

Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap siswi tentang perawatan reproduksi pada saat menstruasi

Istiana Asrari Bansu^{1*}, Rusdiyah²

^{1,2}Poltekkes Kemenkes Ternate, Indonesia

INFORMASI ARTIKEL:

Riwayat Artikel:

Tanggal diterima, 3 November 2022

Tanggal direvisi, 16 November 2022

Tanggal dipublikasi, 7 Januari 2023

Kata kunci:

Pendidikan Kesehatan;

Pengetahuan;

Sikap;

Perawatan Reproduksi;

Menstruasi;

 10.32536/jrki.v6i2.225

Key word :

Health Education;

Knowledge;

Attitude;

Reproductive Care;

Menstruation;



ABSTRAK

Latar belakang: Salah satu tanda seorang remaja perempuan memasuki masa pubertas adalah datangnya menstruasi. Pada tahap ini seorang anak akan mengalami berbagai perubahan meliputi aspek fisik, biologis, psikologis, emosional dan psikososial yang dapat mempengaruhi perilaku dan kehidupan personal, keluarga serta masyarakat. Pengetahuan dan sikap remaja tentang perawatan kesehatan reproduksi saat menstruasi menjadi hal yang penting untuk diperhatikan. **Tujuan penelitian:** mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap siswi tentang perawatan reproduksi saat menstruasi melalui pendidikan kesehatan. **Metode:** desain menggunakan *pre-posttest one group design*, dengan menggunakan desain ini responden terlebih dahulu diberi tes awal (*pretest*) menggunakan kuesioner kemudian diberikan perlakuan yaitu pendidikan kesehatan. Analisis data univariat untuk melihat distribusi frekuensi dan bivariat menggunakan t-test. **Hasil:** karakteristik usia responden terbanyak adalah usia 14 tahun (70,4%) dan mengalami pertama kali haid (*menarche*) pada usia 12 tahun (52%). Rata-rata pengetahuan responden mengalami peningkatan menjadi 28,8 setelah pendidikan kesehatan diberikan. Rata-rata sikap responden mengalami peningkatan menjadi 70,2 setelah pendidikan kesehatan diberikan. Serta nilai p-value $0,027 < 0,05$ yang berarti ada perbedaan sikap sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan. **Simpulan:** Pendidikan kesehatan memberi perubahan signifikan pada pengetahuan dan sikap responden dilihat dari peningkatan mean dan nilai signifikansi yang $< 0,05$.

Background: One of the signs of a teenage girl entering puberty is the menstruation, a condition in which the inner lining of the woman's uterus sheds and generally lasts 5-7 days each month. At this stage, a child would experience various physical, biological, psychological, emotional, and psychosocial aspects that could affect behavior and personal, family, and community life. Adolescent knowledge and attitudes about reproductive health care during menstruation were essential to note. **The purpose of the study:** to describe the knowledge and attitudes of students about reproductive care during menstruation through health education. **Method:** the design uses a pre-posttest one-group design; by using this design, respondents were first given a pretest using a questionnaire and then given treatment, namely health education. Univariate data analysis to see the frequency distribution and bivariate using a t-test. **Result:** The most characteristic age of respondents is the age of 14 years (70.4%), and they experienced their first menstruation (*menarche*) at the age of 12 years (52%). The average knowledge of respondents increased to 28.8 after health education was given. The average attitude of the respondents increased to 70.2 after health education was given. Moreover, the p-value is $0.027 < 0.05$, meaning there are differences in attitudes before and after being given health education. **Conclusion:** Health education gave a significant change in the knowledge and attitudes of respondents seen from the increase in the mean and significance value < 0.05 .

Pendahuluan

Kesehatan reproduksi mengacu pada kondisi sistem reproduksi pria dan wanita selama semua

tahap kehidupan. Sistem ini terbuat dari organ dan kelenjar penghasil hormon, termasuk kelenjar *pituitari* di otak. *Ovarium* pada wanita dan *testis* pada pria merupakan organ reproduksi, atau *gonad*, yang menjaga kesehatan sistemnya

* Korespondensi penulis.

Alamat E-mail: istianaasrari64@gmail.com

masing-masing. Mereka juga berfungsi sebagai kelenjar karena menghasilkan dan melepaskan hormon.

