

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA VIDEO TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA TENTANG *PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI DI SMPN 1 GAMPING

THE INFLUENCE OF HEALTH EDUCATION THROUGH VIDEO TOWARD THE ADOLESCENT'S KNOWLEDGE LEVEL ON *PERSONAL HYGIENE* DURING MENSTRUATION PERIOD IN SMPN 1 GAMPING

Ferita Yumaeroh¹, Dwi Susanti^{2*}

¹Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, Jl. Brawijaya Ringroad Barat Ambarketawang Gamping Sleman Yogyakarta Indonesia, email: feritayumaeroh12@gmail.com

^{2*}Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, Jl. Brawijaya Ringroad Barat Ambarketawang Gamping Sleman Yogyakarta Indonesia, email: soesanti_2@yahoo.com

ABSTRACT

Background: : The behavior of hygiene during menstruation period is crucial to be conducted by women as it aims to maintain self-cleanliness and self-health both physically and mentally. Women having low personal hygiene behavior consider that cleanliness is trivial.

Objective: It aims to find out the influence of health education through video toward the adolescent's knowledge level on personal hygiene during menstruation period.

Methods: This research applied pre-experimental research method with one group pretest-posttest design. There were 125 female students already having menstruation selected as the respondents, the sample collection technique used stratified random sampling. The data analysis used Wilcoxon Signed Rank Test.

Results: The adolescent's knowledge level of female students on personal hygiene during menstruation period before given health education was categorized in low category. Meanwhile, the adolescent's knowledge level of female students on personal hygiene after given health education was categorized in good category. Hence, there is an influence of health education on the adolescent's knowledge level on personal hygiene during menstruation period in SMP N 1 Gamping.

Conclusion: There is an influence of health education toward the adolescent's knowledge level on personal hygiene during menstruation period in SMP N 1 Gamping.

Keywords: *Health education, Knowledge, Menstruation, Personal Hygiene, Video*

PENDAHULUAN

Wanita yang mengalami menstruasi harus mempunyai perilaku *hygiene* yang baik untuk memelihara kebersihan dan kesehatan baik secara fisik maupun mental.¹ Wanita dengan perilaku *personal hygiene* yang rendah menganggap kebersihan adalah masalah yang tidak penting. Hal tersebut jika dibiarkan maka akan terjadinya penyakit yang berhubungan dengan kebersihan alat genitalia.²

Perilaku *personal hygiene* tidak lepas dari faktor-faktor yang menyebabkan seseorang melakukan atau tidak melakukannya secara benar. Faktor-faktor yang memengaruhi seseorang melakukan *personal hygiene* yaitu faktor ekonomi yang berkaitan dengan sarana dan prasarana dalam melakukan perawatan diri, budaya yang berkaitan dengan mitos-mitos yang diyakini oleh remaja dalam melakukan perawatan diri, dan pengetahuan. Pengetahuan yang baik dapat meningkatkan

status kesehatan termasuk juga tentang *personal hygiene* sangat Perilaku menjaga kebersihan diri untuk mencegah penyakit dapat dilakukan ketika individu memiliki pengetahuan tentang *personal hygiene*.³

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di SMPN 1 Gamping tanggal 4 Januari 2019, informasi dari guru BK (bimbingan dan konseling) mengatakan bahwa pembelajaran kesehatan reproduksi sudah dilakukan saat mata pembelajaran bimbingan dan konseling, tetapi materi yang diberikan hanya secara umum. Hasil wawancara 6 siswi dari 10 orang yang telah menstruasi masih mempunyai pengetahuan buruk tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Pengetahuan yang buruk meliputi menggunakan celana yang ketat selama menstruasi, tidak mengelap alat genitalia saat buang air kecil maupun buang air besar, menggunakan sabun saat mencuci alat genitalia, membersihkan alat genitalia dari belakang ke depan. Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian "Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media video terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Gamping".

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan video terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Gamping.

