

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI  
*PEER GROUP* TERHADAP PERILAKU *HYGIENE*  
MENSTRUASI PADA SISWI KELAS VIII  
DI SMPN 4 GAMPING SLEMAN  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun oleh:  
Agnesia Karunia Cahya  
201210201079**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2017**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI  
PEER GROUP TERHADAP PERILAKU *HYGIENE*  
MENSTRUASI PADA SISWI KELAS VIII  
DI SMPN 4 GAMPING SLEMAN  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

Disusun oleh:  
**Agnesia Karunia Cahya**  
201210201079

Telah Disetujui Oleh Pembimbing  
Pada Tanggal

17 Juli 2017



Mengetahui  
Dosen Pembimbing



Yuni Purwati, M. Kep

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MELALUI  
PEER GROUP TERHADAP PERILAKU HYGIENE  
MENSTRUASI PADA SISWI KELAS VIII  
DI SMP NEGERI 4 GAMPING SLEMAN  
YOGYAKARTA<sup>1</sup>**

Agnesia Karunia Cahya<sup>2</sup>, Yuni Purwati<sup>3</sup>

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Email: agneskarunia2@gmail.com

**INTISARI**

**Intisari:** Perilaku *hygiene* menstruasi yang buruk dapat menyebabkan munculnya stigma negatif terkait menstruasi dan menyebabkan masalah kesehatan yang dapat berdampak pada absensi di sekolah. Pendidikan kesehatan mengenai *hygiene* menstruasi sangat dibutuhkan. Pendidikan kesehatan *peer group* adalah metode yang baik untuk meningkatkan perilaku kesehatan remaja dengan mengatasi tabu melalui pembentukan *role model* dalam pertemanan.

**Kata kunci :** Pendidikan kesehatan, *peer group*, *hygiene* menstruasi, perilaku, remaja putri.

**Abstract:** Bad menstrual hygiene behavior can cause negative stigma related to menstruation, and it can also cause health problem that can bring impact to the absence to attend the school. Health education related menstrual hygiene is significantly needed. Health education of peer group is a good method to increase adolescent health behavior by overcoming the taboo through creating role model in friendship.

**Keywords:** Health education, Peer group, Menstrual hygiene, Behavior, Female teenagers.

---

<sup>1</sup>Judul Skripsi

<sup>2</sup>Mahasiswa PSIK Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen PSIK Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

## PENDAHULUAN

Pada saat haid perawatan menstruasi menjadi sangat penting karena pembuluh darah dalam rahim mudah terkena penyakit sehingga diperlukan perilaku *hygiene* yang baik (Widyastuti, 2009). Perilaku *hygiene* menstruasi adalah tindakan yang dilakukan untuk menjaga kebersihan daerah kemaluan selama menstruasi berlangsung. Perilaku buruk dalam menjaga kebersihan genitalia yaitu, jarang mengganti celana dalam, tidak sering mengganti pembalut dapat meningkatkan resiko infeksi pada vagina (Ratna, 2010).

Data nasional menunjukkan rendahnya perilaku *hygiene* menstruasi di kalangan remaja putri Indonesia. Sebanyak 46% remaja putri di Indonesia diketahui hanya mengganti pembalut 2 kali per hari dan hanya 52% remaja yang mencuci tangannya sebelum memasang pembalut. Rata-rata remaja putri di Indonesia juga memiliki pengetahuan *hygiene* menstruasi yang rendah karena rata-rata hanya dapat menjawab benar 9 dari 15 pertanyaan mengenai *hygiene* menstruasi. Pengetahuan dan perilaku *hygiene* menstruasi yang rendah tersebut disebabkan karena kurangnya akses informasi mengenai *hygiene* menstruasi. Hanya 57,6% remaja putri di Indonesia yang diketahui mendapatkan informasi *hygiene* menstruasi dari ibu mereka. Bahkan hanya 22,9% remaja di Indonesia yang mendapatkan informasi *hygiene* menstruasi dari tenaga kesehatan. Sementara itu remaja putri yang mendapatkan informasi *hygiene* menstruasi dari temannya justru mencapai 55,5% atau tertinggi kedua setelah ibu dan lebih tinggi dibandingkan peranan tenaga kesehatan (UNICEF, 2015).

