

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP
PERILAKU *PERINEAL HYGIENE* MENSTRUASI
PADA REMAJA PUTRI KELAS VIII DI SMP N 1
PRAMBANAN SLEMAN YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun Oleh:
HAJJAR NUR PUTRIANA
201410201029**



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

2018

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PERILAKU *PERINEAL HYGIENE* MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI KELAS VIII DI SMP N 1 PRAMBANAN SLEMAN YOGYAKARTA

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Oleh:
HAJJAR NUR PUTRIANA
201410201029



Telah Disetujui Oleh Pembimbing
Pada Tanggal

30 Juli 2018



Pembimbing
Yuni Purwati, S.Kep.,Ns., M.Kep.

PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan salah satu tanda bahwa alat reproduksi seorang remaja putri sudah matang (Gustina dan Sitti, 2015). Menstruasi sesungguhnya yang disertai ovulasi sebagian besar dicapai pada umur sekitar 17-18 tahun (Manuaba, 2009). Menstruasi pertama (*menarche*) pada remaja putri biasanya terjadi pada rentang usia 8-16 tahun. Terjadinya *menarche* biasanya pada setiap wanita tidak sama karena ada beberapa faktor yang mempengaruhi, antara lain faktor sosial ekonomi, keturunan, kesehatan dan gizi. Remaja putri yang berbadan gemuk biasanya cenderung mengalami *menarche* lebih awal daripada remaja putri yang berbadan kurus (Andira, 2010 dalam Sari, 2012). Saat seorang remaja sedang menstruasi, remaja putri tersebut perlu merawat vaginanya dengan baik. Setidaknya gantilah pembalut minimal dua kali sehari. Usahakan untuk selalu mengganti pembalut dan jangan menunggu pembalut penuh. Tindakan ini perlu dilakukan untuk mencegah adanya gangguan menstruasi.

Gangguan menstruasi adalah gangguan yang paling umum terjadi pada remaja, yang mempengaruhi kesehatan reproduksi masa depan remaja jika diabaikan. Mereka juga beresiko mengalami berbagai penyakit yang disebabkan karena sanitasi yang buruk, air yang tidak bersih dan kurangnya menjaga kebersihan diri (Ghongdemath, 2015). *Perineal hygiene* pada saat menstruasi merupakan hal yang penting dalam menentukan organ reproduksi remaja putri, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi. Saat menstruasi seharusnya perempuan benar-benar dapat menjaga organ reproduksi dengan baik, terutama pada bagian vagina, karena apabila tidak dijaga kebersihannya, maka akan

menimbulkan mikroorganisme seperti bakteri, jamur, dan virus yang berlebih sehingga dapat mengganggu fungsi organ reproduksi (Indriastuti, 2009 dalam Sari, 2012).

Perineal hygiene merupakan suatu cara yang dilakukan untuk membersihkan sekret, menghilangkan bau tak sedap dari area *perineum* yang berfungsi untuk menghindari infeksi dan dapat membuat kita lebih nyaman (Kozier, et al, 2004 dalam Umairoh, 2013). Pada dasarnya uretra wanita lebih pendek dari uretra pria sehingga wanita lebih rentan terkena infeksi pada daerah *perineum* terlebih lagi jika ia sedang mengalami menstruasi (Umairoh, 2013). Saat menstruasi, area sekitar vagina yang terdapat lipatan akan menjadi lembab sehingga banyak bakteri yang dapat berkembang jika kita tidak melakukan *perineal hygiene* yang baik dan benar (Ayuningtyas, 2011). Hal tersebut yang menjadi alasan perlunya seorang wanita melakukan *perineal hygiene* menstruasi. Dampak dari tidak melakukan *perineal hygiene* yang baik dan benar diantaranya yaitu seorang wanita akan mengalami keputihan, infeksi saluran kemih, radang panggul, infertilitas bahkan dapat menyebabkan seorang wanita mengalami kanker serviks (Gustina, 2015).

