

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG HYGIENE SAAT
MENSTRUASI TERHADAP PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN
REMAJA PUTRI DALAM MERAWAT PERINEUM
SAAT MENSTRUASI**

**Ervina Sari*),
Eko Jemi Santoso**), Sayono***)**

*) *Alumni Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang,*

**) *Dosen Program Studi D3 Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang,*

***) *Dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Semarang*

ABSTRAK

Masa remaja adalah masa transisi yang ditandai adanya perubahan fisik, emosi dan psikis. Masa ini sangat rentan terhadap masalah kesehatan. Banyak faktor yang mempengaruhi status kesehatan pada remaja putri, salah satunya adalah hygiene menstruasi. Informasi mengenai hygiene menstruasi sangat penting diberikan pada remaja putri supaya terhindar dari infeksi pada alat reproduksi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang hygiene saat menstruasi terhadap pengetahuan dan keterampilan remaja putri dalam merawat perineum saat menstruasi pada remaja putri kelas 2 di SMP Negeri 4 Semarang. Metode penelitian yang digunakan adalah *Experimental Design*. Subjek penelitian sebanyak 32 orang, diambil dengan menggunakan teknik *Systematic Sampling*. Subjek dialokasikan dalam kelompok perlakuan dan kontrol. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan secara signifikan terhadap pengetahuan dan keterampilan ($p=0,000$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah pendidikan kesehatan tentang hygiene saat menstruasi dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan dan keterampilan siswi remaja putri.

Kata kunci : Menstruasi, Vulva Hygiene, Pengetahuan, Keterampilan.

ABSTRACT

Adolescence is a transitional period marked a change in the physical, emotional and psychological. This period is very susceptible to health problems. Many factors influence health status in young women, one of which is the hygiene of menstruation. Information about menstrual hygiene is crucial given the young women in order to avoid infection of the reproductive organs. This study aims to determine the effect of health education on hygiene during menstruation for young women the knowledge and skills in caring for perineum during menstruation in young girls at 2nd class the Junior High School 4 Semarang. The research method used was *Experimental Design*. Subjects over 32 people, drawn by using *Systematic Sampling*. Subjects allocated to the treatment and control groups. The results showed no significant effect of health education on knowledge and skills ($p = 0.000$). The conclusion of this study is health education on hygiene during menstruation can affect the level of knowledge and skills of young women students.

Keywords: Menstruation, Vulva Hygiene, Knowledge, Skills

PENDAHULUAN

Menstruasi atau haid adalah kejadian alamiah yang terjadi pada wanita normal. Hal ini terjadi karena lepasnya lapisan endometrium uterus. Haid biasanya terjadi setiap bulan (dengan siklus setiap orang berbeda-beda, ada yang 28 hari, ada pula yang kurang atau bahkan lebih dari itu) antara usia remaja sampai menopause (Andira, 2010, hlm.30). Menstruasi adalah peristiwa perdarahan periodik dan siklik (bulanan) dari rahim disertai pelepasan selaput lendir rahim (endometrium) melalui vagina pada wanita yang seksual dewasa (Ahira, 2010, ¶1).

Remaja atau “*adolescence*”, berasal dari bahasa latin “*adolescere*” yaitu berarti tumbuh kearah kematangan. Kematangan yang dimaksud adalah bukan hanya kematangan fisik saja, tetapi juga kematangan sosial dan psikologi. Batasan usia remaja menurut WHO adalah usia 12-24 tahun. Batasan usia remaja menurut Depkes RI adalah antara 10-19 tahun dan belum kawin, sedangkan batasan usia remaja menurut BKKBN adalah usia 10-19 tahun (Widyastuti, Rahmawati, & Purnamaningrum, 2009, hlm.11).

Masa remaja adalah masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi dan psikis. Masa remaja yakni antara 10-19 tahun adalah suatu periode masa pematangan organ reproduksi manusia dan sering disebut masa pubertas. Masa remaja adalah periode peralihan dan masa menuju dewasa (Widyastuti, Rahmawati, & Purnamaningrum, 2009, hlm.11).

