

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Dan Alat Peraga Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi

Mutmainna Kamaruddin^{1*}, Sunarti², Andi Basniati³, Andi Sulastri⁴
^{1,2,3,4}*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin Makassar, Indonesia*

INFORMASI ARTIKEL:

Riwayat Artikel:

Tanggal di Publikasi : Juli 2024

Kata kunci:

Personal Hygiene
Masa Menstruasi
Remaja

Keywords:

Personal Hygiene
Menstruation
Teenagers



Copyright © 2024 Jurnal JKFT
The work is licensed under a Creative
Commons Attribution

ABSTRAK

Pada masa remaja perlu mempelajari perubahan fisik dan psikologi yang terjadi pada tubuh dan organ reproduksi mereka untuk melindungi diri dari bahaya yang mengancam kesehatan dan keselamatan fungsi organ reproduksi. Pengabaian kesehatan reproduksi dapat menimbulkan infeksi Untuk melindungi diri dari bahaya yang mengancam kesehatan dan keselamatan fungsi organ reproduksi, remaja yang sudah mengalami menstruasi perlu mempelajari perubahan fisik dan mental yang terjadi pada tubuh dan organ reproduksi mereka. Infeksi alat reproduksi dapat menyebabkan infertilitas atau kemandulan jika orang mengabaikan kesehatan reproduksi mereka. Untuk menghindari bakteri yang menyebabkan infeksi, wanita harus menjaga kebersihan daerah kewanitaannya selama menstruasi. Tujuan penelitian untuk mengetahui adanya pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media video dan alat peraga terhadap pengetahuan dan sikap remaja putri dalam personal hygiene saat menstruasi. Jenis penelitian ini adalah Pre Experimental dengan desain One Group Pretest-Posttest. Populasi penelitian ini adalah remaja putri dengan jumlah sampel 30 orang. Penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian pendidikan personal hygiene saat menstruasi terhadap pengetahuan siswi remaja SMP Negeri 15 Makassar dengan tingkat signifikan $<0,05$. diharapkan kepada pihak sekolah untuk terus memberikan penyuluhan mengenai pendidikan kesehatan dengan mendatangkan tenaga Kesehatan serta semoga informasi yang diterima dapat dipraktekkan dengan baik.

During adolescence, it is necessary to learn about the physical and psychological changes that occur in their bodies and reproductive organs to protect themselves from dangers that threaten the health and safety of reproductive organ function. Neglecting reproductive health can cause infection. To protect themselves from dangers that threaten the health and safety of reproductive organ function, adolescents who have menstruated need to learn about the physical and mental changes that occur in their bodies and reproductive organs. Reproductive tract infections can cause infertility or sterility if people ignore their reproductive health. To avoid bacteria that cause infection, women must maintain the cleanliness of their feminine area during menstruation. The purpose of the study was to determine the effect of health education using video media and teaching aids on the knowledge and attitudes of adolescent girls on personal hygiene during menstruation. This type of research is Pre-Experimental with a One Group Pretest-Posttest design. The population of this study was adolescent girls with a sample size of 30 people. The study showed that there was an effect of providing personal hygiene education during menstruation on the knowledge of female students of SMP Negeri 15 Makassar with a significant level of <0.05 . It is hoped that schools will continue to provide counseling on health education by bringing in health workers and, hopefully, the information received can be put into practice well.

Cite This Article

Kamaruddin, M., Sunarti, Basniati, A., Sulastri, A. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Dan Alat Peraga Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi. Jurnal JKFT Vol. 9 (1), 62-66.

*Korespondensi penulis.

Alamat Email : uchibdn@gmail.com

PENDAHULUAN

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), remaja adalah orang-orang dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI No 25 tahun 2014, remaja adalah orang-orang dalam rentang usia 10 hingga 18 tahun. Selain itu, menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN), remaja adalah orang-orang dalam rentang usia 10 hingga 24 tahun yang belum menikah. Menurut Sensus Penduduk 2022, 21.463 juta orang di Indonesia termasuk kelompok usia 10 hingga 19 tahun. Jumlah remaja di seluruh dunia diperkirakan 1,2 milyar, atau 18% dari jumlah penduduk dunia (WHO, 2022). Menurut World Health Organization (WHO), kesehatan reproduksi adalah kondisi Sejahtera, jasmani, rohani, sosial, dan ekonomi, tidak hanya tidak bebas dari sakit atau cacat, tetapi juga dalam hal sistem reproduksi dan fungsinya dan prosesnya. Hampir seluruh negara mendukung program kesehatan reproduksi remaja. (Yasnani, 2016).

Berdasarkan Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 remaja putri mengalami menstruasi pertamanya pada usia 10 hingga 11 tahun (7%), 12 tahun (23%), usia 13 tahun (29%), usia 14 tahun (24%) dan usia 15 tahun (17%). Secara keseluruhan, remaja putri rata-rata mengalami menstruasi pertama pada usia 12 hingga 15 tahun (Astani, 2019). Sebanyak 75 % wanita di dunia menderita vaginitis setidaknya sekali seumur hidup, dan 10 5 hingga 50 % menderita infeksi genitalia. Oleh karena itu, penting untuk menjaga kebersihan pribadi saat menstruasi. (Aulia, K 2019).

Menurut Kemenkes RI, sebanyak 5,2 juta remaja putri di Indonesia mengalami keluhan setelah menstruasi karena tidak menjaga kebersihan, yang dikenal sebagai pruritus vulvae, yang ditandai dengan gatal pada alat

kelamin wanita. (Kemenkes RI, 2018). Akibat kurangnya perawatan kebersihan organ genitalia, infeksi saluran reproduksi masih cukup umum di Indonesia. Jumlah kasus infeksi saluran reproduksi di Indonesia berkisar antara 90 dan 100 kasus per 100.000 orang setiap tahunnya (Depkes RI).

Untuk melindungi diri dari bahaya yang mengancam kesehatan dan keselamatan fungsi organ reproduksi, remaja yang sudah mengalami menstruasi perlu mempelajari perubahan fisik dan psikologi yang terjadi pada tubuh dan organ reproduksi mereka. Infeksi alat reproduksi dapat menyebabkan infertilitas atau kemandulan jika orang mengabaikan kesehatan reproduksi mereka. Hygiene menstruasi yang buruk adalah salah satu faktor risiko infeksi saluran reproduksi. (Suryati, 2012)

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah Pre Experimental dengan pendekatan One Group Pretest-Posttest yaitu untuk mengetahui perbedaan dan perubahan pada nilai sebelum dan setelah dilakukan intervensi. Tempat yang digunakan dalam penelitian ini adalah di SMPN 15 Makassar penelitian dilakukan selama 1 minggu. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas VII dan VIII di SMPn 15 Makassar. Sampel untuk penelitian ini adalah remaja putri yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, serta bersedia menjadi responden dalam penelitian dan menyetujui informed consent pada hari pertama. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini secara purposive sampling yaitu dengan cara pengambilan sampel yang berdasarkan atas suatu pertimbangan tertentu seperti sifat-sifat populasi ataupun ciri-ciri yang diketahui sebelumnya. jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

| Karakteristik | F | p |
|------------------------|----|--------|
| Umur | | |
| 12 tahun | 21 | 70,0 % |
| 13 tahun | 5 | 16,7 % |
| 14 tahun | 4 | 13,3 % |
| Total | 30 | 100 % |
| Usia Pertama Kali Haid | | |
| 11 tahun | 5 | 16,7 |
| 12 tahun | 22 | 73,3 |
| 13 tahun | 3 | 10,0 |
| Total | 30 | 100% |

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 30 orang siswi yang dijadikan sebagai sampel, kelompok umur 12 tahun 21 orang (70.0%) umur 13 tahun 5 orang (16.7%) dan umur 14 tahun sebanyak 4 orang (13.3%). Sedangkan umur pertama kali haid dominan berumur 12 tahun sebanyak 22 orang (73.3%) dibandingkan umur 11 tahun sebanyak 5 orang (16.7%) dan umur 13 tahun sebanyak 3 orang (10.0%).

Tabel 2. Distribusi tingkat pengetahuan

| Pengetahuan | Pretest | | Posttest | |
|--------------|-----------|------------|-----------|------------|
| | F | p | F | p |
| Baik | 3 | 10.0 | 25 | 83,3 |
| Cukup | 11 | 36.7 | 3 | 10,0 |
| Kurang | 16 | 53.3 | 2 | 6.7 |
| Total | 30 | 100 | 30 | 100 |

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 30 orang yang dijadikan sebagai sampel, berpengetahuan baik sebelum dilakukan perlakuan 3 orang (10.0%) berpengetahuan cukup sebanyak 11 orang (36,7%) dan 16 orang (53,3%) berpengetahuan kurang. Sedangkan setelah dilakukan perlakuan berpengetahuan baik 25 orang (83.3%), berpengetahuan cukup

sebanyak 3 orang (10.0%) dan berpengetahuan kurang 2 orang (6.7%).

Tabel 3. Distribusi sikap remaja putri dalam personal hygiene

| Sikap | Pre test | | Posttest | |
|--------|----------|------|----------|------|
| | F | p | F | p |
| Baik | 6 | 20.0 | 23 | 76.7 |
| Kurang | 24 | 80.0 | 7 | 23.3 |
| Total | 30 | 100 | 30 | 100 |

Tabel 3 menunjukkan untuk variabel sikap yang memiliki sikap baik sebelum perlakuan 6 orang (20.0%) dan kurang 24 orang (80.0%). Sedangkan memiliki sikap baik setelah perlakuan 23 orang (76,7%) dan 7 orang (23,3%) memiliki sikap kurang.

Tabel 4. Uji T Test Perubahan Pretest- Posttest Edukasi Melalui Media Video Dan alat peraga Terhadap Pengetahuan dan Sikap Personal Hygiene Pada Masa Menstruasi Remaja

| Variabel | Mean | SD | SE | Nilai p |
|----------|--------------------|-------|-------|---------|
| | Pengetahuan | | | |
| Pretest | 6.67 | 2.368 | 0.432 | 0.00 |
| Posttest | 10.0 | 1.965 | 0.359 | |
| | Sikap | | | |
| Pretest | 3.47 | 1.525 | 0.278 | 0.00 |
| Posttest | 5.20 | 1.584 | 0.289 | |

Berdasarkan tabel 3 menunjukan penelitian ini dapat disimpulkan terjadi perubahan signifikan antara pemberian pendidikan melalui media video dan alat peraga terhadap perilaku personal hygiene pada masa menstruasi remaja dengan nilai ($p = 0,000$) yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Sedangkan sikap diperoleh nilai ($p = 0,001$) yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima.

Menurut risekdas rata-rata remaja Indonesia mengalami haid pertama kali pada umur 12-13 tahun. Sejalan dengan subjek penelitian ini bahwa yang paling banyak mendapatkan haid pertama kali pada umur 12

tahun sebanyak 22 siswi. Pada usia ini adalah waktu yang tepat untuk memberikan edukasi mengenai personal hygiene saat menstruasi.

Dalam penelitian ini diperoleh hasil signifikan $<0,05$ maka penulis menyimpulkan bahwa terdapat adanya perubahan pemahaman pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah ketika diberikan edukasi pendidikan kesehatan mengenai personal hygiene saat menstruasi menggunakan media video dan alat peraga. Pemberian Pendidikan personal hygiene saat menstruasi sangat penting dilakukan karena remaja SMP masih kurang pengetahuan dengan kebersihan menstruasi karena belum adanya dalam kurikulum mengenai kebersihan saat menstruasi. Dari hasil penelitian bahwa sebelum diberikan Pendidikan personal hygiene saat menstruasi hanya ada 3 orang yang memiliki pengetahuan baik, 11 orang yang memiliki pengetahuan cukup dan 16 orang yang memiliki pengetahuan buruk namun setelah diberikan Pendidikan Kesehatan mengenai personal hygiene remaja yang memiliki pengetahuan baik menjadi 25 orang. Hal ini sejalan dengan penelitian Dolang & Kiriweno (2020) bahwa pengetahuan remaja putri meningkat setelah mendapat penyuluhan kesehatan tentang kebersihan menstruasi. Adanya pengetahuan kebersihan personal hygiene maka siswa dapat melakukan tindakan yang baik dan benar mengenai manajemen kebersihan menstruasi dan merawat organ reproduksi. Pengetahuan mengenai personal hygiene saat menstruasi sangat penting untuk diketahui oleh remaja, karena dapat mempengaruhi bagaimana tindakan mereka saat mengalami menstruasi. Apabila remaja kurang pengetahuan dapat mempengaruhi kebersihan menstruasi yang buruk. Kebersihan yang buruk bisa menyebabkan Infeksi saluran reproduksi (ISR), yang meliputi penyakit radang panggul, klamidia, *Trichomonas vaginalis*, kandidiasis vulvovaginal, dan vaginosis bakterial (Jubaedah

et al., 2020). Pada variabel sikap sebelum diberikan intervensi ada 6 orang yang memiliki sikap baik, tetapi setelah diberikan intervensi terjadi peningkatan siswi yang memiliki sikap baik sebanyak 23 orang. menurut Fishbein dalam Ali (2006: 141) sikap adalah kecenderungan emosional yang dipelajari untuk merespon suatu objek secara konsisten. Hal ini sejalan dengan penelitian siswi merespon dengan baik terbukti dengan peningkatan sikap baik setelah diberikan intervensi.