Perilaku *hygiene* menstruasi yang buruk pada remaja disebabkan karena

pada masa remaja, khususnya remaja tahap awal, individu sedang beradaptasi dan memahami pola menstruasinya. Kurangnya informasi mengenai *hygiene* menstruasi dari tenaga kesehatan dan orang tua menyebabkan remaja mengalami ketidaktahuan mengenai teknik *hygiene* menstruasi (UNICEF, 2015).

Data *pilot study project* UNICEF di Provinsi DIY menemukan bahwa manajemen *hygiene* menstruasi cenderung buruk di wilayah rural (pedesaan) dan cenderung lebih baik di wilayah urban (perkotaan) Kota Yogyakarta. Sementara itu untuk wilayah rural yakni Sleman, Bantul, Gunung Kidul dan Kulon Progo manajemen *hygiene* menstruasi cenderung buruk. Pengetahuan mengenai *hygiene* menstruasi remaja putri di wilayah rural berkisar antara 7 sampai 10 dan di wilayah urban berkisar antara 8 sampai 11 dari skor mutlak 15. Perilaku mengganti pembalut setiap 4 jam dimiliki oleh 67,3% remaja putri di wilayah urban dan di wilayah rural hanya dimiliki oleh 40,8%. Perilaku membasuh area genitalia setidaknya 1 kali sehari dimiliki oleh 98,3% remaja putri di wilayah urban dan di wilayah rural persentasenya lebih rendah, yaitu sebesar 95,1%. Kisaran persentase tersebut sejalan dengan data *hygiene* menstruasi nasional dan pola yang sama juga berlaku di seluruh provinsi di mana remaja wilayah rural memiliki *hygiene* menstruasi yang lebih rendah dibandingkan remaja di wilayah urban (UNICEF, 2015).

Berdasarkan temuan UNICEF (2015) yang telah dipaparkan sebelumnya, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian intervensi pendidikan kesehatan dengan *peer group* untuk meningkatkan perilaku *hygiene* menstruasi pada remaja putri di

SMP Negeri 4 Gamping Sleman. SMP Negeri 4 terletak di wilayah rural dengan anak didik yang berasal dari wilayah rural Sleman yang kebanyakan terkonsentrasi dari wilayah Kecamatan Gamping Sleman.

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 2 November 2015 dengan mewawancarai salah satu guru dan 10 siswi kelas VIII di SMP Negeri 4 Gamping Sleman Yogyakarta yang sudah mengalami menstruasi menemukan 3 siswi (30%) mempunyai perilaku *hygiene* menstruasi baik karena dapat menjaga kebersihan daerah kewanitaannya selama menstruasi. Anak yang mengerti tentang *hygienitas* menstruasi rata-rata mendapatkan informasi dari orang terdekat seperti orang tua tentang perawatan saat menstruasi. Adapun 7 siswi (70%) lainnya mempunyai perilaku *hygiene* yang kurang baik karena mereka tidak pernah mendapatkan informasi dari orang lain ataupun mencari informasi sendiri dikarenakan malu untuk bertanya. Mereka mengaku bahwa mereka masih belum mengetahui bagaimana cara membersihkan vagina yang baik selama menstruasi seperti, membasuh vagina dari arah anus ke arah vagina, dan pada saat menstruasi mereka rata-rata mengganti pembalut 2 kali dalam sehari selama hari pertama menstruasi. Siswi mengatakan belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang *hygiene* menstruasi. Selain itu, sebelumnya di sekolah tersebut juga belum pernah ada pihak dari luar sekolah yang memberikan pendidikan kesehatan secara langsung pada pelajar, baik dari institusi pendidikan maupun institusi kesehatan. Akan tetapi sering terjadi pertukaran informasi mengenai jenis-jenis pembalut di antara para siswi.

Hasil studi pendahuluan tersebut menunjukkan kesesuaian dengan hasil studi UNICEF (2015) yang menemukan kecenderungan perilaku *hygiene* menstruasi yang kurang pada remaja rural, kurangnya peranan tenaga kesehatan dalam upaya pendidikan kesehatan *hygiene* menstruasi serta peranan teman sebaya sebagai sumber informasi dari *hygiene* menstruasi terbesar kedua setelah ibu. Oleh karenanya peneliti melakukan penelitian untuk mengetahui lebih jauh tentang pengaruh pendidikan kesehatan melalui *peer group* terhadap perilaku *hygiene* menstruasi pada siswi kelas VIII SMP Negeri Gamping Sleman Yogyakarta. Metode *peer group* sengaja dipilih sebagai metode pendidikan kesehatan karena teman sebaya menduduki peranan penting sebagai sumber informasi, teman sebaya juga lebih dipercaya dan tidak memiliki batasan privasi, pergaulan dan bahasa.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian pre-eksperimen dengan rancangan penelitian menggunakan *one group pre-test post-test design*. Intervensi yang diberikan adalah pendidikan kesehatan tentang *hygiene* menstruasi dengan metode *peer group*.

