

Literatur Review : Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Remaja Putri

Anggita Fajariyani¹, Luvi Dian Afriyani², Andri Yani³, Ivana Sika Yon⁴, Maria Karmelia Wung Song⁵, Valentina Brigita Dewi⁶

¹Program Studi Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo, anggita.fajariyani1919@gmail.com

²Program Studi Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo, luviqanaiz@gmail.com

³Program Studi Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo, andrymajid0@gmail.com

⁴Program Studi Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo, ivanasikayonn@gmail.com

⁵Program Studi Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo, mariakarmeliawung@gmail.com

⁶Program Studi Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo, valentinadewi331@gmail.com

Korespondensi Email: anggita.fajariyani1919@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2022-12-16

Accepted, 2022-12-22

Published, 2022-12-28

Kata Kunci :

Pengetahuan, Perilaku,
Personal Hygiene
Menstruasi, Remaja
Putri

Keywords: Personal
Hygiene

Abstract

Menstrual hygiene is a component of personal hygiene, which plays an important role in a person's health behavior status. This includes avoiding interference with the reproductive organs' function. Objective: This research aims to determine the results of a literature review study, that is the relationship between knowledge and personal hygiene behavior during menstruation for teenage girls. Method: This research employed the literature review method by collecting 4 research journal articles. The keyword used the identification in the PEOS format and determined the inclusion and exclusion criteria for the journal to be selected. The article search was conducted using two databases (Google Scholar and PubMed), and JBI was used to assess the suitability of the journal selection. Results: Two of the four articles stated that adolescents' knowledge of adolescent personal hygiene behavior in menstruation was good, while the other two stated that adolescents' knowledge of menstrual personal hygiene behavior was lacking. Conclusions and Suggestions: There is a relationship between knowledge and menstrual personal hygiene. There is also relationship between behavior and menstrual personal hygiene. Further research on this theme and development of research can be done by adding variables and then using more databases.

Abstrak

Latar belakang: Hygiene pada saat menstruasi merupakan komponen personal hygiene (kebersihan perorangan) yang berperan penting dalam status perilaku kesehatan seseorang. Termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi. Tujuan: Untuk mengetahui hasil study literatur review, antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi remaja putri.

Metode penelitian: Menggunakan metode literatur review, dengan mengumpulkan 4 jurnal artikel penelitian, menggunakan identifikasi kata kunci dengan format PEOS dan menentukan kriteria jurnal yang akan dipilih dengan menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Pencarian artikel dilakukan pada dua database (Google Scholar dan Pubmed), serta menggunakan JBI untuk kesesuaian penilaian pemilihan jurnal. Hasil penelitian: Dari 4 artikel, 2 artikel diantaranya menyatakan remaja dengan pengetahuan remaja dengan perilaku personal hygiene menstruasi adalah baik, dan 2 artikel menyatakan pengetahuan remaja dengan perilaku personal hygiene menstruasi adalah kurang. Kesimpulan dan saran: Ada hubungan antara pengetahuan dengan personal hygiene menstruasi, adanya hubungan antara perilaku dengan personal hygiene menstruasi. Peneliti selanjutnya dapat meneliti mengenai tema ini dan mengembangkan penelitian dengan menambah variabel dan selanjutnya dapat menggunakan database yang lebih banyak.

Pendahuluan

Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis, maupun intelektual. Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 2005 tahun 2017, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Kemenkes RI, 2017). Masa remaja awal disebut masa pubertas karena pada periode ini remaja akan mengalami kejadian pematangan fisik yang sangat cepat yang tidak seimbang dengan perubahan kejiwaan yang meliputi mental dan emosional. Masa pubertas merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa melibatkan perubahan-perubahan fisiologi dan psikologi. *The larche* (permulaan perkembangan payudara) dimulai pada usia rata-rata 10,5 tahun. *Adrenarache* (pertumbuhan rambut pubis dan ketiak) langsung dimulai pada usia rata-rata 11 tahun. Kegiatan pertumbuhan dimulai pada usia rata-rata 11,5 tahun, dan *menarache* (permulaan periode menstruasi) mulai pada usia rata-rata 12,8 tahun (Prawirohardjo, 2009). Pada usia ini, remaja putri mulai mendapatkan menstruasi pertamanya atau disebut juga dengan *menarache*. *Menars* atau *menarache* adalah perdarahan pertama dari uterus yang terjadi pada seorang wanita (Prawirohardjo, 2010).

Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia tahun 2010 Pasal 8 ayat 6, peran tenaga kesehatan khususnya bidan dalam hal ini sangat dibutuhkan oleh remaja terutama remaja putri. Sebagaimana dalam tugasnya bidan memberikan pendidikan dan mengajarkan *personal hygiene* saat menstruasi, berguna untuk menjaga kesehatan reproduksi remaja.

Pembinaan kesehatan reproduksi remaja dilakukan untuk memberikan informasi dan pengetahuan yang berhubungan dengan perilaku hidup sehat bagi remaja, disamping mengatasi masalah yang ada. Dengan pengetahuan yang memadai dan adanya motivasi untuk menjalani masa remaja secara sehat, para remaja diharapkan mampu memelihara kesehatan dirinya agar dapat memasuki masa kehidupan keluarga dengan reproduksi yang sehat (Indah, dkk, 2015).

Berdasarkan data yang dihimpun dari Badan Pusat Statistik dan Badan Perencanaan Pembangunan Nasional pada tahun 2010, 63 juta remaja di Negara Indonesia berisiko melakukan perilaku yang tidak sehat. Misal, Rendahnya perilaku higienis saat menstruasi dapat menimbulkan beberapa penyakit berupa infeksi alat reproduksi seperti

vaginitis, trichomoniasis, pedikulosis dan keputihan. Angka insiden penyakit infeksi yang terjadi pada saluran reproduksi pada remaja (10–18 tahun), yaitu 35%–42% serta dewasa muda (18–22 tahun) sebesar 27%–33%.

Menurut Rahmayanti (2011) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa faktor pemicu kasus Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) antara lain imunitas yang rendah sejumlah 10%, perilaku kurang dalam merawat *hygiene* ketika menstruasi sejumlah 30%, lingkungan buruk dan tata cara dalam penggunaan pembalut yang kurang tepat ketika menstruasi sejumlah 50%. Diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Ariani, 2009), terkait dengan biopsikososial *hygiene* saat menstruasi pada siswi SMA di Ibukota Jakarta menekankan bahwa remaja putri yang mempunyai perilaku baik dalam perawatan *hygiene* genitalia ketika mendapati dirinya menstruasi hanya 17,4%. Sisanya, yaitu sejumlah 82,6% memiliki perilaku yang kurang dalam menjaga kebersihan alat genitalia ketika menstruasi.

Hygiene pada saat menstruasi merupakan komponen *personal hygiene* (kebersihan perorangan) yang berperan penting dalam status perilaku kesehatan seseorang, termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi (Anggraini, 2016). Pada saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim melebar sehingga mudah terinfeksi, keluhan yang dirasakan pada saat menstruasi adalah rasa gatal yang disebabkan jamur *Candida* yang akan tumbuh subur saat menstruasi, oleh karena itu kebersihan alat kelamin harus lebih dijaga karena dapat menimbulkan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) (Butar-butur, 2016). Selain itu juga dapat menimbulkan kejadian infeksi genitalia.

