

# PENGARUH EDUKASI DENGAN MENGGUNAKAN AUDIOVISUAL TENTANG PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI

Rahmatia\*, Indra Dewi, Nani Apriani Natsir Djide

<sup>1,2,3</sup> STIKES Nani Hasanuddin, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

\*e-mail: penulis-korespondensi: ([rahmatia08200@gmail.com](mailto:rahmatia08200@gmail.com))

(Received: 14.05.2024; Reviewed; 20.05.2024; Accepted; 10.06.2024)

## ABSTRACT

*Menstruation is the process of bleeding from the uterus due to the collapse of the inner lining of the uterus, which contains many blood vessels and unfertilized eggs. Personal hygiene during menstruation is an action to maintain health and cleanliness in the feminine area during menstruation to avoid bacteria that cause infections. improve poor personal hygiene, prevent disease, increase self-confidence, and create beauty. This research aims to provide education using audio visuals about personal hygiene during menstruation to increase the knowledge of female students at SMP Negeri 1 Banawa Selatan Selatan. This research is descriptive research with quantitative research methods using experimental methods with questionnaire instruments. This type of research emphasizes the influence of personal hygiene education. This research was conducted at SmpN 1 South Banawa. With a population of 70 people and 45 who were eligible for research. The results of this research showed that there was an effect of providing audio-visual education about personal hygiene during menstruation on increasing the knowledge of young women with the value obtained being  $p=(0.001) < \alpha(0.05)$*

**Keyword:** Menstruasi, Personal Hygiene

## ABSTRAK

Menstruasi adalah proses keluarnya darah dari rahim akibat runtuhnya lapisan dalam rahim, yang mengandung banyak pembuluh darah dan telur yang tidak dibuahi. *Personal hygiene* saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada daerah kewanitaan pada saat menstruasi agar terhindar dari bakteri yang menyebabkan infeksi. memperbaiki *personal hygiene* yang kurang, mencegah suatu penyakit, meningkatkan rasa percaya diri, dan menciptakan keindahan. Penelitian ini bertujuan untuk Untuk melakukan edukasi dengan menggunakan audio visual tentang *personal hygiene* saat menstruasi terhadap peningkatan pengetahuan siswi di SMP Negeri 1 Banawa Selatan Selatan. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan Metode penelitian kuantitatif menggunakan metode eksperimen dengan alat instrumen kuesioner. Jenis penelitian ini menekankan pada pengaruh edukasi *personal hygiene*. Penelitian ini dilakukan di SmpN 1 banawa selatan. Dengan populasi 70 orang dan yang layak diteliti sebanyak 45. Hasil penelitian ini diperoleh bahwa ada pengaruh pemberian edukasi dengan audio visual tentang *personal hygiene* saat menstruasi terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri dengan nilai yang didapatkan adalah  $p=(0,001) < \alpha(0,05)$

**Kata Kunci:** Menstruasi, Personal Hygiene

## Pendahuluan

Menstruasi adalah proses keluarnya darah dari rahim akibat runtuhnya lapisan dalam rahim, yang mengandung banyak pembuluh darah dan telur yang tidak dibuahi. Dan wanita juga harus menjaga kebersihan untuk memastikan organ reproduksinya bersih dan bebas dari infeksi. Dampak dari tidak menjaga kebersihan saat haid antara lain lebih mudah terkena infeksi saluran kemih, infeksi saluran reproduksi, dan iritasi kulit. (Palupi et al., 2020).

*Personal hygiene* saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada daerah kewanitaan pada saat menstruasi agar terhindar dari bakteri yang menyebabkan infeksi. 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, serta tujuan dilakukannya *personal hygiene* adalah meningkatkan derajat kesehatan seseorang, memelihara kebersihan diri seseorang, memperbaiki *personal hygiene* yang kurang, mencegah suatu penyakit, meningkatkan rasa percaya diri, dan menciptakan keindahan. (Meilan, 2019).