Responden terdiri atas 20 siswi kelas VIII yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Responden memenuhi kriteria inklusi yakni siswi kelas VIII dengan kuota setiap kelas sebanyak 5 orang, belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang *hygiene* menstruasi, sudah mengalami menstruasi, bersuku Jawa dan bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusinya adalah sakit atau tidak masuk sekolah saat penelitian dilakukan dan *peer educator*.

## HASIL PENELITIAN

### Profil SMP Negeri 4 Gamping

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 4 Gamping Yogyakarta yang terletak di Dusun Kalimanjung, Ambarketawang, Gamping, Kabupaten Sleman, Yogyakarta. Sekolah ini telah memiliki ruang UKS yang digunakan untuk memberikan pelayanan kesehatan kuratif (pengobatan) pertama bagi kejadian cedera ataupun kesakitan di sekolah. Siswi-siswi yang mengalami nyeri menstruasi dapat beristirahat di UKS dan juga mendapatkan analgesik serta pembalut di UKS.

Usaha kesehatan preventif seperti pendidikan kesehatan sayangnya belum dapat dijalankan karena keterbatasan tenaga kerja pembina UKS. Selain itu

belum ada kerjasama yang terjalin dengan pihak swasta untuk melakukan pendidikan kesehatan. Puskesmas Gamping selaku puskesmas pembina wilayah juga belum pernah memberikan pendidikan kesehatan. Demikian sehingga parasiswi di sekolah ini juga belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan menstruasi.

Siswi SMP Negeri 4 Gamping hanya mendapatkan pendidikan mengenai organ kewanitaan dan perilaku hidup bersih secara umum yang terintegrasi dalam pelajaran biologi dan penjasKes. Kondisi higienitas toilet sekolah ini kurang mendukung bagi siswi untuk melakukan penggantian pembalut sebagai bagian dari praktik *hygiene* menstruasi di sekolah.

### Karakteristik Responden Penelitian

Tabel 1 Karakteristik Responden Siswi Kelas VIII di SMP Negeri 4 Gamping Sleman Tahun 2017

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia 13 tahun	13	65
14 tahun	7	35
Menarche $\geq$ 13 tahun	1	5
<13 tahun	19	95
Jumlah	20	100

Sumber: data primer, 2017

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden pada penelitian ini berusia 13 tahun (65%)

dan mengalami menarche dini atau mengalami menarche sebelum berusia 13 tahun (95%).

### Perilaku *Hygiene* Menstruasi Sebelum dan Setelah Pendidikan Kesehatan

Tabel 2 Perilaku *Hygiene* Menstruasi Pada Siswi Kelas VIII di SMP Negeri 4 Gamping Sleman Tahun 2017

Perilaku <i>Hygiene</i> Menstruasi	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	F	%	f	%
Baik	16	80	20	100
Cukup baik	4	20	0	0
Kurang baik	0	0	0	0
Jumlah	20	100	20	100

Sumber: data primer, 2017

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa pada saat *pretest* sebagian besar responden memiliki perilaku *hygiene* menstruasi pada kategori cukup baik (20%). Sementara itu pada saat *posttest*

terjadi peningkatan perilaku *hygiene* menstruasi responden di mana sebagian responden diketahui memiliki perilaku *hygiene* menstruasi pada kategori baik (100%).

### Perilaku *Hygiene* Menstruasi *Peer Educator* Pada Siswi Kelas VIII

Tabel 3 Hasil *Pretest* dan *Posttest* Kategori Pendidikan Kesehatan *Peer Group* Pada Siswi Kelas VIII SMP Negeri 4 Gamping Yogyakarta

Perilaku <i>Hygiene</i> Menstruasi	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	F	%	f	%
Baik	3	75	4	100
Cukup baik	1	25	0	0
Kurang baik	0	0	0	0
Jumlah	4	100	4	100

Sumber: Data Primer, 2017

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa pada saat *pretest* hampir semua *peer educator* memiliki perilaku *hygiene* menstruasi pada kategori cukup baik (25%). Sementara

itu pada saat *posttest* terjadi peningkatan perilaku *hygiene* menstruasi di mana semua *peer educator* diketahui pada kategori baik (100%).

