

ISSN (Print) : 2443-1141

ISSN (Online) : 2541-5301

Higiene

P E N E L I T I A N

Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan *Personal Hygiene* Selama Menstruasi pada Santriwati di Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba, Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2016

Emmi Bujawati^{1*}, Sitti Raodhah², Indriyanti³

Abstrak

Masa remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa yang diwarnai oleh perubahan pertumbuhan, munculnya berbagai kesempatan dan seringkali menghadapi risiko-risiko kesehatan reproduksi. *Personal hygiene* selama menstruasi merupakan isu kritis sebagai determinan status kesehatan remaja yang akan berpengaruh dalam kehidupan masa tua. Salah satu upaya mengurangi gangguan pada saat menstruasi yaitu membiasakan diri dengan perilaku higienis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui beberapa faktor yang berhubungan dengan *personal hygiene* selama menstruasi, seperti pengetahuan, komunikasi teman sebaya, usia *menarche* dan kepercayaan terhadap mitos pada santriwati Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Babul Khaer Bulukumba. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional study*. Sampel dalam penelitian ini adalah santriwati Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba sebanyak 117 santriwati. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *total sampling*. Hasil penelitian menunjukkan sebesar 76,1% responden yang memiliki *personal hygiene* selama menstruasi yang cukup dan yang memiliki *personal hygiene* selama menstruasi yang kurang sebesar 23,9%. Terdapat hubungan antara pengetahuan ($p=0,000$), komunikasi teman sebaya ($p=0,002$), dan kepercayaan terhadap mitos ($p=0,000$) dengan *personal hygiene* selama menstruasi, sedangkan usia *menarche* ($p=0,473$) tidak memiliki hubungan dengan *personal hygiene* selama menstruasi. Penelitian ini menyarankan agar para remaja dapat meningkatkan *personal hygiene* selama menstruasi dengan cara membekali diri sebanyak-banyaknya dengan pengetahuan yang diperoleh baik dari media massa, orang tua atau buku. Bagi pihak sekolah dapat menerapkan metode pendidikan kesehatan dalam meningkatkan *personal hygiene* selama menstruasi seperti FGD (*Focus Group Discussion*).

Kata Kunci : *Personal Hygiene*, Menstruasi, Santriwati.

Pendahuluan

Masalah kesehatan sangat kompleks dan saling berkaitan dengan masalah-masalah di luar masalah kesehatan itu sendiri demikian pula untuk

mengatasi masalah kesehatan masyarakat tidak hanya dilihat dari segi kesehatan itu sendiri tapi harus dari seluruh segi yang ada pengaruhnya terhadap kesehatan tersebut (Notoatmodjo, 2010).

Personal hygiene menstruasi pada remaja merupakan isu kritis sebagai determinan status

* Korespondensi : emmy.uin@gmail.com

^{1,2,3} Jurusan Kesehatan Masyarakat UIN Alauddin, Makassar

kesehatan remaja yang akan berpengaruh dalam kehidupan masa tua. Buruknya *Personal hygiene* menstruasi berpengaruh besar terhadap morbiditas dan komplikasi (Uzochukwu, 2009: 9). Oleh karena itu, remaja harus dipersiapkan baik pengetahuan, sikap maupun tindakannya ke arah pencapaian reproduksi yang sehat.

Hasil penelitian Ansuree (2014) bahwa kurang dari setengah remaja perempuan memiliki pengetahuan yang baik tentang kebersihan menstruasi hal ini mengidentifikasi bahwa masih kurangnya pengetahuan yang memadai mengenai kebersihan menstruasi di kalangan remaja perempuan. Dengan demikian, perlu program pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan tentang kebersihan menstruasi. Tempat terbaik untuk memberikan pendidikan tentang kebersihan menstruasi untuk remaja perempuan adalah sekolah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Suryati (2012) bahwa faktor utama yang berpengaruh terhadap perilaku kebersihan diri saat menstruasi adalah teman sebaya. Hasil SDKI 2012 menunjukkan dari setengah responden wanita membicarakan menstruasi sebelum menarche dengan teman (53%) atau dengan ibunya (41%). (Kemenkes, 2013)

Berdasarkan hasil wawancara dengan pihak Pesantren dan santriwati di Pesantren Babul Khaer diketahui bahwa kegiatan pembinaan terhadap kesehatan reproduksi belum pernah dilakukan. Berdasarkan uraian tersebut dan karena belum dilakukannya penelitian tentang *personal hygiene* menstruasi di pesantren tersebut maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih dalam lagi faktor yang berhubungan dengan *personal hygiene* selama menstruasi pada santriwati di Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan *cross sectional study* dimana penelitian yang dilakukan dalam waktu yang tertentu, dan tidak akan dilakukan penelitian lain di

waktu yang berbeda untuk diperbandingkan (Azrul Azwar, 2003: 11-12). Pengumpulan data dilakukan sejak tanggal 3 April 2016 sampai dengan 1 Mei 2016 di Madrasah Aliyah Pesantren Babul Khaer, Kecamatan Ujung Bulu', Kabupaten Bulukumba. Populasi dalam penelitian ini adalah semua santriwati Madrasah Aliyah yang telah mengalami menstruasi yakni sebanyak 124 orang.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *non probability sampling* dengan pendekatan *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel yang didasarkan atas pertimbangan dan sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan uji statistik *Chi Square*

Hasil

Analisis Univariat

Pada tabel 1 tentang karakteristik responden di Pondok Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba tahun 2016 dapat dijelaskan bahwa dari hasil penelitian pada 117 responden, mayoritas kelas responden yaitu pada kelas X sebanyak 46 orang (39,3%) dan paling sedikit pada kelas XII sebanyak 31 orang (26,5%), dengan umur terbanyak 16 tahun yaitu sebanyak 45 orang (38,5%) dan paling sedikit pada umur 15 tahun yaitu sebanyak 1 orang (0,9%). Sedangkan untuk usia *Menarche* terbanyak yakni usia 13 tahun sebesar 44,4% dan usia *menarche* paling sedikit yakni usia 10 dan 11 tahun masing-masing sebesar 3,4%, sehingga kategori usia *Menarche* terbanyak yaitu kategori ideal sebesar 65,8% dan kategori usia *menarche* paling sedikit adalah kategori tidak ideal yakni sebesar 34,2%.

Adapun pengetahuan tentang menstruasi menunjukkan bahwa dari 117 responden, sebanyak 84 (71,8%) responden memiliki pengetahuan cukup dan sebanyak 33 (28,2%) responden memiliki pengetahuan kurang, dengan komunikasi teman sebaya yaitu sebanyak 104 (88,9%) responden memiliki komunikasi cukup dan sebanyak 13 (11,1%) responden memiliki komunikasi kurang.

Personal hygiene responden selama men-

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden pada Santriwati di Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Babul Khaer Kecamatan Ujung Bulu Kabupaten Bulukumba

Karakteristik Responden	Santriwati	
	n	%
Kelas		
X	46	39,3
XI	40	34,2
XII	31	26,5
Total	117	100%
Umur		
15 tahun	1	0,9
16 tahun	45	38,5
17 tahun	42	35,9
18 tahun	29	24,8
Total	117	100%
Usia Menarche		
10 tahun	4	3,4
11 tahun	4	3,4
12 tahun	21	17,9
13 tahun	52	44,4
14 tahun	30	25,6
15 tahun	6	5,1
Total	117	100
Kategori Usia Menarche		
Ideal	77	65,8
Tidak Ideal	40	34,2
Total	117	100
Pengetahuan		
Cukup	84	71,8
Kurang	33	28,2
Total	117	100
Komunikasi Teman Sebaya		
Cukup	104	88,9
Kurang	13	11,1
Total	117	100
Personal Hygiene		
Cukup	89	76,1
Kurang	28	23,9
Total	117	100
Kepercayaan Terhadap Mitos		
Tidak Percaya	61	52,1
Percaya	56	47,9
Total	117	100

