

---

**HUBUNGAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TERHADAP SIKAP PERSONAL  
HYGIENE SAAT MENSTRUASI DI SMK NEGERI 3 BAUBAU**

***THE RELATIONSHIP OF KNOWLEDGE OF ADOLESCENT GIRLS TO PERSONAL  
HYGIENE ATTITUDES DURING MENSTRUATION AT SMK NEGERI 3 BAUBAU***

**Sirly Ramadhani Jainahu<sup>1\*</sup>, Wa Ode Indang<sup>2\*</sup>, Ika Lestari Salim<sup>3\*</sup>**

<sup>123\*</sup>D3 Kebidanan, Institut Kesehatan Dan Tekhnologi Buton Raya Kota Baubau,

email: [sirlyyainahu@gmail.com](mailto:sirlyyainahu@gmail.com), [odeindang89@gmail.com](mailto:odeindang89@gmail.com), [ikalestarimaryam@gmail.com](mailto:ikalestarimaryam@gmail.com)

(\*Korespondensi: [sirlyyainahu@gmail.com](mailto:sirlyyainahu@gmail.com), No Telepon: 085251072176)

**ABSTRAK**

Menstruasi adalah proses fisiologis yang memerlukan perhatian khusus terhadap personal hygiene untuk menghindari infeksi dan mendukung kesehatan reproduksi(1) (World Health Organization, 2020). Pengetahuan yang baik berperan membentuk sikap positif dalam menjaga kebersihan diri selama menstruasi(2) (Notoatmodjo, 2018). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan dengan sikap personal hygiene remaja putri di SMK Negeri 3 Baubau. Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Sampel sebanyak 70 siswi dipilih menggunakan purposive sampling. Instrumen berupa kuesioner pengetahuan (skala *Guttman*) dan sikap (skala *Likert*). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan uji Chi-Square. Hasil menunjukkan 48,6% responden memiliki pengetahuan baik, 30,0% cukup, dan 21,4% kurang. Sebanyak 65,7% responden menunjukkan sikap positif, sedangkan 34,3% bersikap negatif. Uji *Chi-Square* menunjukkan hubungan signifikan antara pengetahuan dengan sikap personal hygiene ( $p = 0,000 < 0,05$ ). Temuan ini menegaskan pentingnya edukasi reproduksi di sekolah untuk meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif terkait kebersihan menstruasi.

**Kata kunci: Pengetahuan, Personal hygiene, Remaja putri, Menstruasi**

**ABSTRACT**

*Menstruation is a physiological process that requires special attention to personal hygiene to prevent infections and support reproductive health(1) (World Health Organization, 2020). Adequate knowledge is expected to foster a positive attitude toward maintaining personal hygiene during menstruation(2) (Notoatmodjo, 2018). This study aimed to analyze the relationship between knowledge and personal hygiene attitudes of adolescent girls during menstruation at SMK Negeri 3 Baubau. This research used a correlational analytic design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 70 adolescent girls selected through purposive sampling. Data were collected using validated questionnaires: a 15-item Guttman scale for knowledge and a 10-item four-point Likert scale for attitudes. Data analysis included univariate and bivariate methods using the Chi-Square test with a significance level of 0.05 (Arikunto, 2019). The results showed that 48.6% of respondents had good knowledge, 30.0% had moderate knowledge, and 21.4% had poor knowledge. Meanwhile, 65.7% of respondents demonstrated positive attitudes toward personal hygiene, while 34.3% showed negative. The Chi-Square test indicated a significant relationship between knowledge and attitudes regarding personal hygiene during menstruation ( $p = 0.000 < 0.05$ ). There is a significant relationship between knowledge and personal hygiene attitudes among adolescent girls during menstruation. Enhanced knowledge leads to more positive attitudes toward maintaining hygiene.*

**Keywords: Knowledge, Personal hygiene, Adolescent girls, Menstruation**

## PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan proses fisiologis alami yang dialami wanita usia reproduksi. Praktik kebersihan yang baik selama menstruasi penting untuk mencegah infeksi saluran reproduksi, meningkatkan kenyamanan, dan mendukung kesehatan reproduksi jangka panjang(1). Praktik kebersihan yang buruk dapat meningkatkan risiko infeksi dan memengaruhi kesejahteraan psikologis remaja(3).

