



**SKRIPSI**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP  
PENGETAHUAN PERSONAL *HYGIENE* SAAT  
MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI  
DI SMPN KECAMATAN SIMBUANG**

**OLEH:**

**YULIANA YUNINGSI (C1914201107)  
YULIANTI ALLOBUNGA (C1914201108)**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
STELLA MARIS MAKASSAR  
2023**



## **SKRIPSI**

# **PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN PERSONAL *HYGIENE* SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMP KECAMATAN SIMBUANG**

**Diajukan untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan pada  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar**

**OLEH:**

**YULIANA YUNINGSI (C1914201107)**

**YULIANTI ALLOBUNGA (C1914201108)**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
STELLA MARIS MAKASSAR  
2023**

**PERNYATAAN ORISINALITAS**

Yang bertandatangan di bawah ini nama :

1. Yuliana Yuningsi (C1914201107)
2. Yulianti Allobunga (C1914201108)

Menyatakan dengan sungguh bahwa skripsi ini hasil karya sendiri dan bukan duplikasi ataupun plagiasi (jiplakan) dari hasil penelitian orang lain.

Demikian surat pernyataan ini yang kami buat dengan sebenar benarnya.

Makassar, 13 April 2023

Yang menyatakan,



Yuliana Yuningsi



Yulianti Allobunga

## HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN

Laporan skripsi ini diajukan oleh:

Nama : 1. Yuliana Yuningsi (NIM: C1914201107)  
2. Yulianti Allobunga (NIM: C1914201108)  
Program Studi : Sarjana Keperawatan  
Judul Skripsi : Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Personal *Hygiene* saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMP Kecamatan Simbuang

Telah disetujui oleh Dewan Pembimbing dan dinyatakan diterima sebagai bagian persyaratan untuk mengikuti ujian skripsi.

Ditetapkan di: Makassar

Tanggal : 13 April 2023

### Dewan Pembimbing

Pembimbing 1



(Matilda Martha Paseno, Ns., M.Kes)  
NIDN. 0925107502

Pembimbing 2



(Meyke Rosdiana, Ns., M.Kep)  
NIDN. 0921109102

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : 1. Yuliana Yuningsi (NIM: C1914201107)  
2. Yulianti Allobunga (NIM: C1914201108)  
Program Studi : Sarjana Keperawatan  
Judul Skripsi : Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Personal *Hygiene* saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMP Kecamatan Simbuang

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan penguji dan Dewan Pembimbing dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan dan Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar

### DEWAN PEMBIMBING DAN PENGUJI

Pembimbing 1 : Matilda M.Paseno, Ns.,M.Kes (  )  
Pembimbing 2 : Meyke Rosdiana, Ns.,M.Kep (  )  
Penguji 1 : Mery Sambo, Ns.,M.Kep (  )  
Penguji 2 : Yunita Gabriela Madu, Ns.,M.Kep (  )

Ditetapkan di : Makassar  
Tanggal : 13 April 2023

Mengetahui,

Ketua STIK Stella Maris Makassar



Siprianus Abdu, S.Si.,Ns.,M.Kes  
NIDN: 0928027101

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Yuliana Yuningsi (C19142011070)

Yulianti Allobunga (C1914201108)

Menyatakan menyetujui dan memberikan kewenangan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar untuk menyipkan, mengalih informasi/formatkan, merawat dan mempublikasikan skripsi ini untuk kepentingan ilmu pengetahuan.

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya.

Makassar, 13 April 2023

Yang menyatakan,



Yuliana Yuningsi



Yulianti Allobunga

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena berkat dan rahmat-Nya sehingga penulisan dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Personal *Hygiene* saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMP Kecamatan Simbuang”. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) di STIK Stella Maris Makassar.

Penulis menyadari bahwa kelancaran dan keberhasilan penyusunan skripsi ini telah melibatkan banyak pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada semua pihak yang telah membantu, mendukung, dan memotivasi dalam menyelesaikan skripsi ini, terutama kepada:

1. Siprianus Abdu, S.Si.,Ns.,M.Kes selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menuntut ilmu di STIK Stella Maris Makassar.
2. Fransiska Anita, Ns.,M.Kep.Sp.Kep.MB selaku Wakil Ketua I Bidang Akademik dan Kerjasama STIK Stella Maris Makassar.
3. Matilda Martha Paseno, Ns.,M.Kes sebagai Wakil Ketua Bidang Administrasi sekaligus sebagai pembimbing I yang telah membimbing dengan sangat baik selama proses menyelesaikan skripsi ini.
4. Mery Sambo, Ns.,M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan dan Ners sekaligus sebagai penguji I yang telah banyak memberikan saran dan masukan demi menyempurnakan skripsi ini.
5. Meyke Rosdiana, Ns.,M.Kep selaku pembimbing II yang telah membimbing dengan sangat baik selama proses menyelesaikan skripsi ini.
6. Yunita Gabriela Madu, Ns.,M.Kep selaku penguji II yang telah banyak memberikan saran dan masukan demi menyempurnakan skripsi ini.

7. Segenap dosen dan staf pegawai STIK Stella Makassar yang telah membimbing, mendidik dan memberi pengarahan selama penulis mengikuti pendidikan.
8. Orang tua terkasih dari Yuliana Yuningsi yaitu Bapak Frans Kardianus dan Ibu Maria Fatimawati, orang tua terkasih dari Yulianti Allobunga yaitu Bapak Aris dan Ibu Dina Mariana, serta saudara yang setia memberikan dukungan dan motivasi, dukungan baik moral maupun material.
9. Teman-teman program studi Sarjan Keperawatan angkatan 2019 yang selalu mendukung dan telah bersama-sama berjuang serta memotivasi penulis.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.

Penulis berharap semoga skripsi ini dapat menjadi langkah awal penelitian yang bermanfaat bagi perkembangan ilmu keperawatan. Penulis bahwa pembuatan tesis ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu saran dan kritik sangat diharapkan untuk perbaikan penulisan skripsi ini kedepannya.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan menjadi sumber inspirasi untuk melakukan penelitian selanjutnya.

Makassar, 13 April 2023

Penulis



**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN  
PERSONAL *HYGIENE* SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI  
DI SMPN KECAMATAN SIMBUANG**

**(Dibimbing oleh Matilda Martha Paseno dan Meyke Rosdiana)**

**Yuliana Yuningsi (C1914201107)  
Yulianti Allobunga (C1914201108)**

**(xvi + 47 halaman + 11 tabel + 15 lampiran)**

**ABSTRAK**

Personal *hygiene* saat menstruasi adalah segala tindakan atau upaya dalam menjaga dan memelihara tubuh dan organ kewanitaan. Remaja beresiko mengalami masalah kesehatan organ kewanitaan karena kurangnya pengetahuan tentang personal *hygiene* saat menstruasi seperti mengganti pembalut 2 kali sehari, ketika buang air besar membersihkannya dari arah belakang ke depan, dll. Untuk meningkatkan pengetahuan remaja dapat diberikan pendidikan kesehatan, sehingga remaja dapat memahami, mengetahui, serta mengubah perilaku personal *hygiene* saat menstruasi guna meningkatkan derajat kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMPN Kecamatan Simbuang. Jenis penelitian yaitu *pre experimental* dengan *one group pre test-post test design*. Metode pengambilan sampel yaitu *non probability sampling* dengan pendekatan *sampling* jenuh dimana semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel yang berjumlah 67 responden dan yang memenuhi kriteria inklusi hanya 52 responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner dan uji statistik yang digunakan yaitu uji *wilcoxon*. Hasil penelitian diperoleh nilai  $p = 0,000$  dengan tingkat kemaknaan  $\alpha = 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa nilai  $p < \alpha$  artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMPN Kecamatan Simbuang. Dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan sesudah diberikan pendidikan kesehatan pada remaja putri.

Kata kunci : Personal Hygiene saat Menstruasi; Pendidikan Kesehatan; Pengetahuan

Referensi : 2005 - 2022

**THE INFLUENCE OF HEALTH EDUCATION ON PERSONAL HYGIENE  
KNOWLEDGE DURING MENSTRUATION IN ADOLESCENT WOMEN  
IN SMPN DISTRICT SIMBUANG**

**(Supervised by Matilda Martha Paseno and Meyke Rosdiana)**

**Yuliana Yuningsi (C1914201107)  
Yulianti Allobunga (C1914201108)**

**(xvi + 47 pages + 11 tables + 15 attachments)**

**ABSTRACT**

Personal hygiene during menstruation is all actions or efforts to maintain and maintain the body and female organs. Adolescents are at risk of experiencing health problems of the female organs due to lack of knowledge about personal hygiene during menstruation, such as changing pads 2 times a day, cleaning them from the back to the front when defecating, etc. To increase the knowledge of adolescents, health education can be given, so that adolescents can understand, know, and change personal hygiene behavior during menstruation in order to improve health status. This study aims to determine the effect of health education on knowledge of personal hygiene during menstruation in young women at SMPN Simburan District. The type of research is pre-experimental with one group pre-test-post test design. The sampling method is non-probability sampling with a saturated sampling approach in which all members of the population are used as a sample totaling 67 respondents and only 52 respondents fulfilling the inclusion criteria. The instrument used was a questionnaire and the statistical test used was the Wilcoxon test. The research results obtained  $p$  value = 0.000 with a significance level of  $\alpha = 0.05$ . This shows that the value of  $p < \alpha$  means that there is an influence of health education on personal hygiene knowledge during menstruation in young women at SMPN Simburan District. It can be concluded that there is an increase in knowledge after being given health education to young women.

Keywords : Personal Hygiene during Menstruation; Health Education; Knowledge

Reference : 2005 - 2022

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL DEPAN</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN SAMPUL DALAM</b> .....	<b>ii</b>
<b>PRNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH</b> .....	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian .....	5
1. Tujuan Umum .....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
1. Bagi Responden/Remaja.....	5
2. Bagi Institusi Pendidikan .....	5
3. Bagi Penelitian dan Penelitian Selanjutnya .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Tinjauan Umum Remaja .....	6
1. Definisi Remaja .....	6
2. Ciri-Ciri Remaja .....	6
3. Karakteristik Remaja .....	7
B. Tinjauan Umum Pendidikan Kesehatan.....	8
1. Definisi Pendidikan Kesehatan .....	8
2. Tujuan Pendidikan Kesehatan.....	9
3. Metode Pendidikan Kesehatan.....	9
4. Media Pendidikan Kesehatan .....	10
C. Tinjauan Umum Pengetahuan .....	12
1. Definisi Pengetahuan .....	12
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	12
3. Pengukuran Tingkat Pengetahuan .....	13
4. Kategori Pengetahuan.....	13
D. Tinjauan Umum Perosonal <i>Hygiene</i> Saat Menstruasi .....	13
1. Menstruasi .....	13
2. Personal <i>Hygiene</i> Menstruasi.....	15

<b>BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS</b>	
A. Kerangka Konseptual.....	25
B. Hipotesis Penelitian .....	25
C. Definisi Operasional.....	26
<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	27
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	27
C. Populasi dan Sampel .....	28
D. Instrument Penelitian .....	29
E. Pengumpulan Data dan Prosedur Penelitian .....	30
F. Pengolahan dan Penyajian Data.....	32
G. Etika Penelitian .....	32
H. Analisis Data.....	34
1. Analisis Univariat .....	34
2. Analisis Bivariat .....	34
<b>BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	35
1. Pengantar.....	35
2. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	35
3. Karakteristik Responden .....	36
4. Variabel yang Diteliti.....	39
a. Analisis Univariat.....	39
b. Analisis Bivariat.....	40
B. Pembahasan.....	41
C. Keterbatasan Penelitian.....	45
<b>BAB IV SIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Simpulan .....	46
B. Saran.....	46
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.2 Definisi perasional.....	29
Tabel 4.1 Skema <i>One Grup Pre Test-Post Test Design</i> .....	30
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi berdasarkan Umur Responden di SMPN Kecamatan Simbuang.....	39
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi berdasarkan Kelas Responden di SMPN Kecamatan Simbuang.....	39
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi berdasarkan Lama Menstruasi Responden di SMPN Kecamatan Simbuang.....	40
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi berdasarkan Jenis Pembalut yang Digunakan Responden di SMPN Kecamatan Simbuang .....	40
Tabel 5.5 Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Sumber Informasi Responden di SMPN Kecamatan Simbuang .....	41
Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Pengetahuan <i>Pre Test</i> Responden di SMPN Kecamatan Simbuang .....	42
Tabel 5.7 Distribusi Frekuensi Pengetahuan <i>Post Test</i> Responden di SMPN Kecamatan Simbuang .....	42
Tabel 5.8 Analisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Personal <i>Hygiene</i> saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMPN Kecamatan Simbuang .....	43

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Celana dalam <i>g-string</i> .....	17
Gambar 2.2	Celana dalam katun .....	18
Gambar 2.3	Pembalut sekali pakai .....	20
Gambar 2.4	Pembalut cuci ulang .....	22
Gambar 3.1	Bagan kerangka konseptual .....	26

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal kegiatan
- Lampiran 2 Satuan acara penyuluhan
- Lampiran 3 Paket intervensi
- Lampiran 4 *Liflet*
- Lampiran 5 *Power point*
- Lampiran 6 Surat izin penelitian
- Lampiran 7 Lembar permohonan menjadi responden
- Lampiran 8 *Informed consent*
- Lampiran 9 Kuesioner penelitian
- Lampiran 10 Surat keterangan selesai penelitian
- Lampiran 11 Master tabel
- Lampiran 12 Output SPSS
- Lampiran 13 Uji turnitin
- Lampiran 14 Dokumentasi
- Lampiran 15 Lembar konsul

## DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

<	: Lebih kecil
≥	: Lebih dari atau sama dengan
%	: Persen
α	: Derajat kemaknaan
VII, VIII, XI	: Angka romawi
Bivariat	: Analisa yang dilakukan untuk melihat hubungan antara variable independen dan dependen
Coding	: Pemberian kode
FSH	: <i>Folicle stimulating hormone</i>
G-String	: Bagian depan celana dalam yang berbentuk segitiga
GnRH	: <i>Gonadotropin releasing hormone</i>
Ha	: Hipotesis alternatif
HCG	: <i>Human chorionic gonadotropin</i>
Ho	: Hipotesis null
ISR	: Infeksi saluran reproduksi
LH	: <i>Luteinizing hormone</i>
n	: Jumlah pertanyaan
p	: Nilai kemungkinan/ <i>probability continuity correction</i>
p	: Persentase
Personal Hygiene	: Cara perawatan diri untuk memelihara kesehatan
pH	: <i>Potencial of hydrogen</i>
PHBS	: Perilaku hidup bersih dan sehat
P1	: <i>Pre test</i>
P2	: <i>Pro test</i>
SPSS	: <i>Statistical program for social science</i>
UKS	: Usaha kesehatan sekolah
Univariat	: Analisa yang dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi dan presentase antara variable independent dan dependen
Vulva	: Bagian luar anatomi reproduksi Wanita
VCD	: <i>Video compact disc</i>
WHO	: <i>World health organization</i>
X	: Perlakuan
x	: Jumlah total dari skor semua pertanyaan



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), remaja berada pada rentang usia 10 hingga 18 tahun, dan merupakan bagian yang cukup besar dari penduduk yang ada di Indonesia, hampir 20%. Menurut perkiraan ada sekitar 1,2 atau sekitar 18% dari total penduduk yang ada di dunia. Di Sulawesi Selatan sendiri, jumlah remaja putri sebanyak 780,152,0 dan laki-laki sebanyak 815,341,0 (Badan Pusat Statistik, 2019). Remaja dapat diartikan sebagai masa transisi antara masa anak-anak menuju masa dewasa. Dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan, remaja akan melalui banyak peristiwa salah satunya adalah pematangan secara biologis yang ditandai dengan dimulainya pubertas dan masa remaja (Sawyer et al., 2018).

Salah satu yang dapat terjadi ketika remaja putri memasuki masa pubertas yaitu menstruasi. Pada umumnya menstruasi yang terjadi pada remaja putri sangat bervariasi. Menurut Riset Kesehatan Dasar (2019), menyatakan 70,1% remaja putri, usia 10-19 tahun sudah mengalami menstruasi dan sebanyak 29,9% belum mendapatkan menstruasi. Ketika terjadi menstruasi, rahim yang mengandung banyak pembuluh darah akan mudah terinfeksi dan kuman akan dengan mudah masuk melalui saluran reproduksi. Kebersihan dilakukan selama menstruasi untuk menjaga kesehatan fisik, mental, dan sosial (Hennegan et al., 2021). Salah satu cara yang dapat dilakukan dalam menjaga kesehatan yaitu meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang personal *hygiene* saat menstruasi.

Pengetahuan dapat diartikan sebagai pengenalan terhadap kebenaran, kenyataan, prinsip, dan keindahan terhadap suatu objek (Utami, 2022). Pengetahuan bisa didapatkan dari berbagai sumber seperti media massa. Sumber lainnya bisa diperoleh dari orang tua,

keluarga, guru, dan tenaga kesehatan dengan memberikan pendidikan kesehatan seperti penyuluhan di sekolah maupun di masyarakat (Komariyah & Mukhoirotin, 2018). Mereka yang kurang mendapatkan informasi tentang kesehatan reproduksi akan bertindak tidak higienis saat menstruasi. Banyak masalah kesehatan reproduksi yang mungkin timbul dari kebersihan yang buruk selama menstruasi (Susanti & Lutfiyati, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Azmi Fauziah et al. (2021), didapatkan dari 163 responden yang memiliki pengetahuan kurang baik sebanyak 138 (84,7%) dan 25 (15,3%) memiliki pengetahuan baik mengenai personal *hygiene* saat menstruasi.

Setiap remaja harus menyadari pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi. Sayangnya, masih banyak remaja putri yang mempraktikkan kebiasaan buruk saat menstruasi. Dari survey awal yang dilakukan oleh Maharani & Andriyani (2018) dari 15 siswi yang sudah menstruasi, 10 diantaranya tidak mengetahui praktik dasar kebersihan menstruasi seperti memakai celana dalam, menggunakan pembalut, membersihkan alat kelamin, mencukur rambut kemaluan, dan mengganti pembalut hanya dua kali, tidak mengetahui cara membersihkan dubur dari arah depan ke belakang atau sebaliknya. Sedangkan, hasil penelitian didapatkan dari 148 responden, yang memiliki perilaku tidak baik tentang personal *hygiene* saat menstruasi sebanyak 117 (79,1%) dan yang memiliki perilaku baik tentang personal *hygiene* saat menstruasi sebanyak 31 (20,9%)

Personal *hygiene* yang tidak baik saat menstruasi bisa menimbulkan infeksi pada saluran reproduksi (Hartoyo & Susanto, 2021). Menurut data *World Health Organization* (2016), tingkat kejadian infeksi saluran reproduksi (ISR) tertinggi didunia yaitu pada usia remaja 35%-42% dan prevalensi ISR pada remaja karena *pruritus* yaitu 25%-50%. Keluhan yang paling sering ditimbulkan adalah rasa gatal yang cukup parah pada bagian luar alat kelamin perempuan

(*pruritus vulva*). Di Indonesia sendiri, sekitar 5,2 juta remaja putri mengalami keluhan gatal pada daerah kewanitaan (Kemenkes RI, 2017). *Pruritus vulva* kerap terjadi ketika malam hari. Saat tertidur kemungkinan besar seseorang akan menggaruk area tersebut tanpa disadari dan akan menyebabkan memar bahkan berdarah (Angrainy, Fitri, & Utari, 2021). Selain itu, dapat menyebabkan peningkatan keputihan, yang dapat menyebabkan kemandulan jika tidak segera ditangani. Keputihan juga menjadi gejala dari kanker leher rahim. Ditemukan kanker leher rahim di Indonesia disebabkan oleh kualitas pembalut yang buruk (Utami, 2022).

