

**PENGARUH PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG MENSTRUASI
TERHADAP PERILAKU PERSONAL HYGIENE MENSTRUASI PADA
SISWI KELAS VII SMP IT ABU BAKAR YOGYAKARTA 2011**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagai Syarat Mencapai Gelar Ahli Mada
Kebidanan Pada Program Studi Kebidanan Jenjang Diploma III
Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta



**Disusun oleh :
Dwi Hastuti
NIM : 090105023**

**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIAH
YOGYAKARTA
2012**

PENGARUH PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG MENSTRUASI TERHADAP PERILAKU PERSONAL HYGIENE MENSTRUASI PADA SISWI KELAS VII IT ABU BAKAR YOGYAKARTA 2011¹

Dwi Hastuti², Sri Muslimatun³

ABSTRACT

Hygiene menstruation is all conditions or practices towards menstruations influence individual well-beings. Behaviour Impact not hygiene for menstruation emerge disease related to reproduction well-being disturbance, liking irritation, allergy, feeling an itch in tool genital, taste not cozy, Fluor Albus and toxic shock syndrome (TTS) . Biggest Effect from behaviour undercommunication hygiene not good, frequently evoke ascending infection, that is infection then walk and infected uterus neck region for example another reproduction tools (cervicitis) region tuba (salpingitis) even can until evoke inflammation in pelvis region(/ Inflammatory Disorders). Purpose of this research is to detects well-being elucidation influence existence about menstruation towards behaviour personal hygiene menstruation in class student VII SMP IT Abu Bakar Yogyakarta.

This research uses appearance experiment method (quasi experiment) with plan Non-Equivalent Control Group. Sample taking is done according to non probability sampling with method purposive sampling amount of 30 respondents. Hypothesis Testing is done with formula t-test independent.

The result by using formula t-test Independent at can p 0, 000 mean values significant smaller than 0, 05 ($p < 0, 05$) by using error standard 5%. Thereby inferential that there is well-being elucidation influence about menstruation towards behaviour personal hygiene menstruation in class student VII SMP IT Abu Bakar Yogyakarta year 2011. For class student VII SMP IT Abu Bakar Yogyakarta so that more increase behaviour personal hygiene menstruation by replaced bandage regularly 4-5 time a day or after urinate and bathe to avoid bacteria growth.

Keyword : Menstruation, Behaviour Personal Hygiene Menstruation, Well-being Elucidation

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan reproduksi menjadi perhatian bersama dan bukan hanya individu yang bersangkutan, karena dampaknya luas, menyangkut berbagai aspek kehidupan dan menjadi parameter kemampuan negara dalam menyelenggarakan pelayanan kesehatan terhadap masyarakat. Salah satu ukuran kemampuan negara menyelenggarakan pelayanan kesehatan terhadap masyarakat, diantaranya adalah masalah reproduksi, terutama kesehatan reproduksi wanita yaitu kemampuan seorang wanita untuk memanfaatkan alat reproduksinya, mengatur kesuburannya dan dapat

mengembalikan kesehatannya dalam batas normal (Manuaba,2002:7).

Menurut Badan Kesehatan Dunia (WHO) 2007 masalah kesehatan reproduksi perempuan yang buruk telah mencapai 33% dari jumlah total beban penyakit yang diderita para perempuan di seluruh dunia. Data internasional tahun 2007, sebanyak 75% perempuan di seluruh dunia minimal pernah mengalami kandidiasis satu kali dalam hidupnya (Egong, 2005, <http://www.fkm.undip.ac.id>, diakses 12 september 2011).

Di Indonesia masalah kesehatan reproduksi remaja kurang mendapatkan perhatian. Hal ini disebabkan karena umur yang relatif muda, masih dalam status

pendidikan sehingga seolah-olah bebas dari kemungkinan menghadapi penyulit dan penyakit yang berkaitan dengan alat reproduksinya (Manuaba, 2007:17).

Masa remaja secara umum adalah suatu periode yang sehat dalam batasan usia 12-17 tahun. Kehidupan anak remaja sering kurang mendapatkan penerangan, pengalaman dan pelayanan jasa kesehatan reproduksi dibanding dengan orang dewasa sehingga banyak anak remaja yang masih kurang memahami bagaimana cara menjaga kesehatan reproduksi dengan benar khususnya perilaku *hygiene* menstruasi (Prawirohardjo, 2009:236).

Hygiene menstruasi adalah semua kondisi atau praktek terhadap menstruasi yang mempengaruhi kesehatan individu. Dampak perilaku tidak *hygiene* selama menstruasi dapat timbul penyakit-penyakit yang berkaitan dengan gangguan kesehatan reproduksi, seperti iritasi, alergi, rasa gatal pada alat genital, rasa tidak nyaman, keputihan dan *toxic shock syndrome* (TTS) (Egong, 2005, <http://www.fkm.undip.ac.id>, diakses 12 september 2011). Efek paling besar dari kurangnya perilaku *hygiene* yang tidak baik, sering kali menimbulkan *ascending infection*, yaitu infeksi yang terus berjalan dan menginfeksi alat-alat reproduksi lainnya misalnya daerah leher rahim (*cervicitis*), daerah tuba (*salpingitis*), bahkan dapat sampai menimbulkan peradangan pada daerah panggul (PID/*Pelvic Inflammatory Disorders*). Peradangan daerah panggul biasanya disertai nyeri dan demam, sehingga risiko infertilitas (penurunan kesuburan) juga meningkat (Sujarwanti, 2002, <http://www.fkm.undip.ac.id>, diakses 12 september 2011).

Menurut penelitian pada tahun 2002 yang dilakukan di SLTP N II Depok Jakarta siswi kelas I dan kelas 2 tentang pengetahuan kesehatan reproduksi menunjukkan 44 responden mempunyai perilaku *hygiene* menstruasi yang kurang baik yaitu mengganti pembalut 1 kali sehari pada saat menstruasi hari pertama,

pembersihan vagina dengan arah yang salah yaitu membersihkan vagina dari arah belakang(anus) ke arah depan (vagina) dan akan berdampak bakteri yang terdapat disekitar anus akan menuju ke vagina, 44% responden juga merasakan gatal-gatal dan terdapat kemerahan disekitar vagina (Anita, 2002, *cit* Permatasari 2008).

Indonesia merupakan negara yang kaya budaya, fenomena mitos menstruasi sudah berakar di masyarakat. Mitos yang sering terdengar diantaranya adalah bahwa remaja yang sedang menstruasi dianggap kotor dan sakit. Sebenarnya menstruasi tidak membuat remaja perempuan menjadi kotor dan sakit, namun memang benar jika sedang haid remaja putri harus menjaga kebersihan seperti mengganti pembalut setiap selesai mandi dan buang air kecil atau buang air besar. Masyarakat juga terbelenggu mitos adanya larangan memotong rambut, menggunting kuku, dan keramas. Perempuan yang sedang menstruasi justru harus menjaga kebersihan anggota tubuhnya (Amailiah, 2008, <http://eprints.undip.ac.id/15988/>, diakses 14 Oktober 2011).

Bidan sebagai pendidik masyarakat perlu memberikan penyuluhan mengenai kesehatan reproduksi remaja dan memberikan Konseling Intapersonal Edukasi (KIE) kepada remaja untuk memperhatikan *hygiene* saat menstruasi. Hal ini sesuai dengan kesepakatan dalam Konferensi Internasional Kependudukan dan Pembangunan di Cairo tahun 1994 tentang "Hak-Hak Reproduksi", antara lain; pasal (1) hak mendapatkan informasi dan pendidikan kesehatan reproduksi; pasal (2) hak mendapatkan pelayanan dan perlindungan kesehatan reproksi; pasal (6) hak atas kebebasan dan keamanan pelayanan kesehatan; pasal (12) hak atas kebebasan dari segala bentuk diskriminan dalam kesehatan reproduksi (Aryanti, 2010:48).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada siswi kelas VII SMP IT Abu Bakar Yogyakarta pada tanggal 26 Oktober 2011 dengan melakukan

wawancara pada 10 anak, didapatkan 6 anak belum memahami bagaimana cara menjaga dan merawat hygiene saat menstruasi dengan baik seperti bagaimana cara membasuh vagina yang benar dan pada saat menstruasi. Mereka rata-rata mengganti pembalut 2 kali dalam sehari pada hari pertama menstruasi. Dari 6 orang siswi pernah merasakan gatal-gatal dan terdapat kemerahan disekitar vagina. Siswi SMP kelas VII IT Abu Bakar Yogyakarta mengaku belum pernah mendapatkan penyuluhan tentang hygiene menstruasi. Diketahui pula bahwa mereka (6 orang) mendapatkan informasi tentang kesehatan alat genetalia dari orangtua dan teman. Berdasarkan masalah diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Pada Siswi SMP IT Abu Bakar Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Desain penelitian ini rancangan eksperimen semu (*quasi experimen*) dengan rancangan *Non-Equivalent Control Group*. Dalam rancangan ini pengambilan sampel secara teknik *purposive sampling*.

