

ANALISIS PENGETAHUAN REMAJA TENTANG PERSONAL HYGINE SAAT MESNTRUASI DI DESA CINTARAJA TAHUN 2017

Santi Susanti, S.SiT, M.Kes

santiazhari@gmail.com

Yuliana Meliani

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan STIKes Respati Tasikmalaya

A. ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak ke masa dewasa dimana remaja sedang mengalami perubahan baik fisik maupun psikologis . Jumlah remaja di Indonesia terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Di Indonesia menurut Biro Pusat Statistik tahun 2009, kelompok umur 10-19 tahun adalah sekitar 22% dari jumlah penduduk, yang terdiri dari 50,9% remaja lakilaki dan 49,1% remaja perempuan. Remaja perempuan mulai mengalami menstruasi dan diperlukan pengetahuan yang cukup untuk menjaga kesehatan reproduksi selama masa mesntruasi sehingga terhindar dari infeksi.

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif untuk menggambarkan pengetahuan remaja tentang personal hygiene saat menstruasi. Populasi adalah seluruh remaja putri di wilayah desa Cintaraja. Pengambil sampel menggunakan purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan analisis univariat.

Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan remaja tentang personal hygiene saat mesntruasi sebagian besar dalam ategori kurang yaitu 19 orang (47,5%). Tiga belas remaja (32,5%) berada dalam kategori pengatahuan cukup dan 8 orang (20%) dalam kategori baik.

Pengetahuan remaja tentang personal hygiene saat menstruasi sebagian besar kurang. Bidan dapat bekerjasama dengan karangtaruna untuk pemberdayaan remaja di bidang kesehatan reproduksi serta meningkatkan program pendidikan kesehatan reproduksi remaja dapat diselenggarakan secara reguler setiap bulan.

Kata Kunci : Pengetahuan, Personal hygiene, Menstruasi

B. LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak ke masa dewasa dimana remaja sedang mengalami perubahan baik fisik maupun psikologis . Jumlah remaja di Indonesia terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Di Indonesia menurut Biro Pusat Statistik tahun 2009, kelompok umur 10-19 tahun adalah sekitar 22% dari jumlah penduduk, yang terdiri dari 50,9% remaja lakilaki dan 49,1% remaja perempuan. Masa remaja adalah masa dimana remaja mengalami masa pubertas dan pematangan seksual dengan cepat karena perubahan hormonal yang mempercepat pertumbuhan dan perkembangan baik fisik maupun sekunder (Sharma, 2013). Masa remaja merupakan tahap kehidupan dimana orang mencapai proses kematangan emosional, psikososial, dan seksual, yang ditandai dengan mulai berfungsinya organ reproduksi dan segala konsekuensinya. Perkembangan seksual masa remaja ditandai dengan menstruasi pada wanita dan mimpi basah pada pria (Yusuf, 2012).

Menstruasi merupakan indikator kematangan seksual pada remaja putri. Menstruasi dihubungkan dengan beberapa kesalahpahaman praktek kebersihan diri selama menstruasi yang dapat merugikan kesehatan bagi remaja (Dasgupta, 2008). Keluhan gangguan menstruasi pada remaja dan praktik higienis selama menstruasi yang salah dapat menyebabkan gangguan kesehatan yang tidak diinginkan seperti penyakit radang panggul dan bahkan infertilitas (El-Ganiya , 2005; Sharma, 2013). Belajar tentang kebersihan selama menstruasi merupakan aspek penting dari pendidikan kesehatan untuk remaja perempuan, karena pola yang dikembangkan pada masa remaja cenderung bertahan sampai dewasa (El-Ganiya et al., 2005).

Pengetahuan yang kurang tentang menstruasi juga disebabkan oleh usia remaja, pendidikan ibu, dan keterpaparan informasi. Peran ibu sangat penting dalam pemberian informasi. Ibu adalah sumber informasi pertama tentang menstruasi, sehingga terhindar dari pemahaman yang salah mengenai

kebersihan menstruasi dan kesehatan reproduksi. Remaja perlu diberikan informasi yang baik dan positif melalui orangtua, teman sebaya, guru sekolah. Namun masyarakat menganggap kesehatan reproduksi masih tabu dibicarakan oleh remaja. Hal tersebut dapat membatasi komunikasi antara orangtua dan remaja tentang menstrual hygiene. Akibatnya, remaja kurang mengerti, kurang memahami dan kadang-kadang mengambil keputusan yang salah mengenai kesehatan reproduksi (Suryati, 2012).

Berdasarkan hasil telaah partisipatif pada kegiatan praktik kerja lapangan program studi kebidanan didapatkan data remaja di desa Cintaraja berjumlah 1875 orang. Terdiri dari remaja putra berjumlah 966 (51,5%) dan remaja putri berjumlah 909 (48,5%). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di desa Cintaraja wilayah kerja puskesmas Singaparna.

C. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif

dengan metode deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri di desa Cintaraja Wilayah kerja Puskesmas Singaparna. Teknik sampling menggunakan purposive sampling yaitu remaja yang hadir dalam penyuluhan kesehatan reproduksi remaja.

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Prosedur pengambilan data dengan menyebarkan kuesioner kepada remaja yang hadir pada waktu penyuluhan dan kuesioner dikumpulkan saat itu juga. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat.

D. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diketahui pengetahuan remaja tentang personal hygiene saat menstruasi adalah sebagai berikut :

Tabel 5.1 Gambaran pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi Di Desa Cinta Raja Tahun 2016

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Baik	8	20
Cukup	13	32,5
Kurang	19	47,5
Jumlah	40	100

Berdasarkan tabel 5.1 pengetahuan remaja tentang personal hygiene saat menstruasi sebagian besar berada dalam kategori kurang yaitu 19 orang (47,5%)

Personal Hygiene adalah pengetahuan, sikap, dan tindakan proaktif untuk memelihara dan mencegah resiko terjadinya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit (Proverawati, 2009). Pengetahuan tentang personal hygiene kewanitaan sangatlah penting untuk diketahui oleh sebagian besar wanita, karena semua wanita perlu merawat alat kelamin dengan baik. Hal ini dikarenakan pengetahuan remaja putri tentang higiene menstruasi cenderung belum adekuat, terlebih berhubungan dengan genitalia. Penanganan kebersihan diri yang tidak benar dan tidak higienis dapat mengakibatkan tumbuhnya mikroorganisme secara berlebihan dan pada akhirnya mengganggu fungsi reproduksi (Prawirohardjo, 2011).

Perawatan organ genital adalah salah satu cara agar alat kelamin selalu sehat dan terhindar dari penyakit yang terjadi pada alat kelamin. Organ genital harus diberi perawatan dengan baik, organ genital merupakan organ yang sangat penting bagi setiap individu. Organ ini sangat rentan terhadap berbagai penyakit sehingga perlu dijaga kesehatannya sehingga memelihara kebersihan area tersebut merupakan hal yang sangat penting. Kebiasaan menjaga kebersihan,

termasuk kebersihan organ genital merupakan awal usaha menjaga kesehatan (Prawirohardjo, 2009). Kebersihan perorangan atau personal hygiene merupakan suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk menjaga kesejahteraan fisik dan psikis.

Dampak kurang dari menjaga personal hygiene adalah terjadinya keputihan. Sebuah penelitian yang menunjukkan kecenderungan bahwa infeksi saluran kemih (ISK), Human Papiloma Virus (HPV) disebabkan karena kurangnya pengetahuan wanita dalam menjaga kebersihan terutama dan menjaga kebersihan kewanitaan pada saat menstruasi sehingga virus tersebut dapat berkembang biak dalam organ reproduksi wanita yang dalam kondisi lembab (proverawati, 2009). Masalah fisik yang mungkin timbul dari kurangnya pengetahuan adalah kurangnya personal hygiene sehingga beresiko untuk terjadinya Infeksi Saluran Kemih (ISK) (Proverawati, 2009). Celana dalam yang lembab akan menimbulkan keadaan yang tidak nyaman bagi pemakai serta sangat kondusif bagi pertumbuhan jamur. Mengganti pembalut sebaiknya dilakukan sesering mungkin dan tidak perlu menunggu hingga pembalut

tersebut penuh. Darah yang terkumpul dalam pembalut jika didiamkan lama akan muncul kuman patogen dan saat menstruasi, pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terkena infeksi. Oleh karena itu kebersihan genitalia harus lebih dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi (Manuaba, 2010).

E. DAFTAR PUSTAKA

1. Hurlock, Elizabeth B. 2011. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
2. Manuaba, 2010. *Ilmu Kebidanan dan Keluarga Berencana*. EGC. Jakarta
3. Notamodjo (2010). *Ilmu Perilaku dan Pendidikan Kesehatan*. Rhineka Cipta. Jakarta
4. Potter & Perry. 2009. *Fundamental Keperawatan*. Edisi 7. Jakarta: Salemba Medika
5. Prawirohardjo S. 2009. *Ilmu kandungan*. Jakarta: YBP-SP.
6. Prawirohardjo, Sarwono. 2011. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
7. Proverawati, Asfuah S. 2009. *Buku Ajar Gizi untuk Kebidanan* Yogyakarta: Nuha Medika
8. Purwitasari, D. 2009. *Buku Ajar Gizi dalam Kesehatan Reproduksi Teor*. Diakses: 19 Februari 2018