

Hubungan Pengetahuan Remaja Dengan Perilaku *Menstrual Hygiene* di SMP Abulyatama Kabupaten Aceh Besar

Yuli Zuhkrina¹, Martina²

¹Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama/Aceh Besar, Indonesia, 23372

*E-mail: yuli_kebidanan@abulyatama.ac.id, martina_bidan@abulyatama.ac.id

Received: Agustus, 13 2024, Accepted: Agustus, 15 2024, Published: Agustus, 17 2024

ABSTRACT

Reproductive health is very important for humans, especially women. During menstruation, teenagers need to pay attention to menstrual hygiene to increase comfort in activities, self-confidence and not be shunned by friends because of the fishy smell. Ignorance of reproductive health can cause diseases such as pelvic inflammation, endometriosis and even infertility. The aim of this research is to see the relationship between adolescent knowledge and Menstrual Hygiene Behavior at Abulyatama Middle School, Aceh Besar Regency. This research is analytical research with a cross sectional approach. Sampling was carried out non-probability using a purposive sampling technique with the criteria being that class VII students were willing to be respondents and had menstruated. The results of this research were that of the 43 respondents, 23 (53.5%) had sufficient knowledge and 27 (62.8%) had negative Menstrual Hygiene behavior. In the bivariate analysis there is a p-value of 0.000 with a percentage of 100% of respondents who have less knowledge and have negative Menstrual Hygiene behavior. Negative adolescent Menstrual Hygiene behavior is greatly influenced by the knowledge that adolescents have so that they can maintain their hygiene and reproductive health. This activity is often ignored by teenagers because teenagers feel that this is not a necessity. Prolonged effects that can lead to long-term effects and can occur in teenagers who do not maintain hygiene during menstruation, namely infertility. Conclusion There is a very significant relationship between teenagers' knowledge and Menstrual Hygiene behavior at Abulyatama Middle School, Aceh Besar Regency with a p-value of 0.000.

Keywords: Adolescents, Knowledge, Behavior, Menstrual Hygiene

ABSTRAK

Kesehatan reproduksi menjadi suatu hal yang sangat penting bagi manusia khususnya wanita. Saat menstruasi remaja perlu memperhatikan *menstrual hygiene* untuk meningkatkan kenyamanan dalam beraktivitas, percaya diri dan tidak dijauhi

teman-teman karena baunya yang amis. Ketidak pedulian terhadap kesehatan reproduksi dapat menimbulkan suatu penyakit seperti radang panggul, endometriosis dan bahkan infertilitas. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk melihat hubungan pengetahuan remaja dengan Perilaku *Menstrual Hygiene* di SMP Abulyatama Kabupaten Aceh Besar. Penelitian ini merupakan penelitian *analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan secara *non-probabilitas* dengan teknik *purposive sampling* dengan kriteria siswi kelas VII, bersedia menjadi responden dan sudah mendapatkan menstruasi. Hasil dari penelitian ini yaitu dari 43 responden terdapat 23 (53,5%) yang berpengetahuan cukup dan 27 (62,8%) dengan perilaku *Menstrual Hygiene* negatif. Pada analisis bivariat terdapat nilai *p-value* 0,000 dengan persentase yaitu 100 % dari responden yang berpengetahuan kurang serta berperilaku *Menstrual Hygiene* negatif. Perilaku *Menstrual Hygiene* remaja yang negatif sangat dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki remaja tersebut sehingga mereka dapat menjaga kebersihan dan kesehatan reproduksinya. Kegiatan ini sering diabaikan oleh remaja dikarenakan remaja merasa hal ini bukanlah hal yang bersifat keharusan. Efek yang berkepanjangan yang dapat berujung pada efek jangka panjang dan dapat terjadi pada remaja yang tidak menjaga *hygiene* pada masa menstruasi yaitu infertilitas. Kesimpulan Terdapat hubungan yang sangat signifikan antara pengetahuan remaja dengan perilaku *Menstrual Hygiene* di SMP Abulyatama Kabupaten Aceh Besar dengan nilai *p-value* 0.000.

Kata kunci: Remaja, Pengetahuan, Perilaku, *Menstrual Hygiene*

1. PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi menjadi suatu hal yang sangat penting bagi manusia khususnya wanita. Kesehatan reproduksi merupakan keadaan kesejahteraan fisik, mental dan sosial secara utuh tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan dalam semua hal yang berkaitan dengan system reproduksi, fungsi dan prosesnya. Seorang remaja perempuan dinyatakan telah tumbuh kearah kematangan salah satunya ditandai dengan adanya menstruasi (Yarza et al., 2019).