Pemberian Pendidikan kesehatan reproduksi sangat penting diberikan. Dengan pengetahuan dan informasi yang luas dan baik, remaja dapat mengubah cara mereka menjaga kebersihan pribadi saat menstruasi, yang dapat meningkatkan kesehatan reproduksi mereka serta akan merasa siap dalam menghadapi menstruasi. Menurut Harahap *et al.* (2022) menyatakan bahwa pendidikan kesehatan adalah cara untuk menyebarkan informasi untuk meningkatkan pengetahuan seseorang dan mengubah kebiasaan mereka menjadi lebih baik. Banyak informasi dapat membuat seseorang kaya akan pengetahuan. Siswa yang kurang pengetahuan tidak dapat memahami dan memahami makna, tujuan, dan keuntungan dari perilaku personal hygiene menstruasi. Sedangkan menurut Ferita & Susanti (2019) dengan menggunakan ilmu pengetahuan, siswa akan lebih termotivasi untuk mempraktekkan kesehatan pribadi, terutama saat menstruasi, karena ilmu adalah bagian penting dari pembentukan suatu Tindakan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian adapun kesimpulan yaitu pengetahuan dan sikap berpengaruh terhadap perubahan perilaku personal hygiene pada remaja SMPN 15 Makassar. Dengan hasil penelitian ini diharapkan kepada pihak sekolah untuk terus memberikan penyuluhan mengenai

kendudukan kesehatan dengan mendatangkan tenaga Kesehatan serta semoga informasi yang diterima dapat dipraktekkan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, K. jurnal Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Personal Hygiene Dengan Gejala Vaginitis pada Siswi SMPN 1 Kota Padang dan SMPN 23 Padang. 2019; (1): 8
- Dolang, M. W., & Kiriwenno, E. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan tentang higiene menstruasi terhadap pengetahuan Remaja Putri. *Biosel: Biology Science and Education*, 9(1), 101. <https://doi.org/10.33477/bs.v9i1.1327>
- Raju, J. & Singh, M., 2014. Effectiveness of media video dan leaflet terhadap pengetahuan personal hygiene menstruasi remaja putri kelas VII tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Pannmed*, 15(1), 30–35. <https://doi.org/10.36911/pannmed.v15i1.645>
- Ferita, Y., & Susanti, D. (2019). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang personal hygiene saat menstruasi di SMPN 1 Gamping. *Media Ilmu Kesehatan*, 8(3), 203–209. Retrieved from <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/2438289>
- Harahap, H. P., Syari, M., & Wau, Y. (2022). Perbandingan media penyuluhan leaflet dan audivisual dengan peningkatan pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi. *Journal of Nursing and Health Science*, 1(3), 79–85. Retrieved from www.ejournal.stikes-pertamedika.ac.id/index.php/jnhs
- Jubaedah, E., Yuhandini, D. S., & Sriyatin. (2020). Pendidikan kesehatan melalui Kemenkes. (2018). Menkes: Remaja Indonesia harus sehat. Retrieved November 12, 2022, from Kementrian Kesehatan Republik Indonesia website: [https://www.kemkes.go.id/article/view/18051600001/menkesremaja-indonesia-harus-sehat.html#:~:text=MENKES%3AREMAJA%20INDONESIA%20HARUS%20SEHAT&text=Remaja menurut UU Perlindungan Anak,20%25 dari jumlah penduduk](https://www.kemkes.go.id/article/view/18051600001/menkesremaja-indonesia-harus-sehat.html#:~:text=MENKES%3AREMAJA%20INDONESIA%20HARUS%20SEHAT&text=Remaja%20menurut%20UU%20Perlindungan%20Anak,20%25%20dari%20jumlah%20penduduk)
- Suryati. 2012. Perilaku Kebersihan Remaja Saat Menstruasi.[Jurnal]. Jakarta : Poltekes Kemenkes. http://stikesbpi.ac.id/media/file/897084724Jurnal_Perilaku_Kebersihan_Remaja_Saat_Mestruasi.pdf
- Yasnani, Novianti., Erawan., Eka Meiyana Erawan. 2016. Hubungan Pengetahuan Sikap Dan Tindakan Personal Hygiene Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMP

