

**GAMBARAN PERILAKU *PERSONAL HYGIENE* PADA REMAJA SAAT
MENSTRUASI**



SKRIPSI

OLEH :

DEBORA KUSDIANINGTYAS CAROLINE

04021281924033

BAGIAN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

INDRALAYA (NOVEMBER, 2023)

**GAMBARAN PERILAKU *PERSONAL HYGIENE* PADA REMAJA SAAT
MENSTRUASI**



SKRIPSI

OLEH :

DEBORA KUSDIANINGTYAS CAROLINE

04021281924033

BAGIAN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

INDRALAYA (NOVEMBER, 2023)

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Debora Kusdianingtyas Caroline

NIM : 04021281924033

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. Apabila di kemudian hari saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggungjawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya kepada saya.

Indralaya, November 2023



Debora Kusdianingtyas Caroline


UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : DEBORA KUSDIANINGTYAS CAROLINE
NIM : 04021281924033
**JUDUL : GAMBARAN PERILAKU *PERSONAL HYGIENE* PADA
REMAJA SAAT MENSTRUASI**

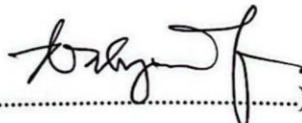
PEMBIMBING 1

Karolin Adhistry, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198807082020122008


(.....)

PEMBIMBING 2

Dian Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 197907092006042001


(.....)

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI


NAMA : DEBORA KUSDIANINGTYAS CAROLINE
NIM : 04021281924033
JUDUL : GAMBARAN PERILAKU *PERSONAL HYGIENE*
PADA REMAJA SAAT MENSTRUASI

Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Keperawatan Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal 17 November 2023 dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

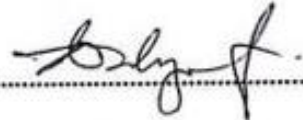
Indralaya, 17 November 2023

PEMBIMBING SKRIPSI

Karolin Adhistry, S. Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198807082020122008


(.....


Dian Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 197907092006042001

(.....


PENGUJI SKRIPSI

Jum Natosba, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Mat
NIP. 198407202008122003

(.....


Herliawati, S.Kp., M. Kes
NIP. 197402162001122002

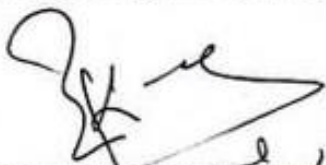
(.....



Ketua Bagian Keperawatan

Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197602202002122001

Mengetahui,
Koordinator Program Studi Keperawatan


Eka Yulia-Fitri Y, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198407012008122001

UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

Skripsi, November 2023

Debora Kusdianingtyas Caroline

Gambaran Perilaku *Personal Hygiene* pada Remaja saat Menstruasi

Xviii + 61 halaman + 11 tabel + 2 skema + 11 lampiran

ABSTRAK

Personal hygiene saat menstruasi merupakan tindakan yang dilakukan oleh individu berupa perawatan diri untuk mempertahankan kebersihan dan kesehatan reproduksi. Individu yang tidak melakukan perawatan dan kebersihan saat menstruasi akan memberikan dampak yang negatif pada kesejahteraan fisik dan mental serta kesehatan secara keseluruhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku *personal hygiene* pada remaja saat menstruasi. Desain penelitian menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Sampel penelitian berjumlah 61 orang yang diambil dengan teknik *cluster sampling*. Pengumpulan data menggunakan instrumen berupa kuesioner karakteristik responden dan perilaku yang terdiri dari kuesioner pengetahuan, sikap, dan praktik atau tindakan *personal hygiene* saat menstruasi. Responden pada penelitian ini yaitu siswi SMP Negeri 1 Indralaya Utara yang sudah menstruasi dan mengikuti penelitian hingga akhir. Hampir seluruh responden dalam penelitian ini berada pada rentang usia 13-15 tahun dengan umur *menarche* sebagian responden yaitu >12tahun, dan jumlah responden paling banyak yaitu kelas IX. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 59,0% responden memiliki pengetahuan yang rendah, 41,0% memiliki pengetahuan yang tinggi, 68,9% memiliki sikap yang negatif, 31,1% memiliki sikap yang positif, 80,3% memiliki praktik atau tindakan yang bersih, dan 19,7% memiliki praktik atau tindakan yang tidak bersih tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Pengetahuan, sikap, dan praktik atau tindakan *personal hygiene* saat menstruasi berkaitan dengan faktor internal dan eksternal. Perawatan selama menstruasi sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik atau tindakan terhadap *personal hygiene* yang masih kurang saat menstruasi pada siswi.

Kata kunci: Menstruasi, Perilaku, *Personal Hygiene*, Remaja

Referensi: 42 (2005-2023)

SRIWIJAYA UNIVERSITY
FACULTY OF MEDICINE
NURSING DEPARTEMENT
NURSING STUDY PROGRAM

Thesis, November 2023

Debora Kusdianingtyas Caroline

Description of Personal Hygiene Behavior in Adolescents During Menstruation

Xviii + 61 pages + 11 tables + 2 schemas + 11 appendices

ABSTRACT

Personal hygiene during menstruation is an action carried out by individuals in the form of self-care to maintain cleanliness and reproductive health. Individuals who do not practice care and hygiene during menstruation will have a negative impact on their physical and mental well-being and overall health. This study aims to determine personal hygiene behavior in adolescents during menstruation. The research design used quantitative descriptive methods. The research sample consisted of 61 people taken using a cluster sampling technique. Data were collected using instruments in the form of questionnaires on respondent characteristics and behavior consisting of questionnaires on knowledge, attitudes, and personal hygiene practices or actions during menstruation. The respondents in this study were female students at SMP Negeri 1 North Indralaya who had menstruated and participated in the research until the end. Almost all respondents in this study were in the age range of 13-15 years with the age of menarche for some respondents being >12 years, and the largest number of respondents being class IX. The results showed that 59.0% of respondents had low knowledge, 41.0% had high knowledge, 68.9% had a negative attitude, 31.1% had a positive attitude, 80.3% had clean practices or actions, and 19.7% had unclean practices or actions regarding personal hygiene during menstruation. Knowledge, attitudes, and practices or actions of personal hygiene during menstruation are related to internal and external factors. Care during menstruation is very important to improve knowledge, attitudes, and practices or actions towards personal hygiene that are still lacking during menstruation in female students.

Keywords : *Adolescents, Behavior, Menstruation, Personal Hygiene*

Bibliography : *42 (2005-2023)*

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan berkat dan rahmat-Nya serta setitik perjuangan atas izin-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Gambaran Perilaku *Personal Hygiene* pada Remaja saat Menstruasi”.

Sebagai rasa syukur dan terima kasih, saya persembahkan skripsi ini kepada :

Kedua orang tua saya, Ibu Diany Anjar Lestari yang sangat saya cintai terima kasih karena telah melahirkan dan membesarkan saya dan almarhum Bapak Sri Kusmulyono yang juga sangat saya cintai terima kasih karena sudah membesarkan dan mendidik saya. Kalian selalu menjadi semangat dan motivasi saya untuk mencapai impian ini.

Adik saya Timotius Anugerah Kusdiantara terima kasih karena selalu mengingatkan saya untuk menyelesaikan skripsi.

Mba Desi Ayu Kristiani terima kasih karena selalu memberikan dukungan, semangat, saran dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Dede Fellyn Airenacy Deandri terima kasih karena selalu menjadi support Te Yas dalam menyelesaikan skripsi karena Te Yas tidak mau ketinggalan masa pertumbuhan dan perkembangan dede Fellyn.

Ibu Karolin Adhisty, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing akademik, terima kasih atas dukungan dan nasihat yang diberikan sejak awal perkuliahan hingga selesai pendidikan ini. Sekaligus sebagai pembimbing skripsi bersama Ibu Dian Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kes terima kasih telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, pengarahan, motivasi dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penguji saya Ibu Jum Natosba, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Mat dan Ibu Herliawati, S.Kp., M.Kes terima kasih telah memberikan masukan, kritik, dan saran dalam membuat skripsi ini lebih baik.

Seluruh dosen pendidik yang telah memberikan ilmu dan staff PSIK yang telah membantu dalam mengurus administrasi selama penyusunan skripsi ini.

Semua orang yang ada di sekeliling saya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, terima kasih atas segala doa dan dukungannya selama ini.

Untuk diriku, terima kasih karena telah berjuang sampai di titik ini.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas anugerah kesehatan dan penyertaan-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi dengan judul “Gambaran Perilaku *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Remaja”. Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak dapat terselesaikan tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Ketua Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Karolin Adhisty, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Pembimbing 1 dalam skripsi yang selalu meluangkan waktu untuk melakukan bimbingan, memberikan arahan, dan saran-saran yang bermanfaat dalam mengerjakan skripsi ini.
3. Ibu Dian Wahyuni. S.Kep., Ns., M.Kes selaku Pembimbing 2 yang selalu meluangkan waktu untuk melakukan bimbingan, memberikan arahan, dan saran-saran yang bermanfaat dalam mengerjakan skripsi ini.
4. Ibu Jum Natosba, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Mat sebagai penguji I yang telah memberikan masukan dan saran kepada penulis dalam menyempurnakan skripsi ini.
5. Ibu Herliawati, S.Kp., M.Kes sebagai penguji II yang telah memberikan masukan dan saran kepada penulis dalam menyempurnakan skripsi ini.
6. Kedua orang tua saya, almarhum bapak Sri Kusmulyono yang selalu memberikan dukungan, doa dan nasihat kepada penulis selama penulis berkuliah di Keperawatan Universitas Sriwijaya dan ibu Diany Anjar

Lestari atas doa, kasih sayang, nasihat, serta memberikan semangat dalam mengerjakan skripsi dan proses bimbingan skripsi.

7. Seluruh dosen, staff administrasi, dan keluarga besar Bagian Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya atas ilmunya dan banyak membantu serta memberikan kemudahan untuk kelancaran proses penyusunan skripsi.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih terdapat kekurangan dan jauh dari kata sempurna baik dalam teknik penulisan maupun isi. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat diperlukan untuk menyempurnakan penelitian ini sehingga bisa bermanfaat bagi bidang pendidikan, kesehatan, dan dikembangkan kedepannya.

Indralaya, November 2023

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR SKEMA	xv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
1. Secara Teoritis	5
2. Secara Praktis	6
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	6
BAB II	8
TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Menstruasi.....	8
1. Definisi Menstruasi	8
2. Siklus Menstruasi	8
3. Faktor yang Mempengaruhi Menstruasi.....	9
B. <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi	10
1. Definisi <i>Personal Hygiene</i>	10
2. Tujuan <i>Personal Hygiene</i>	11
3. Faktor yang Mempengaruhi <i>Personal Hygiene</i>	11
4. Pelaksanaan <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi.....	13

5. Dampak tidak Melakukam <i>Personal Hygiene</i> dengan Baik.....	18
C. Remaja	19
1. Definisi Remaja	19
2. Tahap Perkembangan Remaja	19
3. Tugas Perkembangan Remaja	20
D. Perilaku	21
1. Definisi Perilaku.....	21
2. Domain Perilaku.....	22
3. Faktor-Faktor Pembentuk Perilaku Remaja	27
E. Penelitian Terkait	29
F. Kerangka Teori.....	31
BAB III.....	32
METODOLOGI PENELITIAN	32
A. Kerangka Konsep	32
B. Desain Penelitian.....	32
C. Hipotesis.....	33
D. Definisi Operasional.....	33
E. Populasi dan Sampel Penelitian	35
F. Tempat Penelitian.....	39
G. Waktu Penelitian	39
H. Etika Penelitian	39
I. Alat Pengumpulan Data	40
1. Data Primer.....	40
2. Data Sekunder	41
3. Instrumen Penelitian	41
4. Uji Validitas dan Reabilitas.....	43
J. Prosedur Pengumpulan Data	45
1. Tahap Persiapan.....	45
2. Tahap Pelaksanaan	46

