

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA  
2020

Vika Septia Nur Annisa<sup>1)</sup>, Anita Istiningtyas<sup>2)</sup>, Maula Mar'atus Sholikhah<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>2,3)</sup>Dosen Progran Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

[septiavika6@gmail.com](mailto:septiavika6@gmail.com), [anita.intyas@ukh.ac.id](mailto:anita.intyas@ukh.ac.id), [maula.mar'atus@ukh.ac.id](mailto:maula.mar'atus@ukh.ac.id)

**Gambaran Tingkat Pengetahuan Manajemen Kesehatan Menstruasi Pada Remaja Putri Di MTs Negeri 1 Karanganyar**

ABSTRAK

Remaja merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Peristiwa paling penting pada masa pubertas pada perempuan yaitu menstruasi yang menjadi tanda biologis dari kematangan seksual. Kesehatan menstruasi merupakan bagian terpenting untuk kesehatan reproduksi perempuan, yang tidak hanya meliputi aspek kesehatan fisik, tetapi juga pada aspek mental, spiritual dan sosial. Pengetahuan diperlukan untuk mendorong seseorang secara psikis dalam menumbuhkan rasa percaya diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan manajemen kesehatan menstruasi pada remaja putri. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, dengan menggunakan metode penelitian deskriptif. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel 78 responden. Pengukuran tingkat pengetahuan manajemen kesehatan menstruasi menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata umur responden di MTs Negeri 1 Karanganyar 12,37 tahun, usia menarche responden dengan rata-rata 11,44 tahun dan tingkat pengetahuan manajemen kesehatan menstruasi pada remaja putri menunjukkan tingkat pengetahuan baik sejumlah 43 responden (55,1%) dan tingkat pengetahuan kurang sejumlah 35 responden (44,9%). Hasil penelitian ini sebaiknya dapat dijadikan bahan masukan atau acuan bagi peneliti selanjutnya khususnya bidang keperawatan untuk mengembangkan

dan memberikan pendidikan kesehatan tentang manajemen kesehatan menstruasi dengan menggunakan metode diskusi kelompok dan lain-lain.

Kata Kunci : Remaja putri, Tingkat pengetahuan, Manajemen kesehatan menstruasi

*NURSING STUDY PROGRAM OF UNDERGRADUATE PROGRAM  
FACULTY OF HEALTH AND SCIENCES  
UNIVERSITY OF KUSUMA HUSADA SURAKARTA  
2020*

Vika Septia Nur Annisa<sup>1)</sup>, Anita Istiningtyas<sup>2)</sup>, Maula Mar'atus Sholikhah<sup>3)</sup>

*<sup>1)</sup> Student of Nursing Study Program of Undergraduate program, Faculty of Health and Sciences, University of Kusuma Husada Surakarta*

*<sup>2,3)</sup> Lecturers of Nursing Study Program of Undergraduate program, Faculty of Health and Sciences, University of Kusuma Husada Surakarta*

[septiavika6@gmail.com](mailto:septiavika6@gmail.com), [anita.intyas@ukh.ac.id](mailto:anita.intyas@ukh.ac.id), [maula.mar'atus@ukh.ac.id](mailto:maula.mar'atus@ukh.ac.id)

***The Description Of Knowledge Level On Menstrual Health Management In Adolescent Women At MTs Negeri 1 Karanganyar***

**ABSTRACT**

*Adolescence is a transition period from childhood to adulthood. The most important experience at girls' puberty is menstruation that is a biological sign of sexual maturity. Menstrual health is the most crucial part of women's reproductive health, which includes physical, mental, spiritual, and social health aspects. Knowledge is needed to encourage a person psychologically to develop self-confidence. This study aimed to define the knowledge level of menstrual health management in adolescent women. The research adopted quantitative with descriptive methods. Purposive sampling was applied to determine its samples, which consisted of 78 respondents. A questionnaire was employed to measure the knowledge level of menstrual health management. The result revealed that the average age of the respondents at MTs Negeri 1 Karanganyar was 12.37 years and the age of the respondents' menarche was 11.44 years. The knowledge level of menstrual health management in adolescent women showed a good category by 43 respondents (55.1%) and the low category by 35 respondents (44.9%). The result of this study can be used as a reference for further researchers, especially in the nursing field, to develop and provide education about menstrual health management using the group discussion method or others.*

