PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PERILAKU PERSONAL HYGIENE REMAJA SAAT MENSTRUASI DI KELAS VII MTS SUNAN AMPEL DESA SEMEMU KECAMATAN PASIRIAN KABUPATEN LUMAJANG

SKRIPSI

Oleh:
ADELIA GUSTINA DEWI
NIM. 19050001

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
2023

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PERILAKU PERSONAL HYGIENE REMAJA SAAT MENSTRUASI DI KELAS VII MTS SUNAN AMPEL DESA SEMEMU KECAMATAN PASIRIAN KABUPATEN LUMAJANG

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Kebidanan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember

Oleh:
ADELIA GUSTINA DEWI
NIM. 19050001

PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
2023

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk mengikuti seminar hasil pada Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi.

Jember, 25 Agustus 2023

Pembimbing Utama

Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb
NIDN. 0719128902

Pembimbing Anggota

Narulita, S.Psi., M.M
NIK. 195312112009082001

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap *Personal Hygiene* Remaja Saat Menstruasi Di Kelas VII Mts Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang Kesehatan pada:

Hari : Jumat
Tanggal : 25 Agustus 2023
Tempat : Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji
Ketua Penguji,

Rizki Fitrianingtyas,S.ST.,M.M,.M.Keb
NIDN. 0702068702

Penguji II,

Ai Nur Zannah,S.ST.,M.Keb
NIDN. 0719128902

Penguji III,

Narulita,S.Psi.,M.M
NIK. 195312112009082001

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas dr. Soebandi

Apt. Lindawati Setyaningrum, S.Farm., M.Farm
NIDN. 0703068903

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Yang bertandantangan di bawah ini:

Nama : Adelia Gustuna Dewi

NIM : 19050001

Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau hasil tulisan orang lain. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan skripsi ini adalah karya orang lain atau ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jember, Agustus 2023

Adelia Gustina Dewi

SKRIPSI

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PERILAKU PERSONAL HYGIENE REMAJA SAAT MENSTRUASI DI KELAS VII MTS SUNAN AMPEL DESA SEMEMU KECAMATAN PASIRIAN KABUPATEN LUMAJANG

Oleh:
ADELIA GUSTINA DEWI
NIM. 19050001

Pembimbing

Dosen pembimbing utama	: Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb
Dosen pembimbing anggota	: Narulita, S.Psi., M.M

LEMBAR PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah, kubersembahkan segala sujud dan syukur atas segala kuasa dan Ridha-Nya sehingga menjadikanku insan yang senantiasa beriman, bersabar, dan berilmu. Semoga awal langkahku ini membuka jalan untuk mewujudkan cita-citaku.

Kupersembahankan hasil perjuangan kecil ini dengan sepenuh hati,

1. Kepada diri saya sendiri yang sudah mau terjatuh, berjalan, berlari dan tetap bangkit dan melanjutkan perjalanan. Kamu hebat rin, tetap semangat ya.
2. Kepada orang-orang yang selalu aku sayangi dan menyayangiku. Ibuku (Mistiana), terima kasih sudah melahirkanku di dunia, mendidikku dengan penuh kasih sayang yang tercurah didalamnya, selalu memberiku dukungan di segala situasi gembira dan sedihku. Teruntuk Bapakku (juanda), terimakasih selalu ada dan menemaniku sejak aku kecil hingga saat ini, senantiasa membimbingku dan menghantarkanku menuju kesuksesan. Tiada henti doa-doa yang mereka panjatkan untukku. Semoga waktu, tenaga, dukungan finansial, dan cinta yang telah ibuk dan bapak berikan akan berbalas pahala dan surga Aaamiin Ya Rabbal Alamin..
3. Terima kasih saya persembahkan kepada dosen pembimbing saya ibu ai nur zannah dan ibu narulita atas segala arahan, motivasi, saran, serta waktu yang telah diluangkan dalam membimbing saya untuk segera menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

4. Kepada keluarga besar dan saudara saudaraku, terimakasih atas doa, nasihat, dan motivasi yang diberikan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
5. Untuk teman-teman angkatan 2019 Kebidanan, terima kasih kebersamaan dan perjuanganya selama 4 tahun ini. Terkhusus untuk Laila Karimatu Zalika, Arien Daning Astiti, Nazmi Kamilla Putri, Debora Grace Sahanaya, Afii Fathru Rohmah.
6. Untuk sahabat saya yang selalu menemani saya di saat susah maupun senang. Terkhusus untuk Vidinda Dwi Annastya,Finta Faso Rosalia,Kholifatul Isnayni,Aprilia Dwi Lestari.
7. Kepada pemilik NRP 21190191780499 sudah menemani saya dari awal masuk kuliah hingga berada pada saat ini dan terimah kasih juga sudah meluangkan tenaga dan waktu selama beberapa tahun ini.

MOTTO

“Jangan pergi mengikuti kemana jalan akan berujung.

Buatlah jalanmu sendiri dan tinggalkanlah jejak.”

(Ralphwaldo emerson)

“Terkadang orang dengan masa lalu kelam akan

menciptakan masa depan paling cerah”

(Adelia Gustina Dewi)

ABSTRAK

Dewi, Gustina Adelia*. Zannah, Nur Ai**. Narulita***. 2023. **Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Personal Hygiene Remaja Saat Menstruasi di Kelas VII MTS Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang.** Skripsi. Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas dr. Soebandi

Pendahuluan : Berdasarkan data dari Badan Pusat tahun 2017, angka inseden penyakit infeksi yang terjadi pada saluran reproduksi pada remaja (10-18 tahun), yaitu 35 sampai 42%, serta dewasa muda (18-22 tahun) sebesar 27 hingga 33%. Remaja di Indonesia yang melakukan perilaku personal hygiene dengan benar sebesar 21.6%. Hasil survey menunjukkan remaja yang terpapar informasi 28 dari 100 remaja yang akses dengan kegiatan informasi kesehatan reproduksi yang berkaitan dengan menstruasi.

Metode Penelitian : Jenis penelitian metode rancangan *Pre Eksperimental* dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Populasi pada penelitian berjumlah 40 siswi kelas VII di MTS Sunan Ampel, Lumajang. Sampel berjumlah 40 responden dengan teknik sampel menggunakan *total sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner. Analisa data menggunakan uji Wilcoxon. Variabel independent pada penelitian ini yaitu Pendidikan Kesehatan pada siswi remaja seedangkan variabel dependen pada penelitian ini adalah Perilaku personal Hygiene saat Menstruasi.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian perilaku personal hygiene remaja saat menstruasi sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan tingkat pengetahuan didapatkan hasil bahwa terdapat 10 remaja (25%) menjadi 19 remaja (75%) dengan kriteria baik dan kriteria tingkat pengetahuan kurang 30 remaja (75%) menjadi 21 remaja (52,5%),tingkat sikap didapatkan hasil bahwa terdapat 39 remaja(97,5%) menjadi 40 remaja(100%) kriteria positif dan terdapat kriteria negatif 1 remaja (2,5%) menjadi 0 remaja (0%), tingkat tindakan didapatkan hasil bahwa terdapat 34 remaja (85%) menjadi 40 remaja (100%) dengan kriteria baik dan kreteria tingkat tindakan kurang 6 remaja (15%) menjadi 0 remaja (0%).

Kesimpulan: Penelitian ini menunjukan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku remaja pada personal hygiene saat menstruasi. Hal tersebut dikarenakan setelah diberikan Pendidikan Kesehatan tersebut pengetahuan remaja menjadi bertambah sehingga perilaku mereka berubah. Sebaiknya pemberian Pendidikan Kesehatan tetap diberikan kepada remaja oleh tenaga pendidik terutama tentang Kesehatan reproduksi mereka.

Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan, Personal Hygiene, Menstruasi

*Peneliti : Adelia Gustina Dewi
**Pembimbing 1 : Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb
***Pembimbing 2 : Narulita, S.Psi., M.M

ABSTRACT

Dewi, Gustina Adelia. Zannah, Nur Ai**. Narulita***. 2023.* ***The Influence of Health Education on Personal Hygiene Behavior of Adolescents During Menstruation in Class VII of MTS Sunan Ampel, Sememu Village, Pasirian District, Lumajang Regency.*** *Thesis. Midwifery Study Program Undergraduate Program University dr. Soebandi.*

Introduction: *Based on data from the Central Agency in 2017, the incidence of infectious diseases that occur in the reproductive tract in adolescents (10-18 years), is 35 to 42%, and young adults (18-22 years) is 27 to 33%. Adolescents in Indonesia who carry out personal hygiene behavior correctly are 21.6%. The survey results showed that 28 out of 100 adolescents who were exposed to information had access to reproductive health information activities related to menstruation.*

Research Methods: *This type of research is a pre-experimental design method with a one group pretest-posttest design. The population in this study was 40 class VII students at MTS Sunan Ampel, Lumajang. A sample of 40 respondents with a sample technique using total sampling. Measuring tool used is a questionnaire. Data analysis used the Wilcoxon test. The independent variable in this study was Health Education for teenage female students while the dependent variable in this study was Personal Hygiene Behavior during Menstruation.*

Research Results: *The results of research on personal hygiene behavior of adolescents during menstruation in class VII MTS Sunan Ampel before and after being given Health Education level of knowledge showed that there were 10 adolescents (25%) to 19 adolescents (75%) with good criteria and poor knowledge level criteria 30 teenagers (75%) became 21 teenagers (52.5%), the attitude level showed that there were 39 teenagers (97.5%) to 40 teenagers (100%) positive criteria and there were negative criteria 1 teenager (2.5%) to 0 adolescents (0%), the action level showed that there were 34 adolescents (85%) to 40 adolescents (100%) with good criteria and less action level criteria, 6 adolescents (15%) to 0 adolescents (0%).*

Conclusi: *This study shows that there is an influence of health education on adolescent behavior in personal hygiene during menstruation. This is because after being given Health Education the knowledge of adolescents increases so that their behavior changes. It is better if the provision of Health Education is still given to adolescents by educators, especially regarding their reproductive health.*

Keywords: Health Education, Personal Hygiene, Menstruation

*Researcher : Adelia Gustina Dewi
**Supervisor 1 : Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb
*** Supervisor 2 : Narulita, S.Psi., M.M

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas limpahan rahmat dan hidayahnya-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku *Personal Hygiene* Remaja Saat Menstruasi Di Kelas VII Mts Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang" untuk memenuhi syarat menyelesaikan pendidikan Sarjana Kebidanan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak secara langsung. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Andi Eka Pranata S.ST., S.Kep., Ns., M.Kes Rektor Universitas dr. Soebandi.
2. Feri Ekaprasetia,S.Kep.,Ns.,M.Kep Wakil Rektor I Universitas dr.Soebandi
3. Apt Lindawati Setyaningrum,S.Farm,M.Farm,Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi
4. Zaida M S.Keb., Bd., M.Keb Ketua Program Studi Kebidanan Program Sarjana
5. Rizki Fitrianingtyas,S.ST.,M.M,.M.Keb selaku dosen ketua penguji seminar skripsi
6. Ai Nur Zannah S.ST., M.Keb Dosen Pembimbing akademik dan dosen pembimbing utama Skripsi dan penguji II.
7. Narulita S.Psi., M.M Dosen Pembimbing anggota Skripsi dan penguji III.

8. Seluruh Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr.Soebandi Jember untuk semua ilmu, nasihat, dan bimbingan yang diberikan selama kuliah di program studi Kebidanan program sarjana Fakultas ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi.

Penulis menyadari penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca. Besar harapan penulis semoga skripsi ini dapat berguna bagi penulis khususnya serta dapat memberikan manfaat bagi yang membaca.

Jember,22 Aguatus 2023

Penulis

DAFTAR ISI

COVER ..... **ii**
LEMBAR PERSETUJUAN ..... **ii**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **iii**
PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI ..... **iv**
LEMBAR PEMBIMBING ..... **v**
LEMBAR PERSEMBAHAN ..... **vi**
MOTTO ..... **viii**
ABSTRAK ..... **ix**
ABSTRACT ..... **x**
KATA PENGANTAR ..... **xi**
DAFTAR ISI ..... **xiii**
DAFTAR TABEL ..... **xvi**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xvii**
DAFTAR SIMBOL, SINGKATAN DAN ISTILAH ..... **xviii**
BAB 1 PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 6
1.3 Tujuan Penelitian 6
1.3.1 Tujuan Umum 6
1.3.2 Tujuan Khusus 6
1.4 Manfaat Penelitian 6
1.4.1 Manfaat Teoritis 6
1.4.2 Manfaat Praktis 7
1.5 Keaslian Penelitian 8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA **9**
2.1 Masa Remaja 9
2.1.1 Definisi Remaja 9
2.1.2 Perubahan Fisik Pada Remaja 11
2.1.3 Perubahan Psikologis Remaja 13
2.2 Personal Hygine 13
2.2.1 Definisi Personal Hygiene 13
2.2.2 Manfaat Personal Hygiene 14
2.2.3 Tujuan Personal Hygiene 14

2.2.4 Cara Perawatan Personal Hygine 14
2.2.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Personal Hygiene. 18
2.2.6 Dampak Personal hygiene 20
2.3 Menstruasi 22
2.3.1 Definisi Menstruasi 22
2.3.2 Siklus Menstruasi 22
2.3.3 Fase –fase siklus menstruasi 23
2.3.4 Tanda dan Gejala 25
2.4 Perilaku 27
2.4.1 Definisi Perilaku 27
2.4.2 Bentuk Perilaku 28
2.4.3 Faktor-Faktor Perilaku 29
2.4.4 Pengukuran dan Indikator Perilaku 30
2.4.5 Perilaku Remaja Putri Terhadap *Personal Hygiene* Saat Menstruasi 37
2.5 Pendidikan Kesehatan 38
2.5.1 Konsep promosi Kesehatan 38
2.5.2 Konsep Pendidikan 39
2.5.3 Definisi Pendidikan Kesehatan 39
2.5.4 Faktor yang Mempengaruhi Pendidikan Kesehatan 40
2.5.5 Tujuan Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Audiovisua 41
2.5.6 Media Pendidikan Kesehatan 42
2.6 Kerangka Teori 44
BAB 3 KERANGKA KONSEP 45
3.1 Kerangka Konsep 45
3.2 Hipotesis 46
BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN 47
4.1 Desain Penelitian 47
4.2 Populasi dan sampel 48
4.2.1 Populasi 48
4.2.2 Sampel 48
4.2.3 Teknik Sampling 48
4.3 Tempat Penelitian 49
4.4 Waktu Penelitian 49

4.5 Variabel Penelitian 49
4.6 Definisi Operasional 49
4.7 Instrumen Penelitian 51
4.8 Teknik Pengumpulan Data 51
4.8.1 Sumber data 51
4.8.2 Mekanisme pengambilan data 52
4.9 Uji Validitas dan Reabilitas 53
4.9.1 Validitas 53
4.9.2 Reliabilitas 55
4.10 Tehnik Analisa Data 55
4.10.1 Pengolahan data 55
4.10.2 Analisa Data 57
4.11 Etika penelitian 58
BAB 5 HASIL PENELITIAN 60
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian 60
5.2 Identifikasi Perilaku Personal Hygine Remaja Saat Menstruasi di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan 61
5.3 Identifikasi Perilaku Personal Hygine Remaja Saat Menstruasi di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan 62
5.4 Analisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap perilaku personal hygine Remaja Saat Menstruasi di Kelas VII MTS Sunan Ampel Desa Sememu Kec. Pasirian Kab. Lumajang 64
6.1 Perilaku Personal Hygine Remaja Saat Menstruasi di Kelas VII MTS Sunan Ampel Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan 66
6.2 Perilaku Personal Hygine Remaja Saat Menstruasi di Kelas VII MTS Sunan Ampel Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan 69
6.3 Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Personal Hygiene Remaja Saat Menstruasi di Kelas VII MTS Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang 71
BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN 74
7.1 Kesimpulan 74
7.2 Saran 75
DAFTAR PUSTAKA 76

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian..... 8

Tabel 2.2 Definisi Operasional 50

Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Variabel Pengetahuan 54

Tabel 5.2.2 Distribusi Frekuensi Sikap Personal Hygiene Remaja Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan di Kelas VII MTS Sunan Ampel kecamatan Pasirian tahun 2023..... 61

Tabel 5.2.3 Distribusi Frekuensi Tindakan Personal Hygiene Remaja Sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan di Kelas VII MTS Sunan Ampel tahun 2023 62

Tabel 5.3.1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Personal Hygine Remaja Putri Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian tahun 2023..... 62

Tabel 5.3.2 Distribusi Frekuensi Sikap Personal Hygine Remaja Putri Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian..... 63

Tabel 5.3.3 Distribusi Frekuensi Tindakan Personal Hygine Remaja Putri Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian tahun 2023..... 63

Tabel 54.1 Analisis Pengetahuan Personal Hygine Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian..... 64

Tabel 5.4.2 Analisis Sikap Personal Hygine Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian 64

Tabel 5.4.3 Analisis Tindakan Personal Hygine Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian 64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. SAP Pendidikan Kesehatan..... 79
Lampiran 2. Surat Permohonan Kesediaan Menjadi Responden 83
Lampiran 3. Persetujuan Menjadi Responden..... 84
Lampiran 4. Lembar kusesioner pretest dan postest 85
Lampiran 6. Hasil analisis SPSS uji Wilcoxon 103
Lampiran 7. Hasil Layak Etik 105
Lampiran 8. Syrat Izin Penelitian..... 106
Lampiran 9. Rekomendasi BAKESBANGPOL..... 107
Lampiran 10. Surat Keterangan Penelitian..... 108
Lampiran 11. Dokumentasi kegiatan penelitian..... 109

DAFTAR SIMBOL, SINGKATAN DAN ISTILAH

Menarche	: Menstruasi pertama
WHO	: *Word Health Organization*
ISK	: Infeksi Saluran Kencing
SKRRI	: Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia
PIK-Remaja	: Pusat Informasi dan Konseling Remaja
BPS	: Badan Pusat Statistik
BPPN	: Badan Perencanaan Pembangunan Nasional
BKKBN	: Badan Kependuduka dan Keluarga Berencana
ISR	: Infeksi Saluran Reproduksi
PH	: *Potential Hydrogen*
PMS	: *Pre Menstrual Syndrome*
FSH	: *Follicle Stimulating Hormone*
LH	:*LuteinizingHormone*

BAB 1
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan biologis dan psikologis. Secara biologis ditandai dengan tumbuh dan berkembangnya seks primer dan seks sekunder sedangkan secara psikologis ditandai dengan sikap dan perasaan, keinginan dan emosi yang labil atau tidak menentu (Indonesia & Psikologi, 2016). Pada remaja putri,terjadi pubertas yang ditandai dengan datangnya menstruasi (menarche) yang disertai dengan perubahan fisik, mental, dan sosial. Menstruasi adalah keluarnya darah, lendir, dan puing-puing sel dari lapisan rahim, disertai dengan pelepasan periodik dan siklik (deskuamasi) dari lapisan rahim, yang dimulai kira-kira 14 hari setelah ovulasi (Lestaria et al., 2023).

Remaja yang mengalami menstruasi menimbulkan perilaku ketidak nyamanan antara lain perilaku penentangan untuk membersihkan dirinya, menyembunyikan semua pakaian yang kotor dalam laci - laci atau disudut lemari, tidak mau melakukan aktivitas sehari - hari seperti tidak mau berenang, berolahraga, beribadah selain itu juga kurangnya pengetahuan jika mengganti pembalut minimal 3 kali sehari atau pada saat setelah buang air kecil atau pada saat sudah terasa tidak nyaman.Kebutuhan akan kebersihan merupakan hal yang sangat penting dan harus diperhatikan, karena kebersihan akan memengaruhi kesehatan dan psikis seseorang

terutama kebersihan pada saat menstruasi. Nilai individu dan kebiasaan juga akan memengaruhi individu dalam menjaga kebersihan. Salah satu usaha yang bisa dilakukan untuk menjaga kesehatan reproduksi pada perempuan yaitu dengan menjaga *personal hygiene* kewanitaan saat menstruasi.

Personal hygiene saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada daerah kewanitaan (vulva) pada saat menstruasi.Perawatan personal hygiene saat menstruasi seharusnya mengganti pembalut secara teratur yaitu sebanyak 3-4 kali sehari. Kenyataannya anak mempunyai perilaku yang buruk pada personal hygiene saat menstruasi seperti tidak sering mengganti celana dalam dan pembalut sehingga akan menimbulkan mikroorganisme seperti bakteri, jamur, virus yang berlebihan dan dapat mengganggu organ reproduksi (Muthoharoh & Widiyawati, 2018)

Berdasarkan data survei yang dilakukan Word Health Organization (WHO) dibeberapa negara, remaja putri berusia 10-14 tahun mempunyai permasalahan terhadap reproduksinya. Yaitu tahun 2017, angka kejadian infeksi saluran reproduksi (ISK) tertinggi didunia adalah pada usia remaja (35%-42%) dan dewasa muda (27%-33%), angka prevalensi candidiasis (25-50%), bacterial vaginosis (20%-40%) dan trichomoniasis (5%-15%) (WHO.2017). Data Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKRRI) tahun 2017 menyatakan bahwa secara nasional remaja yang melakukan prilaku personal hygiene dengan benar sebesar 21.6%. Hasil surver menunjukkan remaja yang terpapar informasi PIK-Remaja (Pusat

Informasi dan konseling Remaja) mencapai 28%. Berarti hanya 28 dari 100 remaja yang akses dengan kegiatan informasi kesehatan reproduksi yang berkaitan dengan menstruasi (E.Bujawati & I., 2016).

Berdasarkan data yang dihimpun dari Badan Pusat Statistik (BPS) dan Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (BPPN) tahun 2017,Angkat inseden penyakit infeksi yang terjadi pada saluran reproduksi pada remaja (10-18 tahun), yaitu 35 sampai 42%, serta dewasa muda (18-22 tahun) sebesar 27 hingga 33%. *Personal Hygiene* saat menstruasi kemungkinan besar di pengaruhi oleh tingkat pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Rendahnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi akan memungkinkan perempuan tidak berperilaku Hygiene pada saat menstruasi yang dapat membahayakan kesehatan reproduksinya sendiri (Remiyanti, 2019).

Menjaga kesehatan organ reproduksi berawal dari menjaga kebersihan diri, termasuk kebersihan vagina yang bertujuan agar vagina tetap bersih, normal, sehat dan terhindar dari kemungkinan muncul adanya penyakit termasuk keputihan. Adapun cara yang dapat dilakukan untuk perawatan pribadi terhadap vagina adalah: membersihkan vagina dengan cara membasuh bagian antara bibir vagina secara hati – hati dan perlahan, cara membasuh vagina yang benar dari arah depan ke belakang, hindari penggunaan pengharum dan sabun antiseptic secara terus menerus, karena dapat merusak keseimbangan fl ora normal dalam vagina, gantilah celana dalam 2 sampai 3 kali sehari dan menggunakan celana dalam yang bersih serta terbuat dari bahan katun. Mencuci tangan sebelum menyentuh vagina,

jangan menggunakan handuk milik orang lain yang digunakan untuk mengeringkan vagina, cukurlah rambut vagina setidaknya 7 hari sekali dan maksimal 40 hari sekali untuk mengurangi kelembapan di dalam vagina, pada saat haid gunakan pembalut yang nyaman, dan berbahan lembut, apabila menggunakan closet umum siramlah terlebih dahulu tempat duduk closet dan keringkan menggunakan tisu toilet (Ilmiawati & Kuntoro, 2017).

Upaya menuju reproduksi sehat sudah harus dimulai paling tidak pada usia remaja. Remaja harus di persiapkan baik pengetahuan, sikap maupun perilaku ke arah mencapai reproduksi yang sehat. Kelompok remaja menjadi perhatian karena jumlah mereka yang besar dan rentan serta mempunyai resiko gangguan terhadap kesehatan reproduksi.Salah satu strategi untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang personal Hygiene saat menstruasi adalah melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan akan mempunyai efek yang baik apabila dalam prosesnya menggunakan metode maupun media yang baik. Salah satu metode penyuluhan kesehatan adalah ceramah tanya jawab (fisik, sosial, ekonomi, politik, dan sebagainya) (Melina & Ringringringulu, 2021).

Pemberian pendidikan kesehatan pada remaja mengenai personal Hygiene saat menstruasi sangatlah penting dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja mengenai kesehatan reproduksinya. Pendidikan kesehatan nantinya sangat diharapkan sebagai metode dalam mengubah perilaku remaja yang selama ini tidak sadar akan kepentingan kebersihan personal Hygienemenjadi sadar dan memahami pentingnya

perilaku menjaga kebersihan personal Hygiene. Adapun pendidikan kesehatan reproduksi kepada remaja adalah menumbuhkan kesadaran dan memberi motivasi para remaja untuk memperhatikan kesehatan reproduksi mereka.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis pada 8 orang responden di MTS sunan ampel dengan menggunakan metode wawancara secara terbuka. Menyatakan 6 responden yang mengatakan belum mengetahui tentang *personal hygiene* saat menstruasi, dan juga belum pernah mendapatkan Pendidikan Kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi baik di sekolah maupun dilingkungan tempat mereka tinggal dikarenakan jarangnya dilakukan penyuluhan Kesehatan terkait *personal hygiene* saat menstruasi sehingga untuk kedepannya sangat beresiko terkena berbagai macam penyakit pada organ reproduksi dan kurangnya informasi yang mereka dapatkan baik dari orang tua maupun dari pihak sekolah. Sedangkan 2 orang lainnya mengatakan sudah pernah mendengar apaitu personal hygiene saat mentruasi.

Dari latar belakang ini peneliti merasa perlu melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pendidikan Kesehatan personal hygiene terhadap perilaku remaja saat menstruasi di kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap perilaku *personal hygiene* remaja menstruasi di kelas VII MTS sunan ampel kecamatan pasirian kabupaten lumajang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap perilaku *personal hygiene* remaja saat menstruasi di kelas VII MTS sunan ampel kecamatan pasirian kabupaten lumajang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1) mengidentifikasi perilaku *personal hygiene* remaja saat menstruasi di kelas VII MTS sunan ampel kecamatan pasirian kabupaten lumajang sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan.
2) Mengidentifikasi perilaku *personal hygiene* remaja saat menstruasi di kelas VII MTS sunan ampel kecamatan pasirian kabupaten lumajang sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan.
3) Menganalisis pengaruh Pendidikan Kesehatan sesuai dengan rumusan masalah pada remaja dikelas VII MTS sunan ampel kecamatan pasirian kabupaten lumajang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis diharapkan mampu menjadi salah satu pengembangan ilmu kebidanan untuk promosi kesehatan pada remaja

tentang informasi atau penyuluhan berkaitan dengan kesehatan remaja putri yaitu *personal hygiene*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Responden

Diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman remaja putri mengenai Personal Hygiene saat menstruasi sehingga nantinya diharapkan remaja putri memiliki pengetahun yang konfrehensif tentang Personal Hygiene saat menstruasi, serta mampu bersikap positif sebagai upaya mencegah terjadinya gangguan kesehatan reproduksi.

2) Bagi tempat penelitian

Sebagai bahan masukan kepada pihak pengelola Sekolah agar dapat meningkatkan informasi yang memadai tentang Personal Hygiene saat menstruasi.

3) Bagi penelitian Selanjutnya

Dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya dengan variabel dan teknik yang berbeda.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Variabel	Penelitian sebelumnya	Penelitian sekarang
Judul	pengaruh penyuluhan personal hygiene terhadap perilaku remaja putri pada saat menstruasi di kelas X sma negri kaway XVI kecamatan kaway VWI kabupaten aceh barat tahun 2019	Pengaruh Pendidikan Kesehatan personal hygiene terhadap perilaku remaja saat menstruasi di kelas VII mts sunan ampel desa sememu kecamatan pasirian kabupaten lumajang
Tempat Penelitian	Institut Kesehatan	Universitas dr.Soebandi Jember
Tahun Penelitian	2019	2022
Sampel	37	50
Peneliti	Remiyanti	Adelia Gustina Dewi
Desain Penelitian	Desain penelitian adalah eksperimental dengan praeksperimental	Desain penelitian adalah praeksperimental dengan one group pre post test
Teknik Sampling	randominasi sampling	Total sampling

BAB 2
TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Masa Remaja

2.1.1 Definisi Remaja

Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun,menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahaun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah.246 Masa remaja adalah masa peralihan atau masa transisi dari anak menuju masa dewasa. Pada masa ini begitu pesat mengalami pertumbuhan dan perkembangan baik itu fisik maupun mental. Sehingga dapat dikelompokkan remaja terbagi dalam tahapan berikut ini

Pra Remaja (11 atau 12-13 atau 14 tahun) Pra remaja ini mempunyai masa yang sangat pendek, kurang lebih hanya satu tahun; untuk laki-laki usia 12 atau 13 tahun - 13 atau 14 tahun. Dikatakan juga fase ini adalah fase negatif, karena terlihat tingkah laku yang cenderung negatif. Fase yang sukar untuk hubungan komunikasi antara anak dengan orang tua. Perkembangan fungsi-fungsi tubuh juga terganggu karena mengalami perubahan-perubahan termasuk perubahan hormonal yang dapat menyebabkan perubahan suasana hati yang tak terduga. Remaja menunjukkan peningkatan reflektivenes tentang diri mereka yang berubah dan meningkat berkenaan dengan apa yang orang pikirkan tentang mereka. Seperti pertanyaan: Apa yang mereka pikirkan tentang aku ? Mengapa

mereka menatapku? Bagaimana tampilan rambut aku? Apakah aku salah satu anak “keren”? dan lain lain.

Remaja Awal (13 atau 14 tahun - 17 tahun) Pada fase ini perubahan-perubahan terjadi sangat pesat dan mencapai puncaknya. Ketidakseimbangan emosional dan ketidakstabilan dalam banyak hal terdapat pada usia ini. Ia mencari identitas diri karena masa ini, statusnya tidak jelas. Pola-pola hubungan sosial mulai berubah. Menyerupai orang dewasa muda, remaja sering merasa berhak untuk membuat keputusan sendiri. Pada masa perkembangan ini, pencapaian kemandirian dan identitas sangat menonjol, pemikiran semakin logis, abstrak dan idealistis dan semakin banyak waktu diluangkan diluar keluarga

Remaja Lanjut (17-20 atau 21 tahun) Dirinya ingin menjadi pusat perhatian; ia ingin menonjolkan dirinya caranya lain dengan remaja awal. Ia idealis, mempunyai cita-cita tinggi, bersemangat dan mempunyai energi yang besar. Ia berusaha memantapkana identitas diri, dan ingin mencapai ketidaktergantungan emosional.Seperti halnya pada semua periode yang penting, sela rentang kehidupan masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelumnya dan sesudahnya. Masa remaja ini, selalu merupakan masa-masa sulit bagi remaja maupun orangtuanya.

Menurut (Saputro, 2018), kesulitan itu berangkat dari fenomena remaja sendiri dengan beberapa perilaku khusus; yakni:

1) Remaja mulai menyampaikan kebebasannya dan haknya untuk mengemukakan pendapatnya sendiri. Tidak terhindarkan, ini dapat menciptakan ketegangan dan perselisihan, dan bias menjauhkan remaja dari keluarganya.
2) Remaja lebih mudah dipengaruhi oleh teman-temannya daripada ketika mereka masih kanak-kanak. Ini berarti bahwa pengaruh orangtua semakin lemah. Anak remaja berperilaku dan mempunyai kesenangan yang berbeda bahkan bertentangan dengan perilaku dan kesenangan keluarga. Contoh-contoh yang umum adalah dalam hal mode pakaian, potongan rambut, kesenangan musik yang kesemuanya harus mutakhir.
3) Remaja mengalami perubahan fisik yang luar biasa, baik pertumbuhannya maupun seksualitasnya. Perasaan seksual yang mulai muncul bisa menakutkan, membingungkan dan menjadi sumber perasaan salah dan frustrasi.
4) Remaja sering menjadi terlalu percaya diri (over confidence) dan ini bersama-sama dengan emosinya yang biasanya meningkat, mengakibatkan sulit menerima nasihat dan pengarahan oang tua.

2.1.2 Perubahan Fisik Pada Remaja

Menurut Neil J. Salkind. (2006) 8 fase perkembangan fisik remaja diawali saat masa puberitas tiba meliputi awal masa remaja (usia 10-14 tahun), sebagian remaja mulai mengalami lonjakan pertumbuhan fisik dan mulai pematangan seksual yang mengakibatkan terjadinya perubahan yang

signifikan di semua domain fungsi. Masa remaja Tengah (usia 14-17 Tahun) Pembangunan fisik Kebanyakan remaja mengalami terus meningkat di spesialisasi keterampilan motorik kasar, massa otot, kekuatan.Terdapat Penurunan dalam laju pertumbuhan dan perkembangan internal daripada perkembangan eksternal. Hal ini tidak mudah diamati dan diketahui Sebagai mana halnya pertumbuhan tinggi dan berat tubuh atau di ketahui seperti perkembangan ciri-ciri sekunder:

1) Tinggi

   Rata-rata anak perempuan mencapai tinggi yang matang antara usia 17 dan 18 tahun, dan rata-rata anak laki-laki setahun sesudahnya.

2) Berat

   Perubahan berat badan mengikuti jadwal yang sama dengan perubahan tinggi. Tetapi berat badan sekarang tersebar kegiatan-bagian tubuh yang tadinya hanya mengandung sedikit lemak atau tidak mengandung lemak sama sekali.

3) Porsi Tubuh

   Berbagai anggota tubuh lambat laun mencapai perbandingan tubuh yang baik. Misalnya badan melebar dan memanjang sehingga anggota badan tidak lagi kelihatan terlu Panjang.

4) Organ seks

   Baik organ sek pria maupun organ seks. Wanita mencapai ukuran yang matang pada akhirnya masa remaja,tetapi fungsihnya belum matang sampai beberapa tahun kemudian.

2.1.3 Perubahan Psikologis Remaja

Masa remaja diawali dengan masa pubertas, yaitu masa terjadinya perubahan-perubahan fisik (meliputi penampilan fisik seperti bentuk tubuh dan proporsi tubuh) dan fungsi fisiologis (kematangan organ-organ seksual). Perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas ini merupakan peristiwa yang paling penting,berlangsung cepat drastis, tidak berurutan dan terjadi pada sistem reproduksi. Hormon-hormon mulai diproduksi dan mempengaruhi organ reproduksi untuk memulai siklus reproduksi serta mempengaruhi terjadinya perubahan tubuh. Perubahan tubuh ini disertai dengan perkembangan bertahap dari karakteristik seksual primer dan karakteristik seksual sekunder. Karakteristik seksual primer mencangkup perubahan dalam bentuk tubuh sesuai dengan jenis kelamin misalnya, pada remaja putrid ditandai dengan menarche (menstruasi pertama), tumbuhnya rambut-rambut pubes, pembesaran buah dada, pinggul, dan sekitar dua tahun pertumbuhan berat dan tinggi badan mengikuti perkembangan kemtangan seksual remaja. Anak remaja putri mengalami pertumbuhan tubuh pada usia rata-rata 8-9 tahun dan mengalami menarche rata-rata pada usia 12 tahun.

2.2 Personal Hygine

2.2.1 Definisi Personal Hygiene

Menurut (Ismi,2018) Perilaku personal hygiene menstruasi adalah perilaku yang berhubungan dengan tindakan menjaga kesehatan dan

upaya menjaga kebersihan pada area kewanitaan selama menstruasi, perilaku tersebut meliputi; menjaga kebersihan alat kelamin.

2.2.2 Manfaat Personal Hygiene

Perawatan personal hygiene memiliki beberapa manfaat, antara lain :

1) Menjaga vagina dan daerah sekitarnya tetap bersih dan nyaman.
2) Mencegah munculnya keputihan, bau tidak sedap dan gatal-gatal.
3) Menjaga agar Ph vagina tetap normal (3,5 - 4,5).
4) Mencega infeksi pada alat reproduksi

2.2.3 Tujuan Personal Hygiene

Ada beberapa tujuan dari Personal hygiene antara lain :

1) Menjaga kesehatan dan kebersihan .
2) Membersihkan bekas keringat dan bakteri yang ada di sekitar daerah lipatan,vulva di luar vagina.
3) Mempertahankan Ph derajat keasaman vagina normal yaitu 3,5 sampai 4,5.
4) Mencegah rangsangan tumbuhnya jamur, bakteri dan protozoa.
5) Mencegah timbulnya keputihan dan virus.

2.2.4 Cara Perawatan Personal Hygine

Menjaga kesehatan berawal dari menjaga kebersihan. Hal ini juga berlaku bagi kesehatan organ-organ seksual. Cara memelihara organ intim tanpa kuman dilakukan sehari-hari dimulai bangun tidur dan mandi pagi. Alat reproduksi dapat terkena sejenis jamur atau kutu yang dapat menyebabkan rasa gatal atau tidak nyaman apabila tidak dirawat

kebersihannya. Mencuci vagina dengan air kotor, pemeriksaan dalam yang tidak benar, penggunaan pembilas vagina yang berlebihan, pemeriksaan yang tidak higienis, dan adanya benda asing dalam vagina dapat menyebabkan keputihan yang abnormal. Keputihan juga bisa timbul karena pengobatan abnormal, celana yang tidak menyerap keringat, dan penyakit menular seksual (Permata, 2019). Beberapa cara merawat organ reproduksi remaja putri adalah sebagai berikut:

1) Mencuci tangan sebelum dan sesudah menyentuh daerah kewanitaan.
2) Hindari menggunakan sabun mandi pada alat kelamin karena dapat menyebabkan kekeringan dan iritasi kulit atau gatal. Gunakan pembersih kewanitaan yang menggunakan Ph balance 3,5 untuk menghindari iritasi.
3) Mengeringkan daerah di sekitar vagina sebelum berpakaian sebab jika tidak dikeringkan kan menyebabkan celana dalam yang dipakai menjadi basah dan lembab. Selain tidak nyaman dipakai, celana basah dan lembab berpotensi mengundang bakteri dan jamur.
4) Tidak diperbolehkan menaburkan bedak pada vagina dan daerah di sekitarnya, karena kemungkinan bedak tersebut akan menggumpal di sela-sela lipatan vagina yang sulit terjangkau tangan untuk dibersihkan dan akan mengundang kuman.
5) Disediakan celana dalam ganti di dalam tas kemanapun pergi, hal ini menghindari kemungkinan celana dalam kita basah.
6) Pakailah celana dalam dari bahan katun karena dapat menyerap keringat dengan sempurna.

7) Menghindari pemakaian celana dalam dari satin ataupun bahan sintetik lainnya karena menyebabkan organ intim menjadi panas dan lembab.
8) Membersihkan vagina dengan air sebaiknya dilakukan dengan menggunakan shower toilet. Semprotlah permukaan luar vagina dengan pelan dan menggosoknya dengan tangan.
9) Gantilah celana dalam sekurang-kurangnya dua sampai tiga kali sehari.
10) Penggunaan pantyliner sebaiknya digunakan antara dua sampai tiga jam. Penggunaan pantyliner setiap hari ternyata justru dapat mengakibatkan infeksi bakteri, jamur, serta jerawat atau bisul pada daerah genetalia. Ini terjadi karena pantyliner membuat daerah kewanitaan makin lembab. Meskipun lapisan atas pantyiner memiliki daya serap untuk menjaga higienitas daerah kewanitaan, akan tetapi bagian dasar dari pantyliner ini terbuat dari plastik, sehingga kulit tidak bisa bernafas lega karena kurangnya sirkulasi udara. Jadi sebaiknya jangan menggunakan pantyliner terlalu sering.
11) Sebaiknya tidak menggunakan celana ketat, berbahan nilon, jeans dan kulit. Saat cebok setelah BAB atau BAK, bilas dari arah depan ke belakang. Hal ini untuk menghindari terbawanya kuman dari anus ke vagina.
12) Memotong atau mencukur rambut kemaluan sebelum panjang secara teratur.
13) Memakai handuk khusus untuk mengeringkan daerah kemaluan.

14) Apabila kita menggunakan WC umum, sebaiknya sebelum duduk siram dulu WC tersebut (di-flishing) terlebih dahulu baru kemudian kita gunakan.
15) Jangan garuk organ intim segatal apa pun. Membilas dengan air hangat juga tidak disarankan mengingat cara itu justru bisa membuat kulit di sekitar Mrs. V bertambah merah dan membuat rasa gatal semakin menjadi-jadi. Lebih baik kompres vagina dengan air es sehingga pembuluh darah di wilayah organ intim tersebut menciut, warna merahnya berkurang, dan rasa gatal menghilang.
16) Bersihkan vagina setiap buang air kecil (BAK) dan buang air besar (BAB). Air yang digunakan untuk membasuh harus bersih, yakni air mengalir yang langsung dari keran. Penelitian menguak air dalam bak / ember di toilet-toilet umum mengandung 70% jamur candida albicans. Sedangkan air yang mengalir dari keran di toilet umum mengandung kurang lebih 10-20% jenis jamur yang sama. Kebersihan vagina juga berkaitan erat dengan trik pembasuhannya. Yang benar adalah dari arah depan (vagina) ke belakang (anus) dan bukan dari anus ke arah vagina. Cara yang disebut terakhir itu hanya akan membuat bakteri yang bersarang di daerah anus masuk ke liang vagina dan mengakibatkan gatal-gatal. Setelah dibasuh, keringkan Mrs. V dengan handuk lembut agar tidak basah.
17) Sebaiknya pilih pembalut yang berbahan lembut, dapat menyerap dengan baik, tidak mengandung bahan yang membuat alergi (misalnya parfum atau gel), dan merekat dengan baik pada pakaian dalam.

2.2.5 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Personal Hygiene.

Menurut (Hidayati, 2021) faktor-faktor pendukung untuk para remaja putri agar mempunyai perilaku personal hygiene ketika proses menstruasi yang cukup baik antara lain :

1) Faktor predisposisi yaitu salah satunya pengetahuan, disekolah harus memfasilitasi dengan memberikan penyuluhan kesehatan reproduksi yang dilaksanakan oleh petugas Puskesmas yang berada ditempat. Dan seluruh siswi putri harus dapat mengikuti kegiatan tersebut tidak hanya mewakili perkelas.
2) Faktor pendukung yaitu salah satunya lingkungan fisik, disekolah harus memfasilitasi tempat cuci tangan, alat pengering seperti tisu, dan stok pembalut ditoilet para siswi. Artinya masih banyak siswi yang belum menunjukkan perilaku yang baik dalam personal hygiene ketika terjadi menstruasi, ini perlu mendapatkan perhatian dari ibu, guru serta petugas kesehatan sehingga dapat bekerjasama dengan pihak sekolah.

Menurut (Nisa, et.al., 2020) beberapa faktor yang dapat mempengaruhi PH seorang remaja putri antara lain :

1) Kepercayaan terhadap mitos menstruasi.

   Perbedaan dalam mitos budaya memberikan dampak pada komunitas masyarakat terkait praktik personal hygiene saat menstruasi yang berbeda pula. Intervensi budaya dalam hal ini tentu tidak selalu benar secara ilmiah sehingga kemudian disebut sebagai mitos dalam budaya. Banyak mitos-mitos yang berkembang di masyarakat terkait mentruasi.

Semakin seseorang percaya dengan mitos-mitos seputar menstruasi, sangat mungkin seseorang jauh dari perilaku personal hygiene yang sehat tentang menstruasi. Mitos yang sering ada yaitu jika konsumsi minuman 22 tertentu dapat mempercepat menstruasi, seperti konsumsi minuman bersoda, kopi, dan air es dapat mempercepat menstruasi.

2) Jumlah media informasi

Jumlah media informasi merupakan banyaknya sarana yang digunakan seseorang dalam memperoleh informasi terkait praktik personal hygiene saat menstruasi, pada remaja putri yang berada di pondok pesantren hal ini tidak berpengaruh karena sumber informasi yang paling banyak mereka dapat berasal dari teman dan guru setempat.

3) Pemanfaatan Sarana dan Prasarana.

Ketersediaan sarana prasarana merupakan faktor pendukung dalam melakukan personal hygiene saat menstruasi, seperti toilet bersih, air bersih, dan sebagainya.

4) Teman sebaya.

Teman sebaya merupakan faktor eksternal yang cukup erat berhubungan dengan praktik personal hygiene saat menstruasi, karena remaja putri akan bercerita masalah PH dan mereka akan jauh lebih terbuka dengan menceritakan kepada teman sebayanya.

2.2.6 Dampak Personal hygiene

Menurut Wartonah (dalam Sulaikha, 2018) masalah yang sering timbul akibat *personal hygiene* selama menstruasi yang kurang baik, diantaranya:

1) Dampak Fisik.

   Gangguan yang sering dialami bagi seseorang akibat kurang menjaga kebersihan dalam melakukan praktik *personal hygiene* selama menstruasi adalah gangguan integritas kulit, seperti iritasi bahkan dapat menimbulkan infeksi akibat bakteri seperti keputihan yang tidak normal, pruritus vulva dan sebagainya.

2) Dampak Psikososial.

   Masalah yang dapat timbul seperti gangguan kebutuhan rasa nyaman, aktualisasi diri dan interaksi sosial.

Menurut Nugroho (dalam Maharani dan Andriyani, 2018) menjelaskan bahwa dampak yang sering terjadi ketika remaja putri tidak dapat menjaga kebersihan organ genitalianya yaitu :

1) Gangguan pada integritas kulit.
2) Gangguan rasa nyaman.
3) Dan timbulnya berbagai macam penyakit Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) yang dapat mengganggu seperti kanker serviks, keputihan dan kesehatan reproduksi lainnya

Macam-macam Infeksi Saluran Reproduksi yang timbul akibat dari personal hygiene selama menstruasi yang kurang baik dan benar menurut (Harold, 2016) diantaranya :

1) Keputihan

Secara fisiologis keputihan berwarna putih, bening dan tidak memiliki bau yang menyengat, tetapi apabila keputihan patologis cairan berwarna putih susu dan kental, berwarna kekuningan atau kehijauan dan disertai bau menyengat, gatal dan nyeri.

2) Kandidiasis

Infeksi saluran reproduksi akibat adanya mikroorganisme jamur Candida albicans. Gejala yang sering timbul berbeda-beda, seperti timbul rasa gatal yang parah, rasa terbakar, iritasi dan menimbulkan bercak keputihan pada dinding vagina. Faktor yang dapat meningkatkan antara lain disebabkan oleh kurang hygienitas alat kelamin, celana dalam terlalu ketat, cara bercebok yang salah dan pemakaian cairan antiseptic.

3) Bacterial Vaginosis.

Gangguan yang disebabkan karena bacterial vaginosis akibat ketidakseimbangan pH sehingga keadaan basa mendorong pertumbuhan bakteri phatogen yang dapat menghasilkan sekret. Ditandai dengan sekret berbau, berwarna keabu-abuan.

4) Infeksi Saluran Kencing (ISK).

ISK merupakan terjadinya inflamasi pada kandung kemih atau sistitis, akibat dari reaksi radang mikrobiologis pada infeksi saluran kemih

bagian bawah. Ditandai dengan peningkatan jumlah kuman dan leukosit dalam urin ditandai dengan tidak mampu menahan BAK serta adanya rasa nyeri saat berkemih.

2.3 Menstruasi

2.3.1 Definisi Menstruasi

Menstruasi atau menarche adalah perdarahan dari uterus karena perubahan hormonal yang teratur atau berdaur teratur, kira-kira empat minggu sekali. Menstruasi adalah pelepasan dinding rahim (endometrium) yang disertai dengan perdarahan yang terjadi secara berulang disetiap bulannya kecuali pada saat kehamilan. Menstruasi yang pertama atau menarche paling sering terjadi pada usia 11 tahun, tetapi bias juga terjadi pada usia 8 tahun atau 16 tahun tergantung factorfaktor yang mempengaruhi kedewasaan atau perkembangan hormon pada gadis itu sendiri (Lubis, 2016).

2.3.2 Siklus Menstruasi

Siklus Menstruasi ialah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya. Hari mulainya perdarahan dinamakan hari pertama siklus. Karena jam mulainya menstruasi tidak diperhitungkan dan tepatnya waktu keluar menstruasi dari ostiumuteri eksternum tidak dapat diketahui, maka panjang siklus mengandung kesalahan kurang lebih 1 hari. Panjang siklus menstruasi yang normal atau dianggap sebagai siklus menstruasi yang klasik ialah 28 hari. Rata-rata panjang siklus menstruasi pada gadis 12 tahun ialah 25,1 hari, pada wanita

usia 43 tahun 27,1 hari, dan pada wanita usia 55 tahun 51,9 hari. Jadi, sebenarnya panjang siklusan menstruasi 28 hari itu tidak sering dijumpai dan 10-15% perempuan memiliki siklus 28 hari (Setiawati, 2020).

2.3.3 Fase –fase siklus menstruasi

Menurut Sinaga dkk (2017) siklus menstruasi pada wanita terdiri dari 4 fase, yaitu fase menstruasi, fase profilarase, fase sekresi, dan Fase iskemi/premenstrual:

1) Fase menstruasi

Fase ini adalah fase yang harus dialami oleh seorang wanita dewasa setiap bulannya. Sebab melalui fase ini wanita baru dikatakan produktif. Oleh karena itu fase menstruasi selalu dinanti oleh para wanita, walaupun kedatangannya membuat para wanita merasa tidak nyaman untuk beraktifitas. Biasanya ketidaknyamanan ini terjadi hanya 1-2 hari, dimana pada awal haid pendarahan yang keluar lebih banyak dan gumpalan darah lebih sering keluar.Pada fase menstruasi, endometrium terlepas dari dinding uterus dengan disertai pendarahan. Rata-rata fase ini berlangsung selama lima hari (rentang 3- 6 hari). Pada awal fase menstruasi kadar estrogen, progesteron, LH (Lutenizing Hormon) menurun atau pada kadar terendahnya, sedangkan siklus dan kadar FSH (Folikel Stimulating Hormon) baru mulai meningkat.

2) Fase proliferasi

Pada fase ini ovarium sedang melakukan proses pembentukan dan pematangan ovum. Fase proliferasi merupakan periode pertumbuhan cepat

yang berlangsung sejak sekitar hari ke-5 sampai hari ke-14 dari siklus haid. Permukaan endometriumsecara lengkap kembali normal sekitar empat hari atau menjelang perdarahan berhenti. Dalam fase ini endometrium tumbuh menjadi tebal ± 3,5 mm atau sekitar 8-10 kali lipat dari semula, yang akan berakhir saat ovulasi. Pada fase proliferasi terjadi peningkatan kadar hormon estrogen, karena fase ini tergantung pada stimulasi estrogenyang berasal dari folikel ovarium

3) Fase sekresi/luteal

Fase sekresi berlangsung sejak hari ovulasisampai sekitar tiga hari sebelum periode menstruasi berikutnya. Pada akhir fase sekresi, endometrium sekretorius yang matang dengan sempurrna mencapai ketebalan seperti beludru yang tebal dan halus. Endometrium menjadi kaya dengan darah dan sekresi kelenjar. Umumnya pada fase pasca ovulasi wanita akan lebih sensitif. Sebab pada fase ini hormon reproduksi (FSH, LH, estrogen dan progesteron)mengalami peningkatan. Jadi pada fase ini wanita mengalami yang namanya Pre Menstrual Syndrome (PMS). Beberapa hari kemudian setelah gejala PMS maka lapisan dinding rahim akan luruh kembali.

4) Fase iskemi/premenstrual

Apabila tidak terjadi pembuahan dan implantasi, korpus Luteum yang mensekresi estrogen dan progesterone menyusut. Seiring penyusutan kadar estrogen dan progesterone yang cepat, arteri spiral menjadi spasme, sehingga suplai darah ke endometrium fungsional terhenti dan terjadi

nekrosis. Lapisan fungsional terpisah dari lapisan basal dan perdarahan menstruasi dimulai.

2.3.4 Tanda dan Gejala

Menurut (Ernawati,dkk, 2017). Data medis terakhir menyebutkan bahwa ditemukan lebih dari 100 gejala yang berhubungan dengan PMS, tetapi yang paling sering dialami perempuan, antara lain:

1) Pembengkakan dan rasa nyeri pada payudara.
2) Timbul jerawat.
3) Nafsu makan meningkat, terutama terhadap cemilan yang masalah Kesehatan Seputar Menstruasi manis dan asin.
4) Berat badan bertambah.
5) Perut terasa mulas dan kembung, bahkan kadang-kadang keram.
6) Konstipasi (sembelit).
7) Sakit kepala− Pegal linu, keram.
8) Kadang-kadang terjadi pembengkakan di ujung-ujung jari, tangan, atau kaki.
9) Nyeri punggung.
10) Lemas dan lesu.
11) Mudah lelah.
12) Mudah cemas dan tersinggung, uring-uringan, depresi.
13) Sulit berkonsentrasi.
14) Gangguan tidur (insomnia).

Gejala menstruasi akan semakin memberat terutama pada gangguan psikologis atau emosionalnya. Masa ini perempuan sangat mudah sekali tersinggung atau sulit mngendalikan emosionalnya bahkan sulit berkonsentrasi, frustasi atau bahkan depresi (Sinaga, 2017).

Salah satu upaya yang paling ditekankan selama remaja sudah mengalami menstruasi adalah bagaimana perawatan kebersihan (personal hygiene) yang sudah mereka lakukan. Personal hygiene merupakan salah satu isu kritis yang harus kita tingkatkan dalam status kesehatan karena berpengaruh terhadap kehidupan para remaja putri dimasa yang akan datang, hal ini ditunjang dalam penelitian (Sulaikha, 2018) bahwa remaja putri di Indonesia masih banyak sekali yang mengalami keluhan setelah menstruasi akibat personal hygiene yang kurang tepat. Hal-hal yang harus diperhatikan selama menstruasi menurut (Afiati, 2016) yaitu :

1) Darah Menstruasi.

   Darah menstruasi akan keluar dari rahim tepatnya dari vagina atau alat kemaluan seorang remaja putri, untuk itu gunakan pembalut yang dapat menyerap darah, seperti pembalut sekali pakai atau pembalut kain.

2) Perubahan fisik atau perilaku.

   Pada remaja putri akan mengalami perubahan fisik dan perubahan suasana hati yang dapat mempengaruhi tingkah laku seseorang.

3) Melakukan Personal Hygiene (PH)

   Personal Hygiene yaitu upaya perawatan alat genitalia yang harus dilakukan selama remaja putri mengalami menstruasi, hal ini harus

diperhatikan, karena jika tidak dapat dilakukan dengan baik dan benar dapat menimbulkan infeksi pada saluran rahim

2.4 Perilaku

2.4.1 Definisi Perilaku

Dari segi biologis, perilaku adalah suatu kegiatan atau aktivitas organisasi (makhluk hidup) yang bersangkutan. Oleh sebab itu, dari sudut pandang biologis semua makluk hidup mulai dari tumbuh-tumbuhan, binatang sampai dengan manusia itu berperilaku, karena mereka mempunyai aktivitas masing-masing. Sehingga yang dimaksud dengan perilaku manusia, pada hakikatnya adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas antara lain berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, menbaca dan sebagainya. Menurut Skinner, perilaku adalah respon atau reaksi seorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar). Oleh karna perilaku ini terjadi melalui proses adanya stimulus organisme respon.

Perilaku adalah respons individu terhadap suatu stimulasi atau suatu tindakan yang dapat diamati dan mempunyai frekuensi spesifik, durasi dan tujuan baik disadari maupun tidak. Perilaku merupakan kumpulan berbagai faktor yang saling berinteraksi. Sebagian besar perilaku manusia adalah operant respon, untuk itu untuk membentuk jenis respon atau perilaku ini perlu di ciptakan adanya kondisi tertentu yang disebut operant condituring. Meskipun perilaku adalah bentuk respons atau reaksi terhadap stimulus atau rangsangan dan luar organisme (orang), namun dalam memberikan respons

sangat tergantung pada karakteristik atau faktor-faktor lain dari orang-orang yang bersangkutan.

Secara lebih operasional perilaku dapat diartikan suatu respon orgnisme atau seseorang terhadap rangsangan (stimulus) dari luar aspek tersebut. Respon ini berbentuk 2 macam yaitu :

1) Bentuk pasif adalah respon internal yaitu yang terjadi dalam diri manusia dan tidak secara langsung dapat terlihat oleh orang lain. Misalnya berfikir, tanggapan atau sikap batin dan pengetahuan.
2) Bentuk aktif yaitu perilaku itu jelas dapat diobservasi secara langsung. Oleh karena itu, perilaku manusia itu mempunyai bentangan yang sangat luas mencakup berjalan, berbicara, berinteraksi, berpakaian, dan sebagainya. Bahkan kegiatan interval seperti berfikir, persepsi dan emosi juga merupakan perilaku manusia.

2.4.2 Bentuk Perilaku

Notoatmodjo (2012) perilaku merupakan bentuk respon ataupun reaksi terhadap stimulus dari diri sendiri maupun orang lain yang dapat dibedakan menjadi dua bagian yaitu perilaku tertutup (convert behavior) dan perilaku terbuka(overt behavoir):

1) Perilaku Tertutup

Respons seseorang terhadap stimulus yang hanya terbatas pada perhatian, pengetahuan, dan sikap yang terjadi pada orang lain dan masih belum dapat diamati secara jelas seperti seorang ibu hamil yang pentingnya memeriksa kehamilannya (Maulana, 2007). Notoadmojo (2012) mengatakan

bahwa perilaku tertutup reaksi terhadap stimulus masih terbatas pada perhatian dan sikap yang terjadi pada orang yang menerima stimulus yang disebut covert bahavior.

2) Perilaku Terbuka

Respons terhadap stimulus yang bersifat terbuka dalam bentuk tindakan nyata dan dengan mudah dapat diamati orang lain seperti membaca buku pelajaran, berhenti merokok. operant respons dapat digunakan untuk membentuk jenis perilaku terbuka diciptakan adanya kondisi tertentu. Pembentukan perilaku terbuka menurut skiner seperti melakukan identifikasi tentang reiforce yang berupa hadiah, melakukan analisis untuk mengidentifikasi komponen- komponen kecil, dan melakukan pembentukan perilaku dengan menggunakan urutan komponen yang telah tersusun (Notoatmodjo, 2012).

2.4.3 Faktor-Faktor Perilaku

Faktor yang mempengaruhi ada 2 menurut Kulsum dan Jauhar (2014) terdapat 2 faktor utama yang mempengaruhi terbentuknya perilaku pada seorang diantaranya:

1) Faktor internal

Kumpulan dari unsur-unsur kepribadian yang secara langsung mempengaruhi perilaku manusia. Faktor dari dalam diri seseorang, berhubungan dengan karakteristik orang yang bersangkutan, bersifat bawaan (given) dan menentukkan seseorang itu memberikan reaksi

terhadap stimulus dari luar, seperti : perhatian, motivasi, persepsi, tingkat kecerdasan, tingkat emosional, jenis kelamin, usia, dan sebagainya.

2) Faktor Eksternal

Faktor-faktoryang berasal dari luar diri manusia, namun secara langsung mempengaruhi perilakunya. Faktor yang mempengaruhi dari luar diri seseorang tersebut, yakni keadaan lingkungan, baik fisik maupun non fisik,Lembaga pendidikan, sosial, budaya, ekonomi, politik, dan sebagainya.

2.4.4 Pengukuran dan Indikator Perilaku

Seperti telah diuraikan sebelumnya, bahwa perilaku mencakup 3 domain, yakni: pengetahuan *(knowledge)*, sikap *(attitude)*, dan tindakan atau praktik *(practice)*. Oleh sebab itu, mengukur perilaku dan perubahannya, khususnya perilaku juga mengacu kepada 3 domain tersebut. Secara rinci dapat dijelaskan sebagai berikut:

1) Pengetahuan (*knowledge*)

Pengetahuan adalah mencakup apa yang diketahui oleh seseorang terhadap cara-caranya. Oleh sebab itu, untuk mengukur pengetahuan di atas adalah dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan secara langsung (wawancara) atau melalui pertanyaan-pertanyaan tertulis atau angket, untuk mengetahui indikator pengetahuan "tingginya pengetahuan" responden.

Faktor-faktor yang mempengaruhi Pengetahuan

Menurut (Permata, 2019) adapun beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang yaitu:

1) Usia. Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola fikir seseorang, semakin bertambahnya usia maka semakin berkembang puladaya tangkap dan pola fikir seseorang. Setelah melewati usia madya (40-60 tahun), daya tangkap dan pola fikir sesorang akan menurun.
2) Pendidikan. Tingkat pendidikan dapat menentukan tingkat kemampuan seseorang dalam memahami dan menyerap pengetahuan yang telah di peroleh. Umumnya, pendidikan mempengaruhi suatu proses pembelajaran, semakin 21 tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin baik tingkat pengetahuannya.
3) Pengalaman. Pengalaman adalah suatu proses dalam memperoleh kebenaran pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengetahuan yang telah di peroleh dalam memecahkan masalah yang di hadapi saat masa lalu dan dapat di gunakan dalam upaya memperoleh pengetahuan.
4) Informasi. Jika seseorang memiliki tingkat pendidikan yang rendah, namun mendapatkan informasi yang baik dari berbagai media seperti telivisi, radio, surat kabar, majalah

dan lain-lain, maka hal tersebut dapat meningkatkan pengetahuan seseorang.

5) Sosial budaya dan ekonomi. Tradisi atau kebiasaan yang sering dilakukan oleh masyarakat dapat meningkatkan pengetahuannya selain itu, status ekonomi juga dapat mempengaruhi pengetahuan dengan trsediannya suatu fasilitas yang di butuhkan oleh seseorang.

6) Lingkungan. Lingkungan sangat berengaruh dalam proses penyerapan pengetahuan yang berada dalam suatu lingkungan. Hal ini terjadi karena adanya interaksi yang akan di respon sebagai pengetahuan oleh setiap individu.

2) Sikap (*attitude*)

Sikap adalah pendapat atau penilaian seseorang terhadap orang lain. Pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung ataupun tidak langsung. Pengukuran sikap secara langsung dapat dilakukan dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan tentang stimulus atau objek yang bersangkutan. Pertanyaan secara langsung juga dapat dilakukan dengan cara memberikan pendapat dengan menggunakan kata “setuju”, atau tidak setuju” terhadap pertanyaan-pertanyaan dengan objek tertentu, dengan menggunakan skala lickert. Misalnya, member pendapat tentang pertanyaan-pertanyaan dibawah ini dengan menggunakan penilaian sebagai berikut:

(1) bila sangat setuju

(2) bila setuju

(3) bila tidak setuju

(4) bila sangat tidak setuju

Menurut Notoatmodjo (2010) perilaku manusia dapat dibagi menjadi tigadomain yaitu:

1) Sikap *(Attitude)*

Sikap adalah respons tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu, yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan(senang, tidak senang, setuju-tidak setuju, baik-tidak baik, dan sebagainya). Salahseorang ahli psikologi menyatakan, bahwa sikap merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak, dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu. Dalam kata lain, fungsi sikap belum merupakan tindakan (reaksi terbuka) atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi perilaku (tindakan) atau reaksi (tertutup).

Menurut Azwar (2009) sikap terdiri dari 3 komponen yang saling menunjang yaitu:

1) Komponen kognitif

Merupakan representasi apa yang dipercayai oleh individu pemilik sikap, komponen kognitif berisi kepercayaan terhadap stereotip yang dimiliki oleh individu mengenai sesuatu, dengan kata lain dapat disamakan dengan (opini) apabila menyangkut masalah isu atau hal yang bersifat kontroersial.

2) Komponen afektif

Merupakan perasaan yang menyangkut aspek emosional. Aspek

emosional inilah yang biasanya berakar paling dalam sebagai komponen sikap dan merupakn aspek yang paling bertahan terhadap pengaruh-pengaruh yang dapat mengubah sikap seseorang. Komponen afektif dapat diartikan dengan perasaan yang dimiliki seseotang terhadap sesuatu.

3) Komponen konatif

Merupakan aspek kecenderungan berperilaku tertentu susuai dengan sikap yang dimilikioleh seseorang. Aspek ini berisi tendensi atau kecenderungan untuk bertindak atau bereaksi terhadap sesuatu dengan cara- cara tertentu.

Menurut Wawan & Dewi, (2018) bahwa faktor-faktor yang menpengaruhi sikap antara lain:

1) Pengalaman Pribadi. Untuk dapat menjadi dasar pemebentukan sikap, pengalaman pribadi haruslah meninggalkan kesan yang kuat. Karena itu, sikap akan lebih mudah terbentuk apabila pengalaman pribadi tersebut terjadi dalam situasi yang melibatkan faktor emosional.
2) Pengaruh orang lain yang dianggap penting. Pada umumnya, individu cenderung untuk memiliki sikap yang konformis atau searah dengan sikap orang yang dianggap penting.
3) Pengaruh kebudayaan. Tanpa didasari kebudayaan telah menanamkan garis pengaruh sikap kita terhadap berbagai masalah.
4) Media Massa. Dalam pemberitaan surat kabar, radio atau media komunikasi lainnya, berita yang seharusnya faktual disampaikan

secara obyektif cenderung dipengaruhi oleh sikap penulisannya, akibatnya berpengaruh terhadap sikap konsumennya.

5) Lembaga Pendidikan dan Lembaga Agama. Konsep moral dan ajaran dari lembaga pendidikan dan lembaga agama sangat menentukan system kepercayaan tidaklah mengherankan jika kalau pada gilirannya konsep tersebut mempengaruhi sikap.
6) Faktor Emosional. Suatu bentuk sikap merupakan pernyataan yang didasari emosi yang berfungsi sebagai semacam penyaluran frustasi atau pengalihan bentuk mekanisme pertahanan ego.

Tingkatan Sikap

1) Menerima (*receiving*)

   Menerima diartikan bahwa seseorang atau subjek mau menerima stimulus yang diberikan (objek).

2) Menanggapi (*responding*)

   Menanggapi diartikan memberikan jawaban atau tanggapan terhadap petanyaan atau objek yang dihadapi.

3) Menghargai (*valuing*)

   Menghargai merupakan subjek, atau seseorang memberikan nilai yang positif terhadap objek atau stimulus, dalam arti, membahasnya dengan orang lain dan bahkan mengajak atau mempengaruhi atau menganjurkan orang lain merespons.

4) Bertanggung jawab (*responsible*)

   Sikap yang paling tinggi tingkatannya adalah bertanggung jawab

terhadap apa yang telah diyakininya. Seseorang yang telah mengambil sikap tertentu berdasarkan keyakinannya, dia harus berani mengambil resiko bila ada orang lain yang mencomoohkan atau adanya risiko lain.

5) Tindakan atau praktik (*practice*)

Seperti telah disebutkan di atas bahwa sikap adalah kecenderungan untuk bertindak (praktik). Sikap belum tentu terwujud dalam tindakan, sebab untuk terwujudnya tindakan perlu faktor lain, yaitu antara lain adanya fasilitas atau sarana dan prasarana. Praktik atau tindakan ini dapat dibedakan menjadi 3 tingkatan menurut kualitasnya, yaitu:

6) Praktik terpimpin *(guided response*)

Apabila subjek atau seseorang telah melakukan sesuatu tetapi masih tegantung pada tuntuan atau menggunakan panduan.

7) Praktis secara mekanisme (*mechanism*)

Subjek atau seseorang telah melakukan atau mempraktikkan suatu hal secara otomatis maka disebut praktik atau tindakan mekanis.

8) Adopsi (*adoption*)

Adopsi adalah suatu tindakan atau praktik yang sudah berkembang. Artinya, apa yang dilakukan tidak sekedar rutinitas atau mekanisme, tetapi sudah dilakukan modifikasi, atau tindakan atau perilaku yang berkualitas.

3) tindakan atau praktik (*practice*)

Praktik atau tindakan adalah semua kegiatan atau aktivitas seseorang. Pengukuran atau cara mengamati perilaku dapat

dilakukan melalui dua cara, secara langsung dan tidak langsung. Pengukuran perilaku yang paling baik adalah secara langsung, yakni dengan cara (observasi), yaitu mengamati tindakan subjek. Sedangkan secara tidak langsung menggunakan metode mengingat kembali (recall). Metode ini dilakukan melalui pertanyaan-pertanyaan terhadap subjektentang apa yang telah dilakukan.

2.4.5 Perilaku Remaja Putri Terhadap *Personal Hygiene* Saat Menstruasi

Sikap remaja putri berhubungan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi. Banyak gangguan kesehatan yang diderita seseorang terlihat secara fisik karena tidak terpeliharanya kebersihan organ reproduksi perorangan dengan baik. Aspek psikis, behubungan dengan faktor yang mendorong remaja melakukan perilaku hygiene organ reproduksi, misalnya: persepsi, motivasi, emosi, dan belajar. Aspek sosial, berhubungan dengan keinginan remaja untuk diterima dalam lingkungan kelompok tertentu, sehingga remaja akan berperilaku sesuai dengan aturan dan norma yang ada dilingkungannya (Maulina, 2017).

Sikap remaja putri sangat penting dalam menjaga Personal hygine saat menstruasi, karena pada saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terinfeksi, oleh karena itu kebersihan alat kelamin harus lebih dijaga karena kuman lebih mudah sekali masuk dan dapat menimbulkan bebagai penyakit pada alat reproduksi. Pilihlah pembalut yang daya serapnya tinggi, sehingga tetap merasa nyaman saat menggunakannya. Untuk menjaga kebersihan dan kesehatan, idealnya penggunaan pembalut

selama menstruasi harus diganti secara teratur 4 sampai 5 kali sehari atau setiap 4 jam sekali, apalagi jika sedang banyak-banyaknya. Setelah mandi atau buang air, vagina harus dikeringkan dengan tisu atau handuk agar tidak lembab. Selain itu pemakaian celana dalam hendaknya bahan yang terbuat dari yang mudah menyerap keringat (Remiyanti, 2019).

2.5 Pendidikan Kesehatan

2.5.1 Konsep promosi Kesehatan

Green, L.W. and Kreuter (2005) mendefinisikan promosi kesehatan sebagai kombinasi upaya-upaya pendidikan, kebijakan (politik), peraturan, dan organisasi untuk mendukung kegiatan-kegiatan dan kondisi hidup yang menguntungkan kesehatan individu, kelompok, atau komunitas. Promosikesehatan juga dipahami sebagai perilaku yang dimotivasi oleh keinginan untuk meningkatkan kesejahteraan dan mewujudkan potensi kesehatan manusia (Pender, Murdaugh and Parsons, 2015).

Promosi Kesehatan terdiri dari tiga komponen yaitu: pendidikan kesehatan (Health Education) Merupakan kombinasi dari pengalaman belajar dirancang untuk memengaruhi, mengaktifkan, dan memperkuat perilaku sukarela yang kondusif bagi kesehatan individu, kelompok, atau komunitas untuk memfasilitasi proses yang memungkinkan individu, keluarga, dan kelompok membuat keputusan yang terinformasi dengan baik tentang praktik kesehatan, Perlindungan kesehatan (Health Protection) Merupakan kegiatan atau serangkaian kegiatan yang bersifat preventif, dilakukan secara terpadu, terintegrasi dan berkesinambungan, yang

ditujukan untuk menghindari dan mengurangi risiko dan dampak buruk akibat penyakit. Kegiatan pencegahan penyakit digunakan untuk membuat individu dan komunitas tetap sehat dengan mencegah kemungkinan penyakit di masa depan. dan Pencegahan penyakit (Disease Prevention) Perlindungan kesehatan bertujuan untuk mengurangi kemungkinan individu atau masyarakat dalam menghadapi bahaya lingkungan atau berperilaku tidak aman atau tidak sehat(Notoadmodjo, 2012).

2.5.2 Konsep Pendidikan

Pendidikan kesehatan sebagai bagian atau cabang ilmu dari kesehatan mempunyai dua sisi yakni sisi ilmu dan seni. Dari sisi seni yakni praktisi atau aplikasi pendidikan kesehatan adalah merupakan penunjang dari program – program kesehatan lain. Artinya setiap program kesehatan misalnya, pemberantasan penyakit, sanitasi lingkungan, kesehatan ibu dan anak, program pelayanan kesehatan, perlu dibantu oleh pendidikan kesehatan. Hal ini essensi karena masing – masing program tersebut mempunyai aspek perilaku masyarakat yang perlu dikondisikan dengan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan yang diberikan akan memberikan proses perubahan sehingga terciptanya suatu perilaku yang baru (Rohmawati, 2018).

2.5.3 Definisi Pendidikan Kesehatan

Menurut (Notoatmodjo, 2012) Pendidikan kesehatan ialah suatu upaya atau kegiatan untuk menciptakan perilaku masyarakat yang kondusif untuk kesehatan. Artinya pendidikan kesehatan berupaya agar masyarakat

menyadari atau mengetahui bagaimana cara memelihara kesehatan mereka, bagaimana menghindari atau mencegah hal-hal yang merugikan kesehatan mereka dan kesehatan orang lain, ke mana seharusnya mencari pengobatan bilamana sakit dan sebagainya.

Pengertian Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Audiovisual Pendidikan kesehatan merupakan salah satu bentuk strategi intervensi atau upaya dalam pelayanan keperawatan komunitas. Pendidikan kesehatan mencakup pemberian informasi yang sesuai, spesifik, diulang terus menerus, sehingga dapat memfasilitasi perubahan perilaku kesehatan. Program pendidikan kesehatan digunakan untuk meningkatkan kemampuan seseorang dalam merubah gaya hidupnya menjadi positif, mendukung peningkatan kesehatan dan kualitas hidup komunitas serta meningkatkan partisipasi seseorang dalam merawat kesehatannya sendiri. Pendidikan kesehatan yang efektif dapat dilakukan dengan mengkaji kebutuhan seseorang terhadap informasi, mengidentifikasi hambatan seseoarang dalam belajar (Widyanto, F.C, 2014).

2.5.4 Faktor yang Mempengaruhi Pendidikan Kesehatan

Menurut (Notoatmodjo, 2012) ada beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan promosi kesehatan dalam melakukan pendidikan kesehatan diantaranya yaitu :

1) Faktor Pemudah (Predisposing Faktor). Faktor ini mencakup pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap kesehatan, tradisi dan kepercayaan masyarakat terhadap hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan, sistem nilai

yang dianut masyarakat, tingkat pendidikan, tingkat sosial ekonomi, dan sebagainya.

2) Faktor Pemungkin (Enabling Factor). Faktor ini mencakup keberhasilan saran dan prasarana atau fasilitas kesehatan bagi masyarakat misalnya air bersih, tempat pembuangan sampah, tempat pembuangan tinja, ketersediaan makanan yang bergizi dan sebagaianya. Untuk berperilaku sehat, masyarakat memerlukan sarana dan prasarana pendukung.
3) Faktor Penguat (Reinforcing factor). Faktor ini meliputi faktor sikap dan perilaku tokoh masyarakat (toma), tokoh agama (toga), sikap dan perilaku para petugas termasuk petugas kesehatan. Termasuk juga disini undang-undang, peraturan-peraturan, baik dari pusat maupun pemerintah daerah, yang terkait dengan kesehatan. Untuk berperilaku sehat, masyarakat masyarakat kadang-kadang bukan hanya perlu pengetahuan dan sikap positif dan dukungan fasilitas saja, melainkan diperlukan perilaku contoh (acuan) dari para tokoh masyarakat, tokoh agama, dan para petugas, lebih-lebih para petugas kesehatan.

2.5.5 Tujuan Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Audiovisual

Pendidikan kesehatan untuk membantu individu, keluarga dan masyarakat untuk mencapai tingkat kesehatan yang optimal. Pendidikan kesehatan bertujuan untuk mengubah perilaku individu, keluarga, serta masyarakat dari perilaku yang tidak sehat menjadi sehat. Perilaku yang tidak sesuia dengan nilai – nilai kesehatan menjadi perilaku yang sesuai dengan

nilai – nilai kesehatan atau dari perilaku yang negatif menjadi perilaku yang positif.

2.5.6 Media Pendidikan Kesehatan

Menurut (Notoatmodjo, 2012) Media pendidikan kesehatan adalah media yang digunakan oleh petugas dalam menyampaikan bahan, materi atau pesan kesehatan karena alat-alat tersebut merupakan saluran (channel) yang digunakan untuk mempermudah penerimaan pesan-pesan kesehatan bagi masyarakat atau klien. Berdasarkan fungsinya sebagai penyalur pesan-pesan kesehatan, media pendidikan ini dibagi menjadi tiga, yakni media cetak, media elektronik dan media papan :

1) Media Cetak yaitu suatu media statis dan mengutamakan pesan-pesan visual. Media cetak terdiri dari berbagai macam sebagai berikut :
   (1) Booklet
   (2) Rubrik
   (3) Leaflet
   (4) Poster
   (5) Flyer (selebaran)
   (6) Flip chart (lembar balik)
   (7) Foto tentang informasi kesehatan
2) Media Elektronik yaitu suatu media bergerak dan dinamis, dapat dilihat dandidengar dalam menyampaikan pesannya melalui alat 21 bantu elektronik. Media elektronik terdiri dari berbagai macam sebagai berikut :
   (1) Televisi

(2) Slide

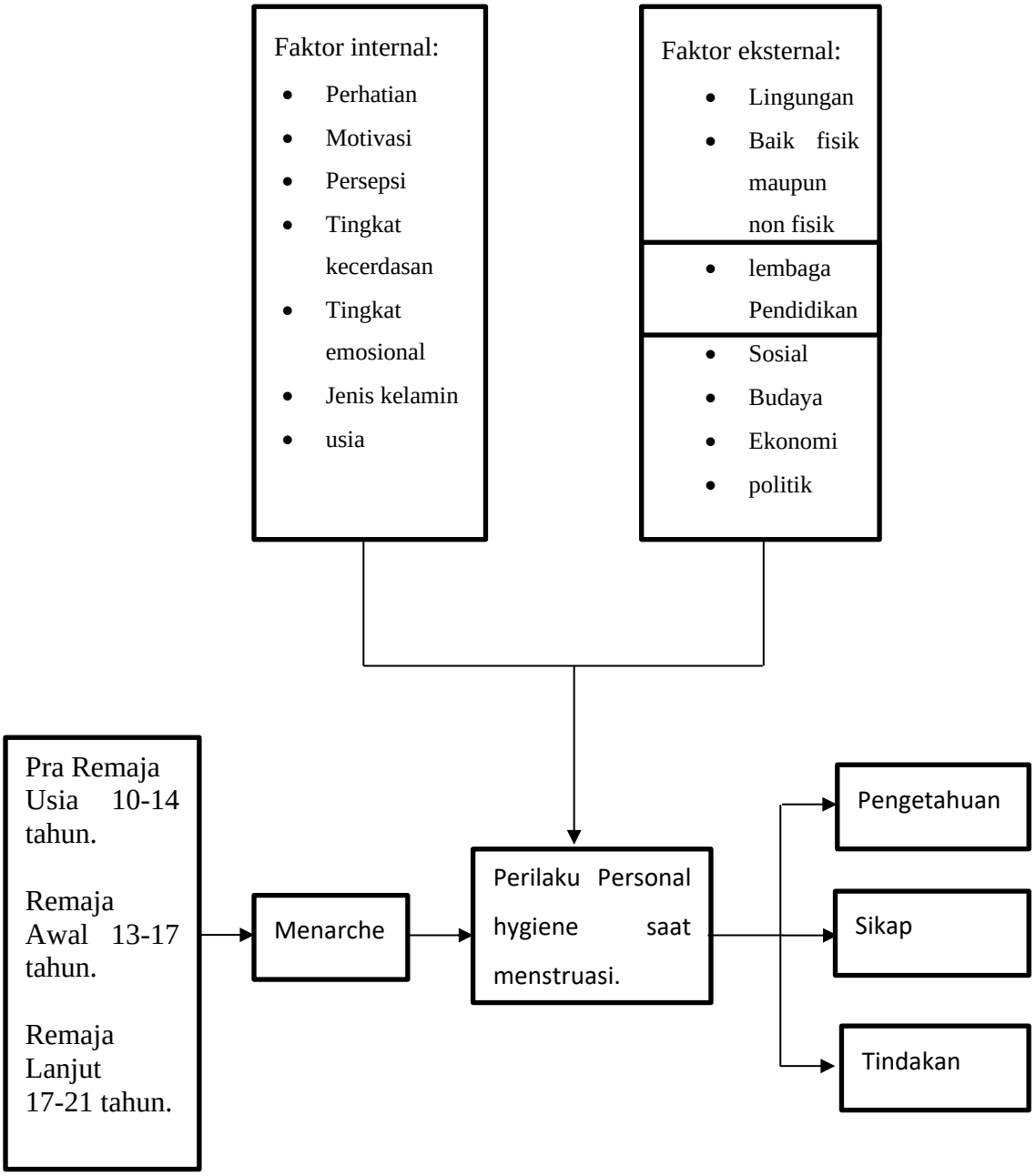
(3) Radio

(4) Film Strip

(5) Video

3) Media Papan (Billboard) yaitu papan (Billboard) yang dipasang di tempat-tempat umum dapat diisi dengan pesan-pesan atau informasiinformasi kesehatan. Media papan disini juga mencakup pesan-pesan yang ditulis pada lembaran seng yang ditempel pada kendaraankendaraan umum (bus dan taksi).

2.6 Kerangka Teori



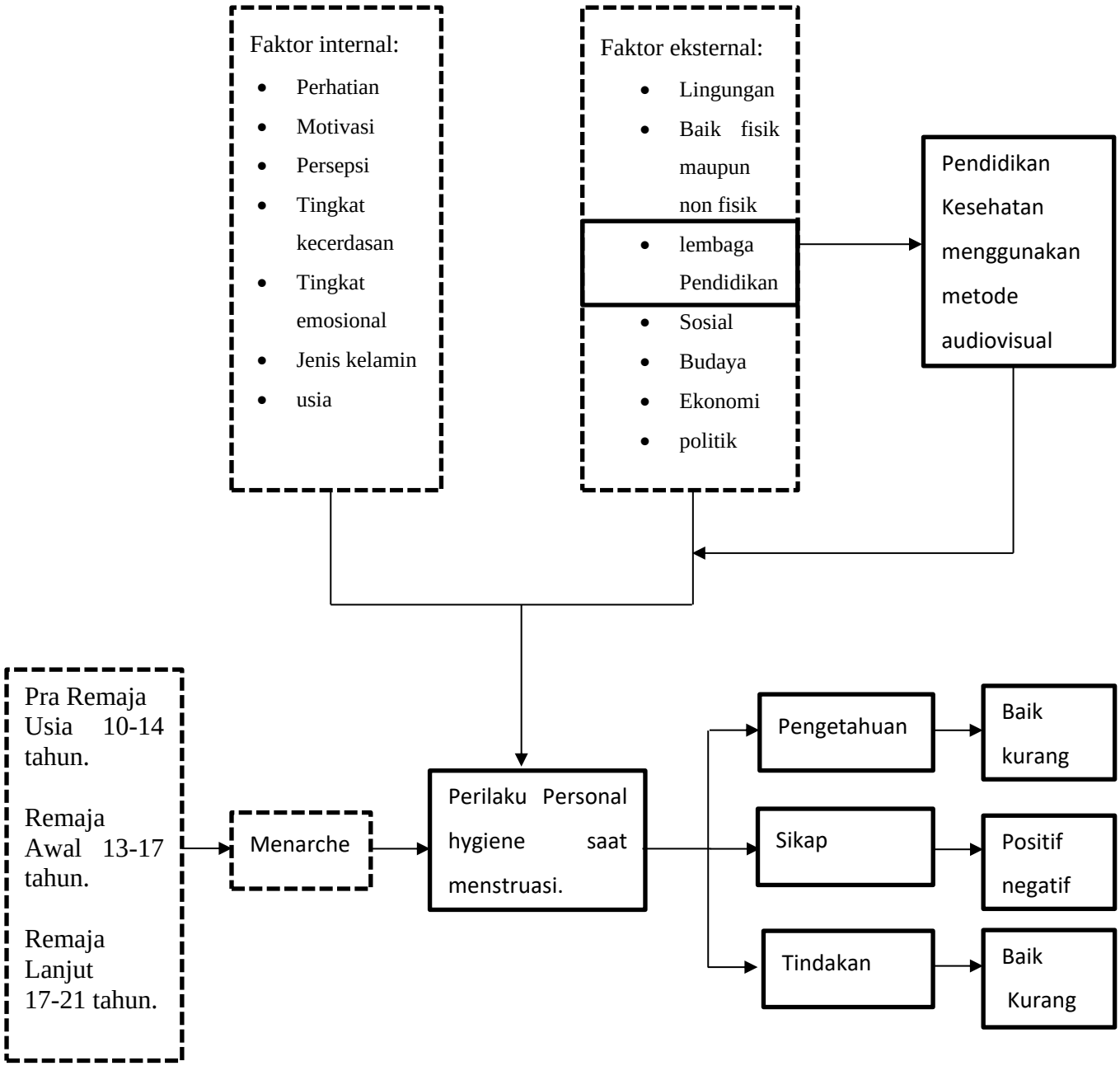
Gambar 1.1 Kerangka Teori

BAB 3

KERANGKA KONSEP

3.1 Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian merupakan suatu uraian dan visualisasi hubungan atau antara konsep suatu terhadap konsep yang lainnya, atau antara variable yang satu dengan variable yang lain dari masalah yag ingin diteliti (Notoatmodjo 2018).



3.2 Hipotesis

Hipotesis didalam suatu penelitian ini berarti jawaban sementara penelitian, patokan duga atau dalil sementara yang kebenarannya akan di buktikan dalam penelitian tersebut (Notoadmodjo,2010).

H1: Ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap perilaku *personal hygine* pada pada remaja saat menstruasi di Mts Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang.

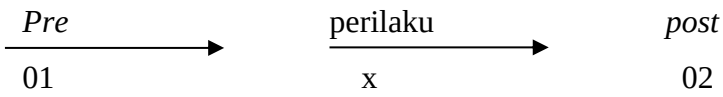
H0: Tidak ada pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap perilaku *personal hygine* remaja saat menstruasi di Mts Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang.

BAB 4
METODOLOGI PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Desain atau rancangan penelitian merupakan kerangka acuan bagi penelitian untuk mengkaji hubungan antar variabel dalam suatu penelitian. Desain penelitian dapat menjadi petunjuk bagi peneliti untuk mencapai tujuan penelitian dan juga sebagai panutan bagi peneliti dalam seluruh proses penelitian (Riyanto 2017).

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif menggunakan metode rancangan *Pre Eksperimental* dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Penelitian ini menggunakan metode *Pre Eksperimental* karena syarat-syarat sebagai penelitian eksperimen tidak cukup memadai, karena tidak mempunyai batasan yang ketat terhadap randomisasi (Notoatmodjo 2018). Sedangkan rancangan *one group pre test-post test design* adalah *design* dimana observasi dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan untuk mengetahui pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap *Personal Hygiene* Remaja Saat Menstruasi (Notoatmodjo 2018). Adapun desain eksperimen *One Group Pre Test-Post Test Design* adalah sebagai berikut:



Gambar 4.1 Desain Penelitian Kuantitatif

01: Observasi pengetahuan Remaja Kelas VII Mts Sunan Ampel tentang *personal hygiene* saat menstruasi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan.

X : Intervensi dengan memberikan Pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja kelas VII Mts Sunan Ampel.

02: Observasi pengetahuan Remaja Kelas VII Mts Sunan Ampel tentang *personal hygiene* saat menstruasi sesudah dilakukan pendidikan kesehatan.

