

PENGARUH MEDIA *BOOKLET* TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI TERKAIT KEBERSIHAN DALAM MENSTRUASI DI PONDOK PESANTREN AL-ISHLAH DEMAK TRIWULAN II TAHUN 2017

Wanodya Puspitaningrum, Farid Agushybana, Atik Mawarni, Djoko Nugroho

Bagian Biostatistika dan Kependudukan, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro

Email: wanopuspita@gmail.com

ABSTRACT

The poor personal hygiene of menstruation has a major effect on morbidity and complications. One of the factors that led to the lack of personal hygiene behavior during menstruation is because of the lack of knowledge and understanding of menstrual hygiene. More than 50% of young women in India have poor knowledge of menstrual hygiene. Based on previous research, 59.1% of adolescent girls in Pondok Pesantren Ulul Albab Sukoharjo have an unfavorable attitude in personal hygiene during menstruation. The purpose of this study is to determine the effect of booklet media on the knowledge and attitude of young women related to menstrual hygiene at Pondok Pesantren Al-Ishlah Demak. This is a pre-experimental study using a one-pretest-posttest design. The sample in this research used a population of 55 girls. Data analysis of univariate and bivariate using Sign Test with $\alpha=5\%$. The average score of knowledge of menstrual hygiene prior to the giving of booklet media was 8.29 whereas the mean score of knowledge of menstrual hygiene after giving the booklet was 10.64. The result of the research showed that the influence of media booklet on the change of knowledge ($p=0.0001$). The average score of menstrual hygiene before presentation of the booklet was 35.75 while the mean postmenopausal hygiene score after giving the booklet was 38.91. The result of this research indicate the effect of media booklet on attitude change ($p=0.0001$). Suggestions that can be given are increasing knowledge and attitude about hygiene during menstruation by forming small groups with routine mentoring. The conclusion of this research is giving of booklet media influencing knowledge and attitude of adolescent girl related to menstrual hygiene.

Keywords: menstrual hygiene, adolescent girl, attitude, knowledge, booklet

PENDAHULUAN

Salah satu dalam isu pembangunan yang penting pada saat ini adalah masalah kesehatan reproduksi, khususnya kesehatan reproduksi remaja yang menjadi perhatian utama. Masa remaja

adalah masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi serta psikis dan masa ini merupakan suatu periode pematangan organreproduksi manusia, dan sering disebut sebagai masa pubertas.¹

Remaja putri yang sudah matang alat reproduksinya maupun hormon-hormon dalam tubuhnya akan mengalami menstruasi. Menstruasi merupakan perdarahan secara periodik dari uterus disertai pelepasan endometrium yang dimulai kurang lebih 14 hari setelah ovulasi.²

Personal hygiene menstruasi pada remaja merupakan isu kritis sebagai determinan status kesehatan remaja yang akan berpengaruh besar terhadap morbiditas dan komplikasi.³Kebersihan dalam menstruasi memegang peran penting dalam menentukan status kesehatan, khususnya supaya terhindar dari infeksi alat reproduksi, oleh karena itu pada saat menstruasi perempuan harus benar-benar menjaga kebersihan terutama pada bagian vagina apabila tidak dijaga akan menimbulkan mikroorganisme seperti jamur, bakteri virus dan parasite yang berlebihan sehingga mengganggu fungsi organ reproduksi.⁴

Wanita dalam kelompok usia reproduksi berisiko terhadap infeksi saluran reproduksi (ISR) selama kehidupan mereka contohnya ketika mengalami menstruasi, kehamilan, dan persalinan.⁵ Prevalensi ISR pada remaja di dunia tahun 2006 antara lain adalah kandidiasis sebanyak 25%-50%, vaginosis bakterial sebesar 20%-40%, dan trikomoniasis sebesar 5%-15%.⁶ Diantara negara-negara di Asia Tenggara, wanita Indonesia lebih berisiko mengalami ISR yang dipicu iklim Indonesia yang panas dan lembab.⁷

Penyebab utama ISR antara lain adalah imunitas yang lemah (10%), perilaku *hygiene* yang kurang ketika menstruasi (30%), dan lingkungan tidak bersih serta

penggunaan pembalut yang kurang sehat ketika menstruasi (50%).⁸

Dari hasil penelitian yang dilakukan Anusree pada tahun 2014 mengenai pengetahuan *menstrual hygiene* di India, lebih dari 50% remaja putri memiliki pengetahuan yang buruk terkait kebersihan menstruasi.⁹ Penelitian oleh Khusna tahun 2016 menunjukkan bahwa sebanyak 59,1% remaja putri di pondok pesantren Ulul Albab Sukoharjo memiliki sikap yang kurang baik dalam *personal hygiene* saat menstruasi.¹⁰