Praktik terkait kesehatan anak perempuan di masa remaja berhubungan dengan *perineal hygiene* menstruasi dampaknya dapat mempengaruhi kesehatan remaja putri tersebut. Peristiwa menstruasi merupakan hal yang tabu serta adanya mitos-mitos seputar menstruasi yang ada di dalam masyarakat, memiliki implikasi negatif bagi kesehatan remaja putri, terutama *perineal hygiene* menstruasi mereka. Dalam masyarakat kita, orang tua tidak membicarakan hal yang berkaitan dengan seksual dengan anak remaja putri mereka yang sedang dalam pertumbuhan. Tabu seputar

masalah kesehatan seksual baik itu *perineal hygiene* menstruasi mencegah mereka mengkomunikasikan kebutuhan dan masalah mereka dan hal tersebut menjadi alasan utama perlu diberikan pendidikan kesehatan pada remaja putri terhadap perilaku *perineal hygiene* menstruasi.

Berdasarkan studi pendahuluan di SMP N 1 Prambanan Sleman dari survey awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 13 Oktober 2017 terhadap 15 siswi yang diberi pertanyaan tentang bagaimana cara *perineal hygiene* menstruasi, diperoleh bahwa 15 siswi tidak dapat menjelaskan bagaimana cara *perineal hygiene* menstruasi dan mengatakan jika belum mendapat informasi apapun tentang *perineal hygiene* menstruasi. Dari 15 siswi tersebut diberi pertanyaan tentang berapa kali harus mengganti pembalut dalam sehari, hanya 2 siswi yang menjawab setiap 4 jam sekali tetapi setelah diberi pertanyaan apakah kedua siswi tersebut melakukannya atau tidak, mereka menjawab tidak melakukannya dan hanya mengganti pembalut sehabis mandi pagi dan sore saja. Selanjutnya, kepada 15 siswi tersebut diberi pertanyaan bagaimana cara membasuh vagina dengan benar, hanya 4 siswi yang menjawab membasuh vagina dari area depan ke belakang dan mereka melakukannya setiap hari. Selebihnya mereka hanya menyiram dengan air tanpa membasuhnya dengan tangan. Selain itu 3 dari 15 siswi mengatakan bahwa area vaginanya sering terasa gatal saat hari terakhir menstruasi karena mereka tidak rajin mengganti dan tidak mau membasuh vagina mereka dengan baik karena tidak mau terkena darah menstruasi.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku *perineal hygiene*

menstruasi pada remaja putri kelas VIII di SMP N 1 Prambanan Sleman Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan rancangan *Quasi Eksperimental Design* dengan *Non-Equivalent Control Group*, dimana dilakukan pengelompokan anggota-anggota kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Kemudian dilakukan pretest (01) pada kedua kelompok tersebut, dan diikuti intervensi (X) pada kelompok eksperimen. Setelah beberapa waktu dilakukan posttest (02) pada kedua kelompok tersebut.

Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri kelas VIII yang terdiri dari 4 kelas A-D yang sudah mengalami menstruasi sebanyak 79 orang. Pengambilan sample dilakukan dengan cara *Purposive Sampling*. *Purposive Sampling* merupakan cara pengambilan sampel yang dengan pertimbangan tertentu sesuai dengan tujuan peneliti. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang diharapkan dapat mewakili atau representatif dari populasi (Riyanto, 2011). Sampel dalam penelitian ini adalah remaja kelas VIII SMP N 1 Prambanan Sleman. Besarnya sampel pada penelitian ini dengan jumlah 40 responden yang dibagi menjadi 20 kelompok kontrol dan 20 kelompok eksperimen.

Penelitian ini menggunakan kuesioner yang terdiri dari 19 item pertanyaan *favorable* terdiri dari 10 pertanyaan dan *unfavorable* terdiri dari 9 pertanyaan dengan alternatif jawaban "ya" dan "tidak" yang telah disediakan.

Pengukuran dilakukan sebelum responden diberi pendidikan kesehatan pada kelompok eksperimen dengan cara mengisi kuesioner *pretest* dan pada kelompok kontrol tidak diberikan pendidikan kesehatan. Pengukuran

dilakukan kembali pada responden 1 sampai 2 hari pasca menstruasi dengan diberikan kuesioner *posttest* kepada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Setelah dilakukan *posttest* pada kedua kelompok, kelompok kontrol diberikan pendidikan kesehatan.

Dalam penelitian ini, uji validitas dan reabilitas dilakukan di SMP N 2 Prambanan pada 30 orang responden yang mempunyai karakteristik yang sama dengan responden penelitian yaitu masih duduk di kelas VIII, sudah mengalami menstruasi dan belum mendapat pendidikan kesehatan tentang perineal hygiene menstruasi dan tidak diikuti lagi sebagai subjek penelitian (Sugiyono, 2010).

