

## **FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PRAKTIK PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI PONDOK PESANTREN AL ASROR KOTA SEMARANG TAHUN 2019**

**Anna Himmatin Nisa', Dharminto, Sri Winarni, Yudhy Dharmawan**

Bagian Biostatistika dan Kependudukan  
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro  
Email : annahimmatin29@gmail.com

### **ABSTRACT**

*Personal hygiene practices during menstruation become an important issue especially for adolescent girls who live in pesantren. The life of girls in pesantren is different from girls in general. Adolescent girls must adapt to the density of pesantren activities and regulations. In addition, there is still little discussion of reproductive health in pesantren. The purpose of this study was to determine the factors that associated with personal hygiene practices during menstruation in girls Al Asror Islamic Boarding School in Semarang. This research is a quantitative research with explanatory research method and cross-sectional study design. The population in this study was 133 girls with a sample of 108 girls taken using simple random sampling technique. The results showed that majority of respondents were in the age group of 14-16 years (63%) and the majority used disposable sanitary napkins (90.7%). Correlation test results show there is a significant relationship between the use of infrastructure ( $p$ -value = 0.031,  $r$  = 0.207) and friend support ( $p$ -value = 0.005,  $\rho$  = 0.271) with personal hygiene practices during menstruation in girls. Variable beliefs about menstrual myths and the amount of information media are not related to personal hygiene practices during menstruation in girls. Girls stay with friends in one room to allow a level of intimacy to trust to share experiences, share information, and advise one another on personal hygiene during menstruation. It is recommended for girls to filter information obtained from peers so that they are not wrong in receiving information.*

**Keywords** : *personal hygiene, menstruation, adolescent girls, islamic boarding school, santriwati*

### **PENDAHULUAN**

Kesehatan reproduksi merupakan suatu keadaan sejahtera fisik, mental, dan sosial secara menyeluruh dan tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan yang berkaitan dengan sistem, fungsi serta proses reproduksi.<sup>1</sup> kesehatan reproduksi merupakan masalah vital dalam pembangunan kesehatan khususnya kesehatan reproduksi remaja. Masa remaja merupakan masa transisi yang

ditandai dengan terjadinya perubahan fisik, emosi, dan psikis. Pada masa ini remaja mulai mengalami masa pubertas dan pematangan seksual dengan cepat. Masa pubertas ditandai dengan menstruasi pada perempuan dan mimpi basah pada laki-laki.<sup>2</sup>

Menstruasi merupakan proses pelepasan dinding rahim disertai pendarahan dan terjadi setiap bulan. Menjaga kebersihan organ genitalia saat menstruasi

perlu mendapat perhatian khusus agar terhindar dari pembusukan dan berkembangnya jamur.<sup>3</sup> Oleh karena itu sangat penting untuk melakukan praktik *personal hygiene* saat menstruasi yang benar. Praktik *personal hygiene* saat menstruasi memegang peranan penting dalam menentukan status kesehatan, khususnya supaya terhindar dari Infeksi Saluran Reproduksi (ISR).<sup>4</sup>

Perempuan dalam kelompok usia reproduksi berisiko terhadap ISR selama kehidupan mereka yaitu ketika mengalami menstruasi, kehamilan, dan persalinan. Penyebab utama ISR antara lain imunitas yang lemah (10%), perilaku *personal hygiene* yang kurang saat menstruasi (30%), dan lingkungan yang tidak bersih serta penggunaan pembalut yang kurang sehat saat menstruasi (50%).<sup>4</sup>

Angka kejadian ISR di dunia pada usia remaja menempati posisi tertinggi yaitu sebesar 35%-42% dan pada usia dewasa muda sebesar 27%-33%.<sup>5</sup> Prevalensi ISR pada remaja di dunia antara lain kandidiasis sebesar 25%-50%, vaginosis bakterial sebesar 20%-40% dan trikomoniasis sebesar 5%-15%.<sup>4</sup> Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Semarang tahun 2018 terdapat 425 kasus *bacterial vaginitis* dan kandidiasis serta 4 kasus trikomoniasis.

