

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, PERILAKU DAN SIKAP
REMAJA PUTRI TENTANG KEBERSIHAN PADA
SAAT MENSTRUASI DI PESANTREN SINAR
ISLAM ASIA PASIFIC TAHUN 2021**



NATASYA

051922022

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN
FAKULTAS KEPERAWATAN DAN KEBIDANAN
UNIVERSITAS BINAWAN
2020**

Nama : Natasya
Nim : 051922022
Judul KTI : Hubungan Pengetahuan, Perilaku Dan Sikap Remaja Putri Tentang Kebersihan Pada Saat Menstruasi Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific Tahun 2021

ABSTRAK

Dalam kehidupan sehari-hari kebersihan sangat penting dan harus diperhatikan karena kebersihan akan mempengaruhi Kesehatan seseorang. jika hal tersebut dibiarkan terus dapat mempengaruhi kesehatan secara umum. Oleh karena itu sangat penting untuk melakukan personal hygiene saat menstruasi. personal hygiene pada saat menstruasi memegang peranan penting dalam menentukan status Kesehatan, khususnya supaya terhindar dari Infeksi Saluran Reproduksi. Dampak yang terjadi apabila Personal Hygiene tersebut tidak dilakukan antara lain remaja putri tidak akan bisa memenuhi kebersihan alat reproduksinya, kesehatan menstruasi juga tidak terjaga, sehingga dapat terkena infeksi saluran kemih, keputihan, kanker serviks dan kesehatan reproduksi lainnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kebersihan dengan pengetahuan, perilaku dan sikap. metode yang dilakukan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Populasi yang didapat dalam penelitian ini terdapat 87 siswi yang sudah menstruasi. Sedangkan teknik pengambilan sampel yang dilakukan dengan menggunakan teknik *Total Sampling* yang berjumlah 114 remaja putri dan didapatkan hasil uji statistik chi-square diperoleh hasil pengetahuan 0,0001 artinya $p < 0,05$ hasil perilaku 0,0001 artinya $p < 0,05$ dan hasil dari sikap 0,0001 artinya $p < 0,05$ maka dari itu didapatkan hubungan antara kebersihan dengan pengetahuan, perilaku, dan sikap. Maka untuk remaja wanita yang sudah menstruasi disarankan untuk tetap menjaga kebersihan pada saat menstruasi.

Kata kunci : Pengetahuan, Perilaku, Sikap, Personal Hygiene

ABSTARCT

In everyday life cleanliness is very important and must be considered because cleanliness will affect a person's health. if it is allowed to continue can affect health in general. Therefore, it is very important to perform personal hygiene during menstruation. personal hygiene during menstruation plays an important role in determining health status, especially in order to avoid reproductive tract infections. The impact that occurs if Personal Hygiene is not carried out, among others, young women will not be able to fulfill the cleanliness of their reproductive organs, menstrual health is also not maintained, so they can get urinary tract infections, vaginal discharge, cervical cancer and other reproductive health. The purpose of this study was to determine the relationship between cleanliness and knowledge, behavior and attitudes. The method used in this research is cross sectional. The population obtained in this study were 87 female students who had menstruated. While the sampling technique was carried out using the total sampling technique, amounting to 114 young women and the results of the chi-square statistical test were obtained, the results of knowledge were 0.0001 meaning $p < 0.05$, behavioral results were 0.0001 meaning $p < 0.0$ and attitude 0.0001 means $p < 0.05$, therefore there is a relationship between cleanliness and knowledge, behavior, and attitudes. So for teenage girls who are already menstruating are advised to maintain cleanliness during menstruation.

Keywords: Knowledge, Behavior, Attitude, Personal Hygine

LEMBAR ORINALITAS

PERNYATAAN ORINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Natasya
Nomor induk Mahasiswa : 051922022
Fakultas : Kebidanan dan Keperawatan
Program Studi : Kebidanan 2018
Institusi : Universitas Binawan

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya susun dengan judul "Hubungan Pengetahuan Perilaku Dan Sikap Remaja Putri Tentang Kebersihan Pada Saat Menstruasi Di Pesantren Sinar Islam Pasific Tahun 2021" adalah benar-benar hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan plagiat dari karya tulis ilmiah orang lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, Untuk dipergunakan bilamana diperlukan.



Jakakarta, Oktober 2021

Pembuat pernyataan



Natasya

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : HUBUNGAN PENGETAHUAN, PERILAKU DAN SIKAP
REMAJA PUTRI TENTANG KEBERSIHAN PADA SAAT
MENSTRUASI DI PESANTREN SINAR ISLAM ASIA PASIFIC
TAHUN 2021

PENYUSUN : Natasya

NIM : 051922022

Jakarta,

2021

Menyetujui,



U N I V E R S I T A S
BINAWAN

Legina Anggraeni, SST, MKM

NIDN: 0320099303

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

**“HUBUNGAN PENGETAHUAN, PERILAKU DAN SIKAP REMAJA
PUTRI TENTANG KEBERSIHAN PADA SAAT MENSTRUASI DI
PESANTREN SINAR ISLAM ASIA PASIFIC TAHUN 2021”.**

Karya Tulis Ilmiah ini telah disetujui, diperiksa, dan dipertahankan di hadapan
Tim penguji program studi D-III Kebidanan Universitas Binawan

Jakarta, 29 Oktober 2021



Penguji I

Penguji II

Mella Yuria RA. SKM, M.Kes

NIDN: 0329048005

Legina Anggraeni, SST, MKM

NIDN: 0320099303

Mengetahui,

Ketua Program Studi DIII Kebidanan



Dinni Randayani Lubis, SST, MKM

NIDN: 011908850

KATA PENGANTAR

Puji serta syukur Alhamdulillah saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat dan hidayah-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Sebagai salah satu pemenuhan syarat untuk menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Kebidanan di Universitas Binawan, yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Perilaku Dan Sikap Remaja Putri Tentang Kebersihan Pada Saat Menstruasi Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific”

Saya menyadari kemampuan dan keterbatasan ilmu pengetahuan yang saya miliki, sehingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini jauh dari sempurna. Namun, Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi kita semua. Untuk itu, dalam kesempatan ini, saya mengucapkan terimakasih yang tiada terhingga serta penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Allah SWT, yang telah memberikan kemudahan dan melimpahkan karunia-Nya yang sangat luar biasa sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat saya selesaikan
2. Ibu Dr. Illah Sailah, MS, selaku Rektor Universitas Binawan
3. Ibu Dinni Randayani Lubis, SST, MKes, selaku Ketua Program Studi Diploma III Kebidanan Universitas Binawan
4. Ibu Legina Anggraeni, SST, MKM, pembimbing I yang telah meluangkan waktu dan pemikirannya untuk membimbing saya menyusun Karya Tulis Ilmiah ini
5. Ibu Mella Yuria RA. SKM, M.Kes selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan pengarahannya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini
6. Seluruh Dosen dan Staf Diploma III Kebidanan Universitas Binawan yang telah membekali ilmu yang sangat bermanfaat kepada saya juga memberikan petunjuk dan sehat selama saya menjalani pendidikan
7. Kedua orang tua ayahanda tercinta Ayah Edi Marzuki dan Mamah tersayang Mamah Rohana Damaiyanti, adik saya Cut Hanum Febriana, Nabila, Nasywa, Nayla, abang Kafel yang telah memberikan semua kasih sayangnya, dorongan serta semangat untuk saya yang tiada batasnya tanpa pamrih, dan

selalu mengingatkan saya kepada Allah SWT untuk selalu bersyukur, semoga Allah SWT memberikan kebahagiaan di dunia dan akhirat

8. Ayah cik dan Ibu cik yang telah memberikan do'a, semangat serta motivasi kepada saya, semoga Allah SWT memberikan kebahagiaan di dunia dan akhirat.
9. Kakak-kakak ku (Bripka Tri Sujatmoko SH, Evi Suryani, Amp.Kep. Bripka Ferdy Ferdian SH, Eka Sartika, SE dan Nina Anjarwasi Amd.Keb) yang memberikan dukungan do'a, motivasi, moril, materil dan memberikan masukan serta dukungan.
10. Sahabat serta teman-teman seperjuangan Angkatan 2018 yang saling memberikan do'a, pelajaran, semangat dan motivasi selama masa perkuliahan hingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Sahabat dan teman teman SMA saya yang telah memberikan do'a, dukungan, motivasi, terhadap saya selama ini.
12. Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini saya merasa masih banyak kekurangan. Untuk itu, saya mengharapkan masukan baik kritik maupun saran yang sifatnya membangun. Saya sangat berharap Allah SWT berkenan membalas kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Jakarta, Agustus 2021

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
LEMBAR ORINALITAS.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Pertanyaan Penelitian.....	4
1.4 Tujuan Penelitian.....	5
1.5 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II.....	6
TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Konsep Pengeahuan.....	6
2.2 Konsep perilaku	11
2.3 Sikap.....	16
2.4 Konsep Remaja	19
2.5 Personal hygiene	24
2.6 Menstruasi	30
2.7 Kerangka teori	34
BAB III.....	35
KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPRASIONAL DAN HIPOTESIS	35
3.1 Kerangka Konsep.....	35
3.2 Definisi Oprasional	36
3.3 Hipotesis penelitian.....	39
BAB IV	40
METODELOGI DAN PENELITIAN.....	40

4.1	Rancangan Penelitian	40
4.2	Tempat Dan Waktu Penelitian	40
4.3	Populasi Dan Sampel	40
4.4	Pengumpulan Data.....	41
4.5	Pengolahan Data	41
4.6	Variabel Penelitian.....	42
BAB V		43
HASIL PENELITIAN		43
5.1	Hasil Penelitian.....	43
5.2	Analisa Univariat	43
5.3	Analisis Bivariat	45
BAB VI.....		49
PEMBAHASAN		49
6.1	Tingkat Pengetahuan.....	49
6.2	Perilaku.....	49
6.3	Sikap.....	50
6.4	Tingkat Kebersihan	50
6.5	Hubungan Tingkat Kebersihan Dengan Pengetahuan.....	51
6.6	Hubungan Tingkat Kebersihan Dengan Perilaku	51
6.7	Hubungan Tingkat Kebersihan Dengan Sikap	52
BAB VII		54
KESIMPULAN DAN SARAN		54
7.1	Kesimpulan.....	54
7.2	Saran	54
DAFTAR PUSTAKA.....		56
LAMPIRAN.....		60
KUESIONER PENGETAHUAN KEBERSIHAN PADA SAAT MENSTRUASI... 61		
KUESIONER PERILAKU KEBERSIHAN PADA SAAT MENSTRUASI..... 63		
KUESIONER SIKAP KEBERSIHAN PADA SAAT MENSTRUASI		64

DAFTAR TABEL

Tabel 5.1. 1 Distribusi Frekuensi Kebersihan Remaja Putri Kelas VII.....	43
Tabel 5.1. 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific	44
Tabel 5.1. 3 Distribusi Frekuensi Kebersihan Berdasarkan Perilaku Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific	44
Tabel 5.1. 4 Distribusi Frekuensi Kebersihan Berdasarkan Sikap Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific	45



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut World Health Organization (WHO, 2014) usia yang tergolong remaja dimulai dari usia 10-19 tahun di dunia, 18% dari penduduk yang berjumlah sekitar 1,2 miliar penduduk. Jumlah Penduduk Remaja Di Indonesia usia 10-19 tahun terdapat 45.351,3 jiwa yaitu terdiri dari 22.112,4 Remaja Wanita dan 22.573,8 remaja pria. (Statistik, 2019) Kemenkes RI membagi kurun usia remaja ada 3 bagian yaitu remaja awal dengan rentang usia 10-13 tahun, remaja pertengahan yaitu usia 14- 16 tahun, dan remaja akhir yaitu usia 17- 19 tahun (Pertiwi, 2018).

Masa remaja merupakan masa transisi yang ditandai dengan terjadinya perubahan fisik, emosi, dan psikis. Pada masa ini remaja mulai mengalami masa pubertas dan pematangan seksual dengan cepat. Masa pubertas pada laki laki yaitu mimpi basah dan masa pubertas pada perempuan yaitu menstruasi (Gustina E, 2015).

