Islah Plus Ampelgading Pematang. Hal ini dibuktikan dari uji *fisher's exact test*, didapatkan nilai sig = 0,006 (sig <0,05), maka H_a diterima H_0 ditolak. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian dari (Permata, 2019) yang menyimpulkan ada hubungan antara pengetahuan remaja putri dengan perilaku *vulva hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 1 Pulau Beringin Kabupaten Ogan Komering Ulu Selatan Provinsi Sumatera Selatan tahun 2019, hal ini dibuktikan dari uji statistik *chi-square* diperoleh p-value = 0,001 < 0,05. Penelitian lainnya ada hubungan antara sikap dengan *personal hygiene* saat menstruasi di SMA Etislandia Medan (Pemiliana, 2019), yang ditunjukkan uji statistik uji statistik *Chi square* didapatkan nilai $p < 0,05$ ($p = 0,049$) artinya ada hubungan antara sikap dengan *personal hygiene* saat menstruasi.

Adaya hubungan sikap dengan perilaku *personal hygiene* disebabkan pertumbuhan dan perkembangan pada

remaja berlangsung dalam waktu relatif cepat baik secara fisik maupun mental sehingga menyebabkan remaja sudah mampu melakukan fungsi proses reproduksinya, seiringan dengan hal tersebut perlu adanya dukungan untuk membentuk sikap yang baik terutama menanggapi kondisi sebagai perempuan yang akan mengalami menstruasi. Sebaliknya sikap negatif pada remaja akan berdampak terhadap perilaku terutama terkait *personal hygiene* menstruasinya, remaja yang telah mengetahui tentang *personal hygiene* menstruasi akan memiliki bekal yang positif saat mereka menstruasi (Nurrochmah, 2022). Sikap yang baik mempunyai dampak terhadap konduite kebersihan diri remaja putri saat menstruasi, remaja putri dengan perilaku positif akan mampu memberikan motivasi kepada remaja putri tersebut dalam mempraktikkan kebersihan menstruasi atau menjaga diri ketika menstruasi (Solissa, 2022). Sikap berkaitan dengan perilaku seseorang, sikap seseorang terhadap suatu tindakan menunjukkan perilaku responden tersebut terhadap suatu tindakan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki perilaku baik tentang *personal hygiene* organ genitalia, akan memiliki sikap baik juga terhadap *personal hygiene* organ genitalia (Budiono, 2016).

Sikap adalah respons tertutup remaja terhadap stimulus atau objek tertentu, yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan (senang-tidak senang, setuju-tidak setuju, baik-tidak baik, dan sebagainya) (Notoatmodjo, 2014). Sikap dapat juga disebut semacam kesiapan untuk bereaksi terhadap suatu objek dengan cara-cara tertentu. Kesiapan yang dimaksudkan merupakan kecenderungan potensial untuk bereaksi dengan cara tertentu apabila individu dihadapkan pada suatu stimulus yang menghendaki adanya respons (Dewi, 2016). Sikap relatif lebih menetap dibandingkan dengan emosi dan pikiran, sikap mengandung aspek penilaian atau evaluatif terhadap objek. Dengan kata lain sikap merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak, sikap belum merupakan suatu tindakan / aktivitas, akan tetapi sikap merupakan faktor predisposisi untuk bertindak. Sikap yang positif akan cenderung mendorong seseorang berperilaku positif juga (Mukarramah, 2020). Usia *menarche* remaja putri memiliki sikap yang baik menunjukkan bahwa usia *menarche* yang semakin dini membuat remaja harus mempersiapkan pengetahuan yang baik tentang kebersihan saat menstruasi karena dengan pengetahuan yang baik akan membawa remaja putri terhindar dari ISR (infeksi saluran reproduksi), dengan

demikian tujuan dari kebersihan akan terwujud yaitu untuk meningkatkan derajat kesehatan seseorang (Yuni, 2015).

Sumber informasi tentang menstruasi siswi SMP Al Islah Plus Ampelgading sebagian besar diperoleh dari media massa. Media massa saat ini terbuka untuk mengangkat masalah kesehatan reproduksi termasuk didalamnya tentang higiene menstruasi. Iklan-iklan yang berkaitan dengan menstruasi, baik iklan tentang pembalut wanita ataupun obat-obatan yang berkaitan dengan masalah-masalah gangguan haid banyak ditayangkan oleh media massa, baik elektronik maupun cetak. Hal ini didukung hasil penelitian yang menunjukkan ada hubungan antara sumber informasi tentang menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pertama (*menarche*) pada siswi SMP Al Islah Plus Ampelgading Pematang, hal ini dibuktikan dari uji statistic *chi-square* diperoleh $p\text{-value} = 0,001 < 0,05$ maka H_a diterima H_0 ditolak. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian (Fransisca, dkk., 2020) yang menyimpulkan ada hubungan antara sumber informasi dengan *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri kelas VII di SMPN 31 Padang. Hal ini ditunjukkan dari uji statistic *chi-square* diperoleh $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ maka H_a diterima H_0 ditolak, hal ini

berarti bahwa ada hubungan antara sumber informasi dengan *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi kelas VII SMPN 31 Padang tahun 2020.

