

Hubungan Tingkat Pengetahuan Personal Hygiene terhadap Perilaku Personal Hygiene Remaja Saat Menstruasi: *Literature Review*

Relationship of the Level Personal Hygiene Knowledge with the Personal Hygiene Behavior of Adolescents During Menstruation: Literature Review

Rina Lestari^{1*}, Friska Realita², Hanifatur Rosyida³

¹Prodi Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Islam Sultan Agung

²Prodi Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Islam Sultan Agung

³Prodi Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Islam Sultan Agung

*Korespondensi Penulis: rinalestari.2711@gmail.com

Abstrak

Latar belakang: Masa remaja merupakan masa peralihan yang ditandai dengan perubahan fisik, emosi, dan psikis. Pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang signifikan, serta perubahan fisik, sosial dan mental. Menjaga personal hygiene saat menstruasi sangat penting untuk mencegah terjadinya masalah kesehatan reproduksi pada remaja. Kebersihan diri saat menstruasi (menstrual hygiene) merupakan tindakan untuk menjaga kesehatan dan kebersihan areaewanitaan pada saat menstruasi. Jika tidak menjaga kebersihan selama menstruasi, akan berisiko terkena infeksi saluran reproduksi. Kurangnya pengetahuan tentang personal hygiene saat menstruasi banyak dialami oleh remaja yang baru mengalami masa awal menstruasi.

Tujuan: Menganalisis hasil penelitian selama sepuluh tahun terakhir terkait hubungan tingkat pengetahuan personal hygiene dengan perilaku personal hygiene remaja saat menstruasi.

Metode: Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode literature review dimana peneliti mengkaji secara kritis ide-ide yang terkandung dalam beberapa penelitian. Metode penelusuran dilakukan dengan menggunakan analisis PICO yaitu remaja usia 10-17 tahun, intervensinya adalah tingkat pengetahuan yang dimiliki remaja terkait personal hygiene saat menstruasi antar yang memiliki pengetahuan yang cukup dan tidak, hasilnya berkaitan dengan remaja dalam melakukan personal hygiene saat menstruasi. Pencarian artikel ini dilakukan pada sejumlah database ilmiah seperti pubmed dan google scholar.

Hasil: Dari analisis 10 artikel dengan 6 jurnal nasional dan 4 jurnal internasional, terdapat hubungan tingkat pengetahuan personal hygiene dengan perilaku personal hygiene remaja saat menstruasi.

Kesimpulan: Tingkat pengetahuan berpengaruh besar terhadap perilaku personal hygiene saat menstruasi.

Kata Kunci: Tingkat Pengetahuan Remaja Putri; Tingkat Pengetahuan Personal Hygiene Menstruasi; Personal Hygiene Menstruation

Abstract

Introduction: Maintaining personal hygiene during menstruation is very important to prevent reproductive health problems in teenagers. Lack of knowledge about personal hygiene during menstruation is often experienced by teenagers who are just experiencing the beginning of menstruation.

Objective: Analyze the result of research over the last ten years regarding the relationship between the level of personal hygiene knowledge and the personal hygiene behavior of adolescents during menstruation.

Method: The method used in the research is the literature review method where the research critically examines the ideas contained in several studies. The search method was carried out using PICO analysis, namely teenagers aged 10-17 years, the intervention was the level of knowledge that teenagers had regarding personal hygiene during menstruation between those who had sufficient knowledge and those who did not, the results were related to teenagers in carrying out personal hygiene during menstruation. This article was searched for in a number of scientific databases such as pubmed and Google Scholar.

Result: From the analysis of 10 articles in 6 national and 4 international journals, there is a relationship between the level of personal hygiene knowledge and the personal hygiene behavior of teenagers during menstruation.

Conclusion: The level of knowledge has a big influence on personal hygiene behavior during menstruation

Keywords: Knowledge Level of Young Women; Personal Menstrual Hygiene Knowledge Level; Personal Menstrual Hygiene

PENDAHULUAN

Menurut astuti ratnadevi 2017, masa remaja merupakan masa peralihan yang ditandai dengan perubahan fisik, emosi, dan psikis. Pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang signifikan, serta perubahan fisik, sosial dan mental. Secara umum kematangan fisik pada remaja lebih cepat dibandingkan dengan kematangan psikososial. Pubertas diikuti dengan perubahan pertumbuhan, munculnya peluang yang berbeda-beda dan seringkali berisiko terhadap kesehatan sistem reproduksi kaum muda. Kesehatan reproduksi remaja yang sering terjadi yaitu masalah seksual yang berhubungan dengan penyakit menular seksual, infeksi saluran kemih, masalah kesehatan dan kebersihan saat menstruasi. Menstruasi merupakan salah satu indikator kematangan seksual pada remaja putri. Menstruasi dikaitkan dengan kurangnya kebersihan diri saat menstruasi, yang dapat membahayakan kesehatan remaja (1).

