



**PENGETAHUAN, SIKAP, DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA
BERHUBUNGAN DENGAN KEBERSIHAN DIRI SAAT MENSTRUASI PADA
REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN**

**KNOWLEDGE, ATTITUDES, AND PEER SUPPORT RELATED TO PERSONAL
HYGIENE DURING MENSTRUATION IN YOUNG WOMEN IN ISLAMIC
BOARDING SCHOOLS**

Legina Anggraeni^{1*}, Dinni Randayani Lubis¹, Lia Nurdini²

¹Program Studi Kebidanan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Binawan,
Jalan Kalibata Raya-Jalan Dewi Sartika, Kramat Jati, Jakarta Timur

²Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Jambi
Jalan Jambi-Muara Bulian No.KM. 15, Kabupaten Muaro Jambi, Jambi

*E-mail : leginasyamsiar@gmail.com

Naskah masuk 16 Juni 2023; review 24 Juni 2023; disetujui terbit 22 Juni 2023

Abstract

Background: Undergoing menstruation cleanly and safely is a human right for every woman, including young women. Young women who attend Islamic boarding schools tend to behave less well in maintaining personal hygiene during menstruation so that they have the opportunity to get diseases related to the reproductive system.

Purpose: This study examined the relationship between knowledge, attitudes, and peer support on personal hygiene behavior among young women at Islamic boarding schools during menstruation.

Methods: The research was conducted at Islamic boarding schools in Bogor Regency in August-October 2022, while the design used was cross-sectional. Samples were obtained using a purposive sampling technique with a sample size of 124 young women. The univariate analysis determined the frequency distribution of independent (knowledge, attitude, peer support) and dependent (personal hygiene behavior). In contrast, bivariate analysis using chi-square was performed to determine the relationship between the independent and dependent variables.

Results: The results showed that the hygiene behavior of young girls was classified as not good (20.1%), and the results of the chi-square test showed that there was a significant relationship between knowledge (p-value = 0.0001; OR = 8.0; 95% CI: 3.13 - 20.44), attitude (p-value = 0.0001; OR = 6.83; 95% CI: 2.47 - 18.85) and peer support (p-value = 0.0001; OR = 4.97; 95% CI: 2.19 - 11.29) with adolescent personal hygiene behavior during menstruation.

Conclusion: Knowledge, attitudes, and peer support received by young women have a significant relationship with personal hygiene behavior during menstruation. Menstrual hygiene management needs to be given continuously by the pesantren to female students (girls).

Keywords: Knowledge, Attitudes, Peer Support, Personal Hygiene Behavior, Menstruation

Abstrak

Latar belakang: Menjalani menstruasi dengan bersih dan aman merupakan hak asasi bagi setiap perempuan termasuk remaja putri. Remaja putri yang bersekolah di Pondok Pesantren cenderung untuk berperilaku kurang baik dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi sehingga memiliki peluang untuk terkena penyakit yang berhubungan dengan sistem reproduksi.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan pengetahuan, sikap dan dukungan teman sebaya terhadap perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di Pondok Pesantren.

Metode: Penelitian dilaksanakan pada Pondok Pesantren di Kabupaten Bogor pada bulan Agustus-Oktober 2022, sedangkan desain yang digunakan adalah *cross sectional*. Sampel didapatkan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebesar 124 remaja putri. Analisa univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi variabel independen (pengetahuan, sikap, dukungan teman sebaya) dan dependen (perilaku kebersihan diri) sedangkan analisa bivariat menggunakan *chi-square* dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan perilaku kebersihan remaja putri tergolong kurang baik (20,1%) dan hasil uji *chi-square* menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan (p-value = 0,0001;

OR = 8,0; CI 95%: 3,13 - 20,44), sikap (p-value = 0,0001; OR = 6,83; CI 95%: 2,47 – 18,85) dan dukungan teman sebaya (p-value = 0,0001; OR = 4,97; CI 95%: 2,19 - 11,29) dengan perilaku kebersihan diri remaja saat menstruasi.

Kesimpulan: Pengetahuan, sikap dan dukungan teman yang diterima oleh remaja putri memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi. Manajemen kebersihan menstruasi perlu diberikan terus menerus oleh pihak pesantren kepada santriwati (remaja putri).

Kata kunci: Pengetahuan, Sikap, Teman Sebaya, Perilaku Kebersihan Diri, Menstruasi

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) mendefinisikan remaja sebagai fase peralihan kehidupan dari anak-anak menuju dewasa yang dimulai ketika usia 10-19 tahun.¹ Ketika memasuki usia remaja terjadilah perubahan biologis yang menandakan bahwa organ-organ tubuh khususnya organ reproduksi telah matang dan hal ini ditandai dengan munculnya menstruasi pada Perempuan.² Menstruasi merupakan proses keluarnya darah dari tubuh seorang wanita melalui vagina yang disebabkan karena meluruhnya dinding rahim dan merupakan hal yang normal terjadi.³ Umumnya perempuan mengalami menstruasi untuk pertama kalinya (*menarche*) pada usia 9-15 tahun.⁴

Dalam menjalani kehidupan sehari-hari khususnya remaja putri ketika menghadapi menstruasi kebersihan diri merupakan hal yang sangat penting untuk diperhatikan dan dijaga. Banyak anak perempuan di berbagai negara berpenghasilan rendah dan menengah ketika memasuki usia pubertas memiliki kesenjangan pengetahuan dan kesalahpahaman mengenai menstruasi bahkan mereka tidak siap untuk menjalaninya.⁵ Penelitian yang dilakukan di Negara Ethiopia menyatakan bahwa hanya sebesar 21% remaja putri yang dapat mempraktikkan manajemen kebersihan menstruasi dengan benar disekolah.⁶ Penelitian lainnya di Pakistan menunjukan sebesar 22,4% remaja tidak mengetahui mengenai proses menstruasi bahkan 27,1% beranggapan jika proses menstruasi merupakan kutukan dari Tuhan.⁷

Penelitian yang dilakukan pada anak remaja di Ethiopia Selatan menunjukan hasil sebanyak 68,3% memiliki pengetahuan yang buruk mengenai menstruasi dan pengetahuan menstruasi ternyata memiliki hubungan yang signifikan dengan praktik kebersihan menstruasi dengan nilai *Odd Ratio* sebesar 1,48; CI 95%.⁸ Indonesia sendiri sebesar 64,1% remaja putri masih memiliki perilaku yang buruk terkait kebersihan diri saat menstruasi dan pengetahuan remaja terkait praktik kebersihan diri saat menstruasi menjadi salah satu faktor penyebabnya. Remaja yang memiliki pengetahuan rendah akan memungkinkan sebesar 3 kali memiliki perilaku yang buruk terkait kebersihan diri dibandingkan dengan remaja yang berpengetahuan tinggi.⁹

Kurangnya informasi yang diberikan kepada remaja perempuan tentang praktik kebersihan saat menstruasi menjadikan hal tersebut sangat tabu untuk didiskusikan,¹⁰ padahal kebutuhan akan menjalani menstruasi yang bersih dan aman merupakan kebutuhan mendasar serta pemenuhan hak asasi bagi setiap perempuan.¹¹

Dampak yang ditimbulkan ketika remaja putri tidak memperhatikan kebersihan saat menstruasi yaitu dapat meningkatnya resiko penyakit seperti infeksi vagina, kanker servik, infeksi saluran reproduksi, infeksi saluran kemih dan berbagai penyakit yang disebabkan karena jamur.¹² Data yang dikeluarkan oleh Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) penyakit Infeksi Menular Seksual (IMS) meningkat dari 11,7% di tahun 2012 menjadi 13,7% di tahun 2017. Berdasarkan status pernikahan

*Corresponding author

(leginasamsiar@gmail.com)

© Indonesian Public Health Association

ISSN: 2354-8762 (electronic); ISSN: 2087-703X (print)

besarnya IMS terjadi didominasi terjadi pada perempuan belum menikah sebesar 19,5% sedangkan, berdasarkan kategori usia paling banyak terjadi pada perempuan usia 15-19 tahun yaitu sebesar 20,5% dimana dalam usia tersebut termasuk dalam rentang usia remaja (10-19 tahun).^{13,14}

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2010 sebesar 43,3 juta jiwa remaja putri dalam rentang usia 10-14 tahun memiliki perilaku yang buruk terkait dengan kebersihan diri saat menstruasi. Penyebab remaja putri kurang memperhatikan kebersihan organ kewanitaannya disebabkan oleh kondisi lingkungan yang buruk dan tidak sehat sebesar 30% serta penggunaan pembalut yang tidak memadai ketika menstruasi berlangsung yaitu sebesar 70%.¹⁵

Banyak penelitian sebelumnya telah dilakukan mengenai perilaku SADARI, dengan fokus pada kelompok remaja (siswa), mahasiswa, dan wanita usia subur (WUS). Perbedaan antara penelitian ini dan penelitian sebelumnya terletak pada subjek penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti menganalisis perilaku SADARI pada akseptor KB hormonal, yang merupakan kelompok dengan risiko terkena kanker payudara. Hasil dan kesimpulan yang berbeda telah ditemukan dalam beberapa penelitian sebelumnya yang menggunakan variabel yang sama, yakni faktor-faktor yang terkait dengan perilaku SADARI. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku pemeriksaan payudara sendiri (SADARI) pada wanita pengguna kontrasepsi hormonal di daerah Puskesmas Temanggung.

Keadaan kesehatan reproduksi pada remaja usia Remaja perempuan tidak dapat menjalankan praktik kesehatan dan perawatan diri saat menstruasi yang baik di rumah, sekolah, tempat kerja atau ruang umum lainnya disebabkan karena kondisi sosial yang diskriminatif, informasi yang kurang memadai, fasilitas yang buruk, dan terbatasnya ketersediaan bahan atau

pembalut yang dapat digunakan.¹¹ Bahkan dalam beberapa budaya, kondisi menstruasi sering dianggap tabu untuk dibicarakan karena dianggap negatif, memalukan bahkan menstruasi sering dianggap hal yang kotor.¹⁶

Pondok pesantren sebagai salah satu tempat pendidikan anak remaja memiliki beberapa hambatan dalam penyampaian informasi yang berkaitan dengan seksualitas dan kesehatan reproduksi. Model pendidikan di pondok pesantren menitikberatkan kepada pendidikan agama salah satunya adalah pembelajaran *fiqih*, dimana didalam kitab-kitab *fiqih* telah dijelaskan mengenai masalah menstruasi dan tata cara bersuci. Namun pembelajaran kesehatan reproduksi dan kebersihan diri ketika menstruasi dari sisi kesehatan belum dibahas secara menyeluruh¹⁷ sehingga banyak remaja putri yang kurang memperhatikan kesehatan organ reproduksinya.

