

Determinan Perilaku Remaja Putri dalam *Personal Hygiene* Masa Haid

Irfiah¹

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Jember, Indonesia¹
E-mail: irfiah13@gmail.com

Abstract

The clean living behaviour of young women during menstruation could be affected by several factors related to personal hygiene in their daily lives. The research aims to determine the behaviour of young women's hygiene during menstruation. The analytical observational research design uses a cross-sectional approach. The population was 84 and calculated using the Slovin formula to be 70 young women and using simple random sampling. The research period is November to December 2023, with the independent variables being knowledge, beliefs, attitudes, infrastructure, and support from friends, as well as the dependent variable of adolescent behaviour in personal hygiene during menstruation. Data analysis was carried out univariately on each variable and bivariately on the independent variable, specifically the dependent variable, using the ordinal regression statistical tests. The data analysis showed that the variables of friend support and infrastructure influence the behaviour of young women with a significance of $0.041 < 0.05$ (friend support) and $0.000 < 0.05$ facilities and infrastructure. Besides, knowledge, beliefs, and attitudes do not affect the behaviour of young women, resulting in a significance of 0.339, 0.446, and 0.623 (knowledge, beliefs, and attitudes).

Keywords: Menstruation; Personal Hygiene; Young Women

Abstrak

Perilaku hidup bersih remaja pada masa haid dapat dipengaruhi beberapa faktor yang berkaitan dengan *personal hygiene* dalam kesehariannya. Tujuan penelitian adalah determinan perilaku remaja putri dalam *personal hygiene* masa haid. Desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan *crosssectional*. Subjek penelitian 70 remaja putri diambil dengan teknik *simple random sampling*. Waktu penelitian November sampai Desember 2023. Variabel bebas yaitu pengetahuan, kepercayaan, sikap, sarana prasarana, dan dukungan teman, serta variabel terikat perilaku remaja dalam *personal hygiene* masa haid. Analisis data dilakukan secara univariat pada setiap variabel dan bivariat menggunakan uji statistik regresi ordinal. Hasil penelitian menyatakan dua variabel bebas berpengaruh variabel terhadap variabel terikat terkait dengan perilaku *personal hygiene* masa haid pada remaja. Variabel yang berpengaruh pada perilaku *personal hygiene* masa haid adalah sarana prasarana dengan nilai $p=0,041 < \alpha=0,05$ dan variabel dukungan teman dengan nilai $p=0,000 < \alpha=0,05$. Variabel bebas yang tidak berpengaruh pada variabel terikat perilaku *personal hygiene* masa haid pada remaja yaitu variabel pengetahuan dengan nilai $p=0,339 > \alpha=0,05$, variabel kepercayaan dengan nilai $p=0,446 > \alpha=0,05$, dan variabel sikap $p=0,623 > \alpha=0,05$. Sesuai hasil uji regresi ordinal disimpulkan variabel bebas yang determinan (paling berpengaruh) pada variabel bebas adalah dukungan teman.

Kata kunci: Masa Haid; *Personal hygiene*; Remaja Putri

Naskah masuk: 22 Maret 2024, Naskah direvisi: 6 Juni 2024, Naskah diterima: 12 Juni 2024

Naskah diterbitkan secara online: 30 April 2024

©2024/Penulis. Artikel ini merupakan artikel dengan akses terbuka di bawah lisensi CC BY-SA (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0>)

1. Pendahuluan

Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang harus dilewati. Peralihan tersebut dapat dilihat dengan pertanda perubahan fisik saat masa pubertas seorang remaja dengan emosional yang kompleks, dramatis, dan akan terus berusaha menyesuaikan dengan lingkungan social disekitar untuk berporses menjadi dewasa (Kusuma and Siti, 2022). Kondisi tersebut menjadikan seorang remaja belum memiliki kematangan mental. Pada proses mematangkan mental, seorang remaja akan terus mencari jati diri atau identitas dari dirinya sendiri yang berdampak kondisi tersebut rentan atau mudah terpaengruh dalam pergaulan dan perilaku seksualnya (Hidayat and Nurhayati, 2020).

WHO menyatakan kategori seorang penduduk remaja berdasarkan usia yaitu 10-19 tahun, sedangkan berdasarkan Permenkes RI nomor 25 tahun 2014 menyampaikan bahwa usia remaja yaitu 10-18 tahun (Riadinata, Yulia and Kusuma, 2023). Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) adalah penduduk rentang dengan usia 10 tahun sampai dengan 24 tahun yang belum berpasangan atau menikah. Kesehatan pribadi pada seorang pada dalam masa remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor yang berkaitan dengan kebiasaan hidup bersih (Darmawan and Shanti, 2020). Perilaku hidup bersih dari seorang remaja dapat ditinjau berdasarkan *personal hygiene*. Menurut bahasa Yunani merupakan kegiatan dalam menjaga kebersihan dan kesehatan bagi dirinya pada setiap individu dengan tujuan untuk mencapai kesejahteraan baik fisik maupun psikis yang baik disebut *Personal hygiene* (Batubara, 2020).

Banyak bentuk perawatan pada diri seseorang seperti mandi 2 sehari, eliminasi, *hygiene* tubuh secara umum dan berhias. Secara umum perawatan seseorang pada dirinya sendiri harus dilakukan secara disiplin guna mempertahankan kesehatan baik secara kebersihan psikologis dan fisik (Alfi, Oswati and Misrawati, 2022). Berkaitan dengan perawatan diri pada seorang remaja yaitu salah satunya *personal hygiene* selama masa haid bagi seorang remaja putri. Masa haid merupakan kondisi

yang memerlukan perawatan diri secara khusus. Terdapat beberapa cara untuk melaksanakan *personal hygiene* selama masa haid bagi seorang remaja putri (Hidayati, 2021).

