

Pengaruh Edukasi tentang *Vaginal Hygiene* terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri pada Saat Menstruasi**Hana Nurhanifah Budiadi**

Prodi DIII Kebidanan, STIKes Budi Luhur Cimahi; hananurhanifah4@gmail.com (koresponden)

Rudi Karmi

Prodi DIII Keperawatan, STIKes Budi Luhur Cimahi; rudikarmi@yahoo.com

Imas Siti Kurnia

Prodi Pendidikan Ners, STIKes Budi Luhur Cimahi; imasstk09@gmail.com

ABSTRACT

Cleanliness of the reproductive organs during menstruation is very important, because if this is not done an infection can arise in the area. This study aims to determine the effectiveness of education about vaginal hygiene to increase knowledge of female adolescents about vaginal hygiene during menstruation. Cross-sectional was used as the design of this study. Respondents involved in this study were 30 female adolescents who were selected by simple random sampling technique. Data was collected by filling out a questionnaire, then analyzed using the marginal homogeneity test. The p value of the statistical analysis was 0.000, meaning that there was a difference in the level of knowledge between before and after education. It was concluded that education about vaginal hygiene was effective in increasing young female adolescents's knowledge about vaginal hygiene during menstruation.

Keywords: menstruation; vaginal hygiene; female adolescents

ABSTRAK

Kebersihan organ reproduksi saat menstruasi sangat penting dilakukan, karena jika tidak dilakukan dapat timbul infeksi pada area tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk efektifitas edukasi tentang vaginal hygiene untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang vaginal hygiene pada saat menstruasi. *Cross-sectional* digunakan sebagai desain penelitian ini. Responden yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah 30 remaja putri yang dipilih dengan teknik *simple random sampling*. Data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner, lalu dianalisis menggunakan uji homogenitas marginal. Nilai p dari analisis statistik adalah 0,000, artinya ada perbedaan tingkat pengetahuan antara sebelum dan sesudah edukasi. Disimpulkan bahwa edukasi tentang vaginal hygiene efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang vaginal hygiene pada saat menstruasi.

Kata kunci: menstruasi; vaginal hygiene; remaja putri

PENDAHULUAN

Menstruasi adalah tanda pubertas yang terjadi pada wanita. Kebersihan organ reproduksi saat menstruasi sangat penting dilakukan karena jika tidak dilakukan, akan timbul seperti halnya infeksi pada daerah tersebut, salah satunya dengan mengganti pembalut sebanyak 3-5 kali dalam sehari, membersihkan organ reproduksi terlebih dahulu sebelum mengganti pembalut, mencuci tangan sampai bersih setelah membuang pembalut dan sebelum mengganti pembalut. Rutin mengganti celana dalam untuk menghindari resiko tidak nyaman di daerah organ reproduksi.⁽¹⁾

Perawatan pada saat menstruasi perlu dilakukan karena organ reproduksi sangat mudah terkena infeksi. Kebersihan harus dijaga karena kuman mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan penyakit, iritasi atau rasa gatal di pruritus vagina hal ini merupakan tanda awal vaginitis. Pentingnya memelihara dan menjaga kebersihan organ genitalia dilakukan untuk menghindari munculnya gangguan kesehatan pada organ reproduksi, seperti keputihan, infeksi alat reproduksi, serta kemungkinan terkena risiko kanker. Apabila vagina sebagai organ reproduksi terluar terinfeksi bakteri atau mikroorganisme patogen lainnya, seiring berjalannya waktu dan tingkat keparahan akan turut membahayakan organ genitalia internal lainnya seperti uterus, serviks, dan lain sebagainya.⁽²⁾

Informasi tentang menstruasi dan hygiene saat menstruasi sangat penting bagi seorang remaja putri. Anak perempuan yang tidak diajari untuk menganggap menstruasi sebagai fungsi tubuh normal dapat mengalami rasa malu dan dapat menganggap bahwa hal tersebut adalah kotor sampai masa dewasa. Banyak cara yang di gunakan untuk mendapatkan informasi tentang menstruasi dan praktek hygiene pada saat menstruasi, salah satunya media edukasi. Adanya informasi yang diperoleh dari media edukasi sangat mempengaruhi praktik hygiene menstruasi.⁽³⁾

Pengetahuan mempengaruhi sikap individu dalam mempersepsikan objek, dan dari hasil persepsi ini akan menumbuhkan pendapat atau keyakinan individu mengenai objek sikap bersifat positif atau negatif.⁽⁴⁾ Pengetahuan yang rendah cenderung memiliki sikap dan tindakan yang kurang sesuai. Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan remaja putri dalam menghadapi pubertas yaitu sumber informasi. Sumber informasi yang kurang menyebabkan pengetahuan yang rendah dan akan berdampak pada sikap dan tindakan

remaja putri. Sehingga diperlukan sumber informasi melalui pendidikan kesehatan yang bersifat inovatif dan menarik. Selain pendidikan kesehatan yang adekuat, penatalaksanaan yang langsung diperagakan dapat menambah pengetahuan yang akan mempengaruhi pada sikap, keyakinan, pemahaman dan informasi yang diperoleh.⁽⁵⁾

Penelitian sebelumnya yang berjudul “Pengaruh Media Video Edukasi tentang Vulva Hygiene terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri” yang dilakukan oleh halimi dan fuji (2021) didapatkan hasil terdapat pengaruh yang signifikan pengetahuan dan sikap remaja putri sebelum dan setelah diberikan intervensi berupa pendidikan kesehatan melalui media video edukasi tentang vulva hygiene.⁽⁶⁾

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMP X hasil wawancara didapatkan hasil 10 orang siswi, terdapat 5 orang siswi dengan pengetahuan kurang, 3 orang siswi dengan pengetahuan cukup dan 2 orang siswi dengan pengetahuan baik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Edukasi Tentang Vaginal Hygiene Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Pada Saat Menstruasi di SMPN 2 Batujajar.

METODE

Rancangan penelitian ini menggunakan rancangan penelitian eksperimen semu (*quasi eksperimen*), yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi tentang vaginal hygiene terhadap tingkat pengetahuan remaja putri pada saat menstruasi dengan rancangan one group pre test post test design. Lokasi penelitian di lakukan di SMPN 2 Batujajar pada tanggal 6 Juli 2022, dengan jumlah populasi 128 siswa kelas VII dan jumlah sampel sebanyak 30 responden.

Pengambilan data pada penelitian ini yaitu responden diberikan pre-test terlebih kemudian memberikan intervensi berupa edukasi video dan leaflet selanjutnya peneliti melakukan post test untuk mengetahui apakah ada peningkatan pengetahuan remaja putri tentang *vaginal hygiene* pada saat menstruasi.

Variable pada penelitian ini terdiri dari variabel bebas yaitu edukasi tentang vaginal hygiene dan variable terikat pada penelitian ini yaitu tingkat pengetahuan remaja putri. Pengumpulan data menggunakan kuesioner vaginal hygiene. Penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian adalah teknik Probability Sampling dengan metode Simple Random Sampling. Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji Marginal Homogeneity.⁽⁷⁾

Penelitian ini dilakukan setelah mendapat persetujuan Komisi Etik Penelitian Kesehatan STIKes Budi Luhur Cimahi No. 65/D/KEPK-STIKes/V/2022 dan surat keterangan izin penelitian dari Dinas Pendidikan Kabupaten Bandung Barat deng No 070/1216/Bid-SMP/2022.

HASIL

Hasil penelitian dalam tabel 1 menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, tingkat pengetahuan remaja putri sebagian besar berada dalam kategori kurang (70%), sedangkan setelah diberikan edukasi sebagian besar tingkat pengetahuan berubah menjadi cukup (50%). Selanjutnya hasil pengujian hipotesis menunjukkan nilai $p = 0,000$, sehingga dapat dikatakan bahwa ada perbedaan tingkat pengetahuan secara signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang *vaginal hygiene* (tabel 2). Dengan demikian bisa dikatakan bahwa edukasi ini efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang kebersihan vagina pada saat menstruasi.

Tabel 1. Distribusi tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi

Sebelum intervensi			Sesudah intervensi		
Kategori	Frekuensi	Persentase	Kategori	Frekuensi	Persentase
Kurang	21	70,0	Kurang	1	3,3
Cukup	9	30,0	Cukup	15	50,0
Baik	-	-	Baik	14	46,7

Tabel 3. Hasil pengujian hipotesis

		Tingkat pengetahuan sesudah edukasi			Total	Nilai p
		Kurang	Cukup	Baik		
Tingkat pengetahuan sebelum edukasi	Kurang	1	10	10	21	0,000
	Cukup	0	5	4	9	

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian sebelum dilakukan edukasi terdapat 21 orang yang memiliki pengetahuan kurang. Pengetahuan yang rendah cenderung memiliki sikap dan tindakan yang kurang sesuai. Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan remaja putri dalam menghadapi pubertas yaitu sumber informasi. Sumber informasi yang kurang menyebabkan pengetahuan yang rendah dan akan berdampak pada sikap dan tindakan remaja putri. Sehingga diperlukan sumber informasi melalui pendidikan kesehatan yang bersifat inovatif dan menarik. Selain pendidikan kesehatan yang adekuat, penatalaksanaan yang langsung diperagakan dapat menambah pengetahuan yang akan mempengaruhi pada sikap, keyakinan, pemahaman dan informasi yang diperoleh.⁽⁵⁾

Hal ini sesuai dengan teori Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba yang artinya pengetahuan dapat diperoleh darimana saja. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga seperti poster, koran dan sumber informasi yang berbentuk tulisan dan informasi yang berbentuk suara seperti seminar, penyuluhan dan lain-lain.⁽⁸⁾

Edukasi kepada remaja sangat di perlukan, melalui edukasi remaja akan mengetahui informasi dan perilaku yang sesuai untuk menjaga kesehatan mereka. Kondisi ini terlihat dari perbedaan skor remaja, setelah diberikan edukasi skor pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi semakin meningkat. Hal tersebut selaras dengan pengertian pendidikan kesehatan yang merupakan suatu proses yang direncanakan dengan sadar untuk menciptakan peluang bagi individu-individu untuk senantiasa belajar memperbaiki kesadaran serta meningkatkan pengetahuan dan keterampilannya demi kepentingan kesehatannya.⁽⁹⁾

Pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu pendidikan, pekerjaan, umur minat, pengalaman, kebudayaan lingkungan sekitar dan sumber informasi. Semakin tingginya pendidikan seseorang akan semakin mudah seseorang tersebut untuk menerima informasi. Sumber informasi menjadi faktor yang dapat membantu mempercepat seseorang untuk memperoleh pengetahuan yang baru.⁽¹⁰⁾

Setelah diberikan edukasi, sebagian besar responden mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan berupa media video dan leaflet yang dapat dilihat dari meningkatnya jumlah responden yang mampu menjawab dengan benar pertanyaan yang diberikan. Pendidikan kesehatan dengan metode video learning berhasil meningkatkan pengetahuan pada siswi tentang kesehatan reproduksi untuk mencegah keputihan. Dengan demikian video learning multimedia merupakan media yang interaktif, menarik dan baik untuk memperoleh dan menyampaikan informasi bagi responden untuk meningkatkan pengetahuan tentang *menstrual hygiene*.⁽¹¹⁾

Bahasan kesehatan reproduksi masih tergolong tema yang sangat jarang dan sensitif untuk dibahas di kalangan remaja SMP. Pendidikan kesehatan mengenai reproduksi dapat diberikan kepada remaja siswi SMP, karena pentingnya menjaga kesehatan reproduksi agar remaja siswi terhindar dari penyakit infeksi organ reproduksi. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap objek terjadi melalui panca indera manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri.⁽¹²⁾

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba yang artinya pengetahuan dapat diperoleh darimana saja. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga seperti poster, koran dan sumber informasi yang berbentuk tulisan dan informasi yang berbentuk suara seperti seminar, penyuluhan dan lain-lain.⁽¹³⁾ Pendidikan kesehatan merupakan proses yang mencakup dimensi dan kegiatan intelektual, psikologis dan sosial yang diperlukan untuk meningkatkan kemampuan individu dalam mengambil keputusan secara sadar dan yang mempengaruhi kesejahteraan diri, keluarga dan masyarakat.⁽¹⁴⁾

Media merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan pembelajaran. Melalui media proses pembelajaran bisa lebih menarik dan menyenangkan dengan menggunakan media berteknologi seperti halnya media video sangat membantu memperjelas pesan pembelajaran informasi yang disampaikan secara lisan terkadang tidak dipahami sepenuhnya, terlebih apabila kurang cukup dalam menjelaskan materi, disinilah peran media sebagai alat bantu memperjelas pesan pembelajaran.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya tentang pendidikan kesehatan melalui media video dan leaflet terhadap pengetahuan personal hygiene menstruasi remaja putri kelas VII. Hasil analisa menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna pengetahuan sebelum dan setelah diberikan intervensi menggunakan media video dengan nilai p 0,00.⁽¹⁵⁾

