



Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan tentang *Menarche* dan Perilaku *Menstrual Hygiene* pada Remaja Putri Kelas VII di SMPN 31 Kota Tangerang

Yuni Susilowati¹ Yopi Silviyanti² Lastri Mei Winarni³

¹Dosen SI Keperawatan, STIKes Yatsi Tangerang

²Mahasiswa SI Keperawatan, STIKes Yatsi Tangerang

³Dosen SI Keperawatan, STIKes Yatsi Tangerang

ARTIKEL INFO

Article History:

SM at 21-10-2020

RV at 07-12-2020

PB at 10-01-2020

Kata Kunci:

Health Education

Knowledge of Menarche

Menstrual Hygiene

Behavior

Korespondensi Penulis:

yuniusulo07@gmail.com¹

yopisilviyanti@gmail.com²

meidilastri@gmail.com³

ABSTRAK

Background: Menarche menstrual events will first be experienced by young women. Based on the preliminary study of 20 young women, as much as (15%) good knowledge, as much as (35%) enough knowledge and as much as (50%) less knowledge. Whereas (56%) menstrual hygiene behavior is bad.

Objectives: Purpose To determine the effect of health education on knowledge about menarche and menstrual hygiene behavior in seventh grade girls at SMPN 31 Kota Tangerang.

Methods: Methods This study uses a Quasi Experimental Design research design with the Nonequivalent Control Group Design.

Results: Based On the results of the Wilcoxon Signed Rank Test, the Sig (2-tailed) value in the experimental class knowledge variables and the experimental class behavior = 0.000, while the control class knowledge variable = 0,000 and the control class behavior = 0.001 because the sig value (< 0.05)

Conclusions: It is concluded that "Ha accepted" means that there is an effect of health education on knowledge of menarche and menstrual hygiene behavior for grade VII at SMPN 31 Tangerang City. Recommendations Providing information about the effect of health education on knowledge of menarche and menstrual hygiene behavior in seventh grade girls at SMPN 31 Kota Tangerang to add insight for young women so that they can apply them in everyday life.

PENDAHULUAN

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun (2010) menunjukkan sebanyak 5,2% anak-anak di tujuh belas provinsi di Indonesia telah mengalami usia *menarche* di bawah usia 12 tahun, sehingga Indonesia menempati urutan ke lima belas negara dari enam puluh tujuh negara dengan mengalami penurunan usia *menarche* mencapai 0,145 tahun per dekade (Susanti, 2012).

Menarche merupakan sebuah istilah bahasa medis yang menjelaskan terjadinya peristiwa menstruasi pertama kali akan dialami oleh remaja putri. Menstruasi adalah suatu pelepasan *endometrium* atau dinding rahim dengan adanya perdarahan dan mengandung sel telur yang tidak dibuahi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklik (berulang-ulang) (Nirwana, 2011).

Pengetahuan yang didapatkan oleh remaja putri sangat mempengaruhi persepsi remaja putri tentang *menarche*. Jika persepsi tentang *menarche* dibentuk dengan positif, ini akan mempengaruhi pada kesiapan remaja putri dalam menghadapi *menarche* (Fajri dan Khairani, 2010). Remaja yang memiliki pengetahuan dan informasi yang kurang tentang *menarche* akan berdampak buruk. Jika persepsi tentang *menarche* dibentuk dengan negatif, ini akan mempengaruhi kesiapan remaja dalam menghadapi *menarche* menimbulkan kepanikan, rasa takut dan traumatis (Ayu Putu, 2013).

Masalah yang dihadapi oleh perempuan tiap bulannya berkaitan dengan menstruasi antara lain mengalami keputihan sekitar (19%), ada rasa gatal pada area genital sekitar (25%), *premenstrual syndrome* sekitar (36%), ada rasa tidak nyaman sekitar (36%), darah menstruasi sekitar (10%), mengalami kram perut sekitar (11%) (Anand, Singh, & Unisa, 2015).

Menurut Bappenas dan Data Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2010, menunjukkan dari 63 juta sebagian besar remaja di Indonesia sangat mudah terkena dengan lingkungan yang kurang bersih yang disertai dengan penggunaan pembalut selama menstruasi (50%) dan perilaku yang kurang *hygiene* selama menstruasi (30%) (Rahmatika, 2010).

Selama menstruasi, vagina harus dibersihkan secara bersih dan rutin agar

terhindar dari berbagai bakteri yaitu bakteri *candida albican*, bakteri *trichomonas vaginalis* dan bakteri *gardnella vaginalis*. Bakteri tersebut mengakibatkan munculnya penyakit saluran reproduksi yaitu iritasi, inflamasi, dan *pruritus vulva*, (Farizal dan Dewa, 2017).

