

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU
PERSONAL HYGIENE PADA SAAT MENSTRUASI
DI KELAS XI SMA NEGERI 1 KEMBANG
TANJONG KABUPATEN PIDIE**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan

Oleh :

**UMMI SALAMAH
NIM. 22040031**



**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MEDIKA NURUL ISLAM
2023**

LEMBAR ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : UMMI SALAMAH

Nim : 22040031

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk dalam Penelitian skripsi ini saya nyatakan dengan benar telah sesuai dengan kaidah-kaidah Penelitian ilmiah.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan di pertanggung jawabkan.

Sigli, 15 Januari 2024
Yang membuat pernyataan



(Ummi Salamah)

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Dengan Judul :

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU *PERSONAL*
HYGIENE PADA SAAT MENSTRUASI DI KELAS XI SMA
NEGERI 1 KEMBANG TANJONG KABUPATEN PIDIE**

Oleh :

**UMMI SALAMAH
NIM. 22040031**

Telah Disetujui Untuk Dipertahankan Di hadapan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Medika Nurul Islam

Sigli, 16 Januari 2024

Pembimbing

Jeny Riska Vatica., S.Tr.Keb., M.K.M

Mengetahui,
Ketua Jurusan Kebidanan
STIKes Medika Nurul Islam

Bd. Yuliana., M.Keb., AIFO

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul :

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU *PERSONAL*
HYGIENE PADA SAAT MENSTRUASI DI KELAS XI SMA
NEGERI 1 KEMBANG TANJONG KABUPATEN PIDIE**

Oleh

**UMMI SALAMAH
NIM. 22040031**

Telah Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Medika Nurul Islam

Sigli, 19 Januari 2024

Mengesahkan

Penguji I	: Cut Rosnawati., M.Keb	1.
Penguji II	: Ns. Safrullah., M.Kep	2.
Pembimbing	: Jeny Riska Vatica., S.Tr.Keb., M.K.M	3.

Mengetahui,
Ketua
STIKes Medika Nurul Islam

Ketua
Jurusan Kebidanan
STIKes Medika Nurul Islam

Ns. Tuti Sahara., S.Kep., M.Kep
NIDN. 1303088901

Bd. Yuliana., M.Keb., AIFO
NIDN. 1301108901

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
MEDIKA NURUL ISLAM
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**

SKRIPSI

16 Januari 2024

XIII + 6 BAB + 56 Halaman + 4 Tabel + 2 Skema + 10 Lampiran

UMMI SALAMAH

NIM. 22040031

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU *PERSONAL HYGIENE*
PADA SAAT MENSTRUASI DI KELAS XI SMA NEGERI 1 KEMBANG
TANJONG KABUPATEN PIDIE**

ABSTRAK

Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) sebagai upaya pengelolaan kebersihan diri dan kesehatan pada remaja putri selama menstruasi. Upaya tersebut meliputi upaya menjaga kesehatan dan kebersihan diri, terutama pada organ reproduksi. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi di kelas XI SMA Negeri 1 Kembang Tanjong. Jenis penelitian bersifat analitik dengan desain *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri SMA Negeri 1 Kembang Tanjong Di Kelas XI yaitu berjumlah 46 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas responden dengan pengetahuan kurang yaitu sebanyak 23 orang (50%), mayoritas responden dengan perilaku *personal hygiene* cukup yaitu sebanyak 21 orang (45,7 %). Hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *P-Value* 0,026 ($P \leq 0,05$). Kesimpulan dalam penelitian ini ada hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi. Saran dalam penelitian ini diharapkan para guru agar dapat mendorong siswa untuk dapat menjaga *personal hygiene* terutama pada saat menstruasi.

Kata Kunci : Pengetahuan, Perilaku *Personal Hygiene*.
Daftar Bacaan : 11 buku + 13 jurnal ilmiah (2014-2022)

**INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE
NURUL ISLAMIC MEDICINE
GRADUATE MIDWIFERY STUDY PROGRAM**

THESIS

January 16, 2024

XIII + 6 CHAPTERS + 56 Pages + 4 Tables + 2 Schemes + 10 Appendices

UMMI SALAMAH

NIM. 22040031

**THE RELATIONSHIP OF KNOWLEDGE AND PERSONAL HYGIENE
BEHAVIOR DURING MENSTRUATION IN CLASS XI OF SMA NEGERI 1
KEMBANG TANJONG PIDIE DISTRICT**

ABSTRACT

Menstrual Hygiene Management (MKM) as an effort to manage personal hygiene and health in adolescent girls during menstruation. These efforts include efforts to maintain personal health and hygiene, especially regarding the reproductive organs. The aim of this research is to determine the relationship between knowledge and personal hygiene behavior during menstruation in class XI of SMA Negeri 1 Kembang Tanjong. This type of research is analytical with a cross-sectional design. The population in this study were all young women at SMA Negeri 1 Kembang Tanjong in Class XI, namely 46 people. The sampling technique uses total sampling. The research results showed that the majority of respondents with insufficient knowledge were 23 people (50%), the majority of respondents with sufficient personal hygiene behavior were 21 people (45.7%). The chi-square test results obtained a P-Value of 0.026 ($P \leq 0.05$). The conclusion in this study is that there is a relationship between knowledge and personal hygiene behavior during menstruation. Suggestion: It is hoped that teachers can encourage students to maintain personal hygiene, especially during menstruation.

Keywords : Knowledge, Personal Hygiene Behavior.

Reading List : 11 books + 13 scientific journals (2014-2022)

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, peneliti mengucapkan rasa syukur atas kehadiran-Nya, yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi yang berjudul "Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi di kelas XI SMA Negeri 1 kembang tanjong Kabupaten Pidie".

Peneliti menyadari bahwa penelitian Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan baik dari segala penyusunan bahasa maupun dari segala isinya maka dari itu peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun kesempurnaan Skripsi ini untuk masa yang akan datang.

Dalam penelitian Skripsi ini banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, oleh karena itu perkenankanlah peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ns. Tuti Sahara, S.Kep., M.Kep, selaku Ketua STIKes Medika Nurul Islam Sigli.
2. Nur Asyiah Putri Helnasari., M.Keb., AIFO, selaku Ketua Jurusan Kebidanan STIKes Medika Nurul Islam Sigli.
3. Jeny Riska Vatica., S.Tr.Keb., M.K.M, selaku pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, petunjuk dan perhatian selama penyusunan Skripsi ini.
4. Cut Rosnawati., M.Keb selaku penguji I yang telah memberikan masukan dan arahan dalam penyusunan Skripsi ini.

5. Ns. Safrullah., M.Kep selaku penguji II yang telah memberikan masukan dan arahan dalam penyusunan Skripsi ini.
6. Drs. Zainullah selaku kepala sekolah SMA Negeri 1 Kembang Tanjong yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
7. Seluruh dosen dan staf pengajar di STIKes Medika Nurul Islam yang telah mendidik dan mengajarkan peneliti, sehingga peneliti dapat menjadi orang yang berguna bagi agama, nusa dan bangsa.
8. Suami dan anak yang telah memberikan semangat serta doa yang tiada hentinya serta membantu baik moril maupun materil demi terciptanya cita-cita peneliti.
9. Kepada seluruh sahabat-sahabat seangkatan yang telah memberikan dukungan kepada peneliti.
10. Kepada semua pihak yang telah membantu dalam penelitian Skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa penyusunan Skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan oleh karena itu peneliti harapkan saran dan kritik yang bersifat membangun demi menyempurnakan penyusunan Skripsi ini. Semoga Allah SWT memberikan rahmat serta hidayah-Nya kepada kita semua. Amin Ya Rabbal ‘alamin.

Sigli, Januari 2024

(Peneliti)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR ORISINALITAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACK	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR SKEMA	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 11
A. Menstruasi.....	11
B. <i>Personal Hygiene</i>	16
C. Perilaku	25
D. Remaja	27
E. Faktor Yang Berhubungan Dengan <i>Personal Hygiene</i>	32
F. Kerangka Teoritis	34
 BAB III KERANGKA KONSEP	 35
A. Kerangka Konsep	35
B. Hipotesis	36
C. Definisi Operasional	38
D. Variabel Pengukuran.....	38
 BAB IV METODE PENELITIAN	 40
A. Jenis dan Desain Penelitian	40
B. Populasi Dan Sampel	40
C. Tempat Dan Waktu Penelitian	41
D. Etika Penelitian.....	41
E. Alat Pengumpulan Data	42
F. Cara Penelitian	43
G. Pengolahan Data dan Analisa Data	45
 BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	 48
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	48
B. Hasil Penelitian	49

C. Pembahasan	51
BAB VI PENUTUP	53
A. Kesimpulan	53
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	28
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden.....	49
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Perilaku Responden.....	49
Tabel 5.7 Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku	50

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teoritis	25
Skema 3.1 Kerangka Konsep	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	1	: Jadwal Kegiatan
Lampiran	2	: Lembar Permohonan Menjadi Responden
Lampiran	3	: Lembaran Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran	4	: Lembar Kuesioner
Lampiran	5	: Master Tabel Penelitian
Lampiran	6	: Hasil SPSS
Lampiran	7	: Surat izin Survei Pendahuluan dari STIKes Medika Nurul Islam Sigli
Lampiran	8	: Surat izin Survei Pendahuluan dari SMA Negeri 1 Kembang Tanjong
Lampiran	9	: Surat izin Penelitian dari STIKes Medika Nurul Islam Sigli
Lampiran	10	: Surat izin Penelitian dari SMA Negeri 1 Kembang Tanjong

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa menstruasi terjadi perubahan-perubahan psikologis pada remaja diantaranya adalah cemas terhadap menstruasi, mudah tersinggung atau marah, perubahan pola makan, serta malas melakukan aktivitas. Keadaan tersebut cenderung menimbulkan masalah kesehatan secara umum. Salah satu diantara masalah kesehatan itu adalah ketika remaja yang sedang mengalami menstruasi mengalami malas dalam memenuhi kebutuhan kebersihan dirinya sendiri (*personal hygiene*) seperti malas ganti pembalut saat menstruasi, mandi, menjaga kebersihan kulit kepala dan rambut serta seluruh tubuh.

Menurut *World Health Organization* (WHO) di beberapa negara, remaja putri berusia 10-14 tahun mempunyai permasalahan terhadap reproduksinya. Sedangkan data statistik di Indonesia dari 43,3 juta jiwa remaja putri berusia 10-14 tahun berperilaku *hygiene* sangat buruk. (Yasnani, dkk 2016)

Data Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKKR) menyatakan bahwa secara nasional remaja yang melakukan perilaku *personal hygiene* dengan benar sebesar 21,6%. Hasil survei menunjukkan remaja yang terpapar informasi PIK-Remaja (Pusat Informasi Dan Konseling Remaja) mencapai 28%. Berarti hanya 28 dari 100 remaja yang akses dengan kegiatan informasi kesehatan reproduksi yang berkaitan dengan menstruasi.

Hasil Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017 menunjukkan dari setengah responden wanita membicarakan menstruasi sebelum *menarche* dengan teman (53%) atau dengan ibunya (41%). (Bujawati & Raodah, 2016)

Berdasarkan data yang dihimpun dari Badan Pusat Statistik dan Badan Perencanaan Pembangunan Nasional menyatakan bahwa 63 juta remaja di negara Indonesia berisiko melakukan perilaku yang tidak sehat. Misalnya kurangnya tindakan merawat kebersihan organ reproduksi ketika mengalami menstruasi. Angka insiden penyakit infeksi yang terjadi pada saluran reproduksi pada remaja (10-18 tahun), yaitu 35 sampai 42%, serta dewasa muda (18-22 tahun) sebesar 27 hingga 33%. Faktor pemicu kasus infeksi yang terjadi pada saluran reproduksi pada remaja antara lain imunitas yang rendah sejumlah 10%, perilaku yang kurang dalam merawat *hygiene* ketika menstruasi sejumlah 30%, lingkungan buruk dan tata cara dalam penggunaan pembalut yang kurang tepat ketika menstruasi sejumlah 50%. (Phytagoras KC, 2015)

Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak. Defenisi lain menurut *United Nations Population Fund* (UNFPA) menjelaskan bahwa remaja adalah kelompok penduduk yang berusia 10-24 tahun dan belum menikah. Sebagian remaja adalah mengalami kematangan organ reproduksi dan dapat berfungsi atau bereproduksi, namun secara sosial dan mental mereka belum dewasa. Remaja akan mengalami banyak masalah jika pendidikan dan pengasuhan seksualitas dan reproduksinya terabaikan. (Maryam, 2017)

Remaja masih belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fungsi fisik maupun psikisnya. Namun, yang perlu ditekankan disini

adalah bahwa fase remaja merupakan fase perkembangan yang tengah berada pada masa amat potensial, baik dilihat dari aspek kognitif, emosi maupun fisik. dan pada fase ini remaja sudah mengalami fase menstruasi. (Setiyaningrum, 2014)

Menstruasi adalah pelepasan dinding rahim (endometrium), yang di sertai dengan perdarahan dan terjadi setiap bulannya. Meskipun sedang menstruasi, tentunya seorang wanita harus tetap bersih dan sehat, untuk menghindari pembusukan dan berkembangnya jamur yang bisa menimbulkan keputihan dan sebagainya. Dampak yang terjadi apabila perilaku *personal hygiene* tersebut tidak dilakukan antara lain remaja putri tidak akan bisa memenuhi kebersihan alat reproduksinya, penampilan dan kesehatan sewaktu menstruasi juga tidak terjaga sehingga dapat terkena infeksi saluran kemih, keputihan, kanker serviks dan kesehatan reproduksi lainnya. (Sinaga, dkk 2017)