Menurut data dari WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2015, angka menstruasi yang mengalami *personal hygiene* kurang begitu baik masih tergolong tinggi di dunia. Lebih dari 50% perempuan di dunia tanpa sadar melakukannya. Dari hasil penelitian, di Amerika persentase kejadian perilaku *personal hygiene* sekitar 60%, Swedia 72%, Mesir 75% dan di Indonesia 55% (WHO, 2015). Berdasarkan data Riskesdas Sulawesi Selatan (2018), anak perempuan yang berusia 10-14 tahun memiliki masalah pada reproduksinya. Berdasarkan data statistik Kota Makassar menunjukkan 4,3 juta jiwa remaja putri yang berusia 10-14 tahun memiliki perilaku *hygiene* yang sangat buruk. Bukti dari hasil riset Kementerian Kesehatan RI bahwa 5,2 remaja putri yang tinggal di 17 Provinsi di Indonesia menderita penyakit yang sering terjadi karena ketidakpatuhan menjaga kebersihan setelah menstruasi. (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Berdasarkan penelitian beberapa peneliti pendahulu diketahui bahwa pengetahuan *personal hygiene* remaja pada saat menstruasi masih rendah, hal ini seperti yang diungkap oleh penelitian Widyantoro yang dikutip oleh Yulianti (2012), mengenai higienitas menstruasi pada perempuan pengunjung rumah sakit di Subang dan Tangerang (N=305) bahwa sebagian besar 77,5% di Tangerang dan 68,3% di Subang mempunyai status higienitas menstruasi. Dalam hal higienitas individu, masih terdapat responden yang salah dalam membersihkan alat kelaminnya yaitu dari arah belakang ke depan 20,1% pada hari biasa dan 19,8% pada saat menstruasi. Menurut BKKBN (2012) menyatakan bahwa rendahnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi akan memungkinkan perempuan tidak berperilaku *hygiene* pada saat menstruasi yang dapat membahayakan kesehatan reproduksi sendiri. Karena pada saat menstruasi pembuluh darah rahim terbuka sehingga sangat mudah terinfeksi. Kebiasaan menjaga kebersihan terutama pada bagian reproduksi merupakan langkah awal dari usaha menjaga menjaga kesehatan.

## Metode

Rancangan penelitian adalah strategi untuk mencapai tujuan penelitian yang telah ditetapkan dan berperan sebagai pedoman atau penuntun penelitian pada seluruh proses penelitian (Nursalam, 2020). Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian mengamati, menggambarkan, dan mendokumentasikan aspek situasi seperti yang terjadi secara dan kadang untuk dijadikan titik awal untuk hipotesis generasi atau teori pembangunan penelitian (Polit, 2012). Rancangan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP Negeri 1 Banawa Selatan Selatan. Tempat penelitian Di SMP Negeri 1 Banawa Selatan Selatan dan Waktu penelitian Penelitian dilaksanakan pada bulan Juli 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi putri kelas VII yang tingkat pengetahuannya masih kurang mengenai *personal hygiene* saat menstruasi . Jumlah Populasi yang di dapatkan adalah 70 populasi. Besar sampel diantara populasi yang layak diteliti sebanyak 45 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah termasuk dalam kategori *Non probability* dengan cara *purposive* yaitu suatu penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti.

### 1. Kriteria Inklusi

- Siswi yang hadir saat meneliti dan bersedia menjadi responden
- Siswi yang sehat jasmani dan rohanis
- Siswi yang belum mengalami menstruasi
- Siswi kelas VII yang yang bersekolah di SMP Negeri 1 Banawa Selatan Selatan

### 2. Kriteria Eksklusi

- Siswi putri yang sudah mengalami menstrausi sejak SD
- Siswi putri yang sakit saat meneliti
- Siswi kelas VIII & IX yang brsekolah di SMP Negeri 1 Banawa Selatan Selatan
- Siswa yang sedang melakukan kegiatan dan tidak dapat diganggu
- Siswa yang tidak dapat mendengar atau melihat.