Menstruasi merupakan perdarahan secara periodik dan siklis dari uterus yang disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium. Proses menstruasi melibatkan sistem hormon dengan organ tubuh yaitu hipotalamus, hipofisis, ovarium dan uterus (Prayuni et al., 2019). Menstruasi menjadi indikator kematangan seksual pada remaja putri. Menstruasi juga dapat dihubungkan dengan beberapa permasalahan praktek kebersihan diri selama menstruasi yang dapat menimbulkan kerugian pada kesehatan bagi remaja khususnya bagian kesehatan reproduksi apabila tidak terjaga dengan baik (Gustina & Djannah, 2015).

Secara umum siklus menstruasi yang normal berlangsung selama 21-35 hari sekali pada rata-rata periode 28 hari (Greydanus et al., 2012). Saat menstruasi remaja perlu memperhatikan *menstrual hygiene* untuk meningkatkan kenyamanan dalam beraktivitas, percaya diri dan tidak dijauhi teman-teman karena bau amis (Yusiana & Saputri, 2016). Ketidakpedulian terhadap kesehatan reproduksi dapat menimbulkan suatu penyakit seperti radang panggul, endometriosis dan bahkan infertilitas (Zuhkrina, 2017).

Keterbatasan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi selama menstruasi menjadi permasalahan utama diantaranya pada sebagian orang beranggapan bahwa kesehatan reproduksi kurang baik dibicarakan secara terbuka. Adat serta norma agama masih menjadi bagian penting dari cara pandang orang Indonesia. Dari permasalahan tersebut BKKBN terus berupaya semaksimal mungkin untuk

menyebarkan luaskan informasi tentang kesehatan reproduksi dengan mempertimbangkan adat dan norma-norma setempat (Cahyati & Azinar, 2011).

2. Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu penelitian *analitik* dengan pendekatan *cross sectional*, dimana proses pengumpulan data dilakukan sekaligus pada suatu waktu tertentu. Pengambilan sampel dilakukan secara *non-probabilitas* dengan teknik *purposive sampling* dengan kriteria siswi kelas VII, bersedia menjadi responden dan sudah mendapatkan menstruasi.

3. HASIL

A. Analisa Univariat

1) Pengetahuan Remaja

Tabel Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja di SMP Abulyatama Aceh Besar Tahun 2024

No	Pengetahuan Remaja	f	100%
1	Kurang	13	30,2
2	Cukup	23	53,5
3	Baik	7	16,3
		43	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 43 responden terdapat 23 (53,5%) responden yang berpengetahuan cukup.

2) Perilaku Mestrual Hygiene

Tabel Distribusi Frekuensi Perilaku Mestrual Hygiene di SMP Abulyatama Aceh Besar Tahun 2024

No	Perilaku Mestrual Hygiene	f	100%
1	Negatif	27	62,8
2	Positif	16	37,2
		43	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 43 responden terdapat 27 (62,8%) responden dengan perilaku *Mestrual Hygiene* berada

pada katagori negatif.

B. Analisa Bivariat

1) Pengetahuan Remaja dengan Perilaku *Menstrual Hygiene*

Tabel Hubungan Pengetahuan Remaja dengan Perilaku *Menstrual Hygiene* di SMP Abulyatama Aceh Besar Tahun 2024

Pengetahuan Remaja	Perilaku <i>Menstrual Hygiene</i>				Total	P-value	
	Negatif		Positif				
	f	%	f	%			
Kurang	13	100,0	0	0	13	100,0	0,000
Cukup	14	60,9	9	39,1	23	100,0	
Baik	0	0	7	100,0	7	100,0	

Berdasarkan tabel diatas terdapat responden yang berpengetahuan kurang serta berperilaku *Menstrual Hygiene* negatif dengan persentase 100 % (13) responden.

4. PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang berpengetahuan kurang semuanya berperilaku *Menstrual Hygiene* negatif. Perilaku negatif ini mencerminkan perolehan edukasi tentang menstruasi yang masih rendah didapatkan oleh remaja. Dapat diartikan bahwa, semakin sedikit edukasi dan informasi yang diperoleh oleh remaja maka akan berdampak pada perilaku remaja dalam menghadapi *Menstrual Hygiene*, dan semakin banyak informasi serta edukasi yang diterima maka akan semakin baik pula pengetahuan remaja tentang *Menstrual Hygiene*.