4.2 Populasi dan sampel

4.2.1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan jumlah yang terdiri atas objek atau subjek, yang mempunyai karakteristik dan kualitas tertentu yang ditetapkan oleh peneliti dan kemudian ditarik oleh kesimpulannya (Sulaikha, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi dikelas VII MTS suna ampel kecamatan pasirian kabupaten lumajang yang sudah menstruasi yang berjumlah 40 orang.

4.2.2 Sampel

Sampel adalah sebagian sampel yang akan diteliti atau sebagian jumlah dalam karakteristik yang dimiliki oleh populasi ,yang dapat digunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling (Sulaikha, 2018). Sampel dalam penelitian ini yang diambil adalah seluruh siswi dikelas VII yang sudah menstruasi di mts sunan ampel desa sememu kecamatan pasirian kabupaten lumajang yang berjumlah 40 orang

4.2.3 Teknik Sampling

Teknik sampling yaitu merupakan teknik pengambilan sampel. Untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian

(Sugiyono 2018). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan *total sampling. Total sampling* adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi. (Sugiyono,2017).

4.3 Tempat Penelitian

Tempat Penelitian ini bertempat di mts sunan ampel desa sememu kecamatan pasirian kabupaten lumajang.

4.4 Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di mts sunan ampel desa sememu kecamatan pasirian kabupaten lumajang pada bulan mei 2023.

4.5 Variabel Penelitian

1) Variabel independent

Variabel independent(bebas) adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependent terikat (Sugiyono, 2016). Variabel independent pada penelitian ini yaitu Pendidikan Kesehatan pada siswi remaja

2) Variabel dependent

Variabel dependent(terikat) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2016). 3Variabel pada penelitian ini adalah Perilaku personal Hygiene saat Menstruasi.

4.6 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah definisi yang diberikan kepada variable dengan menentukan artinya, menentukan aktivitasnya atau menentuka operasinya. Definisi operasional digunakan untuk memberikan batasan yang

jelas dan pemahan tentang variabel untuk menghindari kesalah pahaman tentang data yang dikumpulkan. Adapun definisi operasional dari penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 2.2 Definisi Operasional

No	variable	Definisi oprasional	Alat ukur	Hasil ukur	Skala
1.	Variable bebas: Pendidikan Kesehatan	Pencapaian tujuan pemberian informasi kepada siswi tentang Kesehatan reproduksi mengetahui prilaku personal hygine .	Pendidikan Kesehatan dengan metode audiovisual	Hasil di dilakukannya Pendidikan Kesehatan dan tidak dilakukannya Pendidikan kesehatan	nominal
2.	Variable terikat:perilaku *personal hygine* organ reproduksi	Usaha untuk mempertahankan atau memperbaiki Kesehatan dengan memelihara kebersihan organ reproduksi saat menstruasi. Dengan perilaku (pengetahuan,sikap, Dan tindakan).	Lembar kuisioner Perilaku terdiri dri Pengetahuan sikap dan Tindakan.	Dikategorikan: pengetahuan Baik : jika skor >76 Kurang : jika skor <75 Sikap Sikap dikategorikan (+) >75% (-) <75% Tindakan dikategorikan Baik: Jika >75 Kurang: Jika <75	nominal

4.7 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan peneliti untuk pengumpulan data (daftar pertanyaan). Instrumen penelitian dapat berupa kuesioner (daftar pertanyaan). Lembar identitas responden dan untuk mengukur variabel dependent yaitu perilaku personal hygiene mengenai organ reproduksi. Mengadopsi dan memodifikasi dari penelitian (Permata, 2019).

Dari data jawaban diatas akan diintepretasikan atau dikategorikan berdasarkan nilai jawaban sebagai berikut:

1) Baik/Positif : Bila nilai benar (>76%)
2) Kurang/negatif: Bila nilai benar (<76%)

Data kuesioner mengenai perilaku personal hygiene di susun dengan menggunakan skala Guttman, yaitu dengan bentuk pertanyaan tertutup dengan dua alternative jawaban yaitu Ya atau Tidak. Kemudian responden diminta untuk memilih salah satu alternative jawaban tersebut. Penilaian yang digunakan dalam kuesioner perilaku personal 37 hygiene organ reproduksi skor satu (1) untuk jawaban Ya dan skor nol (0) untuk jawaban Tidak (Permata, 2019).

4.8 Teknik Pengumpulan Data

4.8.1 Sumber data

Sumber data penelitian ini menggunakan data primer. Data primer adalah data yang dikumpulkan langsung dari responden, yang diperoleh dari hasil wawancara dan lembar kuesioner. Data primer dalam penelitian ini adalah perilaku *personal hygiene* organ reproduksi pada siswi MTS sunan ampel.

Sebelum peneliti melakukan Pendidikan Kesehatan *personal hygiene* pada remaja, terlebih dahulu penulis memberikan penjelasan pada responden serta meminta responden untuk menandatangani lembar persetujuan menjadi responden (*informed consent).*

4.8.2 Mekanisme pengambilan data

Alur pengumpulan data untuk penelitian ini dengan beberapa langkah, yaitu:

1) Mengajukan surat studi pendahuluan dari Universitas dr. Soebandi
2) Mengurus surat studi pendahuluan ke Badan Kesatuan Bangsa dan Politik (BAKESBANGPOL) Lumajang.
3) Mengurus surat studi pendahuluan ke Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kabupaten Lumajang.
4) Memberikan surat pengantar penelitian kepada Kepala MTS Sunan Ampel.
5) Menentukan sampel penelitian terhadap siswi di kelas VII di MTS Sunan Ampel.
6) Peneliti memberikan penjelasan terhadap responden maksud dan tujuan, dan manfaat apabila responden bersedia untuk diteliti maka responden dianjurkan untuk menandatangani surat pernyataan menjadi responden.
7) Peneliti memberikan kuesioner kepada responden yang terdiri dari identitas responden dan kuesioner terkait *personal hygiene*. Kuesioner penelitian ini akan dibagikan secara langsung melalui lembar kuisioner kepada sampel penelitian.

8) Responden akan mengisi lampiran identitas dan informed consent di halaman lembar kuisioner.
9) Peneliti akan melakukan Pendidikan Kesehatan melalui metode audiovisual bagi responden yang telah mengisi kuesioner
10) Setelah data terkumpul, peneliti akan memberikan *mini gift* bagi responden.

4.9 Uji Validitas dan Reabilitas

4.9.1 Validitas

Validitas Prinsip validitas adalah pengukuran dan pengamatan yang berarti prinsip keandalan instrument dalam pengumpulan data. Suatu instrument dikatakan valid jika mampu mengukur apa yang diinginkan. Pengujian validitas instrument penelitian ini yaitu tentang pengetahuan,tindakan, dan sikap menggunakan penelitian sebelumnya.

Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Variabel Tindakan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi

Butir	Sig. (2-Tailed)	α (0,05)	Kriteria
1.	0,005	0,05	Valid
2.	0,000	0,05	Valid
3.	0,015	0,05	Valid
4.	0,001	0,05	Valid
5.	0,000	0,05	Valid
6.	0,018	0,05	Valid
7.	0,041	0,05	Valid
8.	0,000	0,05	Valid
9.	0,002	0,05	Valid
10.	0,018	0,05	Valid

Sumber: (Permata, 2019)

Berdasarkan Tabel 4.1 maka dapat dilihat bahwa seluruh pertanyaan untuk variabel tindakan *personal hygiene* saat menstruasi memiliki status valid, karena nilai sig. (2 tailed) < α (0,05) berdasarkan uji corelation.

Berdasarkan hasil perhitungan uji validitas variabel pengetahuan dengan 12 pertanyaan adalah sebagai berikut:

Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Variabel Pengetahuan

Butir	Sig. (2-Tailed)	α (0,05)	Kriteria
1.	0,030	0,05	Valid
2.	0,000	0,05	Valid
3.	0,001	0,05	Valid
4.	0,001	0,05	Valid
5.	0,021	0,05	Valid
6.	0,004	0,05	Valid
7.	0,001	0,05	Valid
8.	0,000	0,05	Valid
9.	0,013	0,05	Valid
10.	0,017	0,05	Valid
11.	0,012	0,05	Valid
12.	0,039	0,05	Valid

Sumber:(Permata, 2019)

Berdasarkan Tabel 4.2 maka dapat dilihat bahwa seluruh pertanyaan untuk variabel pengetahuan memiliki status valid, karena nilai sig. (2 tailed) < α (0,05) berdasarkan uji corelation.

Berdasarkan hasil perhitungan uji validitas variabel sikap dengan 8 pertanyaan adalah sebagai berikut:

Tabel 4.3 Hasil Uji Validitas Variabel Sikap

Butir	Sig. (2-Tailed)	α (0,05)	Kriteria
1.	0,000	0,05	Valid
2.	0,000	0,05	Valid
3.	0,000	0,05	Valid
4.	0,000	0,05	Valid
5.	0,000	0,05	Valid
6.	0,000	0,05	Valid
7.	0,000	0,05	Valid
8.	0,041	0,05	Valid

Sumber : (Permata, 2019)

Berdasarkan Tabel 4.2 maka dapat dilihat bahwa seluruh pertanyaan untuk variabel sikap memiliki status valid, karena nilai sig. (2 tailed) < α (0,05) berdasarkan uji corelation.

4.9.2 Reliabilitas

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukan sejauh mana suatu alat pengukuran dapat dipercaya. Untuk mengetahui reliabilitas kuesioner digunakan rumus koefisien Cronbach's Alpha sebagai berikut:

Table 4.4 Hasil Uji Realibilitas

No.	Variabel	r_{alpha}	r_{kritis}	Kriteria
1.	Perilaku *personal hygiene*	0,840	0,6	Reliabel
2.	Pengetahuan	0,887	0,6	Reliabel
3.	Sikap	0,843	0,6	Reliabel

Sumber :(Permata, 2019)

Berdasarkan Tabel 4.4 uji reliabilitas dilakukan terhadap item pertanyaan yang dinyatakan valid. Suatu variabel dikatakan reliabel atau handal jika jawaban terhadap pertanyaan selalu konsisten. Jadi hasil koefisien reliabilitas instrumen perilaku *personal hygiene* adalah sebesar = 0,840, instrumen pengetahuan sebesar 0,887, dan instrumen sikap sebesar 0,843, ternyata memiliki nilai "*Alpha Cronbach*" lebih besar dari 0,6, yang berarti keempat instrumen dinyatakan *reliable* atau memenuhi persyaratan.

4.10 Tehnik Analisa Data

4.10.1 Pengolahan data

Pengolahan data dalam penelitian ini adalah data yang terkumpul melalui lembar kuesioner yang diisi oleh responden kemudian data diolah terlebih dahulu dengan tujuan mengubah data menjadi informasi, dengan cara:

1) *Editing*

Memeriksa lembar kuesioner sebelum lembar kuesioner di kumpulkan. Peneliti memeriksa jawaban dari responden sesuai dengan pertanyaan di dalam lembar kuesioner, memeriksa kelengkapan dan kesalahan dalam pengisian lembar kuesioner oleh responden.

2) *Coding*

Pemberian kode numerik (angka) terhadap data yang terdiri atas beberapa kategori. Pemberian kode ini sangat penting, bila pengolahan dan analisa data menggunakan komputer. Kegiatan yang akan dilakukan dengan mengubah data berbentuk angka atau bilangan seperti berikut:

Baik : 1

Kurang : 0

3) *Transfering*

Memindahkan jawaban atau kode dalam media tertentu Setelah jawaban lembar kuesioner terisi penuh dan sudah memberi kode numeric, maka selanjutnya adalah memproses data dilakukan dengan cara meng-entry data lembar dengan menggunakan komputer. Transfering data penelitian sejumlah 20 lembar kuesioner.

4) *Tabulating*

Tabulating merupakan tahap tabulasi yang dilakukan yaitu memasukan data kedalam tabel-tabel dan mengatur angka-angka sehingga dapat dihitung jumlah kasus dalam berbagai kategori. Setelah data terkumpul dalam tabel dilaksanakan pengolahan data dengan menghitung

skor yang tertinggi dan skor terendah untuk menentukan distribusi frekuensi.

4.10.2 Analisa Data

Analisis data yang penulis gunakan pada penelitian ini menggunakan analisis kuanttatif. Teknik analisis data dalam penelitian kuantitatif menggunakan SPSS.

4.10.2.1 Analisa Univariat

Analisa Univariat yang dilakukan pada tiap variabel dari hasil penelitian. Analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dari setiap variabel. Variabel yang dianalisa secara univariat dalam penelitian ini adalah perilaku personal hygiene organ reproduksi pada siswi. Pada analisa univariat adalah mengidentifikasi perilaku personal hygiene pada siswi di MTS sunan ampel sebelum diberikan pendidikan kesehatan dan mengidentifikasi perilaku personal hygiene pada siswi di MTS sunan ampel setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan distribusi frekuensi. Analisis yang dilakukan pada penelitian ini dengan mendeskripsikan setiap variable dalam penelitian meliputi variable independent yaitu Pendidikan Kesehatan Variable dependen yaitu *personal hygiene* organ reproduksi.

Rumus Analisa univariat:

$$P = \frac{f}{n} \text{ x } 100\%$$

Keterangan :

P : Persentase

n : jumlah

f : jumlah frekuensi

4.10.2.2 *Analisa Bivariat*

Analisa bivariat adalah data yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas dan terikat dalam penelitian. Dalam penelitian ini dilakukan analisis bivariate bertujuan untuk menganalisis data perubahan pengaruh penidikan kesehatan reproduksi terhadap perilaku personal hygiene pada siswi yang diperoleh sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. Analisa bivariat ini menggunakan uji statistik non parametrik yaitu uji Wilcoxon karena skala data tida berdistribusi normal Dengan menggunakan taraf signifikansi sebesar 5%.

Rumus uji Wilcoxon adalah :

$$z = \frac{T - \mu T}{\sigma T} \qquad \mu_T = \frac{n(n+1)}{4} \qquad \sigma_T = \sqrt{\frac{n(n+1)(2n+1)}{24}}$$

Dasar pengambilan keputusan untuk menerima atau menolak hipotesis pada uji wilcoxon sign rank test sebagai berikut:

- Jika *p-value* < 0,05 maka Ho ditolak artinya terdapat perbedaan.
- Jika *p-value* > 0,05 maka Ho diterima artinya tidak terdapat perbedaan.

4.11 Etika penelitian

Uji etik penelitian ini sudah mengikuti uji kelayakan etik dan sudah mendapatkan sertifikat layak etik dengan nomor Komisi Etik Universitas dr. Soebandi no. 426/KEPK/UDS/VII/2023.

Menurut (Notoatmodjo & Soekidjo, 2012) etika penelitian yang diterapkan dalam penelitian ini diantaranya adalah :

1) Menghormati harkat dan martabat manusia (*respect for human dignity*), responden menandatangani lembar *inform consent* atau lembar persetujuan setelah mendapat penjelasan yang disampaikan oleh peneliti.
2) Menghormati privasi dan kerahasiaan subjek penelitian (*respect for privacy and confidentiality*), peneliti tidak menampilkan identitas responden.
3) Keadilan dan inklusivitas/ keterbukaan (*respect for justice and inclusiveness*), peneliti menjelaskan kepada semua responden tentang prosedur penelitian dan manfaat yang diterima responden.
4) Menghitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (*balancing harms and benefits*), menjelaskan kepada semua responden tentang risiko atau efek samping yang diterima oleh responden penelitian dan manfaat menjadi responden penelitian.
5) Tanpa nama (*anonimity),* untuk menjaga kerahasiaan responden maka peneliti tidak mencantumkan nama responden pada lembar pengumpulan data. Peneliti hanya menuliskan nama inisial dari responden.
6) Kerahasiaan (*confidentiality*). Peneliti menjaga privasi dan kerahasiaan informasi yang diberikan responden dengan tidak membicarakan data yang diambil kepada orang lain dan hanya data tertentu yang dilaporkan oleh peneliti.

BAB 5
HASIL PENELITIAN

Bab ini akan menguraikan hasil penelitian dengan judul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Personal Hygiene Remaja Saat Menstruasi Di Kelas VII Mts Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang". Hasil penelitian ini meliputi gambaran umum lokasi penelitian, data umum dan data khusus.

5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Mts Sunan Ampel, Desa Sememu, Kecamatan Pasirian, Kabupaten Lumajang, Jawa Timur. Mts Sunan Ampel sendiri terletak sangat strategis di Desa Sememu Kecamatan Pasirian yaitu disebelah pojok kiri lapangan Sememu mbulak wareng. Mts Sunan Ampel merupakan salah satu Sekolah menengah pertama yang terletak di Kecamatan pasirian dengan mayoritas siswa-siswinya berasal dari pemukiman penduduk yang dekat dengan sekolah. Mts Sunan Ampel memiliki 12 kelas yaitu, Kelas A,B,C,dan D. Jumlah siswi-siswi Mts Sunan Ampel sebanyak 118 orang untuk keseluruhan dari kelas VII sampai dengan kelas IX. Namun yang saya ambil untuk penelitian saya hanya 40 orang yaitu siwi-siwi kelas VII A,B,C dan D, dengan usia 11-14 tahun yang termasuk dalam golongan remaja tengah.

5.2 Identifikasi Perilaku Personal Hygine Remaja Saat Menstruasi di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan

Tabel 5.2.1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Personal Hygine Remaja Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan di Kelas VIIMTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian tahun 2023

Kriteria Tingkat Pengetahuan	Sebelum	
	N	%
Baik	10	25%
Kurang	30	75%
Total	40	100%

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.2.1 diketahui bahwa hasil penelitian menunjukkan hasil pemahaman pengetahuan remaja putri sebelum dilakukan Pendidikan kesehatan tentang personal hygiene saat menstruasi diketahui sebagian besar memiliki kriteria tingkat sikap kurang sebanyak 30 orang (75%) dan kriteria baik sebanyak 10 orang (25%).

Tabel 5.2.2 Distribusi Frekuensi Sikap Personal Hygiene Remaja Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian tahun 2023

Kriteria Tingkat Sikap	Sebelum	
	N	%
Positif	18	45%
Negatif	22	55%
Total	40	100%

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.2.2 diketahui bahwa hasil penelitian menunjukkan hasil pemahaman sikap remaja putri sebelum dilakukan

Pendidikan kesehatan tentang personal hygiene saat menstruasi diketahui sebagian besar memiliki kriteria tingkat sikap positif sebanyak 22 orang (55%) dan kriteria negative sebanyak 18 orang (45%).

Tabel 5.2.3 Distribusi Frekuensi Tindakan Personal Hygiene Remaja Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian tahun 2023

Kriteria Tingkat Tindakan	Sebelum	
	N	%
Baik	34	85%
Kurang	6	15%
Total	40	100%

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.2.3 diketahui bahwa hasil penelitian menunjukkan hasil pemahaman Tindakan remaja putri sebelum dilakukan Pendidikan kesehatan tentang personal hygiene saat menstruasi diketahui sebagian besar memiliki kriteria tingkat tindakan kurang sebanyak 6 orang (15%) dan kriteria baik sebanyak 34 orang(85%).

5.3 Identifikasi Perilaku Personal Hygine Remaja Saat Menstruasi di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan

Tabel 5.3.1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Personal Hygine Remaja Putri Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian tahun 2023

Kriteria Tingkat Pengetahuan	Sesudah	
	N	%
Baik	19	47,5%
Kurang	21	52,5%
Total	40	100%

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.3.1 diketahui bahwa hasil penelitian menunjukkan hasil pemahaman pengetahuan remaja putri sesudah dilakukan Pendidikan kesehatan tentang personal hygiene saat menstruasi diketahui sebagian besar memiliki kriteria tingkat sikap kurang sebanyak 21 orang (52,5%) dan kriteria baik sebanyak 19 orang (47,5%).

Tabel 5.3.2 Distribusi Frekuensi Sikap Personal Hygine Remaja Putri Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian

Kriteria Tingkat Sikap	**Sesudah**	
	N	**%**
Positif	24	60%
Negatif	16	40%
Total	40	100%

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.3.2 diketahui bahwa hasil penelitian menunjukkan hasil pemahaman sikap remaja tentang personal hygiene sesudah dilakukan Pendidikan Kesehatan memiliki kriteria tingkat sikap baik sebanyak 24orang (60%) kriteria kurang 16 orang (40%).

Tabel 5.3.3 Distribusi Frekuensi Tindakan Personal Hygine Remaja Putri Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian tahun 2023

Kriteria Tingkat Tindakan	**Sesudah**	
	N	**%**
Baik	36	90%
Kurang	4	10%
Total	40	100%

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 5.3.3 diketahui bahwa hasil penelitian menunjukkan hasil pemahaman tindakan remaja putri sesudah dilakukan Pendidikaan Kesehatan tentang personal hygiene diketahui sebagian besar memiliki kriteria tingkat tindakan baik sebanyak 36 orang (90%) dan kriteria kurang sebanyak 4 orang (10%).

5.4 Analisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap perilaku personal hygine Remaja Saat Menstruasi di Kelas VII MTS Sunan Ampel Desa Sememu Kec. Pasirian Kab. Lumajang

Tabel 54.1 Analisis Pengetahuan Personal Hygine Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian

Kriteria Tingkat Pengetahuan	Sebelum		Sesudah		Nilai p value
	N	%	N	%	
Baik	10	25%	19	47,5%	0,001
Kurang	30	75%	21	52,5%	
Total	40	100%	40	100%	

Uji Wilcoxon

Tabel 5.4.2 Analisis Sikap Personal Hygine Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian

Kriteria Tingkat Sikap	Sebelum		Sesudah		Nilai p value
	N	%	N	%	
Positif	18	45%	24	60%	0,014
Negatif	22	55%	16	40%	
Total	40	100%	40	100%	

Uji Wilcoxon

Tabel 5.4.3 Analisis Tindakan Personal Hygine Remaja Putri Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan di Kelas VII MTS Sunan Ampel Kecamatan Pasirian

Kriteria Tingkat Tindakan	Sebelum		Sesudah		Nilai p value
	N	%	N	%	
Baik	34	85%	36	90%	0,003
Kurang	6	15%	4	10%	
Total	40	100%	40	100%	

Uji Wilcoxon

Berdasarkan tabel analisis di atas menunjukkan hasil distribusi data tidak normal karena nilai sig. < alpha 0,05. Sehingga analisis data menggunakan uji non parametrik, dengan menggunakan uji Wilcoxon. Uji Wilcoxon dilakukan untuk menguji perbedaan rerata skor pengetahuan,sikap dan tindakan responden sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Uji statistik pada perhitungan ini menggunakan tingkat kemaknaan 95% (alpha 0,05).

