



**Hubungan Pengetahuan dan Sikap Dengan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Pamona Timur**  
*The Relationship between Knowledge and Attitudes and Personal Hygiene Actions During Menstruation In Young Women at Senior High School 1 Of East Pamona*

Adrian Sali<sup>1</sup>, Nuraiman<sup>2</sup>, Agrif Rinaldi Kadoena<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup>STIKES Bataraguru Soroaka

<sup>2</sup>Institut Teknologi Kesehatan dan Bisnis Graha Ananda

\*Korespondensi Penulis: [adriansali37@gmail.com](mailto:adriansali37@gmail.com)

**Abstrak**

Pendidikan kesehatan reproduksi merupakan isu penting yang perlu mendapat perhatian semua pihak. Pada masa remaja, pertumbuhan fisik dan seksual mulai berkembang pesat. Remaja yang kemudian menikah dan menjadi orang tua diharapkan memiliki kesehatan reproduksi yang baik sehingga tercipta generasi yang sehat. Kebersihan diri pada saat menstruasi sangatlah penting karena menentukan status kesehatan remaja dan akan mempengaruhi kehidupannya di masa tua. Salah satu cara untuk mengurangi gangguan menstruasi adalah dengan membiasakan perilaku hidup bersih. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap dengan tindakan personal hygiene remaja putri di SMA Negeri 1 Pamona Timur. Metode penelitian ini adalah analitik *observasional*, menggunakan desain *cross-sectional*. dengan jumlah sampel 72 responden diambil dengan teknik *total sampling*. Analisis yang digunakan dengan menggunakan analisis *univariat* dan analisis *bivariat*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian responden (48,6%), mempunyai pengetahuan kurang tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi, sebanyak (51,4%), mempunyai sikap yang unfavorabel terhadap *personal hygiene* pada saat menstruasi, lebih dari setengah responden (54,1%), mempunyai perilaku kurang baik dalam *personal hygiene* pada saat menstruasi dan ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku remaja putri dengan *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur ( $p=0,020$ ), ada hubungan yang signifikan antara sikap remaja putri dengan dengan perilaku remaja putri dengan perilaku personal hygiene pada saat menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur ( $p=0,007$ ). Disarankan kepada pihak SMA negeri 1 Pamona Timur diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan kesehatan remaja tentang kesehatan reproduksi dengan mengadakan pendidikan kesehatan reproduksi melalui sosialisasi kesehatan reproduksi.

**Kata kunci :** Pengetahuan, Sikap, *Personal Hygiene*

**Abstract**

*Reproductive health education is an important issue that needs attention from all parties. In adolescence, physical and sexual growth begins to develop rapidly. Teenagers who later marry and become parents are expected to have good reproductive health so as to create a healthy generation. Personal hygiene during menstruation is very important because it determines a teenager's health status and will affect their life in old age. One way to reduce menstrual disorders is to practice clean living habits. This research aims to determine the relationship between knowledge and attitudes and personal hygiene actions for young women at Senior High School 1 Of East Pamona. This research method is observational analytic, using a cross-sectional design. with a total sample of 72 respondents taken using total sampling technique. The analysis used uses univariate analysis and bivariate analysis. The results of this study showed that some respondents (48.6%), had less knowledge about personal hygiene during menstruation, as many as (51.4%), had an unfavorable attitude towards personal hygiene during menstruation, more than half of the respondents (54, 1%), have poor behavior in personal hygiene during menstruation and there is a relationship between knowledge and behavior of young women and personal hygiene during menstruation at Senior High School 1 Of East Pamona ( $p=0.020$ ), there is a significant relationship between the attitude of young women and with the behavior of young women with personal hygiene behavior during menstruation at Senior High School 1 Of East Pamona ( $p=0.007$ ). It is recommended that East Pamona 1 Public High School be able to increase adolescent health*

*knowledge about reproductive health by holding reproductive health education through reproductive health outreach.*

**Keywords:** *Knowledge, Attitude, Personal Hygiene*

## PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi menurut Kementerian Kesehatan RI adalah keadaan sejahtera fisik, mental, dan sosial yang utuh, bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan tetapi juga dalam segala hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi serta fungsi dan prosesnya.<sup>1</sup>

Kebersihan diri pada saat menstruasi adalah tindakan untuk menjaga kesehatan dan kebersihan pada daerah kewanitaan saat menstruasi.<sup>5</sup>