### Hasil Uji Pengaruh Pendidikan Kesehatan

Tabel 4 Hasil *Wilcoxon Signed Rank Test*

N	Signifikansi (p)	Z-hitung	Z-tabel	Keterangan
20	0,000	5,520	1,598	Ada pengaruh signifikan

Sumber: data primer, 2017

Hasil uji *Wilcoxon* pada tabel 4 menunjukkan nilai signifikansi (p) sebesar 0,000 dan nilai Z-hitung yang lebih besar dari nilai Z-tabel. Nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 dan nilai Z-hitung yang lebih besar dari

nilai Z-tabel mengindikasikan adanya pengaruh yang signifikan dari pendidikan kesehatan *peer group* terhadap perilaku *hygiene* menstruasi responden di SMP Negeri 4 Gamping Yogyakarta.

### PEMBAHASAN

Hasil penelitian menemukan adanya pengaruh yang signifikan dari pendidikan kesehatan *peer group* terhadap perilaku *hygiene* menstruasi ( $p < 0,05$ ). Hal ini berarti pendidikan kesehatan dengan metode *peer group* secara signifikan efektif dapat meningkatkan perilaku *hygiene* menstruasi pada remaja putri kelas

VIII di SMP Negeri 4 Gamping Yogyakarta.

Hasil ini penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Kurniawati (2014) yang juga menemukan bahwa bahwa intervensi pendidikan kesehatan secara signifikan dapat meningkatkan perilaku *hygiene* menstruasi remaja putri. Penelitian Kurniawati (2014) dilakukan melalui pendidikan kesehatan dengan metode

SMS dan metode leaflet pada remaja putri di wilayah Miri dan Kalijambe Surakarta ( $p < 0,05$ ) dengan durasi jeda intervensi selama 2 minggu.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Suryati (2012) menyatakan ada hubungan antara kelompok teman sebaya terhadap perilaku *hygiene* saat menstruasi. Kelompok teman sebaya yang mendukung perilaku *hygiene* melalui mekanisme dukungan teman sebaya secara signifikan dapat meningkatkan perilaku *hygiene* menstruasi anggota kelompok teman sebaya di dalamnya hingga ( $p < 0,05$ ). Sementara itu Zulva (2013) dalam penelitiannya juga menemukan bahwa metode *peer group* dalam kelompok teman sebaya secara signifikan meningkatkan perilaku *hygiene* menstruasi ( $p < 0,05$ ).

Pendidikan kesehatan *hygiene* menstruasi dengan metode *peer group* secara signifikan dapat meningkatkan perilaku *hygiene* menstruasi responden karena metode *peer group* memenuhi 2 kelebihan dalam penyampaian pesan pendidikan kesehatan yaitu cocok secara budaya (*cultural appropriate*) dan mudah diterima secara komunitas (*easily accepted*). Pendidikan kesehatan seringkali mengalami kendala karena keterbatasan pengetahuan antara edukator dengan sasaran di mana bahasa dan logika yang dimiliki oleh edukator tidak sesuai dengan sasaran pendidikan. Selain itu topik yang tabu atau dianggap memalukan juga menjadi pembatas antara edukator dengan sasaran pendidikan (Lezin, 2008).

Garg, Goyal dan Gupta (2012) mengemukakan bahwa topik terkait seksualitas dan menstruasi masih dipandang sebagai topik yang tabu dan memalukan untuk ditanyakan pada

guru. Padahal hampir sebagian besar waktu remaja putri dihabiskan di sekolah. Oleh karenanya sebagian besar remaja putri cenderung mencari jawaban dari media massa dan dari sesama teman sebaya di sekolah (*peers*). Oleh karenanya metode *peer education* dapat menjadi alat intervensi bagi peningkatan perilaku *hygiene* menstruasi yang efektif.

Penempatan teman sebagai sebagai edukator (*peer educator*) dalam penelitian ini meminimalkan kendala kesenjangan pengetahuan dan bahasa karena *peer educator* sebagai bagian dari kelompok teman sebaya dapat menggunakan bahasa dan logika yang sehari-hari dipakai dalam pertamanan untuk menyampaikan pendidikan kesehatan. Adapun menstruasi sebagai topik yang masih dianggap tabu terutama untuk dibicarakan dengan orang asing ataupun lawan jenis dapat dibicarakan dengan leluasa tanpa kesungkapan karena edukator adalah perempuan dan merupakan teman dekat.

