

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN PRAKTIK VULVA HYGIENE SAAT
MENSTRUASI PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 25 SEMARANG TAHUN
PELAJARAN 2017-2018**

Faik Agiwahyunto¹✉

¹ Dosen Program Studi Diploma Tiga Rekam Medik dan Informasi Kesehatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Dian Nuswantoro Semarang
email : faik.agiwahyunto@dsn.dinus.ac.id

ABSTRACT

Adolescence is a time of growth or the transition from childhood to time up, this is known by the term puberty, this occurs at 9-15 years age. Symptoms arising in puberty is menstruation. Vulva hygiene is an act which by woman to keep the health and cleanliness of her vulva area. The patterns and habits of students in Semarang SMP 25 do not yet controlled by vulva hygiene school parties, while the school has been doing its job to provide reproductive health education about vulva hygiene, but has never carried out an evaluation of the knowledge students to do vulva hygiene during menstruation.

The purpose of this research is to know the level of vulva hygiene practice upon knowledge of menstruation.

Population studies 128 respondents, with sampling stratified random sampling, so retrieved 97 respondents. Engineering data collection using primary data and secondary data. The research results of 97 students of class VIII SMP 25 Semarang in obtaining results from the 72 respondents (74,2%) in both the category and the category quite 25 respondents (16%).

Conclusions in this study is that most students of class VIII in SMP 25 Semarang have good knowledge about the practice (74,2%) vulva hygiene during menstruation. The advice of the author is respondents are expected to apply the vulva hygiene while menstruating regularly and properly.

Keywords: knowledge, adolescence, vulva hygiene

ABSTRAK

Masa remaja adalah masa pertumbuhan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa ke atas, hal ini dikenal dengan istilah pubertas, ini terjadi pada usia 9-15 tahun. Gejala yang timbul saat pubertas adalah menstruasi. Vulva hygiene adalah tindakan yang dilakukan oleh wanita untuk menjaga kesehatan dan kebersihan area vulvanya. Pola dan kebiasaan siswa di SMP Negeri 25 Semarang belum dikendalikan oleh pihak sekolah kebersihan vulva, sementara sekolah telah melakukan tugasnya untuk memberikan pendidikan kesehatan reproduksi tentang kebersihan vulva, tetapi belum pernah melakukan evaluasi terhadap pengetahuan siswa untuk melakukan kebersihan vulva selama menstruasi.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat praktik kebersihan vulva pada pengetahuan menstruasi.

Studi populasi 128 responden, dengan pengambilan sampel stratified random sampling, sehingga diambil 97 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan data primer dan data sekunder. Hasil penelitian 97 siswa kelas VIII SMP 25 Semarang dalam memperoleh hasil dari 72 responden (74,2%) baik dalam kategori maupun kategori cukup 25 responden (16%).

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah bahwa sebagian besar siswa kelas VIII di SMP 25 Semarang memiliki pengetahuan yang baik tentang praktik (74,2%) kebersihan vulva selama menstruasi. Saran dari penulis adalah responden diharapkan untuk menerapkan kebersihan vulva saat berjajar secara teratur dan benar.

Kata Kunci : Pengetahuan, Remaja, Kebersihan Vulva

PENDAHULUAN

Remaja adalah masa pertumbuhan atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa (masa pubertas). Pertumbuhan yang dialami antara lain perubahan fisik, psikis, biologis, dan pematangan fungsi organ reproduksinya yang terjadi pada usia belasan tahun. Cakupan usia remaja menurut WHO dibagi menjadi remaja awal (10-12 tahun), remaja akhir (15-20 tahun).^{12, 13}

Manusia mengalami perkembangan secara biologis dari anak-anak ke remaja. Perkembangan ini meliputi perkembangan fisik, psikis, dan sosial. Perkembangan fisik, yang mudah diamati adalah perkembangan dari sisi seksualitas, ditandai dengan terjadinya menstruasi pada usia 9-15 tahun, tetapi masih tidak teratur jadwalnya dan terjadinya *dismenoure* (timbul rasa sakit sebelum menstruasi).^{5, 9}

Menstruasi merupakan proses terjadinya perdarahan periodik pada *uterus* yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi. Siklus menstruasi normal pada wanita terjadi setiap 21-35 hari dan berlangsung sekitar 2-7 hari. Jumlah darah yang hilang pada saat menstruasi diperkirakan 35-105 ml, biasanya bertambah volumenya hingga hari kedua, selanjutnya berkurang sampai menstruasi berakhir, dan volume darah yang keluar diperkirakan 25-60 ml pada hari terakhir menstruasi. Menstruasi yang terjadi menyebabkan penurunan kekebalan tubuh terutama pada daerah *vulva* sehingga perlunya melakukan *vulva hygiene*.¹⁰

Pengertian dari *vulva hygiene* sama dengan pengertian *menstrual hygiene*, tindakan initermasuk tindakan pola hidup bersih dan sehat. *Vulva hygiene* adalah suatu tindakan pola hidup bersih dan sehat. *Vulva hygiene* adalah suatu tindakan yang dilakukan oleh wanita untuk

menjaga kesehatan dan kebersihan daerah *vulva*-nya. Tindakan menjaga daerah *vulva*, harus dilakukan saat menstruasi maupun tidak. Faktor yang menjadi perhatian adalah faktor kebersihan dari kamar mandian toilet. Tindakan *vulva hygiene* yang benar sangat berpengaruh terhadap kebersihan dan kesehatan organ wanita, ketika menstruasi maupun tidak mengalami menstruasi. Cara membersihkan organ genital dengan menggunakan air bersih, sabun khusus genital, dikeringkan dengan handuk, mengganti pembalut minimal 4 kali dalam sehari, dan cara membasuh organ genital dari arah depan ke belakang atau membasuh dari vagina luar ke arah anus.^{8,13}

Manfaat dari praktik *vulva hygiene* adalah terhindar dari infeksi vagin, menjaga *vulva* sekitar agar tetap bersih, dan memberikan rasa nyaman di area genital. Seorang wanita diwajibkan untuk bisa melakukan penjagaan kesehatan berupa *vulva hygiene*. Kegiatan menjaga kebersihan organ reproduksi wanita diawali dengan membersihkan vagina, hal yang perlu dilakukan antara lain membasuhkan air bersih secara teratur ke bagian *vulva* atau bibir vagina secara hati-hati, dan yang harus diperhatikan lagi adalah ketika

membersihkan bekas keringat yang ada di sekitar bibir vagina.^{6,7}

Pengetahuan merupakan hasil tahu dan terjadi setelah orang melakukan pengideraan yang terdiri dari panca indera manusia terhadap suatu objek tertentu, yang dimana pengetahuan merupakan hubungan antara persepsi subjek (manusia) terhadap objek yang riil dan gaib atau fakta. Pengetahuan dan ilmu merupakan suatu kesatuan yang saling berkesinambungan, jadi definisi dari ilmu pengetahuan adalah kumpulan pengetahuan yang benar, disusun dengan sistem dan metode untuk mencapai tujuan yang berlaku secara universal dan dapat diuji atau diverifikasi kebenarannya. Ilmu pengetahuan tidak hanya satu atau *single*, melainkan banyak atau *plural*, dan bersifat terbuka (dapat dikritik) yang berkaitan dalam memecahkan masalah.^{1,11}

Praktik *vulva hygiene* saat menstruasi yang diterapkan oleh siswa, cenderung tidak memperhatikan aspek mutu kesehatan yang telah ditetapkan oleh Dinas Kesehatan. Perawatan yang cenderung seadanya dengan memperhatikan kemampuan dan sumber daya di sekitar tempat tinggal, menjadikan siswa cenderung acuh terhadap perawatan ini, terlebih bagi siswi yang telah beranjak

usia remaja. Kasus yang banyak terjadi adalah terjadinya infeksi di daerah organ genitalia perempuan dan terjadinya kasus keputihan yang dimana hal tersebut menunjukkan kualitas kesehatan reproduksi yang rendah.²

Berdasarkan penelitian di awal bahwa siswi di SMP Negeri 25 Semarang kelas VIII telah mendapatkan pendidikan kesehatan reproduksi khususnya perawatan *vulva hygiene* saat menstruasi maupun tidak. Maka, peneliti ingin mengetahui gambaran tingkat pengetahuan siswi kelas VIII di SMP Negeri 25 Semarang tentang praktek *vulva hygiene* saat menstruasi.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa deskriptif dengan metode penelitian kuantitatif. Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian

yang digunakan untuk menerangkan masalah penelitian yang terjadi berdasarkan karakteristik usia responden, sumber informasi responden tentang pengetahuan kesehatan reproduksi wanita, dan tingkat pengetahuan mengenai *vulva hygiene* saat menstruasi.⁴

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh sisi kelas VIII SMP Negeri 25 Semarang. Adapun tehnik sampling yang digunakan adalah *stratified random sampling*. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 97 siswi.

Instrument dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Analisa data yang digunakan menggunakan analisa univariat atau deskriptif, dan mempunyai tujuan untuk menjelaskan karakteristik setiap variabel penelitian. Setelah data terkumpul kemudian diproses dengan bantuan *software*.³

HASIL

A. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia pada siswi kelas VIII di SMP Negeri 25 Semarang pada Bulan Februari tahun 2018 (n=97)

Umur Responden	Jumlah	Prosentase
13 Tahun	7	7,2
14 Tahun	52	53,6
15 Tahun	38	39,2
Total	97	100,0

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa responden terbanyak adalah responden berusia 14 tahun yang ditunjukkan dengan jumlah 52 siswi (53,6%), dan responden yang jumlahnya paling sedikit adalah responden berusia 13 tahun berjumlah 7 siswi (7,2%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden mendapatkan sumber pengetahuan kesehatan reproduksi pada siswi kelas VIII di SMP Negeri 25 Semarang pada Bulan Februari tahun 2018 (n=97)

Sumber Pengetahuan	Jumlah	Prosentase
Orang tua, Sekolah, dan Masyarakat	66	68,0
Media Masa (TV, Radio, Internet dan Sosial Media, Koran, Majalah, Tabloid,)	31	32,0
Total	97	100,0

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa dari 97 responden sebaran diketahui bahwa responden memperoleh pengetahuan kesehatan reproduksi paling tinggi berasal dari orang tua, sekolah, dan masyarakat sejumlah 66 responden (68%) dan responden yang memperoleh pengetahuan kesehatan reproduksi berasal dari media masa (TV, Radio, Internet dan Sosial Media, Koran, Majalah, Tabloid) sejumlah 31 responden (32%).

B. Tingkat Pengetahuan pada Siswi tentang praktek *vulva hygiene* saat menstruasi

Tingkat pengetahuan pada siswi tentang praktik *vulva hygiene* saat menstruasi mendapatkan hasil dari 97 responden yang diteliti menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan siswi dalam memahami pendidikan kesehatan

reproduksi remaja terhadap praktik *vulva hygiene* saat menstruasi pada siswi kelas VIII SMP Negeri 25 Semarang tahun ajaran 2017-2018 kategori baik, adapun perinciannya pada tabel 3;

Tabel 3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan praktik *vulva hygiene* saat menstruasi pada siswi kelas VIII di SMP Negeri 25 Semarang pada Bulan Februari tahun 2018 (n=97)

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Prosentase
Kurang	0	0
Cukup	25	25,8
Baik	72	74,2
Total	97	100,0

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan tingkat pengetahuan terhadap praktik *vulva hygiene* saat menstruasi dalam kategori baik yaitu sejumlah 72 responden (74,2%), sedangkan sisanya responden dalam tingkat pengetahuan yang cukup berjumlah 25 responden (25,8%). Untuk responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tidak ada.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti kepada responden mendapatkan data yaitu sebanyak 72 responden dalam kategori pengetahuan yang baik untuk tingkat pengetahuan perawatan kesehatan reproduksi terhadap praktik *vulva hygiene*. Tingkat pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang atau *open behavior*. Berdasarkan pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih baik daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Hasil penelitian dapat menggambarkan kriteria usia responden pada penelitian ini sebagian besar yaitu

sebanyak 53 responden (53,6%) berada di usia remaja tengah. Remaja yang memasuki fase pertumbuhan dan perkembangan bahwa usia kematangan seksual berbeda-beda pada tiap anak di belahan dunia yang dipengaruhi oleh hormon yang dikendalikan oleh kelenjar hipofisis anterior sebagai respon terhadap stimulus hipotalamus. Rentang usia normal terjadinya menstruasi pertama kali yaitu di rentang usia 10,5 tahun hingga 15 tahun¹⁶.

Pada penelitian yang telah dilakukan bahwa pada penduduk Negara India, sekitar 300 responden berusia remaja yang dimabil datanya bahwa usia remaja perempuan yang mentruasi pertama kali pada usia 13-15 tahun sebanyak 56,67% dan pada usia 10-12 tahun sebanyak

29,33%. Dan sebagian besar responden berusia 14 tahun. Hal ini sesuai dengan usia remaja yang sudah mengalami menstruasi.

Hasil penelitian didapatkan bahwa siswi lebih banyak mendapatkan informasi tentang praktik *vulva hygiene* saat menstruasi dari orang tua, sekolah dan masyarakat, hal ini ditunjukkan dengan sebanyak 66 responden (68%) menjawab demikian. Siswi mendapatkan sumber informasi kesehatan reproduksi dari orang tua.¹⁴

Faktor utama yang mempengaruhi perkembangan pribadi anak adalah kehidupan keluarga beserta berbagai aspeknya, salah satu hal yang mempengaruhi perkembangan psiko-fisis anak adalah kepedulian keluarga terhadap kesehatan. Hasil penelitian ini nampak bahwa orangtua memiliki peran cukup berarti dalam memberikan informasi terkait dengan kesehatan reproduksi khususnya mengenai *vulva hygiene* saat menstruasi. Hal ini dimungkinkan adanya peningkatan kesadaran akan tanggungjawab mereka atas kesehatan masyarakat.

Selain itu, siswi juga dapat memperoleh informasi kesehatan reproduksi dari sekolah. Peran sekolah sebagai lembaga formal mempunyai

tanggungjawab untuk memberikan pendidikan atau informasi tentang keehatan reproduksi remaja khususnya kesehatan reproduksi yang salah satu materi mata ajarnya adalah prkatik *vulva hygiene* saat menstruasi. Informasi kesehatan reproduksi juga bisa didapatkan siswi melalui aktivitas bermasyarakat.¹⁵

Peran kesehatan masyarakat untuk perkembangan pengetahuan kesehatan reproduksi, seperti memberikan saran dan berdiskusi tentang cara merawat alat kelamin, khususnya cara membersihkan alat kelamin saat menstruasi. Hal ini tidak sebatas pada interaksi antara anak dengan remaja sebaya atau orang yang lebih tua di dalam masyarakat, tetapi media masa yang diakses anak di dalam pergaulan masyarakat juga turut andil dalam membentuk pola pikir dan perilaku tentang praktik *vulva hygiene* saat menstruasi. Hal ini terjadi karena sumber informasi di zaman sekarang semakin mudah untuk mengakses tentang informasi keseatan reproduksi yang dikhususkan mengenai praktik *vulva hygiene* saat menstruasi.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian dapat disimpulkan sebagian besar siswi kelas VIII di SMP Negeri 25 Semarang rata-rata usia 14

tahun sebanyak 53 responden (53,6%), lebih banyak siswi mendapatkan sumber informasi tentang kesehatan reproduksi dari orang tua, sekolah, dan masyarakat sebanyak 66 responden (68,0%), dan gambaran tingkat pengetahuan praktik *vulva hygiene* saat menstruasi pada kelas VIII di SMP Negeri 25 Semarang tahun ajaran 2017-2018, menunjukkan bahwa siswa sebagian besar dalam tingkat pengetahuan baik dengan 72 responden (74,2%).

Penelitian yang dilakukan selanjutnya harus mampu untuk pengembangan ke arah tersebut. Dengan demikian, tenaga kesehatan perlunya suatu tindak lanjut yang lebih mengarah ke arah praktik perawatan *vulva hygiene* bagi siswi SMA. Hal ini didasarkan pada hasil penelitian yang diperoleh peneliti bahwa teori pada siswi SMP Negeri 25 Semarang sudah baik, tetapi untuk praktiknya perlu suatu sentuhan untuk diperbaiki dan ditanamkan sebelum mereka menginjak ke dewasa, karena moral dan tingkah laku mereka ketika masih pra-remaja mapu untuk dirubah dan dibentuk.

DAFTAR PUSTAKA

1. Adisusilo S. Problematika Perkembangan Ilmu Pengetahuan. Yogyakarta: Kanisius; 1983.
2. Ariyani I. Perilaku Higiene Menstruasi Remaja Pesantren As-Syafi'iyah Bekasi Tahun Pelajaran 2008-2009. Jakarta: Universitas Indonesia; 2009.
3. Bangg A, Kulkarni. Age at Menarche and Secular Trend in Maharashtra (India) Girls. *Acta Biologica Szegdiensis*. 2000; 44:53-7.
4. Budiarto E. Biostatistika untuk Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat. Jakarta: EGC; 2002.
5. Dariyo A. Psikologi Perkembangan Remaja. Bogor Selatan: PT. Ghalia Indonesia; 2004.
6. DEPKES-RI. Asuhan Kesehatan Reproduksi pada Remaja. Buletin Departemen Kesehatan RI. 2003.
7. Hardjito K, Suwoyo, Asiyah S. Perbedaan Perilaku Menjaga Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri antara Sebelum dan Sesudah Pemberian Penyuluhan tentang Pendidikan Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara FORIKES*. April 2010; I (Ilmu Kesehatan Reproduksi Remaja): 125-9.
8. Laksamana. Kebutuhan Dasar Manusia. Jakarta: Gramedia Pustaka; 2002.

9. Manuaba IBG. Anatomi dan Fisiologi Alat Reproduksi. Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan. Jakarta: EGC; 2000.
10. Manuaba IBG. Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita. Jakarta: Arca; 2002.
11. Notoadmojo S. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: PT. Rineka Cipta; 2007.
12. Prof.Dr.dr.Soetjningsih Sp.A(K)I. Pertumbuhan Somatik pada Remaja. Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Jakarta: Sagung Seto; 2004. p.1-22.
13. Sari E, Santoso EJ, Sayono. pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Hygiene saat Menstruasi terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Remaja Putri dalam Merawat Perineum saat Menstruasi. Jurnal Keperawatan Stikes Telogoejo. 2012;1 (Pendidikan Kesehatan Reproduksi):1-11.
14. Sugiono. Statistik untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta; 2002.
15. Walgito B. Psikologi Sosial (Suatu Pengantar). Yogyakarta: Andi Offset; 1995.
16. Wong D,dkk. Wong's Essentials of Pediatric Nursing. Jakarta: EGC;2009.