Proses pendidikan kesehatan dengan penggunaan media merupakan alternative pembelajaran untuk memenuhi kebutuhan anak para remaja, sehingga dapat mengoptimalkan kemampuan, penalaran dan keterampilannya dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang perawatan diri. Penyuluhan kesehatan bertujuan mengubah perilaku kurang sehat menjadi sehat yang artinya dapat mengubah pengetahuan responden yang kurang baik menjadi baik.⁽¹⁶⁾

Hal ini didukung pula dengan teori yang mengatakan bahwa pemilihan dan penggunaan alat bantu media merupakan salah satu komponen yang penting dilakukan, dengan tujuan agar membantu penggunaan indra sebanyak-banyaknya. Seseorang mendapat pengetahuan melalui panca inderanya, dimana sebagian besar diperoleh melalui indera penglihatan (mata) yaitu sebesar 83% dan indera pendengar (telinga) yaitu sebesar 11%, sedangkan sisanya melalui indera perasa 1%, indera peraba 2% dan indera penciuman 3%.⁽¹⁷⁾

Keterbatasan pada penelitian ini yaitu pada saat melakukan penelitian ada beberapa responden yang kurang memperhatikan ketika diberikan edukasi sehingga peneliti harus benar-benar memperhatikan responden agar mendengarkan.

KESIMPULAN

Disimpulkan bahwa edukasi tentang *vaginal hygiene* efektif untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang *vaginal hygiene* pada saat menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Yuni E. Buku Saku Personal Hygiene. Yogyakarta: Nuha Medika; 2015.
2. Prijatni SMI. Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana. Jakarta: Kemenkes RI; 2016.
3. Meinarisa. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menstrual Hygiene (PMH) Terhadap Sikap Remaja Putri Dalam Menjaga Kebersihan Diri Selama Menstruasi. *Jurnal Endurance Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*. 2019;4(1).
4. Suarjana N. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Remaja Putri Terhadap Pentingnya Konsumsi Makanan yang Mengandung Zat Besi Saat Menstruasi di SMAN 2 Tabanan. *Jurnal Kesehatan Terpadu*. 2013;1(2).
5. Sutanti I. Pengaruh Penyuluhan tentang Menstruasi Terhadap Sikap Remaja Putri Pra Menstruasi. *Journal of Ners and Midwifery*. 2014;1(1).
6. Umami H. Pengaruh Media Video Edukasi tentang Vulva Hygiene terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA*. 2021;4(1).
7. Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta; 2017.
8. Wawan A. Teori & Pengukuran Pengetahuan Sikap dan Perilaku Manusia. Yogyakarta: Nuha Medika; 2017.
9. Wardani NI. Buku Ajar Promosi Kesehatan Untuk Mahasiswa Kebidanan. Jakarta Timur: CV. Trans Info Media; 2016.
10. Sinaga LRV. Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Yayasan Kita Menulis; 2021.
11. Basniati A, Ramadhany S. Pengaruh Video Learning Multimedia terhadap Pengetahaun, Sikap dan Perilaku Menstrual Hygiene pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*. 2020;7(2).
12. Notoatmodjo S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2014.
13. Notoatmodjo S. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2012.
14. Astuti Y, Anggrawati T. Efektifitas Pendidikan Kesehatan terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Jurnal Perawat*. 2020;5(2).
15. Jubaedah E, Suhandini D. Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Personal Hygiene Menstruasi Remaja Putri Kelas VII. *Jurnal Ilmiah Pannmed*. 2020; vol. 15 Nomor 1, pp. 1-9.
16. Hartoyo ED. Pengaruh Media Leaflet tentang Personal Hygiene Genetalia pada saat Menstruasi terhadap Pengetahuan dan Perilaku Remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 2021;17(1).
17. Sari SP, Amin M. Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Saat Mentruasi Pada Remaja Putri dengan Metode Ceramah di RT 11 Kelurahan Cempaka Permai Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmiah*. 2020;16(2).