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di SMP N 1 Prambanan Sleman Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta dengan melibatkan 20 siswi yang terdiri dari 10 kelompok eksperimen dan 10 kelompok kontrol. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 31 Maret 2018 dengan mengambil data *pretest* serta memberikan intervensi pada kelompok eksperimen atau pendidikan kesehatan tentang *perineal hygiene* menstruasi. Pada 2 sampai 7 April 2018 dilakukan pengambilan data *posttest* serta pada 7 April 2018 memberikan intervensi pada kelompok kontrol atau pendidikan kesehatan tentang *perineal hygiene* menstruasi.

Tabel 1 Karakteristik Responden Penelitian

Karakteristik		Eksperimen		Kontrol	
		Frekuensi (F)	Persentase (%)	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Usia	14 Tahun	13	65,0%	14	70,0%
	15 Tahun	7	35,0%	6	30,0%
	Jumlah (n)	20	100%	20	100%
Keterpaparan Informasi	Ya	8	40%	6	70%
	Tidak	12	60%	14	30%
	Jumlah (n)	20	100%	20	100%

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa responden pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebagian besar berusia 14 tahun dengan persentase pada kelompok eksperimen sebesar 65,0% dan pada kelompok kontrol sebesar 70,0%. Responden lainnya yang berusia 15 tahun pada kelompok eksperimen sebanyak 35,0% dan pada kelompok kontrol 30,0%. Responden yang pernah mendapatkan informasi mengenai perineal hygiene menstruasi pada kelompok eksperimen sebanyak 8 responden (40%) dan 12 responden (60%) belum pernah mendapatkan informasi apapun mengenai perineal hygiene. Pada kelompok kontrol sebagian besar responden belum pernah mendapatkan informasi mengenai perineal hygiene sebanyak 14 responden (70%) sedangkan 6 responden (30%) sudah pernah mendapat informasi mengenai perineal hygiene.

Tabel 2 Hasil *Pretest* Dan *Posttest* Perilaku *Perineal Hygiene* Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas VIII Di SMP N 1 Prambanan Kelompok Eksperimen

Perilaku <i>Perineal Hygiene</i>	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	f	%	f	%
Sangat baik	5	25,0	14	70,0
Baik	6	30,0	6	30,0
Cukup	7	35,0	0	0
Kurang	2	10,0	0	0
Jumlah (n)	20	100	20	100

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa pada saat *pretest* sebagian besar responden pada kelompok eksperimen memiliki perilaku *perineal hygiene* menstruasi yang cukup (35,0%) dan pada saat *posttest*, perilaku *perineal hygiene* menstruasi kelompok eksperimen sebagian besar adalah sangat baik (70,0%). Hasil tersebut didapatkan karena pengaruh pemberian pendidikan kesehatan yang dapat mempengaruhi perilaku responden, sehingga pada saat *pretest* terdapat 2 responden yang mempunyai perilaku kurang, 7 responden yang mempunyai perilaku cukup, 6 responden yang mempunyai perilaku baik dan 5 responden mempunyai perilaku sangat baik. Setelah diberikan pendidikan kesehatan, hasil *posttest* menunjukkan kenaikan yaitu terdapat 14 responden yang mempunyai perilaku sangat baik dan 6 responden berperilaku baik. Tidak terdapat responden yang memiliki perilaku *perineal hygiene* menstruasi yang cukup maupun kurang pada saat *posttest*.

Tabel 3. Hasil *Pretest* Dan *Posttest* Perilaku *Perineal Hygiene* Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas VIII Di SMP N 1 Prambanan Kelompok Kontrol

Perilaku <i>Perineal Hygiene</i>	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	f	%	F	%
Sangat baik	2	10,0	2	10,0
Baik	5	25,0	5	25,0
Cukup	10	50,0	10	50,0
Kurang	3	15,0	3	15,0
Jumlah (n)	20	100	20	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa pada saat *pretest* sebagian besar responden pada kelompok kontrol memiliki perilaku *perineal hygiene* menstruasi yang cukup (50,0%) dan pada saat *posttest*, perilaku *perineal hygiene* menstruasi kelompok eksperimen sebagian besar adalah tetap cukup (50,0%). Pada

kelompok kontrol tidak diberikan pendidikan kesehatan.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Data

Dari tabel 4.tersebut dapat dilihat

Perilaku <i>Perineal Hygiene</i> Menstruasi	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
<i>Saphiro Wilk (Sig.)</i>	0,233	0,071	0,005	0,638
Keterangan	Normal	Normal	Normal	Normal

bahwa semua data *pretest* dan *posttest* baik itu kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol terdistribusi normal karena probabilitas hitung (p) yang ditunjukkan oleh *Asymp Sig* > 0,05.

Tabel 5. Hasil Uji *Independent t-Test*

Perilaku <i>Perineal Hygiene</i> Menstruasi	Sig. (2-tailed)	Keterangan
<i>Independent t-Test</i>	0,000	Signifikan

Berdasarkan tabel 5. dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan yang signifikan terhadap perilaku *perineal hygiene* menstruasi, ditunjukkan nilai sig. (2-tailed) 0,000 ($p < 0,05$), sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak yang artinya ada pengaruh pendidikan terhadap perilaku *perineal hygiene* menstruasi pada remaja putri kelas VIII di SMP N 1 Prambanan Sleman.

Tabel 6. Hasil Uji Statistik Rata-Rata dua Kelompok

Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Eksperimen	20	15.35	2.084	.466
Kontrol	20	9.20	3.806	.851

Berdasarkan tabel 6. dapat dilihat bahwa rata-rata skor atau nilai pada kelompok eksperimen adalah 15.35 dan untuk kelompok kontrol sendiri yaitu 9.20. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan

bahwa perilaku kelompok eksperimen lebih baik dari perilaku kelompok kontrol jika dilihat dari mean antara kedua kelompok tersebut.

PEMBAHASAN

Perilaku *Perineal Hygiene* Menstruasi Pada Hasil *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Eksperimen

Pada hasil pretest kelompok eksperimen pada salah satu responden menunjukkan bahwa dia belum pernah mendapatkan informasi mengenai perineal hygiene menstruasi sebelumnya, dan hasil pretestnya menunjukkan bahwa perilakunya sudah baik. Ini dapat terjadi karena responden meniru apa yang dilakukan oleh kakaknya walaupun selama ini dia belum pernah benar-benar mendapatkan pemahaman mengenai bagaimana perilaku perineal hygiene menstruasi. Sikap meniru atau imitasi tidak berlangsung secara otomatis melainkan dipengaruhi oleh sikap menerima dan mengagumi terhadap apa yang diimitasi. Untuk mengadakan imitasi atau meniru ada faktor psikologis lain yang berperan. Dengan kata lain imitasi tidak berlangsung secara otomatis, tetapi ada faktor lain yang ikut berperan sehingga seseorang mengadakan imitasi. Bagaimana orang dapat mengimitasi sesuatu kalau orang yang bersangkutan tidak mempunyai sikap menerima terhadap apa yang diimitasi itu. Dengan demikian untuk mengimitasi sesuatu perlu adanya sikap menerima, ada sikap mengagumi terhadap apa yang diimitasi itu, karena itu imitasi tidak berlangsung dengan sendirinya. Seperti yang sudah kita ketahui bahwa perilaku itu dapat dibedakan menjadi dua yaitu perilaku tertutup dan perilaku terbuka. Responden ini menunjukkan bahwa dia memiliki perilaku terbuka, dimana suatu bentuk respon stimulus yang nyata atau terbuka. Respon tersebut dalam bentuk tindakan atau praktek yang sudah jelas dan dapat dengan mudah diamati atau dilihat orang lain (Sulaeman, 2016). Selain itu terdapat

responden yang hasil pretest dan posttestnya tidak mengalami perubahan nilai walaupun hasil pretest maupun posttestnya tetap dalam kategori sangat baik. Hal semacam ini terjadi karena kepercayaan responden tersebut terhadap suatu hal tertentu tidak dapat berubah. Kepercayaan terbentuk karena pengetahuan, kebutuhan dan kepentingan. Seseorang akan percaya terhadap suatu hal karena mempunyai pengetahuan yang baik tentang hal tersebut. Selebihnya hasil pretest pada kelompok eksperimen mengalami kenaikan pada hasil posttest.

Selebihnya banyak responden pada saat pretest dan posttest mengalami kenaikan nilai yang cukup signifikan. Kenaikan yang terjadi pada hasil posttest tersebut terjadi karena pengaruh pemberian pendidikan kesehatan perineal hygiene menstruasi yang dapat merubah perilaku responden, sehingga terjadi kenaikan angka perilaku responden pada kelompok eksperimen. Banyak dari siswi pada kelompok eksperimen yang baru mengetahui mengenai bagaimana perilaku perineal hygiene menstruasi itu sangat baik untuk dilakukan. Kenaikan hasil pretest maupun posttest pada kelompok eksperimen ini dapat naik secara signifikan karena apa yang telah mereka dapatkan saat peneliti memberikan pendidikan kesehatan mengenai perilaku perineal hygiene menstruasi, mereka implementasikan dalam kehidupan nyata. Tindakan perilaku perineal hygiene menstruasi mereka lakukan karena mereka menganggap tindakan ini nyatanya dapat mengatasi ketidaknyamanan yang mereka rasakan saat mengalami menstruasi. Selain hal tersebut, mereka juga menganggap bahwa setelah diberikannya pendidikan kesehatan mereka mendapat pengetahuan baru mengenai perilaku perineal hygiene menstruasi yang menjadikan perilaku mereka menjadi lebih baik.

Seperti yang sudah dijelaskan dalam teori Green dan Kreuter (dalam Notoatmodjo, 2007) bahwa salah satu faktor predisposisi dalam perilaku

kesehatan adalah pengetahuan. Apabila seseorang memiliki pengetahuan yang kurang maka perilaku perineal hygiene menstruasi yang dilakukan cenderung kurang atau belum sesuai dengan kriteria.

Dalam penelitian ini, dapat dilihat bahwa hampir sebagian besar responden pada kelompok eksperimen sudah memiliki perilaku perineal hygiene menstruasi yang baik, sehingga diharapkan responden dapat menjaga perilaku yang baik tersebut demi kesehatan. Sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa responden perlu diberikan bimbingan atau pendidikan mengenai bagaimana cara melakukan perineal hygiene menstruasi yang benar agar perilaku responden menjadi lebih baik.

Selain itu pemberian pendidikan kesehatan terhadap perilaku perineal hygiene menstruasi juga menjadi faktor penting. Pendidikan kesehatan adalah suatu upaya yang dilakukan untuk mempengaruhi seorang individu, kelompok, keluarga maupun masyarakat dengan tujuan terlaksananya perilaku hidup sehat. Pendidikan kesehatan merupakan sarana penunjang yang digunakan untuk melaksanakan suatu program-program kesehatan. Dengan adanya pendidikan kesehatan, diharapkan seorang individu, kelompok keluarga maupun masyarakat dapat mengalami perubahan perilaku. Walaupun terkadang hal yang diharapkan kurang maksimal karena banyaknya hambatan. Salah satu hambatan yang dialami adalah tidak tersedianya sarana dan prasarana yang mendukung agar suatu perubahan perilaku dapat terjadi (Setiawati dan Dermawan, 2008).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Ervina Sari (2012) dengan judul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hygiene Saat Menstruasi Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Remaja Putri Dalam Merawat Perineum Saat Menstruasi" dengan hasil yang menunjukkan bahwa adanya perbedaan yang signifikan dan juga terdapat pengaruh bahwa pendidikan

kesehatan tentang hygiene saat menstruasi berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan remaja putri dalam merawat perineum saat menstruasi. Selain itu, hasil penelitian lain yang telah dilakukan oleh Septi Prasetyaningrum (2015) dengan judul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Peer Group Tentang Vulva Hygiene Terhadap Perilaku Vulva Hygiene Pada Remaja Kelas VIII Di SMP N 1 Kasihan" dengan hasil yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian pendidikan kesehatan peer group terhadap perilaku vulva hygiene pada remaja kelas VIII Di SMP N 1 Kasihan.

Perilaku *Perineal Hygiene* Menstruasi Pada Hasil Pretest dan Posttest Kelompok Kontrol

Kelompok kontrol merupakan kelompok yang tidak diberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan. Tidak terjadinya kenaikan nilai hasil posttest dikarenakan siswi tersebut tidak diberikan pendidikan kesehatan seperti halnya kelompok kontrol. Hal ini dilakukan guna untuk melihat apakah pendidikan kesehatan merupakan suatu intervensi yang efektif yang dapat digunakan sebagai salah satu metode untuk memberikan edukasi terhadap siswi-siswi tersebut. Hasil pretest maupun posttest kelompok kontrol ini akan menjadi tolok ukur keberhasilan peneliti dalam memberikan intervensi.

Pada kelompok kontrol, tidak terjadinya kenaikan hasil pretest maupun posttest ini selain tidak diberikannya intervensi juga dapat diakibatkan karena ketidakfahaman siswi mengenai perineal hygiene menstruasi juga dapat disebabkan kurangnya motivasi siswi untuk mempelajari bagaimana perilaku perineal hygiene menstruasi. Dan dari hal tersebut, maka dapat diketahui alasan mengapa kelompok kontrol tidak mengalami kenaikan yang signifikan bahkan tidak terdapat perubahan nilai pada hasil pretest maupun posttest. Anak perlu diberikan informasi yang baik dan positif melalui

orang tua, teman sebaya, guru sekolah. Namun masyarakat menganggap kesehatan reproduksi masih tabu dibicarakan oleh remaja. Hal tersebut dapat membatasi komunikasi antara orangtua dan remaja tentang hygiene menstruasi. Akibatnya, remaja kurang mengerti, kurang memahami dan kadang-kadang mengambil keputusan yang salah mengenai kesehatan reproduksi.

Perilaku merupakan suatu kegiatan atau aktifitas manusia, baik yang dapat diamati maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar. Sedangkan menurut Purwanti (1999) dalam Notoatmodjo (2008), perilaku merupakan perilaku manusia yang berasal dari dorongan yang ada dalam diri manusia untuk memenuhi kebutuhannya. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perilaku kesehatan seseorang menurut Azwar (2005 dalam Amalia, 2009) antar lain; 1) Latar belakang yang meliputi norma-norma yang ada, kebiasaan, keadaan sosial ekonomi dan nilai kebudayaan. 2) Kepercayaan meliputi manfaat yang didapat dari menjaga perineal hygiene. 3) Sarana tersedianya fasilitas kesehatan dari sumber informasi tentang kesehatan. 4) Cetusan sumber informasi tentang kesehatan sampai menemui keadaan tertentu yang menjadi pencetus untuk menggunakan saran.

Hal ini berkaitan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku perineal hygiene menstruasi antar lain; 1) Pengetahuan yang baik mengenai perilaku perineal hygiene menstruasi, karena pengetahuan yang dimiliki seorang remaja terhadap hal-hal tertentu dapat mempengaruhi perilaku remaja tersebut (Notoatmodjo, 2012 dalam Matta dan Wuryaningsih (2014). 2) Lingkungan yang terdiri dari teman dan keluarga mampu mempengaruhi remaja dalam melakukan perineal hygiene menstruasi. Selain itu remaja yang tidak memiliki pengetahuan tentang perineal hygiene menstruasi yang cukup dapat mengabaikan perilaku perineal hygiene menstruasi yang dapat mengakibatkan kebersihan diarea perineum tidak terjaga (Mardani, Aris dan Priyoto,

2010). 3) Keterpaparan informasi dari media cetak atau elektronik dapat mempengaruhi perilaku perineal hygiene menstruasi. Remaja yang terpapar informasi berpeluang lebih besar memiliki perilaku perineal hygiene menstruasi yang baik dibanding remaja yang tidak terpapar informasi (Ardhiyana, 2014).

Perilaku responden menjadi lebih baik dengan diberikannya pendidikan kesehatan, diantaranya mengganti pembalut 4 jam sekali, mengganti celana dalam 2 kali sehari, mengganti pembalut setelah BAB atau BAK, membersihkan area vagina menggunakan air bersih dan dimulai dari depan ke belakang, tidak menggaruk vagina saat terasa gatal dan mengeringkan vagina setelah BAK dan BAB.

Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Wagiyati (2008) dengan judul "Hubungan Perilaku Vulva Hygiene dengan Kejadian Keputihan Pada Siswi Kelompok I, II, di SMA Kolombo Sleman Yogyakarta" dengan hasil yang menunjukkan bahwa adanya hubungan antara perilaku vulva hygiene dengan kejadian keputihan pada siswi kelompok I, II, di SMA N Kolombo Sleman Yogyakarta. Penelitian yang dilakukan oleh Fitri Dwi Eskawati (2010) dengan judul "Pengaruh Penyuluhan Tentang Personal Hygiene Terhadap Sikap Hygiene Menstruasi Pada Siswi Kelas X SMK PGRI Bagelen Purworejo Jawa Tengah" dengan hasil yang menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara penyuluhan tentang personal hygiene terhadap sikap hygiene menstruasi pada siswi kelas X SMK PGRI Bagelen Purworejo Jawa Tengah.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku *Perineal Hygiene* Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas VIII di SMP N 1 Prambanan Sleman

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku perineal

hygiene menstruasi di SMP N 1 Prambanan Sleman tahun 2018. Hal ini didukung dengan nilai mean atau rata-rata perilaku saat post test pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebesar 16,20 dan 13,50. Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa perilaku perineal hygiene menstruasi di SMP N 1 Prambanan Sleman pada responden kelompok eksperimen sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan hasil pretest terdapat 7 responden (35%) yang berperilaku cukup, 6 responden (30%) berperilaku baik, 5 responden (25%) berperilaku sangat baik dan 2 responden (10%) berperilaku kurang. Setelah diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan yaitu 14 responden (70%) memiliki perilaku yang sangat baik dan 6 responden (30%) memiliki perilaku yang baik, hal ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan mempengaruhi perilaku perineal hygiene menstruasi responden. Diharapkan dengan meningkatnya perilaku perineal hygiene menstruasi pada siswi akan meminimalkan gangguan yang dapat terjadi pada organ reproduksi dan dapat menimbulkan dampak baik yaitu dapat meningkatkan derajat kesehatan. Perilaku perineal hygiene menstruasi mempunyai peranan yang penting dalam menentukan status kesehatan individu, khususnya agar terhindar dan infeksi organ reproduksi. Berangkat dari hal tersebut, seorang wanita wajib melakukan perineal hygiene menstruasi. Perineal hygiene menstruasi dapat dilakukan saat mandi atau juga bisa dilakukan secara terpisah.

Memahami bagaimana mengelola kebersihan selama menstruasi sangat penting untuk gadis-gadis atau remaja putri karena perawatan kebersihan yang kurang selama menstruasi mengakibatkan beberapa penyakit infeksi saluran reproduksi, penyakit radang panggul, infeksi saluran kemih dan lain sebagainya yang dapat mengakibatkan kemandulan remaja putri (Geethu, 2016). Berkaitan dengan usia responden, penelitian ini

menggunakan responden siswi kelas VIII SMP N 1 Prambanan Sleman dengan usia 14-15 tahun. Pada usia ini remaja sedang mengalami masa pertumbuhan dan juga perkembangan fisik maupun non fisik. Pada usia ini, organ reproduksi remaja berkembang secara pesat. Sehingga remaja memerlukan atau membutuhkan informasi yang berhubungan dengan organ reproduksinya. Kebersihan vagina yang baik dapat meningkatkan derajat kesehatan remaja. Hal ini berkaitan dengan kenyamanan yang didapatkan remaja saat area vaginanya bersih dari berbagai jenis bakteri, jamur parasit maupun virus dan juga mencegah penyakit maupun iritasi disekitar vagina (Umairah, 2013). Pendidikan kesehatan adalah suatu upaya yang dilakukan untuk mempengaruhi seorang individu, kelompok, keluarga maupun masyarakat dengan tujuan terlaksananya perilaku hidup sehat. Tujuan pendidikan kesehatan adalah mengajarkan individu, kelompok, keluarga dan masyarakat untuk dapat hidup dalam kondisi yang layak dan berusaha untuk mencapai kesehatan yang maksimal (Smeltzer, Bare, 2002 dalam Efendi, 2010). Pada dasarnya pendidikan kesehatan bertujuan untuk mengubah pemahaman dan pemikiran dalam bidang kesehatan. Pendidikan kesehatan ini dilakukan agar individu, kelompok, keluarga dan masyarakat menjadikan kesehatan sebagai suatu yang bernilai dan mereka mampu mandiri dalam mencapai hidup sehat dan dapat memanfaatkan fasilitas kesehatan dengan baik (Suliha, 2001 dalam Efendi, 2010). Penelitian ini didukung penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Efendi (2010) dengan judul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Tentang Vulva Hygiene Pada Siswi Kelas VIII Di SLTP N 2 Ngemplak Sleman Yogyakarta" dengan hasil yang menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku dalam menjaga vulva hygiene pada siswi kelas VIII Di SLTP N 2 Ngemplak Sleman Yogyakarta yang juga menunjukkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan dapat

mengubah perilaku seorang individu. Hal ini menunjukkan bahwa hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian saat ini.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan yang berjudul Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Perineal Hygiene Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas VIII di SMP N 1 Prambanan Sleman dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Perilaku perineal hygiene saat hasil pretest kelompok eksperimen terdapat 7 responden (35%) yang berperilaku cukup, 6 responden (30%) berperilaku baik, 5 responden (25%) berperilaku sangat baik dan 2 responden (10%) berperilaku kurang.
2. Perilaku perineal hygiene saat hasil pretest kelompok kontrol dalam kategori cukup yaitu 10 responden (50%) 5 responden (25%) mempunyai perilaku yang baik, 3 responden (15%) mempunyai perilaku yang kurang dan 2 responden (10%) mempunyai perilaku yang sangat baik.
3. Perilaku perineal hygiene saat posttest kelompok eksperimen terdapat 14 responden (70%) memiliki perilaku yang sangat baik dan 6 responden (30%) memiliki perilaku yang baik.
4. Perilaku perineal hygiene saat posttest kelompok kontrol yaitu 10 responden (50%) mempunyai perilaku yang cukup, 5 responden (25%) mempunyai perilaku yang baik, 3 responden (15%) mempunyai perilaku yang kurang dan 2 responden (10%) mempunyai perilaku yang sangat baik.
5. Berdasarkan hasil uji Independent t-test terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku perineal hygiene menstruasi pada remaja putri kelas VIII di SMP N 1 Prambanan Sleman dengan p value 0,000 pada kelompok eksperimen dan 0,000 pada kelompok kontrol.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi siswi kelas VIII di SMP N 1 Prambanan Sleman untuk dapat mempertahankan dan juga meningkatkan perilaku perineal hygiene menstruasi dengan cara mempraktekkan apa yang sudah peneliti ajarkan mengenai cara melakukan perineal hygiene menstruasi.
2. Bagi perawat Puskesmas Prambanan untuk dapat melakukan promosi kesehatan terutama bagi remaja tentang pentingnya melakukan perineal hygiene menstruasi yang baik dan benar sehingga resiko terganggunya organ reproduksi dapat diminimalkan.
3. Bagi Kepala Sekolah, guru maupun para staff SMP N 1 Prambanan Sleman untuk dapat membantu meningkatkan kesadaran para siswi tentang pentingnya perilaku perineal hygiene menstruasi yang baik dengan memperbaiki fasilitas UKS dan juga fasilitas-fasilitas pendukung lainnya.
4. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan penelitian yang telah dilakukan peneliti saat ini dengan mengembangkan variabel dan juga memperbanyak responden terkait dengan perilaku perineal hygiene menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayuningtyas, Donatila Novrinta dan Lewie Suryaatmadja. 2011. *Hubungan Antara Pengetahuan Dan Perilaku Menjaga Kebersihan Genitalia Eksterna Dengan Kejadian Keputihan Pada Siswi Sma Negeri 4*

Semarang. Karya Tulis
Ilmiah. Universitas
Diponegoro.

Cholisoh, Umairoh. 2013. *Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Perineal Hygiene Pada Remaja Putri Berbasis Precede Proceed Model Di Smpn 45 Surabaya*. Skripsi Diterbitkan. UNAIR, Surabaya.

Gustina, Erni dan Nur Djannah, S. 2015. *Sumber Informasi Dan Pengetahuan Tentang Menstrual Hygiene Pada Remaja Putri*. Jurnal Kesehatan Masyarakat. Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.

Jyoti S. Ghongdemath, Ashwini Sidhmalswamy, Ashalata A. Mallapur, Vishwanath V. Shindholimath. *Int J Reprod Contracept Obstet Gynecol*. 2016 Jan;5(1):53-57
International Journal of Reproduction, Contraception, Obstetrics and Gynecology
www.ijrcog.org

Manuaba, Ida Bagus Anom. 2009. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. EGC: Jakarta.

Sari, Ervina. 2012. *Hygiene Saat Menstruasi Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Remaja Putri Dalam Merawat Perineum Saat Menstruasi di SMP N 4 Semarang 2012*. Naskah Publikasi. Sekolah Tinggi Telogorejo Semarang.