Sumber : Data Primer, 2016

struasi yaitu sebanyak 89 (76,1%) responden memiliki *personal hygiene* yang cukup dan sebanyak 28 (23,9%) responden memiliki *personal hygiene* kurang, sedangkan kepercayaan responden terhadap mitos yaitu sebanyak 61 (52,1%) responden tidak percaya terhadap mitos, sedangkan responden

yang percaya terhadap mitos sebanyak 56 (47,9%).

Analisis Bivariat

Pada tabel 2 tentang hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan *personal hygiene* selama menstruasi menunjukkan bahwa dari 84 responden yang memiliki pengetahuan

Tabel 2. Hubungan antara Pengetahuan Tentang Menstruasi dengan *Personal Hygiene* selama Menstruasi pada Santriwati di Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Babul Khaer Kecamatan Ujung Bulu Kabupaten Bulukumba

Pengetahuan Tentang Menstruasi	Personal Hygiene Selama Menstruasi				Jumlah		Uji Statistik
	Cukup		Kurang		n	%	
	n	%	n	%			
Cukup	72	85,7	12	14,3	84	100	P=0,000
Kurang	17	51,5	16	48,5	33	100	
Total	89	76,1	26	23,8	117	100	

Sumber : Data Primer, 2016

Tabel 3. Hubungan antara Komunikasi Teman Sebaya dengan *Personal Hygiene* selama Menstruasi pada Santriwati di Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Babul Khaer Kecamatan Ujung Bulu Kabupaten Bulukumba

Komunikasi Teman Sebaya	Personal Hygiene Selama Menstruasi				Jumlah		Uji Statistik
	Cukup		Kurang		n	%	
	n	%	n	%			
Cukup	84	80,8	20	19,2	104	100	P=0,002
Kurang	5	38,5	8	61,5	13	100	
Total	89	76,1	28	23,9	117	100	

Sumber : Data Primer, 2016

cukup dan *personal hygiene* selama menstruasi yang cukup yakni sebesar 85,7% sedangkan responden yang memiliki pengetahuan kurang dan *personal hygiene* yang kurang sebesar 48,5% dari 33 responden dengan nilai $p=0,000$. Karena nilai $p<0,05$ maka dapat diinterpretasikan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan responden tentang menstruasi dengan *personal hygiene* responden selama menstruasi.

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 104 responden yang memiliki Komunikasi

dengan teman sebaya yang cukup dan *personal hygiene* selama menstruasi yang cukup yakni sebesar 80,8% sedangkan responden yang memiliki komunikasi dengan teman sebaya yang kurang dan *personal hygiene* yang kurang sebesar 38,5% dari 13 responden dengan nilai $p=0,002$. Karena nilai $p<0,05$ maka dapat diinterpretasikan bahwa ada hubungan yang bermakna antara komunikasi teman sebaya dengan *personal hygiene* responden selama menstruasi.

Pada tabel 4 menunjukkan bahwa dari 77

Tabel 4. Hubungan antara Usia *Menarche* dengan *Personal Hygiene* selama Menstruasi pada Santriwati di Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Babul Khaer Kecamatan Ujung Bulu Kabupaten Bulukumba

Usia <i>Menarche</i>	Personal Hygiene Selama Menstruasi				Jumlah		Uji Statistik
	Cukup		Kurang		n	%	
	n	%	n	%			
Ideal	57	74	20	26	77	100	P=0,473
Tidak Ideal	32	80	8	20	40	100	
Total	89	76,1	28	23,9	117	100	

Sumber : Data Primer, 2016

Tabel 5. Hubungan antara Kepercayaan Terhadap Mitos dengan *Personal Hygiene* selama Menstruasi pada Santriwati di Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Babul Khaer Kecamatan Ujung Bulu Kabupaten Bulukumba