Pendidikan kesehatan merupakan suatu upaya promosi kesehatan untuk membagikan informasi ataupun nasehat yang ditujukan kepada individu, kelompok maupun masyarakat. Pendidikan kesehatan yang diberikan dapat mengubah perilaku seseorang, tidak hanya itu pendidikan kesehatan juga memiliki peran yang cukup penting dalam mengubah pengetahuan tiap orang (Batubara, 2020). Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Jubaedah, Yuhandini, & Sriyatin (2020) yang bertujuan untuk mengetahui pendidikan kesehatan melalui media video dan leaflet terhadap pengetahuan personal *hygiene* menstruasi remaja putri kelas VII tahun 2019 didapatkan hasil dari 52 siswi menunjukkan sebagian besar tidak mengetahui tentang personal *hygiene* saat menstruasi yaitu sebanyak 41 orang (78,8%), namun setelah dilakukan penyuluhan kesehatan personal *hygiene* menstruasi didapatkan rata-rata pengetahuan sebelum dan setelah intervensi yaitu 80,19 ; 93,85 pada kelompok dengan media video dan 81,92 ; 90,58 pada kelompok dengan media leaflet. Di antara kelompok penyuluhan yang menggunakan media video dan media leaflet terdapat perbedaan yang signifikan pada pengetahuan personal *hygiene* menstruasi sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Hasil wawancara yang dilakukan kepada 5 siswi di SMPN Satap 2 Simbuang, didapatkan siswi memiliki pengetahuan yang kurang baik tentang personal *hygiene* saat menstruasi. Pengetahuan yang kurang baik antara lain, menggunakan celana dalam yang sama ketika mengganti pembalut, ketika buang air besar membersihkannya dari arah belakang ke depan, daerah kewanitaan hanya dibersihkan ketika mandi, mengganti pembalut 2 kali sehari pagi dan sore, tidak mengganti pembalut ketika dirasa sudah penuh dan menimbulkan rasa gatal. Sehingga pendidikan kesehatan terkait personal *hygiene* saat menstruasi sangatlah penting untuk meningkatkan pengetahuan remaja.

Berdasarkan pernyataan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMP Kecamatan Simbuang ”.

## **B. Rumusan Masalah**

Setiap remaja putri harus menyadari pentingnya menjaga personal *hygiene* saat menstruasi karena dapat berdampak buruk pada kesehatan. Pengetahuan remaja merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi perilaku personal *hygiene* saat menstruasi. Remaja yang memiliki informasi yang luas lebih cenderung mempraktikkan kebersihan diri yang baik, begitu pula sebaliknya; jika mereka memiliki pengetahuan yang buruk, mereka cenderung menunjukkan kebiasaan kebersihan diri yang buruk. Pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang personal *hygiene* saat menstruasi.

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: “Apakah ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMPN Kecamatan Simbuang?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di SMPN Kecamatan Simbuang.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi pengetahuan remaja putri tentang personal *hygiene* saat menstruasi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan di SMPN Kecamatan Simbuang.
- b. Mengidentifikasi pengetahuan remaja putri tentang personal *hygiene* saat menstruasi setelah dilakukan pendidikan kesehatan di SMPN Kecamatan Simbuang.
- c. Menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMPN Kecamatan Simbuang.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Responden/Remaja**

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan informasi mengenai pentingnya pendidikan kesehatan bagi remaja putri untuk meningkatkan pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi.

### **2. Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil dari penelitian diharapkan akan dapat menjadi masukan bagi pengembangan ilmu pengetahuan dalam proses belajar mengajar.

### **3. Bagi Peneliti dan Penelitian Selanjutnya**

Hasil penelitian diharapkan menjadi pedoman bagi peneliti selanjutnya yang melakukan studi variabel yang serupa dan juga dapat memperdalam pemahaman, khususnya terkait dampak pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan Umum Remaja**

##### **1. Definisi Remaja**

Kata “remaja” berasal dari bahasa latin yaitu *adolescene* yang berarti tumbuh atau berkembang menjadi dewasa (Putro, 2017). Remaja berada pada rentang usia 10-18 tahun dimana pada masa remaja terjadi pertumbuhan cepat atau yang disebut *growth spurt*, serta pubertas. Perkembangan fisik, pertumbuhan mental-kognitif dan psikologis, serta proses pertumbuhan dan perkembangan reproduksi yang mengontrol fungsi seksual, semuanya berlangsung selama fase ini. (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

##### **2. Ciri-Ciri Remaja**

Menurut Ahyani et al. (2018) ciri-ciri remaja adalah sebagai berikut :

###### **a. Perkembangan Fisik**

Pubertas berkaitan erat dengan perubahan fisik yang terjadi pada remaja. Peningkatan pelepasan hormon akibat aktivitas kelenjar pituitari pada periode ini memiliki dampak fisiologis yang luas. Hormon pertumbuhan menyebabkan pertumbuhan yang cepat, dalam waktu sekitar dua tahun, hampir membuat tubuh mencapai tinggi dan berat badan dewasa. Laki-laki mengalami percepatan pertumbuhan lebih awal dari pada perempuan, dan merupakan tanda bahwa perempuan mencapai kematangan seksual lebih awal dari pada laki-laki. Menstruasi, dan produksi semen pada pria, merupakan tanda bahwa remaja telah mencapai kematangan seksual.

b. Perkembangan Kognitif

Pikiran remaja menjadi lebih kuat. Mereka mengembangkan pemikiran yang lebih idealis, rasional, abstrak, dan lebih mampu menilai persepsi mereka sendiri, orang lain, dan pikiran orang lain tentang mereka. Stimulasi yang diberikan kepada anak memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangannya; semakin banyak stimulasi yang diterima anak, semakin banyak mereka mempelajari hal-hal baru dan menciptakan koneksi neuron yang lebih kuat di otak mereka, yang dapat mendorong anak untuk berkembang secara maksimal.

c. Perkembangan Seksual

Munculnya dorongan seks merupakan akibat dari perubahan tubuh yang terjadi pada masa pubertas. Karena tabu sosial dan kurangnya pemahaman tentang seksualitas, sehingga sulit untuk memuaskan dorongan seks seseorang. Saat anak-anak berada pada usia antara 10 dan 12 tahun biasanya mereka menunjukkan minat pada lawan jenis. Terlepas dari apakah mereka aktif secara seksual, beberapa remaja kurang memiliki minat atau pengetahuan tentang metode keluarga berencana (KB) atau tanda-tanda penyakit menular seksual (PMS). Akibatnya, kini semakin banyak terjadi kelahiran di luar nikah dan kasus penyakit kelamin.

### 3. Karakteristik Remaja

Menurut Andriani et al. (2022) remaja memiliki sifat yang khas, sebagai berikut:

a. Masa Remaja sebagai Periode yang Penting

Ini adalah fase penting karena cenderung menjadi pemberi dampak langsung juga dampak jangka panjang dari apa yang mereka lakukan sejak dini. Oleh karena itu perlu adanya upaya penyesuaian diri terhadap sikap dan tindakan remaja terhadap

suatu hal.

b. Masa Remaja sebagai Periode Peralihan

Terjadi perubahan perilaku dari kekanak-kanakan menuju fase dewasa. Sering ada ketidakpastian tentang peran yang dimainkannya saat ini. Status remaja yang masih belum jelas menyebabkan remaja cenderung mencoba gaya hidup baru, menentukan pola perilaku serta nilai dan sifat yang dianggap paling sesuai dengan dirinya.

c. Masa Remaja sebagai Periode Perubahan

Remaja mengalami empat perubahan universal: peningkatan emosi, perubahan pada fisik, minat serta peran yang diharapkan oleh kelompok sosial, perubahan nilai-nilai pribadi, keinginan dan tuntutan yang lebih besar akan kebebasan. Namun, mereka seringkali enggan menerima tanggung jawab atas tindakan mereka karena tidak memiliki kapasitas untuk melakukannya.

d. Masa Remaja adalah Ambang dari Masa Dewasa

Mereka semakin mendekati titik di mana mereka akan dianggap sebagai orang dewasa secara hukum. Agar mereka dapat hidup seutuhnya sebagai orang dewasa, maka mereka akan lebih memperhatikan perilaku dan gaya hidupnya.

## **B. Tinjauan Umum Pendidikan Kesehatan**

### **1. Definisi Pendidikan Kesehatan**

Pendidikan kesehatan adalah kegiatan mempengaruhi ataupun pendidikan kepada masyarakat untuk menjaga perilaku yang akan membantu mempertahankan dan meningkatkan derajat kesehatan. Penyuluhan kesehatan merupakan satu bentuk kegiatan yang dapat mengubah perilaku sasaran dengan memberikan materi tentang kesehatan (Komariyah & Mukhoirotin, 2018).



## 2. Tujuan Pendidikan Kesehatan

Tujuan utama pendidikan kesehatan berdasarkan Undang-Undang Kesehatan No. 23 Tahun 1992 adalah untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan fisik, mental dan sosial sehingga produktif secara ekonomi dan sosial. Pencegahan penyakit menular, lingkungan yang bersih, gizi masyarakat, pemeliharaan kesehatan dan kegiatan kesehatan lainnya termasuk dalam pendidikan kesehatan (Pramudianti, 2022).

## 3. Metode Pendidikan kesehatan

Menurut Pramudianti (2022) pendidikan kesehatan bisa dilakukan dengan beberapa metode yaitu sebagai berikut :

### a. Metode Pendidikan Individual

Pendidikan ini dimaksudkan untuk mendorong perilaku baru atau membangkitkan minat seseorang terhadap inovasi atau perubahan perilaku. Alasan di balik menggunakan pendekatan individu adalah bahwa semua orang memiliki masalah yang berbeda. Ada dua jenis teknik pendidikan individu yaitu : *guidance and ccounseling* (bimbingan dan penyuluhan), dan *interview* (wawancara).

### b. Metode Pendidikan Kelompok

Pendekatan pendidikan kelompok wajib mempertimbangkan apakah kelompok itu besar atau kecil sebab metodenya pasti akan berbeda. Eektivitas metode juga tergantung pada besar kecilnya sasaran pendidikan. Cara yang baik untuk digunakan yaitu ceramah dan seminar.

### c. Metode Pendidikan Massa

Cara yang paling cepat adalah pendekatan massal karena komunikasi kesehatan masyarakat bersifat massa atau publik . Oleh karena itu, tujuan dari metode ini sangat luas, tidak membedakan kelompok umur, jenis kelamin, pekerjaan, tingkat

sosial ekonomi, tingkat pendidikan, dan sebagainya, sehingga diperlukan penciptaan pesan-pesan kesehatan yang dapat dipahami oleh semua massa tersebut.

#### 4. Media Pendidikan Kesehatan

Menurut Pramudianti (2022) alat berikut dapat digunakan sebagai media pendidikan kesehatan :

##### a. Media Cetak

- 1) *Leaflet*: selembaar kertas yang terlipat menjadi dua hingga tiga halaman, pesan terlihat melalui lembaran terlipat dan isi pesan bisa tulisan dan gambar
- 2) *Booklet*: menyampaikan pesan kesehatan menggunakan buku yang menyertakan tulisan dan gambar
- 3) *Flip chart*: mumpulan rangkuman, denah, foto, dan tabel dengan gaya yang dibuka secara berurutan dan informasi kesehatan dalam bentuk timbal balik
- 4) *Flyer*: pesan yang disampaikan dalam bentuk selembaan namun tidak dilipat
- 5) Rubrik: ketika masalah kesehatan dibahas di surat kabar atau majalah
- 6) Foto, yang mengungkapkan informasi kesehatan
- 7) Poster: media cetak yang menyampaikan pesan kesehatan dan biasanya dipajang di dinding tempat umum

##### b. Media Elektronik

- 1) Radio: dapat berupa ceramah, obrolan, radio spot, drama radio, dan lain-lain
- 2) Televisi: inetron, debat, tanya jawab, drama, kuis, pidato, dan program lainnya
- 3) Slide
- 4) *Compact Disc Digital Video (VCD)*
- 5) Film
- 6) LCD

a) Definisi

Media LCD adalah perangkat listrik berbentuk layar proyektor, untuk menampilkan teks, foto, dan video yang dapat ditransfer ke layar (Ermi, 2017).

b) Hal-hal yang perlu diperhatikan saat menggunakan media LCD proyektor untuk pembelajaran menurut Ermi (2017), antara lain :

- 1) Mencantumkan point-point penting saja dalam power point
- 2) Mampu mengoperasikan LCD proyektor dan komputer
- 3) Menggunakan animasi secukupnya
- 4) Menggunakan warna-warna yang menarik
- 5) Menggunakan foto-foto secukupnya
- 6) Maksimal 20 slide, dalam setiap sesi

c) Kelebihan dan Kekurangan

1) Kelebihan

Dapat menampilkan gambar yang disertai suara, serta materi yang ditampilkan terlihat lebih realistis. Tidak hanya itu, penyajian materi menjadi lebih mudah dan tentunya menarik.

2) Kekurangan

Tampilan proyektor tidak efektif pada kelas dengan ruangan yang besar karena dapat menyulitkan peserta didik dalam melihat dengan jelas materi yang dipaparkan, karena materi disajikan dalam jarak jauh.

## **C. Tinjauan Umum Pengetahuan**

### **1. Definisi Pengetahuan**

Pengetahuan merupakan istilah yang digunakan jika seseorang mengetahui atau mengenal suatu hal. Apa pun yang dipelajari selalu memiliki bagian dari apa yang sudah diketahui dan disadari. Akibatnya, untuk mengetahui sesuatu, subjek harus memiliki rasa ingin tahu, serta objek yang dihadapi. Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan terjadi saat seseorang telah melakukan pengindraan terhadap suatu objek. Dengan pengindraan yang dimiliki, Pengetahuan merupakan sesuatu yang sangat penting dalam terbentuknya suatu tindakan (Ayu, 2022).

### **2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan**

Menurut Notoatmodjo (2012) pengetahuan dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, sebagai berikut :

#### **a. Tingkat Pendidikan**

Keterampilan yang sangat mendasar yang dimiliki manusia adalah kemampuan untuk belajar. Pengetahuan dapat berubah-ubah tergantung pada tingkat pendidikan.

#### **b. Informasi**

Tingkat pengetahuan seseorang akan menurun jika seseorang memiliki informasi yang minim tentang bagaimana cara hidup sehat, cara menjaga kesehatan, dan cara mencegah penyakit.

#### **c. Budaya**

Tingkat pengetahuan seseorang sangat dipengaruhi oleh budaya yang dianut, karena informasi baru disaring melalui keyakinan dan budaya yang dimiliki.

#### **d. Pengalaman**

Umur dan tingkat pendidikan berhubungan dengan pengalaman, sehingga semakin tua dan berpendidikan seseorang maka pengalamannya akan semakin bervariasi.

### 3. Pengukuran Tingkat Pengetahuan

Penilaian tingkat pengetahuan bisa diukur melalui kuesioner dan pengetahuan yang ingin kita ketahui dapat juga disesuaikan dengan tingkat pengetahuan. Sedangkan kualitas pengetahuan dari setiap tingkat pengetahuan dapat diketahui dengan menggunakan *scoring* (Ayu, 2022).

### 5. Kategori Pengetahuan

Menurut Arikunto (2013) pengetahuan dapat dikategorikan menjadi 3, yaitu :

- a. Dikategorikan baik, jika subjek bisa menjawab dengan benar 76-100% dari semua pertanyaan
- b. Dikategorikan cukup, jika subjek bisa menjawab dengan benar 56-75% dari semua pertanyaan
- c. Dikategorikan kurang, jika subjek bisa menjawab dengan benar  $\leq 55\%$  dari semua pertanyaan

## D. Tinjauan Umum Perosonal *Hygiene* saat Menstruasi

### 1. Menstruasi

#### a. Definisi Menstruasi

Menstruasi merupakan proses fisiologis yang terjadi ketika lapisan rahim (endometrium) dikeluarkan dari tubuh. Menstruasi adalah istilah untuk perdarahan teratur, yang merupakan bagian penting dari fungsi biologis seorang wanita selama siklus hidupnya (Ani et al., 2022).

#### b. Etiologi Menstruasi

Proses menstruasi melibatkan kerja hormon, yaitu korteks serebral, ovarium, dan tiroid. Hipotalamus mengeluarkan hormon pelepas gonadotropin (Gnrh) dan merangsang kelenjar hipofisis untuk mengeluarkan hormon luteinizing (LH) dan hormon perangsang folikel (FSH), yang merangsang folikel di ovarium. Folikel di ovarium

mengeluarkan lebih banyak estrogen, yang menyebabkan lapisan rahim bertambah banyak. Selama fase proliferasi, sebelum ovulasi terjadi pada pertengahan siklus, kadar estrogen meningkat, diikuti dengan peningkatan kadar LH, yang berperan penting dalam ovulasi. Ovulasi terjadi 24-36 jam setelah kadar estrogen meningkat.

Kemudian memasuki fase sekretori, di mana folikel menjadi korpus luteum, jaringan yang dibentuk oleh ovulasi dan granulasi sel dari sisa-sisa folikel ovarium yang hancur. LH merangsang perkembangan korpus luteum, dan LH mengeluarkan estrogen dan progesteron, yang menyebabkan luteinisasi endometrium sebagai persiapan pembuahan. Jika hamil, trofoblas mengeluarkan HCG, dan LH memelihara korpus luteum. Korpus luteum terus mengeluarkan estrogen dan progesteron untuk mempertahankan endometrium, memungkinkan kehamilan berlanjut hingga plasenta terbentuk pada usia kehamilan 8-9 minggu. Jika kehamilan terjadi, trofoblas mengeluarkan HCG, dan LH mempertahankan korpus luteum. Korpus luteum terus mengeluarkan estrogen dan progesteron untuk mempertahankan endometrium, memungkinkan kehamilan berlanjut hingga plasenta terbentuk pada usia kehamilan 8-9 minggu. Jika tidak hamil, tingkat konsentrasi LH menurun, mempengaruhi regresi korpus luteum atau dikenal sebagai luteinisasi dalam 10-12 hari, menghasilkan tingkat estrogen dan progesteron yang lebih rendah, menyebabkan pelepasan lapisan rahim dan terjadilah menstruasi (Sasabila, 2021).

c. Manifestasi Klinis Menstruasi

Menurut Putri et al. (2022) manifestasi klinis menstruasi, yaitu :

- 1) Nyeri pada payudara
- 2) Keras pada bagian perut
- 3) Perubahan terhadap suasana hati
- 4) Timbulnya jerawat pada wajah
- 5) Tekanan pada bagian panggul
- 6) Sakit pada kepala serta kelelahan
- 7) Kesulitan dalam berkonsentrasi
- 8) Sakit pada bagian punggung

**2. Personal *Hygiene* Menstruasi**

a. Definisi Personal *Hygiene* saat Menstruasi

Personal *hygiene* berasal dari bahasa Yunani. Personal yang berarti perorangan, *hygiene* yang berarti bersih dan sehat. Jadi, personal *hygiene* adalah tindakan seseorang untuk memelihara kesehatan dan kebersihan. Sedangkan, personal *hygiene* saat menstruasi adalah tindakan atau segala upaya yang dilakukan untuk menjaga dan memelihara organ kewanitaan saat menstruasi (Pemiliana, 2019).

b. Tujuan Personal *Hygiene* saat Menstruasi

Menurut Setianingsih & Putri (2017) tujuan personal *hygiene* saat menstruasi, yaitu :

- 1) Meningkatkan derajat kesehatan seseorang
- 2) Meningkatkan kesehatan individu yang dilakukan selama menstruasi
- 3) Untuk pemeliharaan kebersihan
- 4) Kesejahteraan fisik dan psikis

c. Hal-Hal yang Harus Diperhatikan saat Menstruasi

Menurut Sinaga et al. (2017) ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam dalam melakukan personal *hygiene* saat menstruasi, yaitu :

1) Perawatan Tubuh

Wajah adalah area yang sangat sensitif pada remaja terutama pada remaja putri. Selama menstruasi, kelenjar sebascus (kelenjar minyak) meningkat, yang dapat menyebabkan penigkatan produksi keringat, sehingga mencuci muka 2-3 kali sehari mampu membantu mencegah timbulnya jerawat.

Bahkan selama menstruasi, wanita wajib menjaga kebersihan kulit kepala karena adanya perubahan hormon. Mitos bahwa wanita dilarang keramas selama menstruasi masih banyak dianut oleh sebagian besar masyarakat Indonesia.

Sangat penting untuk menjaga kebersihan tubuh saat menstruasi, dan disarankan untuk mandi dua kali sehari. Tidak disarankan menggunakan bak mandi saat haid; sebagai gantinya, gunakan gayung atau shower agar kotorannya bisa terbuang dengan air. Khusus bagi wanita yang sedang merasakan nyeri haid, disarankan untuk mandi menggunakan air hangat. Seorang wanita akan merasa lebih segar.

2) Kebersihan Genetalia

Alat kelamin luar juga perlu diperhatikan kebersihannya saat mandi. Membasuh dengan menggunakan air bersih merupakan cara paling efektif dalam membersihkan area kewanitaan. Selain itu, penting diingat untuk membasuh area kewanitaan dari depan ke belakang (dari vagina hingga anus), bukan sebaliknya,



terutama setelah buang air besar (BAB). Karena kuman di daerah anus bisa masuk ke vagina jika arahnya dibalik. Setelah dibersihkan, vagina dikeringkan dengan handuk atau tisu kering untuk mencegah kelembapan pada vagina. Tidak perlu menggunakan larutan pembersih saat membersihkan alat kelamin karena akan mendorong tumbuhnya kuman penyebab infeksi.

Vagina memiliki pH asam antara 3,5 dan 4,5. Vagina dapat mempertahankan bakteri baik pada tingkat keasaman ini. Jadi, tidak perlu menggunakan sabun khusus pembersih vagina. Bakteri baik dapat terbunuh saat menggunakan sabun antiseptik dan menyebabkan bakteri jahat dan jamur lebih mudah bersarang.

### 3) Kebersihan Pakaian Sehari-Hari

Penting untuk mengganti pakaian setiap hari, terutama pakaian dalam. Pakaian dalam yang layak harus berbahan katun, tidak terlalu ketat, dan menutupi bokong untuk menahan pembalut dengan kuat di tempatnya. Gunakan sesuatu selain *G-string* atau yang minimalis. Sedangkan, pakaian dalam yang sempit dapat menghambat aliran udara. Akibatnya, kulit menjadi iritasi. Pakaian dalam yang tidak menyerap keringat beresiko mengundang kuman jahat untuk bersarang.



Sumber : My-best.id, 2023

Gambar 2.1 Celana Dalam *G-String*  
(Tidak direkomendasikan)



Sumber : Sulistyorini & Puspitasari (2021)

Gambar 2.2 Celana Dalam Katun  
(Direkomendasikan)

Apabila ada noda darah pada celana dalam, hilangkan dengan cara dicuci menggunakan air hangat dan sabun mandi. Rendam celana dalam apabila noda darah sulit untuk dihilangkan (Trisnamiati dalam Wahyuni & Harisa, 2021).

#### 4) Pemanfaatan Pembalut

##### a) Penjagaan Kebersihan Pembalut

Rahim adalah bagian yang paling rentan terhadap infeksi selama menstruasi, jadi penting untuk mengganti pembalut sesering mungkin. Perlu mengganti pembalut lebih dari tiga kali sehari pada awal menstruasi karena biasanya terdapat banyak darah. Dan jika pembalut tidak segera diganti, pembalut akan berlumuran darah dan menjadi tempat berkembangnya banyak bakteri dan jamur. Dengan demikian, bakteri dapat menumpuk di area vagina dan menimbulkan masalah jika pembalut tidak diganti secara rutin. Saat menggunakan pembalut sekali pakai, sebaiknya cuci terlebih dahulu sebelum digunakan. Kemudian, lipat atau gulung dengan rapi, bungkus dengan kertas, dan masukkan ke dalam kantong plastik sebelum dibuang.

Tidak dibenarkan membuang pembalut di toilet kamar mandi.

b) Pemeliharaan Pembalut

Pemeliharaan pembalut juga penting. Pemilihan pembalut yang salah dapat menyebabkan ruam pada kulit, alergi, penyakit kulit, dan infeksi. Pembalut yang berdaya serap yang tinggi serta mempunyai tekstur yang halus merupakan ciri pembalut yang baik. Bahannya tidak terlalu tebal atau terlalu ringan, dan tidak mengandung bau apapun. Vagina yang lembap memudahkan bakteri berkembang biak dan mengiritasi, sehingga penting untuk menjaga sirkulasi udara dan memastikannya selalu kering. Pemilihan pembalut berdasarkan parameter di atas juga disesuaikan dengan aktivitas yang akan dilakukan seorang wanita.

c) Jenis Pembalut Sekali Pakai

Hampir semua wanita menggunakan pembalut saat menstruasi. Tidak hanya pembalut, pantyliner juga digunakan demi menjaga kebersihan daerah kewanitaannya. Seringkali terbuat dari kapas atau kertas, yang rentan terhadap klorin yang digunakan untuk memutihkan bahan bakunya, pembalut wanita dan pantyliner dibuat dari bahan ini. Ada banyak rumor yang beredar di masyarakat tentang bagaimana penggunaan pembalut saat menstruasi dapat menyebabkan iritasi. Adanya iritasi dapat dipengaruhi oleh klorin yang terdapat pada beberapa pembalut. Hal ini tidak bisa dilihat dengan mata telanjang, pengujian dilakukan di laboratorium. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 472/MENKES/PER/V/1996 tentang pengamanan

bahan berbahaya bagi kesehatan, mencantumkan bahwa bahan kimia klorin bersifat racun dan iritasi. (Arum & Rosita dalam Sinaga et al., 2017).

Menurut Trisnamiati dalam wahyuni & Harisa (2021), yang harus diperhatikan ketika menggunakan pembalut sekali pakai yaitu pembalut harus sering diganti secara teratur yaitu sekitar 4 hingga 5 kali atau setiap selesai mandi dan saat buang air kecil/besar serta apabila terdapat gumpalan darah pada pembalut. Jika menggunakan pembalut sekali pakai, sebelum dibuang, sebaiknya pembalut yang kotor dicuci terlebih dahulu, kemudian dilipat atau digulung dengan rapi kemudian pembalut dimasukkan kedalam kantong plastik dan dibuang di tempat sampah. Kesalahan yang sering terjadi pada saat mengganti pembalut, melepas dan memakai pembalut adalah tidak mencuci tangan terlebih dahulu.



Sumber : My-best.id, 2023

Gambar 2.3 Pembalut Sekali Pakai

d) Jenis Pembalut Cuci Ulang

Pembalut cuci ulang sudah ada dijual di pasaran dan bisa dibuat sendiri. Pembalut ini mempunyai kombinasi warna yang menarik, harga terjangkau, dan jelas ramah lingkungan karena dapat dibersihkan dan digunakan kembali. Pembalut ini terdiri dari 10 lapis, lapisan luar dan dalam yang terbuat dari bahan kaos. Bahan kaos yang berkualitas tinggi baik digunakan karena :

- 1) Lembut dan nyaman dipakai
- 2) Tidak menimbulkan iritasi
- 3) Daya serap yang tinggi
- 4) Tidak melekat dan muda di cuci jika terkena darah
- 5) Warna bersifat permanen, tidak luntur, dan selalu aman digunakan
- 6) Dapat digunakan dalam waktu yang lama karena ketahanannya terhadap kerusakan 3 tahun (sekitar 36 kali pemakaian)
- 7) Tidak memiliki efek samping karena tidak mengandung zat berbahaya

Pebalut cuci ulang dapat digunakan dengan cara yang sangat sederhana dengan melakukan hal berikut:

- 1) Saat sebelum digunakan, pembalut dibersihkan terlebih dahulu dengan cara dicuci
- 2) Kemudian pembalut disetrika untuk menjaga kesterilannya.
- 3) Cukup gunakan satu pembalut bersayap ketika darah menstruasi tidak terlalu banyak.
- 4) Ketika darah menstruasi lumayan banyak bisa menggunakan dua pembalut sekaligus, pembalut

bersayap dan pembalut yang tidak bersayap.

- 5) Agar pembalut lebih aman dan nyaman saat haid, ganti pembalut setiap 3-4 jam sekali.



Sumber : Sulistyorini & Puspitasari (2021)

Gambar 2.4 Pembalut Cuci Ulang

Menurut Diniyati & Kusmaryati (2020) adapun kelebihan dan kekurangan pembalut kain, yaitu :

- 1) Kelebihan
    - a) Tidak mengandung pewangi
    - b) Ramah lingkungan
    - c) Lebih murah karena memungkinkan untuk dicuci
    - d) Sangat tahan lama jika dirawat dan dicuci dengan benar
    - e) Bahan pembalut kain halus dan elastis
  - 2) Kekurangan
    - a) Gangguan kesehatan reproduksi jika pembalut tidak dicuci dengan keadaan benar-benar bersih
- d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Personal *Hygiene*

Faktor yang dapat mempengaruhi personal *hygiene* saat menstruasi adalah sebagai berikut :

- 1) Pengetahuan

Pengetahuan adalah area penting untuk pengembangan tindakan. Kurangnya informasi yang diperoleh remaja, pembatasan lingkungan yang

menghalangi akses informasi, mitos sosial budaya, usia dan pengalaman merupakan penyebab potensial dari ketidaktahuan. Remaja yang mendapat informasi yang baik akan lebih cenderung mempraktikkan kebersihan diri yang baik, terutama selama menstruasi. Perilaku yang didasari dengan adanya pengetahuan jauh lebih baik, daripada perilaku yang tidak didasari pengetahuan (Maharani & Andriyani, 2018).

## 2) Budaya

Perbedaan mitos budaya menyebabkan perbedaan dalam personal *hygiene* saat menstruasi pada sebagian masyarakat. Kepercayaan pada hal-hal tertentu sangat dipengaruhi oleh kebiasaan suatu masyarakat tertentu yang kemudian disebut sebagai kebudayaan suatu komunitas masyarakat yang unik dan tipikal. Intervensi budaya dalam hal ini tentu saja tidak selalu benar secara ilmiah sehingga kemudian disebut sebagai mitos dalam budaya, termasuk dalam hal perilaku *hygiene* menstruasi, banyak mitos-mitos yang berkembang di masyarakat terkait hal ini. Semakin banyak orang yang percaya pada mitos tentang menstruasi, semakin besar kemungkinan mereka menjauhkan diri dari praktik personal *hygiene* yang baik. Salah satu mitos yang terjadi di masyarakat adalah tidak diperbolehkan mencuci rambut saat menstruasi karena akan menyebabkan anemia. Anggapan ini tidak benar karena wanita haid harus menjaga kebersihan. Selama menstruasi, kulit kepala menghasilkan lebih banyak minyak dan lebih banyak berkeringat, yang meningkatkan kemungkinan ketombe dan bakteri lainnya muncul sehingga wanita yang sedang menstruasi harus menjaga kebersihan rambutnya (Maharani & Andriyani, 2018).

### 3) Sarana

Untuk melakukan personal *hygiene* saat menstruasi yang di butuhkan oleh remaja yaitu adanya ketersediaan sarana dan prasarana, misalnya harus memiliki fasilitas seperti: air bersih, toilet/wastafel bersih, pakaian dalam yang bersih dan kering, pembalut steril, handuk atau tisu kering, sabun pencuci tangan, tempat sampah, dll (Suryani, 2019).

#### e. Dampak Personal *Hygiene* yang Buruk

Karena serviks terbuka selama menstruasi untuk mengeluarkan darah dari tubuh, menyebabkan risiko infeksi lebih tinggi daripada saat tidak menstruasi. Bakteri bisa masuk ke rongga panggul dan rahim melalui jalur ini. Selain itu, menstruasi menyebabkan pH vagina menjadi kurang asam, yang mendorong tumbuhnya infeksi jamur. Tingkat kebersihan diri yang buruk saat menstruasi dapat mengakibatkan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) yang meliputi penyakit radang panggul, klamidia, trikomonas vaginalis, kandidiasis vulvovaginal, dan vaginosis bakterialis (*thrush*) (Jubaedah et al., 2020).

Rasa gatal yang luar biasa pada alat kelamin luar wanita dikenal sebagai pruritus vulva. Wanita yang mengalami pruritus vulva lebih cenderung memiliki kebersihan diri yang buruk selama menstruasi dan merupakan tanda pertama vaginitis. Jika pruritus vulvae sudah parah, efek samping yang mungkin muncul yaitu benjolan berisi cairan pada vulva, keputihan, sensasi terbakar pada kulit dan pecah-pecah di sekitar vulva, pembengkakan dan kemerahan pada labia dan vulva. Ketika mengalami pruritus vulva saat menstruasi, kebanyakan remaja menggaruk daerah genital mereka. Gatal pada vulva



biasanya terjadi pada malam hari, kadang sebelum tidur, dan tanpa disadari dapat menyebabkan bisul, bengkak, berdarah, atau penyakit lain yang lebih serius (Laily, Dwirahayu, & Purwaningroom, 2022).

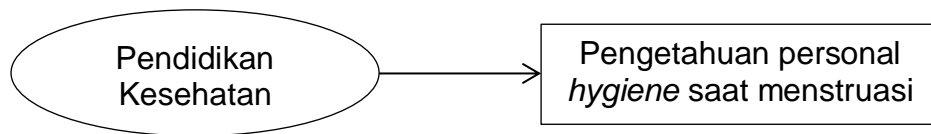
### BAB III

#### KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN

##### A. Kerangka Konseptual

Menstruasi akan dialami oleh setiap remaja putri saat memasuki masa pubertas. Ketika terjadi menstruasi sangat berisiko terkena infeksi pada organ reproduksi hal ini terjadi karena ketika seseorang mengalami menstruasi, darah yang keluar akan mengalir melalui vagina sehingga kuman akan dengan mudah masuk. Namun hal tersebut dapat dicegah dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang personal *hygiene* saat menstruasi. Salah satu efek dari pendidikan kesehatan yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan remaja.

Gambar 3.1 Bagan Kerangka Konseptual



Keterangan :

○ : Independen

□ : Dependen

→ : Garis penghubung variabel

##### B. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian berdasarkan tinjauan literatur dan kerangka konseptual adalah : “Ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi pada remaja putri”.

### C. Definisi Operasional

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Parameter	Alat Ukur	Skala Ukur	Skor
Independen: Pendidikan kesehatan personal <i>hygiene</i> saat menstruasi	Upaya mengajarkan serta mempengaruhi seseorang dalam menciptakan perilaku yang dapat meningkatkan derajat kesehatan.	-	-	-	-
Dependen : Pengetahuan personal <i>hygiene</i> saat menstruasi	Segala sesuatu yang diketahui tentang kebersihan diri selama menstruasi guna menjaga kesehatan agar terhindar dari adanya penyakit.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengertian personal <i>hygiene</i> menstruasi</li> <li>2. Tujuan pelaksanaan personal <i>hygiene</i> menstruasi</li> <li>3. Pelaksanaan personal <i>hygiene</i> menstruasi</li> <li>4. Dampak yang dapat timbul pada masalah personal <i>hygiene</i> menstruasi</li> </ol>	Kuesioner	Ordinal	<ol style="list-style-type: none"> <li>a. Baik skor 76-100%</li> <li>b. Cukup skor 56-75%</li> <li>c. Kurang skor 0-55%</li> </ol>

## BAB IV METODE PENELITIAN

### A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *pre experimental*, dengan *one group pre test–post test design* dimana tidak memiliki kelompok control untuk dibandingkan, dimana sebelum dilakukan intervensi dilakukan *pre test* (P1) dan diikuti perlakuan (X), dan setelah beberapa waktu dilakukan *post test* (P2). Pada penelitian ini, diberikan pendidikan kesehatan pada satu *group*, kemudian mengetahui apakah ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Tabel 4.1 *One group pre test–post test*

Kelompok	<i>Pre test</i>	Perlakuan	<i>Post test</i>
Eksperimen	P1	X	P2

Keterangan :

- P1 : Pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi sebelum diberikam pendidikan kesehatan
- X : Pemberian pendidikan kesehatan tentang personal *hygiene* saat menstruasi
- P2 : Pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi sesudah diberikan pendidikan kesehatan

### B. Lokasi dan waktu Penelitian

#### 1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Kecamatan Simbuang dan mengambil dua sekolah untuk dijadikan tempat penelitian yaitu SMPN 1 Simbuang dan SMPN Satap 2 Simbuang. Alasan memilih ke dua sekolah dengan pertimbangan bahwa, populasi remaja mencukupi untuk dilakukan penelitian.

## 2. Waktu Penelitian

### a. Tempat Penelitian

Penelitian dilakukan di SMPN 1 Simbuang dan SMPN Satap 2 Simbuang. Alasan memilih ke dua SMPN ini dengan pertimbangan bahwa, belum pernah dilakukan penelitian terkait personal *hygiene* saat menstruasi di tempat tersebut.

### b. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari 2023.

## C. Populasi dan Sampel

### 1. Populasi

Populasi penelitian adalah siswi SMPN 1 Simbuang kelas VII, VIII, IX yang berjumlah 39 dan siswi SMPN Satap 2 Simbuang kelas VII, VIII, IX yang berjumlah 28 siswi dan sudah mengalami menstruasi, jadi total keseluruhan populasi yaitu 67.

### 2. Sampel

Pengambilan sampel menggunakan metode *non probability sampling* yaitu *sampling* jenuh dimana semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel. Istilah lain dari sampel jenuh adalah sensus (Sugiyono, 2015). Dengan kriteria sampel sebagai berikut :

#### a. Kriteria Inklusi

- 1) Remaja putri yang bersekolah di SMPN 1 Simbuang dan SMPN Satap 2 Simbuang
- 2) Remaja putri yang sudah mengalami menstruasi
- 3) Remaja putri yang bersedia menjadi responden

#### b. Kriteria eksklusi

- 1) Remaja putri yang tidak hadir saat penelitian

Saat melakukan penelitian, yang memenuhi kriteria inklusi hanya 52 responden dan yang tidak memenuhi kriteria sebanyak 15 responden hal ini terjadi karena, sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu menanyakan kepada responden

apakah sudah mengalami menstruasi atau belum, dan remaja yang belum mengalami menstruasi tidak memenuhi kriteria inklusi. Selain itu, ada yang datang saat pemberian kuesioner *pre test* sekaligus penyuluhan namun tidak datang saat pemberian kuesioner *post test*.

#### D. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

##### 1. Kuesioner Tingkat Pengetahuan

Alat untuk mengukur tingkat pengetahuan remaja adalah kuesioner pengetahuan tentang personal *hygiene* saat menstruasi. Kuesioner yang digunakan yaitu kuesioner tertutup, dimana peneliti menggunakan soal *multiple choice* dengan cara memberikan tanda silang (x) pada jawaban yang dianggap benar. Kuesioner pengetahuan berisi 20 soal yang terdiri dari pertanyaan tentang pengertian personal *hygiene* menstruasi (No. 1 dan 2), pertanyaan tujuan pelaksanaan personal *hygiene* menstruasi (No.3), pertanyaan tentang hal-hal yang harus diperhatikan saat menstruasi (No. 4, 6, 7, 8, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20), pertanyaan tentang dampak atau akibat kurangnya personal *hygiene* saat menstruasi (No. 5, 9, 10, 11). Penilaian pertanyaan sebagai berikut Benar = 1 Salah = 0. Dilihat dari uji validitas yang dilakukan oleh peneliti sebelumnya, kuesioner dinyatakan valid karena  $r_{hitung} > r_{tabel}$  0,5 dan uji reliabilitas didapatkan nilai  $r_{alpha} > 0,76$  maka pertanyaan tersebut reliabel (Nugraheni, 2018).