Menstruasi adalah perdarahan periodik dari rahim yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi secara berkala akibat terlepasnya lapisan endometrium uterus. Kondisi ini terjadi karena tidak ada pembuahan sel telur oleh sperma, sehingga lapisan dinding rahim (endometrium) yang sudah menebal untuk persiapan kehamilan maka siklus menstruasi akan terjadi setiap bulannya. Umumnya siklus menstruasi pada wanita yang normal adalah 28-35 hari dan lama haid antara 3-7 hari. Siklus menstruasi dikatakan tidak normal jika siklus haidnya kurang dari 21 hari dan lebih dari 40 hari. (Sinaga, dkk 2017)

Salah satu keluhan yang dirasakan pada saat menstruasi adalah rasa gatal yang disebabkan oleh jamur kandida yang akan subur tumbuhnya pada saat haid serta dapat menyebabkan keputihan yang bisa disebabkan karena pemakaian

pantyliner yang tidak berkesinambungan, dan tidak menjaga kebersihan diri saat menstruasi. (Maharani & Andryani, 2018)

Personal hygiene saat menstruasi yaitu tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada daerah kewanitaan pada saat menstruasi. Bila saat menstruasi tidak menjaga higienitas yang baik akan beresiko mengalami infeksi alat reproduksi. Hal ini disebabkan oleh peristiwa menstruasi yang mengeluarkan darah kotor pada saat menstruasi, pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terkena infeksi karena darah dan keringat keluar serta menempel pada vulva dapat menyebabkan daerah genetalia menjadi lembab jika pada saat itu tidak menjaga kebersihan genetalia dengan benar, dalam keadaan lembab, jamur dan bakteri yang berada di daerah genetalia akan tumbuh subur sehingga menyebabkan rasa gatal dan infeksi pada daerah tersebut. (Maharani & Andryani, 2018)

Kebersihan saat menstruasi berguna untuk menjaga kesehatan reproduksi remaja. Pembinaan kesehatan reproduksi remaja dilakukan untuk memberikan informasi dan pengetahuan yang berhubungan dengan perilaku hidup sehat bagi remaja, disamping mengatasi masalah yang ada. Dengan pengetahuan yang memadai dan adanya motivasi untuk menjalani masa remaja secara sehat, para remaja diharapkan mampu memelihara kesehatan dirinya agar dapat memasuki masa kehidupan keluarga dengan reproduksi yang sehat. (Astuti dan Utami, 2017)

Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) adalah upaya pengelolaan kebersihan diri dan kesehatan pada remaja putri selama menstruasi. Upaya tersebut meliputi upaya menjaga kesehatan dan kebersihan diri, terutama pada organ reproduksi agar terhindar dari perkembangbiakan bakteri dan jamur yang

dapat menimbulkan penyakit pada organ reproduksi. Beberapa contoh penyakit tersebut diantaranya gatal-gatal, vaginitis, leukorea (keputihan), candidiasis (infeksi jamur), dan penyakit lainnya. (Widarini dkk, 2023)

Kebersihan diri yang harus diperhatikan saat menstruasi yaitu mengganti pembalut setiap 4 jam sekali atau 4 sampai 5 kali dalam sehari, cuci pembalut sebelum dibuang dan pakai pembalut yang nyaman dan aman atau pembalut herbal, setelah mandi atau buang air, dan basuh vagina dari arah depan kebelakang anus, vagina dikeringkan dengan tisu atau handuk agar tidak lembab. Pemakaian celana dalam yang baik terbuat dari bahan yang mudah menyerap keringat. Akibat dari kurangnya perawatan organ eksterna (bagian luar) selama menstruasi tersebut mereka mengeluhkan gejala keputihan, infeksi seperti gatal-gatal dan perih pada area kewanitaan. (Astuti dan Utami, 2017)

Faktor yang mempengaruhi seseorang melakukan *personal hygiene* antara lain pengetahuan, faktor budaya yang berkaitan dengan mitos-mitos yang diyakini oleh remaja dalam melakukan praktik kebersihan perorangan, status sosial ekonomi yang berkaitan dengan upaya pemenuhan sarana dan prasarana dalam melakukan perawatan diri, agama, status kesehatan, kebiasaan dan cacat jasmani. (Rahman, 2014)

Perawatan remaja yang dilakukan terhadap alat *genital* seperti mencuci vagina dengan air yang tergenang di ember, memakai pembilas secara berlebihan, menggunakan celana dalam yang ketat yang tidak menyerap keringat, jarang mencuci celana dalam dan tidak sering mengganti pembalut. (Maharani & Andryani, 2018)

Pendidikan kesehatan tentang kebersihan diri saat menstruasi bagi remaja perlu dan penting untuk dilakukan mengingat masih banyak remaja yang belum mengerti sepenuhnya terkait dengan kebersihan diri saat menstruasi. Hal ini dilakukan untuk meningkatkan pemahaman remaja terkait informasi mengenai cara membersihkan organ reproduksi selama menstruasi dan pemakaian pembalut yang benar dan sehat, sehingga remaja dapat berperilaku bersih dan sehat selama menstruasi. (Widarini dkk, 2023)

Hasil penelitian Bujawati & Raodah (2016) bahwa kurang dari setengah remaja perempuan memiliki pengetahuan yang baik tentang kebersihan menstruasi, hal ini mengidentifikasi bahwa masih kurangnya pengetahuan yang memadai mengenai kebersihan menstruasi di kalangan remaja perempuan. Dengan demikian, perlu program pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan tentang kebersihan menstruasi. Tempat terbaik untuk memberikan pendidikan tentang kebersihan menstruasi untuk remaja perempuan adalah sekolah. (Bujawati & Raodah, 2016)

Berdasarkan survei awal yang dilakukan bulan Oktober 2023 pada siswi kelas X, XI, XII SMA Negeri 1 Kembang Tanjong Kabupaten Pidie. Pada siswi kelas X didapatkan jumlah siswi sebanyak 28 siswi, dari 10 orang yang diwawancarai terdapat 4 siswi yang yang tidak mengetahui cara mencuci alat kelamin dengan benar. Pada siswi kelas XI didapatkan jumlah siswi sebanyak 46 siswi, dari 10 orang yang diwawancarai terdapat 7 siswi yang yang tidak mengetahui cara mencuci alat kelamin dengan benar, dan kurang memperhatikan pembalutnya pada saat menstruasi dan pada siswi kelas XII didapatkan jumlah

siswi sebanyak 43 siswi, dari 10 orang yang diwawancarai terdapat 6 siswi yang yang tidak mengetahui cara mencuci alat kelamin dengan benar serta kurang memperhatikan pembalutnya pada saat menstruasi.

Berdasarkan data diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di kelas XI karena terdapat masalah yang paling tinggi dengan jumlah siswi sebanyak 46 siswi. Setelah melakukan wawancara pada 10 siswi, terdapat 7 siswi yang yang tidak mengetahui cara mencuci alat kelamin dengan benar, lalu ada juga diantara mereka yang kurang memperhatikan pembalutnya pada saat menstruasi, sedangkan 3 siswi lainnya sudah mengerti cara mencuci alat kelaminnya dengan baik, dan kapan saja mereka harus mengganti pembalutnya.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi Di Kelas XI SMA Negeri 1 Kembang Tanjong.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah Ada Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi Di Kelas XI SMA Negeri 1 Kembang Tanjong?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi Di Kelas XI SMA Negeri 1 Kembang Tanjong.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi kelas XI SMA Negeri 1 Kembang Tanjong.
- b. Untuk mengetahui perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi kelas XI SMA Negeri 1 Kembang Tanjong.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai pengembangan ilmu pengetahuan dan dapat dijadikan bahan kajian atau referensi perpustakaan khususnya tentang *personal hygiene*.

2. Bagi Lahan/Tempat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi bagi lokasi penelitian mengenai *personal hygiene* dan dapat dijadikan bahan masukan untuk siswi dalam perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.

3. Bagi Responden

Dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi untuk lebih mengerti dan memahami tentang pentingnya *personal hygiene* saat menstruasi.

4. Bagi Peneliti

Dapat menambah ilmu pengetahuan dan wawasan penelitian dalam pembuatan karya tulis ilmiah serta dapat mengembangkan ilmu yang sudah didapat selama perkuliahan dan menambah pengalaman untuk melakukan penelitian.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Menstruasi

1. Pengertian Menstruasi

Menstruasi adalah perdarahan yang siklik dari uterus. Panjang siklus haid ialah jarak antara tanggal mulainya haid yang lalu dan mulainya haid yang baru. Hari di mulai pendarahan dinamakan hari pertama siklus. Panjang siklus haid yang normal di anggap sebagai siklus yang klasik ialah 28 hari, tetapi variasinya cukup luas, bukan saja antara beberapa wanita yang sama. Lebih dari 90% wanita mempunyai siklus menstruasi antara 24 sampai 35 hari. (Supatmi, 2016)

Lama haid biasanya antara 3-6 hari, ada yang 1-2 hari dan diikuti darah sedikit-sedikit, dan ada yang sampai 7-8 hari. Pada setiap wanita biasanya lamanya tetap. Kurang lebih 50% darah menstruasi dikeluarkan dalam 24 jam pertama. Cairan menstruasi terdiri dari autolisis fungsional, exudat inflamasi, sel darah merah, dan enzyme proteolitik.

2. Siklus Menstruasi

Siklus menstruasi normal pada manusia dibagi menjadi dua sekmen yaitu siklus ovarium dan siklus uterus. Siklus ovarium lebih lanjut dibagi menjadi :

- a. Fase folikuler : pada fase ini terjadi umpan balik hormonal yang menyebabkan maturisasi folikel pada pertengahan siklus yang

dipersiapkan untuk ovulasi. Lama fase folikuler ini kurang lebih 10 sampai 14 hari.

- b. Fase ovulatoir : fase dalam siklus menstruasi ini ditandai oleh lenjakan sekresi LH hipofise yang memuncak saat dilepaskannya ovum yang matang melalui ovarium.
- c. Fase luteal : yaitu fase waktu dari awal ovulasi sampai awal menstruasi, dengan waktu kurang dari 14 hari.
- d. Fase menstruasi : hari pertama menstruasi yang menandai permulaan siklus berikutnya. (Supatmi, 2016)

Siklus haid berkaitan dengan pembentukan sel telur dan pembentukan endometrium. Lamanya siklus haid yang normal atau dianggap siklus haid klasik adalah 28 hari ditambah atau dikurangi 2 sampai 3. Siklus ini dapat berbeda pada wanita yang sehat dan normal. Siklus haid mulai teratur jika wanita sudah berusia 25 tahun. Siklus ini di kendalikan oleh hormone—hormone reproduksi yang dihasilkan oleh hipotalamus, hipofisis, dan ovarium. (13)

3. Fase-fase menstruasi

Setiap satu siklus menstruasi terdapat 4 fase perubahan yang terjadi dalam uterus. Fase fase ini merupakan hasil kerja sama yang sangat terkoordinasi antara *hipofisis anterior*, *ovarium*, dan *uterus*. Fase-fase menstruasi ialah :

a. Fase deskuamasi

Pada fase ini, endometrium terlepas dari dinding uterus yang disertai pendarahan dan berlangsung selama 3-4 hari

b. Fase pasca menstruasi (fase regenerasi)

Pada fase ini sudah berlangsung penyumbuan luka akibat lepasnya *endometrium*. Kondisi ini mulai sejak fase menstruasi terjadi dan berlangsung selama ± 4 hari.

c. Fase intermenstrum (fase proliferasi)

Setelah luka sembuh, terjadi penebalan pada endometrium $\pm 3,5$ mm dan fase ini berlangsung hari 5 sampai 14 dari siklus menstruasi. Fase proliferasi dibagi menjadi tiga tahap yaitu :

- 1) Fase proliferasi dini, terjadi pada hari 4- 7 yang dapat dikenali dari epitel permukaan yang tipis dan regenerasi epitel.
- 2) Fase proliferasi madya, terjadi hari 8 – 10. Fase ini merupakan bentuk transisi dan dapat dikenali dari epitel permukaan yang berbentuk torak tinggi.
- 3) Fase proliferasi akhir, berlangsung antara hari 11 -14. Fase ini dapat dikenali dari permukaan yang tidak rata dan di jumpai banyaknya mitosis.

d. Fase Premenstruasi (fase sekresi)

Fase ini berlangsung dari hari 14 – 28. Pada fase ini endometrium kira-kira tetap tebalnya, tetapi bentuk kelenjar berubah menjadi panjang berkelok-kelok dan mengeluarkan getah yang semakin lama makin nyata. Bagian

dalam sel endometrium mengandung likogel dan kapur yang diperlukan sebagai bahan makanan untuk telur yang dibuahi. Fase sekresi dibagi menjadi 2 tahap, yaitu :

- 1) Fase sekresi dini, pada fase ini endometrium lebih tipis dari fase sebelumnya karena kehilangan cairan.
- 2) Fase sekresi lanjut, pada fase ini kelenjar dalam endometrium berkembang dan menjadi lebih ber kelok-kelok. Sekresi mulai mengeluarkan getah yang mengandung glikogen dan lemak. (Wardiyah, 2016)

4. Peran tenaga kesehatan bagi remaja pada saat menstruasi

Peran adalah suatu yang di harapkan dari seseorang dalam situasi social tertentu agar memenuhi harapan. Peran petugas kesehatan adalah suatu krgiatan yang diharapkan dari seorang petugas kesehatan yang memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat khususnya remaja. (Asri, 2018)

Bidan profesional tidak hanya di lihat dari kemampuan menjaga dan merawat klien, tetapi juga kemampuan memberikan pelayanan secara menyeluruh, baik dari aspek biologis, psikologis, social, serta spiritual dengan penuh semangat yang diiringi dengan senyuman ikhlas dan tulus. Adapun peran bidan bagi remaja dalam promosi kesehatan adalah sebagai berikut :

a. Peran sebagai advokator

Advokasi adalah suatu pendekatan pada seseorang / badan organisasi yang diduga mempunyai pengaruh terhadap keberhasilan suatu program atau kelancaran suatu kegiatan. Bentuk kegiatan advokator, antara lain adalah :

- 1) Seminar mengenai kesehatan reproduksi remaja
- 2) Bidan menyajikan masalah kesehatan diwilayah kerjanya termasuk masalah pada remaja.
- 3) Bidan menyampaikan masalah kesehatan remaja menggunakan media dalam bentuk lisan, artikel, berita, diskusi, penyampaian pendapat untuk bentuk opini publik.

b. Peran sebagai edukator

Memberikan pendidikan kesehatan dan konseling bagi remaja dalam asuhan dan pelayanan kebidanan disetiap tatanan pelayanan kesehatan agar mereka mampu memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka seperti pendidikan kesehatan mengenai *personal hygiene* pada saat menstruasi.

c. Peran sebagai fasilitator

Bidan mempunyai tanggung jawab untuk menciptakan, mengkondisikan iklim kelompok remaja yang harmonis,serta memfasilitasi terjadinya proses Saling belajar dalam kelompok remaja.

d. Peran sebagai motivator

Upaya yang dilakukan bidan sebagai pendamping adalah menyadarkan dan mendorong kelompok remaja untuk mengenali potensi dan masalah, dan dapat mengembangkan potensinya untuk memecahkan masalah itu. Memberikan motivasi kepada remaja sehingga remaja mampu menjaga kesehatan alat reproduksinya pada saat menstruasi, sehingga mendorong para rema untuk meningkatkan *personal hygiene* mereka pada saat menstruasi. (Asri, 2018)

B. *Personal Hygiene*

1. Pengertian *Personal Hygiene*

Personal hygiene berasal dari bahasa Yunani yang berarti *personal* yang artinya perorangan dan *hygiene* berarti sehat. Kebersihan perorangan adalah suatu tindakan yang dilakukan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan setiap orang untuk kesejahteraan fisik dan psikis. (Yuni, 2015)

Personal hygiene merupakan perawatan diri sendiri yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan baik secara fisik maupun psikologis.

Difinisi – definisi diatas dapat disimpulkan bahwa *personal hygiene* merupakan kegiatan atau tindakan membersihkan seluruh anggota tubuh yang bertujuan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang.

Hygiene adalah ilmu kesehatan dan pengetahuan tentang dan pemeliharaan kesehatan. *Hygiene personal* adalah perawatan diri dengan cara melakukan beberapa fungsi seperti mandi, toileting, *hygiene* tubuh

umum, dan berhias. *Hygiene* adalah persoalan yang sangat pribadi dan ditentukan oleh berbagai faktor, termasuk nilai-nilai dan praktik individual. *Hygiene* meliputi perawatan kulit, rambut, kuku, gigi, rongga mulut dan hidung, mata, telinga dan area *perenium genetal*. (Yuni, 2015)

2. Tujuan *Personal Hygiene*

Tujuan dari *personal hygiene* adalah

- a. Meningkatkan derajat kesehatan
- b. Memelihara kebersihan diri
- c. Memperbaiki *personal hygiene*
- d. Pencegahan penyakit
- e. Meningkatkan percaya diri
- f. Menciptakan keindahan. (Yuni, 2015)

3. Dampak Yang Timbul Pada Masalah *Personal Hygiene*

Dampak yang sering timbul pada masalah *personal hygiene*, meliputi:

a. Dampak fisik

Banyak gangguan kesehatan yang diderita seseorang karena tidak terpelihara kebersihan perorangan dengan baik. Gangguan fisik yang sering terjadi adalah gangguan integritas kulit, gangguan membran mukosa mulut, infeksi pada mata dan telinga, dan gangguan fisik pada kuku.

b. Dampak psikososial

Masalah sosial yang berhubungan dengan *personal hygiene* adalah gangguan kebutuhan rasa nyaman, kebutuhan dicintai dan mencintai, kebutuhan harga diri, dan gangguan interaksi sosial. (Yuni, 2015)

4. Jenis – Jenis *Personal Hygiene*

a. Perawatan diri pada kulit

Kulit merupakan salah satu bagian penting dari tubuh yang dapat melindungi tubuh dari berbagai kuman atau trauma sehingga diperlukan perawatan yang adekuat dalam mempertahankan fungsinya.

Fungsi kulit :

- 1) Proteksi tubuh
- 2) Pengaturan temperature tubuh
- 3) Pengeluaran pembuangan air
- 4) Sensasi dari stimulus lingkungan
- 5) Membantu keseimbangan cairan dan elektrolit
- 6) Memproduksi dan mengabsorsi vitamin D

Faktor yang mempengaruhi perubahan dan kebutuhan pada kulit

- 1) Umur
- 2) Jaringan kulit
- 3) Kondisi atau keadaan lingkungan

b. Mandi

Mandi bermanfaat untuk menghilangkan atau membersihkan bau badan, keringat, dan sel yang mati serta merangsang sirkulasi darah dan membuat rasa nyaman.

c. Perawatan diri pada kaki dan kuku

Perawatan pada kaki dan kuku untuk mencegah infeksi, bau kaki, dan cedera jaringan lunak. Integritas kaki dan kuku jari penting untuk mempertahankan fungsi normal kaki sehingga orang dapat berdiri atau berjalan dengan nyaman.

d. Perawatan rambut

Rambut merupakan bagian dari tubuh yang memiliki fungsi sebagai proteksi dan pengatur suhu. Indikasi perubahan status kesehatan diri juga dapat dilihat dari rambut. Perawatan ini bermanfaat mencegah infeksi daerah kepala

Kebersihan kepala dan rambut dengan cara cuci rambut secara teratur paling sedikit 2x seminggu untuk menghilangkan debu dan kotoran yang melekat dirambut dan kulit kepala.

e. Perawatan gigi dan mulut

Gigi dan mulut adalah bagian penting yang harus dipertahankan kebersihannya. Sebab melalui organ ini berbagai kuman dapat masuk.

Memelihara kebersihan gigi yaitu:

- 1) Menggosok gigi secara benar dan teratur
- 2) Memakai sikat gigi sendiri

- 3) Menghindari makanan yang merusak gigi
- 4) Membiasakan makan buah-buahan yang menyehatkan gigi
- 5) Memeriksa gigi secara teratur.

f. Perawatan perenial wanita

Perawatan perenial wanita meliputi genetalia eksternal. Prosuder biasanya dilakukan selama mandi. Perawatan perenial mencegah dan mengontrol penyebaran infeksi, mencegah kerusakan kulit, meningkatkan kenyamanan dan memperthankan kebersihan.

g. Kebutuhan kebersihan lingkungan

Kebersihan lingkungan adalah kebersihan pada tempat tidur. Melalui kebersihan tempat tidur diharappkan pasien dapat tidur dengan nyaman tanpa gangguan selama tidur sehingga dapat membantu proses penyembuhan. (Yuni, 2015)

5. *Personal hygiene* saat menstruasi

a. Pengertian *hygiene* saat menstruasi

Hygiene saat menstruasi merupakan komponen *personal hygiene* (kebersihan perorangan yang memegang peranan penting dalam status prilaku kesehatan seseorang, termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi. Pada saat menstruasi pembulih darah dalam rahim sangat mudah terinfeksi. Oleh karena itu kebersihan alat kelamin harus dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan infeksi saluran reproduksi (ISR). (Yuni, 2015)

b. Tujuan

Tujuan dari perawatan selama menstruasi adalah untuk pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan selama masa menstruasi sehingga mendapatkan kesejateraan fisik dan fisikis serta dapat meningkatkan derajat kesehatan seseorang. (Yuni, 2015)

c. Pelaksanaan

Hal hal yang perlu diperhatikan oleh remaja putrid pada saat menstruasi yaitu :

1) Perawatan kulit dan wajah

Wajah merupakan bagian yang paling sensitif bagi seorang remaja terutama remaja putri. Masalah jerawat pada remaja terkait dengan penampilan mereka. Pada saat menstruasi kerja dari kelenjar sebaseus akan meningkat sehingga produksi keringat meningkat. Pada saat menstruasi sangat bermanfaat untuk membersihkan muka 2 sampa 3 x sehari guna membantu mencegah timbulnya jerawat.

2) Kebersihan rambut

Menjaga kebersihan rambut sangat lah penting karena pada saat menstruasi kulit kepala lebih berminyak dan berkeringat sehingga akan memudahkan timbulnya ketombe dan mikro organism lainnya. (Yuni, 2015)

3) Kebersihan tubuh

Kebersihan tubuh pada saat menstruasi juga sangat penting diperhatikan, dan sebaiknya mandi 2x sehari dengan sabun mandi biasa, pada saat mandi organ reproduksi luar perlu cermat dibersihkan cara membersihkan daerah kewanitaannya yang terbaik ialah membasuhnya dengan air bersih. Satu hal yang harus diperhatikan dalam membasuh daerah kewanitaannya kita, terutama setelah buang air besar (BAB), yaitu dengan membasuhnya dari arah depan ke belakang (dari vagina ke arah anus). Bukan sebaliknya. Karena apabila terbalik arah membasuhnya, maka kuman dari daerah anus akan terbawa kesepan dan dapat masuk ke dalam vagina.

Pada saat membersihkan alat kelamin, tidak perlu dibersihkan dengan cairan pembersih atau cairan lain dan douche karena cairan tersebut akan semakin merangsang bakteri yang menyebabkan infeksi. Apabila menggunakan sabun, sebaiknya gunakan sabun yang lunak (dengan pH 3,5), misalnya sabun bayi yang biasanya ber-pH netral. Setelah memakai sabun, hendaklah dibasuh dengan air sampai bersih (sampai tidak ada lagi sisa sabun yang tertinggal), sebab bila masih ada sisa sabun yang tertinggal malah dapat menimbulkan penyakit. Setelah di basuh, harus dikeringkan dengan handuk atau tissue, tetapi jangan digosok-gosok. Dengan menjaga kebersihan tubuh dapat memberikan kesegaran bagi tubuh dan memperlancar peredaran darah. (Yuni, 2015)

4) Kebersihan pakaian sehari-hari

Mengganti pakaian setiap hari sangat lah penting terutama pakain dalam, menggunakan pakaian dalam yang kering, dan menyerap kering karena pakaian dalam yang basah akan mempermudah tumbuhnya jamur. Pakain dalam yang telah terkena darah sebaiknya direndam terlebih dahulu dan setelah sering disetrika. Pemakaian celana yang terlalu ketat sebaiknya dihindari, karena hal ini menyebabkan kulit susah bernafas dan akhirnya bias menyebabkan daerah kewanitaan menjadi lembab dan teriritasi. Untuk pemilihan bahan, sebaiknya gunakan bahan yg nyaman dan menyerap keringat, seperti misalnya katun. Pemakaian pantyliner setiap hari secara terus menerus juga tidak di ancurkan. Pantyline sebaiknya hanya digunakan pada saat keputihan banyak saja, dan sebaiknya jangan memilih pantyliner yang berfarfum karena dapat menimbulkan iritasi kulit. (Yuni, 2015)

5) Penggunaan pembalut

Pada saat menstruasi, pembuluh darah pada rahim sangat mudah terinfeksi, oleh karena itu kebersihan alat kelamin harus lebih dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi. Pilihlah pembalut yang daya seratnya tinggi sehingga tetap merasa nyaman selama menggunakannya. Sebaiknya pilih pembalut yang tidak mengandung gel, sebab gel dalam pembalut kebanyakan dapat menyebabkan iritasi dan menyebabkan

timbulnya rasa gatal. Pembalut selama menstruasi harus diganti secara teratur 4 sampai 5 kali atau setiap setelah mandi dan buang air kecil.