Penelitian yang dilakukan oleh Yamin (2019) di Pondok Pesantren Ummul Mukminin menyatakan bahwa sebesar 67,3% remaja putri berperilaku *hygiene* yang buruk ketika menstruasi.¹⁸ Penelitian lainnya menyebutkan remaja putri di lingkungan pondok pesantren sebesar 63,2% tidak sering mengganti pembalut ketika menstruasi dan sebesar 80% remaja tersebut menderita *pruritus vulvae* (gatal di alat kelamin luar pada perempuan).¹⁹

Minimnya keterpaparan informasi mengenai kebersihan diri pada santri perempuan juga mempengaruhi pengetahuan mereka mengenai hal tersebut. Remaja putri yang mengalami *menarche* di Pondok Pesantren biasanya mendapatkan informasi tentang menstruasi dari pengasuh asrama ataupun teman sebayanya. Jika, penyampaian mengenai hal tersebut keliru maka akan berakibat munculnya penyakit infeksi pada saluran reproduksi.²⁰ Selain itu di Indonesia proses pemberian edukasi mengenai MKM masih dianggap tabu dan tidak boleh diberikan kepada remaja, padahal jika remaja teredukasi mengenai kebersihan diri

dan MKM mereka akan lebih siap menghadapi menstruasi.²¹

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka perlu diketahui lebih dalam mengenai perilaku kebersihan diri remaja putri ketika menstruasi di pondok pesantren. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara pengetahuan, sikap dan dukungan teman sebaya pada remaja puteri terhadap perilaku kebersihan diri pada saat menstruasi.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Lokasi penelitian berada di Pondok Pesantren 'X' Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Populasi dalam studi ini adalah seluruh santri putri yang berada di Pondok Pesantren 'X' yaitu sebanyak 137 orang, sedangkan sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi adalah santri putri yang telah menstruasi sehingga didapatkan jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 124 orang santri putri. Proses penelitian dilakukan pada bulan Agustus sampai Oktober tahun 2022.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pengetahuan, sikap dan dukungan teman sebaya sedangkan variabel terikat yang digunakan adalah perilaku kebersihan diri pada saat menstruasi. Perilaku kebersihan diri pada saat menstruasi didefinisikan sebagai tindakan yang dilakukan oleh remaja putri ketika menstruasi meliputi cara menjaga kebersihan organ reproduksi, cara penggunaan pembalut, dan pemakaian pakaian dalam. Skala ukur yang digunakan adalah skala ordinal dengan 0 (adalah perilaku baik dengan skor 70-100) dan 1 (adalah perilaku kurang baik dengan skor ≤ 69).²²

Pengetahuan dalam penelitian ini didefinisikan sebagai segala sesuatu yang diketahui oleh remaja putri terkait kebersihan diri ketika menstruasi di Pondok

Pesantren. Skala ukur yang digunakan adalah skala ordinal dengan 0 (adalah pengetahuan baik dengan skor 76-100) dan 1 (adalah pengetahuan cukup dengan skor ≤ 75).²³

Sikap dalam penelitian ini didefinisikan sebagai respon atau tanggapan yang dilakukan oleh remaja putri yang terkait dengan kebersihan diri pada saat menstruasi. Skala ukur yang digunakan adalah skala ordinal dengan 0 (adalah sikap positif) dan 1 (adalah sikap negatif).²⁴

Dukungan teman didefinisikan sebagai bentuk hubungan atau interaksi antara teman yang memiliki kesamaan usia, dan dalam penelitian ini dukungan teman yang diberikan meliputi bantuan, motivasi, semangat, dan pemberian informasi mengenai kebersihan diri pada saat menstruasi. Skala ukur yang digunakan adalah skala ordinal dengan 0 (adalah ada) dan 1 (adalah tidak ada).

Kuesioner penelitian ini diadaptasi dan dimodifikasi dari *Guidance for Monitoring Menstrual Health and Hygiene United Nations Children's Fund* (UNICEF) tahun 2020.²⁵ Kuesioner terdiri dari 35 pertanyaan dengan rincian 10 pertanyaan untuk mengukur pengetahuan mengenai kebersihan diri, 10 pertanyaan tentang sikap kebersihan diri, 5 pertanyaan tentang dukungan teman sebaya, dan 10 pertanyaan terakhir tentang perilaku kebersihan diri pada saat menstruasi. Setiap pertanyaan bernilai 10 poin jika responden dapat menjawab dengan benar dan bernilai 0 jika responden menjawab salah. Uji validitas dan reabilitas kuesioner dilakukan pada remaja putri yang memiliki karakteristik sama di Pondok Pesantren lainnya yaitu sebanyak 30 orang.

Proses pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner yang diisi langsung oleh responden. Sedangkan untuk analisa data menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat (uji *chi-square*). Analisa univariat bertujuan untuk melihat gambaran

distribusi variabel pengetahuan, variabel sikap, variabel dukungan teman sebaya dan variabel perilaku remaja putri, sedangkan analisa bivariat bertujuan untuk melihat hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat.

Persetujuan etik penelitian didapatkan dari komisi etik penelitian Kesehatan Fakultas Keperawatan Dan Kebidanan Universitas Binawan dengan persetujuan (*ethical approval*) No. 57/PE/FKK-KEPK/VII/2022.

HASIL

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa mayoritas remaja putri 112 (88,2%) mengetahui definisi dari menstruasi dan 80 (62,9) mengetahui penyebab menstruasi dari faktor hormonal namun ada remaja putri yang menjawab tidak tahu 20 (15,7%) penyebab menstruasi bahkan sebanyak 2 responden menjawab penyebab menstruasi karena kondisi suatu penyakit. Seluruh responden 127 (100%) menjawab menstruasi terjadi pada perempuan. Mayoritas remaja putri 61 (48,1%)

mengetahui bahwa frekuensi normal dari menstruasi terjadi satu kali dalam satu bulan. Sedangkan, untuk siklus menstruasi normal remaja putri paling banyak menjawab > 35 hari yaitu sebesar 66 (52%). Pada komponen frekuensi mengganti pembalut saat menstruasi sebagian besar responden 94 (74%) mengganti pembalut 2-3 kali dalam sehari, bahkan sebanyak 5 (3,9%) menjawab frekuensi mengganti pembalut hanya satu kali dalam sehari.

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa perilaku kebersihan diri saat menstruasi didominasi oleh perilaku kebersihan diri kurang baik yaitu sebesar 70,1% dan sisanya sebesar 29,9% memiliki perilaku yang baik dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi. Mayoritas remaja putri memiliki pengetahuan kurang baik mengenai kebersihan diri saat menstruasi yaitu sebesar 49,6%. Sikap remaja putri terhadap kebersihan diri saat menstruasi paling banyak adalah sikap negatif sebesar 83,5% , dukungan teman sebaya yang diterima oleh remaja putri paling banyak adalah baik dengan persentase 58,3%.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri di Pondok Pesantren X

Variabel	n	%
Definisi menstruasi		
Darah yang keluar pertama kali pada perempuan	112	88,2
Darah yang keluar dari organ reproduksi perempuan setiap bulan	12	9,4
Cairan berwarna putih yang keluar dari organ reproduksi	3	2,4
Kejadian menstruasi		
Variabel	n	%
Perempuan	127	100
Laki-laki	0	0
Keduanya (laki-laki dan perempuan)	0	0
Penyebab menstruasi		
Hormon	80	62,9
Kondisi penyakit	2	1,6
Tidak tahu	45	35,5
Frekuensi menstruasi normal		
Satu kali dalam sebulan	61	48,1
Dua kali dalam sebulan	48	37,8
Tiga kali dalam sebulan	18	14,1
Definisi menarche		
Menstruasi yang terjadi setiap bulan pada perempuan	96	75,6
Kondisi menstruasi pertama kali yang dialami oleh perempuan	11	8,7
Tidak tahu	20	15,7
Siklus normal menstruasi		
< 21 hari	20	15,7

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri...(lanjutan)

Variabel	n	%
21-35 hari	41	32,3
>35 hari	66	52
Durasi menstruasi normal		
5-7 hari	62	48,8
>7 hari	58	45,7
< 24 jam	7	5,5
Kebiasaan membilas organewanitaan (vagina)		
Dari area belakang ke area depan	106	83,5
Dari area depan ke area belakang	19	14,9
Dari area kanan ke area kiri	2	1,6
Penggunaan sabun dalam membersihkan organewanitaan		
Ya, selalu	46	36,2
Terkadang	73	57,5
Tidak pernah	8	6,3
Frekuensi mengganti pembalut		
1 kali dalam sehari	5	3,9
2-3 kali dalam sehari	94	74
4-6 kali dalam sehari	28	22,1

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Perilaku Kebersihan Diri, Pengetahuan, Sikap, dan Dukungan Teman Sebaya Pada Remaja Putri di Pondok Pesantren X

Variabel	Frekuensi	
	n	%
Pengetahuan		
Cukup	100	78,7
Baik	27	21,3
Sikap		
Positif	21	16,5
Negatif	106	83,5
Dukungan Teman Sebaya		
Ada	53	41,7
Tidak Ada	74	58,3
Prilaku Kebersihan Diri		
Baik	38	29,9
Kurang Baik	89	70,1

Tabel 3. Hubungan Antara Pengetahuan, Sikap, dan Dukungan Teman Sebaya Pada Remaja Putri Terhadap Perilaku Kebersihan Diri Saat Menstruasi di Pondok Pesantren X

Variabel	Prilaku Kebersihan Diri				OR	95% CI	p-value
	Kurang		Baik				
	n	%	n	%			
Pengetahuan							
Cukup	80	63	20	15,7	8,0	3,13 - 20,44	0,0001
Baik	9	7,1	18	14,2			
Sikap							
Positif	14	11	7	5,5	6,83	2,47 – 18,85	0,0001
Negatif	24	18,9	82	64,6			
Dukungan Teman Sebaya							
Ada	26	20,5	27	21,3	4,97	2,19 - 11,29	0,0001
Tidak Ada	12	9,4	62	48,8			

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa variabel pengetahuan, sikap dan dukungan teman sebaya memiliki *p-value* sebesar 0,0001 yang artinya pengetahuan, sikap dan dukungan teman sebaya memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku kebersihan diri pada saat menstruasi.

Hasil analisa hubungan pengetahuan dengan perilaku kebersihan diri memiliki (OR: 8; CI 95%: 3,13 - 20,44) yang artinya remaja putri yang memiliki pengetahuan baik memiliki peluang 8 kali lebih besar untuk memiliki kebersihan diri yang baik pada saat menstruasi.

Hasil analisa hubungan sikap dengan perilaku kebersihan diri memiliki (OR: 6,83; CI 95%: 2,47 - 18,85) yang artinya remaja putri yang memiliki sikap positif berpeluang sebesar 6,83 kali untuk memperhatikan kebersihan dirinya pada saat menstruasi. Hasil analisa variabel lainnya yaitu dukungan teman sebaya memiliki nilai (OR: 4,97; CI 95 %: 2,19 - 11,29) artinya dukungan teman sebaya yang baik (mendukung) pada remaja putri meningkatkan peluang sebesar 4,97 kali untuk menjaga kebersihan pada saat menstruasi dibandingkan dengan remaja putri yang tidak mendapatkan dukungan dari teman sebangkanya.

PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Kebersihan diri Pada Saat Menstruasi

Pengetahuan merupakan hasil tahu yang ditangkap melalui indra pendengaran dan penglihatan²⁶ dalam hal ini pengetahuan didefinisikan sebagai pengetahuan remaja putri tentang kebersihan diri pada saat menstruasi. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa remaja putri yang memiliki pengetahuan yang cukup sebesar 80% berperilaku kurang baik dalam menjaga kebersihan diri pada saat menstruasi dan sebesar 14,2% remaja putri yang memiliki pengetahuan baik memiliki perilaku baik dalam menjaga kebersihan diri pada saat menstruasi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bullo pada tahun 2019 di

Ethiopia (p-value 0,029 OR: 1,94; CI 95%; 1.07–3.52) yang artinya remaja putri yang memiliki pengetahuan baik berpeluang sebesar 1,94 kali lebih baik dalam kebersihan diri pada saat menstruasi.²⁶ Penelitian lainnya yang dilakukan di sebuah Pondok Pesantren Kota Tangerang Selatan menunjukkan bahwa santriwati (siswa putri) mayoritas memiliki pengetahuan yang kurang baik mengenai kebersihan diri saat menstruasi dan p-value menunjukkan sebesar 0,006 (OR: 3,881; CI 95%: 1,520-9,906).²⁷

Pengetahuan tentang kebersihan diri merupakan informasi krusial yang perlu diketahui, karena pengetahuan yang baik merupakan salah satu faktor yang akan meningkatkan derajat kesehatan individu. Individu yang memiliki pengetahuan mengenai kebersihan diri maka akan selalu menjadi dirinya untuk terhindar dari berbagai macam penyakit²⁸ bahkan ketika waktu menstruasi berlangsung.

Pengetahuan kesehatan reproduksi merupakan faktor penting yang akan menentukan bagaimana seorang remaja dalam menjaga kebersihan dirinya pada saat menstruasi. Pengetahuan kesehatan reproduksi yang rendah akan memungkinkan seorang remaja perempuan untuk tidak melakukan praktik kebersihan diri dengan baik yang nantinya akan menimbulkan masalah kesehatan reproduksi.²⁹

Remaja putri yang memiliki pengetahuan yang relatif baik tentang menstruasi dapat memberdayakan dirinya sendiri untuk mengatasi pengaruh negatif yang diterima baik dari kebudayaan serta anggapan tabu tentang praktik kebersihan menstruasi dari lingkungan tempat tinggal mereka, sehingga remaja putri akan menjaga kebersihan dirinya saat menstruasi³⁰.

Materi kesehatan reproduksi yang dijalankan pada lokasi penelitian belum secara komprehensif diberikan kepada santriwati (remaja putri). Pembelajaran terkait kesehatan reproduksi belum berdiri sendiri melainkan masuk didalam mata pelajaran fiqih dan Ilmu Pengetahuan Alam

(Biologi). Pembahasan yang diberikan pun hanya berfokus bagaimana cara bersuci selepas menstruasi dan pengenalan organ-organ reproduksi, namun cara menjaga kebersihan diri saat menstruasi belum diberikan secara maksimal.

Pondok pesantren sebagai salah satu lembaga pendidikan mempunyai peran penting dalam memberikan pembelajaran terkait kesehatan reproduksi khususnya manajemen kebersihan menstruasi. Selain itu ketersediaan air bersih, toilet yang memadai, ketersediaan sabun dan pembalut serta sanitasi lingkungan yang memadai perlu diperhatikan oleh pihak pengelola pondok pesantren sebagai bentuk dukungan dalam manajemen kebersihan menstruasi.

Hubungan Sikap Dengan Perilaku Kebersihan Diri Pada Saat Menstruasi

Berdasarkan hasil analisa yang dilakukan terdapat hubungan yang bermakna antara variabel sikap dengan perilaku kebersihan diri remaja putri pada saat. Sebesar 64,6 % remaja putri yang bersikap negatif memiliki perilaku yang kurang baik dalam menjaga kebersihan diri mereka pada saat menstruasi. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Kurniasih pada tahun 2022 dimana nilai signifikansi sebesar 0,043.³¹ Penelitian lainnya di Merauke juga menunjukkan hasil yang signifikan antara sikap remaja putri terhadap kebersihan diri pada saat menstruasi dengan p-value sebesar 0,040.³²

Pada penelitian ini sebesar 83,5% remaja putri memiliki sikap yang negatif tentang perilaku kebersihan diri pada saat menstruasi. Terdapat beberapa faktor yang dapat memicu munculnya sikap seseorang salah satunya adalah lembaga pendidikan dan lembaga agama. Lembaga tersebut memiliki peran karena merupakan suatu lembaga yang dapat menggabungkan ilmu pengetahuan dan kondisi moral serta nilai-nilai yang dianut oleh siswa. Dalam konteks penelitian ini pondok pesantren memiliki peran yang strategis dalam pembentukan

sikap positif remaja putri terhadap kebersihan diri pada saat menstruasi.

Hal lainnya yang dapat membentuk sikap individu adalah kebudayaan di masyarakat. Mitos yang berkembang di masyarakat menganggap menstruasi merupakan darah kotor sehingga wanita harus diasingkan. Keyakinan masyarakat Maluku Tengah terkait aturan-aturan yang ada dalam budaya mereka tentang perilaku kebersihan diri pada remaja putri pada saat menstruasi adalah larangan mandi dan mengganti kain pembalut.³³ Perbedaan mitos dan anggapan budaya di beberapa daerah Indonesia membuat persepsi yang berbeda-beda oleh masyarakat tentang kebersihan diri pada saat menstruasi.³⁴

Sikap remaja putri di lokasi penelitian dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya pandangan nilai-nilai budaya yang sudah dianut. Lokasi penelitian yang berada di wilayah Provinsi Jawa Barat juga memiliki pandangan kebudayaan tersendiri mengenai menstruasi. Suku sunda yang merupakan suku asli masyarakat Jawa Barat memiliki pantangan tersendiri saat menstruasi seperti melarang untuk keramas, larangan menggunting rambut, larangan mengganti pembalut jika telah memasuki waktu malam serta pembatasan aktivitas yang boleh dilakukan oleh wanita ketika menstruasi.