*Keywords: Adolescent Women, Knowledge Level, Menstrual Health Management*

## PENDAHULUAN

Remaja merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Remaja dikenal sebagai suatu tahap perkembangan fisik, yaitu masa alat-alat kelamin manusia mencapai kematangannya. Kemenkes RI membagi kurun usia remaja ada 3 bagian yaitu remaja awal dengan rentang usia 10-13 tahun, remaja pertengahan yaitu usia 14-16 tahun, dan remaja akhir yaitu usia 17-19 tahun (Pertiwi, 2018). Peristiwa paling penting pada masa pubertas pada perempuan yaitu menstruasi yang menjadi tanda biologis dari kematangan seksual.

Remaja di dunia mengalami infeksi saluran reproduksi (ISR) yaitu kandidiasis sebanyak 25%-50%, vaginosis bakterial sebesar 20%-40%, dan trikomoniasis sebesar 5%-15% (Puspitaningrum, 2017). Kasus ISR di Jawa Timur seperti candidiasis dan servitis yang terjadi pada anak perempuan sebanyak 86,5% dari 100% ditemukan di Surabaya dan Malang. Penyebab tertinggi dari kasus tersebut adalah jamur candida albican (Muthoharoh, 2018). Di Asia Tenggara, wanita Indonesia lebih berisiko mengalami ISR yang dipicu iklim Indonesia yang panas dan lembab. Penyebab utama ISR yaitu imunitas

yang lemah (10%), perilaku hygiene yang kurang ketika menstruasi (30%), dan lingkungan tidak bersih serta penggunaan pembalut yang kurang sehat ketika menstruasi (50%) (Puspitaningrum, 2017).

Manajemen kesehatan menstruasi adalah pengelolaan kebersihan dan kesehatan pada saat perempuan mengalami menstruasi. Perempuan harus dapat menggunakan pembalut yang bersih, dapat diganti sesering mungkin selama periode menstruasi, dan memiliki akses untuk pembuangannya, serta dapat mengakses toilet, sabun, dan air untuk membersihkan diri dalam kondisi nyaman dengan privasi yang terjaga (Kemendikbud, 2017).

Penelitian yang dilakukan di Asia, Afrika, dan Amerika Latin menjelaskan tantangan yang dihadapi wanita, seperti akses yang buruk terhadap informasi yang lengkap terkait menstruasi, kurangnya pengetahuan mengelola darah menstruasi, ketidakcukupan air, sanitasi dan fasilitas yang tidak memadai, keyakinan sosial budaya yang dianggap tabu. Hal tersebut berdampak pada pembatasan perilaku, ketidaknyamanan remaja putri dan risiko kesehatan reproduksi. Penelitian UNICEF pada tahun 2015 yang

dilaksanakan pada 1402 peserta pada 16 sekolah di 4 provinsi di Indonesia menyebutkan ketidakcukupan pengetahuan tentang menstruasi, siklus menstruasi dan manajemen kebersihan menstruasi, pembuangan sampah pembalut, dan kurangnya pengetahuan tentang bagaimana mengelola menstruasi dengan aman di sekolah. Keyakinan dan kepercayaan bahwa menstruasi itu kotor atau tidak bersih berdampak pada praktik manajemen kebersihan menstruasi yang tidak didukung dengan fasilitas air, sanitasi, dan kebersihan di sekolah (Sinaga,2017).