Remaja putri yang sudah menstruasi memerlukan pengetahuan tentang kesehatan tubuh dan kebersihan organ reproduksi, perubahan fisik dan psikis untuk melindungi diri dari risiko yang mengancam kesehatan dan keselamatan fungsi organ reproduksi. Mengabaikan kesehatan reproduksi dapat menyebabkan infeksi pada organ reproduksi dan berdampak pada kemandulan. Salah satu faktor risiko terjadinya infeksi saluran reproduksi adalah kebersihan menstruasi yang buruk.<sup>3</sup>

Perilaku higienis adalah sebuah topik penting untuk dikaji secara mendalam. Memang berdasarkan kajian teoritis, salah satu upaya untuk mengurangi gangguan pada menstruasi adalah dengan mempraktekkan kebiasaan hidup bersih. Namun perilaku kebersihan menstruasi tidak terjadi secara acak, melainkan merupakan proses pembelajaran karena setiap individu memahami dampak positif dan negatif dari perilaku terkait menstruasi.<sup>4</sup>

Jika remaja putri tidak menjaga kebersihan selama menstruasi, sangat berisiko terkena infeksi saluran reproduksi. Penyebabnya adalah menstruasi menghasilkan darah kotor. Saat menstruasi, pembuluh darah di rahim mudah terinfeksi, darah dan keringat keluar dan menempel di vulva sehingga menyebabkan area genital menjadi basah. Jika tidak menjaga kebersihan alat kelamin dengan baik, dalam kondisi lembab, jamur dan bakteri di area intim akan tumbuh sehingga menimbulkan rasa gatal dan infeksi di area vagina.<sup>5</sup>

Berdasarkan data WHO (2017), diperkirakan jumlah kelompok remaja di dunia berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia. Data profil Kesehatan Indonesia tahun 2018 mencatat jumlah remaja Indonesia sebanyak 45,12 juta atau 17% dari total penduduk di Indonesia.<sup>6</sup>

Di antara negara-negara Asia Perempuan di Indonesia lebih rentan terhadap infeksi saluran reproduksi (ISR) karena iklim Indonesia yang panas dan lembab. Jika organ reproduksi basah, keasaman akan meningkat sehingga menimbulkan kondisi berkembangnya jamur, terutama saat menstruasi. Perilaku kebersihan yang buruk saat menstruasi dapat menyebabkan ISR dan berdampak buruk di kemudian hari, seperti infertilitas, kanker serviks, dan kehamilan ektopik atau kehamilan diluar kandungan.<sup>7</sup>

Pengetahuan dapat membentuk sikap yang mendukung dan akan mempengaruhi motivasi remaja dalam memiliki perilaku yang sehat terutama untuk menjaga personal hygiene saat menstruasi. Pengetahuan dapat ditingkatkan dengan melakukan pembelajaran berkelompok bersama teman sebaya dan edukasi edukasi yang diperoleh dari tenaga kesehatan melalui penyuluhan kesehatan reproduksi.<sup>2</sup>

Perilaku yang kurang dari kebersihan diri pada saat haid adalah sifat malas untuk mengganti pembalut. Salah satu masalahnya adalah bakteri yang berkembang dalam pembalut, perawatan diri yang baik saat menstruasi seperti menggunakan pembalut yang tepat dan pembalut tidak bisa dipakai lebih dari enam jam atau harus rutin diganti jika sudah penuh oleh darah haid. Personal hygiene yang tidak baik terutama area kewanitaan juga menjadi faktor

terjadinya kanker serviks.<sup>8</sup>

Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti, diperoleh mayoritas siswa di SMA Negeri 2 Pamona Timur adalah perempuan, dimana setiap perempuan mengalami menstruasi setiap bulannya. Selain itu, frekuensi kegiatan belajar mengajar dan ekstrakurikuler yang berlangsung relatif lama dari pagi hingga siang menjelang sore hari, ini sangat mempengaruhi tindakan kebersihan diri remaja putri saat menstruasi. Pada wawancara tatap muka dengan remaja putri pada tanggal 8 September 2023 di SMA Negeri 1 Pamona Timur tentang kebersihan diri saat menstruasi, dari 10 responden, 6 orang menyatakan tidak memahami tentang kebersihan diri saat menstruasi dan 4 orang mengalami gatal-gatal pada area pribadi wanita saat menstruasi. Selain itu peneliti juga berasumsi bahwa siswa SMA Negeri 1 Pamona Timur mempunyai banyak sumber informasi yang akan mempengaruhi pembentukan pengetahuan dan sikap remaja putri SMA Negeri 1 Pamona Timur mengenai pemilihan pembalut.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap terhadap tindakan personal hygiene remaja putri saat menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur

## METODE

Metode penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik, menggunakan desain *cross-sectional* yang merupakan rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan. Penelitian ini sudah dilakukan di SMA Negeri 1 Pamona Timur pada tanggal 15 September 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas I, Kelas II, dan kelas III SMA Negeri 1 Pamona Timur sebanyak 72 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik *total sampling* dimana seluruh sampel dijadikan sampel. Sehingga jumlah sampel sebanyak 72 responden. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data adalah lembar kuesioner. Lembar kuesioner dalam penelitian terdiri dari pertanyaan mengenai pengetahuan dan perilaku menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi yang di dibagikan langsung oleh peneliti kepada responden ataupun dengan wawancara antara peneliti dan responden.

## HASIL

### Analisis Univariat

Analisis univariat pada penelitian ini untuk melihat distribusi frekuensi variabel penelitian yaitu meliputi pengetahuan, sikap siswi tentang kebersihan organ reproduksi dan tindakan *personal hygiene* pada saat menstruasi yang dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi tingkat pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur**

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
<b>Kurang</b>	35	48,6
<b>Cukup</b>	21	29,2
<b>Baik</b>	16	22,2

<b>Total</b>	72	100,0
--------------	----	-------

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebanyak 35 orang (47,2%) mempunyai pengetahuan kurang , 21 orang (29,2 %) mempunyai pengetahuan cukup, dan yang mempunyai pengetahuan baik sebanyak 16 orang (22.2%).

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi sikap remaja putri tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur**

<b>Sikap</b>	<b>Frekuensi ( f )</b>	<b>Persentase (%)</b>
<b>Unfavorabel</b>	37	51,4
<b>Favorabel</b>	35	48,6
<b>Total</b>	72	100.0

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa sebanyak 37 responden (51,4%), mempunyai sikap yang unfavorabel terhadap *personal hygiene* pada saat menstruasi dan 35 (48,6%) responden mempunyai sikap yang favorabel terhadap *personal hygiene* pada saat menstruasi.

**Tabel 3 Perilaku remaja pada tindakan *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur**

<b>Perilaku</b>	<b>Frekuensi (f)</b>	<b>Persentase (%)</b>
<b>Kurang</b>	39	54,1
<b>Baik</b>	33	45,9
<b>Total</b>	72	100.0

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa sebanyak 39 responden (54,1%), mempunyai perilaku kurang baik dalam *personal hygiene* pada saat menstruasi dan responden yang memiliki perilaku baik dalam *personal hygiene* pada saat menstruasi sebanyak 33 orang (45,9%).

#### Analisis Univariat

Anailis bivariat pada penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan sikap dengan perilaku remaja putri tentang kebersihan organ reproduksi pada saat menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur yang dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4 Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Remaja Putri Dalam *Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur**

<b>Variabel</b>	<b>Perilaku</b>		<b>Total</b>	<b>P-Value</b>
	<b>Kurang</b>	<b>Baik</b>		
<b>Pengetahuan</b>				
<b>Kurang</b>	26 74,3%	9 25,7%	35 100,0%	0,020
<b>Cukup</b>	8 38,1%	13 61,9%	21 100,0%	
<b>Baik</b>	5	11	16	

---

31,2%      68,8%      100,0%

---

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa dari 35 responden yang mempunyai pengetahuan kurang terdapat 26 (74,3%), responden yang mempunyai perilaku kurang baik dalam *personal hygiene* pada saat menstruasi, dari 21 responden yang mempunyai pengetahuan cukup terdapat 8 (38,1%), responden yang mempunyai perilaku kurang baik *personal hygiene* pada saat menstruasi dan dari 16 responden yang mempunyai pengetahuan baik terdapat 5 (31,2%), responden mempunyai perilaku kurang baik dalam *personal hygiene* pada saat menstruasi. Hasil analisis chi-square menunjukkan bahwa nilai  $p=0,020 <$  dari nilai alpha 0,05 artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku remaja putri dalam *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur

**Tabel 5 Hubungan Sikap Dengan Perilaku Remaja Putri Dalam *Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur**

Variabel Sikap	Perilaku		Total	P-Value
	Kurang	Baik		
Unfavorabel	30 81,1%	7 18,9%	37 100.0%	0,007
Favorabel	10 28,9%	25 71,1%	35 100.0%	