Berdasarkan data WHO (World Health Organization), angka kejadian perilaku personal hygiene saat menstruasi yang buruk di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan disetiap dunia tanpa sadar melakukannya. Berdasarkan data dari Kementerian kesehatan RI, 2017 di Indonesia menunjukkan bahwa sebanyak 5,2 juta remaja putri yang sering mengalami keluhan setelah menstruasi akibat tidak menjaga kebersihannya yaitu pruritus vulvae ditandai dengan adanya sensasi gatal pada alat kelamin wanita. Dan berdasarkan data statistik di Indonesia dari 69.4 juta jiwa remaja yang ada di Indonesia terdapat sebanyak 63 juta remaja berperilaku hygiene sangat buruk. Seperti kurangnya tindakan merawat kesehatan organ reproduksi ketika mengalami menstruasi.

Keberhasilan dalam melakukan personal hygiene saat menstruasi juga dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti pengetahuan remaja, pendidikan orang tua, sosial-ekonomi keluarga, ketersediaan sarana seperti fasilitas toilet yang bersih, air bersih, terjaganya privasi, serta mitos yang beredar di kalangan masyarakat. Dukungan keluarga adalah perhatian, kenyamanan, penghargaan, perhatian, kedamaian, dan bantuan yang diberikan orang lain (orang tua) kepada seseorang. Dukungan keluarga sangat berpengaruh terhadap personal hygiene remaja pada situasi awal menstruasi. Jika anak tidak mendapat dukungan keluarga seperti pengetahuan, perasaan, penghargaan dan perlengkapan, hal ini mempengaruhi kebersihan diri saat menstruasi. Perilaku merupakan hasil hubungan antara rangsangan dan tanggapan. Tujuan dari studi ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang dapat mempengaruhi perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri.(2)

Badan Pusat Statistik Jawa Barat jumlah remaja mencapai 10,8 juta jiwa atau sebesar 21,8% dari total penduduk di Jawa Barat, masalah itu terjadi dikarenakan masih banyak remaja yang berperilaku kurang memperhatikan personal hygiene saat menstruasi (3). Provinsi Jawa barat menunjukkan bahwa 83% remaja tidak tahu tentang konsep kesehatan reproduksi yang benar, sedangkan 74% remaja kurang memiliki dukungan keluarga saat menstruasi (4). Perilaku kesehatan merupakan perilaku kebersihan diri yang sangat penting karena jika tidak dilakukan dengan benar dapat menyebabkan infeksi reproduksi, jamur dan bakteri. Perilaku yang kurang dalam merawat daerah kewanitaan sejumlah 30% yang diakibatkan lingkungan yang buruk atau tidak sehat dan 70% di akibatkan oleh penggunaan pembalut yang kurang tepat ketika menstruasi. Untuk mendukung pembangunan remaja di Indonesia, pemerintah telah membuat berbagai kebijakan terkait kesehatan seksual dan reproduksi remaja, kesehatan mental, perlindungan anak, dan peningkatan kualitas pemuda, sesuai amanat Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024 serta Prioritas Nasional dalam Rencana Kerja Pemerintah (RKP) 2021 untuk meningkatkan SDM yang berkualitas dan berdaya saing (5).

Kebersihan diri saat menstruasi (menstrual hygiene) merupakan tindakan untuk menjaga kesehatan dan kebersihan area kewanitaan pada saat menstruasi. Jika tidak menjaga kebersihan selama menstruasi, akan berisiko terkena infeksi saluran reproduksi. Penyebabnya adalah karena saat menstruasi menghasilkan darah kotor, pada saat menstruasi pembuluh darah di rahim mudah terinfeksi, darah dan keringat keluar dan menempel di vulva sehingga menyebabkan area genital menjadi lembab. Jika tidak menjaga kebersihan alat genitalia dengan baik, dalam kondisi lembab, jamur dan bakteri di area genitalia akan tumbuh sehingga menimbulkan rasa gatal dan infeksi di area tersebut. Salah satu keluhan yang dirasakan pada menstruasi adalah rasa gatal yang disebabkan oleh jamur kandida yang akan subur tumbuhnya pada saat haid serta dapat menyebabkan keputihan yang bisa disebabkan karena pemakaian pantyliner yang tidak berkesinambungan

