

## HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI MOTONGKAD KABUPATEN BOLAANG MONGONDOW TIMUR TAHUN 2024

### *THE RELATIONSHIP BETWEEN KNOWLEDGE AND PERSONAL HYGIENE BEHAVIOR DURING MENSTRUATION AMONG ADOLESCENT GIRLS AT SMK NEGERI MOTONGKAD, BOLAANG MONGONDOW TIMUR REGENCY, IN 2024*

Miranda Kilapong

Universitas Negeri Manado

Email Korespondensi: [mirandakilapong@gmail.com](mailto:mirandakilapong@gmail.com)

**Abstract.** Personal hygiene is a personal health effort to maintain and improve one's own cleanliness and health for the sake of well-being. The aim of this research was to determine whether there was a relationship between knowledge and personal hygiene behavior during menstruation in young women at Motongkad State Vocational School. This research method uses a quantitative type of research with a cross-sectional approach. The population was 93 female students and the sample was 76 respondents, with data analysis using SPSS version. Results: There was a relationship between knowledge and personal hygiene behavior during menstruation among young women at Motongkad State Vocational School, where the chi-square test results found a value of  $p = 0.014$ . It is hoped that future researchers will be able to develop research by determining other variables such as motivation, role of the school and so on which are related to the behavior of young women in reproductive organ hygiene by expanding the scope of research to get even better results.

**Keywords :** *Knowledge, Personal Hygiene Behavior During Menstruation*

**Abstrak.** Personal hygiene adalah usaha kesehatan pribadi untuk memelihara serta meningkatkan kebersihan dan kesehatan diri sendiri demi kesejahteraan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat hubungan pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri SMK Negeri Motongkad. Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Populasi sebanyak 93 siswi dan sampel sebanyak 76 responden, dengan analisis data menggunakan SPSS versi 2022. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di SMK Negeri Motongkad, dimana hasil uji chi-square didapati nilai  $p = 0,014$ . Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan menentukan variabel lain seperti, motivasi, peran sekolah dan lain sebagainya yang berhubungan dengan perilaku remaja putri dalam kebersihan organ reproduksi dengan memperluas ruang lingkup penelitian untuk mendapatkan hasil yang lebih baik lagi.

---

Received: October 07, 2024; Revised: October 18, 2024; Accepted: November 02, 2024; Online

Available: November 16, 2024;

\* Miranda Kilapong, [mirandakilapong@gmail.com](mailto:mirandakilapong@gmail.com)

---

**Kata Kunci** : *Pengetahuan, Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi*

## 1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase pertumbuhan dan perkembangan yang cepat, baik secara fisik, psikologis, maupun intelektual. Remaja umumnya memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, gemar tantangan dan petualangan, serta cenderung mengambil risiko tanpa pertimbangan matang. Pada masa ini, sistem reproduksi wanita mengalami perubahan signifikan, terutama saat pubertas. Perubahan ini melibatkan produksi hormon estrogen oleh folikel ovarium, yang memengaruhi munculnya tanda-tanda seks sekunder, termasuk menstruasi. Menstruasi sendiri adalah proses alami yang berlangsung sekitar 3–7 hari dalam siklus rata-rata 28 hari (Kemenkes RI, 2015; Villasari, 2021).

Selama menstruasi, pembuluh darah di rahim menjadi lebih rentan terhadap infeksi, sehingga diperlukan pemahaman tentang kebersihan diri. Kurangnya kebersihan selama menstruasi dapat memicu berbagai masalah kesehatan reproduksi, seperti iritasi vulva, bau tidak sedap, vaginitis, hingga infeksi saluran reproduksi (Maharani & Sarwinanti, 2017). WHO juga mencatat peningkatan masalah kesehatan reproduksi remaja. Di Indonesia, rata-rata pengetahuan kesehatan seksual dan reproduksi kurang dari 40%, dengan personal hygiene menjadi salah satu penyebab utama morbiditas remaja (WHO, 2018).