Menstruasi pertama (*menarche*) pada remaja putri biasanya terjadi pada rentang usia 8-16 tahun. Terjadinya *menarche* pada setiap wanita tidaklah

sama karena ada beberapa faktor yang mempengaruhinya, antara lain faktor sosial ekonomi, keturunan dan juga faktor kesehatan dan gizi. Remaja putri yang berbadan gemuk biasanya cenderung mengalami *menarche* lebih awal daripada remaja putri yang berbadan kurus (Andira, 2010, hlm.31).

Menstruasi yang terjadi pada saat pertama kali merupakan pertanda bahwa seorang remaja sedang mengalami pubertas. Pada masa ini kadar *Luteinizing Hormon (LH)* dan *Follicle Stimulating Hormon (FSH)* akan meningkat, sehingga merangsang pembentukan hormon seksual. Peningkatan hormon tersebut menyebabkan beberapa perubahan fisik pada remaja putri, yaitu pematangan payudara, ovarium, rahim dan vagina. Selain itu, pada masa ini dimulai pula siklus menstruasi dan juga timbul beberapa ciri seksual sekunder, seperti tumbuhnya rambut kemaluan dan rambut ketiak (Andira, 2010, hlm.29).

Setiap wanita sehat yang tidak sedang hamil dan belum menopause akan mendapat haid setiap bulannya. Dalam keadaan normal, lamanya haid berkisar antara 3-7 hari dan rata-rata berulang setiap 28 hari (Ahira, 2010, ¶2).

Untuk orang tua, khususnya ibu, diharapkan mampu memberikan informasi yang tepat dan benar tentang apakah menstruasi itu. Jika mengetahui informasi yang benar tentang menstruasi maka anak remaja perempuan akan merasa siap ketika mendapatkan menstruasi pertama kali (Utami, 2003). Seperti dikatakan oleh Astuti (2003) bahwa pendidikan seputar menstruasi mempengaruhi kesiapan anak perempuan menjelang remaja untuk menghadapi *menarche*.

Oleh karena itu, pendidikan seputar menstruasi disarankan untuk diterapkan bagi anak remaja perempuan yang belum mengalami menstruasi sebagai salah satu cara untuk menumbuhkan kesiapan menghadapi *menarche*. Selanjutnya jika individu tahu hal apa saja yang harus dilakukan pada saat mengalami kondisi yang sama, misalnya bagaimana cara mengatasi keluarnya darah menstruasi yang dapat terjadi sewaktu-waktu, bagaimana cara memakai dan mencuci pembalut, serta bagaimana cara perawatan diri pada saat menstruasi, maka dapat diharapkan individu berperilaku higienis ketika mengalami menstruasi (Indriastuti, 2009, hlm.8).

Kedewasaan tubuh anak perempuan membutuhkan perhatian khusus yang lebih besar untuk menjaga kebersihan pribadi dengan perawatan hygiene sehari-hari. Mandi atau keramas haruslah merupakan bagian dari kegiatan rutin para gadis, khususnya selama masa haid atau menstruasi. Remaja putri mungkin memperhatikan bahwa tubuhnya sekarang gampang berkeringat, sehingga lebih banyak memerlukan *hygiene* yang ekstra (Margatan, 1992, hlm.20).

Hygiene menstruasi merupakan komponen *hygiene* perorangan yang memegang peran penting dalam menentukan status kesehatan, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi. Oleh karena itu pada saat menstruasi seharusnya perempuan benar-benar dapat menjaga kebersihan organ reproduksi secara “ekstra” terutama pada bagian vagina, karena apabila tidak dijaga kebersihannya, akan menimbulkan mikroorganisme seperti bakteri, jamur dan virus yang berlebih sehingga dapat mengganggu fungsi organ reproduksi (Indriastuti, 2009, hlm.3).

Perilaku higienis merupakan tema penting yang perlu ditelaah secara mendalam. Hal ini karena berdasarkan kajian teoritis yang ada salah satu upaya mengurangi gangguan pada saat menstruasi yaitu membiasakan diri dengan perilaku higienis. Namun demikian perilaku higienis pada saat menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, tetapi merupakan sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif suatu perilaku yang terkait dengan keadaan menstruasi (Indriastuti, 2009, hlm.6).

