

PERILAKU *MENSTRUAL HYGIENE* PADA REMAJA DI NEGARA BERKEMBANG

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun Oleh :
Mentary Arisca Bella
1910104034**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN SARJANA TERAPAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AISYIYAH
YOGYAKARTA
2020**

PERILAKU *MENSTRUAL HYGIENE* PADA REMAJA DI NEGARA BERKEMBANG

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagai Syarat Mencapai Gelar
Sarjana Terapan Kebidanan
Program Sarjana Kebidanan Program Sarjana Terapan
Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta



**Disusun oleh:
Mentary Arisca Bella
1910104034**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA TERAPAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2020**

PERILAKU *MENSTRUAL HYGIENE* PADA REMAJA DI NEGARA BERKEMBANG

NASKAH PUBLIKASI

**Disusun oleh:
MENTARY ARISCA BELLA
1910104034**

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Dipublikasikan
pada Program Studi Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta



Oleh:

Pembimbing : CESA SEPTIANA PRATIWI, S.SiT, M.Mid
06 Oktober 2020 15:32:47



PERILAKU *MENSTRUAL HYGIENE* PADA REMAJA DI NEGARA BERKEMBANG¹

Mentary Arisca Bella², Cesa Septiana Pratiwi³

ABSTRAK

Masa remaja merupakan proses peralihan seseorang dari kanak-kanak menuju masa dewasa, bukan hanya dalam arti psikologis tetapi juga dalam arti fisik. Masa pematangan fisik pada perempuan ditandai dengan adanya menstruasi, sedangkan pada remaja laki-laki ditandai dengan mimpi basah. Menstruasi merupakan perdarahan yang keluar melalui uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan sudah matang. Menstruasi biasanya terjadi pada usia 11 tahun dan akan berlangsung hingga menopause. Upaya untuk mendapatkan organ reproduksi yang sehat dapat dimulai dari usia remaja. Ketika remaja sudah mengalami menstruasi, hal utama yang harus diperhatikan adalah kebersihan pada saat menstruasi (*menstrual hygiene*). Hal ini sebagai upaya agar remaja terhindar dari penyakit yang mengganggu organ reproduksi seperti keputihan, gatal-gatal pada organewanitaan, infeksi saluran reproduksi (ISR) dan lain sebagainya. Maka hal yang perlu disiapkan pada saat usia remaja agar mencapai organ reproduksi yang sehat adalah pengetahuan, sikap dan perilaku. Penelitian ini bertujuan mengetahui perilaku *menstrual hygiene* pada remaja di Negara Berkembang. Metode penelitian ini merupakan penelitian *literature review* dengan menggunakan teknik *rapid review*. Berdasarkan hasil *rapid review* pada 11 artikel yang telah di analisis menyebutkan bahwa perilaku *menstrual hygiene* di negara berkembang sudah cukup baik, adapun faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *menstrual hygiene* yang baik adalah pengetahuan dan kepercayaan. Selain itu, sumber informasi yang dapat mempengaruhi *menstrual hygiene* pada remaja adalah ibu, namun media massa juga dapat mempengaruhi *menstrual hygiene* pada remaja. Diharapkan agar remaja dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku tentang pentingnya menjaga kebersihan saat menstruasi, dan mencari sumber informasi yang benar dan terpercaya agar tidak terjadi kesalahpahaman mengenai *menstrual hygiene*.

Kata kunci : Perilaku *Menstrual Hygiene*

ABSTRACT

Adolescence is a process of transitioning a person from childhood to adulthood, not only in psychological terms but also in physical terms. The period of physical maturation in women is marked by the presence of menstruation, while in adolescent boys, it is characterized by wet dreams. Menstruation is bleeding that comes out of the uterus as a sign that the uterine organs are ripe. Menstruation usually occurs at age 11 years and will last until menopause. Efforts to get healthy reproductive organs can be started from adolescence. When adolescents are menstruating, the main thing to pay attention to is menstrual hygiene. It is an effort to prevent adolescents from diseases that interfere with reproductive organs such as vaginal discharge, itching in female organs, reproductive tract infections (ISR), and so on. Therefore, the things that need to be prepared at adolescence in order to achieve healthy reproductive organs are knowledge, attitudes, and behavior. This study aims to determine the behavior of menstrual

hygiene among adolescents in developing countries. This research method was a literature review study using the rapid review technique. Based on the results of the quick review on 11 articles that have been analyzed, it is stated that menstrual hygiene behavior in developing countries is quite good. In contrast, the factors that influence good menstrual hygiene behavior are knowledge and trust. In addition, the source of information that can affect menstrual hygiene in adolescents is mothers, but mass media can also affect menstrual hygiene in adolescents. Hopefully, adolescents can improve their knowledge and behavior about the importance of maintaining cleanliness during menstruation and seek correct and reliable sources of information so that there are no misunderstandings about menstrual hygiene.