Sesuai hasil pengambilan data pendahuluan pada tanggal bulan Juli 2023 tentang *personal hygiene* masa haid pada remaja putri disalah satu tempat pondok pesantren dengan terdapat asrama di Kabupaten Jember didapatkan fakta bahwa para remaja putri sudah mendapatkan pendidikan tentang kewanitaan. Pendidikan kewanitaan disampaikan oleh guru, dengan memberikan edukasi atau pembelajaran tata cara *personal hygiene* masa haid bagi remaja melalui pembelajaran di dalam kelas. Pembelajaran *personal hygiene* tersebut tertuang dalam kitab yang berjudul Kitab Al Inba Fi Mas Alatid Dima tentang perawatan masa haid dan bersuci setelah masa haid.

Observasi lain yang didapat yaitu lembaga telah memberikan fasilitas penunjang bagi remaja bisa melaksanakan *personal hygiene* secara teratur jika saat dalam masa haid. Fasilitas yang tersedia seperti kamar mandi dengan air mengalir, terdapatnya tempat sampah untuk baik di luar dan didalam kamar mandi, tersedianya tempat pembelian kebutuhan sehari hari bagi remaja di dalam asrama. Hal lain yang tersedia yaitu obat-obatan bagi yang sakit terutama obat anti nyeri bagi remaja putri yang mengalami nyeri berlebih saat masa haid.

Upaya yang dilakukan oleh pihak lembaga agar remaja putri siap setiap kali mengalami masa haid masih didapatkan beberapa belum bisa melaksanakan *personal hygiene* secara tepat. Hasil pengumpulan data 5 dari 10 remaja putri belum dapat melakukan *personal hygiene* masa haid secara tepat. Perilaku yang belum dapat melakukan *personal hygiene* masa haid merupakan kondisi dapat diakibatkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi. Sesuai dengan konsep Lawrence Green terkait faktor perilaku kesehatan seseorang berkaitan dengan faktor predisposisi yaitu pengetahuan, kepercayaan, sikap, sarana prasaranam dan dukungan teman (Notoatmodjo, 2012).

Dampak negatif yang berlebihan pada masa haid bagi seorang remaja dapat dicegah sedini mungkin dengan pengetahuan perilaku kesehatan yang baik (Amaliya, Sri and Meinarisa, 2023). Dikutip dari kesimpulan penelitian (Dea dan Fajar, 2020) faktor lain yaitu kepercayaan seseorang terhadap suatu kondisi seperti nyeri dari haid yang berlebih sudah dianggap biasa dan tidak perlu ditangani, karena nantinya akan sembuh juga. Kondisi lain yang dapat menyebabkan dampak negatif berlebihan dari masa haid seorang remaja ialah sikap yang kurang peduli dalam melakukan *personal hygiene* pada masa haid. Umi dalam penelitiannya menyampaikan bahwa melakukan *personal hygiene* untuk mengurangi dampak dari haid menjadi kaharusan yang dilaksanakan (Umi, 2023).

Determinan remaja putri dalam melaksanakan *personal hygiene* masa haid harus didukung dengan sarana prasarana pada lembaga yang di tempati. Sejalan dengan hasil penelitian bahwa fasilitas atau sarana prasarana memberikan dukung dalam kepatuhan seseorang untuk selalu berperilaku hidup sehat (Suryani, 2019). Faktor terakhir yaitu dari dukungan lingkungan sekitar yaitu teman. Pada lingkup pertemanan bagi para remaja maka akan berdampak dalam dia berperilaku hidup bersih dan sehat (Latifah, Wahyusari and Salam, 2022). Berdasarkan kondisi kurang disiplinnya perilaku remaja putri di lingkungan pendidikan islam maka tujuan penelitian ini yaitu pengaruh determinan perilaku remaja putri dalam *personal hygiene* masa haid.

2. Metode

Desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan *crosssectional*. Waktu penelitian dari Nopember sampai dengan Desember 2023 yang dilaksanakan salah satu Pondok Pesantren di Sumberwringin – Sukowono Kab. Jember. Variabel bebas adalah pengetahuan, kepercayaan, sikap, sarana prasarana, dan dukungan teman, serta variabel terikat perilaku remaja dalam *personal hygiene* masa haid.

2.1 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data kuisisioner dan observasi dan instrumen penelitian adalah lembar kuisisioner dan lembar *checklist*.

Lembar kuisisioner dibagikan kepada para remaja putri untuk dilakukan pengisian, untuk lembar *checklist* diberikan kepada responden untuk menilai responden yang lain. Tujuan adanya lembar *checklist* untuk mengurangi subjektifitas penelitian dan bias data. Populasi terdiri dari beberapa remaja putri yang berjumlah 84 orang dengan usia antara 10 sampai dengan 24 tahun dengan status belum menikah. Jumlah subjek setelah dilakukan perhitungan menggunakan rumus slovin dengan tingkat kebiasaan data atau alpha 0,05 didapatkan 70 remaja putri untuk mejadi responden penelitian. Pengambilan subjek dalam penelitian ini menggunakan *random sampling* (yaitu menggunakan teknik undian).

2.2 Metode Analisis Data

Data yang didapat selanjutnya dilakukan *entry data*, dan *cleaning data*, dan tahap terakhir analisis data dengan menggunakan teknik univariat dan bivariate. Teknik Univariat adalah identifikasi pada setiap variabel penelitian. Teknik bivariat selanjutnya yaitu setiap variabel bebas akan diuji pengaruh terhadap variabel terikat dengan menggunakan uji statistik regresi ordinal menggunakan aplikasi SPSS v16.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil Identifikasi Variabel

Berdasarkan pengumpulan data maka didapatkan hasil identifikasi dari variabel penelitian terkait pengetahuan, kepercayaan, sikap, sarana prasarana, dukungan teman, dan perilaku. Hasil identifikasi dari setiap variabel penelitian tersaji dalam Tabel 1.1 berikut.

Tabel 1. Hasil Identifikasi Variabel

Variabel	Kategori	Total	Persentase (%)
Pengetahuan	Kurang	14	20,00
	Cukup	41	58,57
	Baik	15	21,43
Kepercayaan	sangat tidak percaya	9	12,86
	tidak percaya	14	20,00
	kurang percaya	28	40,00
	Percaya	18	25,71

Variabel	Kategori	Total	Persentase (%)
Sikap	sangat percaya	1	1,43
	kurang baik	9	12,86
	cukup baik	26	37,14
Sarana Prasarana	baik	35	50,00
	tidak memenuhi	27	38,57
	cukup memenuhi	23	32,86
Dukungan Teman	memenuhi	20	28,57
	kurang mendukung	8	11,43
	cukup mendukung	40	57,14
	memenuhi	20	28,57
	Sangat mendukung	2	2,86
Perilaku	kurang	12	17,14
	cukup	40	57,14
	baik	18	25,71

Sumber: Data Primer, 2024

Hasil identifikasi pengetahuan remaja putri dalam kategori cukup adalah 58,57% dengan 41 remaja putri, kepercayaan remaja putri pada kategori kurang percaya yaitu 40% dengan 28 orang. Sikap para remaja putri berada pada kategori baik dengan 35 orang atau 50%. Hasil identifikasi ketersediaan sumber daya dalam mendukung *personal hygiene* masa haid sejumlah 27 remaja putri tidak memenuhi atau 35,57%. Hasil identifikasi lebih lanjut dukungan antara teman terkait *personal hygiene* masa haid yaitu pada kategori cukup 57,14% atau 40 orang.

3.2 Hasil Uji Pengaruh Variabel Penelitian

Berdasarkan hasil data dari identifikasi dari setiap variabel penelitian, maka selanjutnya dilakukan uji regresi ordinal pada setiap variabel bebas (pengetahuan, kepercayaan, sikap, sarana prasarana, dan dukungan teman) dengan satu variabel terikat (perlaku) tentang *personal hygiene* masa haid pada remaja. Berikut

output dari uji regresi ordinal menggunakan SPSS v16.

Tabel 2. Hasil Uji Regresi Ordinal Variabel

Variabel	Nilai P (signifikansi)
Pengaruh pengetahuan terhadap perlaku <i>personal hygiene</i>	0,339
Kepercayaan terhadap perlaku <i>personal hygiene</i>	0,446
Sikap terhadap perlaku <i>personal hygiene</i>	0,623
Sarana prasarana terhadap perlaku <i>personal hygiene</i>	0,041
Dukungan teman terhadap perlaku <i>personal hygiene</i>	0,000

Sumber Data: Primer, 2024

Berdasarkan *output* dari uji regresi ordinal pada tabel 2 yaitu memberikan kesimpulan bahwa beberapa variabel bebas berpengaruh variabel terhadap variabel terikat. Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa perilaku *personal hygiene* masa haid pada remaja dipengaruhi oleh sarana prasarana dengan nilai $p=0,041 < \alpha=0,05$. Variabel lain yang berpengaruh pada perilaku *personal hygiene* masa haid pada remaja yaitu dukungan teman dengan nilai $p=0,000 < \alpha=0,05$. Variabel bebas yang tidak berpengaruh pada variabel terikat perilaku *personal hygiene* masa haid pada remaja yaitu variabel pengetahuan dengan nilai $p=0,339 > \alpha=0,05$, variabel kepercayaan dengan nilai $p=0,446 > \alpha=0,05$, dan variabel sikap $p=0,623 > \alpha=0,05$. Sesuai dengan hasil uji regresi tersebut juga dapat disimpulkan bahwa variabel bebas yang determinan (paling berpengaruh) pada variabel bebas adalah dukungan teman.

3.3 Pengaruh Pengetahuan Remaja Putri dalam *Personal hygiene* Masa Haid

Hasil uji pada data penelitian yaitu menyatakan tidak adanya pengaruh pengetahuan remaja putri terhadap perilaku *personal hygiene* masa haid atau nilai $p=0,339$. Sejalan dengan kesimpulan pada penelitian sebelumnya bahwa pengetahuan tentang masa haid pada remaja berada pada kategori tinggi dan perilaku merawat diri pada masa haid menjadi penting (Suryani, 2019). Pada pernyataan yang lain bahwa, hasil penelitian ini tidak sejalan dengan kesimpulan penelitian lain yaitu pengetahuan

seseorang mendorong dirinya untuk berperilaku baik serta memiliki kaitan erat dengan perilaku yang baik khususnya dalam *personal hygiene* masa haid, dibuktikan dengan mayoritas orang akan berperilaku baik itu akan seimbang dengan pengetahuannya yang dalam kategori baik juga (Kartika, Noveri and Fitri, 2022).

Pernyataan tersebut selaras dengan penelitian yang ada, diketahui bahwa pengetahuan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap *personal hygiene* masa haid, maka pemahaman yang ditingkatkan berfungsi sebagai perlindungan terhadap perilaku negatif *personal hygiene* masa haid (Santi dan Ernawati, 2023) dan semakin tinggi pengetahuan seseorang maka semakin tinggi kemampuannya dalam melakukan perilaku preventif (Kas and Mustakim, 2022). Kondisi tersebut sesuai dengan Teori adaptasi menyatakan bahwa tingkat pengetahuan yang sesuai dapat mendorong masyarakat untuk mengambil perilaku pencegahan yang tepat (Wulandari, Triswanti, Yulyani, 2021). Berpengaruhnya Pengetahuan remaja putri tentang perilaku *personal hygiene* saat menstruasi juga sejalan dengan konsep terkait pengetahuan bahwa terdapat beberapa faktor yang berkaitan seperti usia, pendidikan, dan pengalaman (Wulandari, Triswanti and Yulyani, 2021). Pada faktor usia sesuai dengan hasil penelitian bahwa rentang usia remaja putri di pondok pesantren antara 12 sampai dengan 23 tahun.

Menurut WHO, remaja adalah orang-orang yang berada pada tahap transisi terbatas usia dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dengan batasan usia 10 sampai 28 tahun (Riadinata, Yulia and Kusuma, 2023). Pada usia tersebut merupakan usia atau masa remaja pada seseorang. Faktor selanjutnya yang mendukung berpengaruhnya pengetahuan remaja putri terkait perilaku *personal hygiene* masa haid yaitu pendidikan remaja putri. Berdasarkan identifikasi bahwa rata-rata remaja putri di pondok pesantren telah tamat sekolah dasar atau sederajat dan sekolah menengah atas atau sederajat.

Dinyatakan oleh (Agustini, 2021) bahwa setiap orang berbeda cara dalam menerima informasi *personal hygiene* masa haid sebagai tambahan pengetahuan dapat juga berkaitan dengan tingkat pendidikannya.

Berdasarkan kondisi tingkat pendidikan remaja putri lulusan sekolah dasar dan sekolah menengah pertama dan usia para remaja tersebut pada akhirnya mendukung remaja putri untuk ingin lebih tahu tentang *personal hygiene* masa haid (Pawestri, 2024). Seiring bertambahnya usia pada remaja, rasa ingin tahu, kekuatan cengkeraman, dan pola berpikir seseorang berkembang, sehingga meningkatkan pengetahuan yang diperolehnya (Ammaralia, 2023).

3.4 Pengaruh Kepercayaan Remaja Putri dalam *Personal hygiene* Masa Haid

Berdasarkan hasil uji bahwa tidak ada pengaruh kepercayaan terhadap *personal hygiene* masa haid bagi remaja putri. Menurut Notoatmodjo, kepercayaan atau budaya mempengaruhi pengetahuan dimana sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi pengetahuan remaja (Notoatmodjo, 2012). Secara tidak langsung kepercayaan seseorang juga mempengaruhi *personal hygiene* yang dimiliki. Sejalan dengan Bujawati, yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kepercayaan mitos menstruasi dengan kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di Pondok Pesantren Babur Khal (p-value = 0, 0001) (Bujawati, Raodhah and Indriyanti, 2016). Semakin banyak remaja putri yang tidak percaya terhadap mitos maka semakin baik kebersihan diri mereka saat pada masa haid.

Kurangnya hubungan antara kepercayaan terhadap praktik kebersihan diri saat masa haid di kalangan remaja putri di pondok pesantren disebabkan oleh fakta bahwa responden tidak mempercayai mitos seputar masa haid (misalnya, hal ini mungkin terjadi karena mereka sadar sepenuhnya akan apa yang terjadi), mereka berempati atau tidak setuju dengan konsumsi terhadap sesuatu dan perihai lain sebagainya. Dicontohkan seperti nyeri pada masa haid dapat dikurangi dengan minum obat anti nyeri dan hal tersebut dipercaya oleh remaja putri. Pada kondisi lain remaja putri sebagian lebih memilih tidak meminum obat karena percaya sakit nyeri akan hilang dengan sendirinya. *Personal hygiene* yang baik juga didukung dari kondisi kepercayaan individu pada setiap remaja putri terhadap mitos. Para

remaja yang tidak mempercayai mitos yang tidak benar secara ilmiah maka perihal tersebut meningkatkan pengetahuan remaja putri yang dimiliki juga akan semakin baik, sehingga diakhir juga dapat mempengaruhi *personal hygiene* yang dimiliki oleh setiap para remaja putri.

Percaya terhadap sesuatu hal yang tidak ter bukti manfaatnya dan juga secara ilmiah merupakan tindakan yang merugikan diri sendiri. Demikian pula dijelaskan oleh (Bujawati, Raodhah and Indriyanti, 2016) dalam Qur'an Surah Al-Israa'17 ayat 36. Terjemahnya:

Dan janganlah kamu mengikuti apa yang kamu tidak mempunyai pengetahuan tentangnya. Sesungguhnya pendengaran, penglihatan dan hati, semuanya itu akan diminta pertanggung jawabannya.

Hal ini sesuai dengan penelitian oleh (Muzakkir, Al-Hijrah and Hermin, 2020) yang dilakukan dengan Uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $p= 0.533$, dengan demikian tidak ada hubungan antara tingkat kepercayaan remaja putri dengan *personal hygiene* pada masa haid. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang tidak signifikan antara tingkat kepercayaan atau kebudayaan terhadap *personal hygiene* remaja putri di SMP 4 Majene (Muzakkir, Al-Hijrah and Hermin, 2020).

3.5 Pengaruh Sikap Remaja Putri dalam *Personal Hygiene* Masa Haid

Menurut Notoatmodjo, sikap adalah suatu reaksi atau tanggapan yang masih tertutup oleh seseorang terhadap suatu rangsangan atau objek (Notoatmodjo, 2012). Seseorang akan memberikan sikap positif jika terlebih dahulu mempunyai pengetahuan yang kuat. Sikap adalah kemauan atau kesediaan untuk bertindak, bukan realisasi motif tertentu. Sikap bukanlah tindakan atau kinerja, melainkan kecenderungan terhadap tindakan atau perilaku. Faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap adalah pengalaman pribadi, budaya, pengaruh orang-orang penting (*significant other*), media massa, lembaga atau institusi pendidikan dan keagamaan, dan faktor

emosional (Mbungo and Ernawati, 2023). Sikap terhadap kesehatan adalah pendapat atau evaluasi seseorang terhadap permasalahan yang berhubungan dengan kesehatan seperti sikap terhadap penyakit menular dan tidak menular, sikap terhadap faktor penentu kesehatan, sikap terhadap pelayanan kesehatan dan sikap terhadap pencegahan dampak negatif (Ningsih, Suseno and Hamidiyanti, 2021). Seseorang melakukan suatu perilaku jika dia menganggap perilaku tersebut positif dan berguna bagi dirinya sendiri, tetapi jika seseorang menganggap perilaku tersebut negatif, yaitu tidak berguna atau bahkan merugikan, dia menolak melakukan perilaku tersebut (Notoatmodjo, 2012).

Hasil penelitian didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan yang positif dari sikap remaja putri terhadap perilaku *personal hygiene* masa haid. Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang diuji dengan uji statistik *Chi Square* didapatkan nilai $p\text{-value } 0,174 > 0,05$ artinya tidak terdapat hubungan sikap dengan terjadinya keputihan pada remaja putri (Gerungan and Triwahyuni, 2024). Sikap seorang remaja tentunya dapat juga dipengaruhi oleh faktor umur, pendidikan, informasi dan status sosial yang akhirnya menimbulkan sikap yang tidak tepat. Faktor lain yaitu pengetahuan yang baik akan menghasilkan sikap dan pemahaman yang baik pula, dan kemudian akan menimbulkan perilaku yang positif dan berlaku sebaliknya (Romadhoni, 2024). Pada umumnya remaja putri di lembaga islam cukup mengetahui tentang perilaku *personal hygiene* masa haid, akan tetapi terkadang para remaja putri kurang menyikapi upaya-upaya untuk mencegah terjadinya masalah kesehatan berhubungan dengan alat reproduksinya pada masa haid.

Kondisi ini disebabkan karena kurang perhatian terhadap upaya hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan. Sikap yang masih bersifat kurang pada perilaku *personal hygiene* dipengaruhi oleh penerimaan stimulus yang diberikan dan taggapannya masih kurang merespon dan tidak acuh. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian tentang hubungan pengetahuan, sikap dan aktivitas terhadap *personal hygiene*

menstruasi pada remaja putri dari penghitungan uji statistik *Chi square* didapatkan nilai $p < 0,05$ ($p = 0,049$) artinya ada hubungan antara sikap dengan *personal hygiene* saat menstruasi (Pemiliana, Agustina and Verayanti, 2019). Sikap juga akan berpengaruh terhadap masa haid yang sebelumnya dipengaruhi oleh *Syndroma Pra haid*. *Sindroma pra haid* merupakan kondisi medis umum yang memengaruhi hubungan wanita, aktivitas sosial, produktivitas kerja, dan kualitas hidup. Pada umumnya remaja putri cukup mengetahui tentang perilaku *personal hygiene* saat masa haid. Semakin tinggi pengetahuan maka semakin positif pula sikap seseorang terhadap kebersihan diri (Ningsih, Suseno and Hamidiyanti, 2021).

3.6 Pengaruh Sarana Prasarana Terhadap Perilaku Remaja Putri dalam *Personal Hygiene* Masa Haid

Sarana prasarana merupakan salah satu hal yang membantu remaja putri menjaga kebersihan diri atau *personal hygiene* setiap hari. Fasilitas yang disediakan oleh lembaga pendidikan islam atau anak perempuan hendaknya digunakan secara terus menerus untuk mengurangi dampak negatif dari kurangnya kebersihan diri. Berdasarkan hasil uji penelitian ditemukan bahwa sarana prasarana berpengaruh signifikan atau positif terhadap perilaku *personal hygiene* remaja putri saat masa haid. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan terdapat hubungan antara tempat dan prasarana dengan kepatuhan terhadap pola hidup bersih dan sehat (Anisa, Saputri and Lubis, 2022). Menurut penelitian, sarana dan prasarana kesehatan secara umum dapat mendukung upaya pencegahan dan pengendalian penyakit yang berkaitan dengan kebersihan diri. Terdapat hubungan yang signifikan antara pemanfaatan sarana prasarana ($p\text{-value} = 0,031$) dengan *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi (Suryani, 2019).

Pemanfaatan sarana prasarana merupakan sumber daya yang tersedia yang dapat memfasilitasi perilaku *personal hygiene* remaja putri khususnya pada saat masa haid. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terdapat hubungan di antara menstruasi

dengan ketersediaan fasilitas dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMPN 12 Kota Pekanbaru ($p\text{-value} = 0,0001$) (Nisa *et al.*, 2020). Kondisi fasilitas yang memiliki pengaruh positif tentunya didukung dengan ketersediaan fasilitas yang harus terpenuhi di lingkungan lembaga islam khususnya di blok asrama remaja putri. Kebersihan diri saat masa haid seperti toilet dan kamar mandi yang bersih, air bersih, tempat sampah yang tersedia untuk sampah kering dan basah. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian terdahulu yang menyatakan terdapat hubungan yang berpengaruh antara ketersediaan fasilitas dengan perilaku *personal hygiene* pada remaja saat menstruasi di masa *new normal* di Kota Pekanbaru (Alfi, Oswati and Misrawati, 2022). Ketersediaan fasilitas lain di lingkungan pondok pesantren seperti terjangkanya perlengkapan kebersihan antara lain pembalut wanita dan air bersih yang mengalir.

Sejalan dengan kesimpulan penelitian di salah satu Pondok Pesantren yaitu terdapat hubungan antara penggunaan sarana prasarana dengan kebersihan diri remaja putri di Pondok Pesantren Modern Kota Depok, responden menyatakan bahwa sarana prasarana yang disediakan Pondok Pesantren cukup untuk kebersihan diri saat menstruasi (Dea and Fajar, 2020). Hasil survei di Pondok Pesantren Al Asror menunjukkan kamar mandi pesantren bersih sehingga para remaja tidak malas mengganti pembalut. Kondisi lain yang mempengaruhi perilaku remaja putri untuk selalu melaksanakan *personal hygiene* baik saat masa haid atau tidak yaitu dengan penjadwalan piket membersihkan kamar mandi dan toilet. Pengurus lembaga pendidikan islam bagian putri menetapkan piket kamar mandi setiap hari dilakukan secara bergilir. Faktor sarana prasarana atau alat menjadi salah satu kunci yang mendukung dalam suatu kegiatan tindakan yang dilakukan dalam *personal hygiene* saat menstruasi. Dapat disimpulkan jika fasilitas kurang, seperti toilet atau wastafel yang bersih, air bersih mengalir, dan sarana penunjang lainnya bagi remaja putri mungkin tidak dapat mempraktikkan *personal hygiene* dengan baik dan benar pada saat masa

menstruasi (Alfi, Oswati and Misrawati, 2022).

3.7 Pengaruh Dukungan Teman Bagi Remaja dalam *Personal Hygiene* Masa Haid

Teman merupakan faktor luar yang cukup erat kaitannya dengan kebersihan diri saat menstruasi. Faktor lingkungan dan sosial seperti faktor eksternal sangat mendukung perubahan praktik personal hygiene individu karena lingkungan merupakan tempat berperilaku individu. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan uji statistik regresi ordinal yaitu disimpulkan adanya pengaruh positif dukungan teman bagi para remaja putri terhadap perilaku *personal hygiene* masa haid di lingkungan pendidikan islam. Hasil penelitian ini, terhadap 74 remaja putri di Pondok Pesantren Nurul Islam menggunakan analisis korelasi diperoleh $p=0,0005$ ($p<0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kebersihan diri selama menstruasi (Fitriwati and Suhaela, 2021). Hal ini dikarenakan teman merupakan sumber informasi bagi remaja selain orang tuanya yang ditemui setiap harinya.

Keberadaan seorang teman bagi para remaja putri dapat saling bercerita dengan lebih leluasa dan mendalam di lingkungan pendidikan islam. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Bujawat, bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara interaksi teman sebaya dengan kebersihan diri saat menstruasi pada siswa Babul di Pondok Pesantren Khaer Kabupaten Bulukumba ($p\text{-value} = 0.001$) (Bujawati, Raodhah and Indriyanti, 2016). Didukung juga dengan hasil penelitian lain Hasil uji analisis regresi logistic ada hubungan dukungan teman sebaya dan kesadaran diri dengan kebersihan menstruasi adalah kesadaran diri dengan *odds ratio* 7.049 (Latifah, Wahyusari and Salam, 2022). Sesuai dengan kondisi yang menyatakan bahwa teman berpengaruh positif pada perilaku remaja putri meningkatkan perilaku kebersihan diri dengan cara membersihkan daerah kemaluan dengan baik dan benar. Kondisi tersebut dapat terpantau dari hasil survei yang menunjukkan bahwa para remaja putri sering menceritakan pengalaman masa

haidnya kepada temannya, memberikan informasi tentang kebersihan diri saat masa haid dan saling berpesan untuk menjaga kebersihan pada area vital remaja putri baik saat masa haid dan masa suci.

Remaja putri di pondok pesantren yang terbagi dalam beberapa blok asrama. Pembagian menjadi beberapa ruangan dengan jumlah remaja putri pada setiap blok berjumlah 10-15 orang yang disesuaikan dengan ukuran ruangan. Kondisi tersebut sangat memungkinkan adanya interaksi dan saling percaya tinggi antar teman satu blok untuk berbagi informasi atau bercerita tentang sesuatu termasuk *personal hygiene* masa haid. Berdasarkan hasil penelitian di pondok pesantren didapatkan bahwa dalam setiap blok asrama terdapat remaja putri yang menjadi *peer education* atau pemimpin di blok asrama tersebut. Pemilihan *peer education* ditetapkan oleh pengurus pondok pesantren dengan ketentuan yang sudah lebih lama berada di asrama, bisa memberikan edukasi, dan bisa memimpin para remaja di blok asrama tersebut.

Adanya hubungan yang positif antara dukungan teman dan perilaku *personal hygiene* bagi remaja putri dalam masa haid menjadi faktor penting dalam perilaku remaja putri disekitarnya. Pendidikan sebaya atau oleh teman sekitar memberikan dampak yang lebih positif, karena remaja lebih terbuka dengan temannya dan lebih mudah berkomunikasi dibandingkan dengan orang tua dan guru (Oktarini and Etrawati, 2021). Teman sebaya juga dapat menyampaikan beberapa hal sensitif dalam gaya bahasa yang sesuai dengan usianya sehingga apa yang disampaikan tersebut lebih mudah dipahami. Pendidikan dari teman sebaya juga dapat menjadi contoh bagi remaja putri yang lain dalam berperilaku sehat khususnya yang berkaitan dengan kebersihan diri saat masa haid (Kurniasih, 2022).

4. Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian bahwa dapat ditarik kesimpulan sesuai tujuan penelitian. Kesimpulan sesuai dengan tujuan penelitian bahwa variabel yang sangat berpengaruh dalam perilaku *personal hygiene* bagi para remaja pada masa

haid yaitu adalah dukungan antar teman di asrama pondok pesantren.

Saran sesuai dengan keterbatasan penelitian yaitu terdapat beberapa hal berkaitan dengan perilaku remaja putri dalam *personal hygiene* masa haid seperti persepsi santri terkait masa haid, konsumsi makan dan minuman para remaja, kondisi latar belakang keluarga remaja dari segi pendidikan, pengetahuan, ekonomi, dan pendapatan dalam mendukung perilaku *personal hygiene* masa haid serta kemampuan lembaga pondok pesantren dari segi pembiayaan untuk mendukung perilaku *personal hygiene* masa haid masa remaja. Serta pelaksanaan penelitian dapat dilakukan di beberapa pondok pesantren untuk sebagai perbandingan hasil yang lebih menggambarkan perilaku *personal hygiene* masa haid pada remaja.

Daftar Pustaka

- Agustini, N. L. P. (2021) 'Pengetahuan Dan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja', *Jurnal Keperawatan*, 10(1), pp. 61–66. doi: 10.47560/kep.v10i1.264.
- Alfi, N. R., Oswati, H. and Misrawati, M. (2022) 'Gambaran Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Saat Menstruasi di Masa New Normal di Kota Pekanbaru', *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia Indonesian scientific health journal*, 7(2), pp. 61–72.
- Amaliya, M. M., Sri, M. and Meinarisa, M. (2023) 'Efektifitas Pendidikan Kesehatan Personal Hygiene (PKPH) Menggunakan Media Video Dan Lefleat Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Keputihan', *Jurnal Ners*, 7(2), pp. 1801–1807. doi: 10.31004/jn.v7i2.16505.
- Ammaralia, F. A. (2023) *Pengaruh Peer Education Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Pencegahan HIV/AIDS: Literature Review*. Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Anisa, D., Saputri, E. M. and Lubis, R. (2022) 'Tahun 2022', *Manuju: Malahayati Nursing Journal*, 4(5), pp. 1121–1134.
- Batubara, S. K. (2020) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMP Negeri 2 Batang Angkola Tapanuli Selatan Tahun 2017', *Jurnal Ilmiah Maksitek*, 05(03), pp. 167–187.
- Bujawati, E., Raodhah, S. and Indriyanti, I. (2016) 'Faktor - Faktor Yang Berhubungan dengan Personal Hygiene Selama Menstruasi pada Santriwati di Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba , Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2016', *Higiene: Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 3(1), pp. 1–9.
- Darmawan, A. I. and Shanti, W. (2020) 'Peran Spiritual Berhubungan Dengan Perilaku Sosial dan Seksual Remaja', *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(1), pp. 75–82.
- Dea, A. and Fajar, A. (2020) 'Perilaku Menstrual Hygiene Remaja: Studi Pada Santriwati di Pondok Pesantren Modern Kota Depok', *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 7(2), pp. 23–29. doi: 10.20527/jpkmi.v7i2.10169.
- Fitriwati, C. I. and Suhaela, A. (2021) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebersihan Diri Selama Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Yayasan Nurul Islam Kabupaten Bungo', *CENDEKIA UTAMA: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 10(02), pp. 141–151. doi: 10.31596/jcu.v10i2.760.
- Gerungan, D. J. and Triwahyuni, P. (2024) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Mahasiswa Di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia', *PREPOTIF: JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT*, 08(01), pp. 1190–1197. doi: <https://doi.org/10.31004/prepotif.v8i1.27277>.

Jurnal Kesehatan

Author(s) : Irfiah

- Hidayat, A. R. and Nurhayati, I. (2020) 'Peran Orang Tua dalam Pencegahan Perilaku Sex Pranikah pada Remaja di Bantul', *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) KesMas Respati*, 5(1), pp. 71–79. doi: 10.56338/mppki.v6i4.3214.
- Hidayati, Y. N. (2021) *Personal Hygiene Selama Menstruasi Pada Remaja Putri Dengan Media Booklet*. Universitas `Aisyiyah Surakarta.
- Kartika, A., Noveri, A. and Fitri, N. A. (2022) 'Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi Remaja : Literature Review', *MPPKI: Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 5(10), pp. 1192–1198. doi: 10.56338/mppki.v5i10.2555.
- Kas, S. R. and Mustakim, M. (2022) 'Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Upaya Pencegahan Anemia Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA Negeri Kabupaten Soppeng', *JUKEKE: Jurnal Kesehatan dan Kedokteran*, 1(3), pp. 52–58.
- Kurniasih, E. (2022) 'Determinan Perilaku Hygiene Menstruasi Remaja Putri di SMPN 3 Sine, Kabupaten Ngawi', *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) KesMas Respati*, 7(1), pp. 33–42. doi: 10.35842/formil.v7i1.419.
- Kusuma, P. and Siti, M. (2022) 'Hubungan Peran Orang Tua Dengan Penyimpangan Perilaku Seksual Pranikah Pada Remaja di SMK Taman Siswa Cibadak di Wilayah Kerja Puskesmas Sekarwangi Kabupaten Sukabumi', *Jurnal Health Society*, 11(1), pp. 86–92.
- Latifah, U., Wahyusari, S. and Salam, A. Y. (2022) 'Hubungan Dukungan Teman Sebaya dan Kesadaran Diri Dengan Perilaku Menjaga Kebersihan Menstruasi Pada Remaja Putri Smau Kelas 1-2', *JIK-MC: Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia - Mandiri Cendikia*, 2(9), pp. 69–79. Available at: <http://journal-mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC/article/view/511>.
- Mbungo, H. S. S. and Ernawati, E. (2023) 'Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Kesehatan Reproduksi Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi di SMAN 1 Merauke', *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 8(3), pp. 2548–1398. doi: 10.36418/syntax-literature.v8i3.11471.
- Muzakkir, M., Al-Hijrah, M. F. and Hermin, H. (2020) 'Faktor yang berhubungan dengan personal hygiene pada remaja putri SMP Negeri 4 Majene', *Journal of Health, Education and Literacy (J-Healt)*, 2(2), pp. 87–92. doi: 10.31605/j-healt.v2i2.618.
- Ningsih, W. A., Suseno, M. R. and Hamidiyanti, B. Y. F. (2021) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Dan Alat Peraga Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Masa Menstruasi Dalam Layanan Homecare Di Dusun Kumbang Wilayah Kerja Puskesmas Kuripan Kabupaten Lombok Barat', *Jurnal Kebidanan*, 10(2), pp. 59–69. doi: <https://doi.org/10.35890/jkdh.v10i2.216>.
- Nisa, A. H. *et al.* (2020) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Pondok Pesantren Al Asror Kota Semarang Tahun 2019', *JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT (e-Journal)*, 8(1), pp. 145–151. doi: 10.14710/jkm.v8i1.26025.
- Notoatmodjo, S. (2012) *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Oktarini, P. D. and Etrawati, F. (2021) 'Karakteristik Komunikator Remaja SMA yang Berhubungan dengan Komunikasi Kesehatan Reproduksi di Kota Palembang High School Youth Communicators Characteristics Related to Reproductive Health Communication of in Palembang City', *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of*

Jurnal Kesehatan

Author(s) : Irfiah

Health Promotion and Behavior, 3(2), pp. 107–120. doi: 10.47034/ppk.v3i2.5169.

Ilmu Kesehatan, 2(2), pp. 55–61. doi: <https://doi.org/10.37148/arteri.v2i2.154>.

- Pawestri, N. (2024) *Engaruh Edukasi Peer Group Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Hygiene Organ Reproduksi di Pondok Pesantren Annur Bantul*. Universitas Ipwija - Yogyakarta.
- Pemiliana, P. D., Agustina, W. and Verayanti, D. (2019) 'Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMA Etidlandia Medan Tahun 2018', *GASTER*, 17(1), pp. 62–76. doi: 10.30787/gaster.v17i1.341.
- Riadinata, S., Yulia, A. and Kusuma, M. S. P. (2023) 'Description of Adolescent Levels of Knowledge About The Risks of Early Marriage in Pregnancy at Vocational School of Ma'arif 2 Sleman', *JIKMMY "Jurnal Ilmu Kesehatan Mulia Madani Yogyakarta"*, 4(2).
- Romadhoni, B. (2024) *Perilaku Konsumen: Mengenal Konteks dan Sikap Konsumen*, Penerbit NEM.
- Suryani, L. (2019) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi di SMP Negeri 12 Kota Pekanbaru', *JOMIS (Journal Of Midwifery Science)*, 3(2), pp. 68–79. Available at: <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jomis/article/view/811>.
- Umi, S. (2023) *Pengaruh Health Education Dengan Metode Stratagem Terhadap Pengetahuan Perawatan Organ Reproduksi Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMP Muhammadiyah 6 Wuluhan*. Universitas dr. Soebandi. Available at: [http://repository.stikesdrsoebandi.ac.id/972/1/19050042 Umi Syahira.pdf](http://repository.stikesdrsoebandi.ac.id/972/1/19050042%20Umi%20Syahira.pdf).
- Wulandari, D., Triswanti, N. and Yulyani, V. (2021) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan COVID-19 di Desa Lebak Peniangan Lampung', *ARETRI: Jurnal*