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu metode yang tepat untuk memberikan informasi kepada remaja. Perilaku yang didasari dengan pengetahuan, lebih tahan lama dibandingkan perilaku yang tidak didasari pengetahuan. Pendidikan kesehatan merupakan bagian dari hak reproduksi remaja untuk memiliki pengetahuan, kesadaran, sikap dan perilaku kesehatan reproduksi yang bertanggungjawab.¹¹

Remaja putri dengan pengetahuan yang lebih baik mengenai kebersihan menstruasi dan praktek yang aman, bisa mengurangi kerentanan terhadap infeksi saluran reproduksi (ISR) dan konsekuensinya.¹²

Peranan pondok pesantren sebagai sebuah lembaga pendidikan yang membahas masalah agama Islam yang berguna bagi masyarakat luas sudah semestinya membahas seksualitas melalui pendidikan kesehatan reproduksi. Akan tetapi pada kenyataannya, bahasan kesehatan reproduksi masih tergolong tema yang sangat jarang dan sensitif di kalangan pondok pesantren. Masalah kesehatan reproduksi remaja khususnya mengenai menstruasi sangat penting

untuk diinformasikan kepada remaja putri di pondok pesantren.¹³

Hasil penelitian Awaliya tahun 2013 menunjukkan bahwa perilaku *personal hygiene* genitalia remaja putri di pondok pesantren saat menstruasi sebesar 41% berperilaku buruk. Hal ini dipengaruhi oleh usia, tingkat pendidikan, kelas, informasi tentang cara melakukan *personal hygiene* genitalia saat menstruasi, sumber informasi, dan usia menarche.¹⁴

Keadaan tersebut menunjukkan bahwa remaja putri di pondok pesantren membutuhkan informasi tambahan mengenai kesehatan reproduksi. Salah satu upaya yang dilakukan untuk memperoleh informasi adalah melalui pendidikan kesehatan yang disesuaikan dengan kondisi di pondok pesantren yang membatasi penggunaan media elektronik yaitu dengan menggunakan media cetak. Salah satu media cetak yang dapat digunakan adalah *booklet*, yaitu suatu media untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk tulisan dan gambar. Manfaat *booklet* sebagai media komunikasi pendidikan kesehatan antara lain membantu sasaran pendidikan untuk belajar lebih banyak dan cepat, membuat

sasaran pendidikan tertarik dan ingin tahu lebih dalam untuk meneruskan pesan-pesan yang diterima kepada orang lain, mempermudah penemuan informasi oleh sasaran pendidikan serta mendorong keinginan orang untuk mengetahui lalu mendalami dan akhirnya mendapatkan pengertian yang lebih baik.¹⁵

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian adalah *pre-experimental research* dengan *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri Pondok Pesantren Al-Ishlah Demak. Sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah sebagian populasi remaja putri Pondok Pesantren Al-Ishlah Demak yang berjumlah 55 remaja putri yang berusia 12-21 tahun dan sudah mengalami pubertas (menstruasi). Analisis datayang dilakukan yaitu analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan Uji Tanda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengaruh Pemberian Media *Booklet* terhadap Pengetahuan Remaja Putri terkait Kebersihan dalam Menstruasi

Tabel 1. Uji Perbedaan Pengetahuan Remaja Putri Antara Sebelum dan Sesudah Pemberian Media *Booklet* terkait Kebersihan dalam Menstruasi di Pondok Pesantren Al-Ishlah Demak Triwulan II Tahun 2017

Variabel	Rata-rata	Z	Nilai P
Pengetahuan	<i>Pretest</i>	8,29	-5,629
	<i>Posttest</i>	10,64	

Berdasarkan Tabel 1, terdapat perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah pemberian media *booklet* terkait kebersihan dalam menstruasi yang ditunjukkan oleh perbedaan rata-rata *pretest* sebesar 8,29 meningkat

menjadi 10,64. Hasil Uji Tanda diperoleh nilai Z sebesar -5,629 dan nilai $p=0,0001$ yang artinya secara statistik menunjukkan terdapat perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah pemberian media *booklet*. Sehingga

dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan dengan media *booklet* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri.