Keyword : *Menstrual Hygiene Behavior*

PENDAHULUAN

Remaja menurut WHO (2014) adalah seseorang yang memiliki rentang usia 10 sampai 19 tahun. Masa dimana tanda seksual sekunder seseorang sudah berkembang dan mencapai kematangan seksual, serta mengalami kematangan secara fisik, psikologis, maupun sosial. Masa pematangan fisik pada perempuan ditandai adanya menstruasi, sedangkan pada remaja laki-laki ditandai dengan mengalami mimpi basah. Usia rata-rata wanita untuk menstruasi pertama kali adalah kurang lebih pada usia 12 tahun (Prawirohardjo, 2011).

Pengetahuan seseorang tentang hygiene saat menstruasi juga memiliki pengaruh bagi perilaku seseorang dalam menjaga dan merawat kesehatan reproduksinya. Dampak yang dapat terjadi jika seseorang kurang memperhatikan kebersihan organ genitalia saat menstruasi dalam waktu dekat akan mudah mengalami demam, gatal-gatal pada kulit vagina, radang pada permukaan vagina, keputihan, rasa panas atau sakit pada bagian bawah perut (Yuni, 2015). Dalam praktik kebersihan saat menstruasi buruk maka akan berakibat buruk juga pada masa depannya, seperti akan terjadi Infeksi Saluran Reproduksi (ISR), Infeksi Saluran Kemih (ISK), dan jika keputihan ini tidak segera membaik, virus tersebut bisa memunculkan Kanker Serviks (Tegegne, 2014). Sehingga

dibutuhkan informasi yang sangat baik mengenai kesehatan reproduksi agar remaja memiliki pemahaman yang baik dan dapat mencegah ancaman penyakit reproduksi.

Saat menstruasi wanita harus menjaga kebersihan organ reproduksi dengan baik terutama pada bagian vagina, karena apabila kebersihannya tidak dijaga, maka akan menimbulkan mikroorganisme seperti bakteri, jamur dan virus yang berlebih sehingga dapat mengganggu fungsi organ reproduksi. Menurut penelitian Toronde et al (2018) angka prevalensi ISR pada remaja yang paling umum yaitu *bacterial vaginosis* (41%), diikuti oleh *candida albicans* (34%), dan *trichomonas vaginalis* (3,6%). Di Indonesia, prevalensi terjadinya infeksi saluran reproduksi akibat kurangnya hygiene pada organ genitalia masih cukup tinggi, jumlah penderita infeksi saluran reproduksi di Indonesia adalah 90-100 kasus per 100.000 penduduk pertahun (Depkes RI, 2014).

METODE PENELITIAN

1. Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian *literature review* yang dimana bahwa dijelaskan *literature review* merupakan penjelasan tentang teori, temuan, dan bahan penelitian lain yang diperoleh dari bahan acuan yang akan dijadikan landasan kegiatan penelitian untuk menyusun kerangka pemikiran yang jelas dari perumusan masalah yang ingin diteliti oleh

peneliti. *Literatur review* didapatkan dari berbagai sumber seperti jurnal ilmiah, buku, ensiklopedia, koran, majalah dan dokumen.

Literatur review ini menggunakan teknik *rapid review* yang merupakan suatu bentuk sintesis bukti/ *evidence* yang digunakan untuk mengumpulkan informasi sebagai dasar pengambilan keputusan secara cepat (Dobbins, 2017).

2. Variabel penelitian

Variabel dalam penelitian ini hanya menggunakan variabel tunggal yaitu Perilaku Menstrual Hygiene Pada Remaja di Negara Berkembang.

3. Jalannya Penelitian

a. Menetapkan pertanyaan penelitian

Untuk menemukan penelitian yang efisien, langkah pertama adalah mengajukan pertanyaan klinis yang dirancang dengan baik berdasarkan *framework* PICO, PIO, atau PEO (Teesside University, 2016). Pertanyaan penelitian ini ditentukan dengan menggunakan *framework* PEO yaitu singkatan dari *Population* – *Exposure* (intervensi/ paparan) – *Outcome* (luaran/ hasil).

Tabel 3.1

Framework PEO untuk menentukan pertanyaan

Population	Exposure	Outcome
Remaja di Negara Berkembang	Perilaku	Menstrual Hygiene

Berdasarkan *framework* tersebut, maka didapatkan pertanyaan penelitian yaitu “Bagaimana perilaku *menstrual hygiene* pada remaja putri di Negara berkembang?”

b. Identifikasi Literatur yang relevan

Pencarian terdiri dari istilah-istilah yang dipertimbangkan oleh penulis untuk menggambarkan lingkup tinjauan, metodologi, penelitian, proyek, pemetaan literature, latihan, pemetaan bukti,

pemetaan sistematis dan tinjauan cepat (Pham, 2014).

1) Tabel Kriteria Inklusi

Sebagian besar *rapid review* memerlukan pencarian dua atau lebih database, dengan batasan umum tanggal/ tahun, bahasa dan desain studi, batas geografis dapat digunakan untuk meningkatkan penerapan (Langlois *et al.*, 2017).