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang berperan penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia, salah satunya pondok pesantren.<sup>6</sup> Bahasan mengenai seksualitas masih dianggap tabu untuk dibicarakan di pesantren karena dianggap suci oleh sebagian masyarakat pesantren.<sup>4</sup> Kehidupan remaja putri di pesantren berbeda dengan remaja putri pada umumnya. Santriwati dituntut untuk beradaptasi

dengan kegiatan dan peraturan di pesantren dengan jadwal padat yang harus diikuti santri. Dalam kegiatan pendidikan formal, peserta didik hanya belajar dan berinteraksi dengan teman serta guru kurang lebih 6-7 jam dalam satu hari, hampir 24 jam remaja berinteraksi dengan teman sebayanya di lingkungan pesantren.<sup>7</sup>

Penelitian yang dilakukan terhadap santriwati di MTs Pondok Pesantren Dar El Hikmah Kota Pekanbaru menyebutkan bahwa sebanyak 79,1% santriwati memiliki *personal hygiene* saat menstruasi yang tidak baik. Faktor sumber informasi dan budaya memiliki hubungan dengan praktik *personal hygiene* saat menstruasi.<sup>3</sup> Hasil penelitian terhadap siswi SMPN 12 Kota Pekanbaru menyebutkan sebanyak 50% responden memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang negatif dan salah satunya dipengaruhi oleh ketersediaan sarana prasarana.<sup>8</sup> Penelitian lain yang dilakukan terhadap santriwati Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba usia 15-18 tahun menyebutkan sebanyak 76,1% responden memiliki *personal hygiene* cukup, dan 23,9% lainnya memiliki *personal hygiene* kurang yang dipengaruhi oleh komunikasi teman sebaya dan kepercayaan terhadap mitos.<sup>9</sup> Penelitian lain terhadap siswi SMPN 2 Depok juga menyebutkan bahwa sebanyak 23,1% responden memiliki perilaku kebersihan saat menstruasi kurang dan 76,9% memiliki perilaku kebersihan saat menstruasi baik. Hal ini salah satunya dipengaruhi oleh ketersediaan fasilitas alat pembersih dan dukungan teman sebaya.<sup>10</sup>

Berdasarkan penelitian sebelumnya, teori yang tepat digunakan dalam penelitian ini yaitu teori Lawrence Green. Menurut

Green, perilaku kesehatan dipengaruhi oleh tiga faktor, yaitu faktor predisposing, faktor pemungkin, dan faktor penguat.<sup>11</sup>

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Pondok Pesantren Al Asror Kota Semarang dengan responden berusia 12-18 tahun diketahui praktik *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri masih kurang seperti cara membasuh alat kelamin yang masih salah (50%), penggunaan sabun mandi untuk membersihkan alat kelamin (90%) dan tidak mengeringkan alat kelamin menggunakan handuk khusus/tisu setelah membersihkannya (60%). Enam puluh persen remaja putri pernah mengalami gatal-gatal di daerah kelamin saat menstruasi dan 100% remaja putri pernah mengalami keputihan. Remaja putri masih percaya adanya mitos seputar menstruasi seperti tidak boleh keramas saat menstruasi (70%), tidak boleh memotong rambut yang ada di bagian tubuh (80%) dan tidak boleh memotong kuku (90%). Remaja putri pernah mendapatkan informasi tentang kebersihan diri saat menstruasi berasal dari 3-4 sumber informasi dan pernah mendapat informasi seputar kebersihan saat menstruasi dari ustadzah (90%), pengasuh pesantren (40%), pengurus pesantren (40%) serta teman sebaya (60%). Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti ingin mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan praktik *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri Pondok Pesantren Al Asror Kota Semarang.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode *explanatory research* dan desain studi *cross sectional*. Populasi penelitian ini yaitu remaja putri Pondok Pesantren Al Asror dengan kriteria usia 11-20 tahun, telah mengikuti kegiatan pesantren dan sudah tinggal lebih dari 6 bulan serta sudah mengalami menstruasi minimal 2 kali atau lebih. Populasi penelitian sebanyak 133 remaja dengan jumlah sampel sebanyak 108 remaja putri. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Analisis data yang dilakukan yaitu analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment* dan uji korelasi *Rank Spearman*. Protokol penelitian telah lolos kaji etik yang dikeluarkan oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro dengan nomor 426/EA/KEPK-FKM/2019.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	f	%
<b>Kelompok Usia</b>		
Remaja awal (11-13 tahun)	28	25,9
Remaja madya (14-16 tahun)	68	63,0
Remaja akhir (17-20 tahun)	12	11,1
<b>Usia Menarche</b>		
Prekoks ( $\leq 10$ tahun)	12	11,1
Normal (11-14) tahun	90	83,3
Tarda ( $> 14$ tahun)	6	5,6
<b>Jenis Pembalut</b>		
Sekali pakai	98	90,7
Pakai ulang	4	3,7
Kombinasi	6	5,6