Berdasarkan data WHO (World Health Organization), pada usia 10 s.d 14 tahun remaja putri umumnya akan mempunyai permasalahan yang berkaitan reproduksinya. Data statistik Indonesia menunjukkan 43.3 juta jiwa remaja putri usia 10 s.d 14 tahun mempunyai perilaku yang sangat buruk terhadap hygiene. Menstruasi sekitar 97,5% serta di Indonesia sekitar 1% dari semua remaja putri yang menstruasi membawa masalah bakteri staphylococcus aureus dalam vagina mereka. Perilaku hygiene merupakan tema yang penting yang perlu ditelaah secara mendalam. Salah satu upaya untuk mengurangi gangguan pada saat menstruasi yaitu membiasakan diri dengan perilaku personal hygiene.

Sebagian remaja belum mengetahui cara personal hygiene saat menstruasi yang baik dan benar, kapan harus mengganti pembalut dan cara mencuci pembalut (6) hal tersebut dikarenakan kurangnya informasi yang

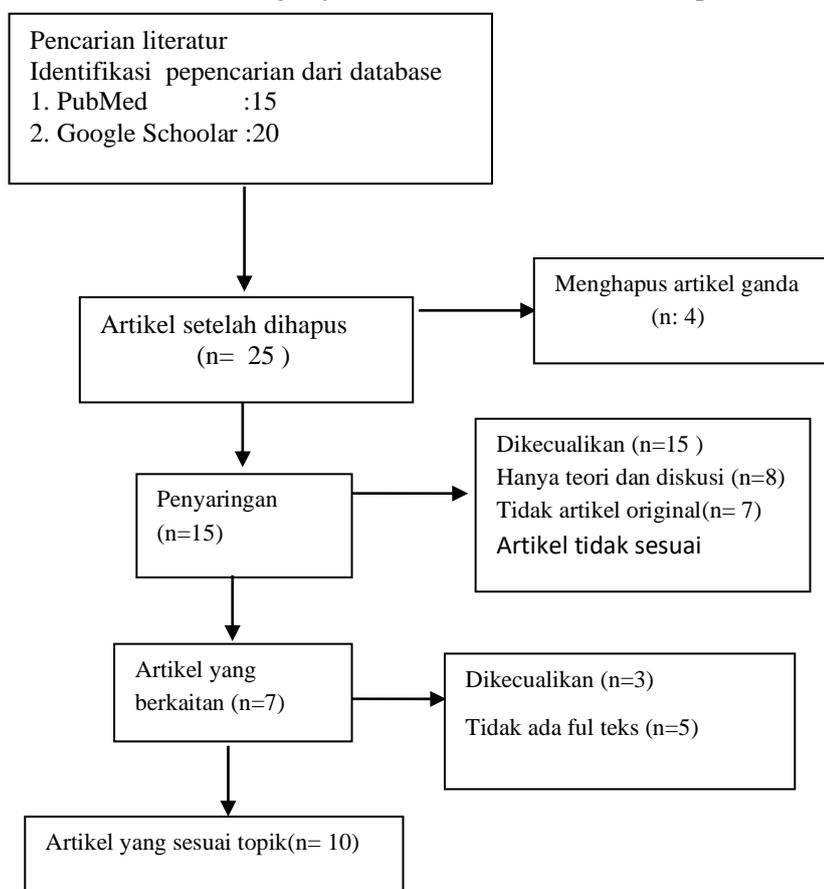
remaja dapatkan. fenomena praktik hygiene menstruasi pada remaja masih tergolong rendah. Hal tersebut dapat terjadi karena masyarakat menganggap bahwa menstruasi adalah hal yang sangat pribadi dan jarang dibahas didepan publik atau diajarkan secara terbuka. Informasi tentang mestruasi dan praktik hygiene menstruasi sangat penting bagi seorang remaja putri. Kesadaran remaja putri perlu ditingkatkan terkait dengan perilaku personal hygiene secara benar dan tepat pada saat terjadi menstruasi. (7)

Rendahnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi akan memungkinkan perempuan tidak berperilaku hygiene pada saat menstruasi yang dapat membahayakan kesehatan reproduksinya sendiri (8). Vulva hygiene saat menstruasi dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Dalam hal ini, tingkat pengetahuan remaja terkait personal hygiene berpengaruh terhadap perilaku personal hygiene saat menstruasi. Kemenkes, 2017 merekomendasikan pada guru dan pengelola sekolah untuk menyampaikan materi kebersihan menstruasi sebagai bagian dalam pembelajaran kesehatan reproduksi di sekolah, melaksanakan MKM sebagai salah satu kegiatan wajib pada uUsaha Kesehatan Sekolah (UKS), menyediakan jamban yang ramah anak untuk siswi, menyediakan pembalut dan obat pereda nyeri di ruang UKS (9). Berdasarkan data diatas, maka penyusunan *literature review* ini menganalisis hubungan tingkat pengetahuan remaja dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi

METODE

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode literature review dimana peneliti mengkaji secara kritis gagasan yang terdapat pada beberapa penelitian. Sumber artikel penelitian yang didapatkan melalui database pencarian PubMed dan Google Scholar. Metode pencarian dilakukan dengan analisis PICO, yaitu population (Remaja usia 10-19 tahun), intervention (tingkat pengetahuan yang tinggi), comparison (tingkat pengetahuan yang rendah), dan outcome, yaitu terdapat hubungan tingkat pengetahuan remaja dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi.

Dalam pencarian jurnal ini menggunakan kata kunci yaitu tingkat pengetahuan personal hygiene menstuasi, tingkat pengetahuan remaja putri, menstrual hygiene. Dari hasil pencarian artikel melalui media Google Scholar dan PubMed, setelah itu artikel berdasarkan yang dibahas didapatkan 4 jurnal internasional dan 6 jurnal nasional yang masuk dalam kriteria pencarian penulis yang berkaitan dengan hubungan tingkat pengetahuan remaja dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi. Tahun terbit jurnal yang digunakan adalah diterbitkan pada 10 tahun terakhir (2015-2023, dengan jurnal berbahasa indonesia maupun berbahasa inggris



HASIL

Tabel 1. Hasil Penelitian Literatur

No	Judul	Metode	Sampel	Analisa data	Hasil/ temuan	Sumber Database
1.	Menstrual hygiene knowledge and practice among adolescent girls of rural kheda district	Cross-sectional	200 responden	Uji Chi-square	Tiga permasalahan utama yang teridentifikasi dalam penelitian ini adalah rendahnya pengetahuan mengenai biologi menstruasi yaitu 38,8% sebagian besar anak perempuan mempunyai gejala yang berhubungan dengan menstruasi, dan rendahnya penggunaan pembalut wanita. Mayoritas anak perempuan (87,3%) menggunakan kain polos bekas saat menstruasi dan hanya 10,6 % yang menggunakan pembalut yang tersedia di pasaran.	Pubmed
2.	Hubungan antara pengetahuan dan perilaku kebersihan pribadi selama menstruasi pada remaja	Cross-sectional study	113 siswi	Uji chi-square	Penelitian ini memperlihatkan bahwa kebanyakan dari responden yaitu sebanyak 31 responden (64,6%) perilaku personal hygiene yang baik harus didukung juga dengan pengetahuan yang baik, sedangkan sebanyak 42 responden (64,6%) memiliki pengetahuan tidak baik yang otomatis memiliki perilaku personal hygiene yang tidak baik. Uji Chi Square pada SPSS versi 23 dilakukan untuk analisis statistik, didapatkan nilai signifikansi dengan sig = 0,002 Nilai yang didapat kurang dari $\alpha = 0,05$ maka dapat diberikan kesimpulan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan personal hygiene dengan perilaku hygiene remaja putri saat menstruasi (Nilai p value = 0,002). Dengan nilai OR (Odd Ratio) = 3,330 yang artinya responden yang berpengetahuan baik mempunyai kemungkinan 3,330 kali berperilaku baik dalam personal hygiene pada saat menstruasi.	
3.	Hubungan Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulvae Pada Remaja Di Sma Negeri 7 Manado	Cross Sectional Study	148 responden	Chi-square	Berdasarkan hasil penelitian terhadap 148 responden di dapatkan hasil hubungan antara Personal Hygiene Saat Menstruasi dengan Kejadian Pruritus Vulvae dengan kejadian pruritus vulvae pada remaja dalam kategori sedang sebanyak 65 (66,3%) responden. Dengan hasil uji statistik di peroleh nilai $\rho = 0,000$ maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara Personal Hygiene Saat Menstruasi dengan Kejadian Pruritus Vulvae.	Google scholar