Prosedur pengambilan data dilakukan dengan cara sebagai berikut

1. Peneliti mengurus perizinan surat pengantar penelitian kepada insitusi Stikes Nani Hasanuddin Makassar.
2. Menyerahkan surat perizinan dari Stikes Nani Hasanuddin Makassar kepada Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Banawa Selatan Selatan
3. Melakukan pendekatan kepada responden mengenai penelitian dan kesediaan menjadi
4. responden.Menjelaskan kepada calon responden mengenai penelitian yang akan dilakukan dan bersedia menjadi responden.
5. Peneliti memberikan kuesioner kepada responden untuk mengisi kuesioner *personal hygiene* saat menstruasi.
6. Peneliti mengumpulkan hasil dari kuesioner dan mengoreksi kuesioner yang sudah dijawab oleh reponden.
7. Setelah data terkumpul peneliti melakukan *editing, coding, scoring, tabulating*
8. Menyajikan hasil penelitian
9. Menyusun laporan penelitian

## Hasil

### 1. Data Demografi

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden di SMP Negeri 1 Banawa Selatan Selatan**

Jenis Kelamin	N	Presentase (%)
Perempuan	45	100
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin didapatkan keseluruhan responden 45 (100.0%) berjenis kelamin perempuan.

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Responden di SMP Negeri 1 Banawa Selatan Selatan**

Umur	N	Presentase (%)
14 Tahun	15	33.3
15 Tahun	30	66.7
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Umur diperoleh 15 responden berumur 14 tahun (33.3%) dan 30 responden (66.7%) berumu 15 tahun.

### 2. Analisis Univariat

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pre Edukasi *Personal Hygiene* saat Menstruasi di SMP Negeri 1 Banawa Selatan Selatan**

Pre Edukasi	N	Presentase (%)
Kurang	23	51.1
Cukup	12	26.7
Baik	10	22.2
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pre edukasi diperoleh 23 responden (51.1%) memiliki pengetahuan kurang tentang *personal hygiene* saat menstruasi, 12 responden (26.7%) memiliki pengetahuan cukup tentang *personal hygiene* saat menstruasi, dan 10 reponden (22.2%) memiliki pengetahuan baik tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

**Tabel 4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Post Edukasi *Personal Hygiene* saat Menstruasi di SMP Negeri 1 Banawa Selatan Selatan**

Post Edukasi	N	Presentase (%)
Kurang	8	17.8
Cukup	11	24.4
Baik	26	57.8
<b>Total</b>	<b>45</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan post edukasi diperoleh 8 responden (17.8%) memiliki pengetahuan kurang tentang *personal hygiene* saat menstruasi, 11 responden (24.4%) memiliki pengetahuan cukup tentang *personal hygiene* saat menstruasi, dan 26 reponden (57.8%) memiliki pengetahuan baik tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

3. Analisis Bivariat.

**Tabel 5 Pengaruh Edukasi dengan Audio Visual tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri di SMP Negeri 1 Banawa Selatan Selatan**

		Ranks			P Value
		N	Mean Rank	Sum of Ranks	
Pre Edukasi tentang Personal Hygiene saat Menstruasi –	<i>Negative Ranks</i>	5 <sup>a</sup>	12.80	64.00	0,001
	<i>Positive Ranks</i>	24 <sup>b</sup>	15.46	371.00	
Post Edukasi tentang Personal Hygiene saat Menstruasi	<i>Ties</i> Total	16 <sup>c</sup> 45			

a. Post Edukasi tentang Personal Hygiene saat Menstruasi < Pre Edukasi tentang Personal Hygiene saat Menstruasi

b. Post Edukasi tentang Personal Hygiene saat Menstruasi > Pre Edukasi tentang Personal Hygiene saat Menstruasi

c. Post Edukasi tentang Personal Hygiene saat Menstruasi = Pre Edukasi tentang Personal Hygiene saat Menstruasi

Berdasarkan Tabel 5 dapat diketahui setelah dilakukan edukasi audio visual diperoleh, data *Negative Ranks* skor responden dari pre ke post terdapat 5 responden mengalami penurunan, sedangkan pada data *positif ranks* menunjukkan bahwa skor responden dari pre ke post yang mengalami peningkatan terdapat 24 responden, dan pada data *ties* menunjukkan terdapat 16 responden yang mendapatkan skor tetap dari pre ke post.

Hasil uji statistik dengan *Wilcoxon* diperoleh nilai  $p=(0,001) < \alpha(0,05)$ , maka hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. artinya dapat diketahui ada Pengaruh Edukasi dengan Audio Visual tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri di SMP Negeri 1 Banawa Selatan Selatan.