Salah satu perilaku yang sangat ditekankan bagi perempuan yang tengah mengalami menstruasi adalah pemeliharaan kebersihan diri. Untuk menjaga kebersihan dan kesehatan, idealnya penggunaan pembalut selama menstruasi harus diganti secara teratur 2 sampai 3 kali sehari atau setiap 4 jam sekali, apalagi jika sedang banyak-banyaknya. Setelah mandi atau buang air, vagina harus dikeringkan dengan tisu atau handuk agar tidak lembab. Selain itu pemakaian celana dalam hendaknya bahan yang terbuat dari yang mudah menyerap keringat. Sedangkan Menurut Solita (1993), higienis adalah pengetahuan, sikap dan tindakan proaktif untuk memelihara dan mencegah resiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit (Indriastuti, 2009, hlm.3-4).

Hygiene menstruasi kemungkinan besar dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Sebagian besar dari masyarakat di Indonesia mempercayai mitos-mitos saat menstruasi. Minimnya pengetahuan dan wawasan masyarakat menjadikan mereka berpola pikir yang mengada-ada, yang kemudian berkembang menjadi mitos. Meskipun secara medis, mitos yang

berkembang tersebut tidak alamiah, kenyataannya banyak masyarakat yang masih percaya dengan berita yang mengada-ada tersebut (Andira, 2010, hlm.41).

Perilaku lain yang kurang dari perawatan *hygiene* menstruasi adalah malas mengganti pembalut. Beberapa penyakit yang mudah hinggap pada wanita adalah terjangkitnya infeksi jamur dan bakteri. Kondisi tersebut biasanya terjadi pada saat wanita dalam masa menstruasi. Salah satu penyebabnya yaitu bakteri yang berkembang pada pembalut (Andira, 2010, hlm.49).

Salah satu fenomena perilaku higienis remaja pada saat menstruasi masih rendah, diperlihatkan oleh penelitian Widyantoro (Mohammad, 1998) mengenai higienitas menstruasi pada perempuan pengunjung rumah sakit di Subang dan Tangerang (N=305) mengungkapkan bahwa sebagian besar (77.5% di Tangerang dan 68.3% di Subang) mempunyai status higienitas menstruasi yang buruk. Dalam hal higienitas individu, masih terdapat responden yang salah dalam mencuci alat kelaminnya yaitu dari arah belakang ke depan (20.1% pada hari biasa dan 19.8% pada saat menstruasi).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rahmatika (2010) menunjukkan bahwa pengetahuan responden tergolong baik sebesar (77%), sikap baik (85,1%), dan tindakan terbesar (54%) yaitu sedang. Dari analisa multivariat ditemukan ada pengaruh pengetahuan tentang *personal hygiene* menstruasi terhadap tindakan *personal hygiene* remaja putri pada saat menstruasi ($p=0,022$), dan ada pengaruh sikap tentang *personal hygiene* menstruasi terhadap tindakan *personal hygiene* remaja putri pada

saat menstruasi ($p=0,021$). Sikap tentang *personal hygiene* menstruasi paling berpengaruh terhadap tindakan remaja putri pada saat menstruasi di SMK Negeri 8 Medan ($p=0,021$).

Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wati (2006) di SMP Negeri 3 Gamping Sleman Yogyakarta menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswi remaja putri pada saat *pre test* ada 30 responden (78,9%) yang berpengetahuan tinggi dan ada 8 responden (21,1%) berpengetahuan sedang tentang *hygiene* saat menstruasi dan terjadi peningkatan yang signifikan pada saat *post test* ada 37 responden (97,4%) berpengetahuan tinggi tentang *hygiene* saat menstruasi dan hanya 1 responden (2,6%) berpengetahuan sedang tentang *hygiene* saat menstruasi. Ditemukan adanya perbedaan yang bermakna antara nilai *pre test* dan *post test* dengan nilai $p=0,020$.

Dalam penelitian ini, peneliti mengambil tempat di SMP Negeri 4 karena pengetahuan siswi tentang menstruasi masih sangat jarang dan mereka masih mempercayai mitos-mitos seputar menstruasi, sebagai contoh adalah mereka percaya bahwa tidak boleh keramas pada saat menstruasi. Padahal keramas merupakan suatu tindakan menjaga kebersihan pada saat menstruasi. Dalam pelajaran Bimbingan Konseling juga tidak pernah membahas tentang cara menjaga kebersihan menstruasi. Siswi di SMP Negeri 4 hanya mendapat pelajaran tentang reproduksi di kelas 2 dan dimasukkan dalam mata pelajaran biologi, tetapi pelajaran tersebut tidak membahas secara detail tentang bagaimana cara merawat organewanitaan saat menstruasi. Maka dari itu, peneliti berminat melakukan penelitian di SMP Negeri 4 Semarang agar pengetahuan para siswi

tentang *hygiene* saat menstruasi dapat meningkat. Sebelumnya belum pernah ada yang melakukan penelitian tentang *hygiene* saat menstruasi yang dilakukan di SMP Negeri 4 Semarang.

Tujuan penelitian ini adalah Menganalisa pengaruh pendidikan kesehatan tentang *hygiene* saat menstruasi terhadap pengetahuan dan keterampilan remaja putri dalam merawat perineum saat menstruasi di SMP Negeri 4 Semarang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk penelitian *Eksperimental Design* dengan menggunakan Rancangan *Pretest-Posttest Control Group Design*. Dalam penelitian ini, peneliti membagi dua kelompok secara random. Sebelum diberikan perlakuan terhadap objek penelitian dilakukan pengamatan terhadap kedua kelompok tersebut. Setelah itu kelompok yang satu diberikan perlakuan, sedangkan yang lain tidak diberikan perlakuan. Setelah waktu tertentu kembali, kedua kelompok tersebut diukur atau diobservasi (Hermawanto, 2010, hlm.52-53).

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi kelas 2 SMP Negeri 4 Semarang tahun ajaran 2011/2012 dengan jumlah keseluruhan 253 orang.

Dalam melakukan pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan alat ukur kuesioner, yang artinya alat ukur dengan memberikan kuesioner kepada subyek dengan beberapa pertanyaan (Hidayat, 2003, hlm.53). Kuesioner yang digunakan terdiri dari tiga pokok pernyataan yang dimana jawabannya sudah disediakan oleh peneliti yaitu :

1. Karakteristik responden.

2. Kuesioner mengenai tingkat pengetahuan tentang *hygiene* perineum saat menstruasi terdiri 30 pernyataan.
3. Kuesioner mengenai keterampilan tentang *hygiene* perineum saat menstruasi terdiri 30 pernyataan.

Analisa yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi variabel yang diteliti yaitu usia, tingkat pengetahuan dan tingkat keterampilan. Dalam penelitian ini, analisis univariat akan dilakukan dengan mencari nilai terendah (min), nilai tertinggi (max), rata-rata (mean), dan simpangan baku (median) pre test dan post test terhadap setiap variabel dari hasil penelitian di SMP Negeri 4 Semarang.

Analisa Bivariat dilakukan dengan Uji Beda Sampel Berpasangan (*Paired Sample T-test*) dengan nilai probabilitas \leq dari taraf signifikan 5%. Analisis yang dilakukan untuk melihat hubungan 2 variabel yang meliputi variabel bebas (pendidikan kesehatan tentang *hygiene* saat menstruasi) dan variabel terikat (pengetahuan dan keterampilan remaja putri dalam merawat perineum saat menstruasi).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Usia Responden

Tabel 1
Distribusi Siswi Berdasarkan Usia di SMP Negeri 4 Semarang
Januari 2012

No	Usia	Kelompok Perlakuan		Kelompok Kontrol	
		Frek	(%)	Frek	(%)
1.	12 tahun	0	0	0	0
2.	13 tahun	11	68,8	11	68,8

3.	14 tahun	5	31,3	5	31,3
Total		16	100,0	16	100,0

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran karakteristik responden bahwa usia tertinggi yang sudah mengalami menstruasi adalah usia 13 tahun untuk kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, masing - masing sebanyak 11 responden (68.8 %). Hal ini sesuai teori bahwa kebanyakan gadis mendapatkan haidnya yang pertama (*menarche*) antara usia 11-16 tahun. Ini berarti bahwa mereka telah cukup umur untuk hamil. Haid yang normal terjadi \pm 28 hari dan berlangsung selama 3-6 hari (Werner, 2010, hlm.331).