4. Adescriptive cross-sectional study on menstrual hygiene and perceived reproductive morbidity among adolescent girls in a union territory, India	Cross-sectional	242 responden	Uji square	Chi-rata usia menarche adalah 12,99 ± 0,9 tahun; 51,7% responden tidak mengetahui menstruasi sebelum menarche; 71,5% dan 61,2% masing-masing tidak mengetahui penyebab dan sumber perdarahan menstruasi; 78,1% hanya menggunakan pembalut sedangkan 21,9% menggunakan pakaian bekas dan pembalut sebagai penyerap. Pembersihan alat kelamin luar yang tidak memuaskan dilakukan oleh 12% responden. Prevalensi dismenore yang lebih tinggi (82,2%) disebutkan oleh responden; 25,2% melaporkan keluarnya cairan genital yang berlebihan. Terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara persepsi morbiditas reproduksi dan praktik kebersihan menstruasi yang buruk. Sekitar 88,4% dari populasi penelitian melaporkan salah satu penyakit reproduksi, dan hanya 37,4% yang mencari pengobatan ke fasilitas kesehatan. Penelitian ini menggarisbawahi perlunya remaja putri memiliki pengetahuan yang memadai dan tepat tentang menstruasi sebelum menarche	Pubmed
5. Menstrual hygiene among adolescent girls studying in a university of Gujarat	Cross-sectional descriptive	127 narasumber	Interviewing the subjects.	Dalam penelitian ini, sebagian besar remaja perempuan (79%) memiliki pengetahuan yang baik tentang menstruasi. Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa ibu merupakan informan pertama dalam sebagian besar kasus. Sebanyak 31,3% subjek mendapat informasi dari sekolah, 39,8% dari ibu, 3,9% dari teman, dan sisanya (sekitar 3,1%) dari sumber yang tidak diketahui seperti saudara perempuan, internet, dan lain sebagainya.	Pubmed
6. Knowledge on Menstruation and Practice of Menstrual Hygiene Management Among School Adolescent Girls in Central Ethiopia: A Cross-Sectional Study	Cross sectional study	403 responden	Chi-square	Dari total 403 responden, 72,5% remaja sekolah mempunyai pengetahuan keseluruhan yang baik tentang menstruasi dan hanya 34,7% yang memiliki praktik MKM yang memadai. Penelitian ini mengidentifikasi remaja yang tinggal di perkotaan (AOR=2.62, 95% CI: 1.53-4.48), mendapat informasi tentang menstruasi dari ibu (AOR=2.17, 95% CI: 1.18-3.96) dan guru (AOR=5.09, 95% CI : 2.67-9.67), toilet sekolah terkunci di dalam (AOR=2.82, 95% CI: 1.67-4.76), tidak bolos sekolah saat menstruasi	Pubmed

(AOR=4.2, 95% CI: 1.55-11.41), mengalami gangguan menstruasi (AOR=2.63, 95% CI: 1.49-4.64), mengalami keputihan atau abu-abu di per vagina (AOR=2.84, 95% CI: 1.66-4.85) dan memiliki pengetahuan keseluruhan yang baik tentang menstruasi (AOR=1.94, 95% CI : 1,07-3,52) berhubungan signifikan dengan praktik MKM yang memadai.

7. Hubungan Pengetahuan Putri Personal Hygiene Menstruasi Di Negeri 3 Pekanbaru Tahun 2018	Tingkat Remaja Terhadap Saat Menstruasi Di Sma	Cross Sectional	120 responden	Uji square	Chi-	Dari hasil perhitungan menggunakan uji chi-square, hasil Pvalue yang digunakan adalah uji fisher's exact test (0.246) dan nilai α (0.05) ini menunjukkan bahwa nilai Pvalue lebih besar dari nilai α (0.246 > 0.05), maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan secara stastik antara tingkat pengetahuan terhadap personal hygiene saat menstruasi di SMA Negeri 3 Pekanbaru Tahun 2018.	Google Scholar
8. Hubungan pengetahuan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada kelas vii di smpit bina adzkia depok	tingkat dan dengan personal hygiene saat menstruasi pada kelas vii di smpit bina adzkia depok	Cross sectional.	55 responden			Tingkat pengetahuan dengan personal hygiene saat menstruasi terlihat dari 16 responden, memiliki tingkat pengetahuan yang baik dengan personal hygiene yang baik sebanyak 10 responden (18,2%), sedangkan responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik dengan personal hygiene yang cukup terdapat 2 responden (3,6%), dan responden yang memiliki tingkat pegetahuan yang baik dengan personal hygiene yang kurang terdapat 4 responden (7,3%). Terlihat dari 24 responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang cukup, terdapat 7 responden (12,7%) yang memiliki tingkat pengetahuan yang cukup dengan personal hygiene yang baik, sedangkan terdapat 10 responden (18,2%) yang memiliki tingkat pegetahuan yang cukup dengan personal hygiene yang cukup, dan terdapat 7 responden (12,7%) yang tingkat pengetahuan yang cukup dengan personal hygiene yang kurang. Dan terdapat 15 responden yang memiliki personal hygiene yang kurang, terdapat 1 responden (1,8%) yang memiliki tingkat personal hygiene yang kurang, sedangkan terdapat 4 responden (7,3%) yang memiliki tingkat pengetahuan yang cukup dengan personal hygiene yang cukup, dan terdapat 10 responden	Google Scholar