Menstruasi adalah tanda pubertas yang terjadi pada wanita. Proses menstruasi merupakan proses peluruhan lapisan bagian dalam pada dinding rahim wanita (*endometrium*) yang mengandung banyak pembuluh darah dan umumnya berlangsung selama 5-7 hari setiap bulannya. Menstruasi disebut sebagai kejadian fisiologis yang terjadi pada setiap perempuan (Mythili, 2007).

Salah satu upaya untuk meningkatkan Kesehatan reproduksi adalah dengan melakukan perawatan yang baik saat menstruasi. Perawatan yang baik tersebut adalah mengganti secara teratur pembalut sekitar 3-4 jam sekali, mengganti secara teratur celana dalam, hygiene pada genitalia setelah buang air kecil atau besar, konsumsi makanan seimbang (Santina et. al, 2013)

Meningkatnya morbiditas dan komplikasi Kesehatan reproduksi bisa disebabkan karena hygiene yang buruk dan tidak adekuat dalam melakukan praktik perawatan diri (Adika, 2013). Perempuan yang kurang dalam melakukan perawatan diri selama menstruasi disebabkan karena kurangnya pengetahuan dalam menjaga hygiene saat menstruasi (Rajakumari G, 2015).

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berjudul "Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswi tentang Perawatan Kesehatan Reproduksi Saat Menstruasi di SMP Negeri 1 Kota Ternate"

Metode penelitian

Jenis penelitian quasi eksperimen dengan *pre-posttest one group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi kelas IX yang sudah menstruasi. Jumlah sampel sebanyak 125 yang diambil dengan Teknik *purposive sampling*.

Intrumen penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap tentang perawatan kesehatan reproduksi di masa menstruasi. Analisis data *univariat* untuk melihat distribusi frekuensi dan *bivariat* menggunakan *t-test*.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian dilakukan pada bulan Agustus – September 2022. Dari 149 populasi siswi kelas IX didapatkan sebanyak 125 responden siswi yang memenuhi kriteria.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik responden berdasarkan usia dan menarache

No	Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
Usia			
1	13 tahun	6	4,8
2	14 tahun	88	70,4
3	15 tahun	31	24,8
Menarache			
1	9 tahun	4	3,2
2	10 tahun	5	4
3	11 tahun	28	22,4
4	12 tahun	65	52
5	13 tahun	23	18,4

Berdasarkan tabel 1 didapatkan karakteristik usia responden terbanyak adalah usia 14 tahun (70,4%) dan mengalami pertama kali haid (*menarache*) pada usia 12 tahun (52%).

Pengetahuan dan sikap responden tentang perawatan kesehatan reproduksi disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi *pre-test post-test* Tingkat Pengetahuan dan Sikap responden tentang perawatan Kesehatan reproduksi

Variabel	Pre-test		Post-test	
	Jumlah	Persen	Jumlah	Persen
Tingkat Pengetahuan				
Tinggi	26	20,8	63	50,4
Sedang	46	36,8	40	32
Rendah	53	42,4	22	17,6
Sikap				
Baik	51	40,8	92	73,6
Tidak Baik	74	59,2	33	26,4

Berdasarkan hasil Tabel 2 tentang tingkat pengetahuan responden terkait perawatan kesehatan reproduksi (*Pretest*) didapatkan mayoritas memiliki tingkat pengetahuan yang rendah sebanyak 53 responden (42,4%). Sedangkan hasil *posttest* tentang tingkat pengetahuan responden terkait perawatan kesehatan reproduksi, mayoritas memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi sebanyak 63 responden (50,4%). Hasil pengukuran sikap responden terkait perawatan kesehatan reproduksi (*Pretest*) didapatkan mayoritas memiliki sikap yang tidak baik sebanyak 74 responden (59,2%). Sedangkan *posttest* tentang sikap responden terkait perawatan kesehatan reproduksi, mayoritas

memiliki sikap yang baik sebanyak 92 responden (73,6%).

Hasil analisis bivariat dapat dilihat pada [Tabel 3](#).

Tabel 3. Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan dan Sikap Responden tentang Perawatan Kesehatan Reproduksi

Variabel	N	Means	p-value
Pengetahuan			
Pre-test	125	21,5	0,031
Post-test	125	28,8	
Sikap			
Pre-test	125	58,8	0,027
Post-test	125	70,2	

Berdasarkan [Tabel 3](#) diketahui bahwa rata-rata hasil *pre-test* pengetahuan responden sebesar 21,5 dan mengalami peningkatan menjadi 28,8 setelah pendidikan kesehatan diberikan. Hasil uji statistik diperoleh *p-value* 0,031 ($p < 0,05$) yang berarti ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan.

Rata-rata sikap responden sebelum diberikan intervensi sebesar 58,8 dan mengalami peningkatan menjadi 70,2 setelah pendidikan kesehatan diberikan. Hasil uji statistik diperoleh *p-value* 0,027 ($p < 0,05$) yang berarti ada perbedaan sikap sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan karakteristik responden terbanyak berada pada rentang usia 14 tahun dan mengalami pertama kali haid (*menarche*) pada usia 12 tahun. Menurut permenkes RI nomor 25 tahun 2014 mendefinisikan remaja sebagai seorang individu yang berusia 10 hingga 18 tahun. Pada usia ini seorang remaja mulai mengalami perubahan fisik yang sangat cepat seperti pertumbuhan organ seksual yang mulai matang dan dapat dilihat pada tanda-tanda perubahan seks primer seperti haid maupun seks sekunder seperti tumbuhnya rambut pada daerah seperti ketiak dan kemaluan, pinggul semakin melebar dan yang paling dapat dirasakan adalah perubahan ukuran pada payudara. Perubahan ini sedikit banyak memengaruhi psikologis atau kejiwaan remaja sehingga dukungan dari berbagai aspek sangat dibutuhkan agar remaja bisa mengambil langkah yang tepat ([Widyawati, 2018](#)).

Menarche merupakan proses keluarnya bercak darah yang menandakan organ reproduksi wanita sudah mulai berfungsi, namun hal ini belum

dikatakan sebagai darah menstruasi dikarenakan penyebabnya bukan dari pengaruh hormon estrogen dan progesteron, pada *menarche* hanya dari pengaruh hormon estrogen saja yang berarti proses pematangan sel telur tidak akan terjadi hingga proses ini terjadi. Lebih lanjut usia terjadinya *menarche* ini bisa dipengaruhi berbagai faktor, diantaranya keturunan atau ras, status gizi, dan atau status kesehatan dari individu itu sendiri ([Tjong, C, 2016](#)).

Menarche umumnya terjadi pada remaja yang berusia 13 tahun dengan rentang usia 9-15 tahun. Karakteristik dari responden penelitian ini memiliki usia *menarche* paling banyak 12 tahun dan paling sedikit 9 tahun. Usia tersebut masih dalam kategori normal, meskipun beberapa penelitian mengatakan bahwa *menarche* mengalami penurunan. Hal ini seperti yang dikatakan oleh [Sudikno \(2019\)](#) bahwa rata-rata keseluruhan usia *menarche* pada remaja di Indonesia adalah 12,96 tahun jika dibandingkan pada hasil penelitian di tahun 1990-an, rata-rata usia remaja yang mengalami *menarche* yaitu 13,53 tahun.

Menurut [Tjong \(2016\)](#) keluarnya bercak darah pervaginam pada wanita yang berusia kurang dari 8 tahun dapat dikatakan memiliki indikasi tertentu sehingga perlu melakukan pemeriksaan lanjut ke dokter, begitupula dengan wanita yang tidak mengalami *menarche* hingga lebih dari usia 15 tahun. Walaupun ini merupakan proses fisiologis pada seorang wanita, peneliti beranggapan bahwa kejadian *menarche* akan selalu memberi rasa was-was kepada remaja jika tidak dipersiapkan dan dibekali pengetahuan tentang perubahan organ reproduksi secara tepat dan benar.

Pengetahuan siswi tentang perawatan kesehatan reproduksi di masa menstruasi

Hasil pengolahan data dari kuesioner pengetahuan, didapatkan hasil yaitu tingkat pengetahuan responden terkait perawatan kesehatan reproduksi sebelum diberikan pendidikan kesehatan (*Pre-test*) mayoritas berada pada tingkat pengetahuan yang rendah yaitu sebanyak 53 responden (42,4%). Pada hasil analisis kuesioner, responden masih keliru bahwa pembalut kain atau pembalut jenis cuci ulang tidak aman untuk digunakan (84%) serta cara mencuci

celana dalam harus dengan menggunakan detergen yang banyak (82,4%).