Kepercayaan Terhadap Mitos	Personal Hygiene Selama Menstruasi				Jumlah		Uji Statistik
	Cukup		Kurang				
	n	%	n	%	n	%	
Tidak Percaya	55	90,2	6	9,8	61	100	P=0,000
Percaya	34	60,7	22	39,3	56	100	
Total	89	76,1	28	23,9	117	100	

Sumber : Data Primer, 2016

responden yang memiliki usia *menarche* ideal dan *personal hygiene* selama menstruasi yang cukup yakni sebesar 74% sedangkan responden yang memiliki usia *menarche* tidak ideal dan *personal hygiene* yang kurang sebesar 20% dari 40 responden dengan nilai $p=0,473$. Karena nilai $p>0,05$ maka dapat diinterpretasikan bahwa tidak ada hubungan antara usia *menarche* dengan *personal hygiene* selama menstruasi.

Sedangkan pada tabel 5 menunjukkan bahwa dari 56 responden, sebesar 90,2% diantaranya tidak percaya terhadap mitos dan memiliki *personal hygiene* selama menstruasi yang cukup dari 61 responden. Sedangkan responden yang percaya terhadap mitos dan memiliki *personal hygiene* yang kurang sebesar 39,3% dari 56 responden dengan nilai $p=0,000$. Karena nilai $p<0,05$ maka dapat diinterpretasikan bahwa ada hubungan yang bermakna antara kepercayaan terhadap mitos dengan *personal hygiene* responden selama menstruasi.

Pembahasan

Hubungan pengetahuan tentang menstruasi dengan *personal hygiene* selama menstruasi

Personal hygiene selama menstruasi merupakan kebersihan perorangan dalam usaha memelihara, mempertahankan dan memperbaiki kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik maupun psikologis melalui implementasi tindakan *hygiene* yang dilakukan saat menstruasi (Tartowo, 2010).

Personal hygiene pada saat menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, namun merupakan sebuah

proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif terhadap perilaku yang terkait dengan keadaan menstruasi (Indriastuti, 2009). Banyak faktor yang berpengaruh terhadap *personal hygiene* selama menstruasi. Diantara faktor tersebut yakni pengetahuan individu. Hal tersebut sesuai dengan hasil analisis dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil analisis hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan *personal hygiene* selama menstruasi menggunakan analisis *Chi Square* di peroleh nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) yang berarti bahwa pengetahuan tentang menstruasi memiliki hubungan yang signifikan dengan *personal hygiene* selama menstruasi pada santriwati Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren babul Khaer.

Hal ini sesuai dengan teori Patricia (2005), bahwa dalam *personal hygiene* terdapat faktor yang berpengaruh diantaranya pengetahuan yang dimiliki oleh individu tersebut. Pengetahuan yang dimaksudkan merupakan pengetahuan yang bersangkutan dengan *personal hygiene* diantaranya pengetahuan tentang menstruasi, pengetahuan kesehatan reproduksi pada wanita dan pengetahuan mengenai kebersihan diri pada wanita baik saat menstruasi maupun dalam keseharian.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Rahmawati (2011) bahwa pengetahuan tentang menstruasi berpengaruh terhadap perilaku *personal hygiene* selama menstruasi pada siswi remaja. Hal yang sama juga diperoleh dari hasil penelitian Suryati (2012) yang mengungkapkan terdapat beberapa faktor yang berperan dalam perilaku

kebersihan remaja saat menstruasi, diantara faktor tersebut yakni pengetahuan. Hal tersebut juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Prasetya (2014), bahwa pengetahuan menstruasi memiliki hubungan dengan *personal hygiene* selama menstruasi pada siswa kelas X SMA Negeri 2 Banguntapan Bantul dengan hasil uji hipotesis *product moment* $p=0,001$ ($p<0,05$).