Populasi pada penelian ini yaitu semua kelas VII SMP IT Abu Bakar yang sudah mengalami menstruasi ber jumlah 65 siswi. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 oarang sampel minimal untuk eksperimen sederhana, 15 orang untuk kelompok eksperimen dan 15 orang untuk kelompok control (Sutrisno,2002).

Sebelum dilakukan uji statistik terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data dengan menggunakan rumus *Kolmogrow Smirnow*. Untuk menentukan data normal atau tidak maka Asymp. Sig dibandingkan dengan 0,05. Jika Asymp. Sig lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan data normal.

Langkah selanjutnya adalah pengolahan data yang dilakukan dengan komputerisasi. Jika distribusi data normal, maka dilakukan pengujian hipotesa dengan menggunakan uji t dua sampel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Dalam penelitian ini jumlah responden sebagai subyek penelitian sebanyak 30 siswa, terbagi menjadi 2 kelompok yaitu : kelompok eksperimen berjumlah 15 siswa dengan penyuluhan kesehatan tentang menstruasi terhadap perilaku hygiene menstruasi dan kelompok kontrol berjumlah 15 siswa.

Tabel 4.1. Distribusi responden berdasarkan kelompok umur dan perlakuan

No	Umur	Eksperimen		Kontrol		Jumlah	
		Frekuensi	%	Frekuensi	%	Frekuensi	%
1	12	11	73,3%	8	53,3%	19	63,3%
2	13	3	20%	6	40%	9	30%
3	14	1	6,7%	1	6,7%	2	6,7%
Total		15	50%	15	50%	30	100%

Sumber : Pengolahan data primer

Dari data tersebut dapat dilihat bahwa subyek penelitian terbanyak berumur 12 tahun sebanyak 11 siswa (73,3%) pada kelompok eksperimen dan 12 siswa (53,3%) pada kelompok kontrol.

2. Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Pada Siswi SMP IT Abu Bakar Yogyakarta Tahun 2011

Tabel 4.2. Selisih Nilai Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Siswi SMP IT Abu Bakar Yogyakarta Tahun 2011

No	Eksperimen			Kontrol		
	Pre	Post	Selisih	Pre	Post	Selisih
1	57	66	9	61	60	-1
2	63	64	1	57	57	0
3	57	65	8	55	57	2
4	61	69	8	59	57	-2
5	56	66	10	60	58	-2
6	63	75	12	60	56	-4
7	64	72	8	64	59	-5
8	60	62	2	60	60	0
9	64	70	6	55	55	0
10	58	67	9	50	50	0
11	53	70	17	50	50	0
12	48	70	22	52	52	0
13	63	73	10	49	50	1
14	62	70	8	48	47	-1
15	60	72	12	53	51	-2
Jumlah	889	1031	142	833	819	-14
Rata-rata	59.27	68.73	9.467	55.53	54.6	-0.933

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa rata-rata perilaku personal *hygiene* siswi pada kelompok eksperimen terlihat adanya peningkatan

pada nilai post test sedangkan pada kelompok kontrol terjadi penurunan perilaku personal *hygiene*. Berdasarkan rata-rata selisih nilai post test dikurang nilai pretest pada kelompok eksperimen sebesar 9.467, sedangkan selisih nilai post test dikurangkan nilai pretest pada kelompok kontrol sebesar -0.933. Selisih pada kelompok eksperimen lebih besar daripada kelompok kontrol. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan perilaku personal *hygiene* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Tabel 3. Distribusi Perilaku Personal *Hygiene* Menstruasi Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Siswi SMP IT Abu Bakar Yogyakarta Tahun 2011

No	Eksperimen				Kontrol			
	Pre	Kategori	Post	Kategori	Pre	Kategori	Post	kategori
1	57	1	66	2	61	1	60	1
2	63	2	64	2	57	1	57	1
3	57	1	65	2	55	1	57	1
4	61	1	69	2	59	1	57	1
5	56	1	66	2	60	1	58	1
6	63	2	75	2	60	1	56	1
7	64	2	72	2	64	2	59	1
8	60	1	70	2	60	1	60	1
9	64	2	70	2	55	1	55	1
10	58	1	67	2	50	1	50	1
11	53	1	70	2	50	1	50	1
12	48	1	70	2	52	1	52	1
13	63	2	73	2	49	1	50	1
14	62	1	70	2	48	1	47	1
15	60	1	72	2	53	1	51	1
Kurang Hygien	-	10	-	-	14	-	-	15
Hygien	-	5	-	15	-	-	-	-