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan Cahyono (2016) tentang pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi menunjukkan pengetahuan cukup yaitu 29 responden (72%), pengetahuan kurang 2 responden (5%). Sejalan dengan penelitian Gustina (2015), dari 79 responden 93,7% (74 orang) tidak mengetahui penyebab menstruasi, 51,9% (41 orang) mengatakan darah menstruasi dari perut, 48,1% (33 orang) mengatakan lama menstruasi 3-7 hari, 58,2% (46 orang) tidak mengetahui siklus normal menstruasi. Sumber informasi yang diterima siswa dari ibu 64 siswa (81%), kakak 57 siswa

(72,2%), guru sebanyak 53 siswa (67,1%), media 50 siswa (63,3%), dan teman sebaya 40 siswa (50,6%). Penelitian Haryanti (2016) tentang pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi menunjukkan bahwa dari 80 responden, sebagian besar remaja putri berpengetahuan cukup sebanyak 54 responden (67,5%). Penelitian Putri (2016) menunjukkan hasil 55 siswi (53,9%) tidak mengetahui tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada hari Jumat tanggal 22 November 2019 yang dilakukan di MTs Negeri 1 Karanganyar, dengan cara wawancara langsung kepada 10 siswi dengan hasil 5 siswi tidak mengetahui pengertian menstruasi dan 5 siswi mengetahui pengertian menstruasi, 10 siswi mengatakan siklus menstruasi berlangsung selama 7 hari, 6 siswi tidak mengetahui tentang kesehatan menstruasi dan 4 siswi mengetahui tentang kesehatan menstruasi, 7 siswi tidak mengetahui dampak yang timbul pada masalah kesehatan menstruasi dan 3 siswi mengetahui dampak yang timbul pada masalah kesehatan menstruasi.

Manajemen kesehatan menstruasi merupakan masalah bagi remaja putri, kewajiban menjaga kesehatan dan kebersihan terkait

menstruasi sering diabaikan karena ketidaktahuan dan kurangnya perhatian dalam mengikuti apa yang seharusnya dilakukan (Sinaga, 2017). Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Gambaran Tingkat Pengetahuan Manajemen Kesehatan Menstruasi Pada Remaja Putri Di MTs Negeri 1 Karanganyar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan manajemen kesehatan menstruasi pada remaja putri.

## METODOLOGI

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, dengan metode penelitian deskriptif. Penelitian ini dilakukan di MTs Negeri 1 Karanganyar dan dilaksanakan pada bulan Juli 2020. Dalam penelitian ini populasinya adalah seluruh remaja putri kelas VII dan VIII dengan jumlah 363. Jumlah sampel yang dijadikan responden pada penelitian ini dihitung berdasarkan rumus slovin dengan taraf kesalahan 10%, maka besar sampel dalam penelitian ini adalah 78 remaja putri. Dalam penelitian ini metode pengambilan sampel menggunakan *non probability sampling* dengan teknik sampel *purposive sampling* dengan kriteria inklusi remaja putri yang sudah menstruasi dan yang berusia 11-13 tahun.

Cara pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner google form dengan skala guttman. Konten kuesioner berisi pertanyaan untuk mengukur tingkat pengetahuan responden dan penyebaran link kuesioner google form dibantu oleh guru bimbingan konseling (BK).

Teknik analisis menggunakan IBM Statistik versi 22 for windows. Sebelum teknik analisa data dilakukan uji normalitas data untuk mengetahui nilai *cutt of point* kuesioner tingkat pengetahuan. Selanjutnya data mengenai karakteristik responden dan variabel tingkat pengetahuan diolah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 1 karakteristik responden berdasarkan umur (n=78)

	Min	Max	Mean
Umur	11	13	12,37

Pada tabel 1 diatas menunjukkan bahwa umur minimal responden 11 tahun, umur maksimal 13 tahun dengan nilai rata-rata umur responden 12,37 tahun.

Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa rentang usia responden termasuk dalam masa remaja

tahap awal, dimana remaja telah mempunyai pola pikir sendiri dan para remaja tidak hanya menerima informasi mengenai manajemen kesehatan menstruasi namun dapat mencernanya sesuai dengan informasi yang di dapatkan. Semakin tinggi umur seseorang, maka semakin berkembang pula daya tangkap dan daya pikirnya. Semakin tinggi umur seseorang akan semakin banyak informasi yang di dapatkan tentang manajemen kesehatan menstruasi sehingga menambah pengetahuan untuk menjadikan seseorang lebih baik dalam berpikir (Indah, 2012).