Faktor yang mempengaruhi peningkatan pengetahuan remaja putri dipengaruhi oleh jarak antara waktu intervensi dengan *posttest* karena berhubungan dengan ingatan dalam menyimpan informasi (retensi). Hasil penelitian Keeley dalam Sprenger menunjukkan bahwa lama interval akan mempengaruhi kekuatan retensi. Keeley menyatakan 54% materi diingat setelah 1 hari, 35% materi diingat setelah 7 hari, 21% materi diingat setelah 14 hari, dan 8% materi diingat setelah 21 hari. Hal ini berarti bahwa setelah 14 hari, siswa lupa hampir 90% dari informasi yang telah didapat.¹⁶

Dengan menggunakan media cetak remaja putri cenderung lebih mudah untuk memahami tentang muatan informasi karena informasi yang tercantum di dalam *booklet* ringan dan dapat dipelajari sendiri oleh remaja putri.¹⁷

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nur'aini tahun 2016 menunjukkan bahwa *booklet* mempengaruhi perbedaan skor nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* pengetahuan *menstrual hygiene* siswi SDI Al-Falah I Jakarta ($p=0,001$).¹⁸ Penelitian Safitri pada tahun 2016 juga menyatakan bahwa edukasi melalui *booklet* meningkatkan skor pengetahuan saat *posttest*. Terdapat perbedaan rerata pengetahuan sebelum dan setelah

edukasi dengan *booklet* sebesar 4,93 ($p=0,022$).¹⁹

Pengetahuan dapat diterima seseorang melalui indera dan paling banyak disalurkan ke dalam otak melalui indera pandang. Kurang lebih 75% sampai 87% dari pengetahuan manusia diperoleh melalui indera pandang, 13% melalui indera pendengaran, dan 12% lainnya tersalur melalui indera yang lain.²⁰

Menurut Maryoto dalam Ranti, dampak utama media pendidikan adalah menimbulkan minat sasaran pendidikan, membantu didalam mengatasi banyaknya hambatan, membantu sarana kesehatan untuk belajar lebih banyak dan cepat, merangsang sarana pendidikan untuk meneruskan pesan-pesan yang diterima kepada orang lain, mempermudah penyampaian bahasa pendidikan, mempermudah menemukan informasi oleh sasaran pendidikan, mendorong keinginan orang untuk mengetahui lebih dalam dan akhirnya mendapatkan pengertian yang lebih baik. Orang yang melihat sesuatu yang di perlukan tentu akan menarik perhatiannya, dan apa yang dilihat dengan penuh perhatian akan memberikan pengertian yang baru sehingga itu akan mendorong untuk melakukan hal yang baru tersebut, membantu menegakan pengertian yang di peroleh.²¹

Pengaruh Pemberian Media *Booklet* terhadap Sikap Remaja Putri terkait Kebersihan dalam Menstruasi

Tabel 2. Uji Perbedaan Sikap Remaja Putri Antara Sebelum dan Sesudah Pemberian Media *Booklet* terkait Kebersihan dalam Menstruasi di Pondok Pesantren Al-Ishlah Demak Triwulan II Tahun 2017

Variabel	Rata-rata	Z	Nilai P
Sikap	<i>Pretest</i>	35,75	-3,897
	<i>Posttest</i>	38,91	

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa terdapat perbedaan sikap remaja putri sebelum dan sesudah pemberian media *booklet* terkait kebersihan dalam menstruasi yang ditunjukkan oleh perbedaan rata-rata *pretest* sebesar 35,75 meningkat menjadi 38,91. Hasil Uji Tanda diperoleh nilai nilai Z sebesar -3,897 dan $p=0,0001$ yang artinya secara statistik menunjukkan terdapat perbedaan sikap remaja putri sebelum dan sesudah pemberian media *booklet*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan dengan media *booklet* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan sikap remaja putri.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nur'aini tahun 2016 menunjukkan bahwa *booklet* mempengaruhi perbedaan skor nilai rata-rata *pretest* dan *posttest* sikap *menstrual hygiene* siswi SDI Al-Falah I Jakarta ($p=0,039$).¹⁸

Penelitian Dharmastuti tahun 2017 menyebutkan bahwa ada perbedaan sikap tentang bahaya merokok antara *pretest* dan *posttest*. Peningkatan nilai rata-rata sikap antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan media *booklet* yakni 40,43 menjadi 52,99. Terdapat peningkatan nilai rata-rata sikap antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan media *booklet* sebesar 12,57. Hasil uji statistik kelompok media *booklet* didapatkan nilai $p=0,0001$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan sikap siswa tentang bahaya merokok antara sebelum dan sesudah diberi pendidikan kesehatan dengan media *booklet*.²²

Sikap menurut Marisa dipengaruhi oleh berbagai macam faktor salah satunya adalah pendidikan atau edukasi. Pendidikan

merupakan salah satu alat untuk menghasilkan perubahan pada diri manusia, karena melalui pendidikan manusia akan dapat mengetahui segala sesuatu yang tidak atau belum diketahui sebelumnya. Pendidikan diartikan sebagai sebuah proses dengan metode-metode tertentu sehingga orang memperoleh pengetahuan, pemahaman dan cara bertingkah laku yang sesuai dengan kebutuhan.²³

Media juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi sikap seseorang. Media bermanfaat menimbulkan minat sasaran, merangsang sasaran untuk meneruskan pesan pada orang lain, dan memudahkan penyampaian informasi.²⁴ Media berfungsi untuk memudahkan seseorang dalam memahami informasi yang dianggap rumit.²⁵

Selain itu, peningkatan sikap juga dikarenakan oleh peningkatan pengetahuan. Peningkatan pengetahuan dan sikap ini diperoleh dari proses belajar dengan memanfaatkan semua alat indera, dimana 13% dari pengetahuan diperoleh melalui indera dengar dan 35-55% melalui indera pendengaran dan penglihatan.^{25,26} Hal ini sesuai dengan tujuan pemberian media *booklet* yaitu menghasilkan peningkatan pengetahuan yang akan mempengaruhi perubahan sikap dan perilaku.

KESIMPULAN

1. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan rata-rata skor pengetahuan kebersihan dalam menstruasi remaja putri sebelum dan sesudah pemberian *booklet* dengan rata-rata *pretest* 8,29 dan rata-rata *posttest* 10,64. Sesudah diberikan media

- booklet* terkait kebersihan dalam *menstruasi* masih ada remaja putri yang belum mengetahui lama siklus *menstruasi* (43,6%), bagaimana cara membersihkan alat kelamin (54,5%) dan dampak praktik kebersihan dalam *menstruasi* buruk (54,5%).
2. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan rata-rata skor sikap kebersihan dalam *menstruasi* remaja putri sebelum dan sesudah pemberian *booklet* dengan rata-rata *pretest* 35,75 dan rata-rata *posttest* 38,91. Sesudah diberikan media *booklet* terkait kebersihan dalam *menstruasi* masih ada remaja putri yang memiliki sikap negatif mengenai frekuensi mengganti pembalut ketika *menstruasi* dalam sehari (34,5%) dan bagaimana cara membersihkan alat kelamin (38,2%).
 3. Ada perbedaan pengetahuan remaja putri terkait kebersihan dalam *menstruasi* sebelum dan sesudah diberikan media *booklet* di pondok pesantren Al-Ishlah Demak ($p=0,0001$).
 4. Ada perbedaan sikap remaja putri terkait kebersihan dalam *menstruasi* sebelum dan sesudah diberikan media *booklet* di pondok pesantren Al-Ishlah Demak ($p=0,0001$).

SARAN

1. Bagi Remaja Putri di Pondok Pesantren Remaja putri di pondok pesantren dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap mengenai kebersihan dalam *menstruasi* dengan cara membentuk kelompok-kelompok kecil untuk dijadikan sumber informasi dengan cara melakukan *mentoring* oleh

pengasuh pondok pesantren yaitu ustadzah. Membuat media pendukung sebagai sumber informasi berupa kalender yang berisikan materi terkait kebersihan dalam *menstruasi* meliputi definisi *menstruasi*, cara merawat dan membersihkan organ reproduksi, mengganti pembalut, hal yang perlu diperhatikan selama *menstruasi* serta dampak jika tidak menjaga kebersihan selama *menstruasi*. Kegiatan *mentoring* yang rutin dilakukan dan adanya media pendukung berupa kalender sebagai sumber informasi maka pengetahuan dan sikap remaja putri di pondok pesantren terkait kebersihan dalam *menstruasi* dapat meningkat.

2. Bagi Dinas Pemberdayaan Masyarakat dan Desa, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (Dinpermades P2KB) Kabupaten Demak Dinpermades P2KB mengoptimalkan kegiatan KIE mengenai kesehatan reproduksi dalam meningkatkan pengetahuan pengasuh pondok pesantren sebagai sumber informasi dalam menjaga kebersihan selama *menstruasi* dengan mengadakan pelatihan TOT (*Training of Trainer*). Dengan adanya pelatihan ini, pengasuh pondok pesantren dapat meneruskan pesan atau materi yang telah didapatkan selama pelatihan kepada remaja putri yang ada di pondok pesantren sehingga kasus infeksi saluran reproduksi seperti keputihan dan gatal-gatal yang ada di kalangan remaja putri di pondok pesantren dapat dicegah.