Didapatkan hasil bahwa 40 responden penelitian mengalami peningkatan pada anak dengan kriteria baik dan penurunan pada anak dengan kriteria kurang, setelah dilakukan analisis dengan uji Wilcoxon antara pretest dan posttest perilaku personal hygine remaja saat menstruasi di kelas VII MTS Sunan Ampel Desa sememu Kec. Pasirian Kab. Lumajang diperoleh hasil nilai tingkat pemgetahuan signifikasi 0,01 atau Signifikasi (2-tailed) < α 0,05, nilai tingkat sikap signifikasi 0,014 atau Signifikasi (2-tailed) < α 0,05, nilai tingkat tindakan signifikasi 0,03 atau Signifikasi (2-tailed) < α 0,05 maka maka Ha diterima dan Ho ditolak. artinya ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku personal hygine remaja saat menstruasi di kelas VII MTS Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang.

BAB 6
PEMBAHASAN

Bab ini akan menguraikan hasil penelitian dengan judul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku *Personal Hygiene* Remaja Saat Menstruasi Di Kelas VII Mts Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang". Hasil penelitian akan dibandingkan dengan teori yang telah ada atau penelitian sebelumnya. Pembahasan dalam penelitian ini ditampilkan dalam bentuk narasi.

6.1 Perilaku Personal Hygine Remaja Saat Menstruasi di Kelas VII MTS Sunan Ampel Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa 40 Remaja Putri hasil pengetahuan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tentang personal hyiene saat menstruasi didapatkan sejumlah besar 10 remaja (25%) dengan kriteria pengetahuan baik dan terdapat 30 remaja (75%) dengan kriteria pengetahuan kurang.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa 40 Remaja Putri hasil sikap sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tentang personal hyiene saat menstruasi didapatkan sebesar 18 remaja (45%) dengan kriteria sikap positif dan terdapat 22 remaja (55%) dengan kriteria sikap negatif.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa 40 Remaja Putri hasil Tindakan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tentang personal hyiene saat menstruasi didapatkan sejumlah besar 34 remaja (85%) dengan kriteria tindakan baik dan terdapat 6 remaja (15%) dengan kriteria tindakan kurang.

Perilaku adalah respons individu terhadap suatu stimulasi atau suatu tindakan yang dapat diamati dan mempunyai frekuensi spesifik, durasi dan tujuan baik disadari maupun tidak. Perilaku merupakan kumpulan berbagai faktor yang saling berinteraksi. Sebagian besar perilaku manusia adalah operant respon, untuk itu untuk membentuk jenis respon atau perilaku ini perlu di ciptakan adanya kondisi tertentu yang disebut operant condituring. Hal ini membuktikan bahwa mayoritas responden kurang mendapatkan informasi tentang personal hygiene. Menurut asumsi peneliti, kurangnya perilaku remaja tentang personal hygiene dapat di pengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor usia dan pendidikan (Notoatmodjo, 2012).

Pengukuran perilaku dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menyatakan tentang isi materi yang ingin di ukur dari subjek penelitian atau responden. Pengukuran perilaku dimaksud untuk mengetahui status pengetahuan seseorang dan disajikan dalam presentase kemudian di tafsirkan dengan kalimat yang bersifat kualitatif, yaitu Baik (76-100%), Kurang (< 75 %) (Notoadmojo, 2011).

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wisnatul Izzati (2014) dalam skripsinya yang berjudul “Hubungan Pengetahuan dengan Pelaksanaan personal HygieneGenatalia Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas IX SMP Negeri 4 Bukittinggi tahun 2014”. Hasil penelitian menunjukkan kurang dari separuh (42,9%) siswi kelas VIII SMP NEGERI 4 Bukit tinggi yang memiliki pengetahuan kurang terhdap pelaksanaan personal Hygiene genitalia saat menstruasi, kurang dari

separuh (46,0%) responden yang tidak baik dalam melakukan pelaksanaan personal Hygiene genitalia saat menstruasi. Hasil penelitian juga menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan dan pelaksanaan personal Hygiene genitalia saat menstruasi siswi kelas IX SMPN Bukittinggi tahun 2004(p=0,000) dari Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pengetahuan yang baik akan mempengaruhi pelaksaan personal Hygienesaat menstruasi, dimana pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang terdapat dalam diri seseorang yang memotivasi untuk bertindak baik itu.

Berdasarkan uraian diatas menunjukkan bahwa remaja putri diantaranya memiliki pengetahuan yang kurang, hal ini disebabkan karena kurangnya informasi yang didapat dan dari faktor pendidikan, dimana faktor tersebut seseorang dapat berpengaruh terhadap perilaku yang di milikinya. Hal ini juga sejalan oleh penelitian Afridah (2019), dalam penelitiannya menyatakan bahwa Pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang. Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka pengalaman akan lebih luas, sedangkan semakin tua usia seseorang maka pengalaman juga akan semakin banyak. diharapkan dengan adanya sumber informasi mengenai perilaku tentang personal hygiene saat menstruasi kepada remaja putri bertujuan agar remaja putri terus berperilaku sehat dan mampu bersikap positif dalam hal merawat personal hygiene saat menstruasi. Menurut penelitian yang saya lakukan setelah penyuluhan hasil penelitian nya terjadi peningkatan pengetahuan remaja tentang personal hygienedari rata-rata nilai kurang (15%) menjadi (0%)

dikarenakan seluruh remaja putri di Mts Sunan Ampel desa sememu kecamatan pasirian kabupaten lumajang sudah mendapatkan informasi tentang personal hygiene saat menstruasi yang disampaikan oleh peneliti.

6.2 Perilaku Personal Hygine Remaja Saat Menstruasi di Kelas VII MTS Sunan Ampel Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dari indikator perilaku peronal hygiene saat menstruasi pada remaja putri sesudah diberikan Pendidikan kesehatan didapatkan hasil bahwa terdapat hasil penelitian diketahui bahwa 40 Remaja Putri hasil pengetahuan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tentang personal hyiene saat menstruasi didapatkan sejumlah besar 19 remaja (47,5%) dengan kriteria perilaku baik dan terdapat 21 remaja (52,5%) dengan kriteria pengetahuan kurang.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa 40 Remaja Putri hasil sikap sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tentang personal hyiene saat menstruasi didapatkan sejumlah besar 24 remaja (60%) dengan kriteria sikap positif dan terdapat 16 remaja (40%) dengan kriteria sikap negatif.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa 40 Remaja Putri hasil Tindakan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tentang personal hyiene saat menstruasi didapatkan sejumlah besar 36 remaja (90%) dengan kriteria tindakan baik dan terdapat 4 remaja (10%) dengan kriteria tindakan kurang. sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang personal hygiene remaja saat menstruasi di kelas VII MTS Sunan Ampel Desa Sememu Kec. Pasirian Kab. Lumajang. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat

peningkatan pada jumlah remaja dengan kriteria perilaku baik dan penurunan pada kriteria perilaku kurang.

Berdasarkan hasil penelitian Khasanah (2015) yang berjudul hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan perilaku vulva hygiene saat menstruasi : studi pada siswi SMP 1 Bojong Kelas VII dan VIII Kabupaten Pekalongan. Hasil penelitan yang dilakukan di SMP 1 Bojong Kabupaten Pekalongan terhadap 59 responden didapatkan hasil bahwa perilaku personal hygiene saat menstruasi sebanyak 28 responden (47,5%) mempunyai perilaku baik dan 31 responden (52,5%) mempunyai perilaku buruk.

Hal ini sesuai dengan pernyataan Yasnani (2016), yang menyatakan bahwa dengan pengetahuan yang baik tentang menstruasi, remaja akan merasa tenang dan siap menghadapi dan mengatasi masalah yang terjadi saat menstruasi berlangsung. Jika ada peristiwa menstruasi yang tidak disertai dengan pengetahuan dan informasi yang benar, maka bisa timbul macam-macam problem psikis. Hal ini sesuai dengan teori yang menyebutkan bahwa semakin remaja putri terbuka dalam menggali informasi mengenai organ reproduksinya, maka akan semakin luas wawasan dan pemahaman mengenai kesehatan reproduksi. Jika menstruasi disertai dengan pengetahuan yang benar, remaja putri akan merespon menstruasi dengan hal-hal atau perilaku yang positif.

Kurangnya pengetahuan tentang personal hygiene saat menstruasi pada sebagian remaja putri mengindikasikan bahwa selayaknya para remaja putri

memperoleh informasi tentang menstruasi. Pendekatan yang bisa dilakukan diantaranya melalui keluarga, kelompok sebaya, institusi sekolah, serta kelompok kegiatan remaja yang peduli terhadap masa puber.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas peneliti berpendapat bahwa sebagian besar responden yang berpengetahuan baik memiliki perilaku personal hygiene saat menstruasi yang baik pula. Hal ini disebabkan karena siswi kelas VII MTS Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang telah mendapatkan pengetahuan seputar menstruasi dan cara menjaga kebersihan personal hygiene baik dari guru-guru mereka maupun dari internet. Semakin baik pengetahuan remaja putri maka akan semakin baik perilaku remaja dan mudah merespon semua informasi yang diterimanya. Selain itu semakin banyak informasi yang diterima oleh remaja putri tentang personal ygiene maka akan sebaik pula respon remaja putri dalam menjaga kesehatan organ reproduksi saat menstruasi serta mengetahui bahaya jika tidak melakukan personal hygiene.

6.3 Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Personal Hygiene Remaja Saat Menstruasi di Kelas VII MTS Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang

Hasil penelitian perilaku personal hygiene remaja saat menstruasi di kelas VII MTS Sunan Ampel sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan,Tingkat pengetahuan,dari total responden berjumlah 40 remaja dengan kriteria baik didapatkan hasil kenaikan dari 10 remaja (25%) menjadi 19 remaja (75%) dan kreteria kurang didapatkan hasil penurunan dari 30 remaja (75%) menjadi 21 remaja (52,5%).

Pada tingkat sikap dari total responden 40 remaja dengan kriteria positif didapatkan hasil kenaikan dari 18 remaja (45%) menjadi 24 remaja (60%) dan kriteria negatif didapatkan hasil penurunan dari 22 remaja (55%) menjadi 16 remaja (40%), Pada tingkat Tindakan dari total responden 40 remaja dengan kriteria baik didapatkan hasil kenaikan dari 34 remaja (85%) menjadi 36 remaja (90%),dan kreteria kurang di dapatkan hasil penurunan dari 6 remaja (15%) menjadi 4 remaja (10%). Setelah dilakukan analisis dengan uji wilcoxon antara pretest perilaku personal hygiene saat mentruasi sebelum diberikan Pendidikan kesehatan dan posttest dari perilaku personal hygiene saat mentruasi sesudah diberikan Pendidikan kesehatan hasil nilai tingkat pemgetahuan signifikasi 0,01 atau Signifikasi (2-tailed) < α 0,05, nilai tingkat sikap signifikasi 0,014 atau Signifikasi (2-tailed) < α 0,05, nilai tingkat tindakan signifikasi 0,03 atau Signifikasi (2-tailed) < α 0,05 maka maka Ha diterima dan Ho ditolak. Dinyatakan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku personal hygine remaja saat menstruasi di kelas VII MTS Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang.

Peneliti berasumsi bahwa menggunakan media pembelajaran yang menarik, interaktif dan aktif dapat membantu Remaja untuk mempunyai motivasi yang lebih untuk belajar yang membuat remaja secara tidak langsung sadar akan pentingnya menjaga tentang kebersihan dirinya. Oleh sebab itu guru dituntut untuk kreatif dalam meningkatkan tentang pengetahuan personal hygiene pada siswi remaja yang dilakukan di kelas

guna membantu perilaku personal hygiene yang baik dan benar pada remaja. Saat ini media pembelajaran telah muncul dalam berbagai variasi untuk membantu para pelajar dalam proses pembelajaran, adanya media audio-visual yang sedang berkembang saat ini dapat digunakan guru dalam melengkapi sarana pendidikan yang efektif kepada siswi.

BAB 7
KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

1) Dari hasil penelitian perilaku remaja sebelum diberikan pendidikan kesehatan pada siswi MTS Sunan ampel desa sememu kecamatan pasirian kabupaten lumajang sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang kurang(75%), hampir seluruh responden memiliki sikap positif (45%) serta hampir seluruh responden memiliki tindakan baik(85%) tentang personal hygiene saat menstruasi.
2) Dari hasil penelitian perilaku remaja seudah diberikan pendidikan kesehatan pada siswi MTS Sunan ampel desa sememu kecamatan pasirian kabupaten lumajang sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kurang(52,5%), hampir seluruh responden memiliki sikap positif(60%) serta seluruh responden memiliki tindakan baik(90%) tentang personal hygiene saat menstruasi
3) Diperoleh hasil nilai tingkat pemgetahuan signifikasi 0,01 atau Signifikasi (2-tailed) < α 0,05, nilai tingkat sikap signifikasi 0,014 atau Signifikasi (2-tailed) < α 0,05, nilai tingkat tindakan signifikasi 0,03 atau Signifikasi (2-tailed) < α 0,05 maka maka Ha diterima dan Ho ditolak.. Dinyatakan bahwa Pendidikan Kesehatan tentang personal hygiene saat menstruasi efektif terhadap perilaku remaja kelas VII di MTS Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang.

7.2 Saran

1) Bagi Pendidik (guru) dan calon pendidik

Dapat memberikan variasi media belajar untuk perilaku personal hygiene yang baik dan benar. Tenaga kesehatan dan tenaga pendidik dapat berkoordinasi melakukan skrining Perkembangan secara rutin untuk memantau perilaku remaja.

2) Bagi Peneliti

Dapat dijadikan landasan untuk mengembangkan penelitian dengan menggunakan sampel yang lebih besar dan menambahkan faktor lain yang berhubungan dengan Pendidikan Kesehatan .

3) Bagi Orang Tua

Dapat dijadikan penambah pengetahuan orang tua dan hendaknya diterapkan sebagai media pengetahuan bagi remaja dengan cara yang efektif, menyenangkan, dan bisa dilakukan kapan saja.

4) Bagi Peserta Didik

Hendaknya pada saat Pendidikan kesehatan dengan metode audiovisual remaja menyimak, mendengarkan, dan melihat dengan seksama guna keberhasilan dalam pemberian Pendidikan kesehatan.

5) Bagi Pembaca

Hasil penelitian ini hendaknya dapat dijadikan referensi dan menambah wawasan pengetahuan terkait perilaku *personal hygiene.*

DAFTAR PUSTAKA

Afiati, S. (2016). *Kenapa Berdarah? Panduan Khusus Anak Perempuan untuk Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah. Bandung : TP UKS/M.*

Basuki. (2017). *Pendidikan kesehatan reproduksi.*

E, B., & I., R. S. (2016). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Selama Menstruasi Pada Santriwati di Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba. *Jurnal Kesehatan Sasy UIN Alauddin.*

Ernawati. 2017. *Hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi: Studi pada siswi SMP 1 Bojong Kelas VII dan VIII Kabupaten Pekalongan.*

Hidayati, N. Y. (2021). Personal Hygiene Selama Menstruasi Pada Remaja Putri dengan Media Booklet. *(Doctoral Dissertation, Universitas' Aisyiyah Surakarta)*. http://eprints.aiska-university.ac.id/id/eprint/1594

Ilmiawati, H., & Kuntoro, K. (2017). Pengetahuan Personal Hygiene Remaja Putri pada Kasus Keputihan. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, *5*(1), 43. https://doi.org/10.20473/jbk.v5i1.2016.43-51

Indonesia, J. P., & Psikologi, F. (2016). *Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri pada Remaja Khoirul Bariyyah Hidayati*. *5*(02), 137–144.

Lestaria, T. A., Mumpunni, R. Y., & Sari, N. L. (2023). LITERATUR REVIEW : HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWA USIA 18-25 TAHUN. *PROFESIONAL HEALTH JOURNAL*, *4*(2), 1–7.

Lubis, N.L, 2016, *"Wanita Dan Perkembangan Reproduksinya",Prenada Media Group, Jakarta, 16-19.*

Maulina. (2017). Perbedaan pengetahuan dan sikap remaja sebelum dan setelah diberikan promosi kesehatan mengenai bahasa seks bebas di Desa Cilayung. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup, 1(1), 69-*.

Melina, F., & Ringringringulu, N. M. (2021). GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG KEPUTIHAN DI

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATANYOGYAKARTA. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yogyakarta*.

Muthoharoh, S., & Widiyawati, R. (2018). Pengaruh Health Education Terhadap Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi Anak Sd. *Jurnal Nurse and Health*, *7*(1), 61–70. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5787960/?report=classic

Notoatmodjo, S. 2014. *Ilmu Pengetahuan dan Seni. Jakarta : Rineka Cipta. 55*

Notoatmodjo, S. 2012. *Metode penelitian kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta*

Permata, D. D. (2019). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Puteri Di Smp N 01 Pulau Beringin Sumatera Selatan Tahun 2019. *Universitas Nasional Fakultas Ilmu Kesehatan*, 1–89. http://repository.unas.ac.id/636/

Remiyanti. (2019). Pengaruh Penyuluhan Personal Hygiene Terhadap Perilaku Remaja Putri Pada Saat Menstruasi di Kelas X SMA Negeri 1 Kaway XVI Kecamatan Kaway XVI Kabupaten Aceh Barat Tahun 2019. *Skripsi*, 47–50.

Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, *17*(1), 25. https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362

Setiawati, P. (2020). *PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MENGGUNAKAN MEDIA AUDIOVISUAL TERHADAP PENGETAHUAN SIKAP DAN PERILAKU IBU NIFAS DI RS dr.R.HARDJANTO BALIKPAPAN TAHUN*. 2–181.

Sinaga, E., Saribanon, N., Suprihatin, Sa'adah, N., Salamah, U., Murti, Y.A., Trisnamiati, A., dan Lorita, S. (2017). Manajemen Kesehatan Menstruasi. Jakarta: Universitas Nasional, IWWASH dan Global One.

Sinaga, E, (2017), *Menejemen Kesehatan Menstruasi. Jakarta: IWWASH*

Simanjuntak. J, M. L., & Siagian. N (2020). *Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi Di SMP Negeri 3 Parongpong Kabupaten Bandung Barat. Nutrix Journal 4(1) : 13- 19.*

Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.*

Sulaika, I, 2018, Hubungan Personal Hygine saat Menstruasi dengan Kejadian Pruritus Vulvae pada Remaja, di SMP Pondok Pesantren Darul Muttaqin, Skripsi, Program Studi Ilmu Keperawatan Insan Cendikia Medika, Jombang.

Yasnani, & Novianti. (n.d.). Hubungan pengetahuan, sikap dan tindakan dengan personal hygiene menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri Satap Bukit Asri Kabupaten Buton. *2016*.

Wawan dan Dewi, 2010, *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia, Yogyakarta : Nuha Medika*

Yusiana, M. A., Silvianita, M., & Saputri, T. (2016). *Perilaku Personal Hygiene Remaja Puteri pada Saat Menstruasi*. 14–19.

Lampiran 1. SAP Pendidikan Kesehatan

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Topik : Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi
Sasaran : remaja
Hari/ tanggal : Sabtu, 29 Juni 2023
Waktu : 120 menit
Tempat : MTS Sunan Ampel Sememu

A. Tujuan Intruksional Umum (TIU)

Setelah mengikuti pendidikan kesehatan diharapkan seluruh siswi kelas VII mts sunan ampel dapat mengerti Definisi Personal Hygien,pengertian menstruasi,Dampak tidak dilakukannya Personal Hygiene dengan benar, Faktor yang mempengaruhi perilaku Personal Hygiene,Cara melakukan Personal Hygiene dengan benar.

B. Tujuan Intruksional Khusus (TIK)

Setelah mengikuti penyuluhan, peserta diharapkan dapat :

1) Menjelaskan Definisi *Personal Hygiene*
2) Menjelaskan Pentingnya *Personal Hygiene yang benar*
3) Menjelaskan pengertian menstruasi
4) Menyebutkan Dampak tidak di lakukannya *Personal Hygiene* dengan benar
5) Menjelaskan Faktor yang mempengaruhi perilaku *Personal Hygiene*
6) Menjelaskan cara melalukan *Personal Hygiene* yang benar

C. Materi

1) Definisi *Personal Hygiene*
2) Pentingnya *Personal Hygiene*
3) Pengertian menstruasi
4) Cara melakukan *Personal Hygiene* yang benar

D. Media : Sound System (speaker) dan Laptop

- **Metode :** Ceramah, Diskusi dan Tanya jawab
- **Pengorganisasian**

  Moderator dan Penyaji : Adelia

  Fasilitator : Adelia

- **Pelaksanaan**

No.	Acara	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Kegiatan Peserta
1.	Pembukaan	5 menit	• Membuka kegiatan dengan mengucap salam dan terimakasihatas kesediaan peserta • Memperkenalkan diri • Menjelaskan tujuan daripenyuluhan • Menyebutkan materi yang akan diberikan • Menyampaikan kontrak waktu	• Mendengarkan pembukaan yang Disampaikan oleh moderator
2.	*Pretest*	15 menit	• Menjelaskan cara pengisian form identitas responden • Melakukan *pretest* dengan menggunakan kuesioner pengetahuankepada peserta penyuluhan	• Mendengarkan carapengisian form identitas responden • Mengerjakan soal dengan bantuan tim pelaksana

3.	Inti	60 menit	Menyampaikan materi	• Mendengarkan, membaca dan memberikan umpan balik terhadap materi yang disampaikan
4.	*Posttest*	15 menit	Melakukan *post-test* kepada peserta mengenai materi yang sudah diberikan	• Mengerjakan soal *post-test*
5.	DiDiskusi dan Tanya Jawab	10 menit	Memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan mengenai materi yang kurang dipahami	• Peserta mengajukan pertanyaan.

6.	Evaluasi	5 menit	Menanyakan kembalikepada pesertamengenai materi yang telah diberikan	• Peserta menjawab pertanyaan

Lampiran 2. Surat Permohonan Kesediaan Menjadi Responden

SURAT PERMOHONAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Kepada:

Yth. Saudari

Dengan hormat,

Yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas dr.Soebandi yang akan melaksanakan penelitian, berikut saya sebagai mahasiswa:

Nama : Adelia Gustina Dewi

NIM : 19050001

Judul Skripsi : " Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Personal Hygiene Remaja Saat Mentruasi Di Kelas VII Mts Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang"

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Personal Hygiene Remaja Saat Mentruasi Di Kelas VII Mts Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang. Maka saya mengharapkan bantuan Saudari untuk berpartisipasi dalam penelitian dengan menjadi responden pada penelitian ini.

Partisipasi Saudari bersifat bebas artinya tanpa adanya sanksi apapun. Semua informasi dan data pribadi Saudari atas penelitian ini tetap dirahasiakan oleh peneliti. Jika Saudari bersedia menjadi responden dalam penelitian ini, saya mohon untuk menandatangani formulir persetujuan menjadi peserta penelitian. Demikian permohonan saya atas kerjasama dan perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Jember, 10 Mei 2023

Adelia

Peneliti,

Lampiran 3. Persetujuan Menjadi Responden

PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Frisha Julia Agustino

Umur : 13 tahun

Menyatakan bersedia menjadi subjek (responden) dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas dr.Soebandi di bawah ini:

Nama : Adelia Gustina Dewi

NIM : 19050001

Judul : Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Personal Hygiene Remaja Saat Mentruasi Di Kelas VII Mts Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang

Saya telah mendapatkan informasi tentang penelitian tersebut dan mengerti tujuan dari penelitian tersebut, demikian pula kemungkinan manfaat dan resiko dari keikutsertaan saya. Saya telah mendapatkan kesempatan untuk bertanya dan seluruh pertanyaan saya telah dijawab dengan cara yang saya mengerti.

Saya mengerti bahwa keikutsertaan saya ini adalah sukarela dan saya bebas untuk berhenti setiap saat, tanpa memberikan alasan apapun. Dengan menandatangani formulir ini, saya juga menjamin bahwa setiap informasi yang saya berikan adalah benar.

Jember,.....2023

Responden,

(.....)

Lampiran 4. Lembar kusesioner pretest dan postest

Friska Julia Agustina
Kelas VII A

39

26

KUESIONER PENELITIAN
HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP
DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE
SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI

Berilah tanda check list pada jawaban yang menurut anda benar!

(B) : Benar

(S) : Salah

Pengetahuan Remaja Putri

NO	PERNYATAAN	B	S
1.	Yang dimaksud personal hygiene adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan tubuh bagian luar yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan dan mencegah infeksi.	✓	
2.	Yang dimaksud dengan personal hygiene saat menstruasi Suatu tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan kewanitaan seseorang pada saat menstruasi untuk kesejahteraan fisikdan psikis.	✓	
3.	Tujuan dari menjaga kebersihan organ kewanitaan pada saat menstruasi untuk menghambat pengeluaran darah haid yang akan keluar.		✓
4.	Membasuh alat kelamin tidak perlu membasuh tangan terlebih dahulu	✓	
5.	Pembalut wanita itu Perangkat yang digunakan oleh wanita di saat menstruasi, ini berfungsi untuk menyerap darah dari vagina supaya tidak meleber kemana-mana	✓	
6.	Jenis pembalut yang sebaiknya di gunakan pada saat menstruasi Pembalut tradisional/kain		✓
7.	Bahan pembalut yang sebaiknya digunakan pada saat menstruasi adalah pembalut yang berbahan lembut dan menyerap	✓	
8.	Sering mengganti pembalut saat menstruasi menyebabkan bakteri tidak mudah berkembang biak ke dalam vagina dan tidak menyebabkan infeksi	✓	

9.	Dampak pembalut bagi kesehatan dapat menyebabkan infeksi Saluran Reproduksi dan gatal-gatal		✓
10.	Jika menggunakan pembalut dapat membahayakan kesehatan, penyakit yang dapat timbul akibat kebiasaan menggunakan pembalut yaitu keputihan		✓
11.	Mengganti pembalut dalam sehari sebaiknya satu kali sehari		✓
12.	Cara membasuh kemaluan yang benar dari belakang kedepan	✓	

41

Sikap Remaja Putri

Petunjuk pengisian:
Berilah tanda (√) pada kotak jawaban yang sesuai dengan pendapat anda:
(SS) : Sangat Setuju **(S)** : Setuju

(TS) : Tidak Setuju **(STS)** : Sangat Tidak Setuju

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Informasi seputar kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi itu sangat penting.	✓			
2.	Teman adalah pemberi informasi seputar kebersihan organ kewanitaan.		✓		
3.	Yang dilakukan pertama sekali sebelum membasuh alat kelamin adalah mencuci tangan.			✓	
4.	Saat haid menggunakan pembalut dengan bahan yang mengandung parfum dan bisa di pakai seharian.			✓	
5.	Cara membersihkan/membasuh alat kelamin wanita adalah dari arah depan (vagina) ke belakang.				✓
6.	Membersihkan alat kelamin harus menggunakan sabun mandi			✓	
7.	Untuk menjaga kelembaban yang berlebihan didaerah kewanitaan, saya mengganti celana dalam minimal 2 kali sehari.			✓	
8.	Lebih baik menggunakan kain pembalut dari pada menggunakan pembalut yang bermerek		✓		

Perilaku pada remaja putri

Petunjuk pengisian:

a. Jawab pertanyaan dibawah ini dengan cara mengisi Ya atau Tidak dan jawabandiisi langsung oleh anda.
b. Bila ada yang kurang dimengerti bisa ditanyakan kepeneliti.

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1.	Kamu menggunakan pembalut saat menstruasi	✓	
2.	Kamu berusaha selalu menjaga kebersihan kemaluan saat menstruasi	✓	
3.	Usaha kamu untuk menjaga kebersihan kemaluan saat menstruasi dengan cara mengganti pembalut setiap 4 jam sekali dan segera mengganti celana dalam jika sudah terkena noda darah	.	✓
4.	Air bersih mengalir dengan selang yang kamu gunakan untuk membersihkan kemaluan saat menstruasi		✓
5.	Kamu gunakan handuk dan tissue toilet untuk mengeringkan kemaluan setelah membersihkan alat kelamin saat menstruasi	✓	
6.	Kamu mengganti pembalut saat menstruasi dengan cara membersihkan kemaluan terlebih dahulu dan dikeringkan dengan handuk atau tissue lalu menggunakan pembalut baru		✓
7.	Cara kamu membersihkan pembalut setelah pakai saat menstruasi di cuci dahulu baru dibuang	✓	
8.	Kamu biasa membuang bekas pembalut dibungkus lalu dibuang ke sampah.	✓	
9.	Kamu segera mengganti celana dalam yang terkena darah pada saat menstruasi		✓
10.	Kamu pergi ke layanan kesehatan bila ada masalah kesehatan saat menstruasi	✓	

Frisha Julia
MTs sunan ampel
Post test

39

KUESIONER PENELITIAN
HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP
DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE
SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI

Berilah tanda check list pada jawaban yang menurut anda benar!
(B) : Benar

(S) : Salah

Pengetahuan Remaja Putri

NO	PERNYATAAN	B	S
1.	Yang dimaksud personal hygiene adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan tubuh bagian luar yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan dan mencegah infeksi.	✓	
2.	Yang dimaksud dengan personal hygiene saat menstruasi Suatu tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan kewanitaan seseorang pada saat menstruasi untuk kesejahteraan fisikdan psikis.	✓	
3.	Tujuan dari menjaga kebersihan organ kewanitaan pada saat menstruasi untuk menghambat pengeluaran darah haid yang akan keluar.		✓
4.	Membasuh alat kelamin tidak perlu membasuh tangan terlebih dahulu		✓
5.	Pembalut wanita itu Perangkat yang digunakan oleh wanita di saat menstruasi, ini berfungsi untuk menyerap darah dari vagina supaya tidak meleber kemana-mana	✓	
6.	Jenis pembalut yang sebaiknya di gunakan pada saat menstruasi Pembalut tradisional/kain	✓	
7.	Bahan pembalut yang sebaiknya digunakan pada saat menstruasi adalah pembalut yang berbahan lembut dan menyerap	✓	
8.	Sering mengganti pembalut saat menstruasi menyebabkan bakteri tidak mudah berkembang biak ke dalam vagina dan tidak menyebabkan infeksi	✓	

40

9.	Dampak pembalut bagi kesehatan dapat menyebabkan infeksi Saluran Reproduksi dan gatal-gatal		✓
10.	Jika menggunakan pembalut dapat membahayakan kesehatan, penyakit yang dapat timbul akibat kebiasaan menggunakan pembalut yaitu keputihan		✓
11.	Mengganti pembalut dalam sehari sebaiknya satu kali sehari		✓
12.	Cara membasuh kemaluan yang benar dari belakang kedepan		✓

41

Sikap Remaja Putri

Petunjuk pengisian:
Berilah tanda (√) pada kotak jawaban yang sesuai dengan pendapat anda:
(SS) : Sangat Setuju **(S)** : Setuju

(TS) : Tidak Setuju **(STS)** : Sangat Tidak Setuju

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Informasi seputar kebersihan organ kewanitaan saat menstruasi itu sangat penting.	√			
2.	Teman adalah pemberi informasi seputar kebersihan organ kewanitaan.				√
3.	Yang dilakukan pertama sekali sebelum membasuh alat kelamin adalah mencuci tangan.		√		
4.	Saat haid menggunakan pembalut dengan bahan yang mengandung parfum dan bisa di pakai seharian.			√	
5.	Cara membersihkan/membasuh alat kelamin wanita adalah dari arah depan (vagina) ke belakang.	√			
6.	Membersihkan alat kelamin harus menggunakan sabun mandi		√		
7.	Untuk menjaga kelembaban yang berlebihan didaerah kewanitaan, saya mengganti celana dalam minimal 2 kali sehari.		√		
8.	Lebih baik menggunakan kain pembalut dari pada menggunakan pembalut yang bermerek	√			

CS Dipindai dengan CamScanner

Perilaku pada remaja putri

Petunjuk pengisian:

a. Jawab pertanyaan dibawah ini dengan cara mengisi Ya atau Tidak dan jawabandiisi langsung oleh anda.
b. Bila ada yang kurang dimengerti bisa ditanyakan kepeneliti.

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1.	Kamu menggunakan pembalut saat menstruasi	✓	
2.	Kamu berusaha selalu menjaga kebersihan kemaluan saat menstruasi	✓	
3.	Usaha kamu untuk menjaga kebersihan kemaluan saat menstruasi dengan cara mengganti pembalut setiap 4 jam sekali dan segera mengganti celana dalam jika sudah terkena noda darah	✓	
4.	Air bersih mengalir dengan selang yang kamu gunakan untuk membersihkan kemaluan saat menstruasi	✓	
5.	Kamu gunakan handuk dan tissue toilet untuk mengeringkan kemaluan setelah membersihkan alat kelamin saat menstruasi	✓	
6.	Kamu mengganti pembalut saat menstruasi dengan cara membersihkan kemaluan terlebih dahulu dan dikeringkan dengan handuk atau tissue lalu menggunakan pembalut baru	✓	
7.	Cara kamu membersihkan pembalut setelah pakai saat menstruasi di cuci dahulu baru dibuang	✓	
8.	Kamu biasa membuang bekas pembalut dibungkus lalu dibuang ke sampah.	✓	
9.	Kamu segera mengganti celana dalam yang terkena darah pada saat menstruasi	✓	
10.	Kamu pergi ke layanan kesehatan bila ada masalah kesehatan saat menstruasi	✓	

Lampiran 5. Tabulasi data Penelitian

Pengetahuan sebelum

RESPONDEN	PENGETAHUAN												TOT_P	%	KATEGORI
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12			
1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	5	42	KURANG
2	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	1	6	50	KURANG
3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	10	83	BAIK
4	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	6	50	KURANG
5	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	6	50	KURANG
6	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	8	67	KURANG
7	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	7	58	KURANG
8	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	5	42	KURANG
9	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	7	58	KURANG
10	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	11	92	BAIK
11	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	8	67	KURANG
12	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	9	75	KURANG
13	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	12	50	KURANG
14	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	11	92	BAIK
15	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	10	83	BAIK
16	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	10	83	BAIK
17	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	8	67	KURANG
18	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	9	75	KURANG
19	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	10	83	BAIK
20	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	9	75	KURANG
21	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	10	83	BAIK
22	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	6	50	KURANG
23	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	1	7	58	KURANG
24	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	9	75	KURANG
25	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	7	58	KURANG

26	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	9	75	KURANG
27	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	8	67	KURANG
28	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	7	58	KURANG
29	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	8	67	KURANG
30	1	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	9	75	KURANG
31	1	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	9	75	KURANG
32	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	9	75	KURANG
33	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	6	50	KURANG
34	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	9	75	KURANG
35	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	8	67	KURANG
36	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	10	83	BAIK
37	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	0	1	7	58	KURANG
38	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	6	50	KURANG
39	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	6	50	KURANG
40	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	8	67	KURANG

Jumlah tingkat pengetahuan sebelum dilakukan Pendidikan Kesehatan:

Baik = 10 orang (25%)

Kurang = 30 orang (75%)

Pretest sikap

SIKAP								TOT_S	%	KATEGORI
P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8			
1	0	1	1	0	1	1	0	5	63%	NEGATF
1	1	1	0	1	1	1	2	8	100%	POSITIF
1	1	1	0	0	0	1	2	6	75%	NEGATF
1	0	1	1	1	0	1	3	8	100%	POSITIF
1	0	1	1	0	0	0	2	5	63%	NEGATF
1	1	1	0	1	0	0	1	5	63%	NEGATF
1	0	1	1	0	0	0	2	5	63%	NEGATF
1	1	1	1	0	0	1	2	7	88%	POSITIF
1	0	1	0	1	1	1	1	6	75%	NEGATF
1	0	1	0	1	1	1	2	7	88%	POSITIF
1	1	1	0	1	1	1	2	8	100%	POSITIF
1	1	1	0	1	0	1	2	7	88%	POSITIF
1	0	1	0	1	1	1	1	6	75%	NEGATF
1	1	1	0	1	1	1	2	8	100%	POSITIF
1	1	1	0	1	0	1	2	7	88%	POSITIF
1	1	1	0	1	1	1	1	7	88%	POSITIF
1	1	1	0	1	1	1	1	6	75%	NEGATF
1	1	1	0	1	1	1	1	7	88%	POSITIF
1	1	1	0	1	0	1	2	7	88%	POSITIF
1	1	0	1	0	1	1	2	7	88%	POSITIF
1	1	1	0	1	1	1	0	6	75%	NEGATF
1	1	1	0	1	0	1	1	6	75%	NEGATF
1	1	1	0	1	0	1	1	6	75%	NEGATF
1	0	1	0	1	0	1	2	5	63%	NEGATF
1	0	0	0	0	0	1	1	3	38%	NEGATF
1	1	0	0	0	0	0	2	4	50%	NEGATF
1	1	1	0	1	0	0	0	4	50%	NEGATF
1	1	1	0	1	1	1	1	7	88%	POSITIF

1	0	1	0	0	1	0	1	6	75%	NEGATF
1	0	1	0	0	1	1	1	7	88%	POSITIF
1	0	1	0	0	1	0	1	6	75%	NEGATF
1	0	1	0	0	1	0	1	5	63%	NEGATF
1	1	1	1	1	1	1	1	8	100%	POSITIF
1	1	1	0	0	1	1	3	8	100%	POSITIF
1	1	0	1	0	1	1	1	6	75%	NEGATF
1	1	1	0	1	0	1	0	5	63%	NEGATF
1	1	1	0	1	1	1	1	7	88%	POSITIF
1	1	1	0	0	0	1	1	5	63%	NEGATF
1	1	1	1	1	1	1	1	8	100%	POSITIF
0	1	1	0	0	1	1	1	5	63%	NEGATF

Jumlah tingkatan sikap sebelum dilakukan Pendidikan Kesehatan:

Positif : 18 orang (45%)

Negatif : 22 orang (55%)

Pretest tindakan

TINDAKAN										TOT_T	%	KATEGORI
P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10			
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	8	80%	BAIK
1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	8	80%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	8	80%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	8	80%	BAIK
1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	8	80%	BAIK
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	7	70%	KURANG
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK

1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	8	80%	BAIK
1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	7	70%	KURANG
1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	8	80%	BAIK
1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	8	80%	BAIK
1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	8	80%	BAIK
1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	8	80%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	8	80%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9	90%	BAIK
1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	7	70%	KURANG
1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	6	60%	KURANG
1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	4	40%	KURANG
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	8	80%	BAIK
1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	8	80%	BAIK
1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	8	80%	BAIK
1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	8	80%	BAIK
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	8	80%	BAIK
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	8	80%	BAIK
1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	6	60%	KURANG
1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	8	80%	BAIK
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK

Jumlah tingkat Tindakan sebelum dilakukan Pendidikan Kesehatan:

Baik : 34 orang (85%)

Kurang : 6 orang (15%)

Postets pengetahuan

RESPONDEN	PENGETAHUAN												TOT_P	%	KATEGORI
	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12			
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	7	58	KURANG
2	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	10	83	BAIK
3	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	11	92	BAIK
4	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	10	83	BAIK
5	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	7	58	KURANG
6	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	9	75	KURANG
7	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	0	10	83	BAIK
8	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	10	83	BAIK
9	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	8	67	KURANG
10	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	12	100	BAIK
11	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	12	100	BAIK
12	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	10	83	BAIK
13	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	12	100	BAIK
14	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	11	92	BAIK
15	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	12	100	BAIK
16	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	10	83	BAIK
17	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	11	92	BAIK
18	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	8	67	KURANG
19	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	12	100	BAIK
20	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	8	67	KURANG
21	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	12	100	BAIK
22	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	6	50	KURANG
23	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	7	58	KURANG
24	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	8	67	KURANG
25	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	7	58	KURANG
26	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	9	75	KURANG
27	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	7	58	KURANG
28	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	7	58	KURANG

29	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	7	58	KURANG
30	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	8	67	KURANG
31	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	10	83	BAIK
32	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	11	92	BAIK
33	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	8	67	KURANG
34	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	10	83	BAIK
35	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	0	8	67	KURANG
36	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	10	83	BAIK
37	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	7	58	KURANG
38	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	0	6	50	KURANG
39	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	6	50	KURANG
40	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	8	67	KURANG

Jumlah tingkat pengetahuan sesudah dilakukan Pendidikan Kesehatan:

Baik : 19 orang (47,5%)

Kurang : 21 orang (52,5%)

Posttest sikap

SIKAP								TOT_S	%	KATEGORI
P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8			
1	1	0	1	0	1	1	1	6	75%	NEGATF
1	1	1	0	1	1	1	1	7	88%	POSITIF
1	1	1	0	1	0	1	1	6	75%	NEGATF
1	0	1	0	1	0	1	0	4	50%	NEGATF
1	0	1	0	1	0	1	1	5	63%	NEGATF
1	1	1	0	1	0	0	1	5	63%	NEGATF
1	0	1	0	1	0	0	1	5	63%	NEGATF
1	1	1	0	1	0	1	1	6	75%	NEGATF
1	0	1	0	1	0	1	1	7	88%	POSITIF
1	1	1	1	0	1	1	1	7	88%	POSITIF
1	1	1	0	1	0	1	1	8	100%	POSITIF

1	1	1	0	1	0	0	1	7	88%	POSITIF
1	0	1	0	1	3	1	1	8	100%	POSITIF
1	1	1	0	1	0	1	1	8	100%	POSITIF
1	1	1	0	1	0	0	1	7	88%	POSITIF
1	1	1	0	1	0	1	1	7	88%	POSITIF
1	1	1	0	1	0	1	1	7	88%	POSITIF
3	1	1	0	1	0	1	1	8	100%	POSITIF
1	1	1	0	1	1	1	1	7	88%	POSITIF
1	1	1	0	1	1	1	1	7	88%	POSITIF
1	1	1	1	1	1	1	1	8	100%	POSITIF
1	0	1	0	1	0	1	1	6	75%	NEGATF
1	1	1	0	1	0	1	1	6	75%	NEGATF
1	1	1	0	1	0	1	1	6	75%	NEGATF
1	1	1	0	1	0	1	1	6	75%	NEGATF
1	1	1	0	1	1	1	1	7	88%	POSITIF
1	1	1	0	1	0	1	1	5	63%	NEGATF
1	1	1	0	1	1	1	1	7	88%	POSITIF
1	1	1	0	1	1	1	1	7	88%	POSITIF
1	1	1	0	1	1	1	1	7	88%	POSITIF
1	0	1	0	1	1	1	1	6	75%	NEGATF
1	0	1	0	1	1	1	1	6	75%	NEGATF
1	1	1	0	1	1	1	1	8	100%	POSITIF
1	1	1	0	1	0	1	1	8	100%	POSITIF
1	1	1	0	1	0	1	0	6	75%	NEGATF
1	1	1	0	1	0	1	0	7	88%	POSITIF
1	1	1	0	1	0	1	1	7	88%	POSITIF
1	1	1	0	1	0	1	1	6	75%	NEGATF
1	1	1	0	1	0	1	1	8	100%	POSITIF
1	1	1	0	1	0	1	1	6	75%	NEGATF

Jumlah tingkat sikap sesudah dilakukan Pendidikan Kesehatan:

Positif : 24 orang (60%)

negatif : 16 orang (40%)

Posttest tindakan

PERILAKU										TOT_P	%	KATEGORI
P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10			
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	9	90%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	6	60%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	7	70%	BAIK
1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	8	80%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	8	80%	BAIK
1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	7	70%	BAIK
1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	8	80%	BAIK
1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	7	70%	BAIK

1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	8	80%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	100%	BAIK
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	9	90%	BAIK
1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	8	80%	BAIK

Jumlah tingkat Tindakan sesudah dilakukan Pendidikan Kesehatan:

Baik : 36orang (90%)

Kurang : 4 orang (10%)

Lampiran 6. Hasil analisis SPSS uji Wilcoxon

Tindakan

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest - pretest	Negative Ranks	0[a]	.00	.00
	Positive Ranks	10[b]	5.50	55.00
	Ties	30[c]		
	Total	40		

a. posttest < pretest

b. posttest > pretest

c. posttest = pretest

Test Statistics[a]

	posttest – pretest
Z	-2.970[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	.003

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Pengetahuan

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest - pretest	Negative Ranks	6[a]	7.50	45.00
	Positive Ranks	19[b]	14.74	280.00
	Ties	15[c]		

	Total	40		

a. posttest < pretest

b. posttest > pretest

c. posttest = pretest

Test Statistics[a]

	posttest – pretest
Z	-3.234[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Sikap

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest - pretest	Negative Ranks	3[a]	10.33	31.00
	Positive Ranks	15[b]	9.33	140.00
	Ties	22[c]		
	Total	40		

a. posttest < pretest

b. posttest > pretest

c. posttest = pretest

Test Statistics[a]

	posttest – pretest
Z	-2.460[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	.014

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Lampiran 7. Hasil Layak Etik

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

Universitas dr. Soebandi
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
(KEPK)
HEALTH RESEARCH ETICS COMMITEE
dr. Soebandi No. 99 Jember

kepk@uds.ac.id (0331)483 536 etik.uds.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"

No.426/KEPK/UDS/VIII/2023

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Adelia Agustina Dewi
Principal In Investigator

Nama Institusi : Universitas dr. Soebandi
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PERILAKU PERSONAL HYGIENE REMAJA SAAT MENSTRUASI DI KELAS VII MTS SUNAN AMPEL DESA SEMEMU KECAMATAN PASIRIAN KABUPATEN LUMAJANG"

"THE EFFECT OF HEALTH EDUCATION ON ADOLESCENT PERSONAL HYGIENE BEHAVIOR DURING MENSTRUATION IN VII GRADE MTS SUNAN AMPEL, SEMEMU, PASIRIAN,LUMAJANG"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Concent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 11 Agustus 2023 sampai dengan tanggal 11 Agustus 2024.

