

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN PERSEPSI REMAJA PUTRI DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI DI SMP IT ZAINAL ABIDIN KOTA LANGSA

Dira Qinaya^{1*}, Yusria², Ina Rahawa³

¹ Mahasiswi Universitas Sains Cut Nyak Dhien

^{2,3} Dosen Universitas Sains Cut Nyak Dhien

*Penulis Korespondensi: qinaya.nayaa@gmail.com

Abstract. Background: Menstruation is a normal physiological process that occurs in adolescent girls. However, poor personal hygiene practices during menstruation can lead to various health problems such as vaginal discharge, urinary tract infections, and reproductive tract infections. Personal hygiene behavior during menstruation is strongly influenced by the level of knowledge and perception that adolescents have about the importance of maintaining personal cleanliness. Poor menstrual hygiene behavior increases the risk of reproductive health disorders among adolescent girls. **Objective:** This study aims to determine the relationship between the level of knowledge and perception of adolescent girls with their personal hygiene behavior during menstruation at SMP IT Zainal Abidin, Langsa City. **Method:** This research used a quantitative analytic method with a descriptive correlational design and a cross-sectional approach. The population consisted of 46 female students who had experienced menstruation, with the sampling technique being total sampling. The research instrument used questionnaires on knowledge, perception, and personal hygiene behavior, which had been tested for validity and reliability. Data were analyzed using univariate and bivariate analysis with the Chi-Square test at a significance level of $\alpha = 0.05$. **Results:** The results showed that most respondents had a moderate level of knowledge (56.5%), all respondents had a positive perception (100%), and the majority had poor personal hygiene behavior (84.8%) during menstruation. The Chi-Square test results showed no significant relationship between knowledge and personal hygiene behavior ($p = 0.556$) and no significant relationship between perception and personal hygiene behavior ($p = 0.884$). **Conclusion:** Good knowledge and perception do not necessarily lead to good personal hygiene behavior during menstruation. Other factors such as habits, hygiene facilities, and environmental support play important roles in shaping healthy personal hygiene behavior among adolescent girls.

Keywords: Knowledge, Perception, Behavior, Personal Hygiene, Menstruation, Adolescent Girls.

Abstrak. Latar Belakang : Menstruasi merupakan proses fisiologis yang normal terjadi pada remaja putri, namun apabila kebersihan diri tidak dijaga dengan baik selama menstruasi dapat menimbulkan berbagai gangguan Kesehatan seperti keputihan, infeksi saluran kemih, dan infeksi saluran reproduksi. Perilaku personal hygiene saat menstruasi sangat dipengaruhi oleh Tingkat pengetahuan dan persepsi remaja terhadap pentingnya menjaga kebersihan diri. rendahnya perilaku personal hygiene dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan kesehatan reproduksi pada remaja putri. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan persepsi remaja putri dengan perilaku personal hygiene pada saat menstruasi di SMP IT Zainal Abidin Kota Langsa. **Metode :** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif analitik dengan desain deksriptif korelasional dan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian berjumlah 46 siswi yang telah mengalami menstruasi dengan Teknik pengambilan sampel total sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan, persepsi, dan perilaku personal hygiene yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji chi-square $\alpha = 0,05$. **Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 26 orang (56,5%), seluruh responden memiliki persepsi positif sebanyak 46 orang (100%), dan sebagian besar memiliki perilaku personal hygiene kurang baik sebanyak 39 orang (84,8%). Hasil uji Chi-Square menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku personal hygiene ($p = 0,556$) dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi dengan perilaku personal hygiene ($p = 0,884$). **Kesimpulan:** Pengetahuan dan persepsi yang baik belum tentu diikuti oleh perilaku personal hygiene yang baik selama menstruasi. Faktor lain seperti kebiasaan, fasilitas kebersihan, dan dukungan lingkungan berperan penting dalam pembentukan perilaku personal hygiene pada remaja putri.

Kata kunci: Pengetahuan, Persepsi, Perilaku, Personal Hygiene, Menstruasi, SMP IT Zainal Abidin, Remaja putri

1. LATAR BELAKANG

Menstruasi merupakan proses fisiologis yang normal terjadi pada perempuan sebagai tanda kematangan sistem reproduksi. Menstruasi pertama atau menarche umumnya terjadi pada usia 10–16 tahun dan menjadi salah satu fase penting dalam perkembangan remaja putri. Pada masa menstruasi, kebersihan diri khususnya kebersihan organ reproduksi perlu diperhatikan karena dapat memengaruhi kesehatan reproduksi perempuan (Puspitaningrum, 2022).

Personal hygiene saat menstruasi merupakan upaya menjaga kebersihan diri selama menstruasi melalui tindakan membersihkan organ reproduksi dengan benar, mengganti pembalut secara teratur, mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, serta menggunakan pakaian dalam yang bersih. Praktik personal hygiene yang buruk dapat meningkatkan risiko infeksi saluran reproduksi, infeksi saluran kemih, keputihan patologis, hingga gangguan kesehatan reproduksi lainnya (Rany et al., 2021).

Nata dan Yuanita (2022) menyatakan bahwa masih banyak remaja putri yang belum menerapkan personal hygiene menstruasi secara optimal. Kurangnya informasi dan edukasi mengenai kesehatan reproduksi menjadi salah satu penyebab rendahnya perilaku personal hygiene pada remaja.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang memengaruhi perilaku kesehatan seseorang. Semakin baik pengetahuan individu mengenai kesehatan reproduksi maka semakin besar kemungkinan individu tersebut menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari (Yuni, 2021). Selain pengetahuan, persepsi juga berperan penting dalam membentuk perilaku kesehatan. Persepsi positif terhadap pentingnya personal hygiene saat menstruasi diharapkan dapat mendorong remaja putri untuk menjaga kebersihan dirinya selama menstruasi (Tantry et al., 2021).

Penelitian Rohmawati (2021) menunjukkan bahwa masih terdapat remaja putri yang memiliki perilaku personal hygiene kurang baik meskipun memiliki tingkat pengetahuan yang cukup. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku kesehatan tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan tetapi juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti persepsi, lingkungan, kebiasaan, dan dukungan keluarga.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti di SMP IT Zainal Abidin Kota Langsa ditemukan masih terdapat siswi yang belum menerapkan personal hygiene

menstruasi secara optimal. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan persepsi remaja putri dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi di SMP IT Zainal Abidin Kota Langsa.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif analitik dengan desain deskriptif korelasional menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan di SMP IT Zainal Abidin Kota Langsa pada tahun 2025.

Populasi penelitian adalah seluruh siswi yang telah mengalami menstruasi sebanyak 46 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian.

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan sebanyak 17 item, persepsi sebanyak 7 item, dan perilaku personal hygiene sebanyak 22 item. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakterik Responden Berdasarkan Kelas, usia, dan Usia Pertama Menstruasi di SMP IT Zainal Abidin Kota Langsa Tahun 2025 (n=46)

| Karakteristik Responden | Frekuensi (f) | Persentase (%) |
|--------------------------------|----------------------|-----------------------|
| Kelas | | |
| 7A | 12 | 26,1 |
| 8A | 20 | 43,5 |
| 9A | 14 | 30,4 |
| Jumlah | 46 | 100 |
| Usia | | |
| 12 Tahun | 3 | 6,5 |
| 13 Tahun | 16 | 34,8 |
| 14 Tahun | 20 | 43,5 |
| 15 Tahun | 7 | 15,2 |

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN PERSEPSI REMAJA PUTRI DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI DI SMP IT ZAINAL ABIDIN KOTA LANGSA

| | | |
|-------------------------|----|------|
| Jumlah | 46 | 100 |
| Usia Pertama Mesntruasi | | |
| 9 Tahun | 4 | 8,7 |
| 10 Tahun | 1 | 2,2 |
| 11 Tahun | 21 | 45,7 |
| 12 Tahun | 11 | 23,9 |
| 13 Tahun | 9 | 19,6 |
| Jumlah | 46 | 100 |

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 46 responden, Sebagian besar berada di kelas 8A sebanyak 20 orang (43,5%), kemudian kelas 9A sebanyak 14 orang (30,4%), dan paling sedikit dari 7A sebanyak 12 orang (26,1%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden merupakan siswi kelas 8 yang berada pada masa remaja menengah, dimana pengetahuan dan perilaku mengenai personal hygiene saat menstruasi mulai berkembang lebih baik dibandingkan dengan kelas yang lebih rendah.

Distribusi usia responden menunjukkan bahwa sebagian besar berusia 14 tahun sebanyak 20 orang (43,5%), lalu responden yang berusia 13 tahun sebanyak 16 orang (34,8%), usia 15 tahun sebanyak 7 orang (15,2%) dan paling sedikit berusia 12 tahun sebanyak 3 orang (6,5%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada usia remaja awal (13-15 tahun), yaitu masa di mana terjadi perubahan fisik dan psikologis yang signifikan termasuk mulai terjadinya menstruasi dan meningkatnya kebutuhan akan pengetahuan tentang personal hygiene.

Diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami menstruasi pertama pada usia 11 tahun sebanyak 21 orang (45,7%), usia 12 tahun sebanyak 11 orang (23,9%), usia 13 tahun sebanyak 9 orang (19,6%), usia 9 tahun sebanyak 4 orang (8,7%), dan paling sedikit pada usia 10 tahun sebanyak 1 orang (2,2%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri mulai mengalami menstruasi pertama pada usia 11 tahun yang masih tergolong dalam batas normal usia menarche (9-13 tahun). Usia menarche yang relatif dini menunjukkan pentingnya pemberian edukasi mengenai personal hygiene sejak sebelum memasuki masa pubertas agar remaja dapat menerapkan perilaku yang benar saat mesntruasi.

b. Pengetahuan Personal Hygiene

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Personal Hygiene Siswi di SMP IT Zainal Abidin Kota Langsa Tahun 2025 (n=46)

| | Frekuensi | Persentase (%) |
|--------|-----------|----------------|
| Kurang | 0 | 0 |
| Cukup | 26 | 56,5 |
| Baik | 20 | 43,5 |
| Jumlah | 46 | 100 |

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 46 responden, sebagian besar tingkat memiliki pengetahuan cukup sebanyak 26 orang (56,5%), sedangkan responden dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak (43,5%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri memiliki pengetahuan yang tergolong cukup mengenai personal hygiene saat menstruasi, disebabkan oleh keterbatasan informasi yang diperoleh dari sekolah maupun lingkungan sekitar mengenai kesehatan reproduksi terutama tentang pentingnya menjaga kebersihan diri selama menstruasi.

Namun, masih terdapat sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan baik, yang menandakan bahwa mereka telah memahami dengan cukup baik cara menjaga kebersihan tubuh saat menstruasi, seperti mengganti pembalut secara rutin, mencuci tangan sebelum dan setelah mengganti pembalut, serta membersihkan area genitalia dengan benar.

c. Persepsi Personal Hygiene

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Persepsi Personal Hygiene Siswi di SMP IT Zainal Abidin Kota Langsa Tahun 2025 (n=46)

| Persepsi | Frekuensi | Persentase (%) |
|----------|-----------|----------------|
| Negatif | 0 | 0 |
| Positif | 46 | 100 |
| Jumlah | 46 | 100 |

Tabel 3. dapat diketahui bahwa seluruh responden memiliki persepsi positif sebanyak 46 orang (100%) terhadap personal hygiene saat menstruasi. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh remaja putri di SMP IT Zainal abidin kota langsa memiliki pandangan yang baik dan mendukung terhadap pentingnya menjaga kebersihan diri selama menstruasi. Persepsi positif ini mencerminkan adanya kesadaran yang baik

tentang manfaat menjaga kebersihan tubuh, seperti mencegah infeksi pada organ reproduksi, menjaga kenyamanan dan meningkatkan rasa percaya diri selama menstruasi.

Persepsi positif yang beragam ini juga dapat dipengaruhi oleh faktor lingkungan sekolah yang mendukung, informasi Kesehatan yang diberikan oleh guru atau petugas Kesehatan, serta pengalaman pribadi dan pengatuh teman sebaya yang sama-sama menerapkan perilaku bersih saat mesntruasi.

d. Perilaku Personal Hygiene

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Perilaku Personal Hygiene Siswi di SMP IT Zainal Abidin Kota Langsa Tahun 2025 (n=46)

| Perilaku | Frekuensi | Persentase (%) |
|----------|-----------|----------------|
| Kurang | 39 | 84,8 |
| Cukup | 6 | 13,0 |
| Baik | 1 | 2,2 |
| Jumlah | 46 | 100 |

Tabel 4. berdasarkan table diatas, diketahui bahwa dari 46 responden sebagian besar memiliki perilaku personal hygiene yang kurang saat menstruasi yaitu sebanyak 39 responden (84,8%). Sementara itu, sebanyak 6 responden (13,0%) memiliki perilaku personal hygiene yang cukup dan hanya 1 responden (2,2%) yang memiliki perilaku baik. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri di SMP IT Zainal Abidin Kota Langsa masih belum menereapkan perilaku personal hygiene yang baik selama menstruasi.

2) Analisis Bivariat

Tabel 5. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Personal Hygiene Siswi di SMP IT Zainal Abidin Kota Langsa Tahun 2025 (n=46)

| Tingkat Pengetahuan | Perilaku | | | | Total | | P Value |
|---------------------|----------|------|-------|------|-------|------|---------|
| | Kurang | | Cu up | | n | % | |
| | n | % | N | % | n | % | |
| Cukup | 21 | 84 | 4 | 16 | 25 | 86.7 | 0.556 |
| Baik | 18 | 90 | 2 | 10 | 10 | 13.3 | |
| Total | 39 | 86.7 | 6 | 13.3 | 46 | 100 | |

Tabel 5. menunjukkan bahwa dari 25 responden (86,7%) yang memiliki tingkat pengetahuan cukup, sebagian besar memiliki perilaku personal hygiene dalam kategori kurang sebanyak 21 responden (84%) yang berperilaku cukup sebanyak 4 responden

(16%). Sementara itu, dari 21 responden (13,3%) yang memiliki tingkat pengetahuan baik, sebagian besar juga memiliki perilaku personal hygiene dalam kategori kurang sebanyak 18 responden (90%), dan 2 responden (10%) yang berperilaku cukup.

Tabel 6. Hubungan Perilaku Personal Hygiene dengan Persepsi Siswi di SMP IT Zainal Abidin Kota Langsa Tahun 2025 (n=46)

| Persepsi | Perilaku | | | | Total | | P Value |
|----------|----------|------|-------|------|-------|-----|---------|
| | Kurang | | Cukup | | | | |
| | N | % | N | % | n | % | |
| Positif | 39 | 86,7 | 6 | 13,3 | 45 | 100 | 0,884 |
| Total | 39 | 86,7 | 6 | 13,3 | 45 | 100 | |

Tabel 6 menunjukkan bahwa dari 45 responden (100%) yang memiliki persepsi positif, sebagian besar memiliki perilaku personal hygiene kurang sebanyak 39 responden (86,7%), dan 6 responden (13,3%) memiliki perilaku cukup.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup. Pengetahuan merupakan faktor penting yang dapat memengaruhi perilaku kesehatan seseorang. Menurut Notoatmodjo (2021), pengetahuan yang diperoleh melalui proses pendidikan dan pengalaman dapat membentuk perilaku kesehatan yang lebih baik.

Seluruh responden memiliki persepsi positif mengenai personal hygiene saat menstruasi. Persepsi yang positif menunjukkan bahwa responden memahami pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi. Namun, persepsi yang baik belum tentu diwujudkan dalam perilaku yang baik apabila tidak didukung oleh faktor lain seperti lingkungan dan fasilitas sanitasi.

Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi ($p=0,556$). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nia Delzaria (2021) yang menunjukkan bahwa pengetahuan tidak selalu berhubungan langsung dengan perilaku personal hygiene pada remaja putri.

Penelitian ini juga menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi ($p=0,884$). Hal ini

mengindikasikan bahwa perilaku personal hygiene tidak hanya dipengaruhi oleh persepsi, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti kebiasaan, dukungan keluarga, ketersediaan fasilitas sanitasi, dan lingkungan sosial.

Menurut teori Lawrence Green, perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor predisposisi, faktor pemungkin, dan faktor penguat. Oleh karena itu, meskipun seseorang memiliki pengetahuan dan persepsi yang baik, perilaku kesehatan belum tentu terbentuk apabila tidak didukung oleh faktor-faktor tersebut.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada remaja putri di SMP IT Zainal Abidin Kota Langsa, diperoleh bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup mengenai personal hygiene saat menstruasi. Seluruh responden memiliki persepsi positif terhadap pentingnya menjaga kebersihan diri selama menstruasi, namun sebagian besar responden masih menunjukkan perilaku personal hygiene yang kurang baik.

Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi. Selain itu, tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara persepsi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi. Temuan ini menunjukkan bahwa perilaku personal hygiene saat menstruasi tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan dan persepsi, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti kebiasaan, dukungan keluarga, lingkungan, serta ketersediaan fasilitas sanitasi yang memadai.

Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi yang berkelanjutan serta dukungan dari keluarga dan sekolah untuk meningkatkan praktik personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri sehingga kesehatan reproduksi dapat terjaga dengan baik.

DAFTAR REFERENSI

- Nata, A., & Yuanita, D. (2022). Perilaku personal hygiene menstruasi pada remaja putri.
- Nia Delzaria. (2021). Hubungan pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri.
- Notoatmodjo, S. (2021). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2022). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Puspitaningrum. (2022). Kesehatan reproduksi remaja putri.
- Rany, S., et al. (2021). Infeksi saluran reproduksi pada remaja putri.
- Rohmawati. (2021). Perilaku personal hygiene menstruasi pada remaja putri.

***HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN PERSEPSI REMAJA PUTRI DENGAN PERILAKU
PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI DI SMP IT ZAINAL ABIDIN KOTA LANGSA***

Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Tantry, M., et al. (2021). Personal hygiene menstruasi pada remaja putri.

Yuni. (2021). Pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi.