
**PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG
PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI DI PONDOK PESANTREN AR-RUMANI
PEKANBARU**

¹⁾ Sumia Arsita Sari

Institut Kesehatan Helvetia Pekanbaru
Jl. Soekarno-Hatta No. 88-C, Pekanbaru
E-mail : ¹⁾ sumiaarsitasari@helvetia.ac.id

Kata Kunci:

Pengetahuan, Remaja Putri,
Personal Hygiene

ABSTRAK

Abstrak memuat uraian singkat mengenai **pendahuluan, metode, tujuan, hasil dan rekomendasi**. Abstrak ditulis dalam bahasa Indonesia. Pengetikan abstrak dilakukan dengan spasi tunggal dengan margin yang lebih sempit dari margin kanan dan kiri teks utama. Kata kunci perlu dicantumkan untuk menggambarkan ranah masalah yang diteliti dan istilah-istilah pokok yang mendasari pelaksanaan penelitian. Kata-kata kunci dapat berupa kata tunggal atau gabungan kata. Jumlah kata-kata kunci 3-5 kata. Kata-kata kunci ini diperlukan untuk komputerisasi. Pencarian judul penelitian dan abstraknya dipermudah dengan kata-kata kunci tersebut. Isi abstrak maksimal 250 kata.

Keywords:

*Knowledge, Young Women,
Personal Hygiene*

ABSTRACT (Times New Roman 10, spasi 1, dibuat dalam bahasa inggris *tulisan cetak miring / italic*)

Abstrak memuat uraian singkat mengenai pendahuluan, metode, tujuan, hasil dan rekomendasi. Abstrak ditulis dalam bahasa Bahasa Inggris. Pengetikan abstrak dilakukan dengan spasi tunggal dengan margin yang lebih sempit dari margin kanan dan kiri teks utama. Kata kunci perlu dicantumkan untuk menggambarkan ranah masalah yang diteliti dan istilah-istilah pokok yang mendasari pelaksanaan penelitian. Kata-kata kunci dapat berupa kata tunggal atau gabungan kata. Jumlah kata-kata kunci 3-5 kata. Kata-kata kunci ini diperlukan untuk komputerisasi. Pencarian judul penelitian dan abstraknya dipermudah dengan kata-kata kunci tersebut. Isi abstrak maksimal 250 kata.

Info Artikel

Tanggal dikirim:
11 Februari 2025
Tanggal direvisi: 13 Juli 2025
Tanggal diterima: 28 April 2026

PENDAHULUAN

Menstruasi adalah proses alamiah yang terjadi pada setiap perempuan. Menstruasi merupakan perdarahan teratur dari uterus sebagai tanda bahwa alat kandungan telah menunaikan faalnya. Masa ini akan mengubah perilaku dari beberapa aspek misalnya psikologi dan lain-lain. Pada wanita biasanya pertama kali mengalami menstruasi pada umur 12-16 tahun. Siklus menstruasi normal terjadi setiap 22-35 hari, dengan lamanya menstruasi selama 2-7 hari.

Masa remaja adalah masa dimana seorang individu mengalami peralihan dari kanak-kanak ke masa dewasa. Masa remaja menghadirkan banyak tantangan, karena banyaknya perubahan yang harus dihadapi mulai dari perubahan fisik, biologis, psikologis, dan juga sosial.

Salah satu masalah yang harus diperhatikan dalam perkembangan remaja adalah kesehatan reproduksinya yang meliputi sistem, fungsi, dan proses reproduksi agar selalu sehat. Pengertian sehat disini tidak semata-mata bebas

penyakit atau bebas dari kecacatan tetapi sehat secara mental, sosial dan kultural.

Salah satu masalah yang harus diperhatikan dalam perkembangan remaja adalah kesehatan reproduksinya yang meliputi sistem, fungsi, dan proses reproduksi agar selalu sehat. Pengertian sehat disini tidak semata-mata bebas penyakit atau bebas dari kecacatan tetapi sehat secara mental, sosial dan kultural.

Menurut data WHO tahun 2016, diperkirakan 15 dari 20 remaja putri pernah mengalami keputihan setiap tahunnya. Infeksi tersebut disebabkan karena kurangnya kebersihan diri, terutama vulva hygiene saat menstruasi.

Hal ini mungkin disebabkan masih adanya beberapa indikator di pelayanan kesehatan bayi dan balita yang belum dilaksanakan, seperti deteksi dini tumbuh kembang (DDTK) dan minimalnya kunjungan bayi dan balita. Pemberian vitamin A merupakan salah satu bentuk perilaku, karena perilaku seorang ibu tentang kesehatan ditentukan oleh pengetahuan.