Secara global, prevalensi infeksi saluran reproduksi pada remaja mencapai 35–42%. Di Indonesia, sekitar 5,2 juta remaja putri melaporkan keluhan terkait kesehatan reproduksi(3). Di Sulawesi Tenggara, jumlah kasus infeksi saluran reproduksi meningkat dari 108 kasus pada 2021 menjadi 321 kasus pada 2023(4). Data Dinas Kesehatan Kota Baubau terdapat 7.654 remaja putri di wilayah kerja puskesmas, dengan 822 siswi bersekolah di SMK Negeri 3 Baubau(5). Survei awal menunjukkan kesenjangan antara pengetahuan dan praktik kebersihan menstruasi di sekolah tersebut.

Pengetahuan yang baik merupakan fondasi pembentukan sikap dan praktik kesehatan yang positif(2). Beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dan sikap remaja terkait kebersihan menstruasi(6). Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan pengetahuan remaja putri dengan sikap personal hygiene

selama menstruasi di SMK Negeri 3 Baubau.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan cross-sectional, yang sesuai untuk mengidentifikasi hubungan antarvariabel pada satu periode waktu(7). Lokasi dan Waktu: Penelitian dilaksanakan di SMK Negeri 3 Baubau pada April–Juni 2025. Pemilihan lokasi didasarkan pada tingginya jumlah siswi dan laporan awal mengenai praktik kebersihan menstruasi yang belum optimal(5). Populasi dan Sampel: Populasi penelitian adalah seluruh siswi SMK Negeri 3 Baubau. Sampel berjumlah 70 orang, ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 10%(8) menggunakan teknik purposive sampling.

## HASIL

### 1. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi karakteristik responden, tingkat pengetahuan, dan sikap *personal hygiene* remaja putri saat menstruasi.

#### a. Karakteristik Responden

**Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di SMK Negeri 3 Baubau Periode Bulan April s.d Juni tahun 2025.**

Umur	Jumlah (n)	Presentase (%)
15 tahun	26	37,1
16 tahun	31	44,3
17 tahun	11	15,7
18 tahun	2	2,9
<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer, 2025.

Dari tabel 1 di atas didapatkan hasil dari 70 responden, sebagian besar responden berusia 16 tahun yaitu sebanyak 31 orang (44,3%) dan sebagian kecil responden berusia 18 tahun yaitu berjumlah 2 orang (2,9%). Karakteristik ini menunjukkan bahwa subjek penelitian berada pada fase perkembangan di mana pengaruh lingkungan sekolah dan peran teman sebaya sangat menentukan pengetahuan dan sikap.

b. Tingkat Pengetahuan

**Tabel 2 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pengetahuan di SMK Negeri 3 Baubau Periode Bulan April s.d Juni tahun 2025.**

Pengetahuan	Jumlah (n)	Presentase (%)
Baik	34	48,6
Cukup	21	30,0
Kurang	15	21,4
Total	70	100,0

Sumber : Data Primer, 2025.

Dari tabel 2 di atas menunjukkan bahwa dari 70 orang responden, diperoleh sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik yaitu berjumlah 34 orang (48,6% dan sebagian kecil responden yang memiliki pengetahuan kurang berjumlah 15 orang (21,4%).

c. Sikap Personal Hygiene

**Tabel 3 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Sikap *Personal Hygiene* pada Saat Menstruasi di SMK Negeri 3 Baubau Periode Bulan April s.d Juni tahun 2025.**

Sikap	Jumlah (n)	Presentase (%)
Positif	46	65,7
Negatif	24	34,3
Total	70	100,0

Sumber : Data Primer, 2025.

Dari tabel 4.3 di atas menunjukkan bahwa dari 70 orang responden, diperoleh sebagian besar responden yang memiliki sikap positif terhadap *personal hygiene* saat menstruasi yaitu berjumlah 46 orang (65,7%), dan sebagian kecil responden yang memiliki sikap negatif yaitu berjumlah 24 orang (34,3%).

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dengan sikap personal hygiene saat menstruasi. Uji statistik yang digunakan adalah Chi-Square dengan tingkat signifikansi 0,05.

**Tabel 4 Hubungan Pengetahuan Remaja Putri terhadap Sikap *Personal Hygiene* pada Saat Menstruasi di SMK Negeri 3 Baubau Periode Bulan April s.d Juni tahun 2025**

Pengetahuan	Sikap				Total		P value
	Positif		Negatif		n	%	
	n	%	n	%			
Baik	30	88,2	4	11,8	34	100,0	0,000
Cukup	15	71,4	6	28,6	21	100,0	
Kurang	1	6,7	9	93,7	15	100,0	
<b>Total</b>	<b>46</b>	<b>65,7</b>	<b>24</b>	<b>34,3</b>	<b>70</b>	<b>100,0</b>	

*Uji Statistik Chi-Square*

Berdasarkan tabel 4.4 di atas diketahui bahwa dari 70 orang responden, sebagian besar memiliki pengetahuan baik dan menunjukkan sikap positif, yaitu sebanyak 30 orang (88,2%), sedangkan yang memiliki sikap negatif sebanyak 4 orang (11,8%). Sementara itu, sebagian kecil responden memiliki pengetahuan kurang dengan sikap positif sebanyak 1 orang (1,4%), dan menunjukkan sikap negatif

sebanyak 14 orang (20,0%).

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir setengah responden memiliki pengetahuan baik tentang personal hygiene saat menstruasi (48,6%), sementara mayoritas menunjukkan sikap positif dalam menjaga kebersihan diri (65,7%). Uji Chi-Square mengonfirmasi adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dengan sikap personal hygiene ( $p = 0,000$ ). Hasil ini memperkuat pandangan bahwa pengetahuan merupakan fondasi pembentukan sikap dan perilaku kesehatan(2).

Proporsi pengetahuan baik (48,6%) dalam penelitian ini lebih tinggi dibandingkan penelitian di Batanghari yang melaporkan 35% (Mukarramah, 2020). Hal ini kemungkinan dipengaruhi oleh program edukasi kesehatan di sekolah dan peningkatan akses informasi melalui media digital(9). Sikap positif (65,7%) yang ditunjukkan mayoritas responden sejalan dengan penelitian yang dilakukan di wilayah Bali(6).

### 1. Pengetahuan Remaja Putri dan Implikasinya

Persentase pengetahuan baik pada penelitian ini relatif tinggi dibandingkan laporan Mukarramah (2020) di Batanghari (35%). Hal ini dapat mencerminkan adanya peningkatan akses informasi kesehatan di kalangan remaja, baik

melalui kurikulum sekolah maupun media digital. Namun, masih terdapat 21,4% responden dengan pengetahuan kurang, yang mengindikasikan adanya kesenjangan pemahaman. Notoatmodjo (2018) menjelaskan bahwa pengetahuan adalah domain kognitif yang berperan sebagai landasan terbentuknya perilaku. Tanpa pengetahuan yang memadai, remaja rentan melakukan praktik kebersihan yang tidak sesuai, seperti mengganti pembalut terlalu jarang atau membersihkan area genital dengan cara yang salah, yang berisiko menimbulkan infeksi saluran reproduksi.

### 2. Sikap Remaja: Dari Pengetahuan ke Praktik

Sikap positif terhadap personal hygiene ditemukan pada 65,7% responden. Sikap ini menunjukkan kesediaan untuk menerapkan kebiasaan menjaga kebersihan selama menstruasi. Namun, adanya 34,3% responden dengan sikap negatif menunjukkan bahwa pengetahuan saja tidak selalu berujung pada perilaku yang benar. Hal ini selaras dengan teori Wawan (2017) yang menekankan bahwa sikap dipengaruhi tidak hanya oleh pengetahuan, tetapi juga oleh faktor budaya, sosial, fasilitas, dan dukungan lingkungan. Misalnya, keterbatasan fasilitas toilet di sekolah

dapat menghambat penerapan praktik kebersihan meski pengetahuan sudah baik.

3. Hubungan Pengetahuan dan Sikap:  
Apa yang Terjadi di Lapangan?

Temuan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dan sikap memperkuat temuan Ervinawati et al. (2024) yang melaporkan korelasi serupa di wilayah Bali. Remaja dengan pengetahuan baik memiliki peluang lebih besar untuk bersikap positif (82,4%) dibandingkan mereka yang berpengetahuan kurang. Secara psikologis, pemahaman yang benar menumbuhkan kesadaran tentang risiko kesehatan yang dihadapi, sehingga memotivasi perubahan sikap. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan membuat remaja cenderung mengikuti kebiasaan yang keliru atau dipengaruhi oleh mitos seputar menstruasi.

4. Implikasi bagi Pendidikan Kesehatan di Sekolah

Hasil ini menggaris bawahi pentingnya pendidikan kesehatan reproduksi yang berkelanjutan di sekolah. Pendidikan formal harus dilengkapi dengan penyuluhan kesehatan yang praktis dan berbasis pengalaman, misalnya demonstrasi cara mengganti pembalut yang benar atau manajemen nyeri menstruasi. Pendekatan seperti ini sesuai dengan

rekomendasi WHO (2020) tentang promosi kesehatan menstruasi yang melibatkan sekolah, keluarga, dan layanan kesehatan.

Dengan demikian, penelitian ini memberikan bukti bahwa peningkatan pengetahuan melalui edukasi terstruktur di sekolah dapat secara signifikan mengubah sikap remaja putri terhadap personal hygiene saat menstruasi sehingga terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dengan sikap personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri di SMK Negeri 3 Baubau ( $p = 0,000$ ).

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan pengetahuan remaja putri terhadap sikap personal hygiene saat menstruasi di SMK Negeri 3 Baubau, dapat disimpulkan:

1. Karakteristik responden: Sebagian besar responden berada pada usia 16–18 tahun dengan sebaran yang relatif merata pada tiap tingkat kelas, yang menunjukkan bahwa mereka berada pada fase perkembangan remaja menengah hingga akhir.
2. Tingkat pengetahuan: Hampir setengah responden (48,6%) memiliki pengetahuan baik, 30,0% cukup, dan 21,4% kurang terkait personal hygiene saat menstruasi.

3. Sikap personal hygiene: Mayoritas responden (65,7%) memiliki sikap positif terhadap praktik personal hygiene, sedangkan 34,3% memiliki sikap negatif.

4. Hubungan pengetahuan dan sikap: Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap personal hygiene pada remaja putri ( $p = 0,000$ ), di mana responden dengan pengetahuan baik lebih banyak memiliki sikap positif dibandingkan responden dengan pengetahuan kurang.

Dengan demikian, semakin tinggi tingkat pengetahuan remaja putri mengenai personal hygiene, semakin positif pula sikap yang ditunjukkan dalam menjaga kebersihan selama menstruasi.

#### **SARAN**

##### 1. Untuk Sekolah

Mengintegrasikan edukasi kesehatan reproduksi, khususnya manajemen kebersihan menstruasi, ke dalam kegiatan ekstrakurikuler atau

bimbingan konseling.

##### 2. Untuk Tenaga Kesehatan:

Melakukan penyuluhan rutin di sekolah dengan metode interaktif (simulasi, diskusi kelompok) untuk meningkatkan pemahaman siswi terkait personal hygiene saat menstruasi.

##### 3. Untuk Orang Tua:

Memberikan dukungan dan informasi yang benar tentang kebersihan diri selama menstruasi, serta menciptakan komunikasi terbuka dengan anak terkait kesehatan reproduksi.

##### 4. Untuk Penelitian Selanjutnya:

Melakukan penelitian kualitatif untuk mengeksplorasi faktor penghambat dan pendukung penerapan personal hygiene saat menstruasi di kalangan remaja

**DAFTAR PUSTAKA**

1. Organization WH. Guidelines on Menstrual Health and Hygiene. Geneva: World Health Organization; 2020.
2. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2018.
3. Indonesia KKR. Profil Kesehatan Indonesia 2021. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2021.
4. Tenggara DKPS. Laporan Tahunan Kesehatan Reproduksi 2023. Kendari: Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara; 2023.
5. Baubau DKK. Profil Kesehatan Kota Baubau 2024. Baubau: Dinas Kesehatan Kota Baubau; 2024.
6. Ervinawati N, Sukmadewi L, Suryawan P. Hubungan pengetahuan dengan sikap personal hygiene remaja putri saat menstruasi di Bali. *J Kesehat Reproduksi*. 2024;12(1):45–52.
7. Adiputra I, Santosa H, Dewi R. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Penerbit Salemba Medika; 2021.
8. Hidayat A. Metode Penelitian Kesehatan: Pendekatan Kuantitatif dan Kualitatif. Jakarta: Salemba Medika; 2021.
9. Heyrani N, Rahman M, Lestari D. Pengaruh media digital terhadap pengetahuan kesehatan reproduksi remaja. *J Kesehat Remaja*. 2023;5(2):77–85.