Untuk melihat pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi maka dihitung dengan rumus :

$$p = \frac{x}{n} \times 100\%$$

Sumber : Arikunto (2013)

Gambar 4.1 Rumus Presentase

Keterangan :

$p$  : Persentase

$x$  : Jumlah jawaban yang benar

$n$  : Jumlah pertanyaan

Maka hasil skor yang didapatkan dikategorikan atas :

Baik = 76-100%

Cukup = 56-75%

Kurang =  $\leq 55\%$

## 2. Media Pendidikan dan Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan melalui kuesioner. Responden mengisi kuesioner sebelum diberikan materi pendidikan kesehatan tentang personal *hygiene* saat menstruasi. Setelah mengisi kuesioner *pre test*, selanjutnya peneliti membagikan *liflet* dan memaparkan materi menggunakan media proyektor LCD dalam bentuk *power point* dengan metode ceramah serta tanya jawab. Jadi, pertemuan penyuluhan dalam penelitian ini dilakukan sebanyak 3 kali dalam seminggu pada masing-masing sekolah. Dimana pada pertemuan pertama peneliti membagikan kuesioner *pre test* dan membawakan materi terkait personal *hygiene* saat menstruasi, pada pertemuan kedua peneliti mereview kembali materi yang sudah diberikan pada pertemuan pertama dengan tujuan untuk melihat sejauh mana siswi mengerti terhadap materi yang sudah diberikan. Setelah siswi cukup memahami materi, maka pada pertemuan ketiga peneliti memberikan kuesioner *post test* dengan waktu yang sudah ditentukan.

Seperti penelitian yang dilakukan oleh PH et al. (2018) yang memberikan penyuluhan terkait personal *hygiene*, dimana pada pertemuan pertama peneliti memberikan lembar kuesioner *pre test* sekaligus memberikan penyuluhan dan pada pertemuan kedua diberikan kuesioner *post test* yaitu lima hari setelah pertemuan

pertama. Idealnya pengukuran *pre test* dan *post test* tidak dilakukan dalam hari yang sama. Apabila selang waktu terlalu dekat, kemungkinan responden masih mengingat pertanyaan-pertanyaan pada tes pertama. Sedangkan, jika selang waktu terlalu lama, kemungkinan pada responden sudah terjadi perubahan dalam variabel yang akan diteliti (Notoatmodjo, 2005).

#### **E. Pengumpulan Data dan Prosedur Penelitian**

Adapun prosedur yang akan dilakukan dalam pengumpulan data dan prosedur penelitian yaitu :

1. Mengajukan permohonan izin pelaksanaan penelitian dari pihak institusi STIK Stella Maris Makassar.
2. Mengajukan permohonan izin kepada sekolah tempat penelitian di SMPN 1 Simbuang dan SMPN Satap 2 Simbuang.
3. Memperkenalkan diri serta memberikan penjelasan kepada kepala sekolah serta guru mengenai maksud dan tujuan penelitian yang akan dilakukan.
4. Meminta izin kepada kepala sekolah untuk mengumpulkan calon responden sesuai dengan kriteria inklusi yang dipilih sesuai dengan teknik pengambilan sampel yang dipilih.
5. Memperkenalkan diri dan membacakan surat permohonan menjadi responden disertai penjelasan penelitian.
6. Responden yang terpilih dan bersedia menjadi objek penelitian kemudian diberikan *informed consent* untuk ditandatangani.
7. Membagikan kuesioner *pre test* sebelum diberikan pendidikan kesehatan pada pertemuan pertama dan membagikan kuesioner *post test* pada pertemuan ketiga. Responden diberikan waktu kurang lebih 25 menit untuk mengisi kuesioner *pre test* dan kuesioner *post test*.
8. Jika semua kuesioner sudah lengkap maka peneliti mencatat seluruh hasil yang didapatkan.



9. Setelah data didapatkan, kemudian data diolah dengan cara memberi kode dan disusun secara sistematis.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dalam 2 cara Abdu & Ziliwu (2014) yaitu :

- a. Data Primer

Data primer adalah data yang didapatkan langsung dari responden. Pada penelitian ini, data primer adalah data yang diambil dari siswi melalui pertanyaan yang diberikan berdasarkan kuesioner yang ada kemudian peneliti mengisi di lembar kuesioner tersebut.

- b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari sekolah. Peneliti mengambil data dari pihak sekolah berupa jumlah siswi SMPN 1 Simbuang dan SMPN Satap 2 Simbuang kelas VII, VIII, dan IX.

## **F. Pengolahan dan Penyajian Data**

Menurut Abdu & Ziliwu (2014) data-data yang telah terkumpul oleh peneliti akan diolah sehingga menjadi data yang akurat dengan, prosedur sebagai berikut :

- 1. Pemeriksaan Data (*Editing*)**

Pada sesi ini dilakukan pengecekan terhadap seluruh data yang terkumpul kemudian dilakukan pengecekan kelengkapan data untuk memastikan data yang diperoleh lengkap, jelas, relevan, dan konsisten.

- 2. Pemberian Kode (*Coding*)**

*Coding* dilakukan untuk mempermudah pengolahan data dan perlu disederhanakan. Data pada kuesioner yang telah diedit akan dilakukan pengisian kode-kode yaitu kedalam bentuk angka.

### **3. Memasukkan Data (*Entry*)**

Entri data adalah proses memasukkan data yang telah didapatkan melalui bentuk tabel kemudian didistribusi secara frekuensi.

### **4. Tabulasi (*Tabulating*)**

Memasukan data dari format observasi kedalam program statistik, *statistical program for social science (SPSS) windows*.

## **G. Etika Penelitian**

### **1. *Informed Consent***

Surat persetujuan diberikan pada responden yang setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian dan memenuhi kriteria inklusi. Peneliti menghormati hak responden jika responden menolak atau meminta berhenti di tengah penelitian.

### **2. *Anomity***

Dalam penelitian, peneliti tidak mencantumkan nama dari responden untuk menjaga kerahasiaan dari responden, sehingga pada lembar kuesioner, nama responden tidak dicantumkan namun diganti dengan memberikan kode.

### **3. *Confidentiality***

Kerahasiaan data responden dijamin oleh peneliti serta hanya informasi tertentu saja yang dilaporkan sebagai temuan penelitian.

### **4. *Beneficence***

Prinsip *beneficence* menekankan bahwa peneliti melakukan penelitian yang memberikaan manfaat bagi responden. Prinsip ini memberikan manfaat melalui pencegahan dan perlindungan dari hal-hal yang dapat merugikan kesehatan, membebaskan responden dari eksploitasi, dan keseimbangan antara manfaat dan resiko.

### 5. **Non Maleficence**

Prinsip ini menegaskan bahwa peneliti tidak boleh melakukan tindakan yang dapat merugikan kesehatan pada responden. Responden dibuat agar tetap nyaman.

### 6. **Veracity**

Prinsip *veracity* atau kejujuran menegaskan bahwa peneliti harus menyampaikan informasi yang benar dan tidak berbohongan pada responden.

### 7. **Justice**

Prinsip *fairness* mengharuskan peneliti untuk tidak melakukan diskriminasi dalam pemilihan subjek penelitian.

## H. **Analisis Data**

### 1. **Analisis Univariat**

Dilakukan analisis univariat terhadap variabel penelitian guna melihat distribusi frekuensi dan presentasi tiap-tiap variabel, baik variabel independen ataupun variabel dependen.

### 2. **Analisis Bivariat**

Dilakukan analisis bivariat dalam menganalisis adakah pengaruh variabel independen (pendidikan kesehatan) terhadap variabel dependen (pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi). Dalam penelitian ini digunakan *uji non parametric* yaitu *uji wilcoxon* (uji beda 2 kelompok berpasangan) dengan tingkat kemaknaan 5% ( $\alpha=0,05$ ) atau tingkat kepercayaan 95%, dengan interpretasi :

- a. Apabila nilai  $p < \alpha$  (0,05), artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi pada remaja putri.
- b. Apabila nilai  $p \geq \alpha$  (0,05), artinya tidak ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi pada remaja putri.

## **BAB V**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Pengantar**

Penelitian ini dilakukan di SMPN 1 Simbuang dan SMPN Satap 2 Simbuang pada tanggal 13 Februari – 25 Februari 2023. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *non probability sampling* yaitu *sampling* jenuh dengan total keseluruhan populasi 67 dan yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 52 responden.

Pengumpulan data dilakukan secara langsung melalui pengisian kuesioner pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi oleh Nugraheni (2018). Untuk pengolahan data digunakan program *SPSS*. Data dianalisis dengan menggunakan uji *wilcoxon* dengan tingkat kemaknaan 5% ( $\alpha=0,05$ ). Jika nilai  $p < \alpha$  artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMPN Kecamatan Simbuang.

##### **2. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

SMPN 1 Simbuang dan SMPN Satap 2 Simbuang adalah sekolah menengah pertama negeri dengan akreditasi B dan sudah menerapkan kurikulum 2013. SMPN 1 Simbuang beralamat di Simbuang, Lembang Simbuang, Kecamatan Simbuang, Kab. Tana Toraja, Sulawesi Selatan, sedangkan SMPN Satap 2 Simbuang beralamat di Lembang Puang Bembe. Dengan batasan wilayah sebagai berikut :

- a. Bagian Barat Kecamatan Mappak
- b. Bagian Utara Kabupaten Mamasa
- c. Bagian Selatan Kabupaten Pinrang
- d. Bagian Timur Kecamatan Bongga Karadeng

### 3. Karakteristik Responden

Pkarakteristik responden diuraikan sebagai berikut :

#### a. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 5.1

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Responden di  
SMPN Kecamatan Simbuang

Umur (Tahun)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
15 tahun	12	23,1
14 tahun	13	25,0
13 tahun	20	38,5
12 tahun	7	13,5
Total	52	100,0

Sumber : Data Primer,2023

Berdasarkan tabel 5.1 diperoleh data dari 52 responden, mayoritas responden berada pada kelompok umur 13 tahun yaitu 20 (38,5%) dan jumlah responden paling sedikit berada pada kelompok umur 12 tahun yaitu 7(13,5%).

#### b. Karakteristik Responden Berdasarkan Kelas

Tabel 5.2

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelas Responden di  
SMPN Kecamatan Simbuang

Kelas	Frekuensi (f)	Persentase (%)
VII	11	21,2
VIII	16	30,8
IX	25	48,1
Total	52	100,0

Sumber : Data Primer,2023

Berdasarkan tabel 5.2 diperoleh data dari 52 responden, mayoritas responden berada pada kelas IX yaitu 25 (48,1%) dan jumlah responden paling sedikit berada pada kelas VII yaitu 11 (21,2%).

- c. Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah Menstruasi (Sudah Berapa Bulan Mengalami Menstruasi)

Tabel 5.3

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jumlah Menstruasi Responden di SMPN Kecamatan Simbuang

Jumlah Menstruasi (sudah berapa bulan)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
24 bulan	13	25,0
12 bulan	17	32,7
6 bulan	4	7,7
5 bulan	2	3,8
4 bulan	3	5,8
3 bulan	5	9,6
2 bulan	6	11,5
1 bulan	2	3,8
Total	52	100,0

Sumber : Data Primer,2023

Berdasarkan tabel 5.3 diperoleh data dari 52 responden, mayoritas responden sudah mengalami menstruasi selama 12 bulan yaitu 17 (32,7%) sedangkan yang paling sedikit sudah mengalami menstruasi selama 5 bulan yaitu 2 (3,8%) dan 1 bulan yaitu 2 (3,8%).

- d. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Pembalut yang Digunakan

Tabel 5.4

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Pembalut yang Digunakan Responden di SMPN Kecamatan Simbuang

Jenis Pembalut yang Digunakan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Sekali pakai	52	100,0
Total	52	100,0

Sumber : Data Primer,2023

Berdasarkan tabel 5.4 diperoleh data semua responden menggunakan jenis pembalut sekali pakai yaitu 52 (100,0%).

- e. Karakteristik Responden Berdasarkan Sumber Informasi Personal Hygiene saat Menstruasi

Tabel 5.5

Distribusi Frekuensi Sumber Informasi Responden di SMPN Kecamatan Simbuang

Sumber Informasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Keluarga	4	7,7
Tenaga kesehatan	11	21,2
Teman	2	3,8
Belum pernah	35	67,3
Total	52	100,0

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 5.5 diperoleh data dari 52 responden, mayoritas responden belum pernah mendapatkan informasi yaitu sebanyak 32 (61,5%) responden dan paling sedikit mendapatkan informasi dari teman yaitu 3 (5,8%) responden.

#### 4. Variabel yang Diteliti

- a. Analisa Univariat

- 1) Pengetahuan Sebelum Intervensi

Tabel 5.6

Distribusi Frekuensi Pengetahuan *Pre Test* Responden di SMPN Kecamatan Simbuang

Pengetahuan <i>Pre Test</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	3	5,8
Cukup	12	23,1
Kurang	37	71,2
Total	52	100,0

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 5.6 diperoleh hasil dari 52 responden yang mempunyai pengetahuan baik tentang personal *hygiene* saat menstruasi sebelum diberikan intervensi yaitu 3 (5,8%) responden, yang mempunyai pengetahuan cukup yaitu 12 (23,1%) dan yang mempunyai pengetahuan kurang yaitu 37 (71,2%) responden.

## 2) Pengetahuan Sesudah Intervensi

Tabel 5.7

Distribusi Frekuensi Pengetahuan *Post Test* Responden di SMPN Kecamatan Simbuang

Pengetahuan <i>Post Test</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	34	65,4
Cukup	18	34,6
Total	52	100,0

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 5.7 diperoleh hasil dari 52 responden yang mempunyai pengetahuan baik tentang personal *hygiene* menstruasi sesudah diberikan intervensi yaitu 34 (65,4%) responden dan yang mempunyai pengetahuan cukup yaitu 18 (34,6%) responden.

## b. Analisa Bivariat

Tabel 5.8

Analisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Personal *Hygiene* saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMPN Kecamatan Simbuang

Pengetahuan <i>Pre test – Post Test</i>	N	Mean Rank	Sum of Ranks	Zhitung	P-Value
<i>Post Test &lt; Pre Test</i>	0	0,00	0,00		
<i>Post Test &gt; Pre Test</i>	47	24,00	1124,00	6,164	0,000
<i>Post Test = Pre Test</i>	5				
Total	52				

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan hasil uji statistik *wilcoxon* didapatkan bahwa nilai  $p = 0,000$  dengan  $\alpha = 0,05$  dan nilai  $Z_{hitung} = 6,164$  ( $Z_{tabel} = 1,96$ ) sehingga nilai  $p < \alpha$  dan  $Z_{hitung} > Z_{tabel}$  maka  $H_a$  diterima  $H_0$  ditolak artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMPN Kecamatan Simbuang.

*Negative ranks* artinya hasil pengetahuan *post test < pre test* adalah 0, baik pada nilai *mean rank*, maupun nilai *sum of ranks*. Nilai 0 menunjukkan tidak adanya penurunan



pengetahuan dari *pre test* ke *post test*. *Positive ranks* artinya hasil pengetahuan *post test* > *pre test* yaitu 47, artinya 47 responden mengalami peningkatan pengetahuan dan rata-rata peningkatan pengetahuan tersebut yaitu sebesar 24,00 dengan jumlah ranking positif sebesar 1128,00. Sedangkan, kesamaan nilai pengetahuan *pre test* dan *post test* adalah 5, artinya terdapat 5 responden yang memiliki pengetahuan tetap atau sama sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan.

## **B. Pembahasan**

Hasil penelitian bivariat dilakukan untuk menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMPN Kecamatan Simbuang. Berdasarkan hasil uji *wilcoxon* didapatkan nilai  $p = 0,000$  dimana nilai  $\alpha = 0,05$  ( $p < \alpha$ ) dan nilai  $Z_{hitung} = 6,164$  ( $Z_{tabel} = 1,96$ ) yang artinya  $H_a$  diterima  $H_0$  ditolak sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMPN Kecamatan Simbuang.

Ini sejalan dengan penelitian Dolang & Kiriwenno (2020) bahwa pengetahuan remaja putri meningkat setelah mendapat penyuluhan kesehatan tentang kebersihan menstruasi. Adanya pendidikan kesehatan dapat menghasilkan suatu peralihan dari yang tidak dimengerti menjadi dimengerti, dari yang tidak diketahui menjadi tahu, serta bisa membawa perubahan pengetahuan.

Pendapat lain yang dikemukakan oleh Ferita & Susanti (2019) pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan siswi, selain itu pengetahuan yang dimiliki dapat merubah perilaku personal *hygiene* saat menstruasi. Siswa dengan pengetahuan sedikit tidak dapat memahami dan mengetahui arti, tujuan dan manfaat dari perilaku personal *hygiene* menstruasi. Dengan membekalkan ilmu pengetahuan, siswi akan lebih terdorong dalam mempraktekkan

personal *hygiene* terlebih saat menstruasi, karena ilmu adalah domain penting terbentuk suatu tindakan.

Penelitian lain yang dilakukan Harahap et al. (2022) menyatakan bahwa pendidikan kesehatan merupakan sarana yang bisa digunakan dalam menyampaikan informasi sehingga meningkatkan pengetahuan dan mengubah kebiasaan individu menjadi lebih baik. Banyaknya informasi yang dimiliki dapat membuat seseorang kaya akan ilmu pengetahuan. Menurut Notoatmodjo (2012) pengetahuan adalah hasil dari “tahu”, yang terjadi ketika seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan dapat terjadi melalui penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Manusia memperoleh pengetahuan terutama melalui indra penglihatan dan pendengaran. Menurut Suryani (2019) Tingkat pengetahuan remaja dapat berubah sebagai akibat dari informasi yang mereka terima. Informasi dapat diperoleh secara langsung maupun tidak langsung. Sumber informasi langsung termasuk teman, keluarga, lingkungan, dan tenaga kesehatan. Sumber informasi tidak langsung bisa didapatkan dari media massa.

Maharani & Andriyani (2018) menyatakan minimnya informasi yang diperoleh menyebabkan kurangnya pengetahuan remaja. Lingkungan yang kurang tersedia terhadap akses informasi, umur, pengalaman, serta mitos sosial budaya menjadi hambatan dalam memperoleh pengetahuan yang lebih baik. Keyakinan masyarakat terhadap hal-hal tertentu dipengaruhi oleh kebiasaan yang sering dilakukan kemudian dipercaya sebagai kebudayaan suatu masyarakat. Kebiasaan yang dipercayai sebagai budaya ini tidak sepenuhnya benar secara ilmiah sehingga disebut mitos dalam budaya. Oleh karena itu, kurangnya informasi serta banyaknya informasi salah yang diterima akan berdampak terhadap kurangnya pengetahuan yang dimiliki.

Hal ini bisa dilihat dari hasil penelitian dimana sebelum diberikan pendidikan kesehatan, pengetahuan tentang personal *hygiene* saat menstruasi masuk dalam kategori kurang yaitu sebanyak 37 (71,2%), dan setelah diberikan pendidikan kesehatan, didapatkan sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 34 (65,4%). Hal ini sejalan dan didukung oleh penelitian Astuti & Anggarawati (2020) yang menyatakan bahwa tingkat pengetahuan bisa terjadi karena adanya proses transformasi informasi personal *hygiene* saat menstruasi melalui pendidikan kesehatan. Dengan adanya informasi bisa membantu memberikan kemudahan dan mempercepat seseorang memperoleh pengetahuan baru.