(18,2%) yang memiliki tingkat pengetahuan yang kurang dengan personal hygiene yang kurang. Kesimpulannya yaitu bahwa tingkat pengetahuan personal hygiene yang baik dapat berdampak pada persona hygiene yang baik pada saat menstruasi, sedangkan apabila tingkat pengetahuan kurang tentang personal hygiene makan akan berdampak pada kurangnya personal hygiene saat menstruasi. Hasil dari uji statistik diperoleh nilai (p -value = 0,005), sehingga (p -value < α = 0,05) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan personal hygiene pada saat menstruasi

9. Hubungan Pengetahuan Perilaku Hygiene Menstruasi Remaja Ponpes Gamping Yogyakarta	Tingkat Personal Dengan Vulva Saat Pada Di Putri Al_Ghifari Sleman	Cross sectional	30 responden	Chi-square	<p>Dari 30 remaja putri Ponpes Al-Ghifari Gamping Sleman yang memiliki perilaku vulva hygienedengan score tertinggi yaitu 25, dimiliki oleh pengetahuan dengan score 24 yaitu 3 responden 10,0%. Sedamgkan yang memiliki perilaku dengan score terendah yaitu 19, dimiliki oleh mereka yang memiliki pengetahuan terendah yaitu 2 responden (6,6%). Selain itu, yang memiliki perilaku dengan score nilai 23 (23,3%), sebagian berasal dari mereka yang memiliki score pengetahuan 19, 20, 22 dan score 24 didapatkan bahwa nilai $r_{xy} = 0,99$, dengan demikian dapat dikatakan kedua variabel memiliki hubungan yang sangat kuat dan sangat signifikan karena nilai $p < 0,01$. Artinya ada hubungan antara tingkat pengetahuan personal hygiene dengan perilaku vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri di Ponpes Al-Ghifari Gamping Sleman Yogyakarta.</p>	Google scholar
--	--	-----------------	--------------	------------	---	----------------

10. Hubungan Pengetahuan Dukungan Dengan Personal Tentang Organ Reproduksi Saat Menstruasi Remaja Putri Viii Di Smpn 2 Cilamaya Wetan	Tingkat Dan Keluarga Perilaku Hygiene Kebersihan Pada Kelas Smpn 2	Cross sectional	112 responden	Chi-square	Hasil penelitian menunjukkan 52 responden (59,1%) memiliki pengetahuan kurang baik, Sejumlah 55 responden (62,5%) memiliki dukungan keluarga yang buruk, dan 45 responden (51,1%) memiliki perilaku yang buruk. Hasil uji chi square didapatkan dari 2 variabel: pengetahuan dan dukungan keluarga nilai P-value < 0,05 yang berarti terdapat hubungan antara pengetahuan dan dukungan keluarga dengan perilaku. Kesimpulannya terhadap hubungan antara pengetahuan dan dukungan keluarga dengan perilaku personal hygiene tentang kebersihan organ reproduksi saat menstruasi pada remaja putri kelas VIII di SMPN 2 Cilamaya Wetan tahun 2023.	Google scholar
---	--	-----------------	---------------	------------	--	----------------

PEMBAHASAN

Penelitian dalam literature review ini dilakukan pada beberapa negara. Berdasarkan analisis terhadap 10 artikel ini menunjukkan bahwa dari 9 artikel menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional study dan 1 artikel menggunakan pendekatan kualitatif dengan interview subject

Perilaku personal hygiene pada saat menstruasi memerlukan pengetahuan yang cukup untuk mengetahui status kesehatan organ reproduksi remaja putri dan terhindar dari infeksi. Sebagaimana terungkap dalam penelitian Sri Handayani yang berjudul "hubungan tingkat pengetahuan personal hygiene dengan perilaku vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri di ponpes al-ghifari gamping sleman yogyakarta" ditemukan hubungan antara tingkat pengetahuan personal hygiene dengan perilaku vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri di Ponpes Al-Ghifari Gamping Sleman Yogyakarta.(10) Perilaku personal hygiene dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain kurangnya pengetahuan mengenai personal hygiene. Pada penelitian Lingkan dan Rohidah menyatakan bahwa tingkat pengetahuan tidak menjamin perilaku personal hygiene yang baik (11,12)