Berdasarkan perolehan skor pengetahuan tentang menstruasi pada santriwati Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Babul Khaer, di dapatkan hasil dari 117 santriwati, sebesar 71,8% responden memiliki pengetahuan yang cukup dan sebesar 28,2% responden memiliki pengetahuan yang kurang.

Berdasarkan hasil analisis, didapatkan pula santriwati di Pondok Pesantren Babul Khaer yang memiliki pengetahuan tentang menstruasi yang cukup tetapi memiliki *personal hygiene* selama menstruasi yang kurang yakni sebesar 14,3% dari 84 responden. Hal ini disebabkan karena responden tersebut belum memiliki kesadaran untuk merubah perilaku. Sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (2003) bahwa individu akan merubah perilakunya dengan melalui beberapa tahap, salah satunya adalah tahap kesadaran. Sehingga meskipun responden memiliki pengetahuan tentang menstruasi yang cukup akan tetapi jika belum memiliki kesadaran untuk mengaplikasikannya maka tidak akan terwujud perilaku *personal hygiene* yang baik.

Ada banyak faktor yang berpengaruh terhadap pengetahuan, menurut Notoatmodjo (2011) tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, pengalaman, usia, informasi, lingkungan budaya dan sosial ekonomi.

Hubungan komunikasi teman sebaya dengan *personal hygiene* selama menstruasi.

Faktor lain yang cukup erat berhubungan dengan *personal hygiene* selama menstruasi yaitu faktor eksternal. Lingkungan dan sosial sebagai faktor eksternal sangat mendukung terhadap perubahan *personal hygiene* individu, dikarenakan lingkungan sebagai tempat perkembangan perilaku individu (Sunaryo, 2013).

Perkembangan kehidupan sosial remaja ditandai dengan meningkatnya pengaruh teman sebaya. Remaja lebih banyak menghabiskan waktunya untuk berinteraksi sosial dengan teman sebayanya. Teman sebaya memberikan pengaruh yang besar terhadap sikap, minat, penampilan dan perilaku remaja. Hal tersebut dikarenakan komunikasi diantara teman sebaya lebih mudah dicerna dan diterima daripada komunikasi dengan orang tua atau yang lebih dewasa daripada remaja (Desmita, 2009).

Hasil penelitian ini, terhadap 117 santriwati Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Babul Khaer menggunakan uji *Chi Square* diperoleh $p=0,001$ ($p<0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara komunikasi teman sebaya dengan *personal hygiene* selama menstruasi.

Hasil analisis tersebut sesuai dengan teori Hovland dalam Efendy (2011) bahwa komunikasi merupakan sebuah proses dalam mengubah perilaku orang lain seperti halnya *personal hygiene* selama menstruasi.

Hal tersebut juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Prastyta (2014), terhadap 102 siswi kelas X SMA Negeri 2 Banguntapan bantul bahwa terdapat hubungan komunikasi teman sebaya dengan *personal hygiene* selama menstruasi dengan hasil uji $p=0,000$ ($p<0,05$), yang berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antar variabel tersebut.

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti juga didukung oleh penelitian Suryati (2012) di Jakarta yang berkaitan dengan perilaku kebersihan remaja saat menstruasi, yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan perilaku kebersihan siswi pada saat menstruasi. Dukungan teman sebaya terhadap responden sebesar 86%, dari hasil analisis bivariat didapatkan hasil $p=0,024$, hasil analisis multivariat didapatkan ada hubungan antara teman sebaya dengan perilaku kebersihan saat menstruasi pada penelitian ini dengan nilai $p=0,027$ dan nilai $OR=2,963$ artinya bahwa dukungan teman sebaya 2,963 kali kemungkinan teman sebaya mendukung

terhadap perilaku kebersihan siswi pada saat menstruasi dibanding dengan teman sebaya yang tidak mendukung. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dukungan dari teman sebaya memberikan pengaruh yang besar terhadap personal hygiene selama menstruasi.

Penelitian Rahmawati (2011) terhadap siswi SMP di Jakarta memperoleh hasil bahwa ada hubungan sumber informasi dengan perilaku *personal hygiene* selama menstruasi yang berasal dari teman sebaya. Berdasarkan perolehan skor komunikasi teman sebaya pada santriwati Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Babul Khaer, di dapatkan hasil dari 117 santriwati, sebesar 88,9% responden memiliki komunikasi dengan teman sebaya yang cukup dan sebesar 11,1% responden memiliki komunikasi teman sebaya yang kurang.

Ada banyak hal yang mempengaruhi efektivitas komunikasi teman sebaya. Menurut Efendy (2013) faktor yang berpengaruh terhadap komunikasi antara lain penyampaian pesan, situasi dan kondisi, media, tujuan pesan.

Hubungan usia menarche dengan personal hygiene selama menstruasi

Usia *menarche* dalam penelitian ini adalah usia responden saat pertama kali mendapatkan haid atau menstruasi. *Menarche* adalah siklus haid pertama bagi seorang wanita. *Menarche* merupakan hal yang sangat penting bagi seorang wanita dan perlu mendapat perhatian khusus karena *menarche* merupakan hal yang menandai awal kedewasaan biologis seorang wanita. Usia *menarche* dapat bervariasi pada setiap individu tergantung faktor internal dan eksternal yang mempengaruhinya.

Adapun hasil analisis yang diperoleh bahwa tidak ada hubungan antara usia *menarche* dengan *personal hygiene* selama menstruasi dengan nilai $p=0,473$. Hal ini menunjukkan bahwa usia *menarche* seseorang tidak dapat menentukan praktik *hygiene* menstruasinya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mariene (2012) mengenai faktor yang berhubungan dengan praktik *hygiene*

menstruasi pada siswi SMA Negeri 1 Sesean Kabupaten Toraja Utara, hasil uji bivariat antara usia *menarche* dengan praktik *hygiene* menstruasi dengan nilai $p=0,945$ atau tidak ada hubungan antara kedua variabel tersebut.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 117 responden sebesar 65,8% mempunyai usia *menarche* yang ideal. Akan tetapi hal tersebut tidak berhubungan dengan *personal hygiene* saat menstruasi responden. Karena semakin ideal usia *menarche* seseorang tidak menjamin bahwa akan semakin baik pula *personal hygiene* yang dimilikinya.

Hal tersebut dikarenakan tidak semua responden mendapatkan informasi yang cukup mengenai praktek *hygiene* menstruasi yang baik sebelum mereka mendapatkan *menarche*, hal ini dapat dilihat dari hasil krostabulasi antara usia *menarche* dengan pengetahuan responden, dari 117 responden hanya 56 diantaranya yang mempunyai usia *menarche* ideal dan memiliki pengetahuan yang cukup.

Demikian pula sebaliknya, yang memiliki usia *menarche* cepat tidak menutup kemungkinan akan memiliki *personal hygiene* selama menstruasi yang cukup. Hal ini terlihat berdasarkan hasil penelitian didapatkan 4 responden yang memiliki usia *menarche* yang cepat tetapi memiliki *personal hygiene* selama menstruasi yang cukup yakni sebesar 100% dari 4 responden. Hal ini dikarenakan keempat responden tersebut memiliki pengetahuan yang cukup sehingga akan mempengaruhi *personal hygiene* yang dimilikinya.

Untuk itu, jika individu tahu hal apa saja yang harus dilakukan pada saat mengalami menstruasi, misalnya bagaimana cara mengatasi keluarnya darah menstruasi yang dapat terjadi sewaktu-waktu, bagaimana cara memakai dan mencuci pembalut, serta bagaimana cara perawatan diri pada saat menstruasi, maka dapat diharapkan setiap individu berperilaku higienis ketika mengalami menstruasi.

Hubungan kepercayaan terhadap mitos dengan personal hygiene selama menstruasi.

Menurut Notoatmodjo (2010) Kepercayaan

atau budaya mempengaruhi pengetahuan dimana sistem sosial budaya yang ada pada masyarakat dapat mempengaruhi pengetahuan remaja. Secara tidak langsung kepercayaan seseorang juga mempengaruhi *personal hygiene* yang dimiliki.

Berdasarkan tabel 5, menunjukkan bahwa dari 117 responden yang percaya terhadap mitos sebesar 47,9% sedangkan yang tidak percaya terhadap mitos yakni sebesar 52,1%. Hasil analisis hubungan antara kepercayaan terhadap mitos dengan *personal hygiene* selama menstruasi didapatkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) sehingga dapat diartikan bahwa ada hubungan yang bermakna antara kedua variabel tersebut.

Hasil penelitian ini mendapatkan hubungan negatif antara variabel kepercayaan terhadap mitos dengan *personal hygiene* selama menstruasi yang dapat diinterpretasikan bahwa semakin responden tidak percaya terhadap mitos maka akan semakin baik *personal hygiene* selama menstruasi yang dimilikinya.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Dina Dwi Nuryani (2012) yang melakukan penelitian pada remaja putri saat menstruasi di MTs Al-khairiyah Bandar Lampung dengan menggunakan uji *Chi Square* didapatkan nilai $p=0,001$ yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan kepercayaan terhadap mitos dengan perilaku higienis remaja putri saat menstruasi.

Personal hygiene yang baik juga didukung oleh kepercayaan individu terhadap mitos. Jika seseorang tidak mempercayai mitos yang tidak benar secara ilmiah maka pengetahuan yang dimiliki juga akan semakin baik, sehingga hal ini juga mempengaruhi *personal hygiene* yang dimiliki oleh setiap individu.

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan alasan responden dalam mempercayai dan tidak mempercayai suatu mitos yakni dari 61 responden yang tidak percaya terhadap mitos, alasan terbanyak yakni “karena tidak terbukti alasannya jika melanggar mitos tersebut” sebesar 70,5% sedangkan alasan paling sedikit yakni alasan lainnya sebesar 6,6%.

Adapun alasan responden percaya terhadap mitos yakni dari 56 responden, alasan percaya yang terbanyak adalah “tidak ada ruginya mengikuti nasehat orang tua” yakni sebesar 62,5% sedangkan alasan paling sedikit memiliki alasan lainnya sebesar 5,4%.

Berdasarkan hasil penelitian pada santriwati di Pondok Pesantren Babul Khaer, didapatkan pula sebesar 60,7% dari 56 responden yang percaya terhadap mitos namun memiliki *personal hygiene* selama menstruasi yang cukup. Hal ini dikarenakan responden tersebut memiliki pengetahuan yang cukup sehingga mempengaruhi *personal hygiene* yang dimilikinya. Hal ini terbukti berdasarkan hasil analisis krostabulasi antara variabel kepercayaan terhadap mitos dengan pengetahuan menstruasi yakni dari 56 responden yang percaya terhadap mitos terdapat 37 santriwati (66,1%) diantaranya yang memiliki pengetahuan tentang menstruasi yang cukup.

Percaya terhadap sesuatu hal yang tidak terbukti manfaatnya merupakan tindakan yang merugikan diri sendiri. Demikian pula dijelaskan dalam Surah Al-Israa’/17 ayat 36.

Terjemahnya:

Dan janganlah kamu mengikuti apa yang kamu tidak mempunyai pengetahuan tentangnya. Sesungguhnya pendengaran, penglihatan dan hati, semuanya itu akan diminta pertanggung jawabannya (Kementrian Agama RI, 2012).

Surah Al-Israa’/17 ayat 36 merupakan tuntunan universal. Ayat ini memerintahkan: lakukan apa yang Allah perintahkan di atas dan hindari apa yang tidak sejalan dengannya. Jangan berucap apa yang engkau tidak ketahui, jangan mengaku mendengar apa yang engkau tidak dengar. Sesungguhnya pendengaran, penglihatan, dan hati, yang merupakan alat-alat pengetahuan, semua itu, yakni alat-alat itu, masing-masing tentangnya akan ditanyai tentang bagaimana pemilikinya menggunakannya atau pemilikinya akan dituntut untuk mempertanggungjawabkan bagaimana dia menggunakannya (Shihab, 2009; 86).