Menurut Susanti & Lutfiyati (2020) menyatakan bahwa pengetahuan itu penting karena meningkatkan kesehatan. Orang yang memiliki pengetahuan akan menjaga kebersihan agar terhindar dari penyakit begitupun sebaliknya, minimnya pengetahuan kesehatan reproduksi bisa menyebabkan seseorang menjadi tidak higienis ketika menstruasi dan bisa menimbulkan masalah kesehatan. Menurut Sitarani et al. (2020) perilaku berdasarkan pengetahuan jauh lebih baik dari pada perilaku yang tidak berdasarkan pengetahuan sama sekali. Namun demikian, perilaku personal *hygiene* tidak terjadi secara kebetulan, tetapi suatu proses pembelajaran ketika individu belajar tentang dampak positif dan negatif dari perilaku terkait menstruasi (Nata et al., 2022).

Selain itu, setelah dilakukan pendidikan kesehatan masih ada 18 (34,6%) yang memiliki pengetahuan cukup tentang personal *hygiene* saat menstruasi. Hal ini bisa saja terjadi, karena dilihat dari hasil penelitian dimana dari 18 (34,6%) responden yang memiliki pengetahuan cukup, 10 (19,2%) diantaranya masih berusia 13 tahun. Sedangkan dari 34 (65,4%) responden yang berpengetahuan baik, 11 (21,2%) diantaranya berusia 14 tahun dan 10 (19,2%) diantaranya berusia 15 tahun. Ini sejalan dengan penelitian Abdi Prayoga et al.

(2022) bahwa semakin bertambah usia, pola tangkap dan daya pikir seseorang akan lebih matang.

Tidak hanya itu, dilihat dari hasil penelitian pengalaman atau sudah berapa lama mengalami menstruasi, tidak menjamin remaja itu memiliki pengetahuan yang baik. Hal ini bisa dilihat dimana, dari 13 (25,0%) responden yang sudah mengalami menstruasi selama 24 bulan mayoritas memiliki pengetahuan kurang tentang personal *hygiene* menstruasi dan dari 17 (32,7%) responden yang sudah mengalami menstruasi selama 12 bulan, mayoritas memiliki pengetahuan kurang yaitu 11 responden.

Menurut asumsi peneliti ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi karena untuk memperoleh pengetahuan yang baik diperlukan informasi yang lebih luas dari berbagai sumber khususnya dari penyuluhan kesehatan. Dengan adanya pengetahuan yang baik maka akan terjadi perubahan perilaku personal *hygiene* saat menstruasi yang dapat meningkatkan derajat kesehatan seseorang. Untuk mempertahankan pengetahuan yang baik maka diharapkan sosialisasi atau pendidikan kesehatan yang terus-menerus dilakukan di sekolah-sekolah dan bagaimana siswi terus belajar baik dari pengalaman langsung maupun pengalaman orang lain serta mengubah perilaku negatif sebelum dilakukan pendidikan kesehatan ke arah yang lebih positif setelah diberikan pendidikan kesehatan. Hal ini juga dapat dilihat dari hasil penelitian dimana dari 11 (21,2%) responden yang memperoleh informasi dari tenaga kesehatan, ada 8 (72,7%) yang berpengetahuan cukup dan 3 (27,3%) responden yang berpengetahuan baik. Terjadinya peningkatan pengetahuan juga berpotensi terjadinya perubahan perilaku personal *hygiene* saat menstruasi menjadi lebih baik sehingga dapat terhindar dari berbagai penyakit dan meningkatkan derajat kesehatan seseorang.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Berdasarkan pengalaman peneliti ada beberapa keterbatasan yang dialami seperti kesulitan dalam menentukan waktu pengambilan data dikarenakan ada beberapa kegiatan di sekolah serta dalam pengambilan data *post test* mengalami kendala dalam mengumpulkan siswi karena beberapa kelas yang melakukan proses belajar sehingga dalam pengambilan data *post test* dilakukan secara bergantian dari kelas ke kelas.

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Simpulan**

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 52 responden pada tanggal 13 - 25 Februari 2023 di SMPN Kecamatan Simbuang, maka dapat disimpulkan:

1. Sebelum diberikan pendidikan kesehatan, pengetahuan siswi tentang personal *hygiene* saat menstruasi sebagian besar dalam kategori kurang.
2. Sesudah diberikan pendidikan kesehatan, pengetahuan siswi tentang personal *hygiene* saat menstruasi sebagian besar dalam kategori baik.
3. Ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMPN Kecamatan Simbuang. Dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada remaja putri setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang personal *hygiene* saat menstruasi.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, analisa data dan kesimpulan diatas, maka peneliti akan mengajukan saran sebagai berikut :

##### **1. Bagi Responden/Remaja**

Diharapkan informasi yang diterima tidak berlalau begitu saja melainkan dipraktekkan didalam kehidupan sehari-hari sehingga terbentuk perilaku personal *hygiene* yang baik guna meningkatkan derajat kesehatan dan terhindar dari penyakit reproduksi.

##### **2. Bagi Institusi Pendidikan**

Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam proses pembelajaran mahasiswa keperawatan tentang praktik kebersihan diri yang benar untuk remaja putri selama menstruasi.

### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hendaknya peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor lain seperti usia remaja dan pengalaman yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan personal *hygiene* saat menstruasi dengan sampel yang lebih banyak lagi, serta lebih memperhatikan interval waktu pengukuran *pre test* dan pengukuran *post test* setelah diberikan pendidikan kesehatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdi Prayoga, M., Masyhudi, & Muthiah, N. (2022). Analisis faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan masyarakat tentang pencabutan gigi di Kota Samarinda. *Mulawarman Dental Journal*, 2(1), 1–10. Retrieved from <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/MOLAR/article/view/6492/4501>
- Abdu, S., & Ziliwu, H. J. (2014). *Buku ajar metodologi dan riset keperawatan*. Makassar: In Pustaka As Salam.
- Ahyani. (2018). *Buku ajar psikologi perkembangan anak dan remaja*. Kudus: Badan Penerbit Universitas Muria Kudus.
- Andriani, L., Simbolon, D., & Riastuti, F. (2022). *Kesehatan reproduksi remaja dan perencanaan masa depan*. Jawa Tengah: Penerbit NEM.
- Angrainy, R., Fitri, L., & Utari, A. (2021). Hubungan pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja. *Jurnal Proteksi Kesehatan*, 10(1), 49–54.
- Ani, M., Aji, S. P., Sari, I. N., Syarif, S. I. P., Patimah, M., Nisa, H. K., ... Saleh, U. K. S. (2022). *Manajemen kesehatan menstruasi*. Sumatera Barat: PT Global Eksekutif Teknologi.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, Y., & Anggarawati, T. (2020). Efektivitas pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku personal hygiene saat menstruasi. *Indonesia Jurnal Perawat*, 5(2), 36. <https://doi.org/10.26751/ijp.v5i2.1351>
- Ayu, W. D. (2022). *Supervisi keperawatan*. Cirebon-Jawa Barat Indonesia: Rumah Pustaka.
- Azmi Fauziah, N., Srisantryorini, T., Andriyani, & Romdhona, N. (2021). Hubungan pengetahuan dan sikap dengan personal hygiene saat menstruasi pada Santriwati di MTs Pondok Pesantren "X" Kota Tangerang Selatan. *Environmental Occupational Health and Safety Journal*, 2(1), 81–88.
- Batubara, S. K. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi remaja terhadap perilaku personal hygiene saat menstruasi di SMP Negeri 2 Batang Angkola Tapanuli Selatan tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Maksitek*, 5(3), 167–187.
- BPS. (2019). Jumlah penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin, 2019 dan 2018. Retrieved from Badan Pusata Statistik Sulawesi Selatan website: <https://sulsel.bps.go.id/stactictable/2020/07/09/287/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin-2019-dan-2018.html>



- Diniyati, & Kusmaryati, P. (2020). Pengembangan pembalut kain yang ramah lingkungan sebagai alternatif pilihan untuk kesehatan reproduksi perempuan. *Jurnal Media Kesehatan*, 13(1), 18–29. <https://doi.org/https://doi.org/10.33088/jmk.v13i1.488>
- 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>
- Ermil, E. (2017). Upaya meningkatkan prestasi belajar IPA dengan pendekatan metakognitif Kelas VI di SDN 153 Pekanbaru. *Journal Pendidikan*, 1.
- 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 audiovisual 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](http://www.ejournal.stikes-pertamedika.ac.id/index.php/jnhs)
- Hartoyo, E. D., & Susanto, B. N. A. (2021). Pengaruh media leaflet tentang personal hygiene genitalia pada saat menstruasi terhadap pengetahuan dan perilaku remaja. *Ikesma*, 17(1), 46. <https://doi.org/10.19184/ikesma.v17i1.20402>
- Hennegan, J., Winkler, I. T., Bobel, C., Keiser, D., Hampton, J., Larsson, G., ... Mahon, T. (2021). Menstrual health: A definition for policy, practice, and research. *Sexual and Reproductive Health Matters*, 29(1), 1–8. <https://doi.org/10.1080/26410397.2021.1911618>
- Jubaedah, E., Yuhandini, D. S., & Sriyatin. (2020). Pendidikan kesehatan melalui 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>
- 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/menkes-remaja-indonesia-harus-sehat.html#:~:text=MENKES%3A REMAJA INDONESIA HARUS SEHAT&text=Remaja menurut UU Perlindungan Anak,20%25 dari jumlah penduduk](https://www.kemkes.go.id/article/view/18051600001/menkes-remaja-indonesia-harus-sehat.html#:~:text=MENKES%3A%20REMAJA%20INDONESIA%20HARUS%20SEHAT&text=Remaja%20menurut%20UU%20Perlindungan%20Anak,20%25%20dari%20jumlah%20penduduk))

- Komariyah, L., & Mukhoirotin. (2018). Potensi pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan personal hygiene menstruasi. *Jurnal Edunursing*, 2(1), 24–34. Retrieved from <http://www.journal.unipdu.ac.id/index.php/edunursing/article/view/1257>
- Laily, H. M., Dwirahayu, Y., & Purwaningroom, D. L. (2022). Hubungan perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian pruritus vulvae pada remaja putri. *Health Sciences Journal*, 6(2), 93–103. <https://doi.org/10.24269/hsj.v6i2.1549>
- Maharani, R., & Andriyani, W. (2018). Faktor yang berhubungan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada santriwati di Mts Pondok Pesantren Dar El Hikmah Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 69–77. Retrieved from <https://scholar.archive.org/work/bsqyrg2zerdvpmljvwgcmn4szq/access/wayback/http://journal.ipm2kpe.or.id:80/index.php/KESMARS/article/download/172/93>
- May-best.id. (2023). 10 pembalut terbaik untuk siang hari. Retrieved April 18, 2023, from <https://my-best.id/72229>
- My-best.id. (2023). 10 pembalut kain terbaik. Retrieved April 18, 2023, from <https://my-best.id/41860>
- My-best.id. (2023). Celana dalam wanita. Retrieved April 18, 2023, from <https://my-best.id/136598>
- Nata, S. A., Nurdalifah, & Yuanita, F. (2022). Analisis faktor yang mempengaruhi perilaku personal hygiene saat menstruasi di SMA Semen Tonasa Kabupaten Pangkep tahun 2020. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan Dan Kandungan*, 14(2), 1–10. Retrieved from <https://stikes-nhm.e-journal.id/JOB/article/view/662>
- Notoatmodjo, S. (2005). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Pendidikan kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugraheni, D. Y. (2018). Pengaruh peer group education terhadap perilaku personal hygiene saat menstruasi pada siswi di SMP Negeri 2 Dagangan Kabupaten Madiun. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. Retrieved from <http://repository.stikesbhm.ac.id/113/1/5.pdf>
- 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>
- PH, L., Yulianto, E., & Hermanto. (2018). Pengaruh pendidikan kesehatan personal hygiene terhadap tingkat pengetahuan dan sikap

- Masyarakat. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 4(1), 1–6. <https://doi.org/10.33755/jkk.v4i1.2>
- Pramudianti, D. N. (2022). *Meningkatkan parenting self-efficacy pada periode awal masa nifas*. Pekalongan: Penerbit NEM.
- Putri, N. R., Sumartini, E., Yuliyani, Mustary, M., Ruqaiyah, Wardhani, Y., ... Argaheni, N. B. (2022). *Kesehatan reproduksi remaja (1st ed.)*. Padang: PT Global Eksekutif Teknologi.
- Putro, K. Z. (2017). *Memahami ciri dan tugas perkembangan masa wemaja*. Aplikasi: Jurnal Aplikasi Ilmu Ilmu Agama
- Riskesdas. (2019). Laporan nasional riskesdas 2018. Retrieved November 12, 2022, from Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan website: <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-ri-set-kesehatan-dasar-riskesdas/>
- Sasabila, N. P. (2021). Studi literatur hubungan aktifitas fisik dengan siklus menstruasi. *Istitusional Repository*, 1–80.
- Sawyer, S. M., Azzopardi, P. S., Wickremarathne, D., & Patton, G. C. (2018). The age of adolescence. *Lancet Child Adolesc Health*, 4642(18), 1–6. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(18\)30022-1](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(18)30022-1)
- Setianingsih, A., & Putri, N. A. (2017). Hubungan pengetahuan dan sikap terhadap perilaku personal hygiene menstruasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 5(4), 15–23. <https://doi.org/10.33221/jikm.v5i4.15>
- Sinaga, E., Saribanon, N., Sa'adah, S. N., Salamah, U., Murti, Y. A., Trisnamiati, A., & Lorita, S. (2017). *Manajemen kesehatan menstruasi*. Universitas Nasional, IWWASH, Global One. Retrieved from <https://eprints.triatmamulya.ac.id/1485/1/146>. *Manajemen Kesehatan Menstruasi.pdf*
- Sitarani, C., Rumiati, F., & Sumbayak, E. M. (2020). Gambaran tingkat pengetahuan siswi kelas 2 SMAN 23 Jakarta tentang personal hygiene saat menstruasi sebelum dan sesudah penyuluhan. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 26(2), 43–50. <https://doi.org/https://doi.org/10.36452/jkdoktmeditek.v26i2.1839>
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Sulistyorini, Y., & Puspitasari, N. (2021). *Pendidikan kesehatan reproduksi siswa SD*. Jawa Timur: Zifatama Jawa.
- Suryani, L. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku remaja putri tentang personal hygiene pada saat menstruasi di SMP Negeri 12 Kota Pekanbaru. *Journal Of Midwifery Science*, 3(2), 68–79. Retrieved from <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jomis/article/view/811>

- Susanti, D., & Lutfiyati, A. (2020). Hubungan pengetahuan putri dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 11(02), 166–172. <https://doi.org/https://doi.org/10.55426/jksi.v11i2.119>
- Utami, D. S. (2022). Hubungan pengetahuan, sikap dan dukungan keluarga pada remaja putri terhadap personal hygiene saat menstruasi di SMP Negeri 1 Cimalaka. *Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April*, 4(1), 48–56. Retrieved from <https://ejournal.unsap.ac.id/index.php/jiksa/article/view/141>
- Wahyuni, E. S., & Harisa, W. O. D. (2021). *Video based insructions: Upaya mengatasi keterbatasan praktik personal hygiene pada disabilitas intelektual*. NEM.

*Lampiran 1 Jadwal Kegiatan*

**JADWAL KEGIATAN**  
**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI**  
**PADA REMAJA PUTRI DI SMPN KECAMATAN SIMBUANG**

No.	URAIAN	2022																2023																
		September				Oktober				November				Desember				Januari				Februari				Maret				April				
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	
1	Pengajuan Judul																																	
2	ACC Judul																																	
3	Menyusun Proposal																																	
4	Ujian Proposal																																	
5	Perbaikan Proposal																																	
6	Pelaksanaan Penelitian																																	
7	Pengelolaan dan Analisa Data																																	
8	Menyusun Laporan Penelitian																																	
9	Ujian Hasil																																	
10	Perbaikan Skripsi																																	
11	Pengumpulan																																	

## **Lampiran 2 Satuan Acara Penyuluhan**

### **SATUAN ACARA PENYULUAN (SAP) PERTEMUAN PERTAMA**

#### **I. PENGANTAR**

1. Pokok Pembahasan : Personal *Hygiene* saat Menstruasi
2. Sasaran : Siswi kelas VII, VIII, IX
3. Tempat : SMPN 1 Simbuang dan SMPN Satap 2 Simbuang
4. Waktu Penyuluhan : 80 Menit
5. Penyuluh : Yuliana Yuningsi  
Yulianti Allobunga

#### **II. TUJUAN UMUM**

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan tentang personal *hygiene* saat menstruasi, diharapkan para siswi dapat mengetahui, memahami, serta melakukan personal *hygiene* menstruasi dengan benar.

#### **III. TUJUAN KHUSUS**

Setelah mengikuti penyuluhan personal *hygiene* menstruasi, diharapkan para siswi dapat :

1. Menjelaskan pengertian personal *hygiene* menstruasi
2. Memahami tujuan personal *hygiene* menstruasi
3. Mengetahui hal-hal yang harus diperhatikan saat menstruasi
4. Mengetahui dampak atau akibat dari kurangnya personal *hygiene* saat menstruasi

#### **IV. MATERI PENYULUHAN**

1. Pengertian personal *hygiene* menstruasi
2. Tujuan personal *hygiene* menstruasi
3. Hal-hal yang harus diperhatikan saat menstruasi
4. Dampak atau akibat kurangnya personal *hygiene* saat menstruasi.

## V. MEDIA PENYULUHAN

1. LCD Proyektor
2. *Liflet*

## VI. METODE PENYULUHAN

1. Ceramah
2. Tanya jawab

## VII. KEGIATAN PENYULUHAN

No	Waktu	Kegiatan Pendidikan Kesehatan	Kegiatan Peserta
1	Pembukaan 30 menit	<ol style="list-style-type: none"><li>a. Memberikan salam</li><li>b. Perkenalan</li><li>c. Kontrak waktu</li><li>d. Menjelaskan susunan acara</li><li>e. Menjelaskan materi yang akan diberikan</li><li>f. Memberikan kuesioner <i>pre test</i> pengetahuan personal <i>hygiene</i> menstruasi</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>a. Menjawab salam</li><li>b. Mendengarkan dan memperhatikan</li><li>c. Mengisi kuesioner <i>pre test</i></li></ol>
2	Inti 30 menit	Memaparkan materi personal <i>hygiene</i> menstruas dengan media LCD, kemudian peneliti menjelaskan tentang : <ol style="list-style-type: none"><li>a. Pengertian</li><li>b. Tujuan</li><li>c. Penatalaksanaan</li><li>d. Dampak atau akibat</li></ol>	Mendengarkan dan memperhatikan
3	Evaluasi 15 menit	<ol style="list-style-type: none"><li>a. Memberikan kesempatan kepada</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>a. Bertanya</li><li>b. Menyebutkan dan</li></ol>

		<p>peserta untuk bertanya</p> <p>b. Meminta siswi untuk menjawab pertanyaan penyuluh</p> <p>c. Memberikan <i>reward</i> berupa pulpen dan buku jika menjawab benar dan membetulkan jika masih ada kekurangan</p>	menjelaskan
4	Penutup 5 menit	<p>a. Mengucapkan terima kasih</p> <p>b. Mengucapkan salam penutup</p>	Menjawab salam



**SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)  
PERTEMUAN KEDUA**

**I. PENGANTAR**

1. Pokok Pembahasan : Personal *Hygiene* saat Menstruasi
2. Sasaran : Siswi kelas VII, VIII, IX
3. Tempat : SMPN 1 Simbuang dan SMPN Satap 2 Simbuang
4. Waktu Penyuluhan : 40 Menit
5. Penyuluh : Yuliana Yuningsi  
Yulianti Allobunga

**II. TUJUAN UMUM**

Untuk melihat sejauh mana siswi memahami dan mengerti terhadap materi yang sudah diberikan pada pertemuan pertama.

**III. TUJUAN KHUSUS**

Setelah melakukan review materi pada pertemuan sebelumnya, diharapkan siswi lebih memahami :

1. Apa yang dimaksud dengan personal *hygiene* menstruasi
2. Apa tujuan personal *hygiene* menstruasi
3. Apa saja yang harus diperhatikan saat menstruasi
4. Apa dampak atau akibat dari kurangnya personal *hygiene* saat menstruasi.

**IV. MATERI YANG DIREVIEW**

1. Pengertian personal *hygiene* menstruasi
2. Tujuan personal *hygiene* menstruasi
3. Hal-hal yang harus diperhatikan saat menstruasi
4. Dampak atau akibat kurangnya personal *hygiene* saat menstruasi

**V. MEDIA PENYULUHAN**

-

## VI. METODE PENYULUHAN

1. Ceramah
2. Tanya jawab

## VII. KEGIATAN PENYULUHAN

No	Waktu	Kegiatan Pendidikan Kesehatan	Kegiatan Peserta
1	Pembukaan 5 menit	a. Memberi salam b. Kontrak waktu c. Menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan	a. Menjawab salam b. Mendengarkan dan memperhatikan
2	Inti 30 menit	Mereview kembali materi yang telah diberikan a. Melakukan tanya jawab kepada siswi b. Memberikan kesempatan kepada siswi untuk menjelaskan kembali materi yang mereka dapatkan pada pertemuan pertama c. Menjelaskan hal-hal yang masih kurang dimengerti oleh siswi	a. Tanya jawab b. Menyebutkan dan menjelaskan
3	Penutup 5 menit	a. Mengucapkan terima kasih b. Mengucapkan salam penutup	Menjawab salam

**SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)  
PERTEMUAN KETIGA**

**I. PENGANTAR**

1. Pokok Pembahasan : Personal *Hygiene* saat Menstruasi
2. Sasaran : Siswi kelas VII, VIII, IX
3. Tempat : SMPN 1 Simbuang dan SMPN Satap 2 Simbuang
4. Waktu Penyuluhan : 35 Menit
5. Penyuluh : Yuliana Yuningsi  
Yulianti Allobunga

**II. TUJUAN UMUM**

Setelah mengisi kuesioner *post*, diharapkan para siswi sudah mengetahui, memahami, serta melakukan personal hygiene menstruasi dengan benar.

**III. TUJUAN KHUSUS**

Setelah mengisi kuesioner *post test*, diharapkan siswi sudah memahami :

1. Apa yang dimaksud dengan personal *hygiene* menstruasi
2. Apa tujuan personal *hygiene* menstruasi
3. Apa saja yang harus diperhatikan saat menstruasi
4. Apa dampak atau akibat dari kurangnya personal *hygiene* saat menstruasi.

**IV. ISI KUESIONER**

1. Pengertian personal *hygiene* menstruasi
2. Tujuan personal *hygiene* menstruasi
3. Hal-hal yang harus diperhatikan saat menstruasi
4. Dampak atau akibat kurangnya personal *hygiene* saat menstruasi

## V. KEGIATAN PENYULUHAN

No	Waktu	Kegiatan Pendidikan Kesehatan	Kegiatan Peserta
1	Pembukaan 5 menit	a. Memberi salam b. Kontrak waktu c. Menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan	a. Menjawab salam b. Mendengarkan dan memperhatikan
2	Inti 25 menit	Memberikan kuesioner <i>post test</i>	Mengisi kuesioner <i>post test</i> yang telah diberikan
3	Penutup 5 menit	a. Mengucapkan terima kasih b. Mengucapkan salam penutup	Menjawab salam

**MATERI**  
**“PENDIDIKAN KESEHATAN PERSONAL**  
**HYGIENE SAAT MENSTRUASI”**



**PEMATERI :**

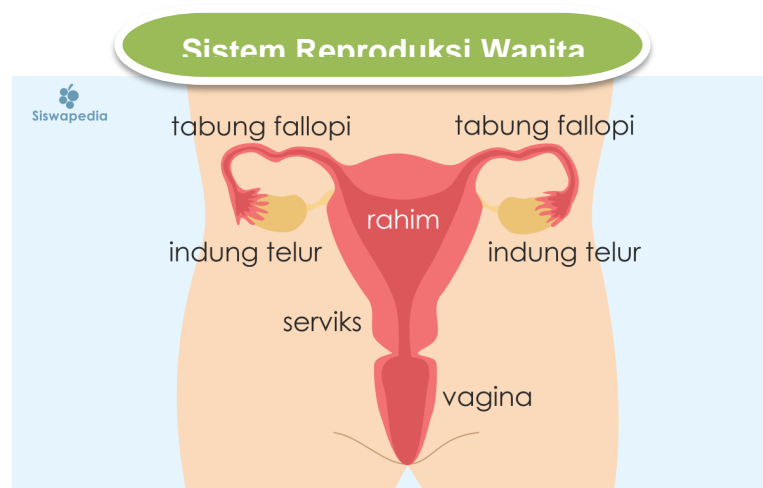
**Yuliana Yuningsi (C1914201107)**

**Yulianti Allobunga (C1914201108)**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN**  
**STELLA MARIS MAKASSAR**  
**2023**

## Apa itu Sistem Reproduksi?

Sistem reproduksi atau sistem genital merupakan sistem biologis yang terdiri dari organ internal dan organ eksternal yang berperan dalam fungsi seksual dan produksi keturunan.



1. Tuba fallopi : Sebagai tempat berjalannya sel telur dari ovarium menuju rahim saat ovulasi dan sebagai tempat pertemuan sel telur dengan sperma saat proses pembuahan.
2. Ovarium : Tempat memproduksi sel telur dan menghasilkan hormon estrogen dan progesteron.
3. Rahim : Sebagai tempat implantasi embrio, jika pembuahan terjadi. Sel telur yang berhasil dibuahi (blastosis) akan menempel ke dalam dinding rahim yang disebut endometrium. Di sini blastosis akan berkembang menjadi embrio, janin, hingga bayi yang siap dilahirkan.
4. Vagina Sebagai saluran penghubung ke rahim, dengan labia dan vulva sebagai jalan masuknya. Di ujung dalam, vagina terhubung langsung dengan serviks (leher rahim). Vagina digunakan tubuh untuk mengeluarkan menstruasi, yang berawal dari rahim.
5. Serviks : Atau yang dikenal dengan sebutan lain sebagai leher rahim, merupakan bagian dari rahim sebagai sistem reproduksi wanita, yang terhubung langsung ke vagina.

**Apa itu menstruasi ?**



Menstruasi adalah perdarahan dari rahim yang terjadi karena tidak ada pembuahan sel telur oleh sperma.

**Apa saja yang terjadi ketika menstruasi dan bagaimana cara mengatasinya?**

**Keram perut  
atau nyeri haid**

Tidur terlentang dan kompres perutmu dengan air hangat.

**Kembung**

Minum air hangat dan perbanyak makan sayur dan buah.

**Punggung Pegal**

Lakukan peregangan ringan atau mandi dengan air hangat.

**Timbul  
Jerawat**

Membersihkan wajah

**Pembengkakan dan  
nyeri pada payudara**

**Mudah lelah, lemah, lesu**

Banyak minum air, makan makanan bergizi dan istirahat yang cukup

### Apakah menstruasi hanya sekali atau gimana ?

Siklus menstruasi merupakan lamanya atau jarak waktu saat menstruasi berakhir/menstruasi selesai sampai menstruasi muncul lagi. Biasanya siklus menstruasi setiap 28 hingga 35 hari dan berlangsung selama 3-7 hari. Namun bisa berbeda di setiap orang.



### Bagaimana cara menghitung/mengetahui siklus menstruasi ?

Dihitung dari hari pertama menstruasi hingga satu hari sebelum menstruasi pada bulan berikutnya.

**Contoh :** Pada bulan Januari, kamu mulai menstruasi pada tanggal 10, sementara pada bulan Februari, kamu mulai menstruasi pada tanggal 7, maka panjang siklus menstruasi adalah 29 hari.

### Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi ?

- a. Merokok
- b. Stres
- c. Berat badan
- d. Gangguan emosional
- e. Hormon



**Apa yang harus dilakukan untuk menjaga kesehatan selama menstruasi ?**



### **Personal Hygiene Menstruasi**

Tindakan atau segala upaya yang dilakukan untuk menjaga dan memelihara organ kewanitaan saat menstruasi.

#### **A. Tujuan personal hygiene menstruasi**

1. Untuk memelihara kebersihan
2. Meningkatkan kesehatan individu yang dilakukan selama menstruasi
3. Kesejahteraan fisik dan psikis
4. Meningkatkan derajat kesehatan seseorang

#### **B. Personal Hygiene saat Menstruasi Meliputi**

1. Perawatan kulit dan wajah



Pada saat menstruasi kelenjar sebaceous akan meningkat sehingga produksi keringat meningkat, oleh sebab itu mencuci muka sebanyak 2-3 kali sehari untuk mencegah timbulnya jerawat.

2. Kebersihan rambut



Mencuci rambut saat menstruasi harus tetap dilakukan, pelanggaran mencuci rambut saat menstruasi adalah mitos.

### 3. Kebersihan tubuh



- a. Mandi 2x sehari.
- b. Saat membasuh daerah kewanitaan sebaiknya mencuci tangan sebelum dan sesudah dengan menggunakan air bersih tidak diperkenankan menggunakan cairan pembersih/pewangi.
- c. Ketika buang air besar, bersihkan alat kelamin dari depan ke belakang, bukan sebaliknya, agar sisa kotoran tidak masuk ke alat kelamin.
- d. Keringkan organ genitalia menggunakan handuk bersih atau tisu kering sehingga vagina tidak lembab agar terhindar dari pertumbuhan bakteri dan jamur.
- e. Disarankan mandi menggunakan gayung dan tidak disarankan mandi menggunakan bath tub agar kotoran ikut terbuang bersama dengan air.



4. Kebersihan pakaian sehari-hari dan celana dalam
  - a. Mengganti pakaian setiap hari
  - b. Menggunakan celana dalam berbahan katun dan tidak ketat. Celana dalam yang ketat membuat sirkulasi udara tidak lancar. Akibatnya, membuat kulit iritasi.
  - c. Apabila pakaian terkena darah haid segera merendam dan mencuci pakaian

## 5. Pemanfaatan pembalut

### a. Penjagaan kebersihan pembalut

Diperlukan penggantian pembalut lebih dari 4-5x sehari atau setiap empat jam sekali, karena dapat menyebabkan pembalut jadi sangat kotor oleh darah dan bisa menjadi tempat bersarangnya banyak bakteri dan jamur.



### b. Pemeliharaan pembalut

Pembalut yang baik adalah yang memiliki permukaan yang halus dan berdaya serap tinggi. Pembalut juga tidak mengansung pewangi dan materialnya tidak terlalu padat dan ringan.



### c. Jenis pembalut

#### 1) Pembalut sekali pakai



#### 2) Pembalut cuci ulang



### Apakah perbedaan pembalut sekali pakai dan yang digunakan berulang ?



Pembalut sekali pakai adalah pembalut yang tidak dapat digunakan kembali dan harus dibuang setelah digunakan. Pembalut pakai ulang terbuat dari kain, bisa dicuci, dan dapat digunakan kembali. Hindari penggunaan bahan yang bisa menyebabkan infeksi, seperti koran, dedaunan, tisu, atau kain kotor. Jika menggunakan pembalut sekali pakai, sebelum dibuang sebaiknya pembalut dicuci bersih terlebih dahulu, kemudian pembalut digulung atau dilipat dengan rapi kemudian masukkan ke dalam kantong plastik dan buang ke tempat sampah.

### Apa saja dampak personal *hygiene* yang buruk?

1. Rasa gatal pada vulva
2. Keputihan
3. Rasa terbakar pada kulit
4. Benjolan berisi cairan pada vulva
5. Pembengkakan pada dan kemerahan pada labia vulva

### Kenapa mitos terkait menstruasi merugikan kesehatan ?

Banyak mitos dan kepercayaan tentang menstruasi yang justru merugikan kesehatan perempuan. Contohnya, mitos tidak boleh mencuci rambut ketika menstruasi. Membersihkan diri, termasuk mencuci rambut justru sangat diperlukan dan tidak dilarang. Bahkan, mandi dan keramas setiap hari ketika menstruasi membantu membuat badan terasa segar serta melindungi tubuh dari bakteri, infeksi, dan bau. Selain itu, terdapat mitos dilarang memakan daging ketika menstruasi. Padahal daging dan ikan mengandung banyak protein dan zat besi yang dibutuhkan perempuan untuk mengganti sel-sel darah merah yang hilang saat menstruasi. Perbanyak asupan makanan dengan kandungan gizi dan protein yang tinggi saat menstruasi, seperti sayuran, ikan, telur, dan daging (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017).

## Lampiran 4 Liflet

### Kebersihan Pakaian Sehari-hari

- Celana dalam yang baik adalah yang berbahan katun dan tidak ketat, agar dapat menopang pembalut dengan kuat
- Ketika haid, tak jarang celana dalam kita kotor dari biasanya karena ada bercak darah yang menempel.
- Untuk mengatasinya, celana dalam harus segera dicuci dengan menggunakan sabun supaya noda cepat hilang.





### Pemanfaatan Pembalut

1. Pembalut sekali pakai  
Pembalut harus sering diganti yaitu sekitar 4-5 kali atau setiap 4 jam sehari atau selesai BAB atau BAK  
Cara tepat membuang pembalut sekali pakai  
Cuci samapi bersih - lipat atau gulung - masukkan kedalam kantong plastik - buang ditempat sampah
2. Pembalut cuci ulang  
Teknik pemakaian  
a. Sebelum digunakan pembalut dicuci terlebih dahulu  
b. Pembalut disetrika agar tetap steril  
c. Gunakan pembalut bersayap jika darah yang mengalir cukup banyak  
d. Pembalut diganti setiap 3-4 jam









## Personal Hygiene Saat Menstruasi

Yulianti Allobunga  
Yuliana Yuningsi

### Apa Itu Personal Hygiene?



Personal hygiene adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang, untuk menjaga Kesejahteraan fisik dan psikis.

Personal Hygiene Menstruasi adalah upaya memelihara kebersihan tubuh dan organ kewanitaan selama menstruasi

### Tujuan Personal Hygiene saat Menstruasi :

- Untuk memelihara kebersihan
- Meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikis
- Meningkatkan kesehatan individu yang dilakukan selama menstruasi
- Meningkatkan derajat kesehatan seseorang

### Personal Hygiene saat Menstruasi, meliputi :

- Perawatan tubuh
- Kebersihan genetalia
- Kebersihan pakaian sehari-hari
- Pemanfaatan pembalut

### Perawatan tubuh



Pada saat menstruasi kelenjar sebaseus akan meningkat sehingga produksi keringat meningkat, oleh sebab itu mencuci muka dua sampai tiga kali sehari dapat membantu mencegah timbulnya jerawat dan disarankan mandi 2x sehari



### Kebersihan Rambut

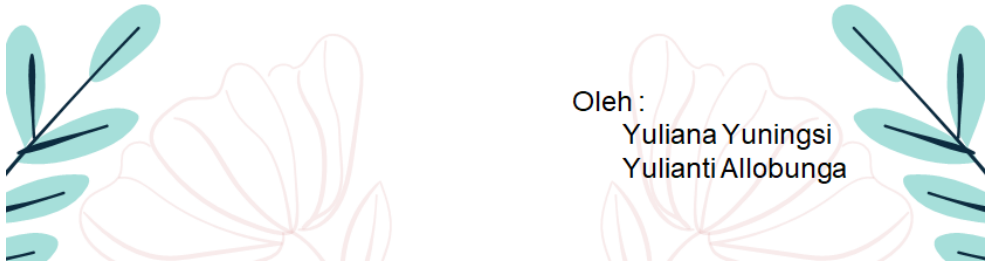
Mencuci rambut di saat menstruasi harus tetap dilakukan, pelarangan mencuci rambut untuk wanita menstruasi adalah suatu mitos yang masih dipercaya sebagian masyarakat Indonesia. Justru dikala menstruasi seorang wanita harus menjaga kebersihan kulit kepala karena adanya perubahan hormone

### Kebersihan Genitalia

- Cara membersihkan daerah kewanitaan yang baik adalah membasuhnya dengan air bersih dan mencuci tangan sebelum dan sesudah membasuh.
- Membasuhnya dari arah depan ke belakang (dari vagina ke arah anus), bukan sebaliknya.
- Karena jika terbalik arah, maka kuman dari daerah anus akan terbawa ke depan dan dapat masuk ke dalam vagina
- Saat membersihkan vagina, tidak perlu menggunakan cairan pembersih

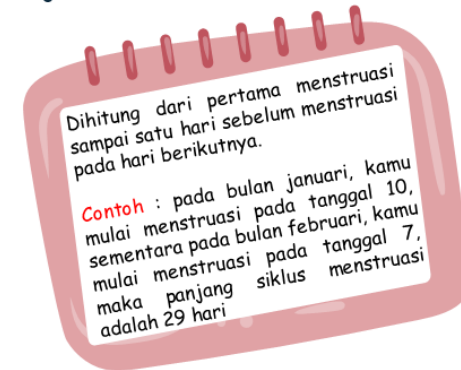


# 1 Personal Hygiene Menstruasi



Oleh :  
Yuliana Yuningsi  
Yulianti Allobunga

# 3 Siklus Menstruasi



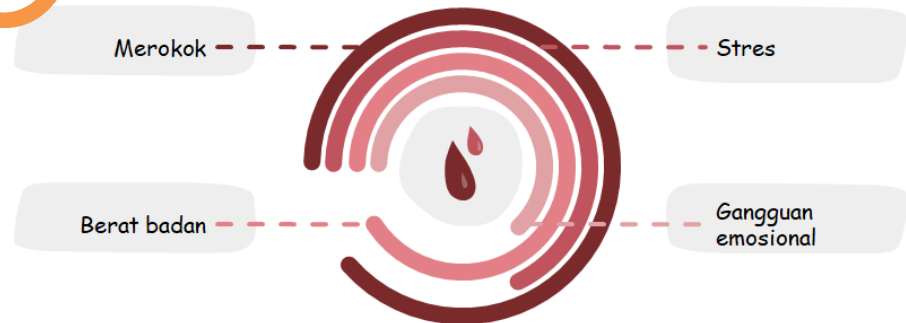
Siklus menstruasi merupakan lamanya atau jarak waktu saat menstruasi berakhir/ menstruasi selesai sampai menstruasi muncul lagi. Biasanya siklus menstruasi setiap 28 hingga 35 hari dan berlangsung selama 3-7 hari. Namun bisa berbeda disetiap orang

## 2

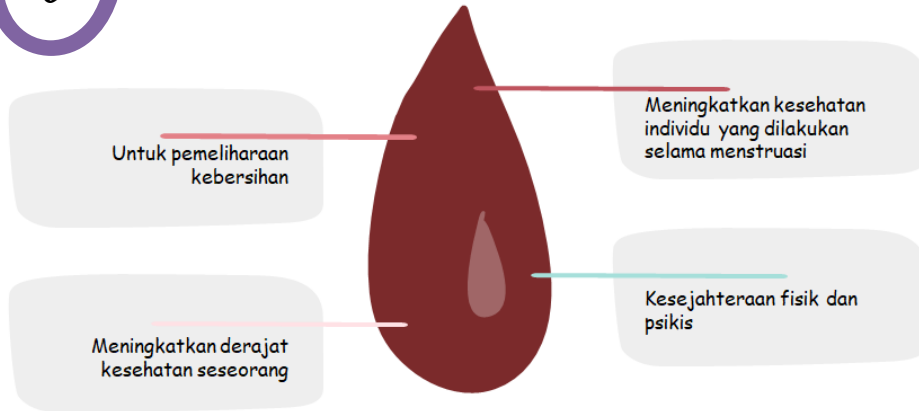
- Menstruasi → Suatu proses alami seorang wanita dimana terjadi dekuamasi atau meluruhnya dinding rahim bagian dalam yang keluar melalui vagina .
- Personal Hygiene → Tindakan seseorang dalam memelihara kesehatan dan kebersihan untuk kesejahteraan fisik dan psikis.
- Personal Hygiene saat Menstruasi → Tindakan atau segala upaya yang dilakukan untuk menjaga dan memelihara kebersihan tubuh dan organewanitaan selama menstruasi.