Pembalut kain atau jenis cuci ulang sudah populer sejak tahun 1980-1990an dikarenakan pembalut kain dianggap unggul untuk alasan kenyamanan, dan kesehatan, serta memberi dampak yang baik untuk lingkungan karena tidak harus dibuang, serta lebih ekonomis dikarenakan harganya yang terbilang murah dan sangat dimungkinkan untuk dicuci kembali (Diniyati, 2020).

Sasetyaningtyas (2018) menjelaskan bahwa pembalut sekali pakai justru tidak terbuat dari 100% katun, melainkan dari *cellulose gel* dan plastik sehingga mengandung berbagai macam bahan kimia. Selama hidupnya, seorang wanita rata-rata menghabiskan penggunaan pembalut atau tampon sebanyak 16 ribu. Di Indonesia tercatat bahwa lebih dari 26 ton sampah dari pembalut yang digunakan dan dibuang setiap harinya, serta tidak bisa didaur ulang dan membahayakan lingkungan karena kandungannya terdiri dari bahan kimia. Lebih lanjut dijelaskan bahwa satu pembalut sekali pakai sama dengan empat buah kantong plastik sekali pakai, dan plastik ini membutuhkan waktu lebih dari 200 tahun untuk dapat terdegradasi.

Penggunaan pembalut kain atau jenis yang dapat dicuci ulang memberikan manfaat seperti mencegah vagina dari terinfeksi bakteri *toxic shock syndrome* dikarenakan penggunaan *menstrual cup*, pembalut kain minim akan potensi iritasi, serta ramah terhadap lingkungan. Perlu diperhatikan bahwa penggunaan pembalut kain akan tetap aman selama pembalut ini dicuci dengan bersih dan dikeringkan dengan sempurna, rata-rata lama penggunaan setiap satu pembalut kain bisa mencapai 5 tahun.

Selain pemilihan pembalut yang benar, kebersihan pakaian dalam merupakan hal yang penting dalam merawat kesehatan reproduksi di masa menstruasi. Penggunaan deterjen yang terlalu banyak saat membersihkan celana dalam menyebabkan partikel deterjen terperangkap didalam tekstur kain sehingga ketika menstruasi, organ intim berada pada kondisi yang mudah lembab hingga terganggunya keseimbangan jumlah bakteri alami. Penggunaan air panas untuk membersihkan noda darah sangat tidak dianjurkan, sebab akan mendorong protein untuk lebih menempel pada noda pada kain. Sehingga,

untuk menjaga kebersihan pakaian dalam cukup dengan membilas kain di bawah keran air dingin yang mengalir. Sisa noda dapat dihilangkan dengan sedikit sabun tangan atau dengan sabun cair (Setiawan, 2021).

Setelah diberikan pendidikan kesehatan didapatkan hasil *posttest* untuk tingkat pengetahuan responden terkait perawatan kesehatan reproduksi di masa menstruasi, mengalami perubahan menjadi pada tingkat pengetahuan yang tinggi yaitu sebanyak 63 responden (50,4%). Hasil analisis jawaban responden mayoritas telah mengetahui bahwa mengganti pakaian setiap hari sangatlah penting terutama pakaian dalam (99,6%), serta jika menstruasi banyak maka diperlukan penggantian pembalut lebih dari 3 kali dalam sehari (99,2%).

Aktivitas yang dilakukan sehari-hari mengharuskan kita mengganti pakaian atau celana dalam minimal sekali dalam sehari, agar bakteri baik tetap seimbang dan mengurangi risiko perkembangan dari jamur yang menyebabkan berbagai penyakit atau infeksi. Namun, ketika aktivitas sudah sangat padat dan mengeluarkan keringat, maka perlu untuk mengganti pakaian dalam yang kotor, karena ini dapat memerangkap keringat, kotoran, dan bakteri. Ketika berbagai partikel tersebut menempel pada kulit untuk waktu yang lama, maka bisa menyebabkan pori-pori tersumbat sehingga memicu jerawat dikemaluan. Gantilah celana dalam sebelum tidur di malam hari atau setelah mandi di pagi hari. Hal yang sangat dianjurkan untuk mengganti celana dalam adalah setelah beraktivitas olahraga karena ada banyak keringat di area tersebut (Rahmawati, 2021).