Dari satu sisi, tuntunan ayat ini mencegah sekian banyak keburukan, seperti tuduhan, sangka

buruk, kebohongan, dan kesaksian palsu. Di sisi lain, juga memberi tuntunan untuk menggunakan pendengaran, penglihatan, dan hati nurani sebagai alat-alat untuk meraih pengetahuan (Shihab, 2009; 86).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan *personal hygiene* selama menstruasi pada santriwati Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Babul Khaer Kecamatan Ujung Bulu kabupaten Bulukumba, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan *personal hygiene* selama menstruasi, komunikasi teman sebaya dengan *personal hygiene* selama menstruasi, kepercayaan terhadap mitos dengan *personal hygiene* selama menstruasi dan Tidak ada hubungan antara usia *menarche* dengan *personal hygiene* selama menstruasi pada santriwati Madrasah Aliyah di Pondok Pesantren Babul Khaer Kecamatan Ujung Bulu kabupaten Bulukumba.

Personal hygiene selama menstruasi pada remaja dapat lebih ditingkatkan dengan cara membekali diri sebanyak-banyaknya dengan pengetahuan yang diperoleh baik dari pencarian informasi melalui media massa, teman sebaya, orang tua, keluarga dan buku sedangkan komunikasi teman sebaya dapat dijadikan metode pendidikan kesehatan dalam meningkatkan *personal hygiene* selama menstruasi pada santriwati, salah satu metode yang dapat digunakan yaitu FGD (*Focus Group Discussion*). Adapaun harapan peneliti kepada peneliti selanjutnya yakni untuk memfokuskan penelitian pada variabel usia *menarche* serta lebih memilih variabel lain untuk diteliti.

Daftar Pustaka

Ardani. (2010). *Perilaku remaja putri dalam perawatan kebersihan alat kelamin pada saat menstruasi di SMP 3 Pulau Rakyat*. Medan: Universitas Sumatera Utara.

- Anusree. (2014). *Knowlwdge Regarding menstrual Hygiene amoong Adolescent Girls in selected school, Mangalore with a view to Develop an Information Booklet*. IOSR Journal of Nurishing and Health Science (IOSR-JNHS): Volume 3, Issue 1, Ver. IV.
- Desmita. (2009). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Effendy. (2011). *Ilmu Komunikasi Teori dan Praktik*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Indriastuti. (2009). *Hubungan antara Pengetahuan kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Hygienis Remaja Putri pada saat Menstruasi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Kementerian Agama RI. (2012). *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Bandung: Diponegoro.
- Kemenkes. (2013). *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2012 Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: Kemenkes.
- Notoatmodjo. (2011). *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta: Rineka cipta.
- Patricia. (2005). *Buku Ajar fundamental Keperawatan konsep Edisi 4*. Jakarta: EGC.
- Rahmawati T, & Kusmawati. (2011). *Hubungan Antara Sumber Informasi Dan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Selama Menstruasi Pp : 240-248. Prosiding Seminar Nasional "Peran Kesehatan Masyarakat Dalam Pencapaian MDG's Di Indonesia*. FKM UNSIL. Lampung
- Shihab, M. Quraish. (2009). *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Jakarta: Lentera Hati.
- Sunaryo. (2013). *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Suryati. (2012). *Perilaku Kebersihan Remaja Saat Menstruasi*. Jurnal Healt Quality Volume, 3, No. 1.
- Tartowo dan Wartonah. (2010). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Uzochukwu. (2009). *The Impact Of Premenarcheal Training On Menstrual Practice And Hygiene Of Nigerian School Girls*. Pan Afr. Med. J. 22.