# 4 Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi



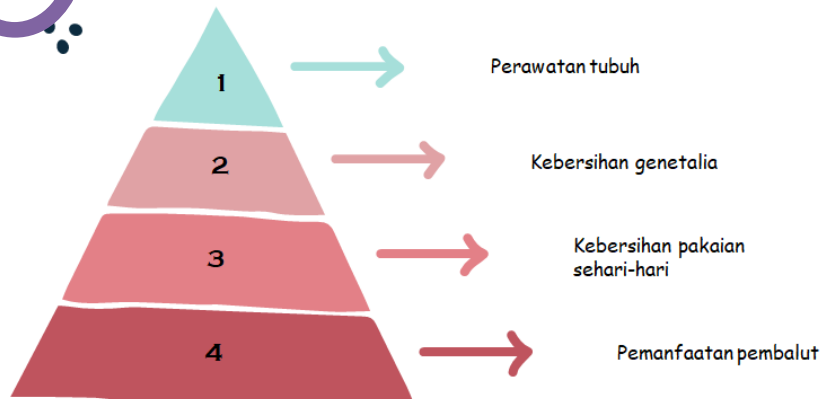
## 5 Tujuan Personal Hygiene saat Menstruasi :



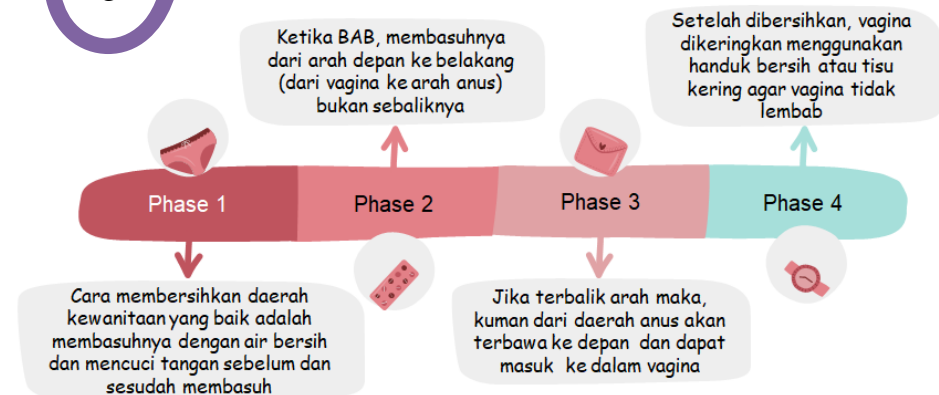
## 7 Perawatan tubuh



## 6 Personal Hygiene saat Menstruasi Meliputi :



## 8 Kebersihan genitalia



9

### Kebersihan pakaian sehari-hari



Ketika haid, tak jarang celana dalam lebih kotor dari biasanya karena bercak darah yang menempel



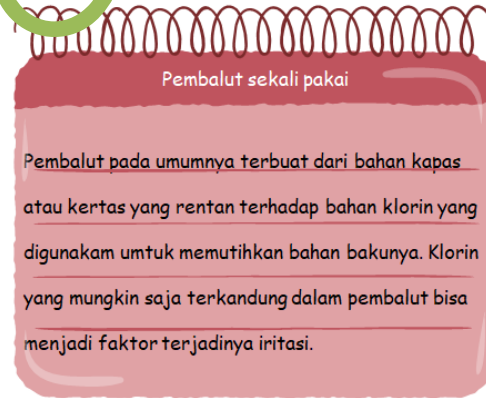
Untuk mengatasinya celana dalam harus segera dicuci menggunakan sabun. Rendam celana dalam apabila noda sulit dihilangkan



Celana dalam yang baik adalah yang berbahan katun dan tidak ketat, agar dapat menopang pembalut dengan kuat. JANGAN menggunakan celana dalam G-String seperti pada gambar diatas

11

### Pemanfaatan pembalut



Pembalut pada umumnya terbuat dari bahan kapas atau kertas yang rentan terhadap bahan klorin yang digunakan untuk memutihkan bahan bakunya. Klorin yang mungkin saja terkandung dalam pembalut bisa menjadi faktor terjadinya iritasi.

**Notes !!**

Pembalut harus sering diganti yaitu sekitar 4-5 kali atau selesai mandi dan saat buang air kecil/besar serta terdapat gumpalan darah pada pembalut.

10

### Pemanfaatan pembalut

#### Penjagaan kebersihan pembalut

1

Pada saat menstruasi, rahim sangat mudah terinfeksi sehingga diperlukan penggantian pembalut sesering mungkin



Mengganti pembalut lebih dari 3x sehari. Jika terlalu lama tidak diganti dapat menyebabkan pertumbuhan bakteri dan jamur dan menyebabkan infeksi

#### Pemeliharaan pembalut

2

Kesalahan dalam memilih pembalut dapat mengakibatkan infeksi, iritasi pada kulit

Pembalut yang baik, memiliki bahan yang lembut dan berdaya serap tinggi. Pembalut tidak mengandung pewangi dan materialnya tidak teralupadat atau ringan

12

### Pembalut sekali pakai





# 13

## Pembalut cuci ulang

Teknik pemakaian

- 1 Sebelum digunakan, pembalut dicuci terlebih dahulu
- 2 Pembalut disetrika agar tetap steril
- 3 Pembalut cuci ulang bersayap digunakan saat haid yang tidak terlalu banyak
- 4 Untuk haid yang lumayan banyak bisa menggabungkan pembalut yang bersayap dan tidak bersayap
- 5 Pembalut diganti setiap 3-4 jam

Pembalut cuci ulang yang beredar di pasaran memiliki kombinasi warna yang menarik, mempunyai harga relative terjangkau dan ramah lingkungan karena dapat dicuci dan dipakai ulang.



# 15

## Catatan !!

- ✗ Saat membersihkan alat kelamin, tidak perlu menggunakan cairan pembersih
- ✗ Membuang pembalut di kloset kamar mandi
- ✗ Tidak mencuci rambut saat menstruasi

# 14

## Dampak Personal Hygiene yang Buruk

- 01 Infeksi saluran reproduksi
- 02 Infeksi saluran kemih
- 03 Penyakit radang panggul
- 04 Pruritus vulva
- 05 Keputihan
- 06 Kanker leher rahim

# 16

Sayangi dirimu dengan melakukan personal hygiene saat menstruasi !!

## Sekian dan Terimakasih



## Lampiran 6 Surat Izin Penelitian



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
STELLA MARIS**  
TERAKREDITASI "B" BAN-PT dan LAM-PTKes  
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS

Jl. Maipa No. 19 Makassar Telp. (0411)-8005319, Website : www.stikstellamarismks.ac.id Email: stiksm\_mks@yahoo.co.id

Nomor : 102 / STIK-SM / S-1.50 / I / 2023

Perihal : Permohonan Izin Penelitian Mahasiswa Tingkat Akhir

Kepada,

Yth. Kepala Sekolah

1. SMPN 1 Simbuang
2. SMPN Satap 2 Simbuang

Di

Tempat.-

Dengan hormat,

Dalam rangka penyusunan tugas akhir Skripsi Mahasiswa(i) Tingkat Akhir STIK Stella Maris Makassar, Tahun Akademik 2022/2023, melalui surat ini kami sampaikan permohonan kepada Bapak/Ibu, untuk kiranya dapat menerima Mahasiswa(i) berikut ini:

No.	NIM - Nama Mahasiswa	Dosen Pembimbing
1	C1914201107 - Yuliana Yuningsi	Matilda Martha Paseno, Ns.,M.Kes
2	C1914201108 - Yulianti Allobunga	Meyke Rosdiana, Ns.M.Kep.

Program Studi : S-1 Keperawatan

Judul : Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMPN Kecamatan Simbuang

Untuk melakukan Penelitian SMPN Satap 2 Simbuang. yang akan dilaksanakan pada tanggal 13-25 Februari 2023.

Maka sehubungan dengan kegiatan tersebut, kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan rekomendasi izin kepada mahasiswa/i kami.

Demikian permohonan ini kami buat, atas perhatian dan kerja sama Bapak/Ibu kami sampaikan terima kasih.

Makassar, 27 Januari 2023

Ketua,

Siprianus Abdu, S.Si., Ns.,M.Kes.  
NIDN. 0928027101

Paraf Persetujuan Pembimbing:

1   
2

**LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

1. Kami Yuliana Yuningsi dan Yuliantu Allobunga, Mahasiswi Program Studi Sarjana Keperawatan STIK Stella Maris Makassar, dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Personal *Hygiene* saat Menstruasipada Remaja Putri di SMP Kecamatan Simbuang”.
2. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengukur tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang personal *hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMPN Kecamatan Simbuang.
3. Penelitian ini akan berlangsung selama kurang lebih 80 menit dengan memberi penyuluhan dan mengisi kuesioner.
4. Keuntungan yang siswi peroleh dengan keikutsertaannya adalah adik-adik dapat memperoleh pengetahuan dan membagi pengetahuannya tentang personal *hygiene* saat menstruasi kepada peneliti serta manfaat yang adik-adik peroleh dari pendidikan kesehatan yang diberikan ialah siswi dapat memperoleh pengetahuan yang baik terkait personal *hygiene* saat menstruasi.
5. Ketidaknyamanan yang mungkin muncul adalah waktu siswi akan terganggu.
6. Pada penelitian ini, prosedur pemilihan subjek yaitu remaja putri di SMPN 1 dan SMPN Satap 2 Simbuang dengan kriteria inklusi yang telah ditentukan oleh peneliti. Berhubung siswi memenuhi kriteria tersebut, maka peneliti meminta kesediaannya untuk mengikuti penelitian ini setelah penjelasan penelitian ini diberikan.
7. Prosedur pengambilan data dengan mengukur tingkat pengetahuan remaja adalah kuesioner pengetahuan tentang personal *hygiene* saat menstruasi sebelum pendidikan kesehatan diberikan, kemudian siswi akan diberikan pendidikan kesehatan personal *hygiene* saat

menstruasi. Setelah itu siswi mengisi kembali kuesioner pengetahuan tentang personal *hygiene* saat menstruasi setelah pendidikan kesehatan diberikan.

8. Setelah siswi menyatakan kesediaan berpartisipasi dalam penelitian ini, maka peneliti akan memastikan siswi dalam keadaan yang nyaman.
9. Sebelum pengisian kuesioner, peneliti akan menjelaskan mekanisme pengisian kuesioner.
10. Selama proses pengumpulan data, diperkenankan bagi siswi untuk menanyakan apabila ada yang belum dipahami.
11. Peneliti akan memberikan waktu 10 menit sebelum pengumpulan data dilakukan kepada siswi untuk menyatakan dapat berpartisipasi atau tidak dalam penelitian ini secara sukarela.
12. Nama dan jati diri siswi akan tetap dirahasiakan, sehingga diharapkan siswi tidak merasa khawatir dan dapat mengisi kuesioner sesuai kenyataan dan pengalaman siswi yang sebenar.
13. Hasil penelitian ini kelak akan dipublikasikan namun tidak terdapat identitas siswi dalam publikasi tersebut sesuai dengan prinsip etik yang diterapkan.
14. Sebagai tanda terima kasih karena siswi telah bersedia menjadi partisipan, peneliti akan memberi bingkisan.

Peneliti

Yuliana Yuningsi

Yulianti Allobunga

**Lampiran 8 Informed Conset**

**PERNYATAAN PERSETUJUAN  
MENJADI RESPONDEN (*INFORMED CONSENT*)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa:

Nama:

1. Saya telah mengerti tentang apa yang tercantum dalam lembar penjelasan dan telah dijelaskan oleh peneliti
2. Dengan ini saya menyatakan bahwa secara sukarela bersedia untuk ikut serta menjadi responden dalam penelitian yang berjudul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Personal *Hygiene* saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMP Kecamatan Simbuang"

Simbuang, Februari 2023

Partisipan

(Nama Responden)

Peneliti I

Peneliti II

Yuliana Yuningsi

Yulianti Allobunga

## **KUESIONER PENELITIAN**

### **A. Petunjuk Pengisian**

1. Isilah terlebih dahulu identitas anda pada tempat yang telah disediakan.
2. Mohon bantuan dan kesediaan saudara/i untuk menjawab seluruh pertanyaan dengan jujur dan sebanar-benarnya.
3. Dibawah ini terdapat soal pilihan ganda untuk mengukur tingkat pengetahuan anda tentang personal *hygiene* saat menstruasi.
4. Bacalah pertanyaan dan pernyataan dibawah ini dengan teliti.
5. Pilih satu jawaban dengan cara memberi tanda silang (x) pada jawaban yang anda anggap benar.
6. Jawaban anda kami rahasiakan.

### **B. Identitas Responden**

Nama/inisial :  
Umur :  
Kelas :  
Lama menstruasi :  
Jenis pembalut yang digunakan :

Apakah anda pernah mendapatkan informasi tentang personal hygiene saat menstruasi?

Pernah  Tidak Pernah

Jika pernah, dari mana anda mendapatkan informasi tentang personal *hygiene* saat menstruasi?

Teman  Keluarga  Guru

Media elektronik/media cetak  Tenaga kesehatan

### C. Kuesioner Personal Hygiene saat Menstruasi

1. Menurut kamu yang dimaksud *personal hygiene* adalah ...
  - a. Suatu tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis
  - b. Menjaga kebersihan diri
  - c. Mencuci tangan sebelum makan
  - d. Menjaga kebersihan jasmani dan rohani
  - e. Semua benar
2. Menurut kamu, yang dimaksud *personal hygiene* menstruasi adalah ...
  - a. Menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi
  - b. Menjaga kebersihan pembalut
  - c. Suatu tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan kewanitaan seseorang pada saat menstruasi untuk kesejahteraan fisik dan psikis
  - d. Menjaga kebersihan alat kelamin dan pembalut
  - e. Mencegah infeksi
3. Apakah tujuan dari menjaga kebersihan organ kewanitaan pada saat menstruasi ?
  - a. Untuk memelihara kebersihan
  - b. Meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikis
  - c. Meningkatkan kesehatan individu yang dilakukan selama menstruasi
  - d. Meningkatkan derajat kesehatan seseorang
  - e. Semua benar
4. Menurut kamu, apa yang sebaiknya dilakukan saat membasuh organ kewanitaan?
  - a. Mencuci tangan sebelum membasuh
  - b. Langsung membasuh
  - c. Mencuci tangan sebelum dan sesudah
  - d. b dan e benar
  - e. Mencuci tangan sesudah membasuh
4. Apakah yang terjadi jika alat kelamin lembab?
  - a. Pertumbuhan bakteri dan jamur
  - b. Perdarahan alat kelamin
  - c. Kerusakan alat kelamin atau lecet
  - d. Mudah berkeringat
  - e. Semua benar

5. Menurut kamu, apakah pembalut wanita itu?
  - a. Alat yang digunakan oleh wanita disaat menstruasi
  - b. a dan c benar
  - c. Alat yang digunakan agar kuman dari luar tidak masuk ke dalam organ reproduksi ketika menstruasi
  - d. Alat yang dapat menyerap darah dari vagian agar tidak mengalir kemana-mana
  - e. a dan d benar
6. Manakah yang lebih baik, membersihkan alatewanitaan dengan air bersih saja atau dengan yang ditambah pembersih/pewangi?
  - a. Pembersih/pewangi saja
  - b. Pembersih/pewangi dan air bersih
  - c. Semua salah
  - d. Semua benar
  - e. Air bersih saja
7. Menurut kamu, bahan pembalut seperti apa yang sebaiknya digunakan pada saat menstruasi?
  - a. Pembalut dengan bahan yang mengandung parfum dan gel
  - b. Pembalut yang harum
  - c. Pembalut dengan bahan yang lembut dan menyerap
  - d. Pembalut dengan bahan yang dapat menghambat darah keluar
  - e. Semua salah
8. Apa yang terjadi jika tidak sering mengganti pembalut pada saat menstruasi?
  - a. Bakteri mudah berkembang biak ke dalam vagina
  - b. a dan e benar
  - d. Bakteri akan membesar
  - e. Menyebabkan infeksi
  - f. Dapat merusak pembalut
10. Apa dampak dari tidak melakukan personal *hygiene* yang baik saat menstruasi?
  - a. Infeksi saluran reproduksi
  - b. Rasa gatal pada vulva
  - c. Keputihan
  - d. Semua benar
  - e. a dan b benar



11. Jika menggunakan pembalut dapat membahayakan kesehatan, penyakit apa yang dapat timbul akibat kebiasaan menggunakan pembalut?
  - a. Kanker rahim
  - b. Keputihan
  - c. Peradangan pada dinding rahim (endometrium)
  - d. Semua benar
  - e. Semua salah
12. Menurut kamu, berapa kali harus mengganti pembalut dalam sehari?
  - a. Satu kali sehari
  - b. Dua kali sehari
  - c. Setiap empat jam sekali
  - d. Setiam jam
  - e. Tiga kali sehari
13. Menurut kamu, bagaimana arah membersihkan anus yang benar setelah buang air besar?
  - a. Dari belakang kedepan
  - b. Dari samping kiri ke kanan
  - c. Dari depan ke belakang
  - d. Dari depan, kebelakang, dan kedepan lagi
  - e. Dari samping kanan ke kiri
14. Apa yang seharusnya dilakukan saat pakaian terkena darah haid?
  - a. Segera merendam dan mencuci pakaian
  - b. Tidak diganti
  - c. Direndam selama 3-4 hari
  - d. Dicuci ketika baju kotor sudah banyak
  - e. a dan c benar
15. Bagaimana cara membuang pembalut yang benar?
  - a. Cuci bersih pembalut yang sudah digunakan
  - b. Masukkan kedalam kantong plastik
  - c. Lipat atau gulung
  - d. Buang ketempat sampah
  - e. Semua benar
16. Apakah penting rajin mencuci wajah saat menstruasi?
  - a. Ya, karena saat menstruasi produksi minyak pada wajah bertambah, sehingga rentan pada jerawat
  - b. Tidak, karena dapat menyebabkan iritasi pada kulit
  - c. Tidak, karena membuat kulit wajah semakin tipis
  - d. Ya, agar tidak tertular penyakit menular

- e. Tidak, karena menghabiskan sabun
17. Manakah yang termasuk dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi?
- 1. Mengganti pembalut
  - 2. Mandi 2 kali sehari
  - 3. Mencuci muka 2-3 kali sehari
  - 4. Mencuci rambut/keramas
  - 5. Menggunakan cairan pembersih pada organewanitaan
  - 6. Mengganti celana dalam
- a. 1,2,3 dan 6
  - b. 1,2,4,5 dan 6
  - c. 1,2,3,5 dan 6
  - d. 1,2,3,4 dan 6
  - e. Semua benar
18. Celana dalam seperti apa yang baik digunakan saat menstruasi?
- a. Celana dalam yang longgar
  - b. Celana dalam yang ketat
  - c. Celana dalam yang terbuat dari katun dan tidak ketat
  - d. Celana dalam yang berwarna gelap, agar saat terkena darah haid tidak terlihat
  - e. Semua salah
19. Setelah membersihkan alat genitalia, apa yang seharusnya dilakukan?
- a. Mengeringkan genitalia dan sekitarnya dengan handuk
  - b. Langsung memakai celana dalam saat daerah genitalia masih basah
  - c. Mengeringkan genitalia dengan tisu
  - d. a dan c benar
  - e. Semua benar
20. Apa saja yang termasuk dalam personal hygiene saat menstruasi??
- a. Kebersihan genitalia
  - b. Perawatan tubuh
  - c. a dan b benar
  - d. Kebersihan pakaian sehari-hari
  - e. Semua benar

## KUNCI JAWABAN

11.A	1. D
12.C	2. C
13.E	3. C
14.C	4. A
15.A	5. E
16.E	6. A
17.E	7. D
18.C	8. C
19.B	9. D
20.D	10.E

## Lampiran 10 Surat Keterangan Selesai Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN TANA TORAJA**  
**DINAS PENDIDIKAN**  
**UPT SMP NEGERI 1 SIMBUANG**  
*Alamat : Simbuang – Kecamatan Simbuang*

**SURAT KETERANGAN**  
**NOMOR : 24 /DP-TT/SMP 01//TU/2023**

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala UPT SMP Negeri 1 Simbuang dengan ini menerangkan bahwa :

No	Nama Mahasiswa	NIM	Fakultas/Prodi	Judul Penelitian
1	Yuliana Yuningsi	C1914201107	S1 Keperawatan	“Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMPN Kecamatan Simbuang”
2	Yulianti Allobunga	C1914201108	S1 Keperawatan	

Benar-benar telah melaksanakan penelitian di SMP Negeri 1 Simbuang dari tanggal 13-17 Februari 2023 dengan baik.