Keterangan : a. Kurang hygiene : 1
b. Hygiene : 2

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh bahwa pada perilaku personal *hygiene* pada siswi kelas VII SMP IT Abu Bakar Yogyakarta sebelum diberikan penyuluhan pada kelompok eksperimen terjadi peningkatan status, yaitu peningkatan kriteria *hygiene* sesudah diberikan penyuluhan. Sedangkan pada kelompok kontrol tidak terjadi perubahan sebelum dan sesudah penyuluhan.

3. Analisis Data

Data-data yang diperoleh kemudian dimasukkan ke dalam tabel. Kemudian data dimasukkan ke dalam tabel dari masing-masing variabel penelitian dan dibuat berdasarkan tujuan penelitian. Sebelumnya dilakukan uji normalitas untuk mengetahui data-data tersebut apakah berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas selisih data perilaku personal *hygiene* menstruasi pada siswi SMP IT Abu Bakar Yogyakarta

Tahun 2011 pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dilakukan dengan uji *One-Sample Kolmogorov-Smirnov* dapat disajikan dalam tabel berikut :

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Selisih Data Perilaku Personal *Hygiene* Menstruasi Kelompok Eksperimen dan Kontrol Pada Siswi SMP IT Abu Bakar Yogyakarta Tahun 2011

	Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
Kolmogorov-Smirnov Z	0.754	0.884
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.636	0.415
Kesimpulan	Normal	Normal

Dari hasil analisis diperoleh bahwa data dikatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansi lebih dari 0,05 atau sebaran data membentuk suatu pola pada garis normal. Berdasarkan tabel di atas keseluruhan data diperoleh nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa seluruh data berdistribusi normal dan dapat digunakan uji statistik selanjutnya.

Dari data yang terkumpul kemudian dilakukan uji statistik untuk mengetahui pengaruh pemberian penyuluhan terhadap perilaku personal *hygiene* siswi SMP IT Abu Bakar Yogyakarta Tahun 2011 sebelum dan sesudah perlakuan dengan uji *independent t-test*. Hasil diperoleh dalam tabel berikut.

Tabel 5. Hasil Uji Independent t-test

	Perilaku personal hygiene
T	7,331
df	28
sig.	0,000
mean difference	10,4
std. error difference	1,4187

Berdasarkan tabel diatas, diketahui nilai signifikan kurang dari 0,05, maka hal tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian penyuluhan terhadap perilaku personal *hygiene* siswi SMP IT Abu Bakar Yogyakarta Tahun 2011. Nilai perbedaan rata-rata sebesar 10,4 menunjukkan bahwa ada selisih atau perbedaan perilaku *hygiene* sebelum diberikan penyuluhan dengan perilaku *hygiene* sesudah diberikan penyuluhan dengan ditandai adanya peningkatan rata-ratanya.

Pembahasan

1. Perilaku Personal *Hygiene* Menstruasi Pretest dan Posttest pada kelompok Eksperimen

Hasil analisis pada menunjukkan bahwa terdapat peningkatan perilaku *Hygiene* menstruasi pada kelompok eksperimen. Hasil pretest pada kelompok eksperimen diketahui sebagian besar siswi mempunyai perilaku kurang *hygiene* 10 siswi, perilaku *Hygiene* 5 siswi. Dan pada saat post test diketahui siswi yang mempunyai perilaku kurang *hygiene* tidak ada dan perilaku *Hygiene* 15 siswi. Selisih nilai posttest dikurangi pretest pada kelompok eksperimen sebesar 9.467. Dari hasil ini menunjukkan adanya perubahan perilaku personal *Hygiene* menstruasi sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan. Hasil ini didukung oleh hasil *t-test* yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pretest dan posttest pada kelompok eksperimen.

Hasil tersebut diartikan bahwa penyuluhan yang dilakukan pada kelompok eksperimen berpengaruh pada perilaku personal *hygiene* menstruasi siswi. Menurut Azwar, (1983) seperti yang dikutip oleh Machfoedz (2008:61) penyuluhan adalah kegiatan pendidikan kesehatan, yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu, dan mengerti, tetapi juga mau dan bias melakukan suatu ajaran yang berhubungan dengan kesehatan.