K. Pengolahan dan Analisa Data.....	47
1. Pengolahan Data.....	47
2. Analisa Data	49
BAB IV	50
HASIL DAN PEMBAHASAN	50
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	50
B. Hasil Penelitian	50
1. Karakteristik Responden Penelitian	50
2. Gambaran Perilaku <i>Personal Hygiene</i> pada Remaja saat Menstruasi	51
C. Pembahasan.....	53
1. Karakteristik Responden	53
2. Gambaran Perilaku <i>Personal Hygiene</i> pada Remaja saat Menstruasi....	54
D. Keterbatasan Penelitian.....	59
BAB V.....	60
SIMPULAN DAN SARAN	60
A. Simpulan	60
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN.....	67

DAFTAR SKEMA

Skema 2. 1 Kerangka Teori.....	31
Skema 3. 1 Kerangka Konsep	32

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terkait	29
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	33
Tabel 3. 2 Populasi Siswi SMP Negeri 1 Indralaya Utara	36
Tabel 3. 3 Kisi-kisi Soal Kuesioner Pengetahuan <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi	41
Tabel 3. 4 Kunci Jawaban Kuesioner Pengetahuan <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi ...	42
Tabel 3. 5 Kisi-kisi Soal Kuesioner Sikap <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi	42
Tabel 3. 6 Kisi-kisi Kuesioner Praktik atau Tindakan <i>Personal Hygiene</i> saat Mentruasi.	43
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Penelitian.....	51
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan <i>Personal Hygiene</i> pada Remaja saat menstruasi	51
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Sikap <i>Personal Hygiene</i> pada Remaja saat menstruasi...	52
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Praktik atau Tindakan <i>Personal Hygiene</i> Pada Remaja saat Menstruasi	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Informasi Penelitian.....	68
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	69
Lampiran 3 Kuesioner Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi	70
Lampiran 4 Dokumen Kegiatan Studi Pendahuluan.....	74
Lampiran 5 Dokumentasi Kegiatan Penelitian	75
Lampiran 6 Surat Studi Pendahuluan	76
Lampiran 7 Uji Etik	77
Lampiran 8 Hasil Analisis.....	78
Lampiran 9 Uji Plagiarisme	80
Lampiran 10 Lembar Konsul Pembimbing 1	82
Lampiran 11 Lembar Konsul Pembimbing 2	84

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas Diri

Nama : Debora Kusdianingtyas Caroline
Tempat/Tanggal Lahir : Purwokerto, 26 Juni 2001
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Orang Tua
Ayah : Alm Sri Kusmulyono
Ibu : Diany Anjar Lestari
Saudara : Timotius Anugerah Kusdiantara
Alamat : Jl. Let. Pol. Soemarto Gg Anjasmara Rt 03/03 No.
801, Purwokerto Utara, Jawa Tengah
E-mail : deboratyas44@gmail.com

Riwayat Pendidikan

TK Abadi Perkasa : 2006 – 2007
SDS Abadi Perkasa : 2007 – 2013
SMP Abadi Perkasa : 2013 – 2016
SMA Negeri 1 Baturraden : 2016 – 2019
PSIK FK Universitas Sriwijaya : 2019 – 2023

Riwayat Organisasi

Anggota Magang Dinas Seni dan Olahraga BEM KM PSIK FK : 2019 – 2020
UNSRI
Anggota Dinas Seni dan Olahraga BEM KM PSIK FK UNSRI : 2020 – 2021

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah suatu masa pertumbuhan dan perkembangan antara masa kanak-kanak ke masa dewasa (Senja *et al*, 2020). Batasan individu yang tergolong kedalam masa remaja menurut Badan Kependudukan Keluarga dan Keluarga Berencana (BKKBN) yaitu berumur 10-24 tahun dan belum kawin. Remaja yang memasuki masa pubertas ditandai dengan adanya perubahan seperti, hormonal, fisik, psikologis maupun sosial (Lingkan *et al*, 2020). Remaja putri mengalami masa pubertas yaitu menstruasi.

Menstruasi adalah proses perubahan pada remaja putri yang mengalami pubertas ditandai dengan perdarahan secara periodik dan siklis dari uterus yang disertai pelepasan endometrium (Prayuni *et al*, 2018). Umur awal menstruasi (*menarche*) dimulai pada awal usia 12 sampai 16 tahun (Kusmiran, 2012). Kebersihan area genitalia saat menstruasi perlu diperhatikan untuk menghindari terjadinya gangguan fungsi alat reproduksi (Malihah *et al*, 2019). Kesehatan reproduksi merupakan hal yang penting baik bagi individu maupun masyarakat karena berpengaruh dalam siklus kehidupan dan keberlangsungan hidup manusia (Emilda, 2021).

Personal Hygiene saat menstruasi adalah praktik yang bertujuan untuk menghasilkan kecantikan, mencegah masalah kesehatan, meningkatkan kebersihan diri yang buruk, dan meningkatkan tingkat kesehatan seseorang (Wartonah & Tarwoto, 2010 dalam Natasya *et al*, 2022). Area kewanitaan

yang tidak dijaga *hygiene*-nya memberikan dampak negatif seperti kemerahan, rasa gatal, nyeri, dan timbulnya bisul di areaewanitaan (Faj'ri, 2022). Penyakit infeksi pada saluran reproduksi yang dapat terjadi saat menstruasi yaitu keputihan, kandidiasis, *bacterial vaginosis*, dan infeksi saluran kencing (Harold, 2016). Kegiatan *personal hygiene* saat menstruasi dapat dilakukan dengan perawatan kulit dan wajah, kebersihan rambut, pemilihan celana dalam, penggunaan pembalut selama menstruasi (Kusmiran dalam Nugraheni, 2019).

World Health Organization (WHO) pada tahun 2015 mengatakan, prevalensi *personal hygiene* saat menstruasi berada pada tahap yg tinggi di dunia. Hasil penelitian WHO mengenai *personal hygiene*, di Amerika presentase kejadian perilaku sekitar 60%, Swedia 72%, Mesir 75%, dan di Indonesia 55% (Faj'ri *et al*, 2022). Data dari Badan Pusat Statistik Nasional (BPS) dan Bappenas tahun 2010 menunjukkan mayoritas remaja di Indonesia yang mencapai 63 juta jiwa rentan terhadap perilaku tidak sehat terhadap *hygiene* genitalia saat menstruasi (Sidiqiah, 2022). Data statistik di Indonesia menyebutkan dari 69,4 juta remaja terdapat sebanyak 63 juta remaja dengan *perilaku hygiene* sangat buruk, seperti kurangnya tindakan perawatan organ reproduksi saat menstruasi. Data Riset Kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2016, perilaku yang kurang dalam merawat areaewanitaan sejumlah 30% diakibatkan oleh lingkungan yang tidak sehat dan 70% diakibatkan oleh penggunaan pembalut yang kurang tepat saat menstruasi (Lingkan *et al*, 2020).

Perilaku merupakan bentuk respon atau reaksi terhadap stimulus atau rangsangan dari luar organisme (orang), pemberian respon tergantung pada karakteristik atau faktor lain. Perilaku sosial dipengaruhi oleh kecerdasan bawaan dan rasa harga diri yang dimiliki individu sejak lahir. Faktor eksternal merupakan faktor yang berasal dari pengalaman atau lingkungan seperti, keluarga, sekolah, dan teman sebaya. Perilaku dibagi ke dalam 3 domain yaitu pengetahuan, sikap, dan praktik atau tindakan (Bloom dalam Purwoastuti, 2015).

Pengetahuan merupakan hasil tahu yang terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek (Notoadmodjo, 2012). Pengetahuan individu mengenai *personal hygiene* saat menstruasi yang kurang dapat disebabkan karena kurangnya informasi yang didapatkan, usia dan pengalaman (Maharani, 2018). Sikap merupakan reaksi atau respon terhadap stimulus atau objek yang masih tertutup dari seseorang yang melibatkan emosi dan pendapat individu (Notoadmodjo, 2012). Pengetahuan yang rendah membuat seseorang bersikap negatif, namun tidak semua sikap negatif berpengetahuan rendah dan tidak semua sikap negatif berpengetahuan tinggi. Praktik atau tindakan memerlukan faktor pendukung dan kondisi yang memungkinkan untuk mewujudkan sikap menjadi suatu perbuatan yang nyata.

Studi pendahuluan dilakukan di SMP Negeri 1 Indralaya Utara pada bulan Maret melalui wawancara dengan 4 siswi. Hasil dari wawancara yang dilakukan dengan kepala sekolah SMP Negeri 1 Indralaya Utara yakni siswi belum pernah mendapatkan informasi mengenai kebersihan dan perawatan

saat menstruasi. Hasil wawancara mengenai umur *menarche* yaitu 3 siswi mengalami menstruasi pada umur 13 tahun dan 1 siswi menstruasi pada umur 12 tahun. Siswi belum melakukan perawatan organ reproduksi saat menstruasi dengan baik yakni, terdapat 3 siswi yang mengganti pembalut kurang dari 3 kali dalam sehari, 2 siswi memilih menggunakan celana dalam yang ketat, 2 siswi tidak mengeringkan organ genitalia dengan tisu atau handuk khusus setelah BAK/BAB.

Berdasarkan uraian dari teori dan studi pendahuluan diatas, peneliti menjadi tertarik untuk meneliti perilaku *personal hygiene* pada remaja saat menstruasi.

B. Rumusan Masalah

Perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja yang kurang baik pada remaja dapat menyebabkan masalah kesehatan pada organ reproduksi. Perilaku dibagi ke dalam 3 domain yaitu pengetahuan, sikap, dan praktik atau tindakan. Pencegahan yang dapat dilakukan untuk meminimalisir terjadinya infeksi pada saluran reproduksi dapat dilakukan dengan berbagai hal, seperti mengganti celana dalam 2x sehari, memilih bahan celana dalam yang tidak terlalu ketat dan mudah menyerap keringat seperti bahan katun, mengganti pembalut 3-4 jam atau 3-4 kali dalam sehari, membasuh area reproduksi dari vagina ke arah anus (depan ke belakang), menggunakan air bersih saat membasuh vagina, dan mencukur atau merapikan rambut kemaluan (Kusmiran, 2012). Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk

melakukan penelitian ini untuk mengetahui “gambaran perilaku *personal hygiene* pada remaja saat menstruasi”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran perilaku *personal hygiene* pada remaja saat menstruasi.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden berdasarkan umur, umur *menarche*, dan kelas.
- b. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan *personal hygiene* pada remaja saat menstruasi.
- c. Untuk mengetahui gambaran sikap *personal hygiene* pada remaja saat menstruasi.
- d. Untuk mengetahui gambaran praktik atau tindakan *personal hygiene* pada remaja saat menstruasi.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu bahan bacaan dan pengetahuan, dapat memahami tentang perilaku *personal hygiene* saat menstruasi, serta penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber referensi untuk penelitian selanjutnya dalam pengembangan ilmu keperawatan khususnya pada bidang departemen keperawatan maternitas.

2. Secara Praktis

a. Bagi Peneliti

Peneliti dapat menambah wawasan dan pengalaman dalam melaksanakan penelitian gambaran perilaku *personal hygiene* pada remaja saat menstruasi serta sebagai sarana penerapan ilmu pengetahuan yang telah didapat di perkuliahan.

b. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan pengetahuan serta perilaku remaja dan mengubah perilaku yang kurang baik dalam melakukan *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja.

c. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai literatur media pembelajaran keperawatan yang bisa dimanfaatkan untuk mensosialisasikan pentingnya perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri agar masalah kesehatan reproduksi pada wanita dapat diminimalisir.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian yang berada dalam ruang lingkup departemen keperawatan maternitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku *personal hygiene* pada remaja saat menstruasi. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yang

akan digunakan dalam penelitian adalah deskriptif. Cara pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *probability sampling* dengan teknik *cluster sampling*. Populasi pada penelitian ini yaitu siswi kelas VII, VIII, dan IX di SMP Negeri 1 Indralaya Utara. Instrumen penelitian perilaku *personal hygiene* pada remaja saat menstruasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang terdiri dari 4 kuesioner yaitu kuesioner karakteristik responden, kuesioner pengetahuan, kuesioner sikap, dan kuesioner praktik atau tindakan. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrina, S. (2021). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Personal Hygiene Remaja Putri pada saat Menstruasi*. [skripsi] Universitas Sriwijaya, Indralaya
- Alfi, N. R., Hasanah, O., & Misrawati. (2022). Gambaran Perilaku *Personal Hygiene* pada Remaja saat menstruasi di Masa *New Normal* di Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*. 7(2), 61-72
- Amalia, A., Sari, A., Sari, D. N. R., Fadillah, R., & Pratiwi, S. T. (2022). Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja Dalam Menyikapi Bonus Demografi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*. 1(3), 81-84
- Aprita, L., & Susianawati, D. E. (2023). Gambaran *Personal Hygiene* saat Menstruasi Remaja Putri di SMA Negeri 3 Balaesang Kecamatan Balaesang Kabupaten Donggala. *Jurnal Ilmiah Kesmas IJ (Indonesia Jaya)*. 23(1), 41-46
- Azwar, S. (2016). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset
- Azzahra, N., & Adiwiryo, R. M. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi pada Siswi SMP PGRI Depok II Tengah Jawa Barat Tahun 2020. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*. 9(2), 211-220
- Dahlan, M. S. (2018). *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Dzakiyya, N. M., & Fatah, M. Z. (2019). Faktor Dukungan Sosial Perilaku *Personal Hygiene* Genitalia Napi Perempuan di Kelas II A Sidoarjo. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. 4(1), 68-73
- Efiani, N., Fuad, Z. A., & Marlina, C. (2020). Penggunaan Media Explosion Box terhadap Keterampilan Membaca Nyaring SD Negeri 69 Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan*. 1(1)

- Emilda, S. (2021). Analisis Kesehatan reproduksi Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan dan Pembangunan*. 11(21), 93-101
- Faj'ri, R. A., Sunirah, Wada, F. H. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan *Personal Hygiene* Terhadap Perilaku Remaja Putri Saat Menstruasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*. 8(1), 78-85
- Gamis, D. G. A. L. (2018). *Determinan personal hygiene organ reproduksi eksterna wanita di SMA Advent Bitung Provinsi Sulawesi Utara tahun 2018*. [skripsi] Universitas Hasanuddin, Makassar, Indonesia.
- Gustiawan, R., Mutmainnah, M., & Kamariyah. (2021). Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Kesehatan Reproduksi pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*. 2(2), 89-98
- Harold, J. (2016). *Pathophysiology Clinical Concept of Disease Process*. Jakarta: EGC
- Islamy, A., & Farida. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Tingkat III. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. 7(1), 13-18
- Isro'in, L., & Andarmoyo, S. (2012). *Personal Hygiene Konsep, Proses dan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Kusmiran, E. (2012). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika
- Lingkan, G. E. K., Rompas, S., & Bidjuni, H. (2020). Hubungan Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulvae Pada Remaja Di Sma Negeri 7 Manado. *Jurnal Keperawatan (JKp)*. 8(1), 68-74
- Maharani, L., & Andriyani, W. (2018). Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi pada Santriawati di MTS Pondok Pesantren Darul Hikmah Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesmas*. 1(1), 69-77
- Malihah, M., Ibnusantosa, R.G., Respati, T., Rathomi, H. S., & Sukarya, W. S. (2019). Tingkat Pengetahuan *Personal Hygiene* Saat menstruasi Antara