## 2. Karakteristik responden berdasarkan usia menarche

Tabel 2 karakteristik responden berdasarkan usia menarche (n=78)

	Min	Max	Mean
Usia Menarche	6	13	11,44

Pada tabel 2 diatas menunjukkan bahwa usia menarche responden minimal 6 tahun, umur menarche maksimal 13 tahun, dengan nilai rata-rata usia menarche 11,44 tahun.

Usia menarche memungkinkan akan memiliki personal hygiene selama menstruasi yang baik. 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 (Bujawati, 2017 ).

Mansur dan Budiarti (2014) membagi reaksi remaja terhadap datangnya menstruasi pertama menjadi dua macam, yaitu reaksi positif dan reaksi negatif. Seorang individu disebut menunjukkan reaksi positif jika individu tersebut mampu menghargai, memahami dan menerima menstruasi pertama sebagai suatu tanda kedewasaan yang dimiliki seorang wanita. Individu yang memiliki reaksi positif mampu melihat kelebihan dan kekurangan diri sendiri dan memberikan reaksi positif terhadap datangnya menstruasi pertama dan mudah. Individu yang menunjukkan reaksi negatif mengenai datangnya menstruasi pertama dengan kurang baik.

## 3. Tingkat Pengetahuan Manajemen Kesehatan Mestruasi

Tabel 3 Tingkat pengetahuan manajemen kesehatan menstruasi (n=78)

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Baik	43	55,1
Kurang	35	44,9

Pada tabel 3 diatas menunjukkan bahwa dari 78 responden tersebut menunjukkan tingkat pengetahuan baik 43 orang (55,1%) dan yang memiliki tingkat pengetahuan kurang 35 orang (44,9%).

Faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu pengalaman yang dapat digunakan untuk membentuk pengetahuan seseorang dan dilaksanakan secara berulang kali akan memunculkan sebuah perilaku. Pengalaman yang baik dapat dikonstruksikan dengan adanya peningkatan tentang ilmu terkait pengetahuan. Pengalaman memiliki peranan yang cukup besar dalam meningkatkan pengetahuan dalam diri seseorang (Pythagoras, 2017). Pengalaman bisa didapat baik secara langsung maupun tidak langsung. Pengalaman bisa didapat dari kejadian yang dialami sendiri maupun orang lain seperti dari teman sebaya, orang tua, keluarga. Dari pengalaman tersebut seseorang bisa memperoleh pengetahuan atau pembelajaran terkait menstruasi (Afifah & Hastuti, 2016).

Menurut peneliti, tingkat pengetahuan remaja putri di MTs Negeri

1 Karanganyar dalam kategori baik dikarenakan beberapa faktor yaitu informasi dan pengalaman. Informasi yang responden dapat bisa melalui sumber utama yaitu ibu dan kakak perempuan, ibu merupakan sumber utama untuk memperoleh informasi mengenai manajemen kesehatan menstruasi ketika seorang individu mendapatkan menstruasi pertama atau dengan mencari informasi di media massa seperti internet, majalah, televisi dan lainnya. Pengalaman yang dimiliki seseorang bisa juga didapat saat menstruasi pertama, seperti kejadian yang dialami ketika menstruasi sehingga memperoleh pengetahuan tentang manajemen kesehatan menstruasi dari pengalamannya. Tingkat pengetahuan kurang disebabkan karena budaya mereka yang menganggap bahwa menstruasi adalah hal yang tabu untuk dibicarakan.

## KESIMPULAN

1. Karakteristik umur responden di MTs Negeri 1 Karanganyar didapatkan bahwa umur minimal 11 tahun dan umur maksimal 13 tahun dengan rata-rata 12,37 tahun. Karakteristik usia menarche responden di MTs Negeri 1 Karanganyar didapatkan bahwa usia menarche minimal 6 tahun dan usia menarche maksimal



13 tahun dengan rata-rata 11,44 tahun.

2. Hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat pengetahuan manajemen kesehatan menstruasi pada remaja putri di MTs Negeri 1 Karanganyar menunjukkan tingkat pengetahuan baik sejumlah 43 responden (55,1%) dan tingkat pengetahuan kurang sejumlah 35 responden (44,9%).

#### **SARAN**

1. Bagi remaja putri di MTs Negeri 1 Karanganyar

Remaja putri diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang Manajemen Kesehatan Menstruasi

2. Bagi sekolah

Pihak Madrasah Tsanawiyah agar lebih meningkatkan pengetahuan tentang manajemen kesehatan menstruasi menjadi lebih baik lagi dan diperlukan kerjasama dengan pihak Puskesmas terdekat untuk memberikan penyuluhan kesehatan.

3. Bagi pelayanan kesehatan

Pihak Puskesmas diharapkan bisa memberikan pendidikan kesehatan dengan melakukan penyuluhan langsung ke sekolah tentang manajemen kesehatan menstruasi

agar pemahamannya dapat bertambah dengan baik sehingga akan mampu bersikap dan berperilaku lebih baik lagi terhadap manajemen kesehatan menstruasi pada saat menstruasi.

4. Bagi Perawat

Peran perawat sebagai edukator diharapkan dapat memberikan pendidikan kesehatan tentang manajemen kesehatan menstruasi untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri yang masih kurang tentang manajemen kesehatan menstruasi.

5. Bagi peneliti berikutnya

Hasil penelitian ini sebaiknya dapat dijadikan bahan masukan atau acuan bagi peneliti selanjutnya khususnya bidang keperawatan untuk mengembangkan dan memberikan pendidikan kesehatan tentang manajemen kesehatan menstruasi dengan menggunakan metode diskusi kelompok dan lain-lain.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Afifah, A. & Hastuti. (2016). Menarche Dipengaruhi Oleh Faktor Ras, atau Suku Bangsa, Faktor Iklim dan Kebiasaan Hidup. *Jurnal Kebidanan*. 5. (9): 58-65

- Bujawati, E. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Selama Menstruasi Pada Santri Di Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba, Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 3. (1): 1-9
- Cahyono, A.D., & Noerainin, A. (2016). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Jurnal AKP*. 6. (2): 1-5
- Gustina, E & Djannah, S.N. (2015). Sumber Informasi Dan Pengetahuan Tentang Menstrual Hygiene Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 10. (2): 147-152
- Haryanti, M. (2016). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Tindakan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMA Negeri 1 Sitinjak Kecamatan Angkola Barat Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup*. 1. (1): 69-78
- Indah, I.L. (2012). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Perineal Hygiene Di SMPIT As Salam Pasar Minggu. *Artikel Jurnal Keperawatan. FIK UI* 2012: 1-55
- Kemendikbud. (2017). *Panduan Manajemen Kebersihan Menstruasi Bagi Guru Dan Orang Tua*. Jakarta: Kemendikbud, hal 2
- Mansur, H & Budiarti, T. (2014). *Psikoogi Ibu dan Anak*. Jakarta: Salemba Medika, hal 19-58
- Muthoharoh, S. (2018). Pengaruh Health Education Terhadap Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi Anak SD Umur 11-13 Tahun Di SDN Mojosari Kabupaten Mojokerto. *Jurnal Nurse and Health*. 7. (1): 61-70
- Pertiwi, T.I. (2018). Gambaran Tingkat Pengetahuan Dan Praktik Menstrual Hygiene Siswi SDN 4 Pacarkembang

- Surabaya. *Jurnal Promkes*. 6. (2): 142-154
- Puspitaningrum, W. (2017). Pengaruh Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terkait Kebersihan Dalam Menstruasi Di Pondok Pesantren Al-Ishlah Demak Triwulan II Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 5. (4): 275-230
- Putri, N.P & Setianingsih, A. (2016). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Perilaku Personal Hygiene Menstruasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 5. (1): 15-23
- Pythagoras, K.C (2017). Personal Hygiene Remaja Putri Ketika Menstruasi. *Jurnal Promkes*. 5. (1): 12-24
- Sinaga, E, dkk. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Universitas Nasional, IWWASH, Global One, hal 1-109