Adanya hubungan sumber informasi dengan perilaku *personal hygiene*, dikarenakan sumber informasi dari keluarga sangat berperan khususnya ibu dalam hal *personal hygiene* dengan memberikan edukasi kepada anak perempuannya mengenai masalah kesehatan terutama kesehatan reproduksi. Diantaranya ialah memperhatikan munculnya *menarche* agar remaja putri melakukan persiapan diri secara mental. Motivasi orang tua sebagai informan utama bagi remaja putri sangat berpengaruh serta mempunyai peran besar dalam membentuk kebiasaan kesehatan yang baik (Solissa, 2022). Sumber informasi adalah media yang berperan penting bagi seseorang dalam menentukan sikap dan keputusan untuk bertindak. Sumber informasi itu dapat diperoleh dengan bebas mulai dari teman sebaya, buku-buku, film, video, bahkan dengan mudah membuka situs-situs lewat internet (Dina, 2017). Peran informasi non media (orang tua, guru, rekan kerja, tenaga medis adalah yang pertama memberikan informasi *personal hygiene* kepada siswa karena orang tua, guru dan rekan lebih dekat dengan siswa dan dapat berkomunikasi lebih banyak melalui media elektronik, media cetak dimana

siswa harus membuka internet atau membeli buku dan koran yang berhubungan dengan *personal hygiene* (Solissa, 2022).

Informasi yang diperoleh dari berbagai sumber akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Semakin banyak informasi maka ia cenderung mempunyai pengetahuan yang luas (Notoatmodjo, 2011). Keterpaparan informasi kesehatan terhadap individu akan mendorong terjadinya perilaku kesehatan (Dina, 2017). Pemberi sumber informasi harus memiliki pengetahuan yang memadai tentang *personal hygiene*, sehingga pengetahuan yang dapat diberikan kepada remaja tentang menstruasi pertama berupa pengetahuan tentang proses terjadinya menstruasi secara biologis, dukungan emosional, dan dukungan psikologis. Keluarga atau saudara sebagai lingkungan utama remaja memegang peranan penting dalam membentuk perilaku remaja (Wartonah, 2010). Remaja putri perlu diberikan informasi yang baik dan positif melalui guru sekolah. Guru merupakan penyalur atau pemberi informasi pertama yang dilakukan di sekolah setelah orangtua. Sehingga guru dapat memberikan informasi tentang sikap, pengetahuan dan praktik *personal hygiene*, untuk memperhatikan perilaku *personal hygiene* pada remaja putri, sehingga siswa yang sudah terpapar informasi

tersebut akan berdampak positif terhadap perilakunya (Anjan dan Susanti, 2019). Media massa saat ini terbuka untuk mengangkat masalah kesehatan reproduksi termasuk didalamnya tentang *hygiene menstruasi*. Iklan-iklan yang berkaitan dengan menstruasi, baik iklan tentang pembalut wanita ataupun obat-obatan yang berkaitan dengan masalah-masalah gangguan haid banyak ditayangkan oleh media massa, baik elektronik maupun cetak (Lestariningsih, 2015).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Informasi dengan Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Pertama (*Menarche*) pada Remaja Putri di SMP Al Islah Plus Ampelgading Pematang, dapat disimpulkan bahwa:

Ada hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pertama (*menarche*) pada siswi SMP Al Islah Plus Ampelgading Pematang dengan sig 0,014 < 0,05. Ada hubungan sikap dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pertama (*menarche*) pada siswi SMP Al Islah Plus Ampelgading Pematang sig 0,032 < 0,05. Ada hubungan informasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pertama (*menarche*) pada siswi SMP Al Islah Plus Ampelgading Pematang dengan p value 0,006 < 0,05.