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia 14-16 tahun (63%), berada pada kelompok usia menarche normal yaitu usia 11-14 tahun (83,3%), dan mayoritas menggunakan pembalut sekali pakai (90,7%).

Tabel 2 Hasil Uji Korelasi

Variabel Bebas	Variabel Terikat	<i>p value</i>	r/rho
Kepercayaan terhadap mitos menstruasi		0,776	0,028
Jumlah media informasi	Praktik <i>personal hygiene</i> saat menstruasi	0,366	0,088
Pemanfaatan sarana prasarana		0,031	0,207
Dukungan teman		0,005	0,261

Tabel 2 menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara pemanfaatan sarana prasarana (*p-value* = 0,031) dan dukungan teman (*p-value* = 0,005) dengan praktik *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri. Tidak terdapat hubungan antara kepercayaan terhadap mitos menstruasi (*p-value* = 0,776) dan jumlah media informasi (*p-value* = 0,366) dengan praktik *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri.

Pemanfaatan sarana prasarana merupakan sumber daya yang tersedia yang dapat mempermudah individu untuk berperilaku sehat khususnya terkait *personal hygiene* saat menstruasi.<sup>12</sup> Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Suryani (2019) yang menyatakan ada hubungan antara ketersediaan sarana dengan perilaku *personal hygiene* saat

menstruasi pada siswi SMPN 12 Kota Pekanbaru (*p value* = 0,0001). Hal ini dikarenakan ketersediaan sarana prasarana merupakan faktor pendukung dalam melakukan *personal hygiene* saat menstruasi, seperti toilet bersih, air bersih, dan sebagainya.<sup>8</sup> Hasil penelitian ini juga didukung penelitian Suryati (2012) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara ketersediaan fasilitas pembersih dengan perilaku kebersihan saat menstruasi (*p value* = 0,004). Kebutuhan fasilitas alat pembersih disini meliputi ketersediaan pembalut dan air bersih yang digunakan sesuai keperluan.<sup>10</sup>

Adanya hubungan pemanfaatan sarana prasarana dengan praktik *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri Pondok Pesantren Al Asror dikarenakan responden menyatakan sarana prasarana yang disediakan pondok pesantren sudah memenuhi untuk kebersihan diri saat menstruasinya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kamar mandi pesantren bersih sehingga membuat responden tidak malas untuk mengganti pembalut. Pengurus pesantren menyatakan bahwa ada piket kamar mandi setiap minggunya yang dilakukan bergilir. Selain itu responden juga menyatakan air yang tersedia di pesantren bersih dan mencukupi untuk kebersihan diri saat menstruasi.

Teman merupakan faktor eksternal yang cukup erat berhubungan dengan praktik *personal hygiene* saat menstruasi. Lingkungan dan sosial sebagai faktor eksternal sangat mendukung terhadap perubahan praktik *personal hygiene* individu, dikarenakan lingkungan sebagai tempat perilaku individu.<sup>9</sup> Hasil penelitian ini sejalan