BAHAN DAN CARA PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *pre experimental*, dengan jenis rancangan *one group pretest-posttest design*. Sampel dalam penelitian ini adalah siswi SMPN 1 Gamping kelas VII dan VIII berjumlah 62 siswi yang sudah mengalami menstruasi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden

Distribusi frekuensi untuk karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=62)

Karakteristik	F	%
Pendidikan Orang Tua		
SD	7	11,3
SMP	11	17,7
SMA	34	54,8
Perguruan Tinggi	10	16,1
Pekerjaan Orang Tua		
Petani	3	4,8
Buruh	24	38,7
Pedagang	3	4,8
Swasta	26	41,9
PNS	6	9,7
Usia Haid Pertama		
Remaja awal (10-15 tahun)	62	100
Memiliki Saudara Perempuan		
Ya	25	40,3
Tidak	37	59,7
Memiliki Gadget		
Ya	60	96,8
Tidak	2	3,2
Jumlah	62	100

Sumber: Data Primer, 2019

Tabel 1 menunjukkan bahwa orangtua responden mayoritas berpendidikan SMA sebanyak 41 responden (64,1%), pekerjaan orang tua mayoritas karyawan swasta sebanyak 26 orang (41,9%), sebagian besar responden tidak memiliki saudara perempuan yaitu 37 orang (59,7%) dan sebagian besar responden memiliki gadget yaitu 60 (96,8%).

Tingkat pendidikan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2 Distribusi frekuensi pengetahuan sebelum di berikan pendidikan kesehatan menggunakan media video (n=62)

Pengetahuan <i>Pretest</i>	F	%
Cukup	14	22,6
Kurang	48	77,4
Jumlah	62	100

Sumber: Data Primer, 2019

Tabel 2 menunjukkan bahwa pengetahuan yang dimiliki sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan metode video sebagian besar dalam kategori kurang yaitu 48 (77,4%).

Tingkat pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media video dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3 Distribusi frekuensi pengetahuan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video (n=62)

Pengetahuan <i>Posttest</i>	f	%
Baik	39	62,9
Cukup	17	27,4
Kurang	6	9,7
Jumlah	62	100

Sumber: Data Primer, 2019

Tabel 3 menunjukkan bahwa pengetahuan yang dimiliki oleh remaja putri sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan menggunakan video sebagian besar dalam kategori baik yaitu 39 (62,9%).

Uji Asumsi (Normalitas)

Tabel 4 Uji normalitas menggunakan Kolmogorov Smirnov

Variabel	Statistic	P
Pengetahuan		
a. <i>Pretest</i>	0,175	0,000
b. <i>Posttest</i>	0,210	0,000

Tabel 4 menunjukkan hasil uji normalitas dengan hasil hasil pretest dan posttest tidak berdistribusi normal, ditunjukkan dengan nilai p valuenya lebih besar dari 0,05, sehingga uji analisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode video terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMP N 1 Gamping dapat dilihat pada tabel 5

Tabel 5 Uji Wilcoxon Signed Ranks Test Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Gamping

Variabel	Mean Rank	Sig	Z _{Wilcoxon} n	Ket.
Pengetahuan				
a. <i>Pretest</i>	10,13	0,00	-6,816	Signifikan
b. <i>posttest</i>	16,58	0		

Tabel 5 menunjukkan bahwa nilai *mean rank* pada saat dilakukan *pretest* sebesar 10,13 sedangkan pada saat *posttest* sebesar 16,58. Nilai Z_{Wilcoxon} didapatkan sebesar -6,816 dan nilai signifikan sebesar 0,000 ($p < 0,05$), terdapat perbedaan yang signifikan

dari hasil *pretest* dan *posttest* pendidikan kesehatan menggunakan media video terhadap pengetahuan. Hasil tersebut membuktikan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Gamping.

Tingkat pengetahuan remaja putri di SMPN 1 Gamping tentang *personal hygiene* saat menstruasi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan

Hasil penelitian sebelum diberikan pendidikan kesehatan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan kategori kurang 48 responden (77,4%). Hasil tersebut membuktikan sebagian besar siswa masih memiliki pengetahuan kurang tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Pengetahuan kurang tentang *personal hygiene* saat menstruasi karena masih adanya jawaban terendah terdapat pada pernyataan nomor 17 dan 18 yaitu "Panthyliner dapat digunakan jika tidak ada pembalut lagi" dan "Terkena jamur atau kutu yang menyebabkan rasa gatal merupakan akibat kebersihan menstruasi yang buruk".

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Setyaningsih dan Putri yang menunjukkan bahwa terdapat 46,1% (47 responden) mengetahui tentang *personal hygiene*, dan sebanyak 53,9% (55

responden) tidak mengetahui tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi.⁴ Penelitian dengan hasil yang sama telah dilakukan oleh Irmayanti dkk menunjukkan bahwa pengetahuan tentang kebersihan saat menstruasi yang dimiliki oleh sebagian besar responden (66,7%) dalam kategori kurang.⁵

Era globalisasi komunikasi dan informasi saat ini, remaja dapat dengan mudah mengakses informasi dari berbagai sumber dengan latarbelakang budaya yang beraneka ragam, sehingga terbuka peluang bagi remaja untuk terkontaminasi informasi yang sering kali justru bertentangan atau bahkan bertolak belakang dengan budaya masyarakat sendiri. Keadaan tersebut diakibatkan karena kepribadian remaja belum stabil dan minimnya pengetahuan yang dimilikinya.⁶ Oleh karena itu diperlukan bimbingan dan pendampingan yang memadai bagi remaja salah satunya dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

Tingkat pengetahuan remaja putri di SMPN 1 Gamping tentang *personal hygiene* saat menstruasi setelah dilakukan pendidikan kesehatan.

Hasil penelitian sesudah diberikan pendidikan kesehatan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 39 responden (62,9%). Hasil penelitian membuktikan sebagian besar siswa memiliki tingkat pengetahuan yang semakin meningkat, hal tersebut karena adanya pendidikan

kesehatan. Pengetahuan baik didukung dengan jawaban tertinggi terdapat pada pertanyaan nomor 1, 2 dan 3 yaitu pada pernyataan “Kebersihan Menstruasi adalah suatu tindakan menjaga kebersihan pada saat menstruasi”, “Kebersihan menstruasi adalah segala usaha dan upaya memelihara kesehatan reproduksi untuk menciptakan kenyamanan dan meningkatkan derajat kesehatan”, dan “Manfaat kebersihan diri saat menstruasi adalah agar badan terasa nyaman dan sehat”.

Hasil penelitian diketahui bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video tentang *personal hygiene* saat menstruasi diketahui pengetahuan responden sebagian besar menunjukkan kategori baik. Artinya responden mampu menerima informasi yang diberikan. Tentunya pemberian informasi kesehatan dapat memberikan perubahan kemampuan pada diri subjek, yaitu perubahan kemampuan dalam menerapkan konsep materi tentang *personal hygiene* yang telah disampaikan oleh pendidik sedangkan keluaran merupakan kemampuan baru atau perubahan baru pada diri subjek belajar, yakni merupakan hasil pendidikan kesehatan berupa pengetahuan atau adanya suatu sikap tentang sikap mengenai *personal hygiene* saat menstruasi.⁷

Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMP N 1 Gamping

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Di SMPN 1 Gamping
Ferita Yumaeroh, Dwi Susanti
Media Ilmu Kesehatan P-ISSN 2252-3413, E-ISSN 2548-6268

Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan dilakukan dengan pengukuran *pretest* dan *posttest* hasil analisis variabel pengetahuan sebesar 0,000 ($p=0,05$). Hasil uji tersebut menunjukkan bahwa nilai p kedua variable signifikan, maka H_0 dalam penelitian ini ditolak dan H_a diterima, hal tersebut membuktikan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Gamping.

Perilaku *personal hygiene* saat menstruasi sangat dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki oleh siswa. Responden yang berpengetahuan rendah berarti ia tidak mampu mengetahui, mengerti dan memahami arti, manfaat, dan tujuan dari perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Dengan adanya pengetahuan yang tinggi maka siswa akan lebih termotivasi untuk perilaku kebersihan diri terutama pada saat menstruasi. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan. Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari pengetahuan akan lebih baik daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.⁸

Kurangnya pengetahuan responden tentang *hygiene* menstruasi dapat disebabkan karena kurangnya informasi yang didapatkan remaja. Dampak jangka panjang lain yang dapat muncul jika tidak menjaga *personal hygiene* adalah keputihan.

Keputihan ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan seorang wanita dalam menjaga kebersihan terutama kebersihan kewanitaan pada saat menstruasi sehingga virus tersebut akan berkembang biak di dalam organ kelamin wanita dengan kondisi yang lembab. Jika keputihan ini tidak segera membaik, virus ini bisa memunculkan kanker rahim. Selain itu, kurangnya pengetahuan personal hygiene saat menstruasi beresiko terjadinya infeksi saluran kemih (ISK).⁹ Pendidikan yang diberikan kepada individu dapat merubah seseorang untuk berperilaku lebih baik, mendorong pengembangan dan penggunaan secara tepat sarana pelayanan kesehatan, menjadikan kesehatan yang harus ditanamkan dalam diri individu, bertanggung jawab terhadap kesehatan pribadi, kesehatan lingkungan dan masyarakat.¹⁰ Pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan media dapat menambah pengetahuan seseorang dan mendorong pengembangan serta individu dapat bertanggung jawab terhadap kesehatan pribadi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rofi'ah yang menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode *peer group* efektif terhadap tingkat pengetahuan (p value 0,0001) tentang personal *hygiene* saat menstruasi.¹¹

Pembinaan kesehatan reproduksi remaja atau pendidikan kesehatan dilakukan untuk memberikan informasi dan pengetahuan yang berhubungan dengan

perilaku hidup sehat bagi remaja, disamping mengatasi masalah yang ada. Dengan pengetahuan yang memadai dan adanya motivasi untuk menjalani masa remaja secara sehat, para remaja diharapkan mampu memelihara kesehatan dirinya agar dapat memasuki masa kehidupan keluarga dengan reproduksi yang sehat.¹²

KESIMPULAN

Tingkat pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video masuk dalam kategori kurang, dan meningkat menjadi kategori baik setelah diberikan pendidikan kesehatan. Ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMP N 1 Gamping. Media video dapat digunakan untuk melakukan penyuluhan kesehatan dengan topik yang lain dengan responden remaja.

TERIMA KASIH

1. Kuswanto Hadjo, dr., M.Kes, Ketua Stikes Jenderal achmad Yani Yogyakarta, email: info@stikesayaniy.ac.id
2. Debby Zulkarnaen, S.Kep.,Ns., MMR, Ketua PPPM Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achamd Yani Yogyakarta, (0274) 4342000, email: deby.ayani14@gmail.com

KEPUSTAKAAN

1. Sulistyowati, R., & Haswita. *Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: CV. Trans Info Media. 2017.
2. Trisnamiati, A., dkk. *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta. Global One. 2017.
3. Yuni, N, E. *Buku Saku Personal Hygiene*. Yogyakarta: Nuha Medika. 2015.
4. Setiyaningrum, E. *Pelayanan Keluarga & Kesehatan Reproduksi*. Jakarta. CV. Trans Info Media. 2015.
5. Irmayanti dkk. Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat Kelamin Pada Saat Menstruasi Melalui Penyuluhan Di Kelurahan Wonolopo Kecamatan Mijen. *Jurnal Ilmiah Kebidanan, Vol. 5 No. 2 Edisi Desember 2014, hlm. 41-50*. 2014.
6. Hidayat. Tingkat Pengetahuan Tentang Tanda-Tanda Seks Skunder Dengan Perilaku Seksual Remaja Putra Dan Putri Di Smp Negeri 1 Karangawen Kabupaten Demak. *Jurnal Keperawatan Vol. 6 No. 1 Maret*. 2013.
7. Liviana. Pengaruh Pendidikan Kesehatan *Personal Hygiene* Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Masyarakat. *Jurnal Keperawatan Komprehensif Vol. 4 No. 1, Januari*. 2018.
8. Maharani, R. Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Santriwati di Pondok Pesantren Darel Hikmah Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesmas. 1 (1)*. 2018.
9. Rahmatika, D. *Pengaruh Pengetahuan dan Sika Tentang Personal Hygiene Menstruasi Terhadap Tindakan Personal Hygiene Remaja Puteri Pada Saat Menstruasi di SMK Negeri 8 Medan Tahun 2010*. Skripsi. FKM Universitas Sumatera Utara. 2010.
10. Niman, S. *Promosi dan Pendidikan Kesehatan*. CV. Trans Info Media. Jakarta. 2017.
11. Rofi'ah, Widatiningsih, dan Vitaningrum. Efektivitas Pendidikan Kesehatan Metode Peer Group Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Jurnal Ilmu Bidan. Voll II No.2*. 2017.
12. Astuti. Hubungan Pengetahuan Tentang *Personal Hygiene* Dengan Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas Xi Di SMA Negeri 1 Pajangan Bantul. *Naskah Publikasi*. Universitas Aisiyah Yogyakarta. 2017.