This declaration of ethics applies during the period August 11, 2023 until August 11, 2024.

August 11, 2023
Professor and Chairperson,

Rizki Fitrianingtyas, SST, MM, M.Keb

Lampiran 8. Syrat Izin Penelitian

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,
E_mail :fikes@uds.ac.id Website: http://www.uds.di.ac.id

Nomor : 6855/FIKES-UDS/U/VIII/2023
Sifat : Penting
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth.
Bapak/ Ibu Kepala Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Kabupaten Jember
Di
TEMPAT

Assalaamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh.
Teriring doa semoga kita sekalian selalu mendapatkan lindungan dari Allah SWT dan sukses dalam melaksanakan tugas sehari-hari. Aamiin.

Sehubungan dengan adanya kegiatan akademik berupa penyusunan Skripsi sebagai syarat akhir menyelesaikan Pendidikan Tinggi Universitas dr. Soebandi Jember Fakultas Ilmu Kesehatan., dengan ini mohon bantuan untuk melakukan ijin penelitian serta mendapatkan informasi data yang dibutuhkan, adapun nama mahasiswa :

Nama	:	Adelia Gustina Dewi
Nim	:	19050001
Program Studi	:	SI Kebidanan
Waktu	:	12 Agustus 2023
Lokasi	:	Mts sunan Ampel Desa Sememu kecamatan pasirian kabupaten lumajang
Judul	:	Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap perilaku personal hygiene remaja saat saat menstruasi di kelas VII MTS Sunan Ampel Desa Sememu kecamatan pasirian kabupaten lumajang

Untuk dapat melakukan Ijin Penelitian pada lahan atau tempat penelitian guna penyusunan dari penyelesaian Tugas Akhir.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya yang baik, disampaikan terima kasih.
Wassalaamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh.

Jember, 14/08/2023

Universitas dr. Soebandi
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

apt. Lindawati Setyaningrum., M.Farm
NIK. 19890603 201805 2 148

Lampiran 9. Rekomendasi BAKESBANGPOL

PEMERINTAH KABUPATEN LUMAJANG
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
Jalan: Jendral A. Yani KutorenonNo. 209 Telp./Fax. (0334) 881586
e-mail: kesbangpol@lumajangkab.go.id
LUMAJANG

Lumajang, 14 Agustus 2023

Nomor : 072/ 1375 /427.75/2023
Sifat : Biasa
Lampiran : 1 (satu) lembar
Hal : Pemberitahuan Penelitian

Yth. Kepala Sekolah MTs Sunan Ampel
Sememu
Di
PASIRIAN

Menindaklanjuti surat dari Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember No. 6855/FIKES-UDS/U/VIII/2023 tanggal 14 Agustus 2023 perihal Permohonan Ijin Penelitian. Selanjutnya mohon dibantu kelancaran dalam bentuk fasilitasi Penelitian dengan judul "***Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Perilaku Personal Hygiene Remaja Saat Menstruasi di Kelas VII MTs Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang***" dari :

Nama Pemohon	:	ADELIA GUSTIANA DEWI
Nomor NIM	:	19050001
Alamat Pemohon	:	Dusun Kebonan Desa Pasirian
Waktu pelaksanaan	:	Agustus 2023
Lokasi Penelitian	:	Mts Sunan Ampel Desa Sememu
No. Hp Pemohon	:	085 853 737 586

Catatan: Hal-hal yang harus diperhatikan oleh yang bersangkutan:
a. Berkewajiban menghormati dan mentaati peraturan dan tata tertib yang berlaku didaerah setempat;
b. Pelaksanaan penelitian/survey/research agar tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan keamanan dan ketertiban di daerah setempat;
c. Laporan ditujukan kepada Bupati melalui Bakesbangpol **paling lambat 2 minggu setelah kegiatan selesai dilaksanakan** sudah diterimakan melalui Bakesbangpol Kab. Lumajang;
d. Kebutuhan komunikasi lanjutan kepada Bakesbangpol dapat dilakukan melalui petugas **cp. 0822-4544-2282 a.n Vivin Nur Hidayah.**

Demikian untuk menjadikan maklum, atas bantuan dan kerjasama yang baik disampaikan terima kasih.

a.n Plt. KEPALA BAKESBANGPOL
Kepala Bidang HAL,

SABAR SANTOSO,S.Sos
NIP. 19671226 198903 1 006

Tembusan :
Yth. 1. Bupati Lumajang melalui Sekda (sebagai laporan);
2. Ka. Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kab. Lumajang;
3. Camat Pasirian;
4. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember.

Lampiran 10. Surat Keterangan Penelitian

LEMBAGA PENDIDIKAN MA'ARIF NU KABUPATEN LUMAJANG
MTs. SUNAN AMPEL SEMEMU
TERAKREDITASI B NSM : 121235080033 NPSN : 20581384
AKTE NOTARIS MUNYATI SULLAM, SH.,MA. NO. AHU-119.AH.01.08. TAHUN 2015
Jln Madurejo Sememu Desa Sememu Kec. Pasirian Kab. Lumajang
e-mail : [illegible]

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : 522 / MTs.SA / 416/A-IV / VIII / 2023

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: Anis Anshori, S.Pd.I
Jabatan	: Kepala Madrasah Sunan Ampel Sememu
Alamat	: Jl. Madurejo Sememu Kecamatan Pasirian-Lumajang

Menerangkan bahwa

Nama	: Adelia Gustina Dewi
NIM	: 19050001
Fakultas	: Ilmu Kesehatan
Program Studi	: S1 Kebidanan
Lembaga Pendidikan	: Universitas dr. Soebandi Jember

Yang bersangkutan telah selesai melakukan penelitian di MTs. Sunan Ampel Sememu dari tanggal 15 sampai dengan 16 Agustus 2023 dengan judul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Personal Hygiene Remaja Saat Menstruasi Di Kelas VII MTs. Sunan Ampel Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang "

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya dan untuk dapat digunakan seperlunya.

Pasirian, 16 Agustus 2023
Kepala Madrasah

LEMBAGA PENDIDIKAN MA'ARIF NU MTs SUNAN AMPEL TERAKREDITASI B PASIRIAN - LUMAJANG

ANIS ANSHORI,S.Pd.I

Lampiran 11. Dokumentasi kegiatan penelitian

PENILAIAN KINERJA KEPALA MADRASAH (PKKM)
EMPAT (IV) TAHUNAN
di MTs SUNAN AMPEL SEMEMU
SEMEMU - PASIRIAN - LUMAJANG

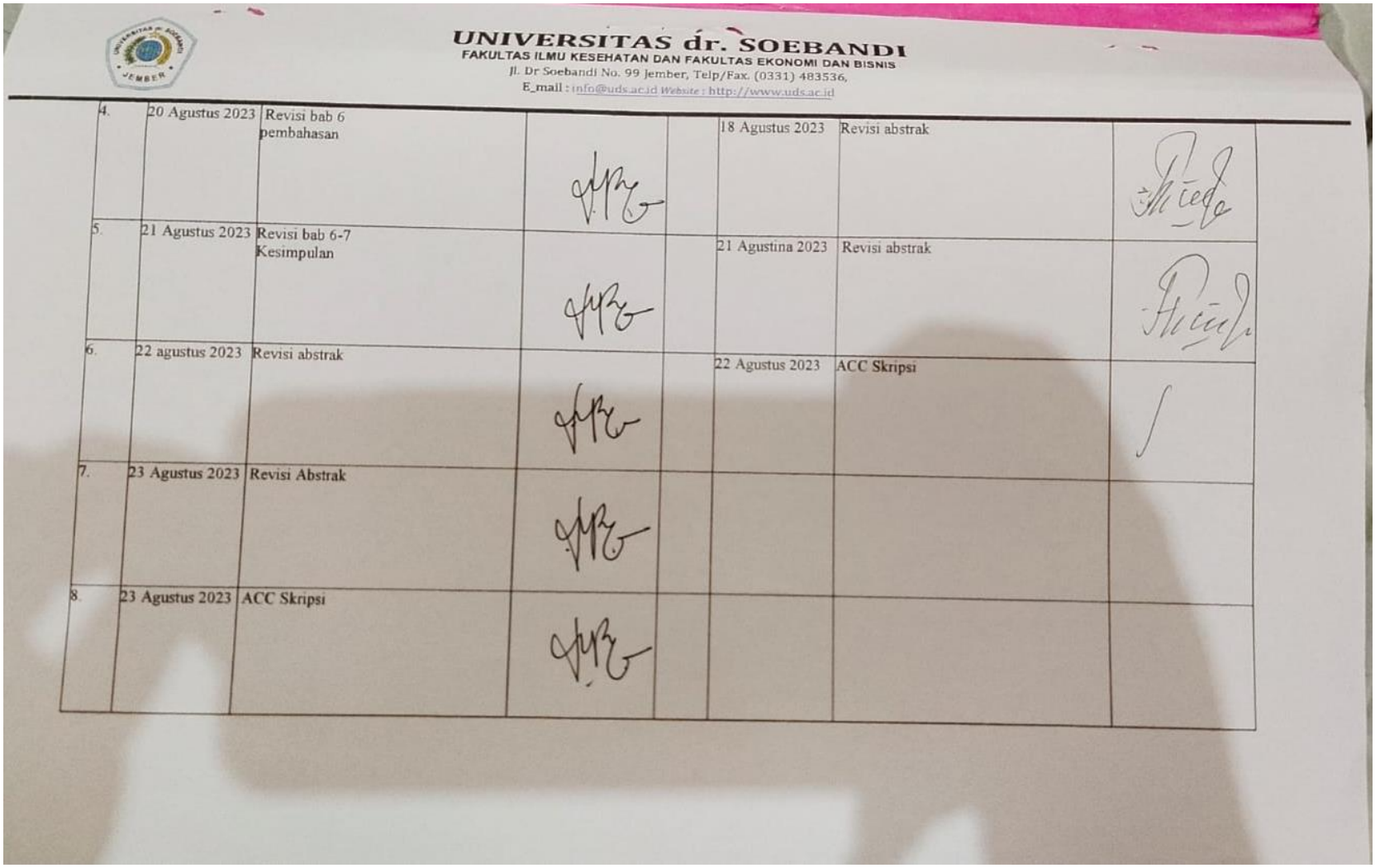
Lembar Bimbingan

UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember Telp/Fax (0331) 483536,
E_mail : info@unds.ac.id Website : http://www.uds.ac.id

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR
PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KRSSEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

Nama Mahasiswa : Adelia Gustina Dewi
NIM : 1905001
Judul : Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku *Personal Hygiene* Remaja Saat Menstruasi Di Kelas VII MTS Sunan Ampel Desa Sememu Kecamatan Pasirian Kabupaten Lumajang

No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
1.	15 agustus 2023	Konsultasi bab 5 Revisi bab 5 hasil		14	agustus 2023	Konsultasi bab 5 Revisi Hasil penelitian	
2.	18 agustus 2023	Konsultasi bab 5-6 Revisi di kesimpulan		15	Agustus 2023	Revisi bab 5-6 Hasil dan pembahasan	
3.	19 agustus 2023	Revisi bab 5 dan 6 Hasil dan pembahasan		16	Agustus 2023	Revisi bab 6 pembahasan	



UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,
E_mail : info@uds.ac.id Website : http://www.uds.ac.id

4.	20 Agustus 2023	Revisi bab 6 pembahasan			18 Agustus 2023	Revisi abstrak	
5.	21 Agustus 2023	Revisi bab 6-7 Kesimpulan			21 Agustina 2023	Revisi abstrak	
6.	22 agustus 2023	Revisi abstrak			22 Agustus 2023	ACC Skripsi	
7.	23 Agustus 2023	Revisi Abstrak					
8.	23 Agustus 2023	ACC Skripsi					

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN PROPOSAL SKRIPSI/TUGAS AKHIR
PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

Nama Mahasiswa : **Adelia Gustina Dewi**
NIM : **19050001**
Judul : **PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PERILAKU PERSONAL HYGIENE REMAJA SAAT MENSTRUASI DI KELAS VII MTS SUNAN AMPEL DESA SEMEMU KECAMATAN PASIRIAN KABUPATEN LUMAJANG**

No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
1.	27-01-2021	Mengajukan judul dan konsultasi bab 1 1. Justifikasi masalah 2. Kronologi 3. Dampak dan solusi			4-02-2023	Mengajukan dan konsultasi judul dari masalah	
2.	23-02-2023	Bab 1: 1. justifikasi masalah 2. Revisi bab 1 Bab 2			16-02-2023	Bab 1 1. Menjabarkan faktoe penyebab 2. Solusi 3. Dampak dari masalah 4. Justifikasi kassu wilayah penelitian	
3.	28-02-2023	Bab 2: di tambahkan tentang kualifikasi perilaku., di tambahkan tentang personal hygine			20-0202023	Bab 1 di lengkapi dan pembenaran kata-kata yang kurat tepat Bab 2	

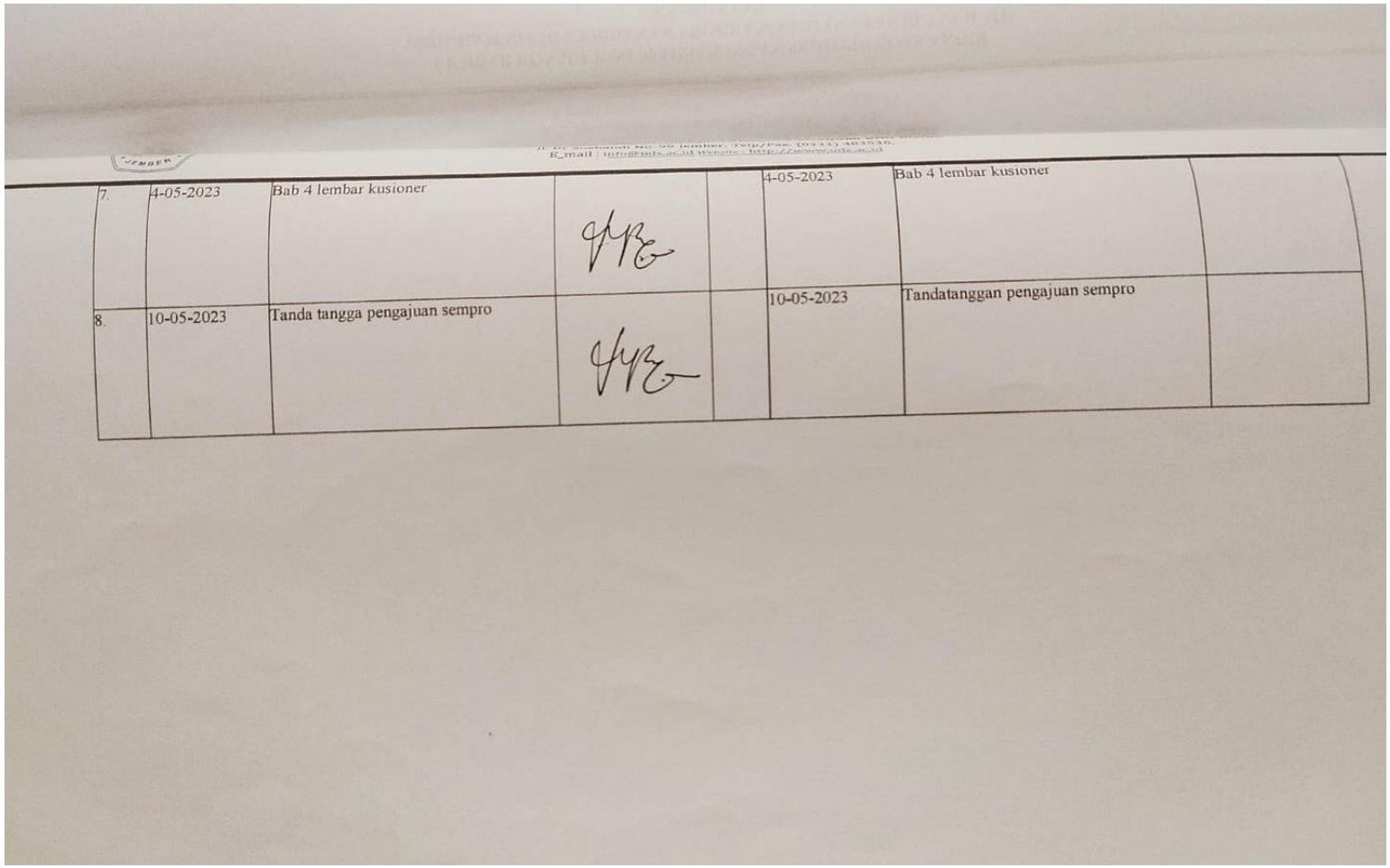
LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBINGAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR
PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI

Nama Mahasiswa : **Adelia Gustina Dewi**

NIM :**19050001**

Judul : **PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PERILAKU PERSONAL HYGIENE REMAJA SAAT MENSTRUASI DI KELAS VII MTS SUNAN AMPEL DESA SEMEMU KECAMATAN PASIRIAN KABUPATEN LUMAJANG.**

	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Utama	No	Tanggal	Materi yang Dikonsulkan dan Masukan Pembimbing	TTD Pembimbing Anggota
4.	1-03-2023	Bab 2 di tambahkan teori yang kurang Bab 3 perbaikan kerangka konsep			18-04-2023	Bab 2 penambahan teori yang kurang tepat Bab 3 pembenaran kerangka teori Bab 4 perbaikan definisi oprasional	
5.	18-04-2023	Bab 3 perbaikan kerangka konsep Bab 4 rumus sample,definisi oprasional			2-05-2023	bab 4 analisis data univariat dan bivariat	
6.	3-05-2023	Bab 4 analisis devinisi oprasional dan analisis univariat dan bivariat Lembar kuisioner			3-05-2023	Bab 4 analisis data univariat dan bivariat Lembar kusioner	



7.	4-05-2023	Bab 4 lembar kusioner			4-05-2023	Bab 4 lembar kusioner	
8.	10-05-2023	Tanda tangga pengajuan sempro			10-05-2023	Tandatanggan pengajuan sempro	

No	Jadwal kegiatan	November 2022				Desember 2022				Januari 2023				Februari 2023				Maret 2023				April 2023				Mei 2023				Juni 2023				Juli 2023				Agustus 2023			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Informasi Penyelenggaraan Skripsi																																						
2.	Proses Bimbingan Dan Penyusunan Proposal																																						
3.	Seminar Proposal																																						
4.	Revisi Dan Persetujuan Proposal Oleh Penguji																																						
5.	Pengumpulan Proposal																																						
6.	Etik Penelitian																																						
7.	Izin Penelitian BAKESBANGPOL																																						
8.	Pelaksanaan Sidang Skripsi																																						
9.	Revisi Dan Persetujuan Skripsi Oleh Penguji																																						
10.	Penyerahan Hasil Skripsi																																						
11.	Publikasi																																						

CURRICULUM VITAE

Nama	: Adelia Gustina Dewi
Tempat, tanggal lahir	: Lumajang, 19 Agustus 2000
Alamat	: Jalan Veteran No.12 Dusun Kebonan RT 04/RW 01, Kecamatan Pasirian, Kabupaten Lumajang, Jawa Timur
Agama	: Islam
Nomer handphone	: 085853737586
Email	: adelia.lmj2018@gmail.com

LATAR BELAKANG PENDIDIKAN

2007-2013	SDN 05 Pasirian
2013-2016	SMPN 2 Pasirian
2016-2019	SMAN 1 Pasirian
2019-2023	Universitas dr.Soebandi Jember

RIWAYAT ORGANISASI

2020-2021	Staff Dept AKDK HIMABI UDS
2021-2022	Staff Ekonomi Kreatif BEM UDS