dengan penelitian Suryati (2012) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan perilaku kebersihan saat menstruasi pada siswi SMPN 2 Depok. Hal ini dikarenakan teman merupakan sumber informasi bagi remaja selain dari orangtua. Bersama teman, remaja lebih bebas bercerita secara mendalam.<sup>10</sup> Hasil penelitian ini juga didukung penelitian Bujawati (2017) yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara komunikasi teman sebaya dengan *personal hygiene* saat menstruasi pada santriwati di Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba (p value = 0,001).<sup>9</sup>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden sering berbagi pengalaman seputar menstruasi dengan teman, memberikan informasi seputar kebersihan diri saat menstruasi serta saling menasihati untuk menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi. Remaja putri di Pondok Pesantren Al Asror terbagi dalam beberapa kamar dimana dalam satu kamar terdiri dari 15-39 remaja putri sesuai luas kamar. Hal ini memungkinkan tingkat keakraban antar teman satu kamar yang tinggi hingga menunjukkan rasa percaya pada teman satu kamarnya untuk berbagi informasi atau bercerita tentang suatu hal. Berdasarkan hasil penelitian, di Pondok Pesantren Al Asror belum terdapat adanya pendidikan sebaya (*peer education*). Dengan adanya hubungan dukungan teman dengan praktik *personal hygiene* saat menstruasi, teman menjadi salah satu faktor penting terhadap perilaku remaja putri. Pendidikan sebaya akan memberikan efek yang lebih positif karena remaja akan lebih terbuka dan mudah berkomunikasi dengan

temannya dibanding dengan orangtua maupun guru. Informasi yang sensitif juga dapat disampaikan oleh teman sebaya menggunakan bahasa sesuai usianya sehingga informasi akah lebih mudah dipahami. Pendidikan teman sebaya juga dapat menjadi role model bagi remaja dalam berperilaku sehat khususnya terkait praktik *personal hygiene* saat menstruasi.<sup>13</sup>

Perbedaan dalam mitos budaya memberikan dampak pada komunitas masyarakat terkait praktik *personal hygiene* saat menstruasi yang berbeda pula. Intervensi budaya dalam hal ini tentu tidak selalu benar secara ilmiah sehingga kemudian disebut sebagai mitos dalam budaya. Banyak mitos-mitos yang berkembang di masyarakat terkait menstruasi. Semakin seseorang percaya dengan mitos-mitos seputar menstruasi, sangat mungkin seseorang jauh dari perilaku *personal hygiene* yang sehat tentang menstruasi.<sup>3</sup>

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Maharani (2018) yang menyatakan terdapat hubungan antara budaya dengan *personal hygiene* saat menstruasi pada santriwati MTs Pondok Pesantren Dar El Hikmah Pekanbaru (p value = 0,002). Sebanyak 88,4% santriwati yang percaya adanya mitos budaya memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang tidak baik.<sup>3</sup> Hasil penelitian ini juga tidak sejalan dengan penelitian Bujawati (2017) yang menyatakan ada hubungan antara kepercayaan terhadap mitos menstruasi dengan *personal hygiene* selama menstruasi pada santriwati Pondok Pesantren Babul Khaer (p value = 0,0001). Semakin responden tidak percaya mitos maka semakin baik *personal hygiene* selama menstruasinya. Responden tidak percaya mitos

karena tidak terbukti alasannya jika melanggar mitos.<sup>9</sup>

Tidak adanya hubungan kepercayaan terhadap mitos dengan praktik *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri Pondok Pesantren Al Asror dapat terjadi karena responden memiliki pemahaman yang baik terkait mitos seputar menstruasi seperti seperti tidak setuju jika konsumsi minuman tertentu dapat mempercepat menstruasi, seperti konsumsi minuman bersoda, kopi, dan air es dapat mempercepat menstruasi.

Jumlah media informasi merupakan banyaknya sarana yang digunakan seseorang dalam memperoleh informasi terkait praktik *personal hygiene* saat menstruasi.<sup>6</sup> Hasil penelitian tidak sejalan dengan penelitian Maharani (2018) yang menyatakan terdapat hubungan antara sumber informasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada santriwati MTs Pondok Pesantren Dar El Hikmah Pekanbaru ( $p$  value = 0,0001). Responden yang tidak menerima sumber informasi memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang tidak baik. Minimnya sumber informasi yang diperoleh responden menyebabkan kurangnya perilaku dalam *personal hygiene* saat menstruasi.<sup>3</sup>

Tidak adanya hubungan jumlah media informasi dengan praktik *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri Pondok Pesantren Al Asror karena dimungkinkan remaja putri mendapat informasi tentang *personal hygiene* saat menstruasi dari sumber informasi lain seperti ustadzah, pengasuh pesantren, pengurus pesantren serta teman sebaya. Meskipun responden memperoleh informasi tentang *personal hygiene* saat menstruasi

dari jumlah media yang sedikit namun responden dimungkinkan lebih banyak mendapat informasi dari sumber informasi lain.