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa dari 37 responden yang mempunyai sikap unfavorabel terdapat 30 (81,1%), responden yang mempunyai perilaku kurang baik dalam *personal hygiene* pada saat menstruasi dan dari 35 responden yang mempunyai sikap favorabel terdapat 10 (28,9%), responden yang mempunyai perilaku kurang baik dalam *personal hygiene* pada saat menstruasi. Hasil analisis *chi-square* menunjukkan bahwa nilai  $p=0,007 \leq$  dari nilai alpha 0,05 artinya ada hubungan yang signifikan antara sikap remaja putri dengan dengan perilaku remaja putri dalam *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur.

## PEMBAHASAN

### Tingkat pengetahuan remaja putri *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa sebagian responden(48,6%), mempunyai pengetahuan kurang, sebagian responden (29,2%), mempunyai pengetahuan cukup dan sebagian kecil responden (22,2%), mempunyai pengetahuan yang baik tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi.

Berdasarkan hasil penelitian dapat dijelaskan bahwa pada umumnya remaja putri mempunyai pengetahuan yang kurang. Berdasarkan pengumpulan data pada penelitian, diperoleh bahwa hasil jawaban kuisisioner responden hampir tidak diketahui oleh remaja putri, yaitu 66% responden menjawab salah dalam jumlah mengganti pakaian dalam (*underwear*), Sebanyak 55% responden menjawab salah mengenai tindakan apa yang perlu di lakukan pertama kali dalam hari pertama menstruasi dan 58% responden menjawab salah mengenai berapa kali pembalut harus diganti dalam sehari saat menstruasi. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh umur dan pengalaman remaja putri yang baru saja menstruasi.

Menurut Mubarak (2016), pengetahuan adalah kesan pada pikiran seseorang akibat menggunakan panca indera. Pengetahuan ini berbeda dengan kepercayaan, takhayul, dan informasi yang salah. Pengetahuan ialah segala sesuatu yang diketahui berdasarkan pengalaman yang dimiliki setiap orang.<sup>9</sup>

Menurut Notoatmodjo (2010), pengalaman berperan penting dalam mengajari seseorang untuk berpikir dan bertindak sesuai dengan apa yang telah terjadi sebelumnya. Apabila seseorang mempunyai sedikit pengalaman maka pengetahuannya orang tersebut juga sedikit.<sup>6</sup>

Berdasarkan hasil penelitian dan beberapa pendapat para ahli yang telah ditulis di atas, dapat dikatakan bahwa pengetahuan remaja tentang kebersihan organ intim saat haid sangat penting untuk remaja putri, karena pengetahuan tersebut dapat menjadi landasan bagi remaja untuk melakukan tindakan yang baik dalam menjaga kesehatan reproduksi saat haid. Oleh karena itu, dalam hal menstruasi, remaja diharapkan mengalami menstruasi yang normal. Banyaknya remaja yang belum mengenal menstruasi, namun hal ini akan mempengaruhi perilaku mereka untuk menjaga kesehatan reproduksi terutama pada saat haid.

### **Sikap Remaja Putri Terhadap *Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi Di SMA Negeri 1 Pamona Timur**

Dalam penelitian ini di dapatkan bahwa (51,4%) responden, mempunyai sikap yang unfavorabel pada kesehatan organ intim pada saat haid, hasil penelitian ini menggambarkan bahwa jumlah remaja putri yang mempunyai sikap unfavorabel lebih banyak dibandingkan dengan yang memiliki sikap favorable (48,6).

Berdasarkan hasil pendataan sikap remaja putri terhadap Tindakan *personal hygiene* saat menstruasi, sebagian besar responden mempunyai sikap negatif terhadap *personal hygiene* saat menstruasi, khususnya 44% responden menjawab bahwa cara membersihkan alat kelamin wanita yang benar adalah Dari bagian belakang (anus) hingga bagian depan (vagina), 39% responden berpendapat bahwa menggunakan handuk atau handuk bersama orang lain untuk mengeringkan alat kelamin tidak akan mempengaruhi kesehatan organ reproduksi dan 37% responden menjawab demikian. menghindari alat kelamin basah, sebaiknya organ reproduksi dicuci dengan antiseptik.

Banyak remaja yang masih memiliki sikap negatif terhadap *personal hygiene* saat menstruasi. Hal ini dapat diakibatkan oleh beberapa faktor seperti pengalaman, pengaruh dari orang yang dianggap penting, pengaruh budaya, media, lembaga pendidikan. dan faktor emosional.<sup>10</sup>

### **Perilaku Remaja Putri Dalam *Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden (54,1%) memiliki perilaku buruk dan hampir separuh responden (45,9%) memiliki perilaku buruk dalam menjaga kebersihan diri, alat reproduksi saat menstruasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri yang berperilaku buruk dalam menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi lebih tinggi dibandingkan dengan remaja putri yang berperilaku baik.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Ayu di SMA 5 Banda Aceh pada tahun 2018 yang menemukan bahwa 55,6% memiliki perilaku buruk untuk menjaga kesehatan reproduksinya. Berdasarkan hasil penelitian dapat dijelaskan bahwa perilaku kebersihan organ vital pada remaja putri masih berada pada kategori buruk, hal ini sangat disayangkan karena perilaku kebersihan reproduksi remaja putri yang buruk dapat menimbulkan berbagai permasalahan kesehatan. Masalah seperti keputihan, gatal-gatal akibat jamur bahkan bisa menjadi penyebab kanker serviks.<sup>6</sup>

Peneliti berpendapat bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat

menstruasi maka semakin baik pula perilaku personal higienenya saat menstruasi, begitu pula sebaliknya.

### **Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Remaja Putri Dalam *Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dan perilaku remaja putri dalam *personal hygiene* saat menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur ( $p=0,20$ ). Hasil penelitian ini dapat dijelaskan karena remaja putri yang berpengetahuan sedikit akan lebih besar kemungkinannya untuk berperilaku buruk dalam menjaga kebersihan organ vital saat menstruasi dibandingkan remaja putri yang berpengetahuan cukup dan berpengetahuan baik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Maya Ardini yang berjudul Perilaku Remaja Putri dalam Perawatan Kebersihan Alat Kelamin Saat Menstruasi di SMP 3 Pulau Rakyat Kabupaten Asahan Tahun 2015 (skripsi). Berdasarkan uji chi-square ditemukan adanya hubungan antara pengetahuan dan perilaku remaja putri mengenai kebersihan alat kelamin saat menstruasi dengan nilai P sebesar 0,04218.<sup>11</sup>

Hal ini juga sesuai dengan penelitian Dwi Rahmatica yang berjudul Pengaruh Pengetahuan dan Sikap Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Terhadap Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi di SMP Negeri 8 Medan 2016 (skripsi). Berdasarkan uji Chi-square diperoleh hasil terdapat pengaruh/hubungan antara pengetahuan personal hygiene saat menstruasi terhadap perilaku personal hygiene remaja putri saat menstruasi sebesar dengan  $p\text{-value}=0,0221$ .<sup>12</sup>

### **Hubungan Sikap Dengan Perilaku Remaja Putri Dalam *Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur**

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan perilaku remaja putri dalam *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur yaitu ( $p=0,007$ )

Hasil penelitian ini dapat menjelaskan bahwa sikap remaja putri terhadap *personal hygiene* dapat mempengaruhi keputusan remaja putri. Hal ini dapat mempengaruhi perilaku remaja putri dalam menjaga kebersihan alat reproduksi saat menstruasi. Hal ini menunjukkan bahwa kecenderungan remaja putri yang memiliki sikap unfavorable lebih memiliki perilaku kurang sehat dalam menjaga kesehatan dan juga kebersihan organ intim pada saat menstruasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Ayu (2013), dengan topik penelitian hubungan pengetahuan, sikap dan perilaku tentang kesehatan reproduksi remaja putri di SMA Negeri 5 Banda Aceh, ditemukan bahwa di antara 69 siswi, hasil penelitian tersebut disajikan perilaku kesehatan reproduksi positif yang lebih penting pada siswi, siswi mempunyai sikap positif sebanyak 71,7/46 siswi, dibandingkan siswi yang bersikap negatif sebanyak 34,8/23 siswa. Berdasarkan hasil uji statistik dengan uji Chi-square, terdapat hubungan yang signifikan antara sikap siswi dengan perilaku dan skor kesehatan reproduksinya. nilai  $p=0,007$ .<sup>13</sup>

Menurut Azwar (2019), keyakinan atau sikap seseorang muncul dari pengalaman masa lalu, dipengaruhi pada informasi tidak langsung tentang perilaku dan faktor lain untuk melakukan tindakan dengan cara tertentu. Sikap juga merupakan watak atau kesediaan untuk berbuat, bukan pemenuhan motif tertentu. Untuk menentukan sikap yang utuh, pengetahuan, pikiran, keyakinan, dan emosi memegang peranan penting.<sup>10</sup>

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian tentang hubungan tingkat pengetahuan dan sikap dengan tindakan *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur

1. Hampir sebagian responden (48,6%), mempunyai pengetahuan kurang *personal hygiene* pada saat menstruasi
2. Sebanyak (51,4%) responden mempunyai sikap yang unfavorabel terhadap tindakan *personal hygiene* pada saat menstruasi.
3. Lebih dari setengah responden (54,1%), mempunyai perilaku kurang baik dalam *personal hygiene* Pada Saat Menstruasi.
4. Ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku remaja putri dengan tindakan *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur ( $p=0,020$ )
5. Ada hubungan yang signifikan antara sikap remaja putri dengan dengan perilaku remaja putri dalam *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMA Negeri 1 Pamona Timur ( $p=0,007$ ).

## SARAN

Bagi remaja putri agar menjaga kebersihan diri saat menstruasi dengan cara membersihkan alat kelamin dari depan ke belakang, mengganti pembalut setiap 3 sampai 4 jam, mengganti pakaian dalam jika berdarah, dan membuang pembalut yang telah digunakan dengan benar. Bagi para tenaga medis, dengan hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pendidikan kesehatan dengan memberikan edukasi langsung di sekolah tentang kebersihan diri saat menstruasi minimal 3 bulan sekali agar siswi lebih memahami kebersihan diri saat menstruasi dan berperilaku lebih baik dalam kebersihan diri saat menstruasi. Bagi peneliti selanjutnya, dapat memperluas penelitian yang sudah ada khususnya mengenai *personal hygiene* saat menstruasi dengan pendekatan yang lebih detail terhadap variabel, sampel dan tempat penelitian yang lebih luas agar didapat hasil penelitian yang bervariasi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Nuraiman selaku penulis 2 yang sudah banyak membantu dalam proses penelitian.
2. Agrif Rinaldi Kadoena sebagai mahasiswa selaku penulis 3 yang sudah membantu dalam proses penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Susi Amenta and others, *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi Di SMP Negeri 6 Desa Sijarango 1 Tahun 2019*, *Journal Of Midwifery Senior* (Agustus, 2019), II.
2. Siti Rofi'ah, Sri Widatiningsih, and Dessy Vitaningrum, 'Kesehatan Metode Peer Group Dan Sikap Personal Hygiene Saat', *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2.2 (2017), 31–36.
3. Suryati. 2019. Perilaku Kebersihan Remaja Saat Menstruasi. Poltekkes Kemenkes Jakarta I Jurusan Keperawatan. *Jurnal Health Quality* Vol. 3 No. 1, Nop 2012 Kissanti.
4. Tangerang Selatan and others, 'Environmental Occupational Health and Safety Journal Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Santriwati Di MTs Pondok Pesantren "X" Kota', *Environmental Occupational Health and Safety Journal* •, 2.1 (2021).
5. Istri Astuti, Ratnadevi, Utami, 'Hubungan Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Dengan Perilaku Personal

- Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMA Negeri 1 Pajangan Bantul', Universitas 'Aisyiyah, 8.1 (2017), 1–17.
6. Naskah Publikasi, HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI.
  7. Kusmiran, 2019, Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika
  8. Putri Diah Pemiliana, 'Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Sma Etidlandia Medan Tahun 2018', *Gaster*, 17.1 (2019), 62 <<https://doi.org/10.30787/gaster.v17i1.341>>.
  9. Mubarak, 2016. Promosi Kesehatan Untuk Kebidanan. Salemba Medika: Jakarta.
  10. Azwar. 2019. Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
  11. Ardini M. Skripsi Perilaku Remaja Putri Dalam Perawatan Kebersihan Alat Kelamin Pada Saat Menstruasi di SMPN 3 Pulau Rakyat Kabupaten Asahan tahun 2015.
  12. Rahmatika D. Skripsi Pengaruh Pengetahuan dan Sikap Tentang Personal Hygiene Menstruasi Terhadap Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Pada Saat Menstruasi Di SMP Negeri 8 Medan Tahun 2016.
  13. Ayu. 2013. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Kesehatan Reproduksi Pada Remaja Putri di SMA 5 Banda Aceh. Karya Tulis Ilmiah. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan U'budiyah Program Studi D-III Kebidanan Banda Aceh