Pada tinjauan literatur ini ditemukan juga bahwa tingkat pengetahuan sangat berpengaruh terhadap perilaku personal hygiene saat menstruasi. Pada penelitian Raissy Amallya Faj'ri menyatakan bahwa pengetahuan yang kurang akan dapat mempengaruhi sikap dan perilaku dalam kehidupan seseorang. Bila pengetahuan baik maka akan mempengaruhi sikap dan perilaku yang baik pula dan sebaliknya.

Sebagian besar remaja putri melakukan perilaku personal hygiene saat menstruasi yang baik apabila mereka mendapat pengetahuan yang cukup. Kurangnya informasi menyebabkan buruknya perilaku personal hygiene saat menstruasi. Pada penelitian Raissy Amallya Faj'ri, menyatakan bahwa semakin rendah tingkat pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene pada saat menstruasi maka semakin rendah pula remaja putri tersebut berperilaku baik terhadap personal hygiene nya pada saat menstruasi dan sebaliknya. Hal tersebut dikarenakan ketika remaja mendapatkan informasi terkait personal hygiene saat menstruasi maka pengetahuannya akan bertambah. Ketika remaja sudah memiliki pengetahuan terkait hal tersebut kemungkinan mendorong remaja untuk melakukan perilaku hygiene yang baik dan benar saat menstruasi. (13)

Penelitian sri handayani menyatakan ada hubungan yang positif antara vtingkat pengetahuan personal hygiene dengan perilaku vulvahygiene saat menstruasi pada remaja putri di Ponpes Al-Ghifari Gamping Sleman, yang ditunjukkan dengan dengan nilai p-value 0,99. Sejalan dengan penelitian Siti Chasani (14), bahwa didapatkan hasil nilai p-value= 0,005 dan p-value 0,004 yang artinya adanya pengaruh yang signifikan antara tingkat pengetahuan terhadap perilaku personal hygiene yang baik saat menstruasi.

Penelitian Lisa Jamilatul menyatakan pengetahuan tentang personal hygiene sangat penting karena pengetahuan yang baik dapat meningkatkan kesehatan. Individu yang memiliki pengetahuan tentang personal hygiene akan selalu menjaga kebersihan dirinya agar mencegah adanya penyakit. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi akan mengakibatkan wanita tidak berperilaku hygiene pada saat menstruasi dan personal hygiene yang kurang pada remaja dapat menimbulkan masalah kesehatan reproduksi. (15)

Menurut penelitian Prakash Mathiyalagen , praktik menstruasi yang tidak sehat adalah tidak mencuci alat kelamin secara teratur, menggunakan kain yang tidak bersih, dll. Belajar tentang bentuk kebersihan menstruasi aspek penting dari pendidikan kesehatan di kalangan wanita menstruasi untuk menghindari efek buruk jangka panjang di masa depan dari kebersihan menstruasi yang buruk praktik yang menyebabkan kelahiran prematur, lahir mati, keguguran, masalah infertilitas, sindrom syok toksik, karsinoma serviks sebagai komplikasi dari infeksi saluran reproduksi berulang. (16)

Oleh sebab itu menurut penelitian Dhara J Prajapati, bahwa dalam penelitian ini kebutuhan remaja perempuan membutuhkan informasi yang akurat dan memadai mengenai menstruasi dan penatalaksanaannya yang tepat. Baik komunikasi formal maupun informal seperti ibu, saudara perempuan dan teman perlu ditekankan untuk penyampaian informasi tersebut. Mengingat betapa pentingnya peran ibu, sangat penting bagi ibu untuk dipersenjatai informasi yang benar dan tepat mengenai kesehatan reproduksi, sehingga dapat memberikan hal tersebut pengetahuan untuk anak perempuannya yang sedang tumbuh. Ibu-ibu harus mendorong putri mereka untuk mempertahankan kebersihan pribadi. Hal ini juga penting bagi para guru yang mungkin tidak memiliki keterampilan yang diperlukan untuk ikut serta dalam pendidikan kesehatan reproduksi kebersihan menstruasi kepada siswanya (17).

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa tingkat pengetahuan remaja berpengaruh dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi. Semakin tinggi pengetahuan tentang personal hygiene semakin baik pula perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja.

SARAN

Tinjauan literature ini masih memiliki keterbatasan yakni dalam pencarian artikel dengan pendekatan berbasis intervensi dan etiologi. Sehingga saran bagi literature selanjutnya terkait hubungan tingkat pengetahuan remaja personal hygiene dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi adalah melibatkan artikel-artikel ilmiah dengan pendekatan berbasis intervensi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Astuti, Ratnadevi, Utami I. Hubungan Pengetahuan tentang Personal Hygiene dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja Putri Kelas XI di SMA Negeri 1 Pajangan Bantul. Univ 'Aisyiyah. 2017;8(1):1–17.
2. Hamidah EN, Realita F, Kusumaningsih MR. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri: Literature Review. Coping Community Publ Nurs. 2022;10(3):258.
3. Sabaruddin EE, Kubillawati S, Rohmawati A. Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi SMP Bangsa Mandiri 2 Bogor. Kesehatan dan Kebidanan [Internet]. 2021;10(2):33–42. Available from: <https://smrh.e-journal.id/Jkk/article/download/139/99>
4. Nabilah I. Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMPN 1 Kota Cirebon tahun 2022. Keperawatan . 2022;
5. peningkatan-kualitas-remaja-untuk-hadapi-bonus-demografi @ www.bappenas.go.id [Internet]. Available from: <https://www.bappenas.go.id/id/berita/peningkatan-kualitas-remaja-untuk-hadapi-bonus-demografi>
6. Purnama NLA. “Pengetahuan Dan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja.” Jurnal Keperawatan 10.1 (2021): 61-66. 2021;
7. Devita Y & Kardiana 2018. Correlation Between Personal Hygiene Behavior During Menstruation and The Occurrence of Vulvar Pruritus at SMPN 1 Nassau. Available from: <https://jik.ub.ac.id/index.php/jik/article/view/690>
8. Amanda F (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kesehatan Reproduksi Dengan Perilaku Menstrual Hygiene. Citra Delima Scientific journal of Citra Internasional Institute, 6(1), 1-6.
9. Kemenkes RI 2017. Manajemen Kebersihan Menstruasi [Internet]. 2017. Available from: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20170526/5821018/manajemen-kebersihan-menstruasi-perlu-dipahami/>
10. Handayani S. Hubungan Tingkat Pengetahuan Personal Hygiene dengan Perilaku Vulva Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Al-Ghifari Gamping Sleman Yogyakarta. J Kesehatan Samodra Ilmu. 2018;10(1):2–3.
11. Pandelaki LGEK, Rompas S, Bidjuni H. Hubungan Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulvae Pada Remaja Di Sma Negeri 7 Manado. J Keperawatan. 2020;8(1):68.

12. Rohidah S, Nurmaliza. Hubungan tingkat pengetahuan remaja putri terhadap personal hygiene saat menstruasi di SMA Negeri 3 Pekanbaru tahun 2018. *Jomis (Journal Midwifery Sci.* 2019;3(1):32–5.
13. Amallya Faj'ri R, Sunirah, H Wada F. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Terhadap Perilaku Remaja Putri Saat Menstruasi. *J Ilm Keperawatan IMELDA.* 2022;8(1):78–85.
14. Chasani S. Hubungan tingkat pengetahuan dan perilaku dengan personal hygiene saat menstruasi pada kelas VII di SMPIT Bina Adzkie Depok. *J Mother Child Heal Concerns.* 2021;1(1):10–23.
15. Lael LJ, Nurpratiwi Y. PERILAKU PERSONAL HYGIENE TENTANG KEBERSIHAN ORGAN REPRODUKSI SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI KELAS VIII DI SMPN 2 CILAMAYA E - mail : jamilatullaellisa@gmail.com E - mail : yulidian07nuarif@gmail.com PENDAHULUAN Masa remaja adalah tahap perkembangan an. 2023;
16. Mathiyalagen P, Peramasamy B, Vasudevan K, Basu M, Cherian J, Sundar B. A descriptive cross-sectional study on menstrual hygiene and perceived reproductive morbidity among adolescent girls in a union territory, India. *J Fam Med Prim Care.* 2017;6(2):360.
17. Prajapati1 DJ, Shah2 JP, Kedia3 G. MENSTRUAL HYGIENE: KNOWLEDGE AND PRACTICE AMONG ADOLESCENT GIRLS OF RURAL KHEDA DISTRICT. 2015;Volume 6(Issue 2).