Penelitian Hoerster dkk. (2007) bahkan menemukan bahwa dalam pendidikan kesehatan remaja terkait seksualitas dan kesehatan reproduksi, penggunaan agen penyuluh teman sebaya (*peer educator*) lebih efektif dibandingkan dengan penggunaan agen penyuluh orang tua (*parental educator*). Peluang remaja untuk mengikuti anjuran dari teman sebaya adalah 5,6 kali. Sementara itu peluang remaja untuk mengikuti anjuran dari orang tua hanya 1,2 kali.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

1. Perilaku *hygiene* menstruasi pada siswi kelas VIII SMP Negeri 4 Gamping Sleman Yogyakarta sebelum dilakukan pendidikan

- kesehatan adalah cukup baik (20%).
2. Perilaku *hygiene* menstruasi pada siswi kelas VIII SMP Negeri 4 Gamping Sleman Yogyakarta setelah dilakukan pendidikan kesehatan sebagian adalah baik (100%).
  3. Pendidikan kesehatan melalui *peer group* diketahui berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan perilaku *hygiene* menstruasi pada siswi kelas VIII SMP Negeri 4 Gamping Sleman Yogyakarta ( $p < 0,05$ ).

### Saran

1. Bagi Siswi SMP Negeri 4 Gamping Sleman Yogyakarta Siswi disarankan untuk terus meningkatkan perilaku *hygiene* menstruasi khususnya dengan perilaku penggantian dan pembersihan pembalut serta kebersihan diri selama menstruasi dengan mandi dan keramas secara teratur selama masa menstruasi.
2. Bagi SMP Negeri 4 Gamping Sleman Yogyakarta Pihak sekolah disarankan untuk memberikan pendidikan kesehatan mengenai *hygiene* menstruasi kepada seluruh siswi putri dengan metode *peer education*. Selain itu pihak sekolah juga disarankan untuk meningkatkan fasilitas toilet dan wastafel untuk memfasilitasi perilaku *hygiene* menstruasi seluruh siswi.
3. Bagi Puskesmas Pihak puskesmas diharapkan meningkatkan pemberian informasi atau penyuluhan khususnya tentang perilaku *hygiene* menstruasi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengendalikan variabel pemediasi yakni ketersediaan toilet dan wastafel serta mengendalikan variabel pengganggu sumber informasi untuk meningkatkan hasil penelitian.

### DAFTAR PUSTAKA

- Garg, R., Goyal, S. & Gupta, S. (2012). India Moves Towards Menstrual Hygiene: Subsidized Sanitary Napkins for Rural Adolescent Girls: Issues and Challenges. *Maternal and Child Health Journal*, 16(4): 767-774.
- Hoerster, K.D., Mayer, J.A., Woodruff, S., Malcarne, V., Roesch, S.C. & Clapp, E. (2007). The Influence of Parents and Peers on Adolescent Sexuality and Reproductive Health Behavior: Findings from A Multi City Sample. *J Am Acad Derma*, 57(6): 990-997.
- Kurniawati, A.A. (2014). Perbedaan Pengaruh Media Pendidikan Kesehatan Leaflet dengan Short Message Services (SMS) terhadap Pengetahuan dan Perilaku Remaja Putri tentang Menstrual Hygiene. *Tesis Tidak Dipublikasikan*. Surakarta: Magister Kedokteran Keluarga Universitas Sebelas Maret.
- Lezin, N. (2008). *With A Little Help From My Friend: Peer Edukasi Remaja*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ratna, D.P. (2010). *Pentingnya Menjaga Organ*

- Kewanitaan,*  
Jakarta:Indeks Media.
- Suryati. (2012). Perilaku Kebersihan Remaja Saat Menstruasi. *Jurnal Health Quality*, 3(1): 54-65.
- UNICEF. (2015). *Menstrual Hygiene Management in Indonesia: Understanding Practices,*
- Determinants and Impacts among Adolescents School Girls.* Melbourne: Burnet Institute.
- Widyastuti, Y. (2009). *Kesehatan Reproduksi.* Yogyakarta: Fitramaya.



**unisa**  
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta