

# **PERBEDAAN SEBELUM DAN SESUDAH PENYULUHAN KESEHATAN TERHADAP PERILAKU PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA PELAJAR PUTRI DI SMP NEGERI 14 KOTA MANADO**

*Novira Emanuela Bontong\*, Sulaemana Engkeng\*, Afnal Asrifuddin\**

*\*Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*

## **ABSTRAK**

*Penyuluhan kesehatan merupakan sarana untuk meningkatkan kemampuan masyarakat agar mendorong dirinya dalam bidang kesehatan dalam melaksanakan cara hidup sehat dan dapat berperan aktif. perilaku personal hygiene saat menstruasi pada pelajar putri di SMP Negeri 14 Manado sebelum penyuluhan di dapat hasil pengetahuan baik berjumlah 29 (76,3%) kurang baik berjumlah 9 (23,7%). Sesudah penyuluhan pengetahuan dengan jumlah baik sebanyak 37 (97,4%) kurang baik (2,6%). Sikap pelajar putri sebelum penyuluhan baik jumlah 29 (76,3%) kurang baik berjumlah 9 (23,7%). Dan hasil sikap pelajar putri sesudah penyuluhan baik berjumlah 34 (89,5%)kurang baik berjumlah 4 (10,5%). Hasil tindakan pelajar putri sebelum penyuluhan di baik dengan jumlah 17 (44,7%) tindakan kurang baik dengan jumlah 21 (55,3%). Dan hasil tindakan pelajar putri sesudah penyuluhan baik dengan jumlah 26 (68,4%) dan tindakan kurang baik berjumlah 12 (31,6%). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah penyuluhan kesehatan terhadap perilaku personal hygiene saat menstruasi.. Jenis penelitian ini menggunakan quasi eksperimen dengan pendekatan one group pretest posttest. Sampel yang diambil yaitu keseluruhan populasi yang dijadikan sebagai sampel. Analisis data dilakukan dengan pengujian statistic yaitu Uji Paired t-Test. Hasil analisis dengan menggunakan uji t sampel berpasangan di peroleh nilai t hitung pengetahuan sebelum sesudah penyuluhan 3,698 p value 0,001 , t hitung sikap sebelum sesudah penyuluhan yaitu 5,909 p value 0,000 dan hasil t hitung tindakan sebelum sesudah penyuluhan yaitu 3,857 p value 0,000. Hal ini mempunyai arti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tentang perilaku personal hygiene saat menstruasi sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan.*

***Kata kunci : penyuluhan kesehatan, perilaku personal hygiene, menstruasi***

## **ABSTRACT**

*Health education is a means to improve the ability of the society to encourage themselves in the field of health, in implementing a healthy way of life and playing an active role. Personal hygiene behavior during menstruation on female students in state junior high school 14, Manado before counseling obtained the result: good knowledge was amounted to 29 (76,3%), deficient knowledge was amounted to 9 (23,7%). After counseling, good knowledge was amounted to 37 (97,4%), deficient knowledge (2,6%). The attitude of female students before counseling: good was amounted to 29 (76,3%) deficient amounted to 9 (23,7%). And the result of female student's attitude after counseling: good was amounted to 34 (89,5%), deficient amounted to 4 (10,5%). The result of the female student's action before the counseling: good was amounted to 17 (44,7%), bad actions with the amount of 21 (55,3%). And the result of female student's action after counseling: good with the amount of 26 (68,4%) and bad action amounted to 12 (31,6%). The purpose of this research was to determine the significant differences between before and after health counseling towards personal hygiene behavior during menstruation. The type of research used was quasi experimental research with one-group pretest posttest approach. The samples taken were the entire population used as the sample. Data analysis was conducted by statistic test, namely Paired t-Test. The result of the analysis used was paired t-test, this obtained the t value of knowledge before and after counseling 3,698 p value of 0,001, t count of attitude before and after counseling was 5,909 p value of 0,000 and t count of action before and after counseling was 3,857 p value of 0,000. This indicated that there was a significant differences in the personal hygiene behavior during menstruation before and after health counseling.*

***Keywords: health counseling, personal hygiene behavior, menstruation***

## **PENDAHULUAN**

*Personal Hygiene* merupakan tindakan seseorang untuk memelihara kebersihan dan kesehatan diri untuk mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis (Tarwoto dan Wartonah, 2010). Pengetahuan dan praktik hygiene menstruasi merupakan salah satu upaya untuk mencegah dan mengontrol infeksi, mencegah kerusakan kulit, meningkatkan kenyamanan serta mempertahankan kebersihan diri (A'yun, 2014).

Organ Reproduksi sangat mudah terinfeksi ketika menstruasi karena kuman mudah masuk dan menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi (Kusmiran, 2012). Perawatan diri saat menstruasi meliputi mengganti pakaian dan celana dalam dengan teratur, mengganti pembalut setiap 3-4 jam sekali, mandi setiap hari, membasuh area genitalia setelah buang air besar atau kecil, melanjutkan aktifitas normal sehari-hari. *Personal hygiene* memelihara keseimbangan asupan nutrisi yang tepat (Nehme, 2013).

Sifat dan perilaku berisiko pada remaja tersebut memerlukan ketersediaan pelayanan kesehatan peduli remaja yang dapat memenuhi kebutuhan kesehatan remaja termasuk pelayanan untuk kesehatan reproduksi (Kemenkes RI, 2015).

Data Dinas Kesehatan Sulawesi Utara diolah dari Riset Kesehatan Dasar

2013 Kementerian Kesehatan RI, sebanyak 1.615 orang dari 780.182 perempuan kategori produktif di Sulawesi Utara, terdiagnosa kanker serviks. Dan 75% pasien dapat meninggal dunia.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis Penelitian ini menggunakan *quasi eksperimen* dengan pendekatan *one group pretest posttest* untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan sebelum dan sesudah penyuluhan kesehatan terhadap perilaku personal hygiene pada pelajar putri saat menstruasi.

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMP Negeri 14 Kota Manado, pada bulan Agustus-September 2017.

Populasi yang diambil dalam penelitian ini merupakan pelajar putri kelas IX di SMP Negeri 14 Kota Manado, dengan jumlah sebanyak 38 orang.

Instrumen penelitian yang akan dilakukan pada pengumpulan data adalah dengan menggunakan kuesioner dan analisis data dalam penelitian ini menggunakan Software SPSS versi 16, menggunakan dua analisis yaitu univariat dan bivariat. Teknik pengambilan sampel yaitu berdasarkan total populasi dengan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Kesehatan Pada Seluruh Pelajar Putri Kelas IX di SMP Negeri 14 Kota Manado

Tabel 1. Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Kesehatan Pada Pelajar Putri

Pengetahuan	Baik		Kurang Baik		Total	
	n	%	n	%	n	%
Pengetahuan Sebelum	29	76,3	9	23,7	38	100
Pengetahuan Sesudah	37	97,4	12	2,6	38	100

Berdasarkan Tabel 1. Sebelum penyuluhan pengetahuan pelajar putri di kategorikan baik sebanyak 29 (76,3%) dan di kategorikan kurang baik sebanyak 9 (23,7 %). Dan sesudah penyuluhan pengetahuan pelajar putri mengalami peningkatan dengan jumlah yang di kategorikan baik sebanyak 37 (97,4%) dan di kategorikan kurang baik 1 (2,6 %). Dengan hasil analisis bivariat pengetahuan Sebelum-Sesudah di dapat nilai *p value* 0,001.

Penyuluhan kesehatan juga harus mempunyai banyak ide pokok untuk dalam disampaikan kepada masyarakat khususnya kepada anak sekolah yang sudah paham akan kebersihan dirinya salah satu contoh adalah menjaga kesehatan reproduksi. Informasi yang diberikan mengenai kesehatan reproduksi haruslah menarik perhatian sehingga para pelajar tertarik untuk mendengar terlebih mempraktekkan setiap informasi kesehatan yang disampaikan.

Pengetahuan pelajar putri dapat mempengaruhi perilakunya, jika pengetahuan dan perilaku seseorang tersebut kurang maka akan berdampak pada kesehatan reproduksi salah satunya kurangnya menjaga *personal hygiene* saat menstruasi. Peningkatan pengetahuan tersebut berdampak positif pada perbaikan perilaku pelajar putri dalam menjaga alat kesehatan reproduksinya.

Penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Nannyk Widyaningrum dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Tentang *Personal Hygiene* Terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi di MTS Negeri Gubuk Rubuh Gunung Kidul Yogyakarta 2015” Distribusi responden dengan perilaku *personal hygiene* sebelum dilakukan penyuluhan di dapatkan mayoritas perilaku baik yaitu 83,33% dan perilaku *personal hygiene* pada responden setelah dilakukan penyuluhan di dapatkan mayoritas perilaku responden baik 94,44% dengan nilai *p value* 0,001,

dengan ini dapat di lihat adanya perbedaan dan pengaruh penyuluhan

sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.

### Sikap Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Pada Seluruh Pelajar Putri Kelas IX di SMP Negeri 14 Kota Manado

Tabel 2. Sikap Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Kesehatan Pada Pelajar Putri

Sikap	Baik		Kurang Baik		Total	
	n	%	n	%	n	%
Sikap Sebelum	29	76,3	9	23,7	38	100
Sikap Sesudah	34	89,5	4	10,5	38	100

sikap pelajar putri sebelum penyuluhan di kategorikan baik dengan jumlah 29 (76,3%) dan di kategorikan kurang baik berjumlah 9 (23,7). Dan hasil sikap pelajar putri sesudah penyuluhan mengalami peningkatan dengan kategori baik berjumlah 34 (89,5) dan di kategorikan kurang baik berjumlah 4 (10,5). dengan hasil analisis bivariat sikap Sebelum-Sesudah di dapat nilai *p value* 0,000. Penelitian yang dilakukan oleh Fitri Dwi Eskawati dengan judul “Pengaruh Penyuluhan Tentang Personal Hygiene Terhadap Sikap Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Kelas X SMK PGRI Bagelen Purworejo Jawa Tengah Tahun 2010”. Distribusi responden dengan sikap *personal hygiene* sebelum dilakukan penyuluhan diperoleh hasil kategori sikap baik 0 (0%), cukup 12 (46,15%) dan kurang baik 14 (53,85%). Dan sikap *personal hygiene* setelah dilakukan penyuluhan di peroleh hasil

kategori sikap baik 26 (100%), cukup 0(0%) dan kurang baik 0 (0%) dengan hasil *p value* 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa adanya pendidikan kesehatan secara langsung sangat berpengaruh pada sikap *hygiene* saat menstruasi sesuai dengan pendapat (Notoatmodjo, 2007). Hal ini juga sesuai dengan yang di kemukakan oleh Handayani (2013), menyebutkan bahwa penyuluhan kesehatan tentang menjaga kesehatan reproduksi dari petugas kesehatan sangat penting di lakukan, apalagi dalam setiap individu memiliki tingkat daya tangkap yang berbeda-beda. Sehingga pendidikan kesehatan dalam hal ini dengan penyuluhan sangat diperlukan untuk menanamkan nilai-nilai kesehatan dalam diri seseorang

**Tindakan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Pada Seluruh Pelajar Putri Kelas IX di SMP Negeri 14 Kota Manado.**

Tabel 3. Tindakan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Kesehatan Pada Pelajar Putri.

Tindakan	Baik		Kurang Baik		Total	
	n	%	n	%	n	%
Tindakan Sebelum	17	44,7	21	55,3	38	100
Tindakan Sesudah	26	68,4	12	31,6	38	100

Tindakan pelajar putri sebelum penyuluhan di kategorikan baik dengan jumlah 17 (44,7 %) dan tindakan yang di kategorikan kurang baik dengan jumlah 21 (55,3 %). Dan hasil tindakan pelajar putri sesudah penyuluhan mengalami peningkatan yang dikategorikan baik dengan jumlah 26 (68,4 %) dan tindakan yang di kategorikan kurang baik berjumlah 12 (31,6 %). dengan hasil dari tindakan sebelum dan sesudah penyuluhan dengan hasil *p value* 0,000. Perilaku remaja putri terhadap pandangan mengenai *personal hygiene* saat menstruasi, meliputi bagaimana cara para pelajar putri dalam menjaga organ kesehatan reproduksi secara khusus ketika mengalami menstruasi untuk menciptakan perilaku dan pola hidup yang sehat. Perilaku kesehatan merupakan segala bentuk interaksi individu dengan lingkungannya, khususnya yang menyangkut tentang sikap yang berhubungan dengan kesehatan (Notoatmodjo, 2011). Beberapa penyakit yang mudah muncul

pada wanita adalah bakteri. Kondisi tersebut biasanya terjadi pada saat wanita dalam masa menstruasi, salah satu penyebab yaitu bakteri yang berkembang pada pembalut (Andira, 2010).

**KESIMPULAN**

1. Sebelum dilakukan penyuluhan, sebagian besar pelajar putri di SMP Negeri 14 Manado mempunyai pengetahuan dalam kategori baik 76,3 % dan kategori kurang baik 23,7 % . sedangkan sesudah dilakukan penyuluhan kategori baik 97,4 % dan kategori kurang baik 2,6 % .
2. Sebelum dilakukan penyuluhan, sebagian besar pelajar putri di SMP Negeri 14 Manado mempunyai sikap dalam kategori baik 76,3 % dan kategori kurang baik 23,7 % . sedangkan sesudah dilakukan penyuluhan kategori baik 89,5 % dan kategori kurang baik 10,5 % .
3. Sebelum dilakukan penyuluhan, sebagian besar pelajar putri di SMP Negeri 14 Manado mempunyai

tindakan dalam kategori baik 44,7% dan kategori kurang baik 55,3% . sedangkan sesudah dilakukan penyuluhan kategori baik 68,4% dan kategori kurang baik 31,6%.

### **Saran**

1. Pihak Sekolah  
Sekolah kiranya dapat memberikan materi atau informasi mengenai kesehatan reproduksi khususnya pada pelajar putri yang sudah mengalami menstruasi agar *personal hygiene* dapat di jaga setiap saat dan menjadi bagian dari terbentuknya cara hidup sehat.
2. Pihak Pihak pelajar putri di SMP Negeri 14 Manado  
Pelajar putri harus lebih menambah lagi pengetahuan, informasi dan penerapan secara umum dalam mengetahui atau mempraktekkan *personal hygiene* saat menstruasi, sehingga dapat terhindar dari berbagai penyakit kesehatan khususnya pada alat reproduksi.
3. Peneliti selanjutnya.  
Penelitian sekarang yang di lakukan kiranya dapat menjadi pembanding pada penelitian selanjutnya.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Afianty Y. Pratiwi A. 2016. Seksualitas dan Kesehatan Reproduksi Perempuan. Jakarta. PT Rajagrafindo Persada.

Arikunto. 2010. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta : Aneka Cipta.

A'yun, 2014. Hubungan Antara Pengetahuan dan Perilaku tentang Vulva Higiene dengan Kejadian Pruritus Vulvae Saat Menstruasi pada Pelajar Putri SMA Negeri 1 Kartasura. Artikel Publikasi Ilmiah UMS.

Fidyawati.2012. Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri SMPN 01 Seyegan Seleman Yogyakarta. Skripsi Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Yogyakarta

Fufut Tri Nur Indah.2012.Kejadian Pruritus Vulvae saat Menstruasi pada Remaja Putri (Studi pada Siswi SMA 1 Ngimbang Kabupaten Lamongan).Universitas Airlangga

Isro'in L. Andarmoyo S. 2012 Personal Hygiene, Konsep, Proses dan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan. Yogyakarta. Graha Ilmu

Notoatmodjo S. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta. PT Rineka Cipta

Permatasari. M.W., Mulyono. B., Istiana. S.2012. Hubungan Tingkat PengetahuanRemaja Putri Tentang Personal Hygiene dengan

- Tindakan Pencegahan Keputihan Di SMA Negeri 9 Semarang. Skripsi keperawatan dan kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Rahman, Nita. 2014. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi di SMP Muhammadiyah 5 Yogyakarta Tahun 2014. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Yogyakarta. Skripsi
- Permatasari. M.W., Mulyono. B., Istiana. S. 2012. Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene dengan Tindakan Pencegahan Keputihan Di SMA Negeri 9 Semarang. Skripsi keperawatan dan kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Tarwoto& Wartonah.2010.Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan. Edisi 4. Jakarta: Salemba Medika.