Table 3.2

Kriteria Inklusi

Batasan Inklusi	a) Artikel/ informasi tahun 2010-2020	sumber terbit
	b) Artikel lengkap (<i>full text</i>)	teks
	c) Artikel/ informasi berbahasa Indonesia atau Inggris	sumber informasi
	d) Original penelitian bukan <i>literature review</i>	artikel
	e) Jurnal internasional bereputasi terindeks Scopus memiliki peringkat Q1-Q3 dan jurnal nasional terakreditasi SINTA 1/ SINTA 2/ SINTA 3	artikel

2) Pencarian literatur

Pemilihan database literature disesuaikan dengan topik pembahasan (Langlois *et al.*, 2017). Pencarian literature dalam penelitian ini berasal dari database PubMed dan Google Scholar.

3) Strategi pencarian literatur

Ketersediaan waktu melakukan *rapid review* akan secara signifikan mempengaruhi sejauh mana pencarian komprehensif dilakukan untuk semua bukti yang tersedia (Dobbins, 2017).

Strategi pencarian literature menggunakan database yang dikembangkan dari pertanyaan penelitian (Pham, 2014). Komponen yang diidentifikasi dalam menentukan pertanyaan penelitian (PICO, PECO atau PS) dapat digunakan sebagai dasar untuk kata kunci dalam strategi pencarian (Dobbins, 2017).

c. Pemilihan artikel

Proses skrining digunakan untuk menilai relevansi penelitian yang diidentifikasi dalam pencarian. Penelitian yang memenuhi syarat akan dimasukkan jika memang secara luas menggambarkan penggunaan metodologi sesuai dengan lingkup yang diinginkan untuk diidentifikasi dan mengkarakterisasi literatur atau bukti berdasarkan topik yang luas (Pham, 2014).

Proses penyaringan data yaitu menggunakan PRISMA Flowchart. PRISMA merupakan *Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses* (Peters, 2015).

d. Data Ekstraksi dan Mapping Tema

Data ekstraksi merupakan tahap sintesis dari semua hasil bukti relevan yang dikumpulkan. Tujuannya untuk mengetahui kesimpulan yang menjawab pertanyaan dari literature (Dobbins, 2017).

e. Penyusunan laporan

- 1) Membaca, menganalisis artikel dan menentukan tema yang didapatkan dalam artikel tersebut
- 2) Melakukan konsultasi dengan pembimbing untuk hasil *literature review*
- 3) Melakukan seminar hasil laporan *literature review*

4) Melakukan perbaikan hasil laporan *literature review*

5) Mengumpulkan hasil laporan *literature review*

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Perilaku *Menstrual Hygiene*

Perilaku adalah respon individu terhadap suatu stimulasi atau suatu tindakan yang dapat diamati dan mempunyai frekuensi spesifik, durasi dan bertujuan baik disadari maupun tidak disadari (Notoadmodjo, 2010). Perilaku hygiene saat menstruasi yaitu mencuci daerah kewanitaan dengan air bersih yang mengalir dari arah depan ke belakang, mengeringkan dengan tissue atau handuk pribadi, menggunakan celana yang menyerap keringat, mengganti celana dalam minimal 2-3x sehari, mencukur rambut kemaluan, mengganti pembalut 3-4 hari sekali, membuang dan membungkus pembalut ditempat sampah (Kusmiran, 2014)

Pada penelitian Noor Latifah (2015) dengan judul jurnal Gambaran Perilaku Hygiene Menstruasi pada Siswi SMKN 8 Kota Bekasi bertujuan untuk menggambarkan perilaku remaja putri dalam menjaga *higiene* saat menstruasi pada siswi SMKN 8 Kota Bekasi. Metode pengumpulan data kualitatif deskriptif dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Sampel penelitian adalah siswi kelas 1, 2, dan 3 SMKN 8 Kota Bekasi yang diambil secara random sebanyak 240 siswi. Berdasarkan hasil penelitian, perilaku hygiene menstruasi yang diperoleh yaitu perilaku siswi SMKN 8 Kota Bekasi secara keseluruhan dalam hygiene menstruasi dinilai sudah baik (55,8%).

Untuk membentuk perilaku yang lebih baik lagi dalam hygiene menstruasi perlu didukung oleh pengetahuan yang baik mengenai hygiene menstruasi. Pengetahuan atau kognitif merupakan

domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (overt behaviour) karena dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku didasarkan oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2011).

2. Sumber Informasi yang Mempengaruhi *Menstrual Hygiene*

a. Ibu

Sumber informasi merupakan salah satu faktor penting yang juga mempengaruhi pengetahuan seseorang. Seseorang yang terpapar informasi lebih banyak akan meningkatkan pengetahuannya. Sumber informasi yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, misalnya orang tua, keluarga, media massa dan internet. Ibu mempunyai peran penting sebagai sumber informasi mengenai kesehatan reproduksi kepada remaja putri khususnya tentang menstruasi. Ibu juga harus memberikan contoh yang baik dan bersikap terbuka juga selalu siap dalam menjawab semua pertanyaan yang diajukan anak sesuai kemampuannya (Dianawati, 2010).