Kegiatan praktek *personal hygiene* menstruasi memang sangat menarik untuk diketahui lebih lanjut dikarenakan hampir setiap remaja perempuan rata-rata sudah mengalami menstruasi dan untuk mengetahui lebih lanjut sejauh manamereka memiliki pengetahuan *personal hygiene* dan sejauh mana mereka mempraktikkan perilaku *personal hygiene* pada dirinya terutama saat menstruasi. Untuk mengetahui fenomena tersebut maka peneliti ingin mengambil judul penelitian *Literature Review* hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi remaja. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam mengidentifikasi apakah remaja memahami dan mempraktikkan kebersihan dalam perilaku hidup bersih sehingga pihak kesehatan, keluarga, sekolah dan lingkungan dapat membantu dan melakukan intervensi yang lebih baik dan komprehensif kepada remaja putri tentang hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi remaja putri.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kepustakaan atau kajian literatur (*literatur review*) yaitu metode untuk mensintesis berbagai temuan penelitian dalam rangka membangun tingkat pemahaman konsep tertentu yang berbasis bukti serta mengungkap area penelitian terkait, sehingga dapat dirumuskan kerangka kerja teoritis dan model konseptual (Snyder, 2019). Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri sedangkan variabel terikatnya yaitu perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri. Metode pengumpulan data *Literature Review* ini dilakukan dengan proses pengumpulan jurnal yang dilakukan pemilihan berdasarkan kriteria yang ditentukan oleh peneliti dari jurnal yang dipilih dan diambil. Kriteria Jurnal yang di ambil memiliki kriteria yang meliputi tahun sumber *Literature Review* yaitu 5 tahun terakhir. Strategi pencarian literatur dengan menggunakan analisis masalah PEOs (*Population, Exposure, Outcome* dan *Study Design*).

Literature Review ini di sintesis menggunakan metode naratif dengan mengelompokkan data-data hasil ekstraksi yang sejenis sesuai dengan hasil yang diukur untuk menjawab tujuan Jurnal penelitian yang sesuai dengan kriteria inklusi kemudian dikumpulkan dan dibuat ringkasan jurnal meliputi nama peneliti, tahun terbit jurnal, negara penelitian, judul penelitian, metode dan ringkasan hasil atau temuan. Dalam penelitian ini juga peneliti menggunakan model penelitian JBI (*joanna briggs intitit*) dalam memfilter beberapa jurnal.

Hasil dan Pembahasan

Artikel-artikel yang menjadi acuan untuk menjelaskan antara pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* menstruasi remaja putri sangat beragam. Berdasarkan hasil penelusuran beberapa artikel yang sudah di screening, 4 artikel diketahui pengetahuan paling tinggi adalah baik dan Pengetahuan rendah adalah kurang. 2 artikel menyatakan pengetahuan remaja paling banyak adalah baik (DwiSusanti et al., 2019; Maulina, 2017) dan 2 artikel menyatakan pengetahuan remaja putri paling banyak adalah kurang. (Mukarramah, 2020; Pemiliana, 2019).

Berdasarkan studi *literature* yang dilakukan, menurut jurnal Maulina (2017) yang berjudul “hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri dengan *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi kelas IX di SMP negeri 1 lhokseumawe tahun 2016”, menunjukkan bahwa responden memiliki pengetahuan yang baik dan *personal hygiene* yang baik sebanyak 69,6% dan responden yang memiliki pengetahuan baik dan *personal hygiene* kurang baik sebanyak 30,4%. Siswi yang mempunyai pengetahuan kurang baik dan *personal hygiene* sebanyak 33,3% sedangkan siswi yang mempunyai pengetahuan kurang baik dan *personal hygiene* kurang baik sebanyak 66,6%. Uji *chi-square* yang digunakan ini menunjukkan bahwa adanya hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan *personal hygiene* saat menstruasi ($P=0,05$). Hasil penelitian *literature* ini sesuai dengan penelitian, yang menunjukkan bahwa pengetahuan mempunyai hubungan yang signifikan dengan perilaku kebersihan pada saat menstruasidengannilai OR 3,482 berarti bahwa siswi dengan pengetahuan baik akan memiliki kemungkinan 3,482 kali lebih besar melakukan praktek kebersihan pada saat menstruasi dengan baik dibandingkan dengan responden yang berpengetahuan kurang. Dengan demikian kemungkinan seseorang yang memiliki pengetahuan tentang Kesehatan reproduksi akan cenderung lebih memperhatikan Kesehatan reproduksi dan melakukan perilaku baik dan sehat untuk alat reproduksinya dan seseorang yang memiliki pengetahuan kurang tentangreproduksi akan mudah berperilaku yang membahayakan alat reproduksinya.