Saran dalam penelitian ini perlu dilakukannya penelitian lebih lanjut terkait dengan aspek lain yang memiliki hubungan dengan perilaku *personal hygiene* ketika menstruasi diantaranya dorongan tenaga kesehatan, dorongan guru, dorongan orang tua serta lingkungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, R. M. dan W. (2018). Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Pada Santriwati di MTs Pondok Pesantren Dar El Hikmah Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesmas*, 1(e-ISSN : 2599-3399).
- Angrainy, R. (2021). Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi pada Remaja. *Jurnal Proteksi Kesehatan*, 10(1).
- Ardiati, A. nandya. (2019). Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMP Negeri 2 Ponorogo. *Univesitas Muhammadiyah Ponorogo*.
- Ayu, M. (2013). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri di SMA 5 Banda Aceh. *Sekolah Tinggi Kesehatan U'budiyah Banda Aceh*.
- Budiono, D. F. Y. dan I. (2016). Faktor yang Berhubungan dengan Praktik Menstrual Hygiene Genitalia pada Siswi SMPLB Tunagrahita. *Journal of Health Education*, 1(ISSN 2527-4252).
- Dewi, A. W. dan. (2016). *Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika.
- Dewi Fransisca, Sri Handayani, Chamy Rahmatiq, O. D. dan D. N., & Usman. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi pada Remaja Putri. Prosiding Seminar Nasional STIKES Syedza Saintika.
- Dina, T. (2017). Faktor – faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Wanita Pasangan Usia Subur Dalam Deteksi Dini Kanker Leher Rahim Metode IVA di Wilayah Kerja Puskesmas Naggalo Padang. *Poltekes Padang*.
- Haryono. (2016). *Siap Menghadapi Menstruasi dan Menopause*. Gosyen Publishing.
- Heryana, A. (2020). Uji Chi Square. *Prodi Kesehatan Masyarakat FIKES Univ. Esa Unggul*.
- Kemendikbud. (2017). *Panduan Manajemen Kebersihan Menstruasi bagi Guru dan Orang Tua*. Direktur Pembinaan Sekolah Dasar, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan RI.
- Kemenkes. (2017). Manajemen Kebersihan Menstruasi Perlu Dipahami. <https://www.kemkes.go.id/article/view/17052700001>. diakses pada tanggal 8 Agustus 2022.
- Kusmiran, E. (2014). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Salemba Medika.
- Lestariningsih, S. (2015). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Praktik Higiene Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawa*, 8(2).
- Maria Anita Yusiana, M. S. T. S. (2016). Perilaku *Personal Hygiene* Remaja Puteri pada Saat Menstruasi. *Jurnal STIKES Vol. 9, No.1, Juli 2016*.
- Mukarramah. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Luwu Raya*, 7(1).
- Notoatmodjo, S. (2011). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. PT. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Imu Pengetahuan dan Seni*. PT. Rineka Cipta.
- Noviana, C. R. (2018). Pengaruh Penyuluhan terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi di Kelas X SMA Negeri Bunga

- Bangsa Kecamatan Darul Makmur Kabupaten Nagan Raya Provinsi Aceh Tahun 2018. *Institut Kesehatan Helvetia Medan*.
- Nurhayati. (2021). Perilaku Remaja Putri Awal Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMP Negeri 2 Pematangsiantar. *Universitas Sumatera Utara Fakultas Keperawatan*.
- Nurrochmah, S. (2022). Hubungan Antara Sikap dengan Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Siswi SMA Budi Utomo Jombang. *Sport Science and Health*, 4(1).
- Nurul Hidayah dan Sara Palila. (2018). Kesiapan Menghadapi Menarche pada Remaja Putri Prapubertas Ditinjau dari Kelekatan Aman Anak dan Ibu. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(1), 107–114.
- Permata, D. D. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMP N 01 Pulau Beringin Sumatera Selatan Tahun 2019. *Universitas Nasional Jakarta Fakultas Ilmu Kesehatan*.
- Putri Diah Pemiliana, W. A. dan D. V. (2019). Perilaku Remaja Putri dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMA Etidlandia Medan Tahun 2018. *Gaster*, 17.
- Rohan, S. (2013). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi*. Nuha Medika.
- Rokom. (2017). *Manajemen Kebersihan Menstruasi Perlu dipahami*.
- Setianingsih, N. A. P. dan A. (2016). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, Vol. 05, N.
- Solissa, N. Y. dan F. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Sumber Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMK Negeri V Buru Selatan, Maluku Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(12).
- Suryani, L. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi di SMP Negeri 12 Kota Pekanbaru. *JOMIS (Journal Of Midwifery Science)*, 3(P-ISSN : 2549-2543-E-ISSN : 2579-7077).
- Susanti, A. A. dan D. (2019). Hubungan Sumber Informasi dengan Perilaku Personal Hygiene pada Remaja Putri Saat Menstruasi. *Caring*, 3(1).
- Susanti, A. A. dan dwi. (2019). Hubungan Sumber Informasi Terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMP N 1 Gamping. *Universitas Jenderal A Yani Yogyakarta*.
- Syarif, S. E. (2020). Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi Haid Pertama Kali (Menarche) pada Siswi Kelas VII SMP Negeri 1 Atambua. *Jurnal Sahabat Keperawatan*, 2(2).
- Wartolah, T. dan. (2010). *Kebutuhan Dasar manusia dan Proses Keperawatan*. Salemba Medika.
- Yuni, N. E. (2015). *Buku Saku Personal Hygiene*. Nuhu Medika.