## KESIMPULAN

1. Tidak ada hubungan antara kepercayaan terhadap mitos menstruasi ( $p$ -value = 0,776,  $\rho$  = 0,028, *rank spearman*) dan jumlah media informasi ( $p$ -value = 0,366,  $\rho$  = 0,088, *rank spearman*) dengan praktik *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri Pondok Pesantren Al Asror Kota Semarang.
2. Ada hubungan antara pemanfaatan sarana prasarana ( $p$ -value = 0,031,  $\rho$  = 0,207, *rank spearman*) dan dukungan teman ( $p$ -value = 0,005,  $r$  = 0,271, *pearson product moment*) dengan praktik *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri Pondok Pesantren Al Asror Kota Semarang.

## SARAN

1. Menjaga kebersihan kamar mandi sebagai sarana untuk mendukung kebersihan diri saat menstruasi.
2. Pondok pesantren memberdayakan santriwati sebagai *peer educator* dengan tujuan untuk penyebaran informasi kepada santriwati lainnya terkait kesehatan reproduksi khususnya *personal hygiene* saat menstruasi.
3. Remaja putri hendaknya menyaring informasi yang diperoleh dari teman sebaya sehingga tidak salah dalam menerima informasi.
4. Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian mengenai

variabel lainnya terkait praktik *personal hygiene* saat menstruasi.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Lufiati DE, Wijayanti AC, Nugroho FS. Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene Organ Genitalia pada Pelajar Putri di SMK N 7 Surakarta. 2015;1.
2. Gustina E, Djannah SN. Sumber Informasi Dan Pengetahuan Tentang Menstrual Hygiene Pada Remaja Putri. *J Kesehat Masy.* 2015;10(2):147–152.
3. 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.
4. Puspitaningrum W, Agushybana F, Mawarni A, Nugroho D. Pengaruh Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terkait Kebersihan Dalam Menstruasi Di Pondok Pesantren Al-Ishlah Demak Triwulan II Tahun 2017. *Jurnal Kesehat Masy.* 2017;5(4):274–281.
5. Rohidah S, Nurmaliza. Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMA Negeri 3 Pekanbaru Tahun 2018. *J midwifery Sci.* 2019;3(1):32–35.
6. Halima S, Rahman MA, Riskiyani S. Persepsi Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Di Pondok Pesantren Manahilil Ulum Hidayiah Kaballangan Kabupaten Pinrang. *AKK.* 2014;3(1):41–47.
7. Machfutra ED, Noor A, Asropi A, Luxiarti R, Mutmainah NF. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Santri Putri Pesantren X Yogyakarta. *Bul Penelit Sist Kesehat.* 2018;21(4):236–246.
8. Suryani L. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi di SMP Negeri 12 Kota Pekanbaru. 2019;3(2):24–35.
9. 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. *Kesehat Masy UIN Alauddin Makassar.* 2016;3(1):1–9.
10. Suryati. Perilaku Kebersihan Remaja Saat Menstruasi. *Heal Qual.* 2012;3 (1):54–65.
11. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2013. 59–60 p.
12. Umairah C. Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Perineal Hygiene Pada Remaja Putri Berbasis Precede Proceed Model Di SMPN 45 Surabaya. 2013;1–14.
13. Rofi'ah S, Widatiningsih S, Vitaningrum D. Efektivitas Pendidikan Kesehatan Metode Peer Group Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Ilm Bidan [Internet].* 2017;2(2):31–36. Available from: <https://media.neliti.com/media/publications/227226-efektivitas-pendidikan-kesehatan-metode-1c5102d8.pdf>