2. Karakteristik Tingkat Pengetahuan Responden Pada Kelompok Perlakuan

Tabel 2
Distribusi Siswi Berdasarkan Pengetahuan pada Kelompok Perlakuan di SMP Negeri 4 Semarang Januari 2012

No	Pengetahuan	Pre test		Post test	
		Frek	(%)	Frek	(%)
1.	Baik	3	18,8	16	100,0
2.	Cukup	12	75,0	0	0
3.	Kurang	1	6,3	0	0
Total		16	100,0	16	100,0

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pada kelompok perlakuan, pengetahuan siswi saat melakukan pre test, mayoritas terdapat pada kategori cukup (75%) dan setelah mengikuti pendidikan kesehatan dan dilakukan post test, pengetahuan siswi 100% termasuk pada kategori baik.

Hal ini dikarenakan pada kedua kelompok saat pre test sama-sama belum mengetahui dan mengerti tentang cara perawatan alat kelamin saat menstruasi, tetapi setelah

diberikan pendidikan kesehatan (hanya kelompok intervensi) dengan model ceramah dan tanya jawab serta post test, siswi-siswi lebih mengerti dan mengetahui bagaimana cara merawat alat kelamin. Tetapi pada kelompok kontrol juga mengalami perbedaan saat post test walaupun tidak signifikan. Karena kelebihan metode ceramah adalah dapat diterima oleh sasaran yang tidak dapat membaca dan menulis serta penyuluh dapat menjelaskan dengan menekankan bagian yang penting.

Teori menurut Roger (2000, hlm.127-128) dalam domain kognitif pengetahuan salah satunya adalah "tahu". Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kedalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang diterima. Oleh sebab itu "tahu" ini adalah merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain: menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan, dan sebagainya.

3. Karakteristik Tingkat Pengetahuan Responden Pada Kelompok Kontrol

Tabel 3
Distribusi Siswi Berdasarkan Pengetahuan pada Kelompok Kontrol di SMP Negeri 4 Semarang Januari 2012

No	Pengetahuan	Pre test		Post test	
		Frek	(%)	Frek	(%)
1.	Baik	1	6,3	1	6,3
2.	Cukup	11	68,8	13	81,3
3.	Kurang	4	25,0	2	12,5
Total		16	100,0	16	100,0

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pada kelompok kontrol (tidak diberikan pendidikan kesehatan) saat *pre test*, mayoritas terdapat pada kategori cukup (68,8%) dan pada saat *post test* juga terdapat pada kategori cukup (81,3%) dan tidak mengalami perbedaan yang signifikan.

Hal ini dikarenakan pada kedua kelompok saat *pre test* sama-sama belum mengetahui dan mengerti tentang cara perawatan alat kelamin saat menstruasi, tetapi setelah diberikan pendidikan kesehatan (hanya kelompok intervensi) dengan model ceramah dan tanya jawab serta *post test*, siswi-siswi lebih mengerti dan mengetahui bagaimana cara merawat alat kelamin. Tetapi pada kelompok kontrol juga mengalami perbedaan saat *post test* walaupun tidak signifikan. Karena kelebihan metode ceramah adalah dapat diterima oleh sasaran yang tidak dapat membaca dan menulis serta penyuluh dapat menjelaskan dengan menekankan bagian yang penting.

Hal ini dikuatkan oleh teori menurut Notoatmodjo (2000, hlm.127-128) yaitu sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang.

4. Karakteristik Tingkat Keterampilan Responden Pada Kelompok Perlakuan

Tabel 4
Distribusi Siswi Berdasarkan Keterampilan pada Kelompok Perlakuan di SMP Negeri 4 Semarang Januari 2012

No.	Keterampilan	Pre test		Post test	
		Frek	(%)	Frek	(%)
1.	Baik	0	0	16	100,0

2.	Cukup	14	87,5	0	0
3.	Kurang	2	12,5	0	0
Total		16	100,0	16	100,0

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pada kelompok perlakuan, keterampilan siswi saat melakukan *pre test*, mayoritas terdapat pada kategori cukup (87,5%) dan setelah mengikuti pendidikan kesehatan dan dilakukan *post test*, pengetahuan siswi 100% termasuk pada kategori baik.

Hal ini hampir sama dengan tingkat pengetahuan, dikarenakan pada kedua kelompok saat *pre test* sama-sama belum mengetahui dan mengerti tentang cara perawatan alat kelamin saat menstruasi, tetapi setelah diberikan pendidikan kesehatan (hanya kelompok intervensi) dengan model ceramah, peragaan cara membersihkan alat kelamin menggunakan boneka (phantom) dan tanya jawab serta *post test*, siswi-siswi lebih mengerti dan mengetahui bagaimana cara merawat alat kelamin. Tetapi pada kelompok kontrol juga mengalami perbedaan saat *post test* walaupun tidak signifikan.

Hal ini dikuatkan dengan teori menurut Notoatmodjo (2010, hlm.90-91) yang menyatakan bahwa perubahan perilaku kesehatan melalui cara pendidikan atau promosi kesehatan ini diawali dengan cara pemberian informasi-informasi kesehatan. Dengan memberikan informasi-informasi tentang cara-cara mencapai hidup sehat, cara pemeliharaan kesehatan, cara menghindari penyakit, dan sebagainya akan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hal tersebut. Selanjutnya dengan pengetahuan-pengetahuan itu akan menimbulkan kesadaran mereka, dan akhirnya akan menyebabkan orang berperilaku sesuai

dengan pengetahuan yang dimilikinya itu. Hasil atau perubahan perilaku dengan cara ini memakan waktu lama, tetapi perubahan yang dicapai akan bersifat langgeng karena disadari oleh kesadaran mereka sendiri (bukan karena paksaan).

5. Karakteristik Tingkat Keterampilan Responden Pada Kelompok Kontrol

Tabel 5
Distribusi Siswi Berdasarkan Keterampilan pada Kelompok Kontrol di SMP Negeri 4 Semarang Januari 2012

No	Keterampilan	Pre test		Post test	
		Frek	(%)	Frek	(%)
1.	Baik	0	0	0	0
2.	Cukup	9	56,3	13	81,3
3.	Kurang	7	43,8	3	18,8
Total		16	100,0	16	100,0

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pada kelompok kontrol (tidak diberikan pendidikan kesehatan) saat *pre test*, mayoritas terdapat pada kategori cukup (56,3%) dan pada saat *post test* juga terdapat pada kategori cukup (81,3%) dan tidak mengalami perbedaan yang signifikan.

Hal ini hampir sama dengan tingkat pengetahuan, dikarenakan pada kedua kelompok saat *pre test* sama-sama belum mengetahui dan mengerti tentang cara perawatan alat kelamin saat menstruasi, tetapi setelah diberikan pendidikan kesehatan (hanya kelompok intervensi) dengan model ceramah, peragaan cara membersihkan alat kelamin menggunakan boneka (phantom) dan tanya jawab serta *post test*, siswi-siswi lebih mengerti dan mengetahui bagaimana cara merawat alat kelamin. Tetapi pada kelompok kontrol juga mengalami perbedaan saat *post test* walaupun tidak signifikan.

Teori menurut Roger (2000, hlm.127-128) dalam domain kognitif, salah satunya adalah aplikasi. Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi riil (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

6. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hygiene Saat Menstruasi Terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Remaja Putri Dalam Merawat Perineum Saat Menstruasi.

Tabel 6
Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hygiene Saat Menstruasi Terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Remaja Putri Dalam Merawat Perineum Saat Menstruasi di SMP Negeri 4 Semarang Januari 2012

Variabel	t	p
Pengetahuan pre test dan post test	9,888	0,000
Keterampilan pre test dan post test	12,757	0,000

Hasil analisis pada Pengaruh pendidikan kesehatan tentang hygiene saat menstruasi terhadap pengetahuan remaja putri dalam merawat perineum saat menstruasi adalah nilai $t = 9,888$ dan nilai $p = 0,000$ yang berarti \leq taraf signifikan 5% atau 0,05, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan, sehingga terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang hygiene saat menstruasi terhadap pengetahuan remaja putri dalam merawat perineum saat menstruasi.

Sedangkan hasil analisis pada Pengaruh pendidikan kesehatan tentang hygiene saat menstruasi

terhadap keterampilan remaja putri dalam merawat perineum saat menstruasi adalah nilai $t = 12,757$ dan nilai $p = 0,000$ yang berarti \leq taraf signifikan 5% atau 0,05, maka tergolong terdapat perbedaan yang signifikan antara keterampilan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan, sehingga terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang hygiene saat menstruasi terhadap keterampilan remaja putri dalam merawat perineum saat menstruasi.

Hal ini dikarenakan pada saat *pre test*, para siswi belum mengetahui ilmu tentang cara perawatan alat kelamin saat menstruasi. Tetapi setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dan tanya jawab, para siswi sangat antusias untuk mengetahui bagaimana cara merawat alat kelamin saat menstruasi. Dan setelah dilakukan *post test*, pengetahuan para siswi mengalami peningkatan dan hal tersebut menggambarkan bahwa metode ceramah dan tanya jawab serta materi yang disampaikan tersebut berhasil diterima dan dipahami oleh para siswi, sehingga dapat mengubah perilaku para siswi dalam melakukan keterampilan yang benar.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pengetahuan remaja putri dalam merawat perineum saat menstruasi sebelum pendidikan kesehatan mayoritas terdapat pada kategori cukup (75%) dan sesudah pendidikan kesehatan, pengetahuan siswi 100% termasuk pada kategori baik, maka hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pengaruh pendidikan kesehatan tentang hygiene saat menstruasi

berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan remaja putri dalam merawat perineum saat menstruasi.

Sedangkan keterampilan remaja putri dalam merawat perineum saat menstruasi sebelum pendidikan kesehatan mayoritas terdapat pada kategori cukup (87,5%) dan sesudah pendidikan kesehatan, pengetahuan siswi 100% termasuk pada kategori baik, maka hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pengaruh pendidikan kesehatan tentang hygiene saat menstruasi berpengaruh signifikan terhadap keterampilan remaja putri dalam merawat perineum saat menstruasi.

SARAN

Setelah peneliti menyimpulkan hasil penelitian ini, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Diharapkan guru BK bisa lebih memberi informasi mengenai kesehatan reproduksi remaja dan memasukkan materi cara perawatan alat kelamin kedalam mata ajar bimbingan konseling agar para siswi bisa lebih memahami bagaimana cara perawatan alat kelamin, karena pada masa remaja seperti ini para siswi sangat antusias untuk mengetahui informasi tentang bagaimana cara merawat alat kelamin.
2. Diharapkan para siswi lebih mengerti informasi yang telah diberikan dan mengaplikasikannya kedalam aktivitas sehari-hari, karena hal tersebut dapat mengurangi tingkat infeksi alat kelamin pada perempuan.

Perlu penelitian lebih lanjut tentang pengaruh pendidikan kesehatan tentang hygiene saat menstruasi terhadap pengetahuan dan

keterampilan remaja putri dalam merawat perineum saat menstruasi di tahun berikutnya, apakah masih ada pengaruh atau tidak ada, mengingat adanya kekurangan-kekurangan yang terdapat dalam penelitian ini yang meliputi keterbatasan dalam berbagai informasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahira, Anne. (2010). *Mengenal menstruasi dan gejalanya*. <http://www.anneahira.com/perempuan/menstruasi.htm>, diperoleh tanggal 24 mei 2011.
- Andira, Dita. (2010). *Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta : A⁺Plus Books.
- Anonim. (2010). *Cara merawat alat genital*. <http://www.menstruasi.com/node/39>, diperoleh tanggal 25 mei 2011.
- Bahiyatun. (2010). *Buku ajar bidan : Psikologi ibu dan anak*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Chandra, Budiman. (2008). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Hermawanto, Hery. (2010). *Menyiapkan karya tulis ilmiah. : Panduan untuk menyusun karya tulis ilmiah di bidang kesehatan*. Jakarta : TIM.
- Hidayat, A. Aziz Alimul. (2003). *Riset keperawatan dan teknik penulisan ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat, A. Aziz Alimul. (2007). *Riset keperawatan dan teknik penulisan ilmiah, ed 2*. Jakarta: Salemba Medika.
- Indriastuti, Dian Putri. (2009). *Hubungan antara pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku higienis remaja putri pada saat menstruasi*.3-8.
- Ipenk. (2010). *Penemu dan sejarah pembalut wanita*. <http://www.dunia-unik.com/2010/08/penemu-dan-sejarah-pembalut-wanita.html>, diperoleh tanggal 24 mei 2011.
- Junaidi. (2008). *Memahami skala-skala pengukuran*. http://putrohari.tripod.com/mengukur_pencapaian.htm, diperoleh tanggal 24 mei 2011.
- Khomsan, A. (2000). *Teknik Pengukuran Gizi*. Bogor. Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumber Daya Keluarga, Fakultas Pertanian, IPB.
- Larasati, Yuenda Vicky. (2010). *Measuring classroom achievement by Frederick G. Brown*. http://putrohari.tripod.com/mengukur_pencapaian.htm, diperoleh tanggal 24 mei 2011.
- Mansur, Herawati. (2009). *Psikologi ibu dan anak untuk kebidanan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Manuaba, Ida Bagus Gde. (1999). *Memahami kesehatan reproduksi wanita*. Jakarta : Arcan.
- Margatan, Arcole. (1992). *Apa Yang Harus Anda Katakan Pada Putera Puteri Anda Tentang Menstruasi*. Solo : CV Aneka.

- Mubarak, Wahit Iqbal. (2011). *Promosi kesehatan untuk kebidanan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2003). *Ilmu Kesehatan Masyarakat : Prinsip-prinsip Dasar*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2005). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Ilmu perilaku kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Pieter, Herri Zan ; Lubis, Namora Lumongga. (2010). *Pengantar psikologi dalam keperawatan*. Jakarta : Kencana.
- Sallika. (2010). *Serba serbi kesehatan perempuan : apa yang perlu kamu tahu tentang tubuhmu*. Jakarta : Bukune.
- Sarimpi. (2011). *Waspada penyebab alergi pembalut wanita*. <http://www.anak-ibu.com/panduan/waspada-penyebab-alergi-pembalut-wanita>, diperoleh tanggal 24 mei 2011.
- Saryono. (2009). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jogjakarta : Mitra Cendikia.
- Sugiyono. (2007). *Statistika untuk penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Suyanto, & Salamah, Ummi. (2009). *Riset kebidanan : Metodologi dan Aplikasi*. Jogjakarta : Mitra Cendikia Press.
- Werner, David ; Thuman, Carol ; Maxwell, Jane. (2010). *Apa yang anda kerjakan apabila tidak ada dokter: where there is not doctor*. Yogyakarta : Essentia Medika.
- Widyastuti, Yani ; Rahmawati, Anita ; Purnamaningrum, Yuliasti Eka. (2009). *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Fitramaya.
- Yusuf, Maulana. (2010). *Uji kualitas pembalut anda*. <http://greenlite.weebly.com/>, diperoleh tanggal 25 Mei 2011.
- Zenab. (2010). *Tips merawat alat kelamin*. <http://koranbaru.com/tips-merawat-alat-kelamin/>, diperoleh tanggal 25 mei 2011.