Berdasarkan studi *literature* yang dilakukan, menurut jurnal susanti (2019) yang berjudul “hubungan pengetahuan remaja putri dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi”, menunjukkan bahwa Sebagian besar pengetahuan remajaputri di SMP N 1 gamping dalam kategori baik yaitu 62,9% dan Sisanya menunjukkan bahwa Sebagian pengetahuan remaja putri di SMP N 1 gamping dalam kategori kurang 9,7%. Hasil yang didapatkan yaitu terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi dengan nilai ($P\text{-value} = 0,023$). Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Notoatmodjo, 2012). Pengetahuan tentang *personal hygiene* menstruasi adalah pengetahuan yang didapatkan untuk meningkatkan dan memelihara Kesehatan alat reproduksi, juga mencegah terjadinya resiko penyakit yang disebabkan oleh bakteri saat menstruasi.

Berdasarkan studi *literature* yang dilakukan, menurut jurnal mukarramah (2020) yang berjudul “hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap perilaku *personal hygiene* saat menstruasi” menunjukkan bahwa responden remaja putri memiliki pengetahuan kurang dengan perilaku *personal hygiene* yang kurang 27 (100,0%). Berdasarkan perhitungan kendall tau diperoleh $P\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$ (nilai $P\text{-value}$ lebih kecil dari $\alpha = 0,05$) dengandemikian menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan remaja putri terhadap perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Hasil penelitian ini pun sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh rahmantika (2013) yang mengatakan bahwa Kurang nya pengetahuan mempengaruhi sikap tentang tindakan *personal hygiene* seperti tidak ada pengalaman yang didapatkan dari orang tua yang menyebabkan saat menstruasi pertama merupakan hal yang baru bagi remaja tersebut.

Berdasarkan studi *literature* yang dilakukan, menurut jurnal Pemiliana (2019) menunjukkan bahwa responden yang berpengetahuan kurang sebanyak 46,7% dan

responden yang berpengetahuan baik sebanyak 13,3%, kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah adanya hubungan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi di SMA Etilandia Medan tahun 2018. Pengetahuan *personal hygiene* yang kurang akan dapat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam kehidupan seseorang. Bila pengetahuan baik maka akan mempengaruhi sikap dan perilaku yang baik pula dan sebaliknya. Jika pengetahuan *personal hygiene* kurang maka dampak yang akan terjadi selalu diabaikan. Namun demikian perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, tetapi merupakan sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif suatu perilaku yang terkait dengan keadaan menstruasi (Laila, 2016)

Dengan menganalisa 4 artikel ini diketahui bahwa pengetahuan sangat erat kaitannya dengan perilaku *personal hygiene* terutama saat menstruasi seperti menjaga kebersihan pada area kewanitaan selama menstruasi, mencuci dengan air bersih, sering mengganti celana dalam dan sering mengganti pembalut karena semakin baik pengetahuan tentang *personal hygiene* menstruasi maka semakin tinggi pula resiko terhindar dari penyakit yang akan membahayakan alat reproduksi disaat menstruasi, dan semakin kurang pengetahuan tentang *personal hygiene* menstruasi maka dampaknya yang akan terjadi adalah diabaikannya perilaku *personal hygiene* menstruasi dan meningkatnya resiko terkena penyakit atau infeksi pada alat reproduksi.

Keterbatasan

Dalam penyusunan *literatur review* ini, penulis mengalami beberapa keterbatasan antara lain : Penulis hanya menganalisa jurnal yang terkait dengan pengetahuan dengan *personal hygiene* menstruasi yang didapat secara online dan tidak menambahkan dengan hasil penelitian terbaru yang belum di *update* sehingga mungkin ada penelitian yang lebih terbaru tentang pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* menstruasi. Artikel yang didapat sesuai dengan topik masih sangat sedikit, karena Sebagian besar artikel yang ditemukan memiliki variable serta tujuan yang tidak sesuai dengan karakteristik *literature* ini, sehingga penulis sangat kesulitan dalam melakukan pencarian di database.

Kesimpulan

Studi *literature review* ini mendapatkan 4 jurnal yang sudah di review dan telah didapatkan bahwa tingkat pengetahuan memiliki hubungan dengan perilaku *personal hygiene* menstruasi, dengan 2 artikel memiliki hasil pengetahuan remaja dengan perilaku menstruasi adalah baik, dan 2 artikel memiliki hasil pengetahuan remaja dengan perilaku *personal hygiene* adalah kurang baik.

Studi *literature review* ini mendapatkan 4 jurnal yang sudah di review dan telah didapatkan bahwa tingkat pengetahuan memiliki hubungan dengan perilaku *personal hygiene* menstruasi, dengan 2 artikel memiliki hasil pengetahuan remaja dengan perilaku menstruasi adalah baik, dan 2 artikel memiliki hasil pengetahuan remaja dengan perilaku *personal hygiene* adalah kurang baik.

Saran

Studi *literature* ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan bacaan di perpustakaan untuk mahasiswa terutama untuk menambah wawasan dan pengetahuan mengenai pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* menstruasi remaja.

Studi *literature* ini diharapkan menjadi acuan agar bidan dapat memberikan pengetahuan dan edukasi tentang perilaku kebersihan reproduksi atau *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri.

Studi *literature* ini diharapkan dapat menjadi sebuah inspirasi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian dengan menambah variabel dan selanjutnya dapat menggunakan database yang lebih banyak sehingga hasil yang diperoleh lebih akurat dan informasi menjadi lebih lengkap.

Daftar Pustaka

- Anggraini, D. (2016). *Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Kecemasan Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V Sd Muhammadiyah Wirobrajan 3 Yogyakarta*.
- Ariani, T. A. (2009). *Korelasi Pola Hubungan Orangtua-Anak dan Keberfungsian Keluarga dengan Perkembangan Anak Usia Prasekolah*
- Butar-butar, M. (2016). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Dengan Tindakan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMA Negeri I Sitinjak Kecamatan Angkola Barat Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Masyarakat DanLingkungan Hidup*, 78.
- Indah, P. I., Amalia Indah, Herawati Tin, Nurdiani reisi, & Hadi Haryadi. (2015). Pengetahuan, Sikap, Dan Praktek Gizi Ibu Terkait Iodium Dan Pemilihan Jenis Garam Rumah Tangga Di Wilayah Pegunungan Cianjur. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 10(2), 133–140. <https://doi.org/10.25182/jgp.2015.10.2>.
- Dwi Susanti, A. L., Ardiati, A. N., Ernawati, H., & Purwanti, L. E. (2019). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Prosiding Seminar Nasional Dan Call for Paper*, 11(May), 110–114
- Kemendes RI. (2017). Infodatin Reproduksi Remaja. *Situasi Reproduksi Remaja*. Laila, N. (2016). *Buku Pintar Menstruasi: Solusi Mengatasi Segala Keluhannya*. JOUR
- Maulina, N. (2017). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Kelas Ix Di Smp Negeri 1 Lhokseumawe Tahun 2016 Nora Maulina. *Jurnal Ilmiah Sains, Teknologi, Ekonomi, Sosial Dan Budaya*, 1(1), 74–79
- Mukarramah. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Luwu Raya*, 7(1), 88–95
- Notoatmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian*. Rineka Cipta. <https://onsearch.id/Record/IOS3605.INLIS0000000000004509>
- Pemiliana, P. D. (2019). Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Sma Etidlandia Medan Tahun 2018. *Gaster*, 17(1), 62. <https://doi.org/10.30787/gaster.v17i1.341>
- Prawirohardjo, S. (2009). *Ilmu Kandungan*. PT Bina Pustaka. http://ucs.sulsellib.net//index.php?p=show_detail&id=63461
- Prawirohardjo, S. (2010). *Ilmu Kebidanan*. PT Bina Pustaka. http://ucs.sulsellib.net//index.php?p=show_detail&id=197465
- Rahmayanti, N. (2011). *Perilaku perawatan kebersihan alat reproduksi dalam pencegahan kanker serviks pada siswi SMAN 9 Kebon Pala Jakarta Timur*