Kurangnya kesadaran perilaku *menstrual hygiene* pada remaja putri dikarenakan kurangnya informasi kesehatan mengenai menstruasi dan menjaga kebersihan pada saat menstruasi (Rajakumari G, 2015). Salah satu yang menjadi masalah, karena menstruasi masih dianggap tabu oleh masyarakat secara luas untuk dibicarakan diberbagai Negara dan mendiskusikannya masih dianggap sebagai suatu masalah memalukan (Rajakumari G, 2015).

Menurut Badan Pusat Statistik bahwa prediksi jumlah remaja putri tahun 2000-2025 akan mengalami peningkatan 10,1 juta jiwa. Jumlah ini sangat besar, maka harus diberikan perhatian khusus terkait pendidikan kesehatan reproduksi sangat perlu untuk semua remaja putri (Badan Pusat Statistik, 2013).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada remaja putri kelas VII Di SMPN 31 Kota Tangerang. Didapatkan hasil dari 20 remaja putri, sebanyak (15%) memiliki pengetahuan baik, sebanyak (35%) memiliki pengetahuan cukup dan sebanyak (50%) memiliki pengetahuan kurang. Sedangkan (56%) perilaku *menstrual hygiene* remaja putri buruk. Berdasarkan data tersebut melatar belakangi peneliti untuk melakukan penelitian “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang *Menarche* Dan Perilaku *Menstrual Hygiene* Pada Remaja Putri Kelas VII Di SMPN 31 Kota Tangerang Tahun 2020”.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Quasi Experimental Design* dengan rancangan penelitian *Nonequivalent Control Grup Design*. Teknik sampel yang akan digunakan yaitu *total sampling* dimana sampel berjumlah 146 responden. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner pre-test dan post-test yang terdiri dari dua bagian kuesioner. Analisis yang digunakan univariat dan bivariat untuk mengetahui adanya pendidikan kesehatan dan

pengetahuan tentang *menarche* terhadap perilaku *menstrual hygiene* pada remaja putri. Analisis statistik yang digunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan tingkat maknaan <0,05.

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang *Menarche Pre-Test* dan *Post-Test* Pada Kelas Eksperimen

Pengetahuan	<i>Pre-Test</i>		<i>Post-Test</i>	
	F	%	F	%
Baik	23	31,5	33	45,2
Cukup	22	30,1	20	27,4
Kurang	28	38,4	20	27,4
Total	73	100,0	73	100,0

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa ada 73 remaja putri pada hasil evaluasi *pre-test* kelas eksperimen ada 23 remaja putri (31,5%) dengan pengetahuan tentang *menarche* kategori baik, 22 remaja putri (30,1%) dengan pengetahuan tentang *menarche* kategori cukup dan 28 remaja putri (38,4%) dengan pengetahuan tentang *menarche* kategori kurang. Sedangkan dapat diketahui bahwa dari 73 remaja putri pada hasil evaluasi *post-test* kelas eksperimen, ada 33 remaja putri (45,2%) dengan pengetahuan tentang *menarche* kategori baik, 20 remaja putri (27,4%) dengan pengetahuan tentang *menarche* kategori cukup, dan 20 remaja putri (27,4%) dengan pengetahuan tentang *menarche* kategori kurang.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Perilaku *Menstrual Hygiene* Pada Remaja Putri *Pre-Test* dan *Post-Test* Kelas Eksperimen

Perilaku	<i>Pre-Test</i>		<i>Post-Test</i>	
	F	%	F	%
Baik	33	45,2	53	72,6
Kurang	40	54,8	20	27,4
Total	73	100,0	73	100,0

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 73 remaja putri pada hasil evaluasi *pre-test* kelas eksperimen, ada 33 remaja putri (45,2%) dengan perilaku *menstrual hygiene* kategori baik dan 40 remaja putri (54,8%) dengan perilaku *menstrual hygiene* kategori kurang. Sedangkan dapat diketahui bahwa dari 73 remaja putri pada hasil evaluasi *post-*

test kelas eksperimen, ada 53 remaja putri (72,6%) dengan perilaku *menstrual hygiene* kategori baik dan 20 remaja putri (27,4%) dengan perilaku *menstrual hygiene* kategori kurang.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang *Menarche Pre-Test* dan *Post-Test* Pada Kelas Kontrol

Pengetahuan	<i>Pre-Test</i>		<i>Post-Test</i>	
	F	%	F	%
Baik	8	11,0	10	13,7
Cukup	26	35,6	26	35,6
Kurang	39	53,4	37	50,7
Total	73	100,0	73	100,0