TINJAUAN PUSTAKA

Beberapa penelitian yang berkaitan dengan pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi telah banyak dilakukan, antara lain:

Penelitian oleh Siti Nurhayati (2020) menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan yang cukup tentang personal hygiene saat menstruasi, namun praktik yang dilakukan masih belum optimal. Hal ini disebabkan oleh kurangnya edukasi yang berkelanjutan.

Penelitian oleh Rina Wulandari (2021) menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada

remaja putri di sekolah menengah pertama. Remaja dengan pengetahuan baik cenderung memiliki perilaku yang lebih sehat.

Penelitian oleh Dewi Kartika Sari (2019) menyatakan bahwa masih banyak remaja putri yang memiliki pengetahuan kurang mengenai cara menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi, terutama dalam hal frekuensi penggantian pembalut dan cara membersihkan area genital.

Penelitian oleh Lilis Setyowati (2022) menunjukkan bahwa lingkungan tempat tinggal seperti asrama atau pesantren mempengaruhi perilaku personal hygiene. Keterbatasan fasilitas dan kurangnya akses informasi menjadi faktor penghambat dalam menjaga kebersihan saat menstruasi.

Penelitian oleh Andi Rahmawati (2021) mengungkapkan bahwa edukasi kesehatan reproduksi yang diberikan secara rutin dapat meningkatkan pengetahuan dan praktik personal hygiene remaja putri secara signifikan.

Perbedaan dengan Penelitian Sekarang

Berdasarkan penelitian terdahulu, sebagian besar penelitian berfokus pada hubungan pengetahuan dan perilaku di lingkungan sekolah umum. Namun, penelitian tentang remaja putri di lingkungan pesantren, khususnya di Pondok Pesantren Ar-Rumani, masih terbatas.

Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi di lingkungan pesantren yang memiliki karakteristik berbeda, baik dari segi budaya, aturan, maupun fasilitas..

METODE

Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif adalah data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik.

Rancangan penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan metode deskriptif yang dimaksud untuk mendeskripsikan variabel yang sesuai dengan tujuan penelitian tentang sesuatu keadaan secara objektif. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi di pondok Pesantren Ar-Rumani Pekanbaru Tahun 2021. Populasi merupakan seluruh subjek (manusia, hewan, percobaan, data laboratorium, dan lain-lain) yang akan diteliti dan memenuhi karakteristik yang ditentukan. Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas VII, VIII, IX, X dan XI di Pondok Pesantren Ar-Rumani Pekanbaru Tahun 2021 sebanyak 76 orang, yang terdiri dari siswi kelas VII sebanyak 15 orang, siswi kelas VIII sebanyak 16 orang, siswi kelas IX sebanyak 15 orang, siswi kelas X sebanyak 12 orang dan siswi kelas XI sebanyak 12 orang.

Sampel merupakan sebagian dari populasi yang diharapkan dapat mewakili atau representatif populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah siswi atau remaja putri kelas VII, VIII, IX, X dan XI yang berusia 11-18 tahun di Pondok Pesantren Ar-Rumani Pekanbaru yang berjumlah 76 orang. Untuk menentukan sampel dalam penelitian ini

digunakan teknik total sampling (sampling jenuh) artinya teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel.

Variabel adalah suatu sifat yang akan diukur atau diamati yang nilainya bervariasi antara satu objek ke objek lainnya dan terukur (Riyanto, 2017). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Variabel Bebas (Independen) yaitu Pengetahuan Remaja Putri.

Definisi operasional merupakan definisi variabel-variabel yang akan diteliti secara operasional di lapangan. Definisi operasional bermanfaat untuk mengarahkan kepada pengukuran atau pengamatan terhadap variabel-variabel yang akan diteliti serta untuk pengembangan instrumen. Dengan definisi operasional yang tepat maka ruang lingkup atau pengertian variabel-variabel yang diteliti menjadi terbatas dan penelitian akan lebih fokus.

Untuk memperoleh data yang dibutuhkan dalam penelitian ini, maka teknik pengumpulan data yang digunakan adalah Observasi (pengamatan) dimana suatu prosedur yang terencana meliputi melihat dan mencatat jumlah dan aktifitas tertentu yang ada hubungannya dengan masalah yang kita teliti dan memberikan kuesioner secara langsung pada siswi di Pondok Pesantren Ar-Rumani Pekanbaru.

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data. Instrumen penelitian ini dapat berupa angket yaitu cara pengumpulan data mengenai suatu masalah yang umumnya banyak menyangkut kepentingan umum, angket dilakukan dengan

cara mengedarkan suatu daftar pertanyaan yang berupa formulir atau kuesioner.

Instrumen pengumpulan data adalah suatu alat yang selalu diperlukan dalam pengumpulan data. Instrumen dalam penelitian ini adalah checklist. Checklist adalah suatu daftar umum mengecek, yang berisi nama subyek dan beberapa gejala serta identitas lainnya dari sasaran pengamatan. Checklist yang digunakan dalam penelitian ini meliputi data responden (nama, umur, pendidikan, pekerjaan).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti diketahui bahwa Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Pondok Pesantren Ar-Rumani Pekanbaru Tahun 2021 yaitu dengan mayoritas responden berpengetahuan kurang sebanyak 38 orang (72,9%).

Perilaku sehat seseorang sangat ditentukan oleh pengetahuan yang dimiliki, bagaimana individu menyikapi masalah kesehatan dan mengambil tindakan yang perlu untuk sembuh dari penyakit atau tetap hidup sehat. Menurut teori berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Riri Maharani (2018) belajar tentang kebersihan selama menstruasi merupakan aspek penting dari pendidikan kesehatan untuk remaja perempuan, karena pola yang dikembangkan pada masa remaja cenderung bertahan sampai dewasa. Praktek-praktek yang berhubungan dengan kebersihan pada saat menstruasi seperti penggunaan pembalut dan mencuci darah genital saat menstruasi dapat memiliki efek positif pada kesehatan remaja putri. Kesadaran tentang perlunya informasi tentang praktek menstruasi yang sehat juga sangat penting.

Sikap seseorang melakukan personal hygiene dipengaruhi oleh sejumlah faktor antara lain

yaitu citra tubuh, praktik sosial, status sosial ekonomi, pengetahuan dan motivasi kesehatan, kebiasaan atau pilihan pribadi. Tingkat pengetahuan antara remaja putri satu dengan yang lain berbeda-beda, termasuk pengetahuan mengenai cara membersihkan genitalia saat menstruasi, sehingga akan mempengaruhi perilaku menjaga kebersihan genitalia saat menstruasi. Pengetahuan seseorang akan mempengaruhi perilakunya, karena pengetahuan merupakan dasar dalam pembentukan perilaku seseorang. Apabila perilaku didasari oleh pengetahuan yang baik, maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng, dan apabila perilaku itu tidak didasari dengan pengetahuan yang baik, maka tidak berlangsung lama. Namun dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti ternyata masih banyak remaja putri di Pondok Pesantren Ar-Rumani Pekanbaru memiliki pengetahuan kurang tentang personal hygiene saat menstruasi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Riri Maharani (2018) yang menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri di Mts Pondok Pesantren Darul Hikmah Pekanbaru dari 15 santriwati, 10 orang diantara memiliki pengetahuan kurang tentang personal hygiene saat menstruasi. Salah satu faktor penyebabnya adalah kurangnya informasi yang didapat oleh siswa remaja putri mengenai personal hygiene saat menstruasi, pengetahuan seseorang juga akan mempengaruhi perilaku untuk menjaga kebersihannya saat menstruasi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi di Pondok Pesantren Ar-Rumani Pekanbaru Tahun 2021, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dari 76 responden

mayoritas pengetahuannya adalah kurang sebanyak 52 orang (68,4%) dan minoritas pengetahuan remaja putri di pondok pesantren adalah baik sebanyak 2 orang (2,6).

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Arifin, (2018). *SPSS 24 Unuk Penelitian Skripsi*. Jakarta; PT Elex Media Komputindo.
- [2] Astuty, D. A. (2020). Personal Hygiene Remaja Putri Selama Menstruasi.
- [3] *Prosiding Forum Ilmiah Tahunan IAKMI (Ikatan Ahli Kesehatan Masyarakat Indonesia)*, 1-10.
- [4] Kerlinger Fred N, 2014. *Asas Asas Penelitian Behavioral*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada Press.
- [5] Maharani, R. (2018). Faktor yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Jurnal Kesmas Volume 1 No. 1, Januari-Juni 2018 e-ISSN:2599-3399*, 69-77.
- [6] Nursalam, (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salimba Medika:
- [7] Pemiliana, P. D. (2019). Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi. *GASTER Vol. 17 No. 1*, 62-63.
- [8] Riyanto, A. (2017). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- [9] Rosyida, D. A. (2020). *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan wanita*. Yogyakarta:
- [10] Sih, P. K. (2019). Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Orga Reproduksi. *JIM FKep Volume IV No. 2 2019*, 11-12.
- [11] Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R& D*. Bandung. Anggota Ikatan Penerbit Indonesia. 2(2). <https://doi.org/10.15294/jcs.v2i2.14587>
- [12] Wahyuni, E. D. (2018). Pengaruh Edutainment Ular Tangga terhadap Perilaku Remaja Tentang (Rosyida, 2020) Personal Hygiene Menstruasi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah 3 (2)*, 29-30.
- [13] Wawan, A. (2011). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- [14] Zakri, M. (2016). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat Genitalia Saat Menstruasi. *Jurnal Keperawatan, Volume XII. No. 1*, 117-119.