Demikian surat keterangan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Simbuang, 17 Februari 2023

Kepala Sekolah,

**EDY LAMECH, S.Pd**  
NIP 196911021999031006



PEMERINTAH KABUPATEN TANA TORAJA  
DINAS PENDIDIKAN  
UPT SMP NEGERI SATAP 2 SIMBUANG  
Alamat : Simbuang – Kecamatan Simbuang

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**  
Nomor : 004/DP.TT/SMP.2.SIM/II/2023

Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala UPT SMP Negeri Satap 2 Simbuang dengan ini menerangkan bahwa :

No	Nama Mahasiswa	NIM	Fakultas/Prodi	Judul Penelitian
1	Yuliana Yuningsi	C1914201107	S1 Keperawatan	"Pengaruh pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMPN Kecamatan Simbuang
2	Yulianti Allobunga	C1914201108	S1 Keperawatan	

Benar-benar telah melaksanakan penelitian di SMP Negeri Satap 2 Simbuang dari tanggal 20-25 Februari 2023 dengan baik.

Demikian surat keterangan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Simbuang, 25 Februari 2023

Kepala Sekolah



**LILY LILING NUTTUN**  
NIP. 19690704 200604 2 014

**Lampiran 11 Master Tabel**

No	Inisial	Umur	Kode	Kelas	Kode	Lama menstruasi	Kode	Jenis pembalut yang digunakan	Kode	Status tempat tinggal	Kode	Sumber informasi personal hygiene saat menstruasi	Kode
1	A	12	4	VII	1	4 Bulan	5	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Keluarga	1
2	I	12	4	VII	1	1 Bulan	8	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
3	V	12	4	VII	1	2 Buan	7	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Keluarga	1
4	N	12	4	VII	1	2 Bulan	7	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
5	S	13	3	VII	1	3 Bulan	6	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
6	A	13	3	VII	1	6 Bulan	3	Sekali pakai	1	Bersama nenek	2	Tenaga kesehatan	2
7	G	13	3	VII	1	4 Bulan	5	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Tenaga kesehatan	2
8	M	12	4	VII	1	1 Bulan	8	Sekali pakai	1	Bersama nenek	2	Belum pernah	4
9	R	13	3	VIII	2	12 Bulan	2	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Keluarga	1
10	K	13	3	VIII	2	12 Bulan	2	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Tenaga kesehatan	2
11	K	13	3	VIII	2	12 Bulan	2	Sekali pakai	1	Bersama nenek	2	Belum pernah	4
12	D	14	2	VIII	2	2 Bulan	7	Sekali pakai	1	Bersama tante	3	Belum pernah	4
13	A	13	3	VIII	2	3 Bulan	6	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Tenaga kesehatan	2
14	I	13	3	VIII	2	24 Bulan	1	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
15	N	13	3	VIII	2	12 Bulan	2	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Keluarga	1
16	D	14	2	VIII	2	12 Bulan	2	Sekali pakai	1	Bersma nenek	2	Belum pernah	4
17	H	13	3	VIII	2	12 Bulan	2	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
18	E	13	3	VIII	2	12 Bulan	2	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
19	S	15	1	IX	3	5 Bulan	4	Sekali pakai	1	Bersama saudara	4	Teman	3
20	Y	14	2	IX	3	6 Bulan	3	Sekali pakai	1	Bersama nenek	2	Belum pernah	4
21	Y	14	2	IX	3	12 Bulan	2	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Teman	3
22	R	14	2	IX	3	5 Bulan	4	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
23	A	15	1	IX	3	24 Bulan	1	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
24	A	14	2	IX	3	24 Bulan	1	Sekali pakai	1	Bersama nenek	2	Belum pernah	4
25	F	14	2	IX	3	24 Bulan	1	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
26	K	15	1	IX	3	6 Bulan	3	Sekali pakai	1	Bersama nenek	2	Tenaga kesehatan	2

27	C	13	3	IX	3	12 Bulan	2	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
28	J	14	2	IX	3	12 Bulan	2	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Tenaga kesehatan	2
29	N	14	2	IX	3	24 Bulan	1	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
30	J	14	2	IX	3	24 Bulan	1	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Tenaga kesehatan	2
31	K	15	1	IX	3	12 Bulan	2	Sekali pakai	1	Bersama tante	3	Tenaga kesehatan	2
32	A	14	2	IX	3	24 Bulan	1	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Tenaga kesehatan	2
33	Z	12	4	VII	1	2 Bulan	7	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
34	E	13	3	VII	1	12 Bulan	2	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
35	A	12	4	VII	1	3 Bulan	6	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
36	S	13	3	VIII	2	3 Bulan	6	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
37	S	13	3	VIII	2	3 Bulan	6	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
38	E	14	2	VIII	2	2 Bulan	7	Sekali pakai	1	Bersama nenek	2	Belum pernah	4
39	F	13	3	VIII	2	12 Bulan	2	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
40	V	13	3	VIII	2	12 Bulan	2	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
41	D	13	3	VIII	2	12 Bulan	2	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
42	A	14	2	IX	3	6 Bulan	3	Sekali pakai	1	Bersama nenek	2	Belum pernah	4
43	J	15	1	IX	3	24 Bulan	1	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
44	J	15	1	IX	3	12 Bulan	2	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
45	R	15	1	IX	3	12 Bulan	2	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Tenaga kesehatan	2
46	L	15	1	IX	3	24 Bulan	1	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
47	I	15	1	IX	3	24 Bulan	1	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
48	H	13	3	IX	3	4 Bulan	5	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
49	R	15	1	IX	3	24 Bulan	1	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
50	J	15	1	IX	3	24 Bulan	1	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
51	F	13	3	IX	3	2 Bulan	7	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Belum pernah	4
52	R	15	1	IX	3	24 Bulan	1	Sekali pakai	1	Bersama orang tua	1	Tenaga kesehatan	2

Kuesioner pre test

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Skor	Kriteria	Kode
0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	1	12	Cukup	2
1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	9	Kurang	1
0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	10	Kurang	1
1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	7	Kurang	1
0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	8	Kurang	1
0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	14	Cukup	2
1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	14	Cukup	2
0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	11	Kurang	1
1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	9	Kurang	1
1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17	Baik	3
1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	10	Kurang	1
1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	8	Kurang	1
1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	16	Baik	3
0	0	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	9	Kurang	1
1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	12	Cukup	2
0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	9	Kurang	1
0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	11	Kurang	1
1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	11	Kurang	1
0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	13	Cukup	2
0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	8	Kurang	1
0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	12	Cukup	2
0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	11	Kurang	1
0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	10	Kurang	1
1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	9	Kurang	1
0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	8	Kurang	1
0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	13	Cukup	2
0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	8	Kurang	1
1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	13	Cukup	2



0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	11	Kurang	1
1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	13	Cukup	2
1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	12	Cukup	2
1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17	Baik	3
0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	6	Kurang	1
0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	9	Kurang	1
1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	9	Kurang	1
1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	10	Kurang	1
1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	11	Kurang	1
0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	7	Kurang	1
0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	10	Kurang	1
0	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	9	Kurang	1
0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	5	Kurang	1
0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	10	Kurang	1
1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	11	Kurang	1
0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	6	Kurang	1
0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	13	Cukup	2
0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	5	Kurang	1
0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	9	Kurang	1
0	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	6	Kurang	1
0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	8	Kurang	1
0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	8	Kurang	1
0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	9	Kurang	1
1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	13	Cukup	2

Kuesioner post test

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Skor	Kriteria	Kode
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	18	Baik	3
1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	13	Cukup	2
0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	15	Cukup	2
1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	16	Baik	3
1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	Baik	3
1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	15	Cukup	2
1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	16	Baik	3
1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	14	Cukup	2
1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	12	Cukup	2
1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18	Baik	3
1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	15	Cukup	2
1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	12	Cukup	2
1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	Baik	3
0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	0	0	12	Cukup	2
0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	13	Cukup	2
0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	15	Cukup	2
0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	14	Cukup	2
0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	15	Cukup	2
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	18	Baik	3
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	Baik	3
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	18	Baik	3
1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18	Baik	3
0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	17	Baik	3
0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	Baik	3
1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18	Baik	3
0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	16	Baik	3
1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17	Baik	3
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	18	Baik	3

1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18	Baik	3
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	18	Baik	3
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	Baik	3
1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	Baik	3
1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	16	Baik	3
1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	Baik	3
1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	12	Cukup	2	
1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	15	Cukup	2	
1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	17	Baik	3	
1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	16	Baik	3	
1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	17	Baik	3	
1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	19	Baik	3	
1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	1	12	Cukup	2	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	17	Baik	3	
1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17	Baik	3	
1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	14	Cukup	2	
1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18	Baik	3	
1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	13	Cukup	2	
1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17	Baik	3	
0	0	0	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	12	Cukup	2	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	Baik	3	
1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	16	Baik	3	
1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	16	Baik	3	
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	Baik	3	

**Keterangan Kode**

- Umur : 15 = 1, 14 = 2, 13 = 3, 12 = 4
- Kelas : VII = 1, VIII = 2, IX = 3
- Lama menstruasi : 24 = 1, 12 = 2, 6 = 3, 5 = 4, 4 = 5, 3 = 6, 2 = 7, 1 = 8
- Jenis pembalut yang digunakan : Sekali pakai = 1
- Status tempat tinggal :  
Bersama orang tua = 1,  
Bersama nenek = 2,  
Bersama tante = 3, Bersama saudara = 4
- Sumber informasi : Keluarga = 1, Tenaga kesehatan = 2, Teman = 3, Belum pernah = 4

**Lampiran 12 Output SPSS**

**OUTPUT SPSS**

**Analisa Univariat**

**Statistics**

		Umur	Kelas	Lama Menstruasi	Jenis Pembalut yang Digunakan	Status Tempat Tinggal	Sumber Informasi Personal Hygiene Menstruasi	Pre Test Pengetahuan	Post Test Pengetahuan
N	Valid	52	52	52	52	52	52	52	52
	Missing	0	0	0	0	0	0	0	0

**Umur**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15 Tahun	12	23.1	23.1	23.1
	14 Tahun	13	25.0	25.0	48.1
	13 Tahun	20	38.5	38.5	86.5
	12 Tahun	7	13.5	13.5	100.0
	Total	52	100.0	100.0	

**Kelas**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	VII	11	21.2	21.2	21.2
	VIII	16	30.8	30.8	51.9
	IX	25	48.1	48.1	100.0
	Total	52	100.0	100.0	

**Jenis Pembalut yang Digunakan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sekali Pakai	52	100.0	100.0	100.0

### Lama Menstruasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	24 Bulan	13	25.0	25.0	25.0
	12 Bulan	17	32.7	32.7	57.7
	6 Bulan	4	7.7	7.7	65.4
	5 Bulan	2	3.8	3.8	69.2
	4 Bulan	3	5.8	5.8	75.0
	3 Bulan	5	9.6	9.6	84.6
	2 Bulan	6	11.5	11.5	96.2
	1 Bulan	2	3.8	3.8	100.0
	Total	52	100.0	100.0	

### Sumber Informasi Personal Hygiene Menstruasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Keluarga	4	7.7	7.7	7.7
	Tenaga kesehatan	11	21.2	21.2	28.8
	Teman	2	3.8	3.8	32.7
	Belum pernah	35	67.3	67.3	100.0
	Total	52	100.0	100.0	

### Pre Test Pengetahuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	37	71.2	71.2	71.2
	Cukup	12	23.1	23.1	94.2
	Baik	3	5.8	5.8	100.0
	Total	52	100.0	100.0	

### Post Test Pengetahuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Cukup	18	34.6	34.6	34.6
	Baik	34	65.4	65.4	100.0
	Total	52	100.0	100.0	

**Pre Test \* Jumlah Menstruasi Crosstabulation**

			Jumlah Menstruasi								
			24 bulan	12 Bulan	6 bulan	5 bulan	4 bulan	3 bulan	2 bulan	1 bulan	Total
Pre Test	Kurang	Count	10	11	2	1	1	4	6	2	37
		% within Pre Test	27.0%	29.7%	5.4%	2.7%	2.7%	10.8%	16.2%	5.4%	100.0%
		% within Jumlah Menstruasi	76.9%	64.7%	50.0%	50.0%	33.3%	80.0%	100.0%	100.0%	71.2%
	Cukup	Count	2	5	2	1	2	0	0	0	12
		% within Pre Test	16.7%	41.7%	16.7%	8.3%	16.7%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%
		% within Jumlah Menstruasi	15.4%	29.4%	50.0%	50.0%	66.7%	0.0%	0.0%	0.0%	23.1%
	Baik	Count	1	1	0	0	0	1	0	0	3
		% within Pre Test	33.3%	33.3%	0.0%	0.0%	0.0%	33.3%	0.0%	0.0%	100.0%
		% within Jumlah Menstruasi	7.7%	5.9%	0.0%	0.0%	0.0%	20.0%	0.0%	0.0%	5.8%
Total	Count	13	17	4	2	3	5	6	2	52	

**pre \* post Crosstabulation**

			Post		
			Cukup	Baik	Total
Pre	Kurang	Count	16	21	37
		% within pre	43.2%	56.8%	100.0%
		% within post	88.9%	61.8%	71.2%
	Cukup	Count	2	10	12
		% within pre	16.7%	83.3%	100.0%
		% within post	11.1%	29.4%	23.1%
	Baik	Count	0	3	3
		% within pre	0.0%	100.0%	100.0%
		% within post	0.0%	8.8%	5.8%
Total	Count	18	34	52	

## Analisa Bivariat

### Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test Pengetahuan - Pre Test Pengetahuan	0 <sup>a</sup>	.00	.00
Negative Ranks			
Positive Ranks	47 <sup>b</sup>	24.00	1128.00
Ties	5 <sup>c</sup>		
Total	52		

- a. Post Test Pengetahuan < Pre Test Pengetahuan
- b. Post Test Pengetahuan > Pre Test Pengetahuan
- c. Post Test Pengetahuan = Pre Test Pengetahuan

### Test Statistics<sup>a</sup>

	Post Test Pengetahuan - Pre Test Pengetahuan
Z	-6.164 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on negative ranks.

## Lampiran 13 Uji Turnitin



### SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN STELLA MARIS

TERAKREDITASI "B" BAN-PT dan LAM-PTKes  
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN PROFESI NERS  
Jl. Maipa No. 19, Makassar Telp. (0411)-8005319, Website : www.stikstellamarismks.ac.id Email: stiksm\_mks@yahoo.co.id

#### SURAT KETERANGAN

No: 36/STIK-SM/UPPM/IV/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Asrijal Bakri, Ns, M.Kes  
NIDN : 0918087701  
Jabatan : Ketua Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (UPPM)

dengan ini menerangkan bahwa:

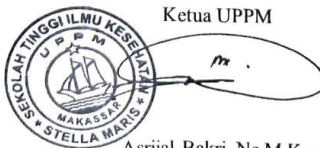
Nama : 1. Yuliana Yuningsih (NIM: C1914201107)  
2. Yulianti Allobunga (NIM: C1914201108)  
Prodi : Sarjana Keperawatan  
Jenis Artikel : Skripsi  
Judul : Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMPN Kecamatan Simbuang.

Berdasarkan hasil pengujian program Turnitin, maka dapat dinyatakan bahwa artikel ilmiah tersebut di atas telah memenuhi standar yang telah ditetapkan oleh STIK Stella Maris Makassar.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Makassar, 12 April 2023

Ketua UPPM



Asrijal Bakri, Ns, M.Kes  
NIDN.0918087701



**Lampiran 14 Dokumentasi**

**DOKUMENTASI**



## Lampiran 15 Lembar Konsul










### LEMBAR KONSUL

Nama dan NIM : Yuliana Yuningsi (C1914201107)  
 Yulianti Allobunga (C1914201108)

Program : S1 Keperawatan

Judul Skripsi : Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Personal Hygiene saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMPN Kecamatan Simbuang

Pembimbing : Matilda Martha Paseno, Ns.,M.Kes  
 Meyke Rosdiana, Ns.,M.Kep

No	Hari/Tanggal	Materi Konsul	Tanda Tangan			
			Peneliti		Pembimbing	
1	Senin, 17 November 2022	Pengajuan dan ACC judul	I 	II 	I 	II
2	Jumat, 11 November 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Data yang relevan dengan tempat penelitian</li> <li>- Kesenambungan antara paragraph</li> <li>- Rumus masalah dan tujuan penelitian</li> </ul>				
3	Senin, 11 November 2022	Konsul Bab I <ul style="list-style-type: none"> <li>- Belum ada gambaran hubungan sumber informasi terhadap perilaku personal hygiene saat menstruasi</li> <li>- Tambahkan prevelensi dampak dari personal hygiene yang buruk saat menstruasi</li> </ul>				

4	Kamis, 24 November 2022	Konsul Bab III - Revisi penulisan personal <i>hygiene</i> - Perhatikan penulisan sitasi yang benar - Prevalensi di ambil dari sumber data originalnya			
5	Kamis, 24 November 2022	Revisi judul : Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Personal Hygiene saat Menstruasi Pada Remaja Putri di Kecamatan Simbuang			f
6	Rabu, 7 November 2022	Konsul Bab I - Bahas pengetahuan baik tentang menstruasi, personal Hygiene, pengetahuan - Hasil dari peneliti-peneliti sebelumnya Konsul Bab III Revisi definisi operasional			f
7	Jumat, 9 November 2022	- Lampirkan SAP dan paket intervensi - Daftar Pustaka gunakan APA style sixth edition			
8	Senin, 11 November 2022	Revisi lampirkan paket intervensi yang akan di berikan			
9	Senin, 11 November 2022	Revisi isi daftar symbol, singkatan dan istilah Konsul Bab III - Definisi operasional belum benar - Tentukan parameter			f

4	Kamis, 24 November 2022	Konsul Bab III - Revisi penulisan personal <i>hygiene</i> - Perhatikan penulisan sitasi yang benar - Prevalensi di ambil dari sumber data originalnya			
5	Kamis, 24 November 2022	Revisi judul : Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Personal Hygiene saat Menstruasi Pada Remaja Putri di Kecamatan Simbung			f
6	Rabu, 7 November 2022	Konsul Bab I - Bahas pengetahuan baik tentang menstruasi, personal Hygiene, pengetahuan - Hasil dari peneliti-peneliti sebelumnya Konsul Bab III Revisi definisi operasional			f
7	Jumat, 9 November 2022	- Lampirkan SAP dan paket intervensi - Daftar Pustaka gunakan APA style sixth edition			
8	Senin, 11 November 2022	Revisi lampirkan paket intervensi yang akan di berikan			
9	Senin, 11 November 2022	Revisi isi daftar symbol, singkatan dan istilah Konsul Bab III - Definisi operasional belum benar - Tentukan parameter			f