2. Perilaku Personal *Hygiene* Menstruasi Pretest dan Posttest pada Kelompok Kontrol

Hasil analisis pada kelompok kontrol diketahui pada saat pretest sebagian besar siswi mempunyai perilaku personal *hygiene* menstruasi yang kurang *hygiene* 14 siswi, perilaku *hygiene* 1 siswi dan pada saat posttest perilaku kurang *hygiene* 15 siswi, perilaku *hygiene* tidak ada. Berdasarkan rata-rata selisih nilai posttest di kurangi pretest pada kelompok kontrol didapatkan penurunan nilai sebesar -0,933. Hasil ini menunjukkan tidak adanya perubahan yang positif perilaku personal *hygiene* menstruasi

pada kelompok kontrol. Hasil *t-test* juga menunjukkan adanya penurunan perubahan yang signifikan pretest dan posttest pada kelompok kontrol di karenakan pada kelompok kontrol masih kurang dan dalam pengisian kuisioner kelompok kontrol mengisi dengan asal mengisi saja. Perilaku kesehatan seseorang atau masyarakat ditentukan oleh niat orang terhadap objek kesehatan ada atau tidaknya dukungan dari masyarakat sekitarnya, ada atau tidaknya informasi tentang kesehatan kebebasan individu untuk mengambil keputusan atau bertindak, dan situasi yang memungkinkan ia berperilaku atau bertindak (Notoatmodjo, 2008).

3. Perilaku Personal *Hygiene* Menstruasi pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Hasil penelitian menunjukkan hasil *t-test* terhadap posttest kelompok eksperimen dan kontrol yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan yaitu perilaku personal *hygiene* menstruasi kelompok eksperimen adalah 9,467 dan kelompok kontrol -0,933 dan didapat nilai *t* hitung sebesar 7,331 dengan signifikansi 0,000. Nilai *t* tabel dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ adalah 2,048, oleh karena nilai *t* hitung $>$ *t* tabel ($7,331 > 2,048$) dan nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), hal ini berarti bahwa ada perbedaan yang signifikan antara perilaku personal *hygiene* menstruasi kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Hasil rata-rata selisih nilai post test dikurangi pretest pada kelompok eksperimen 9.467 dan pada kelompok kontrol -0.933, berdasarkan rata-rata selisih tersebut terdapat perbedaan yang sangat mencolok antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Selisih pada kelompok eksperimen lebih besar daripada kelompok kontrol. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa pemberian penyuluhan kesehatan tentang menstruasi mempunyai pengaruh perilaku personal *hygiene* menstruasi pada siswi kelas VII SMP IT Abu Bakar Yogyakarta, dimana perilaku personal *hygiene* menstruasi yang dilakukan oleh kelompok eksperimen yang diberikan

penyuluhan lebih baik apabila dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hal ini sejalan dengan pendapat Azwar,(1983) seperti yang dikutip oleh Machfoedz (2008:61) penyuluhan adalah kegiatan pendidikan kesehatan, yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu, dan mengerti, tetapi juga mau dan bias melakukan suatu ajaran yang berhubungan dengan kesehatan. Penyuluhan untuk siswa sekolah adalah terarah pada penyuluhan terhadap siswa bermasalah yaitu untuk mengubah perilaku yang kurang sehat menjadi sehat. Perilaku kurang sehat tersebut bukan suatu penyakit yang terjadi karena kebiasaan atau adat atau budaya yang lain (Machfoedz, 2008: 64).

Perilaku personal *hygiene* yang baik dengan kemampuan siswi dalam melakukan perawatan diri pada saat menstruasi. Perilaku personal *hygiene* ini hanya dapat dilakukan apabila siswi mempunyai pengetahuan yang baik tentang menstruasi. Perilaku personal *hygiene* pada kelompok eksperimen terwujud dipengaruhi oleh keberhasilan penyuluhan yang diberikan. Disamping itu, adanya faktor pendukung yang mempengaruhi keberhasilan penelitian ini. Faktor pendukung dalam penelitian ini adalah tepatnya pengendalian variabel pengganggu sehingga hasil yang diperoleh tidak bias. Penelitian ini menggunakan responden dari siswi SMP dengan tingkat pengetahuan yang relatif masih sama tentang menstruasi karena cenderung mempunyai pengalaman yang sama dalam menghadapi menstruasi.

Pemberian informasi melalui penyuluhan membutuhkan kreatifitas dari penyuluh itu sendiri agar pesan yang hendak disampaikan dapat diterima oleh penerima pesan, sehingga seorang petugas penyuluh hendaknya memiliki kualitas pengetahuan dan kemampuan yang baik. Hal ini sejalan dengan pendapat dari Sukardi cit Naharani (2007) yang mengatakan penyuluhan diartikan sebagai hubungan timbal balik antara dua orang individu,

dimana yang seorang (yaitu penyuluh) berusaha membantu yang lain (yaitu klien) untuk mencapai pengertian tentang dirinya sendiri dalam hubungan dengan masalah-masalah yang dihadapinya pada waktu akan datang.

Pemberian penyuluhan dapat memberikan pengaruh perilaku personal *hygiene*, dengan meningkatnya perilaku personal *hygiene* siswi kelas VII SMP IT Abu Bakar Yogyakarta diharapkan perilaku personal *hygiene* responden tidak berubah saat itu saja tetapi juga menjadi perilaku personal *hygiene* setiap menstruasi sehingga memberikan efek pencegahan terhadap personal *hygiene* siswi pada khususnya dan lingkungan sekitar pada umumnya, contohnya cara membersihkan alat kelamin dengan menggunakan air bersih, cara membasuh vagina dari arah depan (vagina) ke belakang (anus), mengganti pembalut 4-5 kali sehari saat menstruasi, memotong rambut pubis maksimal 40 hari, dll. Dengan demikian hipotesis penelitian sudah terjawab bahwa adanya pengaruh penyuluhan terhadap perilaku personal *hygiene* pada siswi kelas VII SMP IT Abu Bakar Yogyakarta. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Eskawati (2010) dengan judul "Pengaruh Penyuluhan Tentang Personal Hygiene Terhadap Sikap *Hygiene* Pada Saat Menstruasi Pada Siswi kelas X SMK PGRI Bagelen Purworejo Jawa Tengah 2010" yang menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan tentang personal *hygiene* terhadap sikap *hygiene* pada saat menstruasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Rata-rata perilaku personal *hygiene* pada kelompok eksperimen meningkat sebesar 9,4663 dari 59,2667 menjadi 68,733.
2. Rata-rata perilaku personal *hygiene* pada kelompok kontrol terjadi penurunan nilai rata-rata sebesar 0,933 dari 55,5333 menjadi 54,6000.

- Adanya pengaruh penyuluhan kesehatan tentang menstruasi terhadap perilaku personal *hygiene* menstruasi pada siswi kelas VII SMP IT Abu Bakar Yogyakarta. Hal ini ditunjukkan dengan nilai signifikan 0.000 ($p < 0,05$).

Saran

- Remaja kelas VII SMP IT Abu Bakar Yogyakarta
Bagi siswi kelas VII SMP IT Abu Bakar Yogyakarta agar meningkatkan pengetahuan mengenai personal *hygiene* khususnya yang berhubungan dengan menstruasi dari sumber yang dapat dipercaya dan menyaring semua informasi yang masuk.
- Guru SMP IT Abu Bakar Yogyakarta
Sekolah dapat memasukan materi kesehatan reproduksi remaja terutama materi tentang menstruasi pada siswi kelas VII dalam kurikulum sekolah atau pada jam Bimbingan Konseling, sehingga pengetahuan siswi kelas VII dapat meningkat dan dapat merubah perilaku mereka.
- Peneliti selanjutnya
Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk lebih dapat mengembangkan penelitian tentang kesehatan reproduksi perempuan khususnya menstruasi dan perilaku personal *Hygiene* menstruasi pada remaja putri.