DAFTAR PUSTAKA

1. Widyastuti Y, Rahmawati A, Purnamaningrum Y. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fitramaya; 2009.
2. Proverawati A, Misaroh S. *Menarche: Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika; 2009.
3. Aniebue UU, Aniebue PN, Nwankwo TO. The impact of pre-menarcheal training on menstrual practices and hygiene of Nigerian school girls. *Pan Afr Med J*. 2009;2:9.
4. Indriastuti DP. Hubungan Antara Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Higienis Remaja Putri Pada Saat Menstruasi. 2009.
5. Mani G. Prevalence of reproductive tract infections among rural married women in Tamil Nadu, India: A community based study. *Int Secur*. 2014;38(3):2014.
6. World Health Organization. *The World Health Report 2007: A Safer Future*.; 2007.
7. Puspitaningrum D. Praktik Perawatan Organ Genitalia Eksternal Pada Anak Usia 10-11 Tahun yang Mengalami Menarche Dini di Sekolah Dasar Kota Semarang. 2010.
8. Sari IP. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Perubahan Perilaku Menstrual Hygiene Remaja Putri untuk Pencegahan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR). *Bimiki I*. 2013;2(1):11-18.
9. Anusree PC, Roy A, Sara AB, Vcm F, Babu GP, Tamrakar A. Knowledge Regarding Menstrual Hygiene among Adolescent Girls in selected school, Mangalore with a View to Develop an Information Booklet. *IOSR J Nurs Heal Sci*. 2014;3(1):55-60.
10. Khusna N. Hubungan antara Pengetahuan tentang Menstruasi pada Remaja di Pondok Pesantren Ulul Albab Sukoharjo. 2016.
11. Sarwono S. *Sosiologi Kesehatan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press; 2004.
12. Bobhate P, Shrivastava S. A Cross Sectional Study of Knowledge and Practices about Reproductive Health among Female Adolescents in an Urban Slum of Mumbai. *J Fam Reprod Heal*. 2011;5(4):117-124.
13. Ariyani I. Aspek Biopsikososial Higiene Menstruasi Pada Remaja Di Pesantren Putri As-Syafi'iyah Bekasi Tahun 2009. 2009.
14. Awaliya NK. Analisis Perilaku Personal Hygeine Genitalia Remaja Putri Saat Menstruasi di Pondok Pesantren Thoriqul Huda Kedondong Kebonsari Madiun. 2013.
15. Setiana L. *Teknik Penyuluhan & Pemberdayaan Masyarakat*. Jakarta: Ghalia Indonesia; 2005.
16. Sprenger M. *Cara Mengajar Agar Siswa Tetap Ingat*. Jakarta: Erlangga; 2011.
17. Veronica J. Pengaruh Metode Simulasi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Guru

- Tentang Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Di Sekolah Menengah Umum Dan Sekolah Menengah Kejuruan Swasta Pencawan Medan Tahun 2009. 2009.
18. Nur'aini. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Booklet Terhadap Pengetahuan dan Sikap Menstrual Hygiene Pada Siswi di SDI Al-Falah I Jakarta. 2016.
19. Safitri NRD. Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Ceramah Dan Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Gizi Remaja Overweight. 2016.
20. Rahmawati I, Sudargo T, Paramastri I. Pengaruh Penyuluhan Dengan Media Audio Visual Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Ibu Balita Gizi Kurang Dan Buruk Di Kabupaten Kotawaringin Barat Propinsi Kalimantan Tengah. *Gizi Klin Indones*. 2007;4(2):69-77.
21. Ranti IN. Pengaruh Pemberian Buku Saku Gouty Arthritis Pasien Gouty Arthritis Rawat Jalan. *GIZIDO*. 2012;4(1):305-312.
22. Dharmastuti SP. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Bahaya Merokok Melalui Media Booklet Dan Poster Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa SMP N 2 Tasikmadu. 2017.
23. Marisa N. Pengaruh Pendidikan Gizi Melalui Komik Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Siswa SDN Bendungan di Semarang. 2014;3(4):925-932.
24. Suiroaka IP, Supariasa IDN. *Media Pendidikan Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2012.
25. Ma'munah M. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Booklet Terhadap Pengetahuan Nutrisi Ibu Laktasi Di Wilayah Kerja Puskesmas Ciputat Timur. 2015.
26. Bertalina. Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Gizi Seimbang Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Di Kecamatan Rajabasa Kota Bandar Lampung. *J Kesehat*. 2015;6(1):56-63.