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 73 remaja putri pada hasil evaluasi *pre-test* kelas kontrol, ada 8 remaja putri (11,0%) dengan pengetahuan tentang *menarche* kategori baik, 26 remaja putri (35,6%) dengan pengetahuan tentang *menarche* kategori cukup dan 39 remaja putri (53,4%) dengan pengetahuan tentang *menarche* kategori kurang. Sedangkan dapat diketahui bahwa dari 73 remaja putri pada hasil evaluasi *post-test* kelas kontrol, ada 10 remaja putri (13,7%) dengan pengetahuan tentang *menarche* kategori baik, 26 remaja putri (35,6%), dengan pengetahuan tentang *menarche* kategori cukup, dan 37 remaja putri (50,7%) dengan pengetahuan tentang *menarche* kategori kurang.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Perilaku *Menstrual Hygiene* Pada Remaja Putri *Pre-Test* dan *Post-Test* Kelas Kontrol

Perilaku	<i>Pre-Test</i>		<i>Post-Test</i>	
	F	%	F	%
Baik	27	37,0	29	39,7
Kurang	46	63,0	44	60,3
Total	73	100,0	73	100,0

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa dari 73 remaja putri pada hasil evaluasi *pre-test* kelas kontrol, ada 27 remaja putri (37,0%) dengan perilaku *menstrual hygiene* kategori baik dan 46 remaja putri (63,0%) dengan perilaku *menstrual hygiene* kategori kurang. Sedangkan dapat diketahui bahwa dari 73 remaja putri pada hasil evaluasi *post-test* kelas eksperimen, ada 29 remaja putri (39,7%) dengan perilaku *menstrual hygiene* kategori baik dan 44 remaja putri (60,3%)

dengan perilaku *menstrual hygiene* kategori kurang.

2. Analisa Bivariat

Tabel 5 Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Menarche Dan Perilaku Menstrual Hygiene Pada Remaja Putri Kelas VII Dengan Menggunakan Uji Wilcoxon Signed Rank Test.

		N	Mean Rank	Asymp.Sig (2-tailed)
Post-test pengetahuan kelas eksperimen- pre-test pengetahuan kelas eksperimen	Negative Ranks	5	14.50	0.000
	Positive Ranks	34	20.81	
	Ties	34		
	Total	73		
Post-test perilaku kelas eksperimen- pre-test perilaku kelas eksperimen	Negative Ranks	7	6.29	0.000
	Positive Rank	49	31.67	
	Ties	17		
	Total	73		
Post-test pengetahuan kelas kontrol- pre-test pengetahuan kelas kontrol	Negative Ranks	8	27.63	0.000
	Positive Ranks	39	23.26	
	Ties	26		
	Total	73		
Post-test perilaku kelas kontrol- pre-test perilaku kelas kontrol	Negative Ranks	16	18.94	0.001
	Positive Ranks	34	28.59	
	Ties	23		
	Total	73		

Berdasarkan tabel 5 diatas, didapatkan hasil bahwa *negative ranks* atau selisih negative antara nilai *pre-test* dan *post-test* pengetahuan kelas eksperimen adalah 5 artinya terdapat penurunan nilai *pre-test* ke nilai *post-test* sebanyak 5 remaja putri dengan rata-rata penurunan 14.50, sedangkan *positive ranks* atau selisih positif antara nilai *pre-test* dan *post-test* pengetahuan kelas eksperimen adalah 34 artinya terdapat peningkatan nilai *pre-test* ke nilai *post-test* sebanyak 34 remaja putri dengan rata-rata peningkatan 20.81. Pada hasil *negative ranks* atau selisih negative antara nilai *pre-test* dan *post-test* perilaku kelas eksperimen adalah 7 artinya terdapat penurunan nilai *pre-test* ke nilai *post-test* sebanyak 7 remaja putri dengan rata-rata penurunan 6.29, sedangkan *positive ranks*

atau selisih positif antara nilai *pre-test* dan *post-test* perilaku kelas eksperimen adalah 49 artinya terdapat peningkatan nilai *pre-test* dan *post-test* sebanyak 49 remaja putri dengan rata-rata peningkatan 31.67.

Sedangkan pada hasil *negative ranks* atau selisih negatif antara nilai *pre-test* dan *post-test* pengetahuan kelas kontrol adalah 8 artinya terdapat penurunan nilai *pre-test* ke nilai *post-test* sebanyak 8 remaja putri dengan rata-rata penurunan 27.63, sedangkan *positive ranks* atau selisih positif antara nilai *pre-test* dan *post-test* pengetahuan kelas kontrol adalah 39 artinya terdapat peningkatan nilai *pre-test* dan *post-test* sebanyak 39 remaja putri dengan rata-rata peningkatan 23.26. Pada hasil *negative ranks* atau selisih negative antara nilai *pre-test* dan *post-test* perilaku kelas kontrol adalah 16 artinya terdapat penurunan nilai *pre-test* ke nilai *post-test* sebanyak 16 remaja putri dengan rata-rata penurunan 18.94, sedangkan *positive ranks* atau selisih positif antara nilai *pre-test* dan *post-test* perilaku kelas kontrol adalah 34 artinya terdapat peningkatan nilai *pre-test* dan *post-test* sebanyak 34 remaja putri dengan rata-rata 28.59.

Hasil uji statistik menunjukkan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* bahwa dapat diketahui dari nilai *Asymp.Sig.(2-tailed)* untuk pengetahuan kelas eksperimen sebesar 0.000, untuk perilaku kelas eksperimen sebesar 0.000, sedangkan untuk pengetahuan kelas kontrol sebesar 0.000 dan untuk perilaku kelas kontrol sebesar 0.001 karena nilai sig ($<0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh signifikan yaitu ada "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Menarche Dan Perilaku Menstrual Hygiene Pada Remaja Putri Kelas VII Di SMPN 31 Kota Tangerang"

PEMBAHASAN

1. Pengetahuan Tentang Menarche

Berdasarkan tabel 1 di SMPN 31 Kota Tangerang, mengenai pengetahuan *menarche* dapat diketahui bahwa pada hasil evaluasi *pre-test* kelas eksperimen yang lebih dominan ada 28 remaja putri (38,4%) dengan pengetahuan tentang *menarche* kategori kurang dan dapat diketahui bahwa pada hasil evaluasi *post-test* kelas eksperimen yang lebih dominan ada 33 remaja putri (45,2%) dengan

pengetahuan tentang *menarche* kategori baik. Sedangkan berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa pada hasil evaluasi *pre-test* kelas kontrol yang lebih dominan ada 39 remaja putri (53,4%) dengan pengetahuan tentang *menarche* kategori kurang dan dapat diketahui bahwa pada hasil evaluasi *post-test* kelas kontrol yang lebih dominan ada 37 remaja putri (50,7%) dengan pengetahuan tentang *menarche* kategori kurang.

Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara kelas eksperimen dengan kelas kontrol, dibuktikan dengan adanya diberikan pendidikan kesehatan maka dapat menambah pengetahuan responden menjadi lebih mengetahui pengetahuan secara berwawasan. Asumsi peneliti, yang membuat responden pengetahuan buruk dikarenakan kurangnya pengetahuan tentang kesehatan.

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mukhoirotin dan Purniawati Nurul Qomari (2017), dengan hasil penelitian sebelum diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok perlakuan atau kelas intervensi sebagian besar kategori kurang dengan 16 responden (64%), sedangkan pada kelompok kontrol atau kelas kontrol sebagian besar kategori kurang 11 responden (44%). Setelah diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok perlakuan atau kelas intervensi dengan media *booklet* sebagian besar kategori baik 18 responden (72%), sedangkan pada kelompok kontrol atau kelas kontrol sebagian besar kategori kurang 10 responden (40%).

2. Perilaku *Menstrual Hygiene*

Berdasarkan tabel 2 di SMPN 31 Kota Tangerang, dapat diketahui bahwa pada hasil evaluasi *pre-test* kelas eksperimen yang lebih dominan ada 40 remaja putri (54,8%) dengan perilaku kategori kurang dan dapat diketahui bahwa pada hasil evaluasi *post-test* kelas eksperimen yang lebih dominan ada 53 remaja putri (72,6%) dengan perilaku *menstrual hygiene* kategori baik. Sedangkan berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa pada hasil evaluasi *pre-test* kelas kontrol yang lebih dominan ada 46 remaja putri (63,0%) dengan perilaku *menstrual hygiene* kategori kurang dan dapat diketahui bahwa pada hasil evaluasi *post-test* kelas kontrol yang lebih dominan ada 44 remaja putri (60,3%) dengan perilaku *menstrual hygiene* kategori kurang.

Berdasarkan pada hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kharisma Maharani dan Sarwinanti (2017), dengan hasil penelitian sebelum diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar kategori cukup 30 responden (68,2%), sedangkan setelah diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar kategori baik dan cukup dengan 21 responden (47,7%).

Dari hasil penelitian tersebut dapat diketahui bahwa pendidikan kesehatan sangat penting dilakukan apalagi disekolah-sekolah yang belum pernah dilakukan pendidikan kesehatan. Pemberian informasi kepada remaja putri harus tepat dengan menggunakan komunikasi dengan baik sehingga pesan yang akan disampaikan akan lebih mudah dipahami dan dapat diterima oleh remaja putri. Sehingga dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

3. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang *Menarche* Dan Perilaku *Menstrual Hygiene* Pada Remaja Putri Kelas VII Di SMPN 31 Kota Tangerang

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test*, menghasilkan nilai Sig.(2-tailed) pada variabel pengetahuan kelas eksperimen dan perilaku kelas eksperimen = 0.000, sedangkan pada variabel pengetahuan kelas kontrol = 0.000 dan perilaku kelas kontrol = 0.001 karena nilai sig ($<0,05$), maka disimpulkan bahwa “Ha diterima” artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang *menarche* dan perilaku *menstrual hygiene* pada remaja putri kelas VII.

Efektifitas pendidikan kesehatan telah dibuktikan dari beberapa penelitian. Penelitian yang dilakukan oleh Mukhoirotin dan Purniawati Nurul Qomari (2017) dengan menunjukkan bahwa ada tingkat pengetahuan pada kedua kelompok tersebut menunjukkan hasil nilai $P = 0,001$ artinya ada perbedaan pada kedua kelompok sesudah perlakuan tersebut. Pada penelitian oleh Kharisma Maharani dan Sarwinanti (2017) dari nilai *p-values* $0,000 < 0,05$ yang berarti ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene genitalia* terhadap perilaku *hygiene* pada saat menstruasi pada siswi kelas VII di SMP Negeri 3 Tempel Klaten.

PENUTUP

Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang *menarche* dan perilaku *menstrual hygiene* pada remaja putri kelas VII. Adapun saran yang dapat diberikan berdasarkan penelitian ini diharapkan pihak instansi pendidikan menyediakan sumber-sumber kepustakaan terbaru mengenai *menarche* terhadap perilaku *menstrual hygiene* secara lengkap sehingga memudahkan program-program kesehatan.

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat digunakan sebagai bahan informasi dan melengkapi penelitian tentang faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi pengetahuan tentang *menarche* dan perilaku *menstrual hygiene* pada remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

- Anand, E., Singh dan Unisa, S. (2015). *Menstrual Hygiene Practices and its association with reproductive tract infections and abnormal vaginal discharge in india. Sexual & Reproductive Healthcare, 1-6.*
- Ayu Putu. (2013). *Hubungan Antara Peran Orang Tua Dalam Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja dengan Kesiapan Remaja Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas 7 Di Smp Negeri Bergas.*
- Badan Pusat Statistik. (2013). *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2012 Kesehatan Reproduksi Remaja. Jakarta: Badan Pusat Statistik Nasional.*
- Fajri dan Khairani. (2010). *Hubungan Antara Komunikasi Ibu Anak Dengan Kesiapan Menghadapi Menstruasi Pertama (Menarche) Pada Siswi SMP Muhammadiyah Banda Aceh. Jurnal Psikologi Undip. Vol 10 (2). 133-143.*
- Farizal, J., dan Dewa, E.A. (2017). *Identifikasi Candida Albica Pada Saliva Wanita. Jurnal Teknologi.*
- Kharisma dan Sarwinanti. (2017). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Personal Hygiene Genitalia Terhadap Perilaku Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Kelas VII SMP Negeri 3 Tempel Sleman.*
- Mukhoirotin dan Purniawati Nurul Qomari. (2017). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Di Min Rejoso Peterongan Jombang. Jurnal Edunursing, Vol 1, No 1.*
- Nirwana, AB. (2011). *Psikologi Kesehatan Wanita (remaja, menstruasi, menikah, hamil, nifas dan menyusui). Yogyakarta : Nuha Medika. VII + 126 hlm.*
- Rahmatika. (2010). *Hubungan Sumber Informasi dan Pengetahuana Tentang Menstruasi Dengan Perilaku Personal Hygienis Selama Menstruasi Pada Siswi SMP Negeri 1 Kebumen. Klaten : Universitas Muhamadiyah Surakarta.*
- Rajakumari, G. (2015). *A study on knowledge regarding menstrual hygiene ampng adolescent school girls. Global Journal of Current Research, 111-116.*
- Susanti. (2012). *Faktor Resiko Kejadian Menarche Dini Pada Remaja di SMPN 30 Semarang. Universitas Diponegoro.*