Hasil penelitian dalam jurnal Chandra and Patel (2017) dengan judul *Mapping the knowledge and understanding of menarche, menstrual hygiene and menstrual health among adolescent girls in low- and middle-income countries. Switzerland, Swiss*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa luas pengetahuan remaja perempuan di negara berkembang tentang menstruasi dan seberapa siap mereka untuk menghadapi menarche, mengetahui sumber informasi mengenai menstruasi. Metode Penelitian ini menggunakan

secondary research atau penelitian yang mereview artikel. Sebanyak 81 penelitian yang diterbitkan dalam jurnal peer-review antara tahun 2000 dan 2015 yang menggambarkan pengalaman gadis remaja. Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa remaja di negara berkembang sering tidak mendapat informasi tentang menarche dan tidak siap untuk menghadapi menarche. Informasi yang diperoleh bersumber dari para ibu dan keluarga perempuan lainnya yang belum tentu lengkap memberikan pengetahuan tentang menstrual hygiene. Pengucilan dan rasa malu menyebabkan kesalahpahaman dan praktik yang tidak higienis selama menstruasi.

Sama halnya dengan hasil penelitian pada jurnal Ishita Sarkar, dkk (2017) dengan judul *Determinants of menstrual hygiene among school going adolescent girls in a rural area of West Bengal*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui praktik kebersihan menstruasi dan untuk mengetahui hubungan praktik kebersihan menstruasi yang buruk dengan faktor sosiodemografi, seperti usia, pengetahuan, pendidikan orang tua. Desain penelitian menggunakan studi cross-sectional. Sampel penelitian ini sebanyak 307 gadis remaja sekolah dari kelompok usia 12-17 tahun di daerah desa Benggala Barat. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengetahui bahwa menstruasi adalah proses fisiologis yang normal. Mayoritas responden mengetahui bahwa sumber darah menstruasi berasal dari saluran kemih, dan hanya 28,3% dari

populasi penelitian yang memiliki pengetahuan yang benar tentang sumber darah menstruasi berasal dari rahim.

Hasil penelitian pada jurnal Lia Lajuna, dkk (2018) dengan judul Tingkat pengetahuan remaja putri terhadap *menstrual hygiene* pada siswi SMP N 2 Jantho Aceh Besar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis hubungan tingkat pengetahuan remaja putri terhadap *menstrual hygiene*. Metode penelitian menggunakan Kuantitatif. teknik pengambilan data primer menggunakan kuesioner dan wawancara. Sampel diambil sebanyak 30 orang siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden kurang memiliki pengetahuan tentang menstruasi. Kurangnya informasi dan materi tentang menstruasi menjadi salah satu penyebabnya. Artinya semakin sedikit informasi yang diterima tentang menstruasi semakin rendah pula tingkat pengetahuan responden tentang menstruasi. Sedangkan Responden yang memiliki pengetahuan cukup mengakui pernah mendapatkan informasi dari orang tua dan pernah membaca buku. Seseorang yang memiliki sumber informasi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih luas. Semakin banyak informasi yang masuk semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semua siswi mendapatkan informasi tentang perawatan diri saat menstruasi dari berbagai macam sumber informasi

dan sumber informasi terbanyak adalah ibu mereka. Menurut Solehati, dkk (2017) Ibu merupakan orang yang paling dekat dengan remaja perempuan dan menyampaikan informasi tentang perawatan diri kepada puteri mereka. Selain ibu, Guru juga berperan penting dalam memberikan informasi informasi yang benar tentang perilaku menstrual hygiene saat menstruasi yang benar kepada anak didiknya.

Hal ini sesuai dengan teori (Nurilita, 2014) yang menyatakan pengetahuan menstruasi perlu diberikan kepada remaja, agar memiliki pengetahuan dan informasi yang benar, sehingga diharapkan dapat memiliki sikap dan perilaku yang bertanggung jawab terhadap proses menstruasi. *Menstrual Hygiene* saat menstruasi sangat penting diinformasikan pada remaja untuk mencegah terjadinya infeksi pada saluran reproduksi. Remaja perlu diberikan informasi tentang pentingnya *menstrual hygiene* saat menstruasi yang dapat dimasukkan dalam kurikulum sekolah melalui materi tentang kesehatan reproduksi wanita, informasi dari media dibutuhkan dan orangtua yang membahas tentang menstruasi dengan rinci sehingga remaja tidak merasa tabu untuk berdiskusi dengan orangtua terutama pada ibunya.

b. Media Massa

Informasi tentang menstruasi dan perilaku hygiene menstruasi sangat penting bagi seorang remaja putri. Remaja putri yang tidak diberikan informasi tentang menstruasi sebagai hal yang normal akan mengalami rasa malu dan

dapat menganggap bahwa hal tersebut adalah kotor sampai masa ia dewasa. Banyak cara yang dapat kita gunakan untuk mendapatkan informasi tentang menstruasi dan perilaku hygiene pada saat menstruasi, salah satunya yaitu media massa. Adanya informasi yang diperoleh dari media massa maka sangat memengaruhi praktik hygiene menstruasi (Hasan, 2010).