Menstruasi merupakan proses pelepasan dinding Rahim disertai perdarahan dan terjadi setiap bulan. Menjaga kebersihan organ genitalia saat menstruasi perlu mendapat pelatihan khusus agar terhindar dari pembusukan dan berkembangnya jamur. (Maharani R, 2018). Oleh karena itu sangat penting untuk melakukan praktik personal hygiene saat menstruasi yang benar. Praktik personal hygiene pada saat menstruasi memegang peranan penting dalam menentukan status Kesehatan, khususnya supaya terhindar dari Infeksi Saluran Reproduksi (ISR). (Puspitaningrum W, 2017)

Menurut WHO (*World Health Organization*) tahun 2016 memperkirakan 15 dari 20 remaja putri pernah mengalami keputihan setiap tahunnya. Infeksi tersebut disebabkan karena kurangnya kebersihan diri, terutama vulva hygiene saat menstruasi. (Agra, 2016)

Dalam kehidupan sehari-hari kebersihan sangat penting dan harus diperhatikan karena kebersihan akan mempengaruhi kesehatan dan psikis seseorang. Kebersihan itu sendiri sangat dipengaruhi oleh nilai individu dan kebiasaan. Jika seseorang sakit biasanya masalah kebersihan kurang diperhatikan, hal ini terjadi karena kita menganggap masalah kebersihan adalah hal yang biasa, padahal jika hal tersebut dibiarkan terus dapat mempengaruhi kesehatan secara umum. (Yuni, 2015)

Pengetahuan juga mempengaruhi dalam melakukan personal hygiene, siswi yang memiliki pengetahuan yang kurang baik terhadap personal hygiene, memungkinkan siswi tersebut tidak berperilaku hygiene pada saat menstruasi yang dapat membahayakan reproduksinya sendiri, salah satu dampak yang ditimbulkan apabila personal hygiene yang kurang diantaranya timbulnya infeksi vagina yang disebabkan oleh kebersihan. (Rahman, 2014)

Salah satu upaya untuk mengurangi gangguan pada saat menstruasi yaitu melakukan personal hygiene yang baik. Personal hygiene saat menstruasi dapat dilakukan dengan cara mengganti pembalut setiap 4 jam sekali atau 4 sampai 5 kali dalam sehari, cuci pembalut sebelum di buang dan pakai pembalut yang nyaman dan aman atau pembalut herbal, setelah mandi atau buang air, membasuh vagina dengan arah depan ke belakang anus, vagina dikeringkan dengan tisu atau handuk agar tidak lembab. Pemakaian celana dalam yang baik terbuat dari bahan yang mudah menyerap keringat. (Elmart, 2012)

Dampak yang terjadi apabila perilaku Personal Hygiene tersebut tidak dilakukan antara lain remaja putri tidak akan bisa memenuhi kebersihan alat reproduksinya, penampilan dan kesehatan sewaktu menstruasi juga tidak terjaga, sehingga dapat terkena infeksi saluran kemih, keputihan, kanker serviks dan kesehatan reproduksi lainnya. (Nugroho, 2013)

Keluhan yang ditimbulkan akibat ketidak tahuan personal hygiene adalah penyakit Pruritus Vulva yaitu penyakit yang ditandai dengan adanya sensasi gatal parah dari alat kelamin. (Diana, 2015)

Berdasarkan penelitian oleh (R, 2019) di Pondok Pesantren As'ad Kota Jambi menyebutkan bahwa personal hygiene pada santriwati masih sangat kurang. Seperti masih rendahnya kesadaran akan perawatan diri yaitu mandi, penggunaan pakaian, menjaga kebersihan organ reproduksi dan penggunaan alat mandi secara bersama. Melihat masih rendahnya personal hygiene remaja putri terutama pada santriwati pondok pesantren, serta keterbatasan sarana dan prasarana di pondok pesantren untuk menunjang perilaku sehat santriwati, peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian sejenis di pondok pesantren berbeda namun memiliki karakteristik wilayah ataupun populasi yang sama yaitu Pondok Pesantren Sinar Islam Asia Pasific.

Berdasarkan permasalahan diatas perlu diperhatikan personal hygiene pada saat menstruasi, kondisi lingkungan pondok pesantren kepadatan hunian dan pengetahuan tentang personal hygiene pada saat menstruasi seperti cara membersihkan diri seperti potong kuku, mandi, dan ganti pembalut setiap 2 jam sekali.

Pondok Pesantren Sinar Islam Asia Pasific adalah Pondok Modern Boarding School, Yaitu Sebuah Pesantren yang dipadukan dengan pendidikan salaf ahlu sunnah wal jamaah. Pondok Pesantren Sinar Islam Asia Pasific membangun dan selalu berpedoman kepada GBHN (*Garis Besar Haluan Negara*) Republik Indonesia yang tidak bertentangan dengan Undang-Undang Dasar 1945, Selalu membantu pemerintahan dalam mencerdaskan anak bangsa diseluruh pelosok Tanah Air secara Adil, Makmur, Sejahtera Merata, harus dengan pembangunan. Maka dari itu Pondok Pesantren Sinar Islam Asia Pasific turut mengambil bagian yang dicanangkan oleh Pemerintah. Telah membangun berupa sarana Gedung seperti Gedung Ruang Belajar Siswa, Asrama Putra dan Putri, Masjid, Ka'bah tempat untuk belajar Manasik Haji belajar Umroh bagi siswa dan siswi serta juga Masyarakat. Pondok Pesantren Sinar Islam Asia Pasific juga telah menggarap Pondok Pesantren SMP-SMK yang standar Nasional dan mengikuti Program Kurikulum Pemerintah Dinas Pendidikan, ditambah Mata Pelajaran Agama seperti : Bahasa Arab, Fiqih, Aqidah Akhlak, Al-Qur'an

Hadist, Nahwu, Shorof, Pelatihan Khotbah Jum'at dan lain-lain. Dan di Pondok Pesantren Sinar Islam Asia Pasific kami memiliki beberapa program unggulan, seperti Tahfidzul Quran, Bahasa Inggris Dan Arab , Pelatihan Dakwah Dan Kajian Kitab Kuning

Berdasarkan hal tersebut diatas, maka penliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Perilaku Remaja Putri Tentang Kebersihan Pada Saat Menstruasi.

1.2 Rumusan Masalah

Pentingnya untuk melakukan praktik personal hygiene saat mentruasi yang benar. Praktik personal hygiene pada saat menstruasi memegang peranan penting dalam menentukan status kesehatan, khususnya supaya terhindar dari infeksi saluran reproduksi (ISR). (Puspitaningrum W, 2017) maka dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini dengan judul “Hubungan Pengetahuan, Perilaku Dan Sikap Remaja Putri Tentang Kebersihan Pada Saat Menstruasi Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific Tahun 2021 ”

1.3 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka dapat dirumuskan dalam penelitian ini sebagai berikut: “ Pengetahuan, Perilaku Dan Sikap remaja putri tentang kebersihan pada saat menstruasi di pesantren Sinar Islam Asia Pasific”

1. Bagaimana Mengidentifikasi Pengetahuan Remaja Tentang kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri?
2. Bagaimana Mengindetifikasi perilaku Remaja Terhadap kebersihan Pada Saat Menstruasi Pada Remaja Putri?
3. Bagaimana Mengidentifikasi Sikap Remaja Terhadap Kebersihan Pada Saat Menstruasi Pada Remaja Putri?
4. Bagaimana Menganalisis Hubungan Pengetahuan, Perilaku dan sikap kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri?

1.4 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat pengetahuan, perilaku dan sikap remaja putri tentang kebersihan pada saat menstruasi

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri
2. Mengidentifikasi Pengetahuan Remaja Tentang kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri
3. Mengidentifikasi Perilaku Remaja Terhadap kebersihan Pada Saat Menstruasi Pada Remaja Putri
4. Mengidentifikasi Sikap Remaja Terhadap kebersihan Pada Saat Menstruasi Pada Remaja Putri
5. Menganalisis Hubungan Pengetahuan, Perilaku dan sikap kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri

1.5 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dibidang Kesehatan dalam memperluas pengetahuan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Respoden
Dapat dijadikan sebagai sarana bagi remaja dalam memahami tentang Kebersihan pada saat menstruasi pada remaja
2. Bagi Mahasiswa
Data penelitian ini Sebagai referensi untuk mengetahui tentang Kebersihan pada saat menstruasi pada remaja
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
sebagai bahan referensi untuk memecahkan permasalahan pada Kebersihan pada saat menstruasi pada remaja

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Pengeahuan

2.1.1 Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil pengindraan manusia, atau hasil tahu seseorang obyek melalui indra yang dimiliki (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indra pendengaran (telinga) dan indra penglihatan (mata). Pengetahuan mempunyai tingkat yang berbeda-beda (Notoatmojo, 2014)

2.1.2 Tingkatan Pengetahuan

Tingkat pengetahuan menurut (Notoatmojo, 2014) mempunyai 6 (enam) tingkatan yaitu:

1. Tahu (know)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (recall) sesuatu yang spesifik dan seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu merupakan tingkatan pengetahuan yang paling rendah.

2. Memahami (comprehension)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang obyek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap obyek atas materi dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap obyek yang dipelajari.

3. Aplikasi (Application)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi real (sebenarnya). Aplikasi di sini dapat diartikan sebagai aplikasi atau

penggunaan hukum-hukum, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau yang lain.

4. Analisis (analysis)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu obyek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam suatu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain.

5. Sintesis (synthesis)

Sintesis menunjuk kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu bentuk kemampuan menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang baru

6. Evaluasi (evaluation)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian ini didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada. Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan menggunakan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subyek penelitian atau responden. Kedalaman pengetahuan yang ingin kita ketahui atau kita ukur dapat disesuaikan dengan tingkat-tingkatan di atas. (Notoatmojo, 2014)

2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut (Riyanto B. , 2013) faktor yang mempengaruhi pengetahuan:

1. Pendidikan

Proses perubahan sikap dan perilaku seseorang atau kelompok dan merupakan usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Semakin tinggi pendidikan seseorang

maka semakin cepat menerima dan memahami suatu informasi sehingga pengetahuan yang 9 dimiliki juga semakin tinggi.

2. Informasi atau Media Massa

Suatu teknik untuk mengumpulkan, menyiapkan, menyimpan, memanipulasi, mengumumkan, menganalisis dan menyebarkan informasi dengan tujuan tertentu. Informasi mempengaruhi pengetahuan seseorang jika sering mendapatkan informasi tentang suatu pembelajaran maka akan menambah pengetahuan dan wawasannya, sedangkan seseorang yang tidak sering menerima informasi tidak akan menambah pengetahuan dan wawasannya.

3. Sosial, Budaya dan Ekonomi

Tradisi atau budaya seseorang yang dilakukan tanpa penalaran apakah yang dilakukan baik atau buruk akan menambah pengetahuannya walaupun tidak melakukan. Status ekonomi juga akan menentukan tersedianya fasilitas yang dibutuhkan untuk kegiatan tertentu. Seseorang yang mempunyai sosial budaya yang baik maka pengetahuannya akan baik tapi jika sosial budayanya kurang baik maka pengetahuannya akan kurang baik. Status ekonomi seseorang mempengaruhi tingkat pengetahuan karena seseorang yang memiliki status ekonomi dibawah rata-rata maka seseorang tersebut akan sulit untuk meningkatkan pengetahuan.

4. Lingkungan

Mempengaruhi proses masuknya pengetahuan kedalam individu karena adanya interaksi timbal balik ataupun tidak yang akan direspons sebagai pengetahuan oleh individu. Lingkungan yang baik akan pengetahuan yang didapatkan akan baik tapi jika lingkungan kurang baik maka pengetahuan yang didapat juga akan kurang baik. Jika seseorang berada di sekitar orang yang berpendidikan maka pengetahuan yang dimiliki seseorang akan berbeda dengan orang yang berada di sekitar orang pengangguran dan tidak berpendidikan.

5. Pengalaman

Bagaimana cara menyelesaikan permasalahan dari pengalaman sebelumnya yang telah dialami sehingga pengalaman yang didapat bisa dijadikan sebagai pengetahuan apabila mendapatkan masalah yang sama.

6. Usia

Semakin bertambahnya usia maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh juga akan semakin membaik dan bertambah. (Riyanto B. , 2013)

2.1.4 Cara Memperoleh Pengetahuan

Cara memperoleh pengetahuan Pengetahuan seseorang biasanya diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai macam sumber, misalnya media massa, media elektronik, buku petunjuk, petugas kesehatan, media poster, kerabat dekat, dan sebagainya (Notoatmojo, 2014)

Menurut (Notoatmojo, 2014) cara memperoleh pengetahuan antara lain sebagai berikut:

1. Cara coba salah (Trial and Error)

Cara ini dipakai orang sebelum adanya kebudayaan, bahkan mungkin sebelum adanya peradaban. Pada waktu itu bila seseorang menghadapi persoalan atau masalah, upaya yang dilakukan hanya dengan coba-coba saja. Cara coba-coba dilakukan dengan menggunakan beberapa kemungkinan dalam memecahkan masalah, apabila kemungkinan tersebut tidak berhasil, dicoba kemungkinan yang lain. Apabila kemungkinan kedua ini juga gagal, maka dicoba kemungkinan selanjutnya sampai kemungkinan tersebut berhasil.

2. Secara kebetulan

Penemuan kebenaran secara kebetulan terjadi karena tidak disengaja oleh orang yang bersangkutan.

3. Cara kekuasaan dan otoritas

Dalam kehidupan manusia sehari-hari, banyak kebiasaan dan tradisi yang dilakukan oleh orang, penalaran, dan tradisi-tradisi itu yang dilakukan baik atau tidak. Pengetahuan diperoleh berdasarkan pada pemegang otoritas, yakni orang mempunyai wibawa atau kekuasaan, baik tradisi, otoritas pemerintah, otoritas pemimpin agama, maupun ahli ilmu pengetahuan atau ilmuwan.

4. Berdasarkan pengalaman pribadi

Hal ini dilakukan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi pada masa yang lalu. Adapun pepatah mengatakan “Pengalaman adalah guru terbaik”, ini mengandung maksud bahwa pengalaman merupakan sumber pengalaman untuk memperoleh pengetahuan.

5. Cara akal sehat (common sense)

Sejalan perkembangan kebudayaan umat kebudayaan manusia cara berpikir manusia pun ikut berkembang. Dari sini manusia telah mampu menggunakan penalarannya dalam memperoleh pengetahuan. Pemberian hadiah dan hukuman merupakan cara yang masih dianut banyak orang untuk mendisiplinkan anak dalam konteks pendidikan.

2.1.5 Pengukuran Pengetahuan

- Pengetahuan baik >80%
- Pengetahuan cukup 60-80%
- Pengetahuan kurang <60% (Khomsan)

2.2 Konsep perilaku

2.2.1 Pengertian Perilaku

Perilaku adalah segenap manifestasi hayati individu dalam berinteraksi dengan lingkungan, mulai dari perilaku yang paling nampak sampai yang tidak tampak, dari yang dirasakan sampai paling yang tidak dirasakan (oktaviana, 2015).

Perilaku manusia adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia baik yang dapat diamati langsung maupun yang tidak dapat diamati pihak luar.

Sedangkan menurut Bandura, suatu formulasi mengenai perilaku dan sekaligus dapat memberikan informasi bagaimana peran perilaku itu terhadap lingkungan dan terhadap individu atau organisme yang bersangkutan. Formulasi Bandura berwujud B= behavior. E=environment, P=person, atau organisme. Perilaku lingkungan dan individu itu sendiri saling berinteraksi satu sama lain. Ini berarti bahwa perilaku individu dapat mempengaruhi individu itu sendiri, disamping itu perilaku juga berpengaruh pada lingkungan.

Perilaku adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas antara lain: berjalan, berbicara, kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. (Fitriansyah, 2018)

2.2.2 Jenis-Jenis Perilaku

Jenis-jenis perilaku individu menurut (oktaviana, 2015)

1. Perilaku sadar, perilaku yang melalui kerja otak dan pusat susunan saraf
2. Perilaku tak sadar, perilaku yang spontan atau instingtif
3. Perilaku tampak dan tidak tampak
4. Perilaku sederhana dan kompleks
5. Perilaku kognitif, afektif, konatif, dan psikomotor.

2.2.3 Macam-Macam perilaku

Menurut (Notoatmojo, 2014), berdasarkan teori “S-O-R” Perilaku manusia dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu :

1. Perilaku tertutup (*covert behavior*)

Perilaku tertutup terjadi bila respon terhadap stimulus tersebut masih belum dapat diamati orang lain secara jelas. Respon seseorang masih terbatas dalam bentuk perhatian, perasaan, persepsi, pengetahuan dan sikap terhadap stimulus yang bersangkutan. Bentuk perilaku tertutup (*covert behavior*) yang dapat diukur adalah pengetahuan dan sikap.

2. Perilaku terbuka (*overt behavior*)

Perilaku terbuka ini terjadi bila respon terhadap stimulus sudah berupa Tindakan atau praktik yang sudah dapat diamati oleh orang lain. (Notoatmojo, 2014)

2.2.4 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku

Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Perilaku sehat dapat terbentuk karena berbagai pengaruh atau rangsangan yang berupa pengetahuan, sikap, pengalaman, keyakinan, sosial, budaya, sarana fisik, pengaruh atau rangsangan yang bersifat internal. Kemudian menurut Green dalam (Notoatmodjo, 2014) mengklasifikasikan menjadi faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan, yaitu :

1. Faktor Predisposisi (*predisposing factor*)

Merupakan faktor internal yang ada pada diri individu, kelompok, dan masyarakat yang mempermudah individu berperilaku seperti pengetahuan, sikap, kepercayaan, nilai-nilai dan budaya. Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku salah satunya adalah pengetahuan. Pengetahuan atau *kognitif* merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang atau *over behavior*.

2. Faktor pendukung (*enabling factor*)

Yang terwujud dalam lingkungan fisik, tersedia atau tidak tersedianya fasilitas-fasilitas atau sarana-sarana kesehatan, misalnya puskesmas, obat-obatan, alat-alat steril dan sebagainya.

3. Faktor pendorong (*reinforcing factor*)

Yang terwujud dalam sikap dan perilaku petugas kesehatan atau petugas lain, yang merupakan kelompok referensi dari perilaku masyarakat

2.2.5 Perilaku Kesehatan

Ada dua faktor yang mempengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan, yakni faktor ekstern dan intern, faktor intern mencakup pengetahuan, kecerdasan, sikap atau persepsi, emosi dan sebagainya yang berfungsi mengolah rangsangan dari luar. Sedangkan faktor ekstern meliputi lingkungan sekitar, baik fisik maupun non fisik seperti peran orang tua, mutu pelayanan kesehatan, dan penelitian terbukti bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih jelas dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. (Yeni Devita N. K., 2014)

2.2.6 Determinan Perilaku

Faktor-faktor yang membedakan respon terhadap stimulus yang berbeda disebut determinan perilaku. Determinan perilaku dapat dibedakan menjadi dua yakni (Notoatmodjo, 2014) :

1. Determinan atau faktor internal yakni karakteristik orang yang bersangkutan, yang bersifat given atau bawaan, misalnya tingkat kecerdasan, tingkat emosional, jenis kelamin, dan sebagainya.
2. Determinan atau faktor eksternal yakni lingkungan, baik lingkungan fisik, sosial budaya, ekonomi, politik, dan sebagainya. Faktor lingkungan ini merupakan faktor yang dominan yang mewarnai perilaku seseorang membagi perilaku manusia dalam

3. Ketiga domain tersebut adalah sebagai berikut :

a. Pengetahuan Menurut Notoatmodjo (2014)

Pengetahuan adalah merupakan hasil dari tahu dan ini setelah orang melakukan penginderaan terhadap obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.

- 1) Tahu (Know).
- 2) Memahami (Comprehension).
- 3) Aplikasi (Application).
- 4) Analisis (Analysis)
- 5) Sintesis (Synthesis).
- 6) Evaluasi (Evaluation)

b. Sikap

Sikap menggambarkan suka atau tidak suka seseorang terhadap suatu objek. Sikap sering diperoleh dari pengalaman sendiri atau dari orang lain yang paling dekat. Sikap membuat seseorang mendekati atau menjauhi orang lain maupun objek lain. Sikap positif terhadap nilai-nilai kesehatan tidak selalu terwujud dalam suatu tindakan nyata. Hal ini disebabkan oleh beberapa alasan, antara lain :

- 1) Sikap akan terwujud di dalam suatu tindakan tergantung pada situasi saat itu.
- 2) Sikap akan diikuti atau tidak diikuti oleh tindakan yang mengacu kepada pengalaman orang lain.
- 3) Sikap diikuti atau tidak diikuti oleh suatu tindakan berdasarkan pada banyak atau sedikitnya pengalaman seseorang.



UNIVERSITAS
BINAWAN

- 4) Nilai (Value) didalam suatu masyarakat apapun selalu berlaku nilai-nilai yang menjadi pegangan setiap orang dalam menyelenggarakan hidup bermasyarakat.

c. Tindakan

Tindakan merupakan respon terhadap rangsangan yang bersifat aktif dan dapat diamati. Berbeda dengan sikap yang bersifat pasif dan tidak dapat diamati. Untuk mendukung sikap menjadi tindakan selain diperlukan faktor pendukung seperti fasilitas, pihak yang mendukung sangat penting perannya. Tindakan mempunyai beberapa tingkatan :

- 1) Persepsi (Perception) Merupakan praktek tingkat pertama, diharapkan seseorang dapat mengenal dan memilih berbagai objek sehubungan dengan tindakan yang akan diambil.
- 2) Respon Terpimpin (Guided Response) Merupakan praktek tingkat kedua, apabila seseorang dapat melakukan sesuatu sesuai dengan urutan yang benar dan sesuai contoh maka ia dapat dikatakan sudah melakukan respon terpimpin.
- 3) Mekanisme (Mechanism) Apabila seseorang telah dapat melakukan sesuatu dengan benar secara otomatis, atau sesuatu itu sudah merupakan kebiasaan, maka ia sudah mencapai praktek tingkat tiga yaitu tahap mekanisme.
- 4) Adopsi (Adoption) Adalah suatu praktek atau tindakan yang sudah berkembang dengan baik, artinya tindakan itu sudah dimodifikasikannya tanpa mengurangi kebenaran tindakan tersebut.



2.2.7 Pengukuran Perilaku

- Berperilaku baik (nilai ≥ 50)
- Berperilaku tidak baik (nilai < 50) (Karnita, 2014)

2.3 Sikap

2.3.1 Pengertian Sikap

Dapat diambil sebuah pengertian sikap adalah penerimaan, tanggapan, dan penilaian seseorang terhadap suatu obyek, situasi, konsep, orang lain maupun dirinya sendiri akibat hasil dari proses belajar maupun pengalaman di lapangan yang menyebabkan perasaan senang (positif/sangat positif) atau tidak senang (negatif/sangat negatif). (Lutifiati, 2015)

Sikap merupakan proses evaluatif dari dalam diri seseorang. Respon evaluatif berarti bahwa bentuk reaksi yang dinyatakan dalam sikap timbulnya didasari oleh proses evaluasi dalam diri individu yang memberi kesimpulan terhadap stimulus dalam bentuk baik-buruk, mendukung-tidak mendukung, positif-negatif, menyenangkan-tidak menyenangkan yang kemudian mengkristal sebagai potensi reaksi terhadap objek sikap. (Azwar, 2016)

2.3.2 Faktor Yang Mempengaruhi Sikap

Faktor - faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap menurut (Azwar, Teori Dan Pengukurannya, 2013) adalah:

1. Pengalaman Pribadi

Sesuatu yang telah dan sedang kita alami akan ikut membentuk dan mempengaruhi penghayatan kita terhadap stimulus sosial. Tanggapan akan menjadi salah satu dasar terbentuknya sikap.

2. Kebudayaan

Kebudayaan dimana kita hidup dan dibesarkan mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan sikap kita. Apabila kita hidup dalam budaya yang mempunyai norma longgar bagi pergaulan heteroseksual, sangat mungkin kita akan mempunyai

sikap yang mendukung terhadap masalah kebebasan pergaulan heteroseksual.

3. Orang Lain yang Dianggap Penting

Seseorang yang kita anggap penting, seseorang yang kita harapkan persetujuannya bagi setiap gerak dan tingkah dan pendapat kita, seseorang yang tidak ingin kita kecewakan atau seseorang yang berarti khusus bagi kita, akan banyak mempengaruhi pembentukan sikap kita terhadap sesuatu. Diantara orang yang biasanya dianggap penting bagi individu adalah orang tua, orang yang status sosialnya lebih tinggi, teman sebaya, teman dekat, guru, teman kerja, istri atau suami dan lain-lain.

4. Media Massa

Media massa sebagai sarana komunikasi. Berbagai bentuk media massa mempunyai pengaruh besar dalam pembentukan opini dan kepercayaan orang. Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya sikap terhadap hal tersebut.

5. Institusi atau Lembaga Pendidikan dan Lembaga Agama

Lembaga pendidikan serta lembaga agama sebagai suatu sistem mempunyai pengaruh dalam pembentukan sikap karena keduanya meletakkan dasar pengertian dan konsep moral dalam diri individu.

2.3.3 Tahapan Sikap

Menurut (Riyanto, 2013), seperti halnya dengan pengetahuan, sikap ini terdiri dari berbagai tingkat:

1. Menerima (*receiving*)

Menerima diartikan bahwa orang (*subjek*) mau dan memperhatikan stimulus yang diberikan (*objek*).

2. Merespons (*responding*)

Memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan, dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi dari

sikap. Karena dengan suatu usaha untuk menjawab pertanyaan atau mengerjakan tugas yang diberikan, terlepas dari pekerjaan itu benar atau salah, adalah berarti bahwa orang menerima ide tersebut.

3. Menghargai (*valving*)

Mengajak orang lain untuk mengerjakan atau mendiskusikan suatu masalah adalah suatu indikasi sikap tingkat tiga.

4. Bertanggung jawab (*responsible*)

Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala risiko merupakan sikap yang paling tinggi

2.3.4 Komponen Sikap

Menurut (Azwar, Teori Dan Pengukuranya, 2013) Struktur sikap terdiri dari 3 komponen:

1. Komponen *Kognitif*

Komponen *kognitif* menggambarkan apa yang dipercayai oleh seseorang pemilik sikap. Kepercayaan menjadi dasar pengetahuan seseorang mengenai objek yang akan diharapkan.

2. Komponen *Afektif*

Komponen *afektif* merupakan perasaan yang menyangkut aspek emosional terhadap suatu objek. Komponen ini disamakan dengan perasaan yang dimiliki terhadap suatu objek.

3. Komponen *Konatif*

Komponen *konatif* merupakan aspek kecenderungan seseorang dalam berperilaku berkaitan dengan objek sikap yang dihadapinya dengan cara-cara tertentu.

2.3.5 Pengukuran Sikap

- Positif Apabila jawaban responden $\geq 50\%$
- Negatif Apabila jawaban responden $< 50\%$ (Karnita, 2014)

2.4 Konsep Remaja

Remaja (adolescence) menurut organisasi Kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO) adalah periode usia antara 10 sampai 19 tahun. Sedangkan menurut perserikatan bangsa (PBB) menyebut kaum muda (youth) untuk usia antara 15 sampai 24 tahun. Sementara itu, menurut the health resources and services administration guidelines Amerika Serikat, rentang usia remaja adalah 11-21 tahun dan terbagi menjadi 3 tahap, yaitu remaja awal (11-14 tahun), remaja menengah (15-17 tahun), dan remaja akhir (18-21 tahun). Dari beberapa definisi di atas kemudian disatukan dalam terminologi kaum muda (young people) yang mencakup usia 10-24 tahun (Kusmiran, 2014)

Definisi remaja sendiri dapat ditinjau dari tiga sudut pandang, (Kusmiran E. , 2014) Secara kronologis,

1. Remaja adalah individu yang berusia antara 11-12 tahun sampai 20-21 tahun.
2. Secara fisik, remaja ditandai dengan ciri perubahan pada penampilan fisik dan fungsi fisiologis, terutama yang terkait dengan kelenjar seksual.
3. Secara psikologis, remaja merupakan masa di mana individu mengalami perubahan-perubahan dalam aspek kognitif, emosi, sosial, dan normal, di antara masa anak-anak menuju dewasa. (Kusmiran, 2014).