DAFTAR RUJUKAN

- Al-fadhli, Waluyo., 2010. *Mutiara Islam*, <http://mutiara islam blog pendidikan agama islam>, diakses 19 Oktober 2011.
- Amailiah, Aulia Hikmah (2008). *Persepsi Remaja Putri Terhadap Mitos- Mitos Budaya Jawa Tentang Menstruasi di Wilayah Kelurahan Sumurboto Kecamatan Banyumanik Kota Semarang – Jawa tengah*, (<http://eprints.undip.ac.id>), diakses 12 Oktober 2011.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi revisi VI. Jakarta : Rineka Cipta.
- Ariyani, Irmatri., 2009, *Aspek Biopsikososial Higiene Menstruasi Pada Remaja Di Pesantren Putri As-Syafi'iyah Bekasi Tahun 2009*, <http://www.lontar.ui.ac.id>. diakses 13 Oktober 2011
- Aryani Ratna, 2010, *Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya*, Salemba Medika, Jakarta.
- Egong, Y.L.W., 2005. *Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Sumber Informasi Tentang Menstruasi dengan Praktik Higiene Menstruasi pada Remaja Putri*, (www.fkm.undip.ac.id), Diakses 12 September 2010.
<http://www.k4health.org/toolkits/indonesia/kebijakan-dan-peraturan-perundang-undangan>, diakses 13 Oktober 2011
- Ilyas, Yunahar, 2010, *Kuliah Fi'Qh Ibadah*, LPPI UMY, Yogyakarta.
- Indarti. 2007. *Pedoman Kesehatan Kehamilan, Persalinan dan Perawatan Bayi*. Diglosia Medika. Yogyakarta.
- Llewelyn J, Derek. 2001. *Dasar-Dasar Obstetri dan Ginekologi*. Hipokrates. Jakarta.
- Machfoedz Ircham, 2008, *Pendidikan Kesehatan Bagian dari Promosi Kesehatan*, Fitramaya, Jakarta.
- Manuaba, I. G.B., 2002. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*, Arcan, Jakarta.
- Manuaba, I. G.B., 2007. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*, Arcan, Jakarta.
- Nilna, 2009, *Hygiene Menstruasi*. <http://inioke.com/>, diakses 1 Oktober 2011.
- Notoatmodjo, Soekidjo., 2003. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*, PT Rineka Cipta, Jakarta.
- _____, 2007. *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*, PT Rineka Cipta, Jakarta.
- _____. (2002). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta

- Permatasari, Imas. 2008. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Perilaku Hygiene Menstruasi Pada Siswi kelas VII di SMP Muhammadiyah I Yogyakarta*. STIKES 'Aisyiyah. Yogyakarta.
- Prawirohardjo, S., 2009. *Ilmu Kebidanan*, Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta.
- Qittun, 2008. Menstruasi, <http://www.qittun.blogspot.com>, diakses 1 oktober 2011.
- Rigwidikdo, H., 2007, *Statistika Kesehatan Belajar Mudah Teknik Analisis Data Dalam Penelitian Kesehatan*, Mitra Cendekia Press, Yogyakarta.
- Riza Alfiah, Nur., 2010. *Pengaruh Penyuluhan Tentang Vulva Hygiene Terhadap Perilaku Melakukan Vulva Hygiene Pada Siswi Kelas XI IPS DI SMAN 1 Pleret Bantul*. Yogyakarta Tahun 2009.
- Safarila, 2011. *Personal Hygiene* (<http://safarila.blogspot.com/2011>, diakses 1 Oktober 2011).
- Sugiyono. 2007. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung : CV Alfabeta.
- Sujarwati, E., 2002. *Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Komunikasi Tentang Menstruasi dengan Higiene Menstruasi pada Remaja Putri di SMU Negeri 4 Kota Semarang Bulan Februari - Maret 2002*, (www.fkm.undip.ac.id), Diakses 12 September 2010.
- Tartylah, Elza, 2010. *Hubungan Antara Pengetahuan, dan Perilaku Higienitas Organ Reproduksi Terhadap Kejadian Keputihan pada Siswi Kelas IX di SMPN 85 Pondok Labu Jakarta Selatan*, www.scribd.com, diakses 19 Oktober 2011.
- Umar, M.L., 2010. *Menstruation and Menstrual Hygiene amongst Adolescen School Girls in Kano, Northwestern Nigeria*, (www.bioline.org.htm), diakses 12 oktober 2011.
- Wahyuningsih, Merry., 2011, *Semprotan untuk Pembersih Miss V Belum Tentu Bermanfaat*, <http://www.detikhealth.com>, diakses 14 Oktober 2011.
- Winknjosastro, H., 2006, *Ilmu Kandungan*, Edisi Ketiga, Cetakan Kedelapan, Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta.
- Yuniarti, 2005. *Kesehatan Reproduksi Remaja*, *Gaster Jurnal Ilmu Kesehatan Volume 1 No 1 Agustus 2005*, STIKES 'Aisyiyah Surakarta, tidak untuk dipublikasikan.