Hasil penelitian pada jurnal Shivaleela P, dkk (2015) dengan judul *Assessment of knowledge and practice of menstrual hygiene among high school girls in Western Ethiopia*. Penelitian ini bertujuan untuk menilai pengetahuan dan praktik kebersihan menstruasi di kalangan anak perempuan sekolah menengah di kota Nekemte, wilayah Oromia, Ethiopia Barat. Desain penelitian menggunakan studi cross-sectional. Sampel penelitian ini sebanyak 828 siswi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang status pendidikan ibunya adalah sekolah menengah atas lebih mungkin memiliki pengetahuan yang baik tentang menstruasi dan kebersihan pada saat menstruasi daripada teman-teman lain yang berpendidikan rendah. Hal ini sama dengan hasil penelitian yang dilakukan di Nigeria barat menunjukkan bahwa pendidikan orang tua berhubungan positif dengan pengetahuan menstruasi pada remaja. Dikarenakan ibu yang berpendidikan lebih memiliki kesadaran tentang praktik kebersihan menstruasi dan mereka telah menyediakan bahan untuk anak perempuan mereka untuk membersihkan alat kelami selama menstruasi. Selain itu, media massa

pun memiliki peran penting dalam memberikan informasi kesehatan reproduksi termasuk informasi tentang menstruasi dan kebersihan saat menstruasi. Tingkat pengetahuan kebersihan saat menstruasi akan meningkat jika pada saat menonton TV atau mendengarkan radio terdapat materi tentang *menstrual hygiene*. Alasannya dikarenakan media massa adalah salah satu alat teknologi terkini guna untuk peningkatan pengetahuan seseorang. Dengan demikian penelitian ini menunjukkan bahwa ketersediaan media massa (Radio/TV) di rumah sebagai alat yang berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan yang baik tentang kebersihan menstruasi.

Sama halnya dengan penelitian lain pada jurnal Mariene W. dkk (2012) dengan judul *Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Hygiene Menstruasi Pada Siswi Sma Negeri 1 Sesean Kabupaten Toraja Utara*. Penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan praktik *hygiene* menstruasi. Metode penelitian menggunakan Kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data, observasi. Sampel penelitian ini Seluruh siswi SMA Negeri 1 Sesean Kabupaten Toraja Utara masih aktif mengikuti proses belajar-mengajar, yaitu sebesar 304 siswi. Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa Terdapat hubungan antara tingkat pendidikan ibu, pengetahuan, peran media massa, status sosial ekonomi keluarga dengan praktik *hygiene* menstruasi pada siswi SMA Negeri

1 Sesean Kecamatan Sesean Kabupaten Toraja Utara.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Egong (2005) dalam jurnal Mariene W. dkk (2012) yang mengatakan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan praktik *hygiene* menstruasi. Pada penelitiannya disimpulkan bahwa semakin tinggi pengetahuan yang dimiliki, maka semakin baik *hygiene* menstruasinya. Seseorang yang memiliki sumber informasi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih luas. Media massa dalam penelitian ini adalah sumber informasi yang digunakan oleh responden untuk mendapatkan informasi-informasi mengenai praktik *hygiene* menstruasi serta dampaknya terhadap kesehatan reproduksi, baik yang dibaca, ditonton maupun yang didengar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Basir (2011) dalam jurnal Mariene W. dkk (2012) mengatakan bahwa semakin banyak media massa yang dimanfaatkan oleh responden dan semakin sering responden mendapatkan informasi dari media masa maka semakin cukup pula personal *hygiene* mengenai menstruasi yang dimiliki oleh responden.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Menstrual Hygiene*

a. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan faktor terpenting dalam pembentukan perilaku dan tindakan (*practice*), remaja putri yang memiliki pengetahuan kurang terhadap perilaku *hygiene* memungkinkan remaja tersebut

tidak berperilaku *hygiene* yang baik pada saat menstruasi yang dapat membahayakan reproduksinya sendiri, salah satu dampak yang ditimbulkan apabila kurangnya perilaku *hygiene* salah satunya yaitu timbulnya infeksi vagina (Rahman & Astuti, 2014). Sedangkan remaja putri yang memiliki pengetahuan tentang menstruasi akan mempraktikkan dengan benar yaitu memelihara kesehatan dan kebersihan daerah kewanitaan terutama selama menstruasi (Kholid, 2015).

Hasil penelitian pada jurnal Belayneh and Mekuriaw (2019) dengan judul *Knowledge and menstrual hygiene practice among adolescent school girls in southern Ethiopia*. Penelitian ini bertujuan untuk menilai pengetahuan dan praktik kebersihan menstruasi di kalangan gadis sekolah remaja di selatan Etiopia. Metode penelitian menggunakan Penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Dengan menggunakan instrumen kuesioner. Sampel dalam penelitian ini seluruh siswi remaja yang berada di Gedeo zone high school yaitu 791 remaja. Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa mayoritas gadis sekolah remaja memiliki pengetahuan yang buruk tentang menstruasi dan praktik *hygiene* yang dilakukan mereka tidak benar. Usia yang lebih rendah dan pengetahuan yang buruk tentang menstruasi yang membuat praktik *hygiene* menjadi buruk.