Penggantian pembalut yang tepat adalah apabila dipermukaan pembalut telah ada gumpalan darah. Alasannya ialah karena gumpalan darah yang terdapat dipermukaan pembalut tersebut merupakan tempat yang sangat baik untuk perkembangan bakteri dan jamur, jika menggunakan pembalut sekali pakai sebaiknya dibersihkan dulu sebelum dibungkus lalu dibuang ketempat sampah. Untuk pembalut lainnya sebaiknya direndam memakai sabun ditempat tertutup terlebih dahulu sebelum dicuci. (Yuni, 2015)

d. Bahaya atau akibat

Akibat yang sering terjadi karena kurangnya kebersihan pada saat menstruasi adalah:

- 1) Demam
- 2) Radang pada permukaan vagina
- 3) Gatal-gatal pada kulit vagina
- 4) Keputihan
- 5) Rasa panas atau sakit pada bagian bawah perut. (Yuni, 2015)

C. Perilaku

1. Pengertian Perilaku

Dari segi biologis, perilaku adalah suatu kegiatan atau aktivitas organisme (makhluk hidup) yang bersangkutan. Dari sudut pandang biologis, semua makhluk hidup mulai dari tumbuhan, hewan dan manusia berperilaku karena mempunyai aktivitas masing-masing. Sehingga yang dimaksud perilaku manusia pada hakekatnya adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas antara lain: berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja dan sebagainya. Dari uraian ini dapat disimpulkan bahwa perilaku adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia baik yang dapat di amati langsung maupun yang tidak diamati oleh pihak luar. (Maryam, 2017)

Skinner merumuskan bahwa perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus. Oleh karena perilaku ini terjadi melalui proses adanya stimulus terhadap organisme, dan kemudian organisme tersebut merespons. (Maryam, 2017)

Menurut teori lawrence Green perilaku dipengaruhi oleh tiga faktor utama yaitu:

a. Faktor predisposisi (*Predisposing factor*)

Faktor ini mencakup pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap kesehatan, tradisi dan kepercayaan masyarakat terhadap hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan, sistem nilai yang dianut masyarakat, tingkat pendidikan, tingkat sosial ekonomi dan sebagainya.

b. Faktor pemungkin (*Enabling Factor*)

Faktor ini mencakup ketersediaan sarana dan prasarana atau fasilitas kesehatan bagi masyarakat, misalnya air bersih, tempat pembuangan sampah, ketersediaan makanan bergizi dan sebagainya.

c. Faktor Penguat (*Reinforcing Factor*)

Faktor ini meliputi faktor sikap dan perilaku tokoh masyarakat, tokoh agama, sikap dan perilaku para petugas termasuk petugas kesehatan. (Maryam, 2017)

2. Tingkat-Tingkat Perilaku

a. Persepsi (*Perseption*)

mengenal dan memilih berbagai objek sehubungan dengan tindakan yang akan diambil merupakan praktik tingkat pertama. Misalnya, seorang ibu dapat memilih makanan yang bergizi tinggi bagi anak balitanya.

b. Respon terpimpin (*Guided Response*)

Dapat melakukan sesuatu sesuai dengan urutan yang benar sesuai dengan contoh adalah indikator praktik tingkat dua. Misalnya, seorang ibu dapat memasak sayur dengan benar, mulai dari cara mencuci, dan memotong-motongnya, lamanya memasak, menutup panci dan sebagainya.

c. Mekanisme (*Mecanism*)

Apabila seseorang telah melakukan sesuatu dengan benar dan secara otomatis, atau sesuatu itu sudah merupakan kebiasaan maka ia sudah

mencapai praktik tingkat tiga. Misalnya, seorang ibu yang sudah mengimunitasikan bayi yang pada umur-umur tertentu tanpa menunggu perintah atau ajakan orang lain.

d. Adopsi (*Adoption*)

Adopsi adalah suatu praktik atau tindakan yang sudah berkembang dengan baik. Artinya, tindakan itu sudah dimodifikasikannya tanpa mengurangi kebenaran tindakan tersebut. Misalnya, ibu dapat memilih dan memasak makanan yang bergizi tinggi berdasarkan bahan-bahan yang murah dan sederhana.

Pengukuran perilaku dapat dilakukan secara tidak langsung yakni dengan wawancara terhadap kegiatan-kegiatan yang telah dilakukan beberapa jam, hari, atau bulan yang lalu (*recall*). Pengukuran juga dapat dilakukan secara langsung yakni, dengan mengobservasi tindakan atau kegiatan responden. Pengukuran praktik (*overt behavior*) juga dapat diukur dari hasil perilaku tersebut. Misalnya perilaku hygiene perorangan (*personal hygiene*) dapat diukur dari kebersihan kulit, kuku, rambut, dan sebagainya. (Notoatmodjo, 2017)

D. Remaja

1. Pengertian Remaja

Masa remaja adalah masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi dan psikis. Masa rema, yakni antara usia 10-19 tahun, adalah suatu periode masa pematangan organ reproduksi manusia, dan sering disebut masa pubertas. (Setyaningrum, 2014)

Remaja masih belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fungsi fisik maupun fisikisnya namun yang perlu ditekankan disini adalah bahwa fase remaja merupakan fase perkembangan yang tengah berada pada masa amat potensial, baik dilihat dari aspek kognitif, emosi, maupun fisik. (Setiyaningrum, 2014)

2. Tahap Perkembangan Remaja

Perkembangan dalam segi rohani atau kejiwaan juga melewati tahapan –tahapan, yang dalam hal ini di mungkinkan dengan adanya kontak terhadap lingkungan atau sekitarnya. Masa remaja dibedakan mrnjadi :

a. Masa remaja awal (10 – 13 tahun)

- 1) Tampak dan memang merasa lebih dekat dengan teman sebaya
- 2) Tampak dan merasa ingin bebas
- 3) Tampak dan memang lebih banyak memperhatikan keadaan tubuhnya dan mulai berfikir hayal (abstrak)

b. Masa remaja tengah (14 - 16 tahun)

- 1) Tampak dan merasa ingin mencari identitas diri
- 2) Ada keinginan untuk berkencan atau tetarik pada lawan jenis
- 3) Timbul perasaan cinta yang mendalan.
- 4) Kemampuan berfikir abstrak (berkhayal semakin berkembang)
- 5) Berkhayal mengenai hal hal yang berkaitan dengan seksual

c. Masa remaja akhir (17-19 tahun)

- 1) Menampakkan pengungkapan kebebasan diri
- 2) Dalam mencari teman sebaya lebih selektif

- 3) Memiliki citra (gambaran, keadaan, peranan) terhadap dirinya.
 - 4) Dapat menghujutkan perasaan cinta
 - 5) Memiliki kemampuan berfikir khayal atau abstrak. (Setiyaningrum, 2014)
3. Perubahan fisik pada remaja
- a. Perubahan fisik remaja awal
 - 1) Buah dada mulai terbentuk
 - 2) Pembesaran dan pematangan alat reproduksi perempuan akibat rangsangan hormone ekstrogen .
 - 3) Pertumbuhan rambut kemaluan dan rambut ketiak
 - 4) Munculnya akne atau jerawat
 - 5) Gigi taring dan gerahang pertama tanggal pada awal remaja dan tumbuh gigi tetap
 - b. Perubahan Fisik Remaja Menengah
 - 1) Remaja perempuan mendapat pertambahan tinggi badan rata-rata 8 cm pertahun pada umur rata-rata 12 tahun
 - 2) Perkembangan karakteristik seks kunder berupa pembesaran buah dada dan pada saat ini sekitar 75 % anak gadis akan memiliki batas uti dan buah dada yang lebih tegas
 - 3) Rambut kemaluan lebih gelap, kasar,ikal, dan lebih menyebar
 - 4) Haid
 - 5) Masa ini di pengaruhi berbagai faktor namun yang terutama adalah faktor genetik, faktor lain adalah status gizi. (Dhamayanti, 2017)

c. Perubahan fisik remaja lanjut

- 1) Proporsi dan ukuran tubuh sudah menyerupai ukuran dewasa muda
- 2) Perkembangan karakteristik seks skunder menjadi tuntas dengan pertumbuhan rambut kemaluan yang menebal sampai bagian paha perempuan
- 3) Penampilan buah dada dewasa pada perempuan
- 4) Rahim akan mencapai bentuk dewasa. (Setiyaningrum, 2014)

4. Psikososial Remaja

Remaja awal (10 – 13 tahun)

- a. Keinginan untuk keleluasaan pribadi
- b. Menjaga jarak keakraban fisik dari orang tua yang berbeda jenis kelamin dengan anak
- c. Keinginan remaja yang tidak terucapkan pada orang tua yang dapat memicu terjadinya konflik dan stress bila tidak diselesaikan dengan baik.
- d. Cenderung berpaling pada kelompok sebaya sejenis
- e. Persahabatan pada masa remaja awal secara khas menumbuhkan kelompok sebaya yang sejenis
- f. Kecenderungan melakukan aktifitas bersama ketimbang interaksi sendiri

Remaja menengah (11 – 14 tahun)

- a. Hubungan remaja dengan keluarga, sekolah dan kelompok sebaya.
- b. Sekolah dan kelompok mendapat porsi lebih utama.

- c. Perbedaan seks pada kelompok sebaya tampak lebih jelas.
- d. Tujuan pada perkembangan lebih menimbulkan kemampuan interpersonal dan cinta.
- e. Kesetiaan, keterlibatan, dan ke akrabannya tentang suatu informasi lebih berharga di lingkungan remaja putri
- f. Proses pacaran mulai terjadi

Remaja lanjut (13 – 17 Tahun)

- a. Permasalahan penentuan karir sudah harus dengan berat, bahkan kadang kala sudah harus di tentukan.
- b. Perasaan ingin memberontak secara bertahap akan berubah kembali menjadi pendekatan keluarga
- c. Meski masih sering berfikir moralistik dan absolute, remaja pada tahap ini sudah mampu berdialog dengan orang tua.
- d. Mulai timbul kemampuan untuk terlibat dalam hubungan interpersonal yang empatik
- e. Sering kali hubungan seksual sebelumnya yang eksploitatif dan narsistik akan berubah.(18)

E. Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi dan berhubungan dengan praktik *personal hygiene* saat menstruasi.

1. Faktor predisposisi (*Predisposing factor*)

a. Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang mengadakan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terhadap objek terjadi melalui panca indera manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Pengetahuan seseorang dapat diketahui dan diinterpretasikan dengan skala yang bersifat kualitatif yaitu :

- 1) Baik : Hasil presentase 76% - 100%
- 2) Cukup : Hasil presentase 56% - 75%
- 3) Kurang : Hasil presentase >56%.

Pengetahuan tentang pentingnya *personal hygiene* dan implikasinya bagi kesehatan mempengaruhi praktik *personal hygiene*. Namun, pengetahuan itu sendiri tidaklah cukup, karena seseorang juga harus termotivasi untuk memelihara perawatan dirinya. (Mustikawati, 2018)

Dalam proses pertumbuhan dan perkembangan seorang anak, sebaiknya orang tua memberikan pendidikan seks kepada anaknya. Pendidikan yang dapat diberikan orang tua kepada anak

perempuannya mencakup berbagai informasi mengenai perubahan psikologis, karakteristiknya, serta pemeliharaan kebersihan saat menstruasi. Pemberian informasi yang lebih awal akan menyebabkan perilaku anak remaja terhadap *personal hygiene* saat menstruasi lebih baik. (Mustikawati, 2018)

b. Sikap

Sikap (*attitude*) merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek.

Sikap mempunyai tiga komponen pokok :

- 1) Kepercayaan (*keyakinan*), ide, konsep terhadap suatu objek.
- 2) Kehidupan emosional atau evaluasi terhadap suatu objek
- 3) Kecenderungan untuk bertindak (*tend to behave*)

c. Sosial Budaya

Kebudayaan dan nilai pribadi mempengaruhi kemampuan perawatan *personal hygiene*. Seseorang dari latar belakang kebudayaan yang berbeda mengikuti praktek perawatan *personal hygiene* yang berbeda. Keyakinan yang didasari kultur sering menentukan defenisi tentang kesehatan dan perawatan diri. (Dhamayanti, 2017)

Budaya atau kebiasaan remaja putri yang mengalami menstruasi adalah tidak boleh keramas, dengan alasan bahwa pada masa menstruasi, seorang wanita sedang dalam kotor, sehingga tidak perlu membersihkan rambut sebaga lambang pembersihan tubuh,

keramas boleh dilakukan setelah berakhirnya menstruasi sebagai lambang pembersihan diri. Larangan keramas saat menstruasi hanya mitos dan tidak ada penjelasan dari sisi ilmiah yang bisa menjelaskan tentang mitos tersebut, justru hal yang harus dilakukan wanita ketika menstruasi adalah menjaga kebersihan seluruh tubuh. (Prabwani, 2016)

d. Sosial Ekonomi

Pendapatan dapat mempengaruhi kemampuan keluarga untuk menyediakan fasilitas dan kebutuhan-kebutuhan yang diperlukan untuk menunjang hidup dan kelangsungan hidup keluarga. Sumber daya ekonomi seseorang mempengaruhi jenis dan tingkatan praktik *personal hygiene*. (Dhamayanti, 2017)

2. Faktor Pemungkin

a. Sarana dan prasarana

Sarana dan prasarana adalah seperangkat alat yang dapat digunakan untuk menjaga *personal hygiene*. Untuk melakukan *personal hygiene* yang baik dibutuhkan sarana dan prasarana yang memadai, seperti kamar mandi, peralatan mandi, serta perlengkapan mandi yang cukup (misalnya: sabun, sikat gigi, sampo, dan lain-lain). (Dhamayanti, 2017)

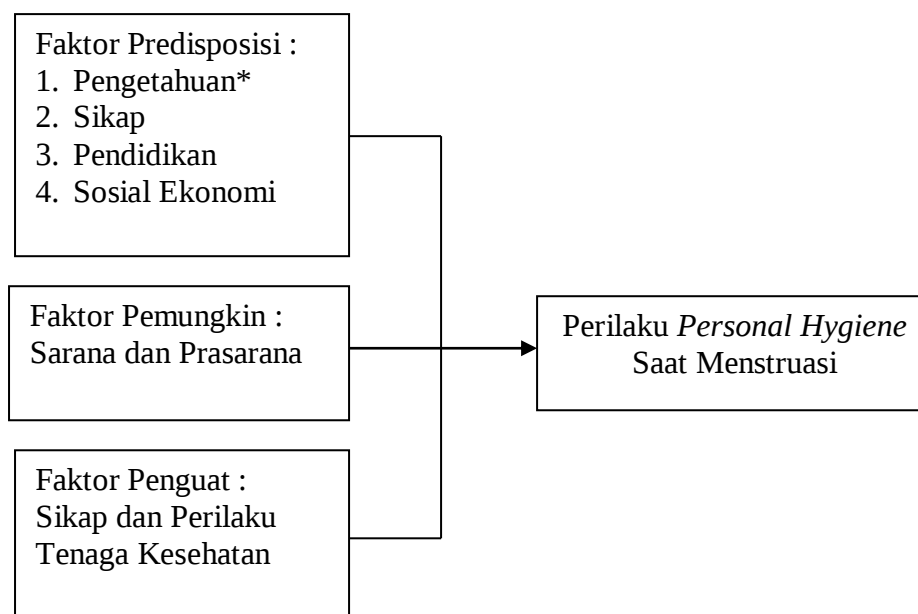
3. Faktor Penguat

a. Sumber informasi

Sumber informasi mengenai *personal hygiene* saat menstruasi dapat diperoleh dari orang tua, keluarga, teman sebaya, guru, tenaga kesehatan, dan dari media. Masing-masing memberikan pengaruh terhadap perilaku hygiene menstruasi mereka. Informasi yang didapat dari sumber yang mereka percaya akan menuntun mereka dalam perilaku yang mereka lakukan sehari-hari. (Wawan & Dewi, 2017)

F. Kerangka Teoritis

Berdasarkan teori yang telah dibahas dalam tinjauan kepustakaan maka kerangka teoritis dapat digunakan sebagai berikut :



Gambar 2. Kerangka Teoritis Menurut Lawrence Green

BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Berdasarkan uraian pada tinjauan pustaka, dapat dijelaskan bahwa penelitian ini menggunakan 2 variabel, yaitu variabel *dependent* dan variabel *independent*, dimana pada variabel *independent* dapat ditinjau dari segi pengetahuan.



Gambar 3. Kerangka Konsep Perilaku *Personal Hygiene*

B. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah pernyataan sementara yang perlu diuji kebenarannya
Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah:

Ha : Ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku personal *hygiene*

C. Definisi Operasional

Tabel 1. Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
<i>Variabel Dependent (Terikat)</i>						
1	Perilaku <i>personal hygiene</i>	Yaitu Perilaku <i>personal</i>	Lembar Kuesioner	Kuesioner	Ordinal	a. Kurang b. Cukup c. Baik

		<i>hygiene</i> siswi ketika sedang menstruasi				(Dewi, 2022)
<i>Variabel Independent</i>						
2	Pengetahuan	Yaitu pengetahuan responden (remaja) tentang personal hygiene saat menstruasi	Lembar Kuesioner	Kuesioner	Ordinal	a. Kurang b. Cukup c. Baik (Dewi, 2022)

D. Variabel Penelitian

1. Perilaku *Personal Hygiene*

Perilaku *personal hygiene* yaitu perilaku *personal hygiene* siswi ketika sedang menstruasi. Perilaku *personal hygiene* diukur dengan menggunakan lembar kuesioner yang berisi 22 pertanyaan, menggunakan skala likert dengan pilihan untuk pertanyaan positif (*favourable*) : (Dewi, 2022)

a. Sangat Setuju = 5

b. Setuju = 4

c. Cukup setuju = 3

d. Tidak Setuju = 2

e. Sangat Tidak Setuju = 1.

Sedangkan pernyataan *unfavourable* :

a. Sangat Setuju = 1

- b. Setuju = 2
- c. Cukup setuju = 3
- d. Tidak Setuju = 4
- e. Sangat Tidak Setuju = 5.

Hasil dari perhitungan kuesioner perilaku personal *hygiene*, adalah sebagai berikut :

- a. Baik : Jika siswi memiliki perilaku *personal hygiene* baik saat menstruasi. Bila menjawab benar 76-100% (Skor 84-110)
- b. Cukup : Jika siswi memiliki perilaku *personal hygiene* cukup saat menstruasi. Bila menjawab benar 56-75% (Skor 63-83)
- c. Kurang : Jika siswi memiliki perilaku *personal hygiene* kurang saat menstruasi. Bila menjawab benar <56% (Skor 22-62)

2. Pengetahuan

Pengetahuan yaitu kemampuan responden untuk menjawab pertanyaan yang berhubungan dengan pengetahuan tentang perilaku *personal hygiene*. Pengetahuan diukur dengan menggunakan lembar kuesioner yang berisi 23 pertanyaan. Adapun cara pengukuran dengan : (Dewi, 2022)

- a. Baik, Jika responden mempunyai pengetahuan yang baik tentang perilaku *personal hygiene* (76-100%) yaitu memperoleh skor 18-23
- b. Cukup, Jika responden mempunyai pengetahuan yang cukup tentang perilaku *personal hygiene* (56-75%) yaitu memperoleh skor 13-17.

- c. Kurang, Jika responden mempunyai pengetahuan yang kurang tentang perilaku *personal hygiene* (<56 %) yaitu memperoleh skor <13.

BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian ini adalah bersifat analitik yaitu penelitian yang bertujuan mencari hubungan antarvariabel yang sifatnya bukan hubungan sebab akibat bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi Di Kelas XI SMA Negeri 1 Kembang Tanjong. Dengan desain *crosssectional* yaitu studi yang mempelajari terjadinya efek, dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek yang di observasi sekaligus pada waktu yang sama.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri SMA Negeri 1 Kembang Tanjong Di Kelas XI yaitu berjumlah 46 orang.

2. Sampel

Pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik total sampling yaitu seluruh populasi dijadikan sampel pada penelitian ini yakni seluruh remaja putri SMA Negeri 1 Kembang Tanjong Di Kelas XI yaitu berjumlah 46 orang.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat

Penelitian telah dilakukan di SMA Negeri 1 Kembang Tanjong.

2. Waktu

Penelitian telah dilakukan pada bulan Januari tahun 2024.

D. Etika Penelitian

Beberapa tahapan etika penelitian diantaranya sebagai berikut:

1. Menghormati harkat dan martabat manusia (*respect for human dignity*)

Peneliti perlu mempertimbangkan hak-hak subyek untuk mendapatkan informasi yang terbuka berkaitan dengan jalannya penelitian serta memiliki kebebasan menentukan pilihan dan bebas dari paksaan untuk berpartisipasi dalam kegiatan penelitian (*autonomy*). Beberapa tindakan yang terkait dengan prinsip menghormati harkat dan martabat manusia, adalah: peneliti mempersiapkan formulir persetujuan subyek (*informed consent*).

2. Menghormati privasi dan kerahasiaan subjek penelitian (*respect for privacy and confidentiality*)

Peneliti tidak boleh menampilkan informasi mengenai identitas baik nama maupun alamat asal subyek dalam kuesioner dan alat ukur apapun untuk menjaga anonimitas dan kerahasiaan identitas subyek. Peneliti dapat menggunakan *koding* (inisial atau *identification number*) sebagai pengganti identitas responden.

3. Keadilan dan inklusivitas (*respect for justice and inclusiveness*)

Prinsip keadilan menekankan sejauh mana kebijakan penelitian membagikan keuntungan dan beban secara merata atau menurut kebutuhan, kemampuan, kontribusi dan pilihan bebas masyarakat. Sebagai contoh dalam prosedur penelitian, peneliti mempertimbangkan aspek keadilan *gender* dan hak subyek untuk mendapatkan perlakuan yang sama baik sebelum, selama, maupun sesudah berpartisipasi dalam penelitian.

4. Memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (*balancing harms and benefits*)

Peneliti melaksanakan penelitian sesuai dengan prosedur penelitian guna mendapatkan hasil yang bermanfaat semaksimal mungkin bagi subyek penelitian dan dapat digeneralisasikan di tingkat populasi (*beneficence*). Peneliti meminimalisasi dampak yang merugikan bagi subyek (*nonmaleficence*). Apabila intervensi penelitian berpotensi mengakibatkan cedera atau stres tambahan maka subyek dikeluarkan dari kegiatan penelitian untuk mencegah terjadinya cedera, kesakitan, stres, maupun kematian subyek penelitian.

E. Alat Pengumpulan Data

Alat pengumpulan data penelitian adalah lembaran kuesioner yang berisi sejumlah pertanyaan yang disusun secara struktur. Pelaksanaan pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan jenis data primer dan data sekunder sebagai data penelitian.

1. Data Primer

Diperoleh dari wawancara secara langsung dengan responden dengan menggunakan lembaran kuesioner, dimana responden diminta memilih jawaban sesuai dengan pendapat responden.

2. Data Sekunder

Di peroleh dari pencatatan dan pelaporan Organisasi Kesehatan Dunia, Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI), Profil Kesehatan Provinsi Aceh, Dinas Kesehatan Aceh, Data dari SMA Negeri 1 Kembang Tanjong.

F. Instrumen Penelitian

Jenis instrumen penelitian yang dipergunakan adalah kuesioner yang berisikan sejumlah pertanyaan-pertanyaan terstruktur (*structured*) dalam bentuk *choise*. Adapun bentuk pertanyaan yang dibuat beberapa item pertanyaan terdiri dari: pengetahuan 23 pertanyaan, dan perilaku *personal hygiene* 22 pertanyaan. Kuesioner ini sudah valid didapatkan dari hasil penelitian Dewi (2022) yang berjudul Hubungan Tingkat Pengetahuan *Personal Hygiene* Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Remaja Saat Menstruasi di SMP Negeri 1 Kintamani dengan nilai validitas kuesioner ini adalah 0,82 dan *cronbach alpha* 0,81 yang bermakna kuesioner sudah baku.

G. Cara Penelitian

1. Tahap persiapan pengumpulan data.

Tahap persiapan pengumpulan data dilakukan melalui prosedur administrasi dengan mendapat izin dari Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan STIKes Medika Nurul Islam Sigli. Kemudian izin dari Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Kembang Tanjong.

2. Teknik pengumpulan data.

Setelah mendapat izin dari Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Kembang Tanjong untuk melakukan penelitian. Selanjutnya peneliti menemui calon responden dan melakukan pengumpulan data dengan tahap sebagai berikut:

- a. Peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan maksud dan tujuan Penelitian ini serta meminta kesediaan responden untuk berpartisipasi dalam Penelitian ini.
- b. Peneliti mengisi lembar persetujuan responden untuk dapat ditandatangani oleh responden.
- c. Selanjutnya peneliti memberikan kuesioner untuk diisi oleh responden, Peneliti melakukan koreksi kembali kelengkapan jawabannya. Bila terdapat data atau jawaban yang tidak lengkap, peneliti langsung menanyakan kembali kepada responden agar dapat diisi kembali.
- d. Terakhir peneliti mengucapkan terima kasih kepada responden atas kesediaannya berpartisipasi dalam penelitian yang dilakukan peneliti. Kemudian peneliti melaporkan kembali pada SMA Negeri 1 Kembang

Tanjong untuk mendapatkan surat keterangan telah selesai melakukan penelitian.

H. Pengolahan Data dan Analisa Data

1. Pengolahan Data

Menurut Arikunto (2017) Pengolahan data secara Komputerisasi dapat dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

a. *Collecting*

Collecting adalah mengumpulkan data yang berasal dari kuesioner angket maupun observasi.

b. *Checking*

Checking dengan memeriksa kelengkapan jawaban kuesioner atau lembar observasi dengan tujuan agar data diolah secara benar sehingga pengolahan data memberikan hasil yang valid dan reliabel dan terhindar dari bias.

c. *Coding*

Coding ini pada langkah ini peneliti melakukan pemberian kode pada variabel-variabel yang diteliti.

d. *Entering*

Entering yaitu jawaban-jawaban dari masing-masing yang masih dalam bentuk kode (angka atau huruf) dimasukkan ke dalam program komputer yang digunakan peneliti yaitu program SPSS for Windows.

e. *Data Processing*

Data processing ini sumber data yang telah di input kedalam aplikasi komputer akan diolah sesuai dengan kebutuhan dari penelitian.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis data univariat menggunakan teknik statistik deskriptif dalam bentuk persentase untuk masing-masing sub variabel dengan terlebih dahulu menggunakan jenjang kategori (Notoatmodjo, 2010).

Data yang didapat dari pengisian kuesioner dianalisa secara deskriptif, kemudian menghitung persentase dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi yaitu sebagai berikut :

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase

F = Frekuensi teramati

N = Jumlah responden menjadi sampel

100% = Bilangan tetap

b. Analisa Bivariat

Analisa bivariat merupakan analisis hasil dari variabel-variabel bebas yang diduga mempunyai hubungan dengan variabel terikat. Analisa yang digunakan adalah tabulasi silang. Untuk menguji hipotesa dilakukan analisa statistik dengan menggunakan uji data kategori *Chi square Test* (X^2) pada tingka

tkemaknaannya adalah 95% ($P \leq 0,05$) sehingga dapat diketahui ada atau tidaknya perbedaan yang bermakna secara statistik, dengan menggunakan program komputer. Melalui perhitunga uji *Chi Square* selanjutnya ditarik suatu kesimpulan bila nilai P lebih kecil atau sama dengan nilai alpha (0,05) maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang menunjukkan ada hubungan bermakna antara variabel terikat dengan variabel bebas.

Aturan yang berlaku pada uji *Chi-Square* (X^2) untuk program komputerisasi seperti program komputer adalah sebagai berikut :

- 1) Bila pada tabel *contingency* 2x2 dijumpai e (harapan) kurang dari 5, maka hasil uji yang digunakan adalah *fisher axact test*.
- 2) Bila pada tabel *contingency* 2x2 dan tidak dijumpai nilai e (harapan) kurang dari 5, maka uji yang digunakan adalah *continuity correction*.
- 3) Bila ada tabel *contingency* lebih dari 2x2, misalnya 3x2 dan lain-lain, maka hasil uji yang digunakan adalah *pearson chi square*.
- 4) Bila ada tabel *contingency* 2x3, 3x3 dan seterusnya ada sel dengan nilai frekuensi harapan (e) kurang dari 5, maka dilakukan koreksi dengan menggunakan rumus *Yate's correction continue* atau *Likelihood Ratio*.

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Tempat Penelitian

SMA Negeri 1 Kembang Tanjong terletak di Jalan Tanah Lapang Kelurahan Kembang Tanjong Kecamatan Kembang Tangong Kabupaten Pidie. Didirikan pada tahun 1983 dengan nomor SK pendirian sekolah 0473/0/1983 pada tanggal 09 November 1983. Jumlah siswa laki-laki pada tahun 2023 ini adalah 185 orang dan jumlah siswi perempuan adalah 147 dengan total keseluruhan siswa dan siswi adalah 332 orang yang tersebar pada 3 kelas.

Jumlah tenaga pengajar di SMA Negeri 1 Kembang Tanjong sebanyak 62 orang yang terdiri dari pegawai negeri sipil (PNS), pegawai dengan perjanjian kerja (PPPK) dan honor daerah tingkat I Provinsi. SMA Negeri 1 Kembang Tanjong terus berusaha untuk melakukan perubahan kearah yang lebih baik, mulai dari pemenuhan sarana prasarana yang memadai hingga peningkatan kualitas keterampilan tenaga pengajar melalui pelatihan, workshop dan ikut serta sebagai guru penggerak.

B. Hasil Penelitian

Dari hasil penelitian yang dilakukan terhadap 46 responden untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi Di Kelas XI SMA Negeri 1 Kembang Tanjong yang dilakukan pada tanggal 4 dan 5 Januari 2024 diperoleh dari data primer sebagai berikut :

1. Analisa Univariat

a. Pengetahuan

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden di SMA Negeri 1 Kembang Tanjong Tahun 2023

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
1	Kurang	23	50 %
2	Cukup	14	30,4 %
3	Baik	9	19,6
Jumlah		46	100 %

Sumber: Data Primer Diolah Tahun 2023

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan pengetahuan kurang yaitu sebanyak 23 orang (50%).

b. Perilaku

Tabel 5.2
Distribusi Frekuensi Perilaku Responden di SMA Negeri 1 Kembang Tanjong Tahun 2023

No	Perilaku	Frekuensi	Persentase
1	Kurang	13	28,3 %
2	Cukup	21	45,7 %
3	Baik	12	26 %
Jumlah		46	100 %

Sumber: Data Primer Diolah Tahun 2023

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan perilaku *personal hygiene* cukup yaitu sebanyak 21 orang (45,7 %).

2. Analisa Bivariat

a. Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku *Personal Hygiene*

Tabel 5.3
Tabulasi Silang Pengetahuan Dengan Perilaku *Personal Hygiene* di SMA Negeri 1 Kembang Tanjong Tahun 2023

No	Pengetahuan	Perilaku						Jumlah		P Value
		Kurang		Cukup		Baik				
		F	%	F	%	F	%	F	%	
1	Kurang	8	17,4	13	28,3	2	4,4	23	50	0,026
2	Cukup	4	8,7	6	13	4	8,7	14	30,4	
3	Baik	1	2,17	2	4,4	6	13	9	19,6	
Jumlah		13	28,2	21	45,7	12	26,1	46	100	

Sumber: Data Primer Diolah Tahun 2023

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa dari 23 responden yang memiliki pengetahuan kurang dengan perilaku *personal hygiene* kurang sebanyak 8 orang (17,3%), perilaku *personal hygiene* cukup sebanyak 13 orang (28,2%) dan perilaku *personal hygiene* baik sebanyak 2 orang (4,34%), dari 14 responden yang memiliki pengetahuan cukup dengan perilaku *personal hygiene* kurang sebanyak 4 orang (8,69%), perilaku *personal hygiene* cukup sebanyak 6 orang (13%) dan perilaku *personal hygiene* baik sebanyak 4 orang (8,69%). Dari 9 responden yang memiliki pengetahuan baik dengan perilaku *personal hygiene* kurang sebanyak 1 orang (2,17%), perilaku *personal hygiene* cukup sebanyak 2 orang (4,34%) dan perilaku *personal hygiene* baik sebanyak 6 orang (13%).

Berdasarkan hasil uji statistik *Chi Square* dan pada derajat kepercayaan 95% dilakukan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene*, diperoleh nilai *P Value* 0,026 ($P \leq 0,05$). Hal ini menunjukkan secara statistik bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi di kelas XI SMA Negeri 1 Kembang Tanjong.

C. Pembahasan

Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan kurang dengan perilaku *personal hygiene* cukup sebanyak 13 orang (28,2%). Hasil uji statistik *Chi Square* dan pada derajat kepercayaan 95% dilakukan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene*, diperoleh nilai *P Value* 0,026 ($P \leq 0,05$). Hal ini menunjukkan secara statistik bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* Pada Saat Menstruasi Di Kelas XI SMA Negeri 1 Kembang Tanjong.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratamawati (2020) dengan judul hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri. Semakin baik pengetahuan tentang *personal*

hygiene, maka remaja putri memiliki perilaku yang baik untuk menjaga *Personal Hygiene* saat menstruasi. (Pratamawati, 2020)

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan. Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari pengetahuan akan lebih baik daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. (Maharani & Andryani, 2018)

Pengetahuan dapat diperoleh baik dari pengalaman langsung maupun melalui pengalaman orang lain. Pengetahuan merupakan hasil tahu yang terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan merupakan dominan yang sangat penting dalam terbentuknya tindakan seseorang jadi besar kecilnya pengetahuan yang dimiliki seseorang akan sangat berpengaruh pada tingkah lakunya (Dewi, 2022).

Berdasarkan hasil dari jawaban kuesioner yang telah diisi oleh responden menunjukkan bahwa mayoritas responden menjawab salah pada pertanyaan nomor 19. Dari 46 responden hanya 15 orang responden yang menjawab benar pada pertanyaan nomor 19 yang membahas tentang kebersihan diri saat menstruasi. Hal ini menunjukkan bahwa masih kurangnya pengetahuan responden terkait dengan kebersihan diri saat menstruasi.

Menurut pendapat peneliti dari hasil penelitian diketahui mayoritas siswa berpengetahuan baik memiliki perilaku *personal hygiene* juga dengan kategori baik. Pengetahuan siswa berkaitan dengan perilaku *personal hygiene*, dimana pengetahuan siswa dapat mencerminkan pandangan siswa terhadap perilakunya dalam menjaga serta mempertahankan kebersihan dirinya terutama

pada saat menstruasi, siswa yang memiliki pengetahuan baik dapat melakukan perawatan optimal terhadap alat kelaminnya saat mengalami menstruasi. Menjaga kebersihan alat kelamin sangat penting dilakukan oleh seorang wanita terutama pada siswa yang masih berada dalam masa transisi untuk membentuk kepribadian dirinya. Semakin baik pengetahuan siswa tentang *personal hygiene*, maka semakin baik pula perilakunya dalam menerapkan serta menjaga kebersihan dirinya.

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penjelasan dari Bab sebelumnya maka peneliti menarik kesimpulan yaitu

1. Mayoritas responden dengan pengetahuan kurang yaitu sebanyak 23 orang (50%).
2. Mayoritas responden dengan perilaku *personal hygiene* cukup yaitu sebanyak 21 orang (45,7 %).
3. Ada hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi di Kelas XI SMA Negeri 1 Kembang Tanjong, dengan *P Value* 0,026 ($P \leq 0,05$).

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan masukan serta referensi kepustakaan tentang hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi.

2. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan tambahan informasi dan pengetahuan kepada para guru agar dapat mendorong siswa untuk dapat menjaga *personal hygiene* terutama pada saat menstruasi.

3. Bagi Responden

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi masukan bagi siswa untuk dapat meningkatkan pengetahuan dan menjadi sadar akan pentingnya menjaga *personal hygiene* terutama pada saat menstruasi.

4. Bagi Peneliti Lainnya

Hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai bahan perbandingan dan referensi untuk penelitian, dan sebagai bahan pertimbangan untuk lebih memperdalam penelitian selanjutnya tentang hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi.

.

DAFTAR PUSTAKA

- Asri NUR. Hubungan Peran Petugas Kesehatan Dan Media Diploma IV Kebidanan Banda Aceh Tahun 2018.
- Astuti RD, Utami I, ST S, Keb M. Hubungan Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas Xi Di Sma Negeri 1 Pajangan Bantul. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta; 2017.
- Bujawati E, Raodhah S. Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Selama Menstruasi Pada Santriwati Di Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba , Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2016. Jur Kesehat Masy UIN Alauddin, Makassar. 2016;3(1).
- Dewi. Hubungan Tingkat Pengetahuan *Personal Hygiene* Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Remaja Saat Menstruasi di SMP Negeri 1 Kintamani. 2022.
- Dhamayanti M. Remaja: Kesehatan Dan Permasalahannya. 2017.
- Dolang MW, Ikhsan M, Rahma. Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Hygiene Menstruasi Pada Siswi Sma Negeri 1 Sesean Kabupaten Toraja Utara. J MKMI. 2018;36–44.
- E, Saribanon N, Sa'adah N, Salamah U, Murti YA, TTuti Saharamiati A, Et Al. Manajemen Kesehatan Menstruasi. Universitas Nasional; 2017.
- Fitri I. Lebih Dekat Dengan Sistem Reproduksi Wanita. Yogyakarta; 2017. 245 P.
- Maharani R, Andryani W. Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Santriwati Di Mts Pondok Pesantren Dar El Hikmah Kota Pekanbaru. Kesmars J Kesehat Masyarakat, Manaj Dan Adm Rumah Sakit. 2018;1(1):69–77.
- Maryam S. Promosi Kesehatan Dalam Pelayanan Kebidanan. Jakarta: EGC; 2017.
- Mustikawati IS. Perilaku Personal Hygiene Pada Pemulung Di Tpa. Forum Ilm Vol. 2018;10(1):27–35.
- Notoatmodjo, Soekidjo. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Cetakan Ketiga. Jakarta: Rineka Cipta. 2017.
- Pieter HZ, Janiwarty B. Pendidikan Psikologi Untuk Bidan Suatu Teori Dan Terapannya. Yogyakarta Rapha Publ. 2018.

- Prabawani CR, Arifah S, Kp S, Endang Zulaicha S, Kp S. Gambaran Perilaku Remaja Putri Pada Masa Pubertas Di Desa Tanjungrejo Grobogan. Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2016.
- Pratamawati RG. Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. Universitas Aisyiah; 2020.
- Pythagoras KC. Personal Hygiene Remaja Putri Ketika Menstruasi. Dep Promosi Kesehat Dan Ilmu Perilaku Fak Kesehat Masy Univ Airlangga. 2015;12–24.
- Rahman N. Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi Di Smp Muhammadiyah 5 Yogyakarta Tahun 2014. Sekol Tinggi Ilmu Kesehat ‘Aisyiyah [Internet]. 2014; Available From: Opac.Say.Ac.Id
- Setiyaningrum E, Aziz ZB. Pelayanan Keluarga Berencana Dan Kesehatan Reproduksi. Jakarta Trans Info Media. 2014.
- Supatmi S. Tindakan Vulva Hygiene Saat Menstruasi. Heal Sci. 2016;8(2).
- Wardiyah A. Sistem Reproduksi. Jakarta: Selemba Medika; 2016. 170 P.
- Wawan A, Dewi M. Teori Dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Manusia. Yogyakarta Nuha Med. 2017;11–8.
- Yasnani N, Si S, Putu MK, Meiyana E, Km S, Ph M. Menstruasi Pada Rmaja Putri Di Smp Negeri Satap Bukit Asri Kabupaten Buton Tahun 2016 The Relationship Of Knowledge , Attitude , And Action With The Menstrual Personal Hygiene On Female Adolescents In Smp Negeri Satap Bukit Asri Of Buton Regency In 2016. Hub Pengetahuan, Sikap, Dan Tindakan Dengan Pers Hyg Menstruasi Pada Rmaja Putri Di Smp Negeri Satap Bukit Asri Kabupaten But Tahun 2016 [Internet]. 2016;1–10. Available From: [Http://Ojs.Uho.Ac.Id/Index.Php/JIMKESMAS/Article/View/1230](http://Ojs.Uho.Ac.Id/Index.Php/JIMKESMAS/Article/View/1230)
- Yuni EN. Buku Saku Personal Hygiene. Yogyakarta: Nuha Medika; 2015.
- Yusuf, DF. Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Menstrual Hygiene Genitalia Pada Siswi SMPLB Tunagrahita. Journal Of Health Education. 2018.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Pribadi

- | | |
|--------------------------|------------------------------------|
| 1. Nama | : Ummi Salamah |
| 2. Nim | : 22040031 |
| 3. Tempat/ Tanggal Lahir | : Dua Paya / 08 November 1974 |
| 4. Jenis Kelamin | : Perempuan |
| 5. Agama | : Islam |
| 6. Pekerjaan | : Mahasiswa |
| 7. Alamat | : Desa Mee Lampoh Saka, Kab. Pidie |
| 8. No Hp | : 085260011801 |

B. Identitas Orang Tua

Ayah

- | | |
|--------------|----------------|
| 1. Nama | : M.Nafi (Alm) |
| 2. Pekerjaan | : - |
| 3. Alamat | : - |

Ibu

- | | |
|--------------|------------------------------------|
| 1. Nama | : Hj. Munsidah |
| 2. Pekerjaan | : Tidak Bekerja |
| 3. Alamat | : Desa Mee Lampoh Saka, Kab. Pidie |

C. Riwayat Pendidikan

- | | |
|---------|--------------|
| 1. SD | : 1981- 1987 |
| 2. SMP | : 1987-1990 |
| 3. SMA | : 1990-1993 |
| 4. DI | : 1993-1994 |
| 5. DIII | : 2003-2006 |

Lampiran 1

JADWAL KEGIATAN

No	Kegiatan	Bulan																											
		Agustus				September				Oktober				November				Desember				Januari				Februari			
		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.	Penyusunan Skripsi																												
4.	Seminar Skripsi																												
5.	Perbaikan																												
6.	Pelaksanaan Penelitian																												
7.	Pengelola dan Analisa Data																												
8.	Penyusunan SKRIPSI																												
9.	Sidang SKRIPSI																												
10.	Perbaikan SKRIPSI																												

Mengetahui Pembimbing



(Jeny Riska Vatica., S.Tr.Keb., M.K.M)

Sigli, Januari 2024



Ummi Salamah

Lampiran 2

LEMBARAN PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth,

Calon responden Penelitian

Sigli, Januari 2024

di –

Tempat

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa STIKes Medika Nurul Islam Prodi Sarjana Kebidanan.

Nama : Ummi Salamah

Nim : 22040031

Akan mengadakan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi Di Kelas XI SMA Negeri 1 Kembang Tanjong”.

Penelitian ini tidak menimbulkan kerugian, kerahasiaan informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Jika tidak bersedia menjadi responden, maka tidak akan ada ancaman atau paksaan. Dan jika memungkinkan untuk tidak mengundurkan diri dan menyetujui, maka saya mohon kesediaannya untuk menandatangani lembaran persetujuan dan menjawab dengan sesungguhnya dan sejujurnya pertanyaan yang saya sertakan pada lembaran ini. Atas perhatian dan kesediaannya sebagai responden saya ucapkan terima kasih.

Peneliti,

(Ummi Salamah)

Lampiran 3

LEMBARAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini bersedia menjadi responden untuk ikut berpartisipasi dalam pencarian data yang dilakukan oleh mahasiswa STIKes Medika Nurul Islam Sigli.

Adapun judul dari penelitian ini adalah “Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi Di Kelas XI SMA Negeri 1 Kembang Tanjong ”.

Saya mengetahui bahwa informasi yang saya berikan ini sangat besar manfaatnya bagi pengembangan kesehatan terhadap perilaku *personal hygiene* di Indonesia khususnya di Aceh.

Sigli, Januari 2024

Responden,

(_____)

KUESIONER

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU PERSONAL
HYGIENE PADA SAAT MENSTRUASI DI KELAS XI SMA
NEGERI 1 KEMBANG TANJONG KABUPATEN PIDIE**

Kode :

--	--	--

I. Pengetahun (Dewi, 2022)

Petunjuk pengisian :

- 1) Jawablah pertanyaan dibawah ini dengan tanda silang (X)
 - 2) Pilihan Jawaban berupa pilihan ganda yang terdin dari huruf a, b, dan c
1. Apakah yang kamu ketahui tentang menstruasi ?
 - a. Darah yang pertama keluar pada remaja perempuan
 - b. Darah yang keluar dari alat reprodukdi perempuan setiap bulan
 - c. Cairan keputihan yyang keluar dari alat reproduksi perempuan
 2. Berapa kali normal perempuan mengalami menstruasi?
 - a. 1 kali/bulan.
 - b. 2 kali/bulan
 - c. 3 kali/bulan
 3. Apakah nama salah satu alat reproduksi perempuan tempat meluruhnya darah menstruasi ?
 - a. Leher rahim
 - b. Alat kelamin
 - c. Rahim
 4. Berapa kali minimal mandi saat mengalami menstruasi ?
 - a. 1 kali/hari
 - b. 2 kali/hari
 - c. 3kali/hari.
 5. Sebagai seorang perempuan kita sebaiknya selalu menjaga organewanitaan kita dalam keadaan apa ?
 - a. Kering
 - b. Lembab
 - c. Basah
 6. Berapa kali minimal mengganti celana dalam saat mengalami menstruasi ?
 - a. 1 kali/ hari
 - b. 2 kali/hari
 - c. 3 kali/ hari

7. Berapa kali miniman mengganti pembalut yang baik saat menstruasi ?
 - a. 1 kali/hari
 - b. 2-3 kali/hari
 - c. lebih dari 6 kali/hari
8. Apakah ciri-ciri pembalut yang tidak baik untuk digunakan ?
 - a. Menyebabkan alergi
 - b. Dapat menyerap dengan baik
 - c. Berbahan yang lembut
9. Manakah salah satu contoh sumber makanan yang mengandung zat besi ?
 - a. Padi
 - b. Bayam
 - c. Pepaya
10. Diantara beberapa minuman dibawah ini , manakah yang baik dikonsumsi untuk perembuan yang sedang menstruasi?
 - a. Air putih
 - b. Kopi
 - c. Minuman bersoda
11. Tingkat aktivitas yang dialami remaja putri saat mau mengalami menstruasi juga akan dapat menyebabkan apa?
 - a. Sakit pinggang
 - b. Sakit perut
 - c. Sakit punggung
12. Mengapa darah tidak boleh dibiarkan pada pembalut terlalu lama?
 - a. Karena dapat menyebabkan timbulnya virus
 - b. Karena dapat merusak pembalut
 - c. Karena dapat menimbulkan bakteri penyebab penyakit
13. Bagaimana kebiasaan kamu membasuh organewanitaan?
 - a. Dari belakang ke depan
 - b. Dari depan ke belakang
 - c. Dari samping kanan ke kiri.
14. Saat kamu membasuh organewanitaan, apakah yang akan kamu lakukan?
 - a. Mencuci tangan sebelum dan sesudah
 - b. Mencuci tangan sesudah membasuh
 - c. Mencuci tangan sebelum membasuh
15. Apa yang bisa dilakukan saat mengalami menstruasi, tiba-tiba perut terasa sakit (keram perut)?
 - a. Minum obat dan petugas kesehatan
 - b. Istirahat
 - c. Istirahat dan bila perlu minum obat dari petugas kesehatan

16. Apabila saat menstruasi merasa sakit perut tak tertahankan, sebaiknya kamu lakukan?
- Dikompreshangat pada perut yang sakit
 - Datang ke pelayanan kesehatan
 - Dibiarkan saja
17. Manakah yang lebih baik antara membersihkan alatewanitaan dengan air bersih saja atau dengan yang ditambah pembersih/pewangi?
- Air bersih saja
 - Pembersih/pewangi saja
 - Air pembersih/ pewangi
18. Mengapa kita diharuskan untuk rajin membersihkan diri disaat mengalami menstruasi?
- Agar terhindar dari kuman penyebab penyakit
 - Agar tampak lebih cantik
 - Agar tampak menarik
19. Manakah yang termasuk dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi?
- 1) Mandi
 - 2) Membasuh alatewanitaan dengan benar
 - 3) Mengganti pembalut
 - 4) Mengganti celana dalam
- a. 1,2 b. 1.2.3 c.1.2.3.4
20. Apabila kita ingin menjadi seorang perempuan yang sehat, maka kita harus bagaimana?
- Bisa menjaga kebersihan sendiri
 - Mengikuti tren/mode
 - Mengonsumsi makanan instan
21. Ketika kegiatan sedang santai, sudah makan bergizi dan istirahat yang cukup. kamu merasakan kram perut saat menstruasi sebaiknya.
- Di kompres hangat pada perut yang sakit
 - Periksa kepetugas kesehatan
 - Dikompres dan periksa kepetugas kesehatan
22. Ketika kamu sedang mengalami kram perut saat menstruasi, apa yang akan kamu lakukan?
- 1) Bermain dengan teman / nonton tv
 - 2) Mengompres hangat pada bagian perut
 - 3) Istirahat/tidur yang cukup
 - 4) Minum-minuman bersoda Pilihlah apa yang akan kamu lakukan.
- a. 1,2 b. 1.2.3 c. 1,2,3,4

23. Ketika mengalami menstruasi, kuman mudah masuk. Maka dari itu kita harus bagaimana?

- a. Memperlakukan diri seperti hari-hari biasa
- b. Rajin mengganti pembalut
- c. Mengonsumsi obat untuk melawan kuman.

II. Perilaku (Dewi, 2022)

Petunjuk pengisian

- a. Jawablah pertanyaan dibawah ini sesuai dengan pendapat saudara,
- b. Beri tanda checklist (✓) pada jawaban yang sesuai dengan pendapat saudara
- c. Pilihan jawaban terdiri dari 5 alternatif jawaban, antara lain:
STS : Sangat Tidak Setuju
TS : Tidak Setuju
CS : cukup setuju
S : Setuju
SS : Sangat Setuju

No	Pernyataan	STS	TS	CS	S	SS
1	Saya mengganti pembalut 2 kali sehari.					
2	Jika tidak ada pembalut bisa menggunakan kain.					
3	Pembalut yang baik adalah pembalut yang dapat menyerap darah menstruasi dan menjaga organewanitaan tetap kering.					
4	Kebiasaan mandi saat menstruasi minimal 2 kali sehari.					
5	Saya tetap keramas 2 hari sekali pada saat menstruasi.					
6	Saya membersihkan rambut kepala dan kemaluan dengan air bersih.					
7	Kain bisa digunakan kembali dengan syarat harus dicuci dengan bersih dengan menggunakan air dingin dan di jemur pada sinar matahari.					
8	Saya selalu mencuci pembalut terlebih dahulu sebelum dibuang.					
9	Saya tidak membiarkan rambut kepala berminyak.					
10	Saya mengganti pembalut tidak hanya setelah mandi.					
11	Saya selalu menggunakan pembersih kewanitaan pada saat					

	membersihkan kelamin untuk menghindari bau tidak sedap.					
12	Saya membersihkan organ Kewanitaan tidak hanya saat mandi saja					
13	Saya membersihkan celana dalam yang terkena darah haid dengan direndam air hangat dan detergen.					
14	Saya menghindari pemakaian sabun pembersih kewanitaan					
15	Celana dalam yang baik adalah yang terbuat dari bahan katun dan tidak ketat.					
16	Saya mengganti pembalut saat selesai mandi, BAB,dan BAK.					
17	Saya membersihkan alat kelamin dengan menggunakan air yang ditampung dalam ember.					
18	Saya lebih memilih membersihkan alat kelamin dari arah depan ke belakang.					
19	Menjaga kebersihan daerah kelamin salah satu yaitu teratur mencukur bulu kemaluan.					
20	Saya selalu mengeringkan kemaluan dengan menggunakan handuk bersih dan tisu setelah BAB dan BAK, agar celana dalam tetap kering.					
21	Saya tidak memilih menggunakan celana dalam yang ketat.					
22	Saya mengganti celana dalam 2 kali sehari saat menstruasi.					

KUNCI JAWABAN

1. Pengetahuan

No	Jawaban
1	B
2	A
3	C
4	B
5	A
6	B
7	B
8	A
9	B
10	A
11	B
12	C
13	B
14	A
15	C
16	B
17	A
18	A
19	C
20	A
21	C
22	B
23	B

Lampiran 5

MASTER TABEL

No	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	TOT	KODE	KATEGORI	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13	S14	S15	S16	S17	S18	S19	S20	S21	S22	TOT	KODE	KATEGORI		
1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	11	1	Kurang	3	2	3	2	4	3	3	4	2	1	3	2	3	2	4	3	3	4	2	1	4	3	61	1	Kurang		
2	0	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	11	1	Kurang	3	2	1	3	1	1	4	1	4	1	4	5	3	3	4	1	3	4	5	2	1	1	57	1	Kurang			
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	19	3	Baik	3	3	2	4	4	2	1	3	3	5	3	3	2	4	4	2	5	3	3	3	4	2	68	2	Cukup		
4	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	10	1	Kurang	3	5	2	2	4	5	4	4	4	1	5	5	2	2	4	1	4	4	4	1	4	1	71	2	Cukup		
5	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	9	1	Kurang	3	5	3	2	5	3	2	2	3	4	3	5	3	2	4	3	4	2	3	3	5	3	72	2	Cukup		
6	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	7	1	Kurang	4	4	3	1	2	3	3	2	3	1	1	4	3	5	1	3	3	2	3	4	1	3	59	1	Kurang		
7	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	10	1	Kurang	4	3	4	5	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	77	2	Cukup	
8	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	13	2	Cukup	4	4	4	2	4	1	5	3	3	1	4	4	4	2	4	5	1	3	3	1	4	1	67	2	Cukup		
9	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	13	2	Cukup	3	3	2	2	2	2	3	3	1	1	3	3	2	5	2	2	3	3	1	1	2	2	51	2	Cukup		
10	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	10	1	Kurang	4	2	4	2	1	3	5	3	3	4	4	2	4	2	1	3	1	3	3	4	1	3	62	1	Kurang		
11	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	18	3	Baik	3	4	4	2	3	4	5	2	5	4	4	4	4	5	5	4	4	2	5	4	5	4	86	3	Baik		
12	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	9	1	Kurang	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	61	1	Kurang	
13	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	9	1	Kurang	4	2	3	3	2	4	5	4	2	4	4	2	4	4	2	4	1	4	2	4	2	4	70	2	Cukup	
14	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1		1	1	1	1	19	3	Baik	4	3	5	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	86	3	Baik		
15	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	13	2	Cukup	3	3	2	2	4	3	4	2	1	3	5	5	2	2	4	4	4	2	1	3	4	4	67	2	Cukup		
16	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	1	16	2	Cukup	4	2	1	2	2	3	3	5	3	3	4	2	4	2	2	4	4	4	4	4	4	2	1	65	2	Cukup
17	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	9	1	Kurang	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	5	1	3	65	2	Cukup	
18	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	12	1	Kurang	4	2	5	2	4	3	4	3	1	3	4	2	1	2	4	3	4	3	1	3	4	3	65	2	Cukup		
19	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	8	1	Kurang	3	3	3	3	4	2	3	2	5	2	3	3	3	3	4	2	3	2	5	2	4	2	66	2	Cukup		
20	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	17	2	Cukup	4	5	4	3	5	4	4	5	5	3	4	1	4	5	5	1	5	3	5	5	4	2	86	3	Baik		
21	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	18	3	Baik	5	4	4	4	2	3	4	3	5	3	5	4	4	4	2	3	4	3	1	3	2	3	75	2	Cukup		
22	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	15	2	Cukup	5	3	1	5	5	2	4	4	3	5	4	3	4	4	3	5	4	3	5	4	5	5	86	3	Baik		
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	20	3	Baik	5	5	4	5	5	4	5	5	2	3	3	1	3	5	5	4	5	1	4	4	4	2	84	3	Baik		

24	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	1	9	1	Kurang	3	5	4	3	4	1	3	3	2	1	3	1	4	3	4	5	3	3	2	5	4	1	67	2	Cukup	
25	1	0	0	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	13	2	Cukup	3	4	3	5	3	4	5	5	4	4	3	4	3	4	3	4	5	5	4	4	3	4	86	3	Baik	
26	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	9	1	Kurang	3	3	4	5	4	1	1	3	3	1	3	3	4	5	4	2	2	3	3	4	4	1	66	2	Cukup
27	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	13	2	Cukup	4	5	4	3	3	3	1	4	2	3	4	4	4	3	3	3	1	4	2	3	3	3	69	2	Cukup	
28	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	17	2	Cukup	3	3	5	3	2	3	1	1	2	3	3	3	1	3	1	3	2	1	2	3	2	3	53	1	Kurang	
29	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	12	1	Kurang	4	3	2	3	3	3	3	4	2	3	4	3	2	3	3	3	3	4	5	3	3	3	69	2	Cukup	
30	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	7	1	Kurang	3	3	2	2	3	2	3	5	1	3	4	3	2	2	3	2	3	4	4	3	3	2	62	1	Kurang	
31	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	10	1	Kurang	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	66	2	Cukup	
32	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	9	1	Kurang	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88	3	Baik	
33	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	16	2	Cukup	3	4	5	4	4	4	4	1	2	2	1	1	2	2	2	2	4	5	2	2	1	1	58	1	Kurang	
34	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	13	2	Cukup	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88	3	Baik	
35	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	18	3	Baik	4	4	3	5	3	4	4	3	5	3	4	4	5	3	3	4	4	5	3	5	5	4	87	3	Baik	
36	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	8	1	Kurang	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	66	2	Cukup	
37	1	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	15	2	Cukup	5	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	5	5	4	4	4	4	4	1	2	2	4	5	71	2	Cukup
38	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	9	1	Kurang	3	5	3	2	2	3	3	2	3	5	3	1	3	4	2	3	3	2	3	1	2	3	61	3	Kurang	
39	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	19	3	Baik	3	1	1	3	3	3	4	2	5	2	3	1	5	3	3	3	4	2	1	2	3	3	60	1	Kurang	
40	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	15	2	Cukup	4	2	3	4	4	4	2	2	2	2	2	2	1	1	4	1	2	2	2	2	1	4	53	1	Kurang	
41	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	18	3	Baik	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	88	3	Baik		
42	0	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	10	1	Kurang	4	4	4	2	4	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4	3	4	3	4	3	4	3	77	2	Cukup	
43	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	19	3	Baik	4	5	5	4	5	2	3	5	5	3	5	5	5	3	3	5	3	5	5	4	4	5	93	3	Baik	
44	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	12	1	Kurang	4	2	2	2	2	3	3	4	4	3	4	3	2	2	2	3	3	4	3	3	2	1	61	1	Kurang	
45	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	7	1	Kurang	3	2	3	2	2	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	2	2	2	4	4	2	3	62	1	Kurang	
46	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	13	2	Cukup	3	4	2	2	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	62	1	Kurang	

Lampiran 6

HASIL SPSS

Frequencies

Statistics

		Pengetahuan	Perilaku
N	Valid	46	46
	Missing	0	0

Pengetahuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	23	50.0	50.0	50.0
	Cukup	14	30.4	30.4	80.4
	Baik	9	19.6	19.6	100.0
	Total	46	100.0	100.0	

Perilaku

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	13	28.3	28.3	28.3
	Cukup	21	45.7	45.7	73.9
	Baik	12	26.1	26.1	100.0
	Total	46	100.0	100.0	

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Pengetahuan * Perilaku	46	100.0%	0	.0%	46	100.0%

Pengetahuan * Perilaku Crosstabulation

			Perilaku			Total
			Kurang	Cukup	Baik	
Pengetahuan	Kurang	Count	8	13	2	23
		Expected Count	6.5	10.5	6.0	23.0
		% within Pengetahuan	34.8%	56.5%	8.7%	100.0%
	Cukup	Count	4	6	4	14
		Expected Count	4.0	6.4	3.7	14.0
		% within Pengetahuan	28.6%	42.9%	28.6%	100.0%
	Baik	Count	1	2	6	9
		Expected Count	2.5	4.1	2.3	9.0
		% within Pengetahuan	11.1%	22.2%	66.7%	100.0%
Total	Count	13	21	12	46	
	Expected Count	13.0	21.0	12.0	46.0	
	% within Pengetahuan	28.3%	45.7%	26.1%	100.0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	11.366 ^a	4	.023
Likelihood Ratio	11.050	4	.026
Linear-by-Linear Association	7.430	1	.006
N of Valid Cases	46		

a. 5 cells (55,6%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2,35.

DOKUMENTASI





**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)
MEDIKA NURUL ISLAM**

Jl. Lingkar Cot Teungoh No. 15 Sigli Kabupaten Pidie
Email : stikesmnisigli@gmail.com Laman : stikesmni.ac.id
Telp/Fax : (0653) 7829637

Nomor : 992 /MNI.05.04/PP.05.02.00/2023

Lamp : -

Hal : Studi Pendahuluan

Kepada Yth :
Kepala SMA Negeri 1 Kembang Tanjong
Di-
Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Sehubungan dengan akan dilakukan penyusunan Skripsi bagi mahasiswa S1 Kebidanan STIKes Medika Nurul Islam Sigli Tahun Ajaran 2022/2023 yang merupakan salah satu syarat akademik, mahasiswa yang tersebut namanya di bawah ini :

Nama : Ummi Salamah
NIM : 22004031

Sedang menyusun proposal penelitian dengan judul "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Prilaku Personal Hygiene pada Saat Menstruasi di Kelas X SMA Negeri 1 Kembang Tanjong"

Berkenaan dengan hal tersebut di atas, maka mohon untuk diberikan izin bagi mahasiswa yang bersangkutan dapat melakukan pengambilan data awal guna penyusunan dan penyelesaian tugas akhir. Data yang diperoleh hanya digunakan untuk Studi Ilmiah dan tidak dipublikasikan.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya, kami ucapkan terima kasih.

Sigli, 22 Desember 2023
Ketua STIKes Medika Nurul Islam



Ns. Tuti Sahara, M.Kep
NIDN: 1303088901



**PEMERINTAH ACEH
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 1 KEMBANG TANJONG**
Jln. Tanah Lapang, Kec. Kembang Tanjong, Kab. Pidie
Email : smankbtanjong@gmail.com Telp. 0653 - 821535 Kode Pos



SURAT IZIN MENGADAKAN PENELITIAN
Nomor : 800 / 405 / 2023

1. Dasar Surat Sekolah Ilmu Tinggi Kesehatan (STIKes) Medika Nurul Islam Sigli, nomor : 992/MNI.05.04/PP.05.02.00/2023, tanggal 22 Desember 2023, perihal Studi Pendahuluan Penelitian.

Kepala SMA Negeri 1 Kembang Tanjong menerangkan bahwa:

Nama : Ummi Salamah
NIM : 22004031

2. Dipihak kami tidak keberatan saudara yang namanya tersebut diatas untuk mengadakan Penelitian pada Sekolah kami pada tanggal 8 s.d 9 Januari 2024.
3. Demikian surat Izin Mengadakan Penelitian ini kami buat untuk dapat digunakan seperlunya.

Kembang Tanjong, 23 Desember 2023
Kepala SMA Negeri 1 Kembang Tanjong,



Drs. Zainullah
NIP. 196712311994031056



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)

MEDIKA NURUL ISLAM

Jl. Lingkar Cot Teungoh No. 15 Sigli Kabupaten Pidie
Email : stikesmnisigli@gmail.com Laman : stikesmni.ac.id
Telp/Fax : (0653) 7829637

Nomor : 1057 /MNI.05.02/PP.05.00/2023
Lamp : -
Hal : Izin Penelitian

Kepada Yth :
Ka. Sma Negeri 1 Kembang Tanjong Kabupaten Pidie

Di-
Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Dengan ini kami memberitahukan bahwa Mahasiswa/i S1 Kebidanan STIKes Medika Nurul Islam Sigli Tahun Akademik 2022/2023 akan melaksanakan kegiatan Penyusunan Tugas Akhir sebagai Persyaratan Akademik.

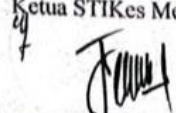
Berkenaan dengan hal tersebut diatas, maka mohon untuk diberikan izin bagi mahasiswa/i kami di bawah ini :

Nama : Ummi Salamah
NIM : 22040031
Judul Skripsi : HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU PERSONAL
HYGIENE PADA SAAT MENSTRUASI DI KELAS XI SMA NEGERI 1
KEMBANG TANJONG KABUPATEN PIDIE

Tempat : SMA NEGERI 1 KEMBANG TANJONG KABUPATEN PIDIE

Untuk dapat melakukan penelitian guna penyusunan dan penyelesaian Tugas Akhir.
Demikian atas perhatian dan kerjasamanya, kami ucapkan terimakasih.

Sigli, 29 Desember 2023
Ketua STIKes Medika Nurul Islam


Ns. Tuti Sahara, M.Kep
NIDN: 1303088901



PEMERINTAH ACEH
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 1 KEMBANG TANJONG

Jln. Tanah Lembang, Km. Kembang Tanjong, Kab. Pidie
Email : smanekembangtanjong@gmail.com Telp. 8653 - 821535 Kantor Pos



SURAT KETERANGAN PENELITIAN
Nomor : 429 / 13 / 2024

Dasar Surat Ketua Bidang Akademik Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Medika Nurul Islam Nomor : 1057/ MNI.05.02./PP.05.00/2023, Tanggal 29 Desember 2023, Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Drs. ZAINULLAH
NIP : 196712311994031056
Jabatan : Kepala SMA Negeri 1 Kembang Tanjong
Unit Kerja : SMA Negeri 1 Kembang Tanjong

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : UMMI SALAMAH
NIM : 22040031
Pekerjaan : Mahasiswa STIKes Medika Nurul Islam Sigli

Benar yang nama tersebut diatas telah mengadakan Penelitian Pengambilan Data Data dari tanggal, 04 dan 05 Januari 2024, dalam rangka menyusun Skripsi dengan Judul,

" HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE PADA SAAT MENSTRUASI DI KELAS XI SMA NEGERI 1 KEMBANG TANJONG KABUPATEN PIDIE. "

Demikian Surat Keterangan ini kami buat, untuk dapat dipergunakan seperiunya.

Kembang Tanjong, 11 Januari 2024
Kepala SMAN 1 Kembang Tanjong,



Drs. ZAINULLAH
NIP. 196712311994031056