## Pembahasan

Adapun hasil penelitian ini didapatkan 8 responden yang memiliki pengetahuan kurang tentang *personal hygiene*. Hal ini disebabkan karena dari 8 remaja tersebut belum menstruasi dan kurang pengetahuan mengenai *personal hygiene* saat menstruasi. Pada saat penelitian 8 remaja tersebut kurang memperhatikan edukasi melalui audio visual yang di berikan oleh peneliti.

Dalam penelitian ini pula terdapat 11 responden yang memiliki pengetahuan kurang tetapi cukup baik dalam tindakan *personal hygiene* pada saat menstruasi. Hal ini disebabkan karena dari 11 remaja tersebut sudah mengalami menstruasi, terdapat 6 remaja yang masih kurang dalam tindakan menjaga personal hygiene saat menstruasi, dari 6 remaja tersebut belum mengetahui cara yang benar dalam membersihkan kemaluan saat ingin mengganti pembalut, dan kurang pengetahuan bagaimana cara mengolah pembalut bekas dengan benar. Terdapat 6 remaja yang selalu membuang pembalut bekas tanpa dibungkus plastik terlebih dahulu, 2 remaja lainnya mengetahui cara membersihkan kemaluan saat ingin mengganti pembalut dan mengolah pembalut bekas dengan benar. Adapun hasil penelitian ini terdapat 26 responden yang memiliki pengetahuan baik dalam tindakan personal hygiene pada saat menstruasi. Hal ini disebabkan karena dari 26 remaja tersebut sudah mengalami menstruasi dan tahu cara melakukan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi. Dalam sesi tanya jawab oleh responden dan peneliti, 26 remaja ini mengatakan sudah banyak mendapatkan informasi mengenai cara personal hygiene saat menstruasi dengan benar. 26 remaja ini banyak mendapatkan informasi dari keluarga seperti ibu, kakak perempuan, dan saudara perempuan yang lebih tua. *Penelitian ini sejalan dengan (Simanjuntak & Siagian, 2020)*.

Personal hygiene merupakan tindakan seseorang dalam menjaga, merawat dan memelihara kebersihan seluruh anggota tubuhnya, salah satunya dengan melakukan perawatan organ reproduksi pada saat menstruasi. Masa remaja adalah masa dimana mulai terjadi adanya perubahan pada fisik, psikis, serta emosi. Masa ini juga menjadi masa peralihan anak-anak beranjak menuju dewasa serta matangnya organ reproduksi disebut masa pubertas atau puberty. Salah satu tanda masa pubertas pada perempuan adalah terjadinya menstruasi. Menstruasi untuk pertama kalinya disebut juga *Menarche* (Widyastuti et al., 2009). Sangat penting untuk melakukan personal hygiene serta memelihara kesehatan organ reproduksi. Hal tersebut dikarenakan ketika haid pembuluh darah yang ada di rahim sangat sensitif. Sehingga akan mudah sekali untuk terinfeksi ketika kuman masuk kedalam saluran rahim dan menimbulkan penyakit pada alat reproduksi. Remaja putri yang belum melaksanakan perilaku personal hygiene dengan benar saat menstruasi dapat mengakibatkan timbulnya gangguan pada saluran reproduksi (kemih), kanker serviks, keputihan, dan penyakit reproduksi yang sejenisnya. Merawat diri sendiri pada saat menstruasi sangat di butuhkan guna memelihara, menjaga kesehatan organ reproduksi, alternatif tersebut seperti melakukan penggantian

pembalut setelah 3-4 jam sekali, membersihkan diri setiap hari ketika dysmenorrhea, membersihkan area genital mulai dari depan (vagina) menuju ke belakang (anus) setelah buang air besar atau kecil, melakukan aktifitas fisik seperti olahraga pergi ke sekolah, mencukupi asupan makanan dengan sayur dan buah-buahan mengandung kaya zat besi dan kalsium.

Pengetahuan setiap individu tentang personal hygiene memberikan pengaruh besar terhadap sikap dan perilaku seseorang dalam menjaga, memelihara serta merawat kesehatan reproduksi. Sikap positif dan negatif tentang pengetahuan yang didapat tergantung dari pemahaman individu tersebut, bila individu memiliki sikap yang positif itu akan mendorong keinginan individu melakukan perilaku dalam kehidupannya sehari-hari. Peneliti beranggapan bahwa kebanyakan siswi atau remaja tersebut memiliki pengetahuan yang cukup, karena responden sebelumnya pernah mendapatkan informasi mengenai menstruasi melalui orang tua, teman, dan internet. Pengetahuan juga dapat dipengaruhi oleh umur dan pendidikan. Seiring bertambahnya umur kemampuan mental dan pandangan hidupnya berubah, hal ini menyebabkan informasi yang didapatkan semakin meningkat. Dalam penelitian ini responden tidak mendapatkan informasi tentang kesehatan reproduksi terkait menstruasi.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut ada hubungan antara Pengaruh Edukasi dengan Audio Visual tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri di SMP Negeri 1 Banawa Selatan Selatan.

## Ucapan Terima Kasih

Terkhusus penulis persembahkan untuk kedua orang tua serta saudara-saudaraku yang senantiasa mendoakan, memberikan nasehat dan dorongan serta banyak berkorban agar penulis dapat menyelesaikan pendidikan dengan baik. Ucapan terimakasih juga di berikan kepada seluruh rekan rekan yang telah membantu peneliti dalam penelitian ini.

## Referensi

- Dina,dkk. 2016. *Faktor Yang Berhubungan Dengan Menstrual Hygiene Genitalia Pada Siswi SMPLB Tunagrahita*.JHE.Vol 1.ISSN 2527-4252Ihwatun, S., Ginandjar, P., Saraswati, L. D., & Udiyono, A. (2020).
- Aeni N, Yuhandini DS. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Dan Metode Demonstrasi Terhadap Pengetahuan SADARI*. Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan 2019;
- Djamarah S. B, dkk, (Juliantara, 2010:22) menyatakan bahwa sebagai alat bantu (media pembelajaran) dalam pendidikan dan pengajaran. *Media audio- visual mempunyai sifat*.
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta, Kementrian Kesehatan RI, BadanPenelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Lestari, F. A., Suarnianti, & Hasifah. (2019). Hubungan Faktor Individu Dengan Perilaku Pengurangan Risiko Penularan Penyakit Pada Petugas Kesehatan Di Puskesmas .... *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 13, 710–714.
- Meilan, N. (2019). *Pengetahuan Remaja Kelas VII Tentang Personal hygiene Saat Menstruasi di SMPN 31 Kota Bekasi Tahun 2018*. 9(2012), 249–254.
- Palupi, T. D., Pristya, T. Y. R., & Novirsa, R. (2020). Myths about menstrual *personal hygiene* among female adolescents. *Kesmas*, 15(2), 80–85.
- Simanjuntak, J. M. L., & Siagian, N. (2020). Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi Di Smp Negeri 3 Parongpong Kabupaten Bandung Barat. *Nutrix Journal*, 4(1), 13.
- Suarnianti, Kadrianti, E., & Dewi, I. (2019). Pemberlakuan untuk Mengurangi Risiko Penularan Penyakit berdasarkan Komitmen Perawat di Rumah Sakit. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Masyarakat*, 8153, 29–33.
- Suryati. (2012). *Perilaku Kebersihan Remaja Saat Menstruasi*. Jurnal Healt Quality Volume, 3,No. 1.
- Sunaryo. (2013). *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Suryaningsih, Merlyna & Afriyanti, Aufa.(2019). “Hubungan Hygiene Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulva Pada Remaja Putri.” *Nursing Update : Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-ISSN : 2085-5931 e-ISSN : 2623-2871* 1(1):27–32.
- Maharani, K. (2017). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Personal Hygiene Genitalia terhadap Perilaku Hygiene saat Menstruasi pada Siswi Kelas VII SMP Negeri 3 Tempel Sleman*.
- Nugraheni, D. Y. (2019). Pengaruh Peer Group Education Terhadap Perilaku *Personal hygiene* Saat Menstruasi. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Nursalam. (2013). *Konsep & penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*.