Hal ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2010) seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik dan tinggi, maka ia akan mampu

untuk berfikir lebih kritis dalam memahami segala sesuatu. Seseorang yang berpengetahuan baik tidak menjamin akan mempunyai sikap dan perilaku yang positif. Karena seseorang dalam menentukan sikap dan perilaku yang utuh selain ditentukan oleh pengetahuan, juga dipengaruhi oleh pikiran, keyakinan dan emosi yang memegang peranan penting.

Hasil penelitian pada jurnal Harshad Thakur, dkk (2014) dengan judul *Knowledge, practices, and restrictions related to menstruation among young women from low socioeconomic community in Mumbai, India*. Penelitian ini bertujuan untuk untuk menilai pengetahuan, praktik, dan batasan yang dihadapi oleh remaja putri tentang kebersihan menstruasi mereka. Metode penelitian menggunakan Kualitatif deskriptif dengan Teknik pengumpulan data, observasi, wawancara terstruktur. Sampel penelitian ini sebanyak 192 siswi. Hasil penelitian ini usia rata-rata saat menarche adalah 13,4 tahun. Penelitian ini mengatakan sumber informasi tentang kebersihan saat menstruasi diberikan oleh guru disekolah, dan juga ibu kandung mereka..

Namun sumber informasi yang mereka dapat pun kebanyakan tidak benar, ada beberapa praktik tidak hygiene yang di lakukan oleh remaja tersebut yang mengakibatkan banyak keluhan atau masalah datang pada organ genitalia mereka seperti nyeri perut, bau darah haid yang menyengat/buruk, nyeri saat buang air kecil, dan keluarnya banyak darah haid adalah masalah yang paling banyak dilaporkan. Hal ini

disebabkan kebersihan saat menstruasi yang tidak tepat seperti menggunakan kembali kain yang sama berulang-ulang tanpa mencuci kembali dengan benar, mengabaikan masalah kesehatan. Penelitian ini menekankan bahwa pentingnya memberikan informasi yang tepat kepada orangtua, remaja ataupun masyarakat tentang *menstrual hygiene* yang benar. Pengetahuan yang benar akan membantu mereka mempraktikkan kebersihan saat menstruasi yang bersih dan aman.

b. Budaya

Perilaku hygiene yang tidak tepat selama menstruasi dapat diakibatkan karena kurangnya kesadaran diri juga kurangnya informasi yang diperoleh para remaja putri mengenai cara menjaga kebersihan saat menstruasi. Selain itu, masih banyaknya anggapan di berbagai negara bahwa topik menstruasi masih menjadi hal yang tabu untuk dibahas, malah dianggap sebagai sesuatu yang memalukan. Mitos-mitos yang ada di masyarakat kebanyakan juga memiliki implikasi yang negatif pada kesehatan perempuan, salah satunya pada kebersihan menstruasi mereka (Rajakumari, 2015).

Hasil penelitian pada jurnal Mahbub-Ul Alam, dkk (2017) dengan judul *Menstrual hygiene management among Bangladeshi adolescent schoolgirls and risk factors affecting school absence: results from a cross-sectional survey*. Penelitian ini bertujuan untuk menilai faktor-faktor yang terkait dengan ketidakhadiran sekolah. Desain penelitian menggunakan studi cross-sectional. sampel dalam penelitian ini 700

sekolah dari 50 cluster perkotaan dan 50 pedesaan, dengan mewawancarai 2.332 siswi dan melakukan pemeriksaan di setiap sekolah untuk fasilitas kebersihan menstruasi. Hasil penelitian ini memperkirakan setiap tahun sekitar 16% remaja tidak masuk sekolah, hal ini dikarenakan sikap dan persepsi negatif tentang menstruasi, remaja mengatakan ketidakhadiran mereka dikarenakan sedang mengalami menstruasi, mereka menganggap bahwa menstruasi sebagai suatu yang tidak sehat, memalukan, dan salah satu hal yang menghalangi mereka untuk belajar. Kebanyakan remaja disana pun tidak mendapatkan informasi tentang pre-menarce dikarenakan mereka malu ketika membahas tentang menstruasi. Hal ini disebabkan karena budaya yang masih menganggap menstruasi adalah hal yang kotor atau tidak suci. Selain itu sekolah disana juga tidak memiliki toilet khusus gender yang tersedia adalah salah satu alasan ketidakhadiran di sekolah selama menstruasi dan remaja yang sedang menstruasi dilarang melakukan kegiatan apapun.

Sama halnya dengan hasil penelitian pada jurnal Anne Mutunda Lahme, dkk (2016) dengan judul *Factors impacting on menstrual hygiene and their implications for health promotion*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi pemahaman, pengalaman dan praktik kebersihan menstruasi di kalangan remaja perempuan di Kabupaten Mongu, Provinsi Barat Zambia. Desain penelitian menggunakan studi cross-

sectional. Sampel penelitian ini sebanyak 51 responden berusia 15-20 tahun. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa menstruasi yang seharusnya merupakan proses alamiah normal, dapat berubah menjadi ancaman bagi kesejahteraan sosial, fisik dan mental bagi anak perempuan, sekolah, dan karier mereka di masa depan. Para remaja mengatakan bahwa mereka merasa sangat terkejut saat pertama kali menstruasi dan merasa tidak nyamannya saat mengalami hal tersebut. Kebanyakan masyarakat Zambia lebih mempertahankan budaya daripada tradisi mereka, termasuk meyakini bahwa membahas fungsi tubuh adalah hal yang tabu.