Setelah menjaga kebersihan pakaian dalam, aturan dalam mengganti pembalut juga perlu diketahui. Mengganti pembalut minimal dua kali sehari masih dianjurkan namun tetap harus disesuaikan dengan jumlah darah yang keluar. Semakin banyak jumlah darah yang keluar, biasanya di hari pertama hingga ke tiga menstruasi membutuhkan penggantian pembalut lebih dari dua kali atau minimal tiga kali agar darah tidak menumpuk lama pada pembalut. Jika pembalut terlalu penuh maka darah haid dapat bocor atau meluber dan akhirnya dapat menyebabkan reaksi kesehatan yang berupa peradangan pada kulit daerah organ intim yang ditandai dengan kulit

menjadi gatal, merah, basah, perih, berbau tidak enak dan berair (Noya, 2018).

Sikap siswi tentang perawatan kesehatan reproduksi di masa menstruasi

Hasil pengolahan data dari kuesioner sikap, didapatkan hasil yaitu sikap responden terkait perawatan kesehatan reproduksi sebelum diberikan pendidikan kesehatan (*Pretest*) mayoritas berada pada tingkat sikap yang tidak baik sebanyak 74 responden (59,2%). Pada hasil analisis kuesioner, responden mencuci pembalut kain dengan sabun sampai bersih (42%) serta responden selalu membersihkan kemaluan dengan sabun sesudah buang air kecil dan buang air besar (65%).

Mencuci pembalut kain dengan sabun sampai bersih agar pembalut kain dapat cukup aman digunakan, tetapi harus benar-benar bersih saat mencucinya dan sering diganti karena jika mencucinya tidak bersih atau terlalu lama dipakai justru beresiko iritasi dan infeksi (Yuldaria, 2017). Menurut peneliti dikarenakan pengetahuan responden disaat *pre-test* tentang penggunaan jenis pembalut kain masih kurang maka mayoritas responden masih menggunakan pembalut sekali pakai, sehingga sikap responden terkait cara menjaga kebersihan pembalut kain juga masih kurang baik. Ini kemudian mengalami perubahan setelah diberikan pendidikan kesehatan, pengetahuan responden meningkat dan mulai merubah pilihan dalam penggunaan jenis pembalut serta memahami cara menjaga kebersihan jenis pembalut kain (78%). Penggunaan sabun atau cairan pembersih organ kewanitaan setelah buang air kecil maupun air besar memberikan resiko terjadinya infeksi pada vagina, sabun atau cairan tersebut dapat mengakibatkan bakteri alami yang berfungsi membersihkan area vagina menjadi mati dan pH keseimbangan pada vagina menjadi terganggu. Secara alamiah bakteri yang ada pada vagina membantu menjaga tingkat keasaman lingkungan yang ada sehingga vagina tidak membutuhkan “bantuan” dari luar. Penggunaan sabun atau jenis pembersih lainnya bisa menyebabkan pertumbuhan bakteri jahat yang berlebihan sehingga bisa memicu terjadinya infeksi atau bacterial vaginosis. Infeksi yang terjadi pada vagina salah satunya adalah keputihan (Faradila, 2022).

Setelah diberikan pendidikan kesehatan didapatkan hasil *posttest* untuk sikap responden terkait perawatan kesehatan reproduksi di masa menstruasi, mengalami perubahan menjadi pada sikap yang baik yaitu sebanyak 92 responden (73,6%). Hasil analisis jawaban responden mayoritas telah memiliki sikap yang baik pada kebiasaan untuk mencuci tangan sebelum dan sesudah cebok (88,9%), serta kebiasaan untuk mengganti pembalut ketika sudah penuh minimal 3 kali dalam sehari (87,6%). Penelitian sejalan dengan hasil penelitian Rofi'ah, *et. al* (2017) yang menyatakan bahwa 50% siswi memiliki sikap kurang mendukung sebelum diberikan pendidikan Kesehatan. Namun setelah diberikan Pendidikan Kesehatan terjadi peningkatan pada sikap yaitu 94,1% memiliki sikap mendukung.

Salah satu cara termudah dari penularan penyakit adalah lewat sentuhan. Pasalnya, tangan merupakan salah satu rumah ternyaman bakteri, kuman, dan tak menutup kemungkinan juga virus yang menyebabkan penyakit menular. Tidak mencuci tangan sebelum dan terlebih setelah melakukan buang air kecil maupun air besar adalah salah satu cara penyebaran penyakit menular yang sering tidak disadari. Beberapa virus dan bakteri dapat hidup sampai dua jam di permukaan benda yang mereka hinggapi. Oleh karena itu, meski tangan terasa bersih, penggunaan kamar kecil sebelumnya dapat berpotensi meninggalkan jejak penyakit dan kemudian dapat tertangkap oleh orang lainnya. Ditambah lagi, virus, parasit, dan bakteri adalah organisme mikroskopik yang tidak kasat mata, sehingga sulit untuk mengetahui dengan cepat potensi penyebaran penyakit tersebut. Maka, tak menutup kemungkinan bahwa penyakit bisa menyebar di satu area tertutup jika penghuni ruangan tersebut tidak mencuci tangan dengan benar (Shabrina, 2021).

Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap siswi tentang perawatan kesehatan reproduksi di masa menstruasi

Hasil analisis bivariat pada penelitian ini didapatkan hasil hitung nilai *t* untuk pengetahuan dan sikap yaitu untuk pengetahuan nilai *t* hitung > nilai *t* tabel (2,57 > 1,96) dan untuk sikap nilai *t* hitung > nilai *t* tabel (2,91 > 1,96) dengan nilai pengaruh positif yang berarti jika responden diberikan pendidikan kesehatan yang tepat dan

sesuai maka pengetahuan dan sikap tentang perawatan kesehatan reproduksi akan meningkat.

Pendidikan kesehatan merupakan upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat agar masyarakat mau melakukan tindakan-tindakan untuk memelihara, dan meningkatkan taraf kesehatannya (Notoatmodjo, 2012). Sikap merupakan pendapat seseorang mengenai suatu keadaan atau situasi tertentu dan dipengaruhi oleh beberapa faktor. Pengalaman memiliki peranan penting dalam pembentukan sikap. Menurut Muhtadi (2020) seseorang yang tidak memiliki pengalaman terhadap suatu objek memiliki psikologi yang cenderung membentuk sikap negatif. Pengetahuan seseorang tentang suatu objek mengandung dua aspek, yaitu aspek positif dan negatif. Kedua aspek ini yang akan menentukan sikap seseorang, semakin banyak aspek positif dan objek yang diketahui, maka akan menimbulkan sikap yang positif terhadap objek tertentu (Wawan, 2010). Adika *et al* (2013) juga menyatakan bahwa pengetahuan remaja tentang tingkat perawatan diri dan kebersihan menstruasi dalam kategori rata-rata cukup, sehingga diperlukan pendidikan khusus untuk kesehatan reproduksi.

Pendidikan kesehatan yang diberikan pada penelitian ini meliputi perawatan kesehatan reproduksi masa menstruasi merupakan upaya kesehatan yang diberikan kepada remaja perempuan untuk meningkatkan kemampuan dalam memelihara dan menjaga organ reproduksi untuk tetap dapat berfungsi dan terhindar dari penyakit selama masa menstruasi. Pendidikan kesehatan reproduksi yang diberikan meliputi informasi tentang konsep dasar menstruasi, menjaga kebersihan, asupan nutrisi, olahraga, serta fakta dan mitos yang ada dimasyarakat seputar masa menstruasi. Adapun terkait sikap meliputi cara membersihkan area genitalia, penggunaan pembalut, kebiasaan membersihkan dan mengganti pembalut, serta kebiasaan membersihkan dan mengganti pakaian dalam.

Terdapat perubahan yang signifikan pada pengetahuan dan sikap responden dilihat dari nilai mean pengetahuan sebesar 21,5 yang mengalami peningkatan menjadi 28,8 setelah pendidikan kesehatan diberikan serta nilai p -value $0,031 < 0,05$ dan nilai mean sikap sebesar 58,8 mengalami peningkatan menjadi 70,2 setelah pendidikan kesehatan diberikan, nilai p -value $0,027 < 0,05$.

Nilai sig. yang $< 0,05$ memberikan arti terdapat hubungan dari pemberian pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan maupun sikap responden.

Hal ini sejalan dengan Setiawati, dkk (2022) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh Pendidikan kesehatan terhadap sikap remaja tentang Kesehatan reproduksi (p -value=0,000). Serta penelitian Passe (2021) bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pendidikan reproduksi terhadap tingkat pengetahuan tentang perilaku seksual remaja di SMA 4 Palopo dengan nilai $p=0,000 < 0,005$ yang berarti H_0 diterima H_0 ditolak.

Pengetahuan dan sikap merupakan hal yang sangat penting dalam terbentuknya kemampuan untuk melakukan tindakan dalam hal ini perawatan kesehatan reproduksi, dengan pendidikan kesehatan masyarakat akan mampu meningkatkan pengetahuan pada hakekatnya yang dituntut atau ingin dicapai tujuannya adalah mencapai kebenaran, dengan mengetahui yang benar kita dapat mengetahui yang salah, sedangkan sikap adalah respon tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu, yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan (Notoatmodjo, 2018). Sehingga menurut peneliti domain pengetahuan dan sikap dapat mengalami perubahan dengan adanya pendidikan kesehatan, pengetahuan yang benar akan memberikan dampak positif pada perubahan atau pemilihan sikap pada responden remaja dalam hal ini terkait perawatan kesehatan reproduksi di masa menstruasi.

Simpulan

Pengetahuan dan sikap responden tentang perawatan kesehatan reproduksi saat menstruasi mengalami peningkatan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Mayoritas memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi sebanyak 63 responden (50,4%). Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap siswi tentang perawatan kesehatan reproduksi di masa menstruasi.

Ucapan terima kasih

Terimakasih diucapkan kepada Poltekkes Kemenkes Ternate yang telah memberikan dukungan dalam pembiayaan penelitian ini, serta pimpinan SMP Negeri 1 Kota Ternate yang telah

bersedia dan turut membantu kelancaran dan kesuksesan proses kegiatan penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Adika, V. A.-I. (2013). Self care practices of menstrual hygiene among adolescents school going girls in Ammasoma Community, Bayelsa State. *International Journal of Nursing and Midwifery*, (100).
- Diniyati, Kusmaryati P. (2020). Pengembangan Pembalut Kain Yang Ramah Lingkungan Sebagai Alternatif Pilihan Untuk Kesehatan Reproduksi Perempuan [internet]. 2020 Vol 13 No 1 (2020):18-29. Available from: <https://jurnal.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id/index.php/jmk/article/view/488>
- Faradila, N. (2022). Ciri-Ciri Wanita Alami Infeksi Jamur Pada Vagina, Keputihan Salah Satunya [internet]. 2022 [cited 2022 Okt 14]. Available from: <https://health.grid.id/read/353396443/ciri-ciri-wanita-alami-infeksi-jamur-pada-vagina-keputihan-salah-satunya?page=all>
- Muhtadi, A. (2020). Pengembangan Sikap Dan Perilaku Siswa Yang Bermoral Dalam Kegiatan Pembelajaran Di Sekolah [internet]. 2011;7(1):96-107. Available from: <https://journal.uny.ac.id/index.php/mip-/article/view/3217>
- Mythili, A. (2007). A Study to Assess the Knowledge and Attitude regarding menstrual hygiene among adolescent girls at selected urban and rural schools in Bangalore with a view to develop self instructional model.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*.
- Noya, A.B.I. (2018). Iritasi Vagina Akibat Pembalut dan Cara Menghindarinya [internet]. 2018 [cited 2022 Okt 19]. Available from: <https://www.alodokter.com/iritasi-vagina-akibat-pembalut-dan-cara-menghindarinya>
- Nasution IPA, Manik BSIG (2020). Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Remaja tentang Kesehatan Reproduksi di SMK Negeri 8 Medan. *SCRIPTA SCORE Sci Med J*. [Internet]. 2020Aug.28 [cited 2023Jan.16];2(1):38-43. Available from: <https://talenta.usu.ac.id/scripta/article/view/3424>
- Passe, R. Syam, N.F.S. Khatimah, K. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Perilaku Seksual Remaja Di Sma Negeri 4 Palopo : Influence Of Reproductive Health Education On The Level Of Knowledge About Adolescent Sexual Behavior At 4 Palopo State High School. *JMSWH* [Internet]. 2021 Nov.30 [cited 2022 Nov 14]; 2(1):9-14. Available from: <https://ejournal.poltekkesjakarta1.ac.id/index.php/bidan/article/view/419>
- Rachmawati, A. I., Puspitasari, R. D., & Cania, E. (2017). Faktor-faktor yang memengaruhi kunjungan antenatal care (anc) ibu hamil. *Jurnal Majority*, 7(1), 72-76.
- Rajakumari G, A. (2015). A study on knowledge regarding menstrual hygiene among adolescents school girls. *Global Journal of Current Research*, 111-116.
- Rahmawati, D. (2021). Sebaiknya Kita Ganti Celana Dalam Berapa Kali Sehari?. <https://www.sehatq.com/artikel/sebaiknya-kita-ganti-celana-dalam-berapa-kali-sehari-ini-penjasannya>. Diakses tanggal 20 Oktober 2022
- Rofi'ah S. Efektivitas Pendidikan Kesehatan Metode Peer Group Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Jurnal Ilmiah Bidan* [Internet]. 1Jul.2017 [cited 16Jan.2023]; 2(2):31-6. Available from: <https://e-journal.ibi.or.id/index.php/jib/article/view/31>
- Shabrina, A. (2021). Kenapa Harus Cuci Tangan Setelah Keluar dari Toilet? [internet]. 2021 [cited 2022 Okt 16]. Available from: <https://hellosehat.com/hidup-sehat/kebersihan-diri/cuci-tangan-setelah-dari-toilet-cegah-penyakit/>
- Santina, T., Wehbe, N., Ziade, F.M., & Nehme, M. (2013). Assesment of beliefs and practices relating to menstrual hygiene of adolescent girls in Lebanon. *International Journal of Health Sciences and Research*, 75-88.
- Sasetyaningtyas, D. (2018). 3 Alasan Berhenti Menggunakan Pembalut Sekali Pakai [internet]. 2018 [cited 2022 Okt 19]. Available from: <https://sustaination.id/stop-menggunakan-pembalut-sekali-pakai/>

- Setiawati D, Ulfa L, Kridawati A, (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Sikap Remaja tentang Kesehatan Reproduksi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat (The Public Health Science Journal)*, Vol 11 No 4. DOI: <https://doi.org/10.33221/jikm.v11i04.1453>
- Setiawan, S.R.D. (2021). "Cara Menghilangkan Noda Darah pada Pakaian dan Seprai". <https://www.kompas.com/homey/read/2021/01/12/162300376/cara-menghilangkan-noda-darah-pada-pakaian-dan-seprai?page=all>. di akses tanggal 20 Oktober 2022
- Sudikno., Sandjaja. (2019). Evidence Of Downward Secular Trend In Age At Menarche Among Indonesian Women: Secondary Data Analisis Of Riskesdas 2010 [internet]. 2019 10(2), 2019:163-171. Available from: <https://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/kespro/article/view/2568>
- Suryati, B. 2012. Perilaku Kebersihan Remaja Saat Menstruasi. *Jurnal Health Quality*. 3(1):54-65.
- Tjong, C. (2016). Health Article: Mengenal "Menarche", si Menstruasi Pertama [internet]. 2016 [cited 2022 Okt 18]. Available from: <https://www.rspondokindah.co.id/id/news/mengenal-menarche-si-menstruasi-pertama>
- Wawan, A. (2010). Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia. 1st Ed. Yogyakarta: Nuha Medika
- Widyawati. (2018). Bagi para remaja, kenali perubahan fisik untuk menghindari masalah seksual [internet]. 2018 [cited 2022 Okt 18]. Available from: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20181219/-2228898/bagi-para-remaja-kenali-perubahan-fisik-menghindari-masalah-seksual/>
- Yuldaria, D. (2017). Cara Mencuci dan Merawat Pembalut Kain Untuk Pemula [internet]. 2017 [cited 2022 Okt 14]. Available from: <https://nova.grid.id/read/062864565/begini-cara-mencuci-pembalut-kain-agar-bisa-digunakan-berkali-kali?page=all>