2.4.1 Karakteristik Remaja

Alkhoiroh (2015) mengemukakan ciri-ciri remaja dilihat sebagai berikut

1. Masa remaja adalah masa peralihan

Peralihan dari satu tahap perkembangan ke perkembangan berikutnya secara berkesinambungan. Pada masa ini remaja bukan seorang anak atau orang dewasa. Masa ini merupakan masa yang strategis karena memberi waktu pada remaja untuk membentuk gaya hidup dan menentukan pola perilaku nilai-nilai, sifat-sifat yang diinginkan.

2. Masa remaja adalah masa perubahan

Sejak awal remaja perubahan fisik dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berkembang. Ada 4 perubahan perilaku dan sikap juga berkembang. Ada 4 perubahan besar yang terjadi pada remaja, yaitu : perubahan emosi, peran, minat dan pola perilaku.

3. Masa remaja adalah masa yang penuh masalah

Masa remaja sering menjadi masalah yang sulit untuk diatasi. Hal ini terjadi karena remaja belum terbiasa untuk menyelesaikan masalahnya sendiri tanpa bantuan dari orang lain. Akibatnya terkadang terjadi penyelesaian yang tidak sesuai dengan yang diharapkan.

4. Masa remaja masa mencari identitas

Identitas diri yang dicari remaja adalah berupa kejelasan siapa dirinya dan apa peran dirinya sama dengan yang lainnya, dia akan memperlihatkan dirinya sebagai individu.

5. Masa remaja sebagai masa menimbulkan kekuatan

Ada stigma dari masyarakat bahwa remaja adalah anak yang tidak rapi, tidak dapat dipercaya, cenderung berperilaku merusak, sehingga menyebabkan orang dewasa harus membimbing dan mengawasi masalah remaja. Stigma seperti ini yang membuat peralihan remaja menjadi sulit, karena akan selalu mencurigai dan

tidak percaya terhadap remaja. Sehingga menimbulkan pertentangan antara orang tua dan remaja.

6. Masa remaja masa yang tidak realitas

Remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca mata sendiri, baik melihat dirinya taupun orang lain.

7. Masa remaja adalah ambang masa dewasa

Remaja yang semakin matang perkembangannya dan berusaha memberikan kesan sebagai seorang yang hampir dewasa. Biasanya remaja akan memusatkan dirinya pada perilaku orang dewasa, misalnya dalam berpakaian dan bertindak.

2.4.2 Pertumbuhan Dan Perkembangan Remaja

Pertumbuhan berkaitan dengan perubahan yang bersifat kuantitatif yang mengacu pada jumlah, besar serta luas yang bersifat konkrit yang biasanya menyangkut ukuran dan struktur biologis. Pertumbuhan merupakan proses kematangan fungsi-fungsi fisik yang berlangsung secara normal dalam perjalanan waktu tertentu. Hasil pertumbuhan berupa bertambahnya ukuran kuantitatif dari fisik anak seperti tinggi dan berat badan kekuatan atau proposal sehingga secara ringkas pertumbuhan adalah proses perubahan dan kematangan fisik yang menyangkut perubahan ukuran atau perbandingan.

Perkembangan adalah proses perubahan kualitatif yang mengacu pada kualitas fungsi organ-organ jasmaniah dan bukan pada organ jasmani tersebut sehingga penekanan arti perkembangan terletak pada kemampuan psikologis yang termanifestasi pada organ fisiologis. Proses perkembangan akan berlangsung sepanjang kehidupan manusia, sedangkan pertumbuhan seringkali akan berhenti jika seseorang telah mencaapai kematangan fisik.

Pertumbuhan dan perkembangan yaitu “kematangan” disebut “matang” jika fisik dan psikisnya telah mengalami pertumbuhan dan perkembangan sampai pada tingkat-tingkat tertentu. Misalnya apabila organ-organ seks telah tumbuh dan sikap, perasaan dan pemikiran telah

berkembang dalam arti telah ada ketertarikan dengan lawan jenis maka itu akan berfungsi sendiri. Dengan demikian, menurut boring tersebut istilah “pertumbuhan” dan “perkembangan” mengacu pada perubahan sebagai akibat adanya pengaruh yang mengenai kehidupan organisme. Pertumbuhan lebih berkenaan dengan aspek fisik sedangkan perkembangan lebih bersangkutan dengan aspek psikis antara keduanya tidak dapat dipisahkan, walaupun dapat dibedakan pengertiannya. Hubungan dan perbedaan antara “pertumbuhan” dengan “perkembangan” pada individu adalah sebagai berikut :

1. Pertumbuhan aspek-aspek fisik

Adalah perubahan-perubahan fisik yang terjadi dalam pertumbuhan remaja. Perubahan-perubahan ini seperti perubahan ukuran tubuh, kemandirian ciri kelamin pria/wanita. Perkembangan fisik dapat diukur dan dilihat, seperti bertambah berat, tinggi dan perubahan hal fisik lainnya. Factor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan fisik adalah asupan makanan atau gizi dalam makanan misalnya seorang anak yang pola makanya tidak teratur serta makan makanan yang tidak terpola dengan baik gizinya, maka akan mengalami kurang gizi dan gangguan dalam pertumbuhannya. Sebaliknya, apabila seorang anak makan dengan teratur dan dengan porsi yang tepat dan bergizi, maka akan tumbuh dengan baik dan sehat. Selain makanan, perkembangan fisik juga dipengaruhi oleh faktor keturunan contohnya seorang anak terlahir dari orang tua yang berbadan tinggi maka kelak sang anak akan berbadan tinggi maka kelak sang anak terlahir dari orang tua yang berbadan tinggi maka kelak sang anak akan berbadan tinggi pula karena diwarisi sifat tinggi oleh salah satu kedua orang tuanya. Faktor jenis kelamin, dimana laki-laki cenderung memiliki ukuran lebih tinggi dan lebih berat dibanding wanita. Selanjutnya faktor kesehatan juga mempengaruhi perkembangan remaja. Berikut ini beberapa perubahan fisik yang terjadi pada masa remaja:

- a. Laki-laki: perubahan yang dialami yaitu pertumbuhan tulang-tulang, testis (buah pelir) membesar, tumbuh bulu kemaluan, awal perubahan suara, ejakulasi (keluarnya air mani), pertumbuhan tinggi badan mencapai tingkat maksimum setiap tahunnya, tumbuh rambut-rambut halus diwajah (kumis, jenggot), tumbuh buku ketiak, rambut-rambut diwajah bertambah tebal dan gelap, tumbuh bulu di dada, dan lain sebagainya.
- b. Perempuan: perubahan yang dialami yaitu pertumbuhan tulang-tulang (badan menjadi tinggi, anggota-anggota badan menjadi Panjang), pertumbuhan payudara, tumbuh bulu yang halus berwarna gelap dikemaluan, mencapai pertumbuhan ketinggian badan yang maksimum setiap tahunnya, menstruasi, tumbuh bulu-bulu ketiak, dan lain sebagainya.

2. Perkembangan aspek-aspek psikis

Perkembangan psikis remaja adalah perubahan yang terjadi pada jiwa, pikiran, dan emosi seseorang menjadi lebih matang atau dewasa dalam menghadapi kehidupan yang berbeda dengan Ketika masa kanak-kanak. Perkembangan psikis tidak bisa diukur maupun dilihat secara langsung tapi dapat dilihat dari tingkah laku dan kemampuan. Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan psikis adalah kecerdasan emosional dan spiritual masing-masing individu. Kecerdasan emosional berkaitan dengan emosi, perasaan, pikiran. Sedangkan kecerdasan spiritual berhubungan dengan keyakinan dan agama. Perubahan yang terjadi pada psikologis masa remaja adalah sebagai berikut :

- a. Usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa
- b. Kematangan seksual berimplikasi kepada dorongan dan emosi-emosi baru
- c. Munculnya kesadaran terhadap diri dan mengevaluasi Kembali obsesi dan cita-citanya

- d. Kebutuhan interaksi dan persahabatan lebih luas dengan teman sejenis dan lawan jenis.
- e. Munculnya konflik-konflik sebagai akibat masa transisi dari masa anak menuju dewasa. Remaja akhir sudah mulai dapat memahami, mengarahka, mengembangkan dan memelihara identitas diri
- f. Timbulnya kecanggungan bagi remaja karena ia harus menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan fisik
- g. Transformasi intelektual yang khas dari cara berfikir remaja ini memungkinkan untuk mencapai integrasi dalam hubungan social orang dewasa (Octavia, 2020)

2.4.3 Tumbuh Kembang Remaja

Pengertian tumbuh kembang adalah pertumbuhan fisik atau tubuh dan perkembangan kejiwaan/psikologis/emosi. Tumbuh kembang remaja merupakan proses atau tahap perubahan atau transisi dari masa kanak-kanak menjadi dewasa yang ditandai dengan berbagai perubahan, diantaranya sebagai berikut :

- a. Perubahan fisik meliputi perubahan yang bersifat badaniah baik yang bisa dilihat dari luar maupun yang tidak dilihat
- b. Perubahan emosional yang tercermin dari sikap dan tingkat laku
- c. Perkembangan kepribadian dimana masa ini tidak hanya dipengaruhi oleh orang tua dan keluarga tetapi juga lingkungan luar sekolah (Wellin Sebayang, 2018)

2.5 Personal hygiene

Personal hygiene adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis. Masalah fisik yang mungkin timbul dari kurangnya pengetahuan, adalah kurangnya personal hygiene, karena tidak memiliki pengetahuan yang memadai tentang cara perawatan organ genitalia yang benar maka seseorang akan mudah berperilaku yang membahayakan atau acuh terhadap kesehatan alat genitalianya, dan sebaliknya jika seseorang yang memiliki pengetahuan

tentang cara perawatan organ genitalia yang benar akan lebih memilih berperilaku yang tepat dalam menjaga kebersihan alat reproduksinya.

Kebersihan alat genital dapat dilakukan dengan vulva hygiene yang baik dan benar, seperti: mengganti pakaian dalam 2 kali dalam sehari, melakukan cebok yang benar pada liang vagina dan anus. Sedangkan banyak wanita yang tidak mengetahui bagaimana cara melakukan vulva hygiene yang baik dan benar.

Pengetahuan personal hygiene 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. Jika pengetahuan personal hygiene kurang maka dampak yang akan terjadi selalu diabaikan. Hal ini karena berdasarkan kajian teoritis yang ada salah satu upaya mengurangi gangguan pada saat menstruasi yaitu membiasakan diri dengan perilaku personal hygiene. Namun demikian perilaku personal hygiene pada saat menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, tetapi merupakan sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif suatu perilaku yang terkait dengan keadaan menstruasi. (Yeni Devita d. , 2014)

Personal hygiene pada saat menstruasi dapat dilakukan dengan cara mengganti pembalut setiap 2 jam sekali atau 3 sampai 4 kali dalam sehari. Pembalut tidak boleh dipakai lebih dari enam jam atau harus di ganti sesering mungkin bila sudah penuh darah menstruasi agar terhindar dari infeksi. (riska phonna, 2017)

Personal hygiene pada saat menstruasi dapat dilihat dari kriteria tindakan sebagai berikut: sebelum dan sesudah membersihkan daerah kewanitaan dengan membasuh tangan dengan sabun, membasuh daerah kewanitaan menggunakan air bersih, membasuh kewanitaan dari arah depan ke belakang setelah buang air kecil/buang air besar, menggunakan tissue toilet setelah membersihkan kewanitaan, sering mengganti pembalut saat menstruasi sebanyak 3-5 kali, tidak memakai pewangi vagina (deodoran), menggunakan celana yang mudah menyerap keringat, langsung mengantikan

pembalut setelah daerah haid sudah banyak dan selalu membawa pengganti pembalut saat bepergian. (Cahyono, 2016)

2.5.1 Jenis Personal Hygiene

Menurut (Mubarak, Indrawati, & Susanto, 2015) terdapat beberapa jenis Personal Hygiene, yaitu:

1. Berdasarkan Waktu

Pelaksanaan Personal hygiene dapat dibagi menjadi 4 (empat):

- a. Perawatan dini hari Merupakan perawatan dari yang dilakukan pada waktu bangun tidur, untuk melakukan tindakan seperti persiapan dalam pengambilan bahan pemeriksaan (urine/feses) dan mempersiapkan pasien melakukan sarapan.
- b. Perawatan pagi hari Perawatan yang digunakan setelah melakukan sarapan pagi, perawat melakukan pertolongan dalam pemenuhan kebutuhan eliminasi (mandi, bab, dan bak) sampai merapihkan tempat tidur pasien.
- c. Perawatan siang hari Setelah makan siang melakukan perawatan diri antara lain, mencuci piring, membersihkan tangan dan mulut. Setelah itu, Perawatan diri yang dilakukan setelah melakukan berbagai tindakan pengobatan serta membersihkan tempat tidur pasien.
- d. Perawatan menjelang tidur Perawatan yang dilakukan saat menjelang tidur agar pasien dapat beristirahat dengan nyaman seperti, mencuci tangan, membersihkan wajah dan menyikat gigi.

2. Berdasarkan Tempat

a. Personal Hygiene Pada Kulit

Kulit merupakan salah satu bagian penting dari tubuh yang dapat melindungi tubuh dari berbagai kuman, sehingga diperlukan perawatan yang baik dan bermanfaat sebagai:

- 1) Mengatur keseimbangan tubuh dan membantu produksi keringat serta penguapan.

- 2) Sebagai indra peraba yang membantu tubuh menerima rangsangan.
- 3) Membantu keseimbangan cairan dan elektrolit yang mencegah pengeluaran cairan tubuh secara berlebihan.
- 4) Menghasilkan minyak untuk menjaga kelembapan kulit.
- 5) Menghasilkan dan menyerap vitamin D sebagai penghubung atau pemberian vitamin D dari sinar ultraviolet matahari. Faktor yang mempengaruhi perubahan dan kebutuhan pada kulit

b. Personal Hygiene Pada Kuku Dan Kaki

Perawatan kaki dan kuku sering kali memerlukan perhatian khusus untuk mencegah infeksi, bau kaki, dan cedera jaringan lunak. Akan tetapi sering kali orang tidak sadar akan masalah kaki dan kuku sampai terjadi nyeri atau ketidaknyamanan. Menjaga kebersihan kuku penting dalam mempertahankan personal hygiene karena berbagai kuman dapat masuk kedalam tubuh melalui kuku. perawatan dapat di gabungkan saat mandi atau pada waktu yang terpisah. Tujuan perawatan kaki dan kuku penting dalam mempertahankan perawatan diri agar klien memiliki kulit utuh dan permukaan kulit yang lembut, klien merasa nyaman dan bersih, klien akan memahami dan melakukan metode perawatan kaki dan kuku dengan benar. Gangguan pada kuku:

- 1) Ingrown nail: kuku tangan yang tidak tumbuh dan dirasakan sakit pada daerah tersebut.
- 2) Paronychia: radang di sekitar jaringan kuku.
- 3) Ram's horn nail: gangguan kuku yang ditandai dengan pertumbuhan kuku yang lambat disertai dengan kerusakan dasar kuku yang berlebihan.
- 4) Tinea pedis: terdapat garutan kekuningan pada lempengan kuku yang pada akhirnya menyebabkan seluruh kuku

menjadi tebal, berubah warna dan rapuh. Penyakit ini disebabkan oleh infeksi jamur epidermophyton, trichopyton, microporium dan C. Albicans dikaki.

5) Bau tidak sedap: reaksi mikro organisme yang menyebabkan bau tidak sedap

c. Personal Hygiene Pada Rambut

Rambut merupakan bagian dari tubuh yang memiliki fungsi sebagai proteksi dan pengantar suhu. Inikasi perubahan status kesehatan diri juga dapat dilihat dari rambut. Perawatan ini bermanfaat mencegah infeksi daerah kepala. Tujuan membersihkan kepala agar menghilangkan debu dan kotoran yang melekat di rambut dan kulit kepala.

d. Personal Hygiene Gigi Dan Mulut

Gigi dan mulut merupakan bagian pertama dari sistem pencernaan dan merupakan bagian sistem tambahan dari sistem pernafasan. Dalam rongga mulut terdapat gigi dan lidah yang berperan penting dalam proses pencernaan awal. Selain gigi dan lidah, adapula saliva yang penting untuk membersihkan mulut secara mekanis mulut merupakan rongga yang tidak bersih dan penuh dengan bakteri, karenanya harus selalu dibersihkan adapun salah satu tujuan perawatan gigi dan mulut adalah untuk mencegah penyebaran penyakit yang ditularkan melalui mulut.

e. *Personal Hygiene*

pada genetalia Perawatan diri pada genetalia adalah untuk mencegah infeksi, mencegah kerusakan kulit, meningkatkan kenyamanan serta mempertahankan kebersihan diri Perawatan genetalia perempuan pada eksterna yang terdiri atas mons veneris, labia mayora, labia minora, klitoris, uretra, vagina, perineum dan anus. Sedangkan pada laki-laki pada daerah ujung penis untuk mencegah penumpukan sisa urine



2.5.2 Tujuan Personal Hygiene

Menurut (Isro'in, 2012), tujuan dari melakukan personal hygiene yang baik meliputi :

1. Meningkatkan derajat Kesehatan seseorang
2. Memelihara kebersihan diri seorang
3. Memperbaiki personal hygiene yang kurang
4. Pencegahan terjadinya penyakit
5. Meningkatkan kepercayaan diri seseorang
6. Menciptakan keindahan

2.5.3 Macam-Macam Personal Hygiene

Menurut (Isro'in, 2012) macam-macam personal hygiene yang dapat dilakukan meliputi :

1. Perawatan kulit
2. Perawatan rongga mulut dan gigi
3. Perawatan rambut
4. Perawatan mata, telinga, dan hidung
5. Mengganti Pembalut 2 jam sekali
6. Mengganti celana dalam 3-4x sehari

2.5.4 Macam – Macam Pembalut

Pembalut merupakan sahabat dekat perempuan. Karena menurut riset, seorang perempuan akan membutuhkan pembalut kira-kira selama 30-40 tahun dalam masa hidupnya. Dalam masa tersebut, seorang perempuan dapat menghabiskan sekitar 15.000 lembar pembalut. Begitu besar dan lamanya masa membutuhkan pembalut, maka perempuan disarankan memilih pembalut yang berkualitas baik. Tujuannya adalah agar kesehatan organ intim selalu terpelihara dan perempuan dapat menjalani hari-hari menstruasi dengan rasa nyaman dan senang (Halima, 2014).

Penggunaan pembalut pada organ intim perempuan menyebabkan organ intim dalam keadaan lingkungan yang panas, lembab dan tanpa oksigen dalam waktu yang lama selama menstruasi berlangsung. Hal

ini menimbulkan ketidaknyamanan dan mudah menimbulkan keberadaan bakteri penyebab berbagai macam penyakit ginekologis (Ali, 2011).

2.6 Menstruasi

Setiap bulanya wanita melepaskan satu sel telur dari salah satu ovariumnya. Jika tidak terjadi pembuahan maka akan terjadi pendarahan (menstruasi). Menstruasi terjadi secara periodik setiap satu bulan sekali. Secara umum siklus menstruasi terjadi secara periodik terjadi hampir sama pada setiap orang, yaitu 28-30 hari sekali. Namun ada siklus yang kurang dari 28 hari dan ada yang lebih dari 30 hari. Lama terjadinya menstruasi biasanya antara 2-8 hari sekali, namun rata-rata menstruasi berkisar 3-5 hari. Saat menstruasi wanita tidak akan kehabisan darah karena jumlah darah yang keluar bervariasi, rata-rata 50ml. (haryono, 2016)

Menstruasi adalah pemeliharaan kebersihan diri. Untuk menjaga kebersihan dan kesehatan, idealnya penggunaan pembalut selama menstruasi harus diganti secara teratur 2 sampai 3 kali sehari atau setiap 4 jam sekali, apabila 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, sehingga ketika digunakan saat menstruasi lebih nyaman. (riska phonna, 2017)

Menstruasi merupakan keluarnya darah dari kemaluan. Pada saat menstruasi, pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terkena infeksi. Di daerah yang cukup panas membuat tubuh berkeringat, keringat ini meningkatkan kadar kelembaban tubuh, terutama pada organ seksual dan reproduksi yang tertutup dan berlipat. Akibatnya bakteri mudah berkembang biak dan oksitosin vagina terganggu sehingga menimbulkan bau tak sedap dan infeksi. Menjaga kesehatan organ reproduksi pada wanita diawali dengan menjaga kebersihan organ kewanitaan. Masalah kebersihan yang terkait dengan menstruasi umumnya lebih parah terjadi di negaranegara berkembang. Dari beberapa penelitian yang dilakukan, dapat diketahui

bahwa kurangnya kebersihan saat menstruasi banyak terjadi pada negara di Afrika dan Asia. (Ikhsan muhammad, 2012)

2.6.1 Faktor Yang Mempengaruhi Menstruasi

Menurut (Kusmiran, 2011), faktor yang mempengaruhi menstruasi yaitu:

1. Faktor Hormon Hormon yang mempengaruhi terjadinya menstruasi pada seorang wanita yaitu: Follicle Stimulating Hormone (FSH), Estrogen, Luteinizing Hormone (LH), progesteron.
2. Faktor Enzim Enzim hidrolitik yang terdapat dalam endometrium merusak sel yang berperan dalam sintesis protein, yang mengganggu metabolisme sehingga mengakibatkan regresi endometrium dan perdarahan.
3. Faktor vaskuler Saat fase pliferasi, terjadi pembentukan sistem vaskulerisasi dalam lapisan fungsional endometrium. Pada pertumbuhan endometrium ikut tumbuh pula arteri-arteri, vena-vena, dan hubungan diantara keduanya.
4. Faktor Prostaglandin Endometrium mengandung prostaglandin E2 dan F2. Dengan adanya desintegrasi endometrium, prostaglandin terlepas dan menyebabkan kontraksi miometrium sebagai suatu faktor untuk membatasi perdarahan pada saat menstruasi

2.6.2 Perawatan Saat Menstruasi

Berikut adalah cara memelihara organ reproduksi wanita saat menstruasi :

1. Darah menstruasi biasanya memiliki sangat sedikit bau sampai darah tersebut kontak dengan bakteri pada kulit di udara. Wanita juga akan lebih berkeringat saat menstruasi dibanding dengan hari-hari biasanya. Oleh karena itu, agar tubuh tetap segar dan bebas dari bau badan harus rajin merawat tubuh dengan mandi dan mencuci rambut minimal dua hari sekali. Mandi dapat dilakukan dengan air hangat atau air dingin.

2. Bersihkan bekas keringat yang ada di sekitar alat kelamin secara teratur dengan air bersih, atau dengan air hangat, dan sabun lembut dengan kadar soda rendah saat Buang Air Besar (BAB) dan Buang Air Kecil (BAK). Cara membasuh alat kelamin wanita yang benar adalah dari arah depan (vagina) ke belakang (anus). Jika dilakukan secara terbalik bakteri yang ada disekitar anus akan terbawa dalam vagina. Setelah dibersihkan gunakan handuk bersih atau tisu kering untuk mengeringkannya.
3. Menggunakan air bersih saat mencuci vagina. Tidak menggunakan sabun khusus pembersih vagina atau obat semprot timah. Di dalam vagina terdapat bakteri *Lactobacillus Doderlein* yang menghasilkan asam demikian yang 26 menyusun bakteri yang dapat mencegah bakteri masuk ke dalam vagina. Dengan menggunakan sabun khusus, bakteri ini akan mati dan mengembangkan biaknya bakteri jahat yang dapat menyebabkan infeksi.
4. Mengganti celana dalam dua kali sehari untuk vagina yang berlebihan. Bahan celana dalam yang baik yang mampu menyerap keringat seperti katun. Hindari memakai celana dalam atau celana jeans yang ketat karena kulit akan susah bernafas dan akhirnya menyebabkan daerah kewanitaan menjadi lembab, berkeringat dan mudah menjadi tempat berkembang biak jamur yang dapat menyebabkan iritasi.
5. Jangan mencabut-cabut rambut karena lubang ini akan menjadi jalan masuk bakteri dan jamur yang dikhawatirkan dapat menimbulkan iritasi dan penyakit. Perawatan rambut di daerah kewanitaan cukup dipendekkan dengan gunting atau alat cukut dan busa sabun yang lembut. Rambut di daerah kewanitaan berfungsi untuk melepaskan bakteri baik serta masuknya benda kecil ke dalam vagina.
6. Pilihlah pembalut dengan ukuran yang tepat, panjang, dan berkualitas. Hindari penggunaan pembalut lebih dari enam jam.

Hal ini karena pembalut juga menyimpan bakteri jika tidak diganti dalam waktu yang lama.

7. Menggunakan pembalut yang berbahan lembut dan mampu menyerap dengan baik. Memilih pembalut yang tidak mengandung parfum atau gel yang bisa digunakan pengguna dan memilih pembalut yang tidak mengandung zat 27 berbahaya seperti zat klorin (zat pemutih). Pembalut yang Menggunakan parfum dapat menyebabkan iritasi di daerah, seperti yang ditimbulkan oleh Safa'ah dan Nisa dalam penelitiannya yang melibatkan responden yang menggunakan irisan pembalut yang berparfum sesuai dengan yang dibutuhkan.
8. Buang pembalut bekas pakai yang dibungkus dengan kertas bekas untuk dibawa ke tempat sampah. (Febriyanti, 2017)

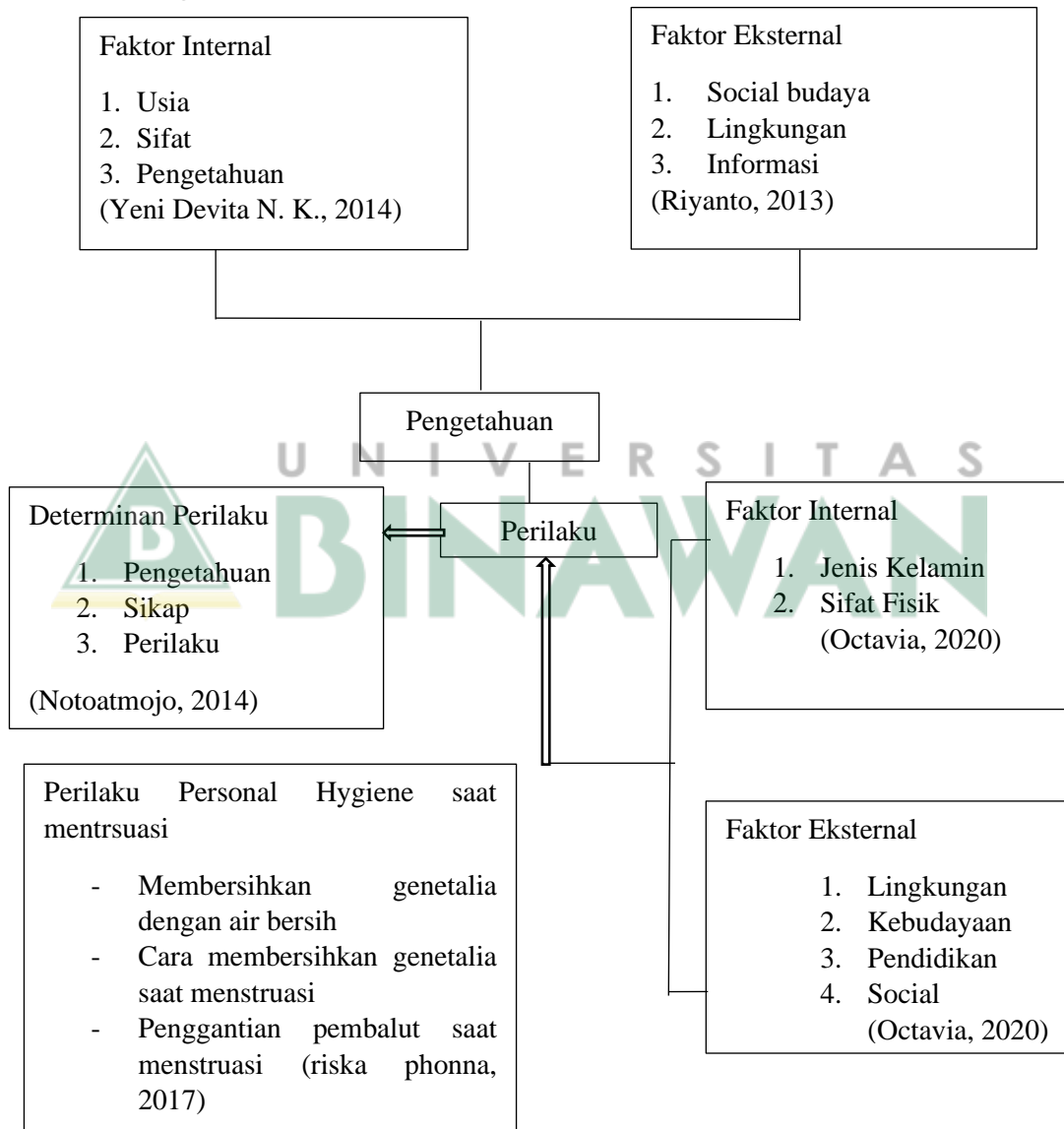
2.6.3 Gangguan Haid, Siklus Dan Fisiologi

Panjang siklus haid adalah jarak antara tanggal mulainya haid yang lalu dan mulainya haid berikutnya. Hari mulainya pendarahan dinamakan hari pertama siklus. Gangguan haid dapat digolongkan menjadi kelainan banyaknya darah dan lamanya perdarahan, kelainan siklus, perdarahan di luar haid dan gangguan lainnya. Menurut (Kusmiran, 2011), fisiologi menstruasi yaitu sebagai berikut:

1. Stadium menstruasi, berlangsung selama 3-7 hari. Pada saat itu selaput rahim dilepaskan sehingga timbul perdarahan.
2. Stadium proliferasi, berlangsung pada 7-9 hari. Dimulai sejak berhentinya menstruasi sampai hari ke-14. Dimulai pertumbuhan dari desidua fungsionalis yang mempersiapkan rahim untuk perlekatan janin. Antara hari ke-12 sampai 14 dapat terjadi pelepasan sel telur.

3. Stadium sekresi, berlangsung 11 hari. Masa sekresi adalah masa sesudah terjadinya ovulasi.
4. Stadium premenstruasi, berlangsung selama 3 hari. (Kusmiran, 2011).

2.7 Kerangka teori



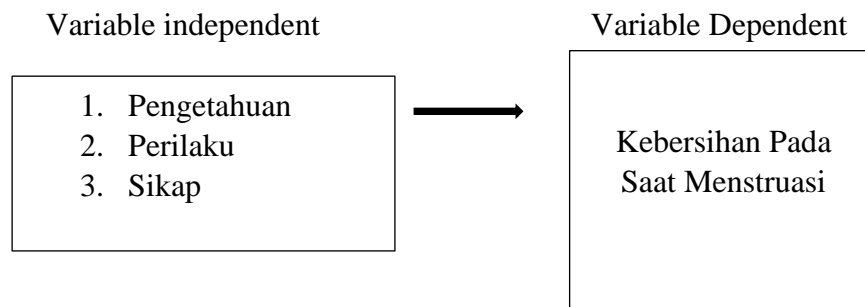
Gambar 2.1 Kerangka Teori Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Menurut (Yeni Devita N. K., 2014), (Riyanto, 2013), (Notoatmojo, 2014), (Octavia, 2020), (riska phonna, 2017)

BAB III

KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN HIPOTESIS

3.1 Kerangka Konsep

Menurut (Nursalam, 2017) kerangka konsep penelitian merupakan abstraksi dari suatu realitas sehingga dapat dikomunikasikan dan membentuk teori yang menjelaskan keterkaitan antara variabel yang diteliti.



Sumber : (Notoatmojo, 2014), (Yeni Devita N. K., 2014).



3.2 Definisi Oprasional

Variabel	Desinisi Oprational	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Pengukuran
Variabel Dependent					
Kebersihan pada saat menstruasi	Personal hygiene yang biasa dilakukan oleh responden ketika mengalami menstruasi setiap bulannya agar terhindar dari infeksi. (risika phonna, 2017)	kuesioner	Pengesian kuesioner	0: baik (jika mengganti pembalut 3-4x sehari atau mengganti pembalut setiap 2 jam sekali) 1: kurang baik (jika tidak mengganngti pembalut 3-4x sehari atau mengganti pembalut lebih dari 2 jam)	Ordinal

VARIABEL INDEPENDENT

Pengetahuan	<p>Pengetahuan merupakan hasil hasil tahu seorang obyek melalui indra yang dimiliki dalam penelitian ini pengetahuan merujuk kepada pengetahuan tentang kebersihan saat menstruasi (Notoatmojo, 2014)</p>	Kuesioner	Pengisian kuesioner	<p>0: Pengetahuan baik >80%</p> <p>1: Pengetahuan cukup 60-80%</p> <p>2: Pengetahuan kurang <60% (Khomsan)</p>	Ordinal
Perilaku	<p>Perilaku adalah gambaran individu dalam berinteraksi dengan lingkungan, dalam penelitian ini perilaku merujuk kepada perilaku menjaga kebersihan responden selama</p>	Kuesioner	Pengisian kuesioner	<p>0: berperilaku baik (Nilai ≥ 50)</p> <p>1: berperilaku tidak baik (Nilai < 50) (Karnita, 2014)</p>	Ordinal

Sikap	<p>menstruasi (oktaviana, 2015).</p> <p>Dapat diambil sebuah pengertian sikap adalah penerimaan, tanggapan, dan penilaian seseorang terhadap suatu obyek, situasi, konsep</p>	Kuesioner	Pengisian Kuesioner	<p>0 : Positif Apabila jawaban responden $\geq 50\%$</p> <p>1: Negatif Apabila jawaban responden $< 50\%$ (Karnita, 2014)</p>	Ordinal
-------	---	-----------	---------------------	--	---------



3.3 Hipotesis penelitian

1. Adanya hubungan antara pengetahuan remaja putri tentang Kebersihan pada saat menstruasi
2. Adanya hubungan antara sikap remaja putri tentang Kebersihan pada saat menstruasi
3. Adanya hubungan antara perilaku remaja putri tentang Kebersihan pada saat menstruasi



BAB IV

METODELOGI DAN PENELITIAN

4.1 Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian yang akan digunakan adalah metode penelitian analitik *cross sectional*. Menurut (Notoatmojo, 2014) desain *cross sectional* ialah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara, hubungan *personal hygiene* pada saat menstruasi. Pada penelitian ini peneliti ingin mengetahui *personal hygiene* dan tingkat pengetahuan serta perilaku *personal hygiene* remaja wanita pada saat menstruasi.

4.2 Tempat Dan Waktu Penelitian

Menjelaskan tempat atau lokasi dimana penelitian dilakukan. Lokasi penelitian ini sekaligus membatasi ruang lingkup penelitian tersebut (Sulistiarso, 2014). Pada penelitian ini dilakukan di pesantren Sinar Islam Asia Pasific Bogor.

4.3 Populasi Dan Sampel

4.3.1 Populasi

Menurut (Sugiyono, 2015) Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Populasi dalam penelitian ini seluruh remaja wanita Di Pondok Pesantren Sinar Islam Asia Pasific yang Berjumlah 114

4.3.2 Sampel

Pengertian sampel menurut (Sugiyono, 2015) adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.

Menurut Sugiyono (2014) mengatakan bahwa *total sampling* adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel.

Sedangkan teknik pengambilan sampel yang dilakukan dengan menggunakan teknik *Total Sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan lembar kuesioner dan dianalisis secara univariat dan bivariat

4.4 Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan Langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui metode pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standart data yang di tetapkan.

Dalam hal ini peneliti mengumpulkan data menggunakan *Total Sampling*, yang sudah di tentukan jumlah populasi terlebih dahulu yaitu 114 responden santriwati Di Pondok Pesantren Sinar Islam Asia Pasific tetapi yang menjadi sasaran peneliti yaitu yang termasuk di kriteria Inklusi diatas

4.5 Pengolahan Data

Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan computer dengan program system pengolahan data computer. Adapun Langkah-langkah pengolahan data dilakukan sebagai berikut (Notoatmojo, 2014)

1. Editing

Merupakan upaya untuk memeriksa Kembali kebenaran data yang diperoleh atau dikumpulkan. Editing dilakukan pada tahap pengumpulan data atau setelah data terkumpul. Peneliti akan memeriksa kebenaran dan kelengkapan data berupa kuesioner kecemasan dan dikumpulkan oleh responden.

2. Coding peneliti

Memberikan kode menarik (angka) terhadap data yang terdiri atas beberapa kategori. Pemberian kode ini sangat penting apabila pengelolaan dan Analisa data menggunakan komputer.

3. Tabulating

Data yang diubah menjaadi kode kemudian disusun dan dikelompokan ke dalam table-tabel oleh peneliti. Proses tabulasi

dilakukan dengan cara memasukan data kedalam table distribusi frekuensi.

4. Data entry

Peneliti memasukan data yang telah dikumpulkan kedalam tabel atau data base computer, kemudian membuat distribusi frekuensi sederhana. Data atau jawaban dari masing-masing responden yang dalam bentuk kode numerik dimasukan kedalam program atau software.

5. Processing

Dalam tahap ini jawaban dari responden yang telah diterjemahkan menjadi bentuk angka, selanjutnya diproses agar mudah dianalisis.

6. Cleaning

Mengecek Kembali untuk mendeteksi kesalahn kode, lengkap atau tidak nya data yang sudah dimasukan dan lain sebagainya. Setelah itu dilakukan pengoreksian atau membenaran.

4.6 Variabel Penelitian

Menurut (Sugiyono, 2015) variable penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.

- a. Variabel Bebas Menurut (Nursalam, 2017) variebel bebas (*independent*) adalah variable yang nilainya menentukan variabel lain. Suatu kegiatan yang dimanipulasi oleh peneliti menciptakan suatu dampak pada variabel dependent. Variabel bebas biasanya dimanipulasi, diamati, dan diukur untuk diketahui hubungannya dengan variabel lain. Dalam penelitian ini, variabel bebas yang diambil adalah *Acceptance and Commitment Therapy (ACT)*.
- b. Variabel Terikat Menurut (Nursalam, 2017) variabel terikat (*dependent*) adalah *factor* yang diamati dan diukur untuk menentukan ada tidaknya hubungan atau pengaruh dari variabel bebas.

BAB V

HASIL PENELITIAN

5.1 Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific yang beralamat Jl. Tegal Salam No.02, RT.07, Cariu, Kec. Cariu, Bogor, Jawa Barat. Adapun besar sampel pada penelitian ini sebanyak 87 putri yang sudah menstruasi.

Data yang dikumpulkan adalah data yang berupa kuesioner semua datanya telah disesuaikan dengan tujuan penelitian yang mengacu pada kerangka konsep dan teori yang telah dibuat. Kuesioner yang dibuat diberikan secara langsung kepada responden dengan menggunakan metode Selebaran Kertas dan diisi tanpa melalui proses wawancara.

5.2 Analisa Univariat

Analisa Univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsi karakteristik setiap variabel penelitian.

5.2.1 Distribusi Frekuensi Kebersihan Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific

Tabel 5.1. 1

Distribusi Frekuensi Kebersihan Remaja Putri Kelas VII

Kebersihan	Responden	Presentase
Baik	14	16%
Tidak Baik	73	84%
Total	87	100%

Dari Tabel 5.1 diatas dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi responden yang melakukan kebersihan baik sebanyak 14 orang (16%) dan melakukan kebersihan kurang baik sebanyak 73 orang (84%) dapat

disimpulkan bahwa lebih banyak dari pada responden yang melakukan kebersihan tidak baik yaitu sebanyak 73 orang (84%).

5.2.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific

Tabel 5.1. 2

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific

Pengetahuan	Responden	Presentase
Baik	22	25%
Cukup	45	52%
Kurang	20	23%
Total	87	100%

Dari Tabel 5.1 diatas dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi responden yang berpengetahuan baik sebanyak 22 orang (25%), cukup sebanyak 45 orang (52%), dan kurang sebanyak 20 orang (23%), dapat disimpulkan bahwa lebih banyak dari pada responden yang berpengetahuan cukup sebanyak 45 orang (52%).

5.2.3 Distribusi Frekuensi Kebersihan Berdasarkan Perilaku Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific

Tabel 5.1. 3

Distribusi Frekuensi Kebersihan Berdasarkan Perilaku Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific

Perilaku	Responden	Presentase
Tahu	26	30%
Tidak Tahu	61	70%
Total	87	100%

Dari Tabel 5.2 diatas dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi respindnen yang berperilaku tahu sebanyak 26 orang (30%) dan yang

berperilaku tidak tahu sebanyak 61 orang (70%). Dapat disimpulkan bahwa lebih banyak dari pada responden yang berperilaku tidak tahu sebanyak 26 orang (30%).

5.2.4 Distribusi Frekuensi Kebersihan Berdasarkan Sikap Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific

Tabel 5.1. 4

Distribusi Frekuensi Kebersihan Berdasarkan Sikap Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific

Sikap	Responden	Presentase
Positif	3	3%
Negatif	84	97%
Total	87	100%

Dari Tabel 5.3 diatas dapat dilihat bahwa distribusi frekuensi responden yang bersikap positif sebanyak 3 orang (3%) dan yang bersikap negatif 84 orang (97%). Dapat disimpulkan bahwa lebih banyak dari pada responden yang bersikap negatif sebanyak 84 orang (97%).

5.3 Analisis Bivariat

Analisis ini dilakukan untuk mengetahui hubungan 2 variable yaitu variable independent (pengetahuan, perilaku dan sikap) dan variable dependent (kebersihan remaja putri pada saat menstruasi). Bila dari data yang diolah didapatkan hasil dengan *p value* sama dengan atau kurang dari $\alpha = 0,05$ berarti terdapat hubungan yang bermakna antara variable independent dan variable dependent tersebut dan apabila didapatkan hasil dengan batas nilai *p value* diatas $\alpha = 0,05$ berarti tidak terdapat hubungan yang bermakna antara variable independent dan variable dependent tersebut.

5.2.1 Hubungan Pengetahuan Dan Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific Tahun 2021

Tabel 5.2. 1
Hubungan Pengetahuan Dan Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific Tahun 2021

Pengetahuan	Kebersihan				Total		P'Vlue
	Baik		Kurang Baik		N	%	
	N	%	N	%			
Baik	13	59%	9	41%	22	100%	0,0001
Cukup	1	2%	44	98%	45	100%	
Kurang	0	0%	20	100%	20	100%	
Total	14	16%	73	84%	87	100%	

Berdasarkan table 5.4 diatas dapat dilihat dari uji statistik didapatkan nilai probabilitas (*p-value*) sebesar 0,0001 artinya $p < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapatnya Hubungan Pengetahuan Dan Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific Tahun 2021

5.2.2 Hubungan Perilaku Dan Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific Tahun 2021

Tabel 5.2. 2
Hubungan Perilaku Dan Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific Tahun 2021

Perilaku	Kebersihan				Total		P'Vlue
	Baik		Kurang Baik		N	%	
	N	%	N	%			
Tahu	10	38%	16	62%	26	100%	
Tidak Tahu	4	7%	57	93%	61	100%	0,0001
Total	14	16%	73	84%	87	100%	

Berdasarkan table 5.4 diatas dapat dilihat dari uji statistik didapatkan nilai probabilitas (p-value) sebesar 0,0001 artinya $p < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapatnya Hubungan Perilaku Dan Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific Tahun 2021

5.2.3 Hubungan Sikap Dan Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific Tahun 2021

Tabel 5.2. 3

Hubungan Sikap Dan Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific Tahun 2021

Sikap	Kebersihan				Total		P'Vulue
	Baik		Kurang Baik		N	%	
	N	%	N	%			
Positif	3	100%	0	0%	3	100%	
Negatif	11	13%	73	87%	84	100%	0,0001
Total	14	16%	73	84%	87	100%	

Berdasarkan table 5.4 diatas dapat dilihat dari uji statistik didapatkan nilai probabilitas (p-value) sebesar 0,0001 artinya $p < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapatnya Hubungan Sikap Dan Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific Tahun 2021

BAB VI

PEMBAHASAN

6.1 Tingkat Pengetahuan

Dalam penelitian ini terdapat remaja yang berpengetahuan baik sebanyak 22 orang (25%) cukup sebanyak 45 orang (52%) dan kurang sebanyak 20 orang (23%). Pengetahuan yang cukup pada responden tentang kebersihan pada saat menstruasi didapatkan lebih banyak, sebesar 45 orang (52%) hal ini disebabkan karena sebagian besar responden memiliki pengalaman yang cukup

Hal ini sejalan dengan (Eswi, 2012) yang mengatakan bahwa pengalaman yang mereka dapatkan dari pengalaman pribadi seperti orang tua dan remaja putri yang bertempat tinggal di pesantren lebih condong mendapatkan informasi atau pengalaman dari guru dan teman.

Hal ini tidak sejalan dengan penelitian (Putri Diah Pemiliana, 2019) bahwa responden berpengetahuan cukup sebanyak 18 orang (39,1%), sedangkan responden berpengetahuan kurang sebanyak 21 orang (45,7%) dan berpengetahuan baik sebanyak 6 orang (13,0%).

6.2 Perilaku

Dalam penelitian ini terdapat remaja yang berperilaku tidak baik sebanyak 61 orang (70%) dan remaja yang berperilaku baik sebanyak 26 orang (30%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar perilaku kebersihan saat menstruasi remaja putri dalam kategori tidak baik yaitu 61 orang (70%).

Hal ini tidak sejalan dengan penelitian (Astuti, 2017) yang mengatakan bahwa responden yang berperilaku baik sebanyak (47%). Perilaku kebersihan saat menstruasi dalam kategori baik dapat dipengaruhi oleh usia, dimana dalam penelitian (Astuti, 2017) responden terbanyak yaitu usia 14-16 tahun dan dalam penelitian ini responden terbanyak terdapat pada usia 11-13 tahun. maka hal ini terdapat perbedaan perilaku kebersihan pada saat menstruasi

Menurut penelitian (Putri Diah Pemiliana, 2019) Tentang Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Perilaku Personal Hygiene pada Saat Menstruasi di SMP Patriot tahun 2016 didapatkan hasil bahwa dari 102 responden yang mempunyai perilaku baik terhadap personal hygiene pada saat menstruasi berjumlah 30 orang siswi (29,4%), dan responden yang mempunyai perilaku kurang baik terhadap personal hygiene pada saat menstruasi berjumlah 72 orang siswi (70.6%).

6.3 Sikap

Dalam penelitian ini terdapat remaja yang ber sikap negatif yaitu sebanyak 84 orang (97%) dan remaja yang ber sikap positif sebanyak 3 orang (3%). Sikap yang negatif pada responden tentang kebersihan didapatkan lebih banyak yaitu sebesar 81 orang (3%).

Hal ini sejalan dengan (Yasnani, 2016) Sikap yang masih negatif dengan personal hygiene menstruasi dipengaruhi oleh penerimaan stimulus yang diberikan dan tanggapannya masih acuh tak acuh sehingga untuk membahas tentang menstruasi dengan teman ataupun orang lain dan bahkan mengajak atau mempengaruhi untuk orang lain merespon masih kurang. Jadi, para siswi untuk bertanggung jawab dari pengetahuan yang diketahuinya hingga sikapnya dengan personal hygiene menstruasi masih kurang atau bersikap negatif.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Putri Diah Pemiliana, 2019) Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki sikap negatif sebanyak 23 orang (50,0%). Sedangkan responden yang memiliki sikap positif sebanyak 22 orang (47,8).

6.4 Tingkat Kebersihan

Dalam penelitian ini terdapat remaja yang melakukan kebersihan baik sebanyak 14 orang (16%) dan melakukan kebersihan kurang baik sebanyak 73 orang (84%) dapat disimpulkan bahwa lebih banyak dari pada responden yang melakukan kebersihan tidak baik yaitu sebanyak 73 orang (84%).

Hal ini sejalan dengan (Riska Phoana, 2017) Hasil penelitian menunjukkan upaya menjaga kebersihan saat menstruasi pada remaja putri

pada kategori kurang (56,4 %). Hal ini menunjukkan bahwa sebahagian besar remaja putri masih kurang dalam melakukan upaya menjaga kebersihan saat menstruasi.

Menurut peneliti hal ini sejalan dengan (Riska Phoana, 2017) Karena Hasil penelitian menunjukkan upaya menjaga kebersihan saat menstruasi pada remaja putri pada kategori kurang (56,4 %) yang berakibat dapat menimbulkan bakteri.

6.5 Hubungan Tingkat Kebersihan Dengan Pengetahuan

Berdasarkan uji chi square didapatkan nilai probabilitas (p-value) sebesar 0,0001 artinya $p < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapatnya Hubungan Pengetahuan Dan Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific Tahun 2021

Hal ini sejalan dengan (Putri Diah, 2019) Setelah dilakukan tabulasi silang (crosstab) antara kedua variabel dari penghitungan uji statistik Chi square didapatkan nilai $p < 0,05$ ($p = 0,033$) artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan personal hygiene saat menstruasi.

Hal ini sejalan dengan (Andi Tenri Angka, 2019) Berdasarkan uji chi square diperoleh nilai hitung $p (0,001) < \alpha (0,05)$ yang menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti bahwa ada hubungan pengetahuan dengan kebersihan organ reproduksi remaja putri pada saat menstruasi di SMP Negeri 27 Makassar.

Hal ini terdapatnya kesamaan dengan peneliti diatas dikarenakan terdapatnya hubungan dengan pengetahuan. Maka dari itu pentingnya berpengetahuan yang baik agar dapat memelihara kebersihan dengan benar.

6.6 Hubungan Tingkat Kebersihan Dengan Perilaku

Berdasarkan uji chi square didapatkan nilai probabilitas (p-value) sebesar 0,0001 artinya $p < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapatnya Hubungan Perilaku Dan Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific Tahun 2021

Hal ini sejalan dengan (Haandayani, 2019) diperoleh nilai r sebesar 0,397 dengan p value 0,05 dengan $p < 0,002$ yang berarti ada hubungan positif

dan hubungan koefisien sangat kuat yang sangat signifikan antara tingkat pengetahuan tentang personal hygiene dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi.

Hal ini sejalan dengan (Putri Diah Pemiliana, 2019) Dengan hasil uji statistik diperoleh $P=0,046$ dalam hal ini $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan ada hubungan antara pengetahuan terhadap perilaku personal hygiene pada saat menstruasi di SMP patriot. (Putri, 2016).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mukarramah, 2020) Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh $P\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$ (Nilai $P\text{-value}$ lebih kecil dari $\alpha = 0,05$). Hal ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan remaja putri terhadap perilaku personal hygiene saat menstruasi

Hal ini terdapatnya kesamaan dengan peneliti di atas, bahwa pentingnya berperilaku positif agar terciptanya kebersihan yang berperilaku positif.

6.7 Hubungan Tingkat Kebersihan Dengan Sikap

Berdasarkan uji chi square didapatkan nilai probabilitas ($p\text{-value}$) sebesar 0,0001 artinya $p < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapatnya Hubungan Sikap Dan Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas VII Di Pesantren Sinar Islam Asia Pasific Tahun 2021

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Handayani, 2011) didapatkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara sikap dengan personal hygiene wanita.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Mukarramah, 2020) Berdasarkan hasil perhitungan Kendall tau diperoleh $P\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$ (Nilai $P\text{-value}$ lebih kecil dari $\alpha = 0,05$). Hal ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara sikap remaja putri terhadap perilaku personal hygiene saat menstruasi.

Hal ini sejalan dengan (Putri, 2016) Dengan Hasil uji statistik diperoleh $p = 0,000$ dalam hal ini $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan ada hubungan antara sikap terhadap perilaku personal hygiene pada saat menstruasi di SMP Patriot Kranji Tahun 2014.

Hal ini terdapatnya persamaan dengan peneliti diatas yang menjelaskan bahwa harus ber sikap positif agar terciptanya kebersihan dengan bersikap yang positif.



BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 Kesimpulan

1. Bahwa remaja yang melakukan kebersihan pada saat menstruasi sebanyak (16%) yang baik dan yang tidak baik sebanyak (84%).
2. Bahwa remaja yang mempunyai pengetahuan tentang kebersihan saat menstruasi baik sebanyak (25%), cukup sebanyak (52%), dan kurang sebanyak (23%).
3. Bahwa remaja yang berperilaku Tentang kebersihan Saat Menstruasi baik sebanyak (30%) dan yang berperilaku tidak baik sebanyak (70%).
4. Bahwa remaja yang bersikap tentang kebersihan saat menstruasi positif sebanyak (3%) dan yang bersikap negatif (97%).
5. Hubungan Pengetahuan, Perilaku dan sikap kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri
 - a. Hubungan pengetahuan dan kebersihan saat menstruasi pada remaja putri dengan hasil P'Value 0,00 <0,05 yang berarti terdapat hubungan pengetahuan dan kebersihan.
 - b. Hubungan perilaku dan kebersihan saat menstruasi pada remaja putri dengan hasil P'Value 0,00 <0,05 yang berarti terdapat hubungan perilaku dan kebersihan.
 - c. Hubungan sikap dan kebersihan saat menstruasi pada remaja putri dengan hasil P'Value 0,00 <0,05 yang berarti terdapat hubungan sikap dan kebersihan.

7.2 Saran

1. Pihak Pesantren

Diharapkan kepada pihak pesantren agar bekerja sama dengan pihak kesehatan dan dapat menyediakan lebih banyak referensi tentang kesehatan reproduksi remaja khususnya kebersihan pada saat menstruasi, sehingga siswa lebih mengerti bagaimana menjaga kebersihan diri khususnya pada saat menstruasi.

2. Siswi Remaja

Perlu mencari informasi tentang bagaimana cara Personal Hygiene saat menstruasi yang baik dan benar. Hal ini diperlukan agar tidak terjadinya masalah-masalah kesehatan reproduksi.

3. Peneliti

Penelitian ini masih bisa dikembangkan dalam penelitian selanjutnya dengan faktor-faktor lain yang masih berhubungan dengan pengetahuan, perilaku dan sikap dalam melakukan kebersihan pada saat menstruasi.



DAFTAR PUSTAKA

- Agra, N. R. (2016). . *Repositori*.
- Ali, I. (2011). *Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja* . Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Andi Tenri Angka, D. (2019). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dengan Kebersihan Organ Reproduksi Pada Saat Menstruasi. *Jurnal Ilmiah Media Bidan* .
- Astuti. (2017). Hubungan Pengetahuan Tentang Personal Hygine Dengan Perilaku Personal Hygine Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Asiyiah*.
- Azwar. (2013). Teori Dan Pengukuranya. *Sikap Manusia*.
- Azwar. (2016). Sikap Manusia Teori Dan Pengukuranya . *Pustaka Pelajar*.
- Cahyono, D. (2016). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygine Saat Menstruasi . *Jurnal Akp*.
- Dewi Fransisca, D. (2020). Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygine Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. *Seminar Nasional Syedza Sainika*.
- Elmart. (2012). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Vulva Hygine Pada Saat Menstruasi . *Naskah Publikasi*.
- Eswi, A. D. (2012). Menstrual Attitude And Knowledge Among Egyptian Female Adolescents. *Journal Of American Science*.
- Febriyanti, E. (2017). Perilaku Perineal Hygine Saat Menstruasi Pada Remaja Awal. *Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Genetalia (Vulva Hygine) Saat Menstruasi*.
- Fitriansyah, F. (2018). Efek Komunikasi Massa Pada Khalayak (Studi Deskriptif Penggunaan Media Sosial Dalam Membentuk Perilaku Remaja). *Efek Komunikasi Massa Pada Khalayak* .
- Gustina E, D. S. (2015). Sumber Informasi Dan Pengetahuan Tentang Menstrual Hygine Pada Remaja Putri. . *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Haandayani, S. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Personal Hygine Dengan Perilaku Vulva Hygine Sat Mentraasi. *E-Journal.Id Stikes Yogyakarta*.

- Halima, S. D. (2014). Persepsi Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi Di Pondok Pesantren Manahilil Ulum Hidaiyah Kabalangan Kabupaten Pinrang . *Jurnal Akk.*
- Handayani, H. (2011). Hubungan Pengetahaun, Sikap Dan Perilaku Remaja Putri Tentang Kebersihan Organ Genetalia Eksterna. *Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah . Jakarta.*
- Haryono, Y. (2016). Siap Menghadapi Menstruasi.
- Ikhsan Muhammad, D. (2012). Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Hygiene. *Jurnal Mkmi Vol 9.*
- Isro'in, D. (2012). Personal Hygine Konsep Proses Dan Aplikasi Dalam Praktek Keperawatan. .
- Karnita, R. (2014). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygine Organ Reproduksi . *Repository 1965.*
- Kusmiran. (2011). Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita.
- Kusmiran, E. (2014). Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita.
- Lutifiati, D. E. (2015). Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygine Organ Genetalia Pada Pelajar Putri. *Fik-Ums.*
- Maharani R, A. W. (2018). Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Peronal Hygine Saat Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat.*
- Mubarak, W. I., Indrawati, L., & Susanto, J. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar.* Jakarta: Salemba Medika.
- Mukarramah. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Perilaku Personal Hygine Saat Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Luwu Raya.*
- Notoatmojo. (2014). Ilmu Perilaku Kesehatan. *Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Personal Hygine Saat Menstruasi Pada Remaja Putri.*
- Nugroho. (2013). Keperawatan Genrotik. *Repository.*
- Nursalam. (2017). Metodologi Peneliian Ilmu Keperawatan.
- Octavia, S. A. (2020). *Motivasi Belajar Dalam Perkembangan Remaja .* Yogyakarta: Deepublish Publisher.
- Oktaviana, L. (2015). Hubungan Antara Konformitas Dengan Kecenderungan Perilaku Bullying.
- Pertiwi, T. (2018). Gambaran Tingkat Pengetahuan Dan Praktik Menstrual Hygine Siswi. *Jurnal Promkes.*

- Puspitaningrum W, D. (2017). Pengaruh Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terkait Kebersihan Dalam Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Putri Diah Pemiliana, D. (2019). Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi. *Gaster* .
- Putri Diah, D. (2019). Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Gaster*.
- Putri, N. A. (2016). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Perilaku Personal Hygiene. *Artikel Penelitian*.
- R, D. (2019). Gambaran Faktor Risiko Kejadian Skabies Pada Santri .
- Rahman, N. &. (2014). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Digilib*.
- Riska Phoana, D. (2017). Upaya Menjaga Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. *Idea Nursing Journal*.
- Riska Phonna, D. (2017). Upaya Menjaga Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. *Idea Nursing Journal*.
- Riyanto, B. (2013). *Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan*. Diambil Kembali Dari Kapita Selektua Kuisisioner Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan: [Http://Eprints.Poltekkesjogja.Ac.Id/2337/7/Daftar%20pustaka.Pdf](http://Eprints.Poltekkesjogja.Ac.Id/2337/7/Daftar%20pustaka.Pdf)
- Riyanto, B. D. (2013). *Kapita Selektua Kuesisioner Pengetahuan Dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Statistik, B. P. (2019). Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur Dan Jenis Kelamin . *Statistik Pemuda Indonesia*.
- Sugiyono. (2014). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). Metode Penelitian Kombinasi .
- Wellin Sebayang, D. (2018). *Perilaku Seksual Remaja*. Yogyakarta: Deepublish Publisher.
- Yasnani, N. D. (2016). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Dengan Personal Hygiene Menstruasi Pada Remaja Putri . *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Uho*.
- Yeni Devita, D. (2014). Personal Hygiene. *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Dengan Cara Melakukan Dengan Benar Pada Saat Menstruasi*.

Yeni Devita, N. K. (2014). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Tentang Personal Hygine Dengan Cara Melakukan Personal Hygine Dengan Benar Saat Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.

Yuni, E. (2015). *Buku Suku Personal Hygine* . Yogyakarta: Nuha Medika.



LAMPIRAN



**LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR
MAHASISWA PRODI KEBIDANAN
FAKULTAS KEPERAWATAN DAN KEBIDANAN
UNIVERSITAS BINAWAN**

Nama mahasiswa : Natasya
 NIM : 051922022
 Nama Pembimbing : Legina Anggraeni, SST, MKM
 Judul : Hubungan Pengetahuan, Perilaku Dan Sikap Remaja Putri Tentang Kebersihan Pada Saat Menstruasi Di Pesantren Sinar Islam Asia Pacific Tahun 2021

No	Hari/tanggal	BAB/Sub BAB	Saran	Paraf Mahasiswa	Paraf Dosen
1.	25 - Juni - 2021	BAB I	-Latar belakang -Tujuan	<i>Jhy</i>	<i>Legina</i>
2	27 - Juli - 2021	BAB II	-Tinjauan Teori - KK	<i>Jhy</i>	<i>Legina</i>
3	29 - Juli - 2021	BAB III	- DO - KK - Hipotesis	<i>Jhy</i>	<i>Legina</i>
4	6 - sep - 2021	BAB IV	-Metadologi -Templat Penelitian	<i>Jhy</i>	<i>Legina</i>
5	9 - nov - 2021	BAB V + VI	Pembahasan + Jurnal	<i>Jhy</i>	<i>Legina</i>
6	21 - NOV. 2021	BAB V + VI	Pembahasan Jurnal + Saran	<i>Jhy</i>	<i>Legina</i>

KUESIONER PENGETAHUAN KEBERSIHAN PADA SAAT MENSTRUASI

Nama :

Umur/kelas :

Umur saat haid pertama :

Petunjuk Pengisian :

- a. Jawablah pertanyaan dibawah ini mengenai pengetahuan remaja tentang hygiene menstruasi
 - b. Berilah tanda silang (x) pada jawaban yang benar
 - c. Pilihlah jawaban berupa pilihan ganda yang terdiri dari huruf a,b, dan c
-
1. Apakah yang kamu ketahui tentang menstruasi ?
 - a. Darah yang pertama keluar pada remaja perempuan
 - b. Darah yang keluar dari alat reproduksi perempuan setiap bulan
 - c. Cairan keputihan yang keluar dari reproduksi perempuan
 2. Berapa kali kah normal perempuan mengalami menstruasi ?
 - a. 1x perbulan
 - b. 2x perbulan
 - c. 3x perbulan
 3. Sebagai seorang perempuan, kita sebaiknya selalu menjaga organewanitaan kita dalam keadaann apa?
 - a. Kering
 - b. Lembab
 - c. Basah
 4. Berapa kali minimal mandi saat mengalami menstruasi ?
 - a. 1x sehari
 - b. 2x sehari
 - c. 3x sehari
 5. Berapa kali minimal mengganti celana dalam saat mengalami menstruasi?

- a. 1x sehari
 - b. 2x sehari
 - c. 3x sehari
6. Berapa kali minimal pengganti pembalut yang baik saat menstruasi ?
- a. 1x sehari
 - b. 2-3x sehari
 - c. Lebih dari 6x sehari
7. Diantara beberapa minuman dibawah ini, manakah yang baik dikonsumsi untuk perempuan yang sedang menstruasi ?
- a. Air putih
 - b. Kopi
 - c. Miinuman bersoda
8. Mengapa darah tidak boleh dibiarkan pada pembalut terlalu lama ?
- a. Karena dapat menyebabkan timbulnya virus
 - b. Karena dapat merusak pembalut
 - c. Karena dapat menimbulkan bakteri penyebab penyakit
9. Bagaimana kebiasaan kamu membilas organewanitaan
- a. Dari belakang ke depan
 - b. Dari depan ke belakang
 - c. Dari samping kanan ke kiri
10. Saat kamu membasuh organewanitaan, apakah yang kamu lakukan ?
- a. Mencuci tangan sebelum dan sesudah
 - b. Mencuci tangan sesudah membasuh
 - c. Mencuci tangan sebelum membasuh

KUESIONER PERILAKU KEBERSIHAN PADA SAAT MENSTRUASI

Petunjuk pengisian :

1. Berilah tanda (v) pada kolom yang disediakan
2. Jawablah sesuai pengetahuan, jawaban tidak harus sama dengan teman

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Mengganti celana dalam 2-3x sehari saat menstruasi		
2.	Mengganti pembalut 3-4x dalam sehari		
3.	Mandi 2x sehari saat menstruasi		
4.	Mencuci alat kelamin dengan air yang bersih setelah BAB dan BAK		
5.	Mencuci alat kelamin dengan sabun mandi		
6.	Membasuh daerah kewanitaan dari depan ke belakang		
7.	Mengeringkan alat kelamin menggunakan tisu kering, sesudah BAK dan BAB		
8.	Keramas 2x sehari saat menstruasi		
9.	Menggosok gigi 3x sehari		
10.	Mengganti pakaian 2x sehari		

KUESIONER SIKAP KEBERSIHAN PADA SAAT MENSTRUASI

Petunjuk pengisian :

1. Berilah tanda (v) pada kolom yang disediakan
2. Jawablah jika menurut anda jawaban anda benar
3. Jawablah sesuai pengetahuan, jawaban tidak harus sama dengan teman

No	Pertanyaan	Sikap Positif	Sikap Negatif
1.	Saya harus mengetahui bahwa kebersihan diri adalah usaha untuk mempertahankan atau memperbaiki Kesehatan fisik maupun psikis		
2.	Saya akan memakai celana ketat pada saat menstruasi		
3.	Saya akan mengganti pembalut setiap kali terasa penuh Ketika menstruasi		
4.	Saya akan menjaga kebersihan genetalia, kulit, wajah dan rambut pada saat menstruasi		
5.	Saya harus mengetahui bahwa memelihara kebersihan diri dan mencegah penyakit merupakan tujuan dari perawatan <i>personal hygiene</i> (kebersihan diri)		
6.	Saya harus mengetahui bahwa menjaga kesehatan berawal dari menjaga kebersihan		
7.	Saya akan menjaga kebersihan rambut alat kelamin agar tidak memicu timbulnya bakteri dan jamur		

8.	Saya akan membasuh daerah kewanitaan dari arah depan kearah belakang setelah buang air besar (BAB)		
9.	Sebelum membersihkan alat kelamin saya akan mencuci tangan terlebih dahulu		
10.	Lebih baik menggunakan kain pembalut dari pada menggunakan pembalut yang bermerek		