Pengetahuan adalah kumpulan kata yang tersirat dalam informasi, yang kemudian digunakan untuk menjelaskan objek secara akurat dan menyajikannya dalam tindakan terhadap objek, baik itu dari pengalaman langsung atau dari pengalaman orang lain. Sebelum orang melakukan perilaku baru (berperilaku baru), didalam diri orang tersebut sudah sudah terjadi proses yang berurutan,

yakni: awareness (kesadaran), interest (tertarik), evaluation (menimbang-nimbang baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya). Trial (orang telah mulai mencoba perilaku baru), adoption (subyek telah berperilaku baru sesuai dengan pengetahuan, kesadaran, dan sikapnya terhadap stimulus (Loka et al., 2017).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh L. Lajuna, dkk dengan hasil yang diperoleh yaitu pengetahuan remaja tertinggi berada pada katagori kurang dengan *Menstrual Hygiene* buruk yaitu sebanyak 20 responden atau 83,3 % (Lajuna et al., 2019).

Asumsi peneliti terhadap penelitian ini yaitu perilaku *Menstrual Hygiene* remaja yang negativ sangat dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki remaja tersebut sehingga mereka dapat menjaga kebersihan dan kesehatan reproduksinya. Kegiatan ini sering diabaikan oleh remaja dikarenakan remaja merasa hal ini bukanlah hal yang bersifat keharusan. Padahal apabila dilihat sampai kepada efek yang ditimbulkan sangatlah berbahaya. Efek yang berkepanjangan yang dapat berujung pada efek jangka panjang dan dapat terjadi pada remaja yang tidak menjaga *hygiene* pada masa menstruasi yaitu infertilitas. Infertilitas ini terjadi salah satu penyebabnya yaitu infeksi dari kuman yang bersarang pada organ reproduksi dalam waktu yang berkepanjangan dan mempengaruhi sistem kerja organ reproduksi lainnya, efek awal dapat ditandai dengan adanya *flour albes* yang patologis.

5. KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang sangat signifikan antara pengetahuan remaja dengan perilaku *Menstrual Hygiene* di SMP Abulyatama Kabupaten Aceh Besar dengan nilai *p-value* 0.000.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Cahyati, W. H., & Azinar, M. (2011). *PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN SIKAP TENTANG KESEHATAN REPRODUKSI PADA REMAJA DI DESA MARGOSARI KECAMATAN LIMBANG KABUPATEN KENDAL*.
- Greydanus, D. E., Sorrel, S., Omar, H. ., & Dodich, S. . (2012). Adolescent female menstrual disorders. *International Journal of Child and Adolescent Health*, 5(4), 357.
- Gustina, E., & Djannah, S. N. (2015). Sumber Informasi Dan Pengetahuan Tentang Menstrual Hygiene Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 147. <https://doi.org/10.15294/kemas.v10i2.3375>
- Lajuna, L., Ramli, N., & Liana, N. (2019). Tingkat pengetahuan remaja putri terhadap menstrual hygiene pada siswi SMP N 2 Jantho Aceh Besar. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(3), 207–212. <https://doi.org/10.33024/hjk.v13i3.1390>
- Loka, W. P., Sumadja, W. A., & Resmi. (2017). Teori pengetahuan dan pendidikan. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 21(2), 1689–1699. [https://www.oecd.org/dac/accountable-effective-institutions/Governance Notebook 2.6 Smoke.pdf](https://www.oecd.org/dac/accountable-effective-institutions/Governance%20Notebook%202.6%20Smoke.pdf)
- Prayuni, E. D., Imandiri, A., & Adianti, M. (2019). Therapy for Irregular Menstruation With Acupuncture and Herbal Pegagan (*Centella Asiatica* (L.)). *Journal Of Vocational Health Studies*, 2(2), 86. <https://doi.org/10.20473/jvhs.v2.i2.2018.86-91>
- Yarza, H. N., Maesaroh, & Kartikawati, E. (2019). PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA DALAM MENCEGAH PENYIMPANGAN SEKSUAL. *Sarwahita*, 16(01), 75–79. <https://doi.org/10.21009/sarwahita.161.08>
- Yusiana, M. A., & Saputri, M. S. (2016). Prilaku Personal Hygiene Remaja Putri Pada Saat Menstruasi. *Journal Stikes RS Baptis Kediri*, 9(1), 109–115. <https://doi.org/10.51577/jhq.v1i2.362>
- Zuhkrina, Y. (2017). Dasar Kesehatan Reproduksi. In M. Kurnia (Ed.), *Jurnal Sains dan Seni ITS* (1st ed., Vol. 6, Issue 1). Sada Kurnia Pustaka. https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=FdMMEQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA37&ots=0vIatyGzlu&sig=I_xmxd5tmNJjao8P7wzJwdUtSVg&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false