Selain itu menurut Gharoro pada tahun 2013 menyatakan bahwa remaja putri yang tidak mendapatkan informasi yang baik dan benar terkait kebersihan diri saat menstruasi disebabkan karena sikap dari orang terdekat (masyarakat, orang tua, guru) yang kurang terbuka saat mendiskusikan hal tersebut.³⁵ Orang dewasa yang berada disekitar remaja kurang memberikan informasi karena merasa tidak nyaman dalam mendiskusikan isu-isu yang berkaitan dengan seksualitas, reproduksi dan menstruasi.³⁶

Maka dari itu pemberian informasi yang benar terkait menstruasi di sekolah maupun pondok pesantren dan pemberdayaan remaja

putri tentang manajemen kebersihan menstruasi perlu diperkuat, karena hal ini akan mengubah cara berfikir dan sikap remaja putri tentang praktik kebersihan menstruasi.

Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Perilaku Kebersihan Diri Pada Saat Menstruasi

Berdasarkan hasil analisa data didapatkan p-value sebesar 0,0001 yang berarti bahwa dukungan teman sebaya yang diterima oleh remaja putri yang baik mempunyai hubungan signifikan dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi. Hasil analisa menunjukkan bahwa 20,5% remaja putri yang mendapatkan dukungan teman berperilaku baik dalam kebersihan diri pada saat menstruasi, dan sebesar 48,8% remaja putri yang tidak mendapatkan dukungan teman sebaya memiliki perilaku yang kurang baik dalam menjaga kebersihan diri pada saat menstruasi.

Penelitian ini sejalan dengan Bujawati (2016) di Pesantren Babul Khaer, Kabupaten Bulukumba, Provinsi Sulawesi Selatan dengan p-value sebesar 0,002 yang artinya terdapat hubungan yang bermakna antara dukungan komunikasi teman sebaya dengan *personal hygiene* ketika menstruasi.³⁷

Teman sebaya memiliki peran penting terutama terhadap perilaku remaja, dalam penelitian ini teman sebaya memiliki pengaruh yang bermakna dengan perilaku kebersihan diri pada saat menstruasi. Studi menurut Nisa menyatakan bahwa pendidikan antar teman sebaya akan memberikan dampak yang lebih baik karena remaja akan lebih terbuka dan mudah berkomunikasi dengan teman seusianya dibandingkan dengan orang tua ataupun guru di sekolah.³⁸

Peranan teman sebaya sangat besar dalam mempengaruhi kehidupan remaja. Remaja lebih banyak berada diluar rumah bersama teman sebaya dengan membentuk suatu kelompok. Pengaruh teman sebaya pada pembentukan karakter remaja seperti sikap,

pembicaraan, minat, dan perilaku lebih besar daripada pengaruh yang diberikan oleh keluarga.³⁹ Teman yang dimiliki remaja terutama yang seusianya memberikan dampak yang besar terhadap gaya dan perilaku remaja. Hal tersebut terjadi karena koneksi yang dibangun antar diri mereka lebih mudah dipahami dan diterima daripada koneksi yang dilakukan oleh orang tua atau orang yang berusia lebih dewasa dari remaja tersebut.⁴⁰

Dalam kondisi penelitian ini remaja putri yang tinggal di pondok pesantren akan lebih banyak menghabiskan waktunya untuk bersama-sama dengan teman sebayanya dibanding dengan orangtua maupun keluarga lainnya, sehingga pengaruh yang diberikan oleh teman sebaya terkait dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi sangat kuat. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa remaja putri yang tinggal di pondok pesantren tidak menerima dukungan teman sebaya terkait kebersihan diri saat menstruasi yaitu sebesar 58,3%. Hal ini terjadi karena dukungan teman sebaya yang diterima lebih mengarah kepada dukungan terhadap kelompok belajar sehingga yang dikomunikasikan antar remaja sebatas materi-materi pembelajaran di dalam kelas.

Pemberian edukasi melalui *peer group* di pondok pesantren perlu dipertimbangkan untuk dilakukan. Penelitian yang dilakukan oleh Linda pada tahun 2020 membuktikan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kebersihan menstruasi melalui metode *peer group education* di Pondok Pesantren⁴¹ karena pada masa remaja awal akan lebih banyak berinteraksi dengan teman sebayanya, sehingga memungkinkan remaja akan lebih mudah menerima informasi yang diberikan. *Peer group education* juga dinilai efektif bagi remaja karena remaja akan lebih nyaman dan terbuka ketika menceritakan hal yang terkait dengan kesehatan reproduksi termasuk manajemen kebersihan menstruasi dibandingkan jika harus berdiskusi dengan orang yang lebih dewasa.⁴²

Keterbatasan pada penelitian ini dapat dilihat dari jumlah sampel yang relatif kecil dan hanya berfokus di satu lokasi penelitian. Metode dalam pengambilan sampel tidak dilakukan secara acak sehingga hasil penelitian ini tidak dapat di generalisasi pada populasi yang luas. Selain itu variabel lain seperti nilai-nilai budaya, mitos terkait menstruasi, aspek lingkungan seperti sanitasi dan penyediaan air bersih tidak dilakukan pengukuran.

KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan, sikap, dan dukungan teman sebaya dengan perilaku kebersihan diri remaja putri pada saat menstruasi.

SARAN

Perlu adanya upaya memasukan pendidikan manajemen kebersihan menstruasi pada kegiatan pembelajaran di pondok pesantren dan memberikan pelatihan manajemen kebersihan menstruasi kepada guru/ustadzah di lingkungan pesantren. Rekomendasi untuk penelitian lainnya diharapkan dapat menelaah aspek lainnya seperti nilai kepercayaan, nilai kebudayaan dan peran tokoh sentral di lingkungan pondok pesantren terkait dengan manajemen kebersihan menstruasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Direktorat Penelitian, Pengabdian Masyarakat dan Kerjasama Universitas Binawan yang telah memberikan arahan dan dukungan dalam proses penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization (WHO). Towards adulthood: exploring the sexual and reproductive health of adolescents in South Asia [Internet]. Department of Reproductive Health and Research, World Health Organization. 2003. 244 p. Available from: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42781/9241562501.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
2. Fadhillah MIA, Wijayanti T. Literature Review : Hubungan Usia Menarche dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi. *Borneo Student Res.* 2022;3(2):1643–55.
3. Pimpinan Pusat Muslimat NU & UNICEF Indonesia. Manajemen Kebersihan Menstruasi Dan Pencegahan Perkawinan Anak [Internet]. Pimpinan Pusat Muslimat NU UNICEF. 2020. 1–104 p. Available from: https://www.pma2020.org/sites/default/files/IDR2-MHM_brief-v1-Bahasa Indonesian-2017-05-03.pdf
4. Scannell BM, Ogundiran T, Ojengbede O, Zheng W, Blot W, Domcheck S, et al. Associations between age of menarche and genetic variation in women of African descent: genome-wide association study and polygenic score analysis. *J Epidemiol Community Health.* 2022;76(4):411–7.
5. Chandra-mouli V, Patel SV. The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies [Internet]. The Palgrave Handbook of Critical Menstruation Studies. Springer Singapore; 2020. 609–636 p. Available from: http://dx.doi.org/10.1007/978-981-15-0614-7_46
6. Degefu BA, Kaba Serbessa M, Tilahun Degfie T. Menstrual hygiene management: A study of adolescent schoolgirls in sebeta town, oromia region, Ethiopia. *Glob Drugs Ther.* 2019;4(2):1–8.
7. Michael J, Iqbal Q, Haider S, Khalid A, Haque N, Ishaq R, et al. Knowledge and practice of adolescent females about menstruation and menstruation

- hygiene visiting a public healthcare institute of Quetta, Pakistan. *BMC Womens Health*. 2020;20(1):1–8.
8. Belayneh Z, Mekuriaw B. Knowledge and menstrual hygiene practice among adolescent school girls in southern Ethiopia: A cross-sectional study. *BMC Public Health*. 2019;19(1):1–8.
9. Davis J, Macintyre A, Odagiri M, Suriastini W, Cordova A, Huggett C, et al. Menstrual hygiene management and school absenteeism among adolescent students in Indonesia: evidence from a cross-sectional school-based survey. *Trop Med Int Heal*. 2018;23(12):1350–63.
10. Varghese SD, Hemachandran KS, Parvathy J. Impact of imparting knowledge and awareness on the usage of menstrual cups: A study based on project ‘Thinkal’ at Alappuzha Municipality in Kerala. *Public Heal Pract [Internet]*. 2023;5(December 2022):100352. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.puhip.2022.100352>
11. UNICEF. Guide to menstrual hygiene materials [Internet]. 1st ed. 2019. 38 p. Available from: <https://www.unicef.org/media/91346/file/UNICEF-Guide-menstrual-hygiene-materials-2019.pdf>
12. Bukit RB. Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat Kelamin Pada Saat Menstruasi di SMPN 25 Pekanbaru. *Sci J*. 2019;8(1):18–27.
13. BKKBN, BPS, Kemenkes, USAID. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia Tahun 2017. Jakarta; 2018.
14. Sawyer S. Adolescent Health The Missing Population in Universal Health Coverage [Internet]. *Paediatric Handbook: Eighth Edition*. 2018. 32 p. Available from: <https://www.unicef.org/media/58171/file>
15. Kementerian Kesehatan. Riset Kesehatan Dasar [Internet]. Jakarta; 2010. Available from: https://komnaspt.or.id/wp-content/uploads/2020/12/Riset_Risk_esdas-2010_Balitbang-Kemenkes_2010.pdf
16. Hastuti, Dewi RK, Pramana RP. Menstrual Hygiene Management (MHM): A Case Study of Primary and Junior High School Students in Indonesia [Internet]. The SMERU Research Institute. 2019. 107 p. Available from: http://www.smeru.or.id/sites/default/files/publication/mkm_en_0.pdf
17. Muhammad AN, Zulfi ZDA. Kesehatan Reproduksi Di Lingkungan Pesantren Kabupaten Jombang. *Darussalam J Pendidikan, Komunikasi, dan Pemikir Huk Islam [Internet]*. 2015;6(2):150–84. Available from: <https://ejournal.iaida.ac.id/index.php/darussalam/article/view/71/66>
18. Rini AY. Analysis Of The Association Between Attitude To Practice Of Menstrual. *J Kesehat Masy Mulawarman*. 2019;1(2):2–7.
19. Laili U, Crusitasari ED. Pemakaian Pembalut Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Pada Vulva. *Embrio J Kebidanan*. 2019;XI(2).
20. Febrina R. Edukasi Menstruasi pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Darussalam Al-Hafidz Kota Jambi. *J Abdimas Kesehat*. 2020;2(3):201.
21. Putra A. Edukasi Manajemen Kebersihan Menstruasi (Mkm) Komunitas Sosial Start Community Dalam Ketabuan Anak Pada Masa Pubertas. *Sociol Jurnal Ilm Mhs Sociol [Internet]*. 2022;1(1):23–32. Available from:

- https://jurnalsociologie.fisip.unila.ac.id
22. Pal A, Yadav J, . S, Singh KJ. Factors associated with unmet need of family planning in Bihar, India: a spatial and multilevel analysis. *Int J Reprod Contraception, Obstet Gynecol.* 2018;7(9):3638.
23. Nursalam. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. 4th ed. Jakarta: Salemba Medika; 2016. 454p.
24. Yadav RN, Joshi S, Poudel R, Pandeya P. Knowledge, Attitude, and Practice on Menstrual Hygiene Management among School Adolescents. *J Nepal Health Res Counc.* 2018;15(3):212–6.
25. UNICEF. *Guidance for Monitoring Menstrual Health and Hygiene* [Internet]. 1st ed. 2020. 130 p. Available from: <https://www.unicef.org/documents/guidance-monitoring-menstrual-health-and-hygiene>
26. Bulto GA. Knowledge on menstruation and practice of menstrual hygiene management among school adolescent girls in central ethiopia: A cross-sectional study. *Risk Manag Healthc Policy.* 2021;14:911–23.
27. Fauziah NA, Srisantryorini T, Romdhona N, Hygiene P. Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Personal Hygiene saat Menstruasi pada Santriwati di MTs Pondok Pesantren “ X ” Kota Tangerang Selatan. *Environ Occup Heal Saf J* [Internet]. 2021;2(1):81–8. Available from: <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/OHSJ/article/view/12078>
28. Natalia EY. *Buku Saku Personal Hygiene*. 1st ed. Yogyakarta: Nuha Medika; 2015. 156 p.
29. Saribanon N, Thahir M, Salamah U, Prabowo H, Parouq F, Huda M. Haid dan Kesehatan Menurut Ajaran Islam [Internet]. Jakarta: Sekolah Pascasarjana Universitas Nasional; 2016. 1–78 p. Available from: <https://www.unicef.org/indonesia/sites/unicef.org/indonesia/files/201905/MHM-IslamicPerspective.pdf>
30. Mohammed GH. Menstrual Hygiene Management Practices and Associated Factors among Secondary School Girls in East Hararghe Zone, Eastern Ethiopia. *Adv Public Heal.* 2020;2020.
31. Sine S, Ngawi K, Kurniasih E, Keperawatan D, Keperawatan A, Ngawi P. Determinan Perilaku Hygiene Menstruasi Remaja Putri. 2022;7(1):33–42.
32. Himarda SSM., Ernawati. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Kesehatan Reproduksi Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Di Sman 1 Merauke. *Syntax Lit J Ilm Indones* [Internet]. 2023;8(3). Available from: <https://jurnal.syntaxliterate.co.id/index.php/syntaxliterate/article/view/11471/7021>
33. Dusra E. Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Suku Nuaulu Dalam. *J Ilm Kesehat Diagnosis* [Internet]. 2019;14(November 2018):31–5. Available from: <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/91>
34. Riri M., Weni A. Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Santriwati Di Mts Pondok Pesantren Dar El Hikmah Kota Pekanbaru. *KesMars* [Internet]. 2018;1(1). Available from: <https://www.neliti.com/id/publications/256301/faktor-yang-berhubungan-dengan-perilaku->

- personal-hygiene-saat-menstruasi-pada-sa#cite
35. Gharoro LA. Menstrual Hygiene Practices among Junior Secondary School Students in Benin City. *J Educ Soc Res* [Internet]. 2013;3(8):129–36. Available from: <https://www.mcser.org/journal/index.php/jesr/article/view/1748/0>
36. Chandra-mouli V, Patel SV. Mapping the knowledge and understanding of menarche , menstrual hygiene and menstrual health among adolescent girls in low-and middle-income countries. *Reprod Health* [Internet]. 2017;14(30):1–16. Available from: <https://reproductive-healthjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12978-017-0293-6>
37. Bujawati E, Raodhah S, Indriyanti I. Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Personal Hygiene Selama Menstruasi pada Santriwati di Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba, Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2016. *Hig J Kesehat Lingkung*. 2017;3(1):1–9.
38. Nisa AH, Winarni S, Dharmawan Y. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Pondok Pesantren Al Asror Kota Semarang Tahun 2019. *J Kesehat Masy*. 2020;8(1):145–51.
39. Mesra E, Fauziah. Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Perilaku Seksual Remaja. *J Ilm Bidan* [Internet]. 2016;1(2):34–41. Available from: <https://ejournal.ibi.or.id/index.php/jib/article/view/8>
40. Lavenia C, Dyasti JA. Studi Komparatif Personal Hygiene Mahasiswa Universitas Indonesia di Indekos dan Asrama. *J KSM Eka Prasetya UI*. 2019;1(4):1–9.
41. Mai L. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Peer Education terhadap Perilaku Perineal Hygiene Remaja Putri di MTs Pondok Pesantren Khairul Ummah, Pasir Peny, Indragiri Hulu, Riau Mai Linda. *Suara Forikes* [Internet]. 2020;11(5):76–82. Available from: <https://forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/download/sf11nk413/11nk411>
42. Khosravi N, Kolifarhood G, Shoghli A, Pashaeypoor S. Effectiveness of peer education approach on improving HIV / AIDS related healthy behaviors among immigrant street children: A randomized controlled trial. *Clin Epidemiol Glob Heal* [Internet]. 2018;6(3):115–21. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2017.09.004>