Studi menunjukkan praktik kebersihan menstruasi yang buruk terjadi di berbagai negara. Penelitian di Ethiopia mencatat 68,3% remaja memiliki pengetahuan rendah tentang kebersihan menstruasi, dan 60,3% tidak menerapkan praktik yang benar (Belayneh & Mekuriaw, 2019). Menurut WHO (2021), 35%-42% infeksi saluran reproduksi terjadi pada remaja usia 10-18 tahun, terutama akibat kebiasaan higienis yang buruk. Data Kemenkes RI menyebutkan 5,2 juta remaja putri di 17 provinsi mengalami keluhan kesehatan reproduksi terkait personal hygiene saat menstruasi (Sulaikha, 2018).

Penelitian lain menunjukkan kebiasaan buruk, seperti tidak mengeringkan area genitalia setelah buang air, mencuci dari belakang ke depan, memakai celana dalam ketat, atau menggunakan pembalut yang tidak higienis, meningkatkan risiko kesehatan reproduksi (Mokodongan, 2015; Nurchandra, 2020). Selain itu, penelitian di SMK Negeri Motongkad menemukan kurangnya edukasi tentang kesehatan reproduksi,

dengan sebagian besar siswi mengaku tidak menerapkan kebersihan menstruasi yang baik. Berdasarkan temuan ini, penelitian dilakukan untuk mengkaji hubungan antara pengetahuan dan perilaku personal hygiene saat menstruasi di kalangan siswi SMK Negeri Motongkad.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif, jenis penelitian ini adalah metode penelitian yang sumber datanya diambil melalui sampel yang bersifat matematis. Oleh karena itu, metode kuantitatif selalu identik dengan hitung menghitung dan selalu berkaitan dengan angka, dengan pendekatan desain *cross-sectional* yaitu mencari hubungan variabel independent dan variabel dependen dengan penjelasan ada atau tidaknya hubungan dari variabel tersebut.

## 3. ANALISIS DATA

### 1. Analisis univariat

Analisis univariat digunakan peneliti untuk menjelaskan setiap variable yang diteliti (Nursalam,2015). Analisis deskriptif yang disajikan dalam bentuk tabel dilakukan untuk mengetahui besarnya distribusi frekuensi pada variabel yang diteliti. Analisis univariat yang digunakan penelitian ini yaitu karakteristik responden berupa usia, serta variabel independent dan dependent yaitu pengetahuan dengan perilaku remaja tentang kebersihan organ reproduksi saat menstruasi.

Dihitung dengan menggunakan rumus :

Keterangan :

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

p = Jumlah persentase yang dicari

f = Jumlah frekuensi untuk setiap alternatif jawaban

n = Jumlah objek penelitian

## 2. Analisa bivariat

Analisa bivariat merupakan analisis yang dilakukan terhadap dua variabel yang dianggap saling memiliki hubungan (Nursalam,2015). Pada penelitian ini, uji hipotesis yang akan digunakan adalah uji *chi square* untuk mengetahui arah dan kekuatan hubungan antara variabel. Selanjutnya data ditabulasikan dan dianalisa dengan menggunakan korelasi uji *chi square* dengan tingkat kesalahan 5% ( $\alpha = 0,05$ ). Dasar pengambilan keputusan hipotesis penelitian berdasarkan signifikan (nila *p*) adalah:

- a. Jika nilai  $p > \alpha$  (0,05) maka hipotesis penelitian ditolak, artinya tidak ada hubungan
- b. Jika nilai  $p < \alpha$  (0,05) maka hipotesis penelitian diterima, artinya ada hubungan

## 4. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, berikut adalah tabel ringkasan temuan utama mengenai hubungan pengetahuan dan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di SMK Negeri Motongkad:

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Usia Responden</b>		
15 tahun	12	16%
16 tahun	23	30%
17 tahun	16	21%
18 tahun	25	33%
<b>Pengetahuan Responden</b>		
Baik	23	30,3%
Cukup	16	21,1%
Kurang	37	48,7%
<b>Perilaku Personal Hygiene</b>		
Baik	32	42,1%
Kurang Baik	44	57,9%
<b>Hubungan Pengetahuan dan Perilaku</b>	<b>p-Value = 0,014</b>	

Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas remaja memiliki pengetahuan yang kurang baik (48,7%) dan perilaku personal hygiene yang kurang baik (57,9%). Ada hubungan signifikan antara pengetahuan dan perilaku personal hygiene dengan nilai  $p = 0,014$  ( $p < 0,05$ ), artinya pengetahuan memengaruhi perilaku menjaga kebersihan saat menstruasi.

## **1. Analisis Univariat**

### **1) Karakteristik Responden Berdasarkan Usia**

Responden dalam penelitian ini terdiri dari remaja dengan usia beragam. Jumlah responden berusia 15 tahun adalah 12 orang, usia 16 tahun sebanyak 23 orang, usia 17 tahun sebanyak 16 orang, dan usia 18 tahun sebanyak 25 orang. Berdasarkan data tersebut, responden dengan usia terbanyak adalah 18 tahun, yang mencakup 33% dari total responden.

### **2) Pengetahuan Remaja Putri**

Pengetahuan merupakan hasil dari proses penginderaan seseorang terhadap objek tertentu. Dalam konteks ini, pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi mencakup pemahaman, sikap, dan tindakan dalam menjaga kebersihan untuk mencegah risiko penyakit selama menstruasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir setengah dari responden (48,7%) memiliki tingkat pengetahuan yang rendah, 30,3% memiliki pengetahuan yang baik, dan 21,1% memiliki tingkat pengetahuan yang sedang. Data ini mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang tentang kesehatan reproduksi selama menstruasi.

Rendahnya pengetahuan ini ditunjukkan dari jawaban kuesioner responden, seperti 71% yang tidak mengetahui frekuensi penggantian pembalut yang benar dalam sehari, 63% yang tidak memahami makna perilaku *personal hygiene*, dan 53% yang menjawab salah terkait tindakan pertama saat haid. Hal ini konsisten dengan penelitian Widarini et al. (2023), yang menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan rendah tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

Menurut Notoatmodjo (2010), pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman pribadi maupun orang lain. Pengetahuan remaja putri mengenai *personal hygiene* sangat penting sebagai dasar pengambilan keputusan untuk menjaga kesehatan reproduksi. Kurangnya pengetahuan dapat memengaruhi perilaku remaja dalam menjaga kebersihan selama menstruasi.

### **3) Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi**

Penelitian ini menunjukkan bahwa 57,9% responden memiliki perilaku *personal hygiene* yang buruk, sementara 43,2% memiliki perilaku yang baik. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja putri belum menjaga kebersihan organ reproduksi secara optimal selama menstruasi. Sebanyak 37% responden melaporkan

menggunakan sabun antiseptik atau pewangi yang keras untuk membersihkan area kewanitaan, 36% membersihkan alat kelamin dari belakang ke depan, dan 34% jarang mengganti pakaian dalam dengan benar.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Minar A.J (2016), di mana 56,7% responden memiliki perilaku higienis yang buruk. Perilaku buruk dalam menjaga kebersihan reproduksi dapat menyebabkan masalah kesehatan seperti keputihan, infeksi jamur, penyakit kulit, bahkan kanker serviks. Oleh karena itu, menjaga kebersihan reproduksi sangat penting, terutama saat menstruasi, demi mencegah masalah kesehatan.

## 2. Analisis Bivariat

Hasil analisis menunjukkan hubungan antara pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dengan nilai  $p = 0,014 (< 0,05)$  dan nilai  $OR = 2,24$ . Artinya, pengetahuan memengaruhi perilaku *personal hygiene* sebesar 2,24 kali lebih tinggi. Remaja dengan pengetahuan yang rendah cenderung memiliki perilaku buruk dalam menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi dibandingkan dengan remaja yang memiliki pengetahuan cukup atau baik.

Menurut Armini NKA et al. (2023), tingkat pengetahuan yang baik akan mendukung praktik Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) yang baik. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan reproduksi, seperti gatal, keputihan, dan infeksi saluran reproduksi. Oleh karena itu, perilaku *personal hygiene* saat menstruasi tidak hanya muncul secara alami tetapi melalui proses pembelajaran yang dipengaruhi oleh pemahaman dampak positif dan negatif dari perilaku tersebut.

## 5. KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Remaja Putri Terhadap Kebersihan Organ Reproduksi Saat Menstruasi di SMK Negeri Motongkad Kabupaten Bolaang Mongondow Timur tahun 2024 dapat disimpulkan bahwa:

1. Pengetahuan remaja putri terhadap personal hygiene saat menstruasi masih sangat kurang dengan presentase sebanyak 48,7 %.

2. Perilaku remaja putri terhadap personal hygiene masih sangat kurang baik dengan presentase sebanyak 57,9 %.
3. Terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di SMK Negeri Motongkad, dimana hasil uji chi-square didapati nilai  $p = 0,014$ .

### **Saran**

1. Bagi remaja putri di SMK Negeri Motongkad agar selalu mencari informasi tentang cara menjaga kebersihan organ reproduksi pada saat menstruasi.
2. Bagi pihak institusi pendidikan SMK Negeri Motongkad diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan kesehatan remaja tentang kesehatan reproduksi dengan mengadakan pendidikan kesehatan reproduksi dengan cara membuat penyuluhan tentang kesehatan reproduksi remaja agar remaja lebih mengerti dan dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari dengan lebih baik lagi.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan menentukan variabel lain seperti, motivasi, peran utama dan lain sebagainya yang berhubungan dengan perilaku remaja putri dalam kebersihan organ reproduksi dengan memperluas ruang lingkup penelitian untuk mendapatkan hasil yang lebih baik lagi.
4. Bagi Institusi Kampus, diharapkan memberikan tugas pada mahasiswa untuk melaksanakan promosi kesehatan kepada siswa-siswi di sekolah tentang cara menjaga kebersihan organ reproduksi.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Agustina, K. S., & Utami, N. K. A. D. (2021). HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA SISWA SMA NGURAH RAI NEGARA: THE RELATIONSHIP OF ADOLESCENT KNOWLEDGE WITH PERSONAL HYGIENE BEHAVIOR WHEN MENSTRUATION. *Midwifery Journal*, 8(2), 11-15.
- Armini, N. K. A., Setyani, A., Nastiti, A. A., & Triharini, M. (2023). Knowledge and peer support for increase Menstrual Hygiene Management (MHM) in adolescents. *Healthcare in LowResource Settings*, 11(s1).

- Atuy, G., Lumentut, G. P., & Mamuja, P. P. (2022). HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI KELAS XI SMK NASIONAL MOLOMPAR. *Epidemia: Jurnal Kesehatan Masyarakat Unima*, 84-90.
- Hatmanti, N. (2018). Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa, *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 8(1).
- Novita, R. (2018). Hubungan Status Gizi Dengan Gangguan Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA Al-Azhar Surabaya. DOI. 10(2):172-81.
- Nurchandra, D., Mirawati, M., & Aulia, F. (2020). Pendidikan kesehatan tentang personal hygiene pada remaja putri di SMP 1 Muhammadiyah Banjarmasin. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 2(1), 31-35.
- Qolbah, H., Hamidah, H., Purnamawati, D., & Subiyatin, A. (2024). Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Kebersihan Menstruasi pada Remaja. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 4(2), 62-71.
- Villasari, A. (2021). Fisiologi Menstruasi. In tim Strada Press (Ed), Strada Press (Vol. Nomor 1).
- Widarini, N. P., Maryanthi, N. T., & Witari, N. N. D. (2023). Hubungan pengetahuan dan sikap dengan perilaku personal hygiene menstruasi pada remaja putri di denpasar tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 14(1), 19-28.
- World Health Organization. (2021). *Sexual and reproductive health interventions in the WHO UHC Compendium*. World Health Organization.