Penelitian lain yang dilakukan Andri Setiya, dkk (2016) dengan judul jurnal Faktor Yang Berhubungan Dengan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kebersihan pribadi selama menstruasi pada siswi di MI Miftahul Ulum Pamekasan Kecamatan Ujung Bulu Kabupaten Bulukumba. Penelitian ini merupakan penelitian analitik pendekatan *cross sectional study*. Populasi penelitian ini adalah Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi Madrasah Aliyah yang telah mengalami menstruasi yakni sebanyak 124 orang. Sampel penelitian sebanyak 117 siswi.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 117 responden yang percaya terhadap mitos sebesar 47,9% sedangkan yang tidak percaya terhadap mitos yakni sebesar 52,1%. Hasil

penelitian ini mendapatkan hubungan negatif antara variabel kepercayaan terhadap mitos dengan *personal hygiene* selama menstruasi yang dapat diinterpretasikan bahwa semakin responden tidak percaya terhadap mitos maka akan semakin baik *personal hygiene* selama menstruasi yang dimilikinya.

Hal tersebut sesuai dengan teori Notoatmodjo (2010) yang mengatakan kepercayaan atau budaya mempengaruhi pengetahuan dimana sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi pengetahuan remaja. Secara tidak langsung kepercayaan seseorang juga mempengaruhi *personal hygiene* yang dimiliki.

KETERBATASAN PENELITIAN

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang mengakibatkan penelitian ini menjadi kurang maksimal. Keterbatasan penelitian yaitu penulis hanya menggunakan 11 jurnal yang dijadikan sebagai acuan untuk mengetahui perilaku *menstrual hygiene* di Negara berkembang, juga kesulitan dalam mendapatkan artikel yang sesuai dengan tema penelitian dan kriteria inklusi yang telah ditetapkan. Kesulitan lain yang didapatkan yaitu penulis jarang mendapatkan artikel yang membahas tentang perilaku *menstrual hygiene*, kebanyakan artikel yang didapat hanya membahas tentang pengetahuan dan faktor-faktor yang mempengaruhi *menstrual hygiene*.

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil dari *rapid review* ini dapat diambil kesimpulan bahwa :

1. Perilaku *menstrual hygiene* pada remaja di Negara Berkembang secara keseluruhan dinilai sudah cukup baik.

2. Banyak faktor yang mempengaruhi perilaku *menstrual hygiene* yang baik diantaranya yang pertama adalah pengetahuan, karena jika pengetahuan seseorang baik maka individu tersebut akan berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya. Faktor yang kedua adalah budaya/kepercayaan, jika seseorang tidak mempercayai mitos yang tidak benar secara ilmiah maka pengetahuan yang dimiliki juga akan semakin baik, sehingga hal ini juga mempengaruhi *personal hygiene* yang dimiliki oleh setiap individu.
3. Sumber informasi utama yang mempengaruhi *menstrual hygiene* pada remaja adalah ibu. Namun selain itu media massa juga dapat mempengaruhi *menstrual hygiene* pada remaja.

B. Saran

1. Bagi Remaja dan Masyarakat
Agar tidak terjadi kesalahpahaman mengenai cara menjaga kebersihan pada saat menstruasi, hendaknya mencari informasi yang benar dengan mengikuti pendidikan kesehatan atau sosialisasi dari tenaga kesehatan di puskesmas dan fasilitas kesehatan lainnya.
2. Bagi Tenaga Kesehatan
Diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan pendidik terutama mahasiswa kebidanan dengan melakukan penyuluhan tentang cara berperilaku *hygiene* yang benar pada saat menstruasi.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Diharapkan dengan hasil penelitian ini dapat menjadi acuan untuk dilakukan penelitian lanjutan dengan metode yang berbeda yang berhubungan dengan perilaku *menstrual hygiene*.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. (2010). *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Al-Utsaimin, Muhammad bin Shalih. (2011). *Ensiklopedi Mini Darah Wanita*. Solo: As-Salam
- Andira, D. (2010). *Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta: Plus Books.
- Andri, Chandra, Ira Suarilah. (2016). Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 4 No 2, 104 – 113
- Anne M, Ruth Sterm, Diane. (2016). Factors impacting on menstrual hygiene and their implications for health promotion. *Global Health Promotion*, 3 No 1, 54-62
- Basir. (2011). Faktor yang Berhubungan dengan Personal Hygiene tentang Menstruasi pada Anak Usia Menarche di SMP Negeri 8. *Jurnal Universitas Hasanudin*, 3 No 1, 36-44
- Belayneh, Birhanie Mekuriaw. (2019). Knowledge and menstrual hygiene practice among adolescent school girls in southern Ethiopia: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 19 No 1595,
- BKKBN. (2008). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Seks Pranikah*. Jakarta: BKKBN.
- BKKBN. (2011). *Profil Hasil Pendataan Keluarga Tahun 2011*. Jakarta: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional Direktorat dan Statistik.
- Chandra, and Patel. (2017). Mapping the knowledge and understanding of menarche, menstrual health among adolescent girls in low- and middle-income countries. *Reproductive Health*, 14 No 30
- Dahlan, A. (2012). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Salemba Medika.
- Depkes, R. (2012). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Depkes RI.
- Desmita. (2009). *Psikologi Perkembangan*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Dobbins, M. (2017) 'Rapid Review Guidebook: Steps for conducting a rapid review', in. Canada: The National Collaborating Centre for Methods and Tools (NCCMT), pp. 1–26.
- Eswi., Helal., W. Elarousy (2012). Menstrual Attitude and Knowledge among Egyptian Female Adolescents. *Journal of American Science*, 9 No 17
- Guyton, A & Hall, J. E. (2014). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Edisi 12*. Jakarta: EGC.
- Hanafiah. (2009). *Ilmu Kandungan Edisi Kedua Cetakan Tujuh*. Jakarta: PT Bima Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Harshad Thakur, Annette ,Seema ,Cecilia , (2014). Knowledge, Practices, and Restrictions Related to Menstruation among Young Women from Low Socioeconomic Community in Mumbai, India. *Journal Front Public Health*, 2 No 72

- Hasan. (2010). *Analisis Data Penelitian dengan Statistik*. Jakarta: PT. Bumi Aksara
- Hurlock, E (2011). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Icemi & Wahyu, P. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas dilengkapi Contoh Askep*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Ishita Sarkar, Madhumita, Aparajita, Rivu, Bhaskar Shahbabu. (2017). Determinants of menstrual hygiene among school going adolescent girls in a rural area of West Bengal. *Journal Family Medicine Primary Care* , 6 No 3
- Kemenkes. (2014). *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2012 Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta : Kemenkes.
- Kepmenkes. (2007). *Keputusan Menteri Kesehatan Nomor 369/MENKES/SK/III/2007 Tentang Standar Profesi Bidan*. Jakarta: Menteri Kesehatan RI.
- Kholid, A. (2015). *Promosi Kesehatan: dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media, dan Aplikasinya*. Jakarta: Rajawali Pers,
- Kusmiran. (2014). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Langlois, E. V et al. (2017) ‘Rapid reviews to strengthen health policy and systems: a practical guide’, in. World Health Organization, Alliance for Health Policy and Systems Research, p. 119
- Lia Lajuna, Nurlaili Ramli , Nora Liana. (2018). Tingkat pengetahuan remaja putri terhadap menstrual hygiene pada siswi SMP N 2 Jantho Aceh Besar. *Jurnal Holistik Jurnal Kesehatan*, 3 No 13, 207-212
- Mahbub-Ul Alam, Stephen P Luby¹, Amal K Halder¹, Khairul Islam, Aftab Opel, Abul K Shoab, Probir K Ghosh. (2016). Hygiene Management Among Bangladeshi Adolescent Schoolgirls and Risk Factors Affecting School Absence: Results From a Cross-Sectional. *BMJ Journal*, 10 No 11
- Manuaba, I. B. (1999). *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: Arcan.
- Mariene, Rahma Rahma, Muhammad Ikhsa. (2012). Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Hygiene Menstruasi Pada Siswi Sma Negeri 1 Sesean Kabupaten Toraja Utara. *Jurnal Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 9 No 1
- Noor L. (2015). Gambaran Perilaku Hygiene Menstruasi pada Siswi SMKN 8 Kota Bekasi. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 13 No 1
- Notoatmodjo. (2011). *Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* . Jakarta: Salemba Medika.
- Patricia, A. (2011). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep Edisi 4*. Jakarta: EGC.

- Potter, P. A., & Verry, A. G. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konse Proses dan Praktik*. Jakarta: EGC.
- Prawirohardjo, S. (2011). *Psikologi Remaja*. Jakarta: EGC.
- Pribakti. (2012). *Tips dan Trik Merawat Organ Intim*. Jakarta: Sagung Seto.
- Proverawati, A., & Misaroh, S. (2009). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sarwono. (2011). *Psikologi Remaja Edisi Revisi*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Satari, d. (2011). *Konsistensi Penelitian*. Bandung: Refika Aditama.
- Shivaleela P, Tesfalidet Tekelab & Jalane Mekonnen. (2015). Assessment of knowledge and practice of menstrual hygiene among high school girls in Western Ethiopia. *BMC Women's Health*, 15 No 84
- Sinaga, E. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: Universitas Nasional.
- Suryati. (2012). Perilaku kebersihan remaja saat menstruasi. *Jurnal Health Quality*.
- WHO. (2013). Seksual Bebas Pada Remaja. (tersedia dalam <https://www.google.com/searchpdf>. Diakses pada tanggal 3 Desember 2019).
- Yuni, E. (2015). *Personal Hygiene*. Yogyakarta: Nuha Medika.