- Siswa Pondok Pesantren dan SMP Negeri di Kabupaten Cirebon. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains (JIKS)*. 1(1), 83-86
- Masturoh, I., & Anggita, N. (2018). *Bahan ajar rekam medis dan informasi kesehatan (RMIK): metodologi penelitian kesehatan*. Indonesia: Kemenkes RI
- Narsih, U., Rohmatin, H., & Widayati, A. (2020). Pendidikan Kesehatan Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja Putri dengan Metode Peer Group. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1)
- Nasution, N. (2019). *Pernanan Guru Dalam Manajemen Pendidikan Bagi Siswa Di Sekolah*.
- Ningsih, W. A., Suseno, M. R., & Hamidiyanti, Y. F. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Dan Alat Peraga Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Masa Menstruasi Dalam Layanan Homecare di Dusun Kumbang Wilayah Kerja Puskesmas Kuripan Kabupaten Lombok Barat 2021. *Jurnal Kebidanan*. 10(2), 56-69
- Notoatmodjo, S. (2018). *Ilmu perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- 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. (2015). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Octavia, S. A. (2020). *Motivasi Belajar dalam Perkembangan Remaja*. Yogyakarta: CV Budi Utama
- Potter & Perry. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses. Dan Praktik*. Alih Bahasa ; Komalasari, et al. Jakarta: EGC

- Purwanti, S. (2017). *Praktik kebersihan saat menstruasi pada remaja di Kabupaten Pati tahun 2017*. [skripsi] Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Jakarta
- Pythagoras, K. C. (2017). Personal Hygiene Remaja Putri Ketika Menstruasi. *Jurnal PROMKES*. 5(1), 12-24
- Ramly, I. Q., Ndoen, H. I., Ndoen, E. M. (2020). Perilaku Kebersihan Diri saat Menstruasi pada Siswi Kelas VIII SMP Negeri 13 Kupang tahun 2019. *Journal of Public Health*. 2(1), 40-50
- Ristiana, N. (2016). *Faktor yang berhubungan dengan praktik personal hygiene organ genitalia eksterna pada santriwati di pondok pesantren Al-Uswah Semarang*. [skripsi] Universitas Negeri Semarang, Indonesia
- Roomruangwong, C., Sirivichayakul, S., Matsumoto, A. K., Michelin, A. P., Semeao, L. D. O., Pedrao, J. V. D. L., Barbosa, D. S., Moreira, E. G., & Maes, M. (2021). Menstruation Distress is Strongly Associated with Hormone-immune-metabolic Biomarkers. *Journal of Psychosomatic Research*. 142, 1-10
- Sari, D. I. P. (2019). Pengaruh Penyuluhan Tentang Personal Hygiene Terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Bahrul Ulum DU SKPC. [Skripsi] Universitas Pasir Pengaraian
- Senja, A. O., Widiastuti, Y. P., & Istioningsih, I. (2020). Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Keperawatan*. 12(1), 85-92
- Sidiqah, E. T. A., Nurrochmah, S., Paramita, F. (2022). Hubungan Antara Sikap dengan Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Siswi SMA Budi Utomo Jombang. *Sport Science and Health*. 4(1), 24-32
- Sinaga, E., Saribanon, N., & Suprihatin, S. (2017). Manajemen Kesehatan Menstruasi
- Tarwoto & Wartonah. (2006). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika

- Trisnalia, C. I. (2018). *Gambaran perawatan organ reproduksi remaja saat menstruasi pada komunitas anak jalanan di Surabaya*. [skripsi] Universitas Airlangga, Surabaya
- Wahyudi, S. T. (2017). *Statistika Ekonomi : Konsep, Teori dan Penerapan*. Malang : UB Press
- Widyaningrum, N. (2016). Pengaruh Peunyuluhan Tentang Personal Hygiene saat Menstruasi di MTS Negeri Gubuk Rubuh Gunungkidul Yogyakarta [skripsi] STIKES Aisyiyah Yogyakarta