

The Effect of Counseling on Knowledge about Personal Hygiene During Menstruation at SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta

*Pengaruh Penyuluhan terhadap Pengetahuan tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi
di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta*

Nadia^{1*}, Nurul Mahmudah²

¹⁻²Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia

*Corresponding Author: Nadia, nadia.masiki.420@gmail.com

Received: 6 Desember 2023; Revised: 7 Desember 2023; Accepted: 8 Desember 2023

ABSTRACT

Menstrual personal hygiene is an effort to improve health through the implementation of hygiene measures that can be carried out to maintain individual cleanliness and health during the menstrual period. This is intended so that women gain physical and psychological well-being and can improve their health status during menstruation. Knowledge about personal hygiene is very important to improve health and prevent disease. The impact of a lack of knowledge about personal menstrual hygiene allows teenagers to not behave in hygienic ways, which results in reproductive health hazards and the emergence of diseases in the reproductive tract. This research aims to determine the effect of counseling on knowledge about personal hygiene during menstruation at SMPN (State Junior High School) 1 Mlati Sleman Yogyakarta. This type of research is pre-experiment research with the "one group pretest-posttest design" model. The sample for this research was 53 class VII female students taken from the entire population using total sampling technique. This research uses a questionnaire as an instrument and then the results are analyzed using the bivariate analysis method (Wilcoxon Signed Rank Test). The results showed that 23 female students (43.4%) did not know enough about personal hygiene during menstruation before receiving counseling, 18 students (34%) knew enough, and 12 female students (22.6%) knew well. After receiving counseling, their knowledge increased, 30 female students (56.6%) knew quite well, 19 female students (35.9%) knew well, and 4 female students (7.5%) did not know much about this matter. The results of the Wilcoxon Signed Rank Test statistical test obtained a p-value of 0.000 or <0.05, which means there was an influence of counseling on knowledge about personal hygiene during menstruation at SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta. Based on the results of this research, we hope that schools can provide reproductive health education facilities for adolescents, especially regarding personal hygiene during menstruation, through existing counseling guidance.

Keywords: Knowledge, Personal Hygiene, Menstruation

ABSTRAK

Personal hygiene menstruasi merupakan peningkatan kesehatan melalui implementasi tindakan hygiene yang dapat dilakukan saat menstruasi untuk pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan selama masa menstruasi sehingga mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta dapat meningkatkan derajat kesehatan. Pengetahuan tentang personal hygiene sangat penting karena pengetahuan yang baik dapat

meningkatkan kesehatan dan mencegah adanya penyakit. Dampak kurangnya pengetahuan *personal hygiene* menstruasi akan memungkinkan remaja tidak berperilaku hygiene yang baik sehingga dapat membahayakan kesehatan reproduksinya serta menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta. Jenis penelitian ini adalah *pre-experimen* dengan rancangan "*one-group pretest-posttes design*". Populasi sebanyak 53 siswi, jumlah sampel sebanyak 53 responden siswi kelas VII dengan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner. Metode analisis bivariat (*Wilcoxon Signed Rank Test*). Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi sebelum mendapatkan penyuluhan sebagian besar memiliki pengetahuan kurang yaitu 23 orang (43,4%), pengetahuan cukup sebanyak 18 orang (34,0%), dan sebagian kecil memiliki pengetahuan baik yaitu 12 orang (22,6%). Sedangkan pengetahuan siswi sesudah mendapatkan penyuluhan mengalami peningkatan dimana sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 30 orang (56,6%), pengetahuan baik 19 orang (35,9%), dan sebagian kecil memiliki pengetahuan kurang yaitu 4 orang (7,5%). Berdasarkan hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan *p-value* sebesar 0,000 atau <0,05 yang berarti ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta. Pihak sekolah diharapkan dapat memberikan fasilitas pendidikan kesehatan reproduksi remaja khususnya mengenai *personal hygiene* saat menstruasi melalui bimbingan konseling yang telah ada.

Kata Kunci: Pengetahuan, *Personal Hygiene*, Menstruasi

LATAR BELAKANG

Personal hygiene merupakan tindakan dalam memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik maupun psikis. Sedangkan *personal hygiene* menstruasi merupakan peningkatan kesehatan melalui implementasi tindakan *hygiene* yang dapat dilakukan saat menstruasi untuk pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan selama masa menstruasi sehingga mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta dapat meningkatkan derajat kesehatan. Seseorang yang tidak menjaga *hygiene* yang baik saat menstruasi akan mudah mengalami infeksi alat reproduksi (Fauziah *et al.*, 2021)

Pengetahuan tentang *personal hygiene* sangat penting karena pengetahuan yang baik dapat meningkatkan kesehatan. Individu yang mempunyai pengetahuan tentang *personal hygiene* maka akan selalu menjaga kebersihan dirinya untuk mencegah adanya penyakit. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi akan mengakibatkan wanita tidak berperilaku *hygiene* pada saat menstruasi dan *personal hygiene* yang kurang pada remaja dapat menimbulkan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR), kanker serviks, dan masalah kesehatan reproduksi lainnya (Susanti and Lutfiyati, 2020).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), angka kejadian Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) merupakan angka tertinggi di dunia yaitu pada umur remaja (35%-42%) dan dewasa muda (27%-33%). Angka prevalensi ISR remaja di dunia diantaranya kandidiasis sebesar 25%-50% dapat disebabkan oleh lemahnya imunitas, perilaku *hygiene* menstruasi yang kurang, lingkungan tidak bersih serta penggunaan pembalut yang tidak sehat saat menstruasi, vaginosis bakterial sebesar 20%-40% dan trikomoniasis sebesar 5%-15%. Berdasarkan Data Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia tahun 2016 yaitu remaja yang berperilaku *hygiene* baik hanya sebesar 21,3%, sedangkan menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia, perilaku remaja putri dalam menjaga *personal hygiene* saat menstruasi masih kurang atau buruk yaitu sebesar 66,6% (World Health Organization, 2014).

Berdasarkan data *Global Cancer Observatory* 2018, prevalensi kanker serviks di dunia sebanyak 6,6% atau 569.847 dari total kasus. Di Indonesia kanker serviks merupakan kanker nomor dua terbanyak pada wanita, prevalensinya sebanyak 32.469 kasus atau 9,3% dari jumlah total kasus. Masalah tersebut terjadi karena masih banyak remaja yang kurang memperhatikan *personal hygiene* saat menstruasi (Global Center Observatory, 2018).

Berdasarkan hasil survei Badan Perencana Pembangunan Nasional (BKKBN) tentang *personal hygiene* menstruasi yang buruk yaitu kota Yogyakarta 7%, Bantul 31 %, Kulon Progo 27 %, Gunung kidul 34 %, Sleman 52 %. Sleman memiliki *hygiene* menstruasi yang buruk dan menunjukkan bahwa 83% remaja tidak tau tentang konsep *personal hygiene* saat menstruasi yang benar, 61,8% tidak tau persoalan sekitar masa subur dan masalah haid, 40,6% tidak tau resiko kehamilan remaja, dan 42,4% tidak tau dengan resiko PMS (BKKBN, 2017).

Kebijakan pemerintah terkait kesehatan reproduksi remaja terdapat dalam Peraturan Pemerintah Nomor 61 Tahun 2014 yang menyebutkan bahwa masalah kesehatan reproduksi remaja menjadi suatu hal yang harus diperhatikan dalam pelaksanaan pelayanan kesehatan reproduksi. Hal itu dikarenakan pelayanan kesehatan reproduksi remaja memiliki tujuan untuk menghindari atau membantu remaja agar terbebas dari perilaku seksual menyimpang atau berisiko dan menjadikan remaja agar berperilaku yang baik terhadap kesehatan reproduksinya (Delzaria, 2021).

Dampak pengetahuan *personal hygiene* yang kurang pada saat menstruasi akan memungkinkan remaja tidak berperilaku *hygiene* yang baik saat menstruasi sehingga dapat membahayakan kesehatan reproduksinya. Pengetahuan yang baik akan mempengaruhi perilaku kesehatan karena dengan ketidaktahuan maka perilaku kesehatan tidak diterapkan dengan benar dan akan menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi (Susanti, Rahmah and Larasantika, 2020).

Pandangan masyarakat mengenai pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi masih tabu untuk dibicarakan oleh remaja. Hal tersebut dapat membatasi komunikasi antara orangtua dan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Akibatnya, remaja kurang mengerti, kurang memahami dan kadang-kadang mengambil keputusan yang salah dalam menjaga kesehatan reproduksinya (Anjan and Susanti, 2019).

Upaya pemerintah dalam mewujudkan remaja sehat, salah satunya yaitu dengan pembentukan program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR). Program ini dapat dilaksanakan di puskesmas, rumah sakit atau sentral-sentral dimana remaja berkumpul. Pelaksanaan PKPR di puskesmas yaitu remaja diberikan pelayanan khusus melalui perlakuan khusus yang disesuaikan dengan keinginan, selera dan kebutuhan remaja (Jubaedah, Yuhandini and Sriyatin, 2020).

Peran bidan terkait kesehatan reproduksi remaja berdasarkan PERMENKES RI NO 1464/MENKES/PER/X/2010 Pasal 9 huruf c, peran tenaga kesehatan khususnya bidan dalam hal ini sangat dibutuhkan oleh remaja terutama remaja putri. Sebagaimana dalam tugasnya bidan memberikan penyuluhan dan mengajarkan *personal hygiene* saat menstruasi, berguna untuk menjaga kesehatan reproduksi remaja. Pembinaan kesehatan reproduksi remaja dilakukan untuk memberikan informasi dan pengetahuan yang berhubungan dengan perilaku hidup sehat bagi remaja, disamping mengatasi masalah yang ada dengan pengetahuan yang memadai dan adanya motivasi untuk menjalani masa remaja secara sehat, para remaja diharapkan mampu memelihara kesehatan dirinya agar dapat memasuki masa kehidupan keluarga dengan reproduksi yang sehat (Jubaedah, Yuhandini and Sriyatin, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta pada kelas VII yang dilakukan pada bulan Desember 2022 dengan mewawancarai 10 siswi didapatkan hasil 100% belum mengetahui pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi, cara membersihkan alat reproduksi yang benar, dampak *personal hygiene* yang buruk dan belum pernah mendapatkan penyuluhan atau informasi tentang *personal hygiene* saat menstruasi, baik di sekolah maupun di luar sekolah sehingga mereka belum mengetahui perilaku baik dalam menjaga organ genetaliannya.

Berdasarkan pemaparan diatas peneliti berkeinginan dan tertarik untuk melaksanakan penelitian tentang “Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *pre-eksperimen* dengan rancangan “*one-group pretest-posttest design*” yaitu tidak ada kelompok pembandingan (kontrol), tetapi paling tidak sudah dilakukan observasi pertama (*pretest*) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya observasi kedua (*posttest*) (Notoatmojo, 2012). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh objek yang memenuhi kriteria penelitian yang sudah ditetapkan yaitu siswi kelas VII di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta yang berjumlah 53 siswi. Sampel dalam penelitian ini adalah siswi kelas VII berjumlah 53 siswi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu dengan teknik *total*

sampling. Alat pengumpulan data atau instrument yang digunakan dalam penelitian ini untuk pretest maupun *posttest* yaitu kuesioner terkait dengan pengetahuan siswi tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Uji statistik yang dilaksanakan pada analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*. Analisis ini digunakan untuk menguji pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta sebelum mendapat penyuluhan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Sebelum diberikan penyuluhan *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta

Pengetahuan	F	%
Baik	12	22,6
Cukup	18	34,0
Kurang	23	43,4
Total	53	100

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 1 distribusi frekuensi pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta, menunjukkan bahwa dari 53 responden yang diteliti sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak 23 orang (43,4%), pengetahuan cukup sebanyak 18 orang (34,0%), dan sebagian kecil responden memiliki pengetahuan baik yaitu 12 orang (22,6%).

Menurut Nadia Mutiara (2018) Pengetahuan tentang *personal hygiene* remaja putri yang masih kurang seringkali akibat kurang mendapatkan informasi tentang menstruasi. Pendidikan tentang menstruasi diperlukan agar remaja putri memiliki pengetahuan yang memadai dan dapat berperilaku sehat mengenai kebersihan diri selama menstruasi dengan dilakukan penyuluhan langsung kepada remaja putri. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terdapat perbedaan pengetahuan antara tiap responden hal ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor dimana menurut Adila, Rinjani dan Cinderela (2019) bahwa pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor pendidikan, pekerjaan, umur, minat, pengalaman, kebudayaan, lingkungan sekitar dan kemudahan mendapatkan informasi.

2. Pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta sesudah mendapat penyuluhan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Sesudah diberikan penyuluhan *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta

Pengetahuan	F	%
Baik	19	35,9
Cukup	30	56,6
Kurang	4	7,5
Total	53	100

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 2. distribusi frekuensi pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta, menunjukkan bahwa dari 53 responden yang diteliti, sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak 30 orang (56,6%), pengetahuan baik sebanyak 19 orang (35,9%), dan sebagian kecil responden memiliki pengetahuan kurang yaitu 4 orang (7,5%). Data tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswi tentang *personal hygiene* saat menstruasi yang mempengaruhi pengetahuan seseorang yaitu informasi yang didapatkan dari beberapa sumber yang salah satunya adalah dari penyuluhan.

Menurut Novelia (2018) pertumbuhan dan perkembangan remaja pada fase remaja awal (12-14 tahun) meningkat cepat. Pada masa ini, remaja mulai mempunyai kapasitas untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan secara efisien karena pertumbuhan otak mencapai kesempurnaan. Semakin cukup umur seseorang, maka kemampuan seseorang tersebut akan lebih baik dalam menyerap informasi atau pengetahuan yang diterima. Menurut Alif Yulinda dan Nurul Fitriyah (2018) melalui penyuluhan maka akan memberikan kemudahan untuk memahami materi tentang *personal hygiene* saat menstruasi yang dapat berpengaruh terhadap pengetahuan responden. Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu media dalam pendidikan kesehatan. Penyuluhan memang dianggap mampu meningkatkan pengetahuan dan juga sikap peserta yang mengikutinya. Menurut Agustin Wahyu Prabandari (2018) Peningkatan pengetahuan disebabkan karena adanya proses belajar oleh responden dan terjadi karena kenaikan kepekaan atau kesiapan subjek terhadap tes yang diberikan kepada responden. Pengetahuan adalah hasil tahu yang terjadi setelah

orang melakukan penginderaan suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui indera penglihatan, pendengaran, penciuman dan perabaan. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.

3. Pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Sebelum dan Sesudah diberikan penyuluhan *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta

Kategori pengetahuan	Sebelum		Sesudah		P-value
	F	%	F	%	
Baik	12	22,6	19	35,9	0,000
Cukup	18	34,0	30	56,6	
Kurang	23	43,4	4	7,5	
Total	53	100%	53	100%	

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 3 distribusi frekuensi pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta, menunjukkan bahwa dari 53 responden sebagian besar pengetahuan responden sebelum diberikan penyuluhan yaitu dalam kategori kurang dengan jumlah 23 orang (43,4%) dan sebagian kecil pengetahuan responden dalam kategori baik yaitu 12 orang (22,6%). Setelah diberikan penyuluhan terjadi perubahan pengetahuan responden yaitu sebagian besar pengetahuan responden dalam kategori cukup berjumlah 30 orang (56,6%) dan sebagian kecil pengetahuan responden dalam kategori kurang berjumlah 4 orang (7,5%).

Berdasarkan hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan *p-value* sebesar 0,000 atau $<0,05$ yang artinya Hipotesis diterima yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara penyuluhan dengan pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta. Menurut Salsabila, Isfahani dan Pratiwi (2022) pengetahuan pada dasarnya terdiri dari sejumlah fakta dan teori yang memungkinkan seseorang untuk dapat memecahkan masalah yang dihadapinya. Pengetahuan tersebut diperoleh baik dari pengalaman langsung dirinya sendiri maupun pengalaman orang lain. Pengalaman dan penelitian merupakan perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih lama dibandingkan perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Penyuluhan kesehatan merupakan kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara

menyebarkan informasi, menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat sadar, tahu dan mengerti tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan serta terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap penyuluhan menggunakan media untuk mempermudah menyampaikan pesan yang ingin disampaikan (Marlina, Suarniti and Surati, 2021). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta dimana hasil yang didapatkan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ferita Yumaeroh dan Dwi Susanti (2019) dimana sampel penelitian berjumlah 62 siswi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar dalam kategori kurang yaitu 48 (77,4%) dan pengetahuan remaja putri sesudah diberikan pendidikan kesehatan sebagian besar dalam kategori baik yaitu 39 (62,9%) dengan nilai *p-value* 0,000. Hal tersebut membuktikan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Gamping. Selain itu, penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitri Rachmillah Fadmi dan Saifullah (2020) dengan jumlah sampel 32 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata pengetahuan responden sebelum penyuluhan adalah 42,50 dan rata-rata pengetahuan responden sesudah penyuluhan adalah 65,16 dan dengan nilai *p-value* 0,000 yang artinya ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan *personal hygiene*. Kemudian penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lubis (2018) menyatakan bahwa ada pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* perorangan di sekolah MTsN Binjai.

Berdasarkan hasil penelitian setelah diberikan penyuluhan tentang *personal hygiene* saat menstruasi mengalami peningkatan pengetahuan dari 53 responden yang diteliti, sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak 30 responden (56,6%), Berdasarkan hasil menjawab pertanyaan dari seluruh responden, semua terjadi peningkatan jumlah jawaban benar yaitu 53 responden (100%) dan tidak terjadi penurunan jumlah jawaban benar, meski dilihat dari kategori yang ada masih terdapat 4 responden (7,5%) responden yang berada pada kategori pengetahuan kurang. Hal tersebut menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan disebabkan karena adanya proses belajar oleh

responden dan terjadi karena kenaikan kepekaan atau kesiapan subjek terhadap tes yang diberikan kepada responden. Menurut Sitarani, Rumiati dan Sumbayak (2020) menyatakan bahwa ada peningkatan pengetahuan remaja putri sesudah penyuluhan. Pengetahuan adalah hasil tahu yang terjadi setelah orang melakukan penginderaan suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui indera penglihatan, pendengaran, penciuman dan perabaan. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Peningkatan yang terjadi diakibatkan oleh siswi yang sudah tahu dan juga memahami tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Tahu (*know*) yang berarti mengingat/mengetahui suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya dan memahami (*comprehension*) adalah suatu kemampuan untuk paham sehingga dapat menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan dengan benar.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta tahun 2023 dapat disimpulkan bahwa ; pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta sebelum mendapatkan penyuluhan dari 53 responden, sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak 23 orang (43,4%) dan sebagian kecil responden memiliki pengetahuan baik yaitu 12 orang (22,6%), pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta sesudah mendapatkan penyuluhan dari 53 responden mengalami peningkatan dimana sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak 30 orang (56,6%), dan sebagian kecil responden memiliki pengetahuan kurang yaitu 4 orang (7,5%), berdasarkan hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* didapatkan *p-value* sebesar 0,000 atau <0,05 yang artinya Hipotesis diterima yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara penyuluhan terhadap pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi di SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta.

Saran

Diharapkan remaja termasuk siswi SMPN 1 Mlati Sleman Yogyakarta lebih aktif dalam menggali informasi untuk menambah pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Sumber informasi langsung dapat diperoleh saat bimbingan

konseling dan diharapkan peneliti selanjutnya dapat menambah wawasan pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi dan dapat mengembangkan hasil penelitian ini dengan metode penelitian yang lainnya agar penelitian ini lebih berkembang.

DAFTAR PUSTAKA

- Adila, W., Rinjani, M. and Cinderela, P. (2019) 'Tingkat pengetahuan remaja tentang personal hygiene', *Journal of Psychological Perspective*, 1(2), pp. 59–66. doi: 10.47679/jopp.12492019.
- Anjan, A. and Susanti, D. (2019) 'Hubungan Sumber Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Putri Saat Menstruasi', *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*, 3(1), pp. 38–44. doi: 10.36474/caring.v3i1.116.
- BKKBN (2017) *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan.
- Delzaria, N. (2021) 'Hubungan Pengetahuan Sikap dan Sumber Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Remaja Putri Di MTS Pondok Pesantren Nurul Iman', *Angewandte Chemie International Edition*., pp. 5–24.
- Fadmi, F. R. and Saifullah (2020) 'Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Pada Siswi SMPN 5 Kulisusu Kabupaten Buton Utara', *MIRACLE Jurnal Of Public Health*, 3(1), pp. 117–122.
- Fauziah, N. A. et al. (2021) 'Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Personal Hygiene saat Menstruasi pada Santriwati di MTs Pondok Pesantren " X " Kota Tangerang Selatan', *Environmental Occupational Health and Safety Journal*, 2(1), pp. 81–88.
- Global Center Observatory (2018) 'Cervical Cancer'. Available at: <https://gco.iarc.fr/today/data/factsheets/populations/900-world-fact-sheets.pdf>.
- Jubaedah, E., Yuhandini, diyah sri and Sriyatin (2020) 'Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video dan Leaflet Terhadap Pengetahuan Personal Hygiene Menstruasi Remaja Putri Kelas VII Tahun 2019', *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 15(1), pp. 30–35. doi: 10.36911/pannmed.v15i1.645.
- Lubis, A. kurnia (2018) 'Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan remaja tentang hygiene perorangan di sekolah mtsn binjai jalan pecan baru no 2A rambung barat kecamatan binjai selatan tahun 2018', *Institut Kesehatan Helvetia Medan*, (2), pp. 1–86.
- Marlina, N. N. A. S., Suarniti, N. W. and Surati, I. G. A. (2021) 'Pengaruh Penyuluhan Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Genetalia Hygiene Remaja Puteri Smp Dwijendra Denpasar', *Jurnal Ilmiah Kebidanan (The Journal Of Midwifery)*, 9(1), pp. 90–97. doi: 10.33992/jik.v9i1.1485.
- Mutiara, N., Santoso, B. and Irfannuddin (2018) 'Pengaruh Penyuluhan Personal Hygiene terhadap Tingkat Pengetahuan tentang Menstruasi dan Praktik Personal Hygiene Pada Siswi Kelas IX di SMP Negeri 24 Palembang dan SMP Negeri 45 Palembang untuk Departemen Kesehatan Masyarakat St John ' s Medical College ,' *Majalah Kedokteran Sriwijaya*, (2), pp. 64–73.
- Notoatmojo, S. (2012) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novelia AyuditaHafna Bahri (2018) 'Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Dengan Metode Diskusi Kelompok Terhadap Pengetahuan dan Sikap Menstrual

Hygiene Siswi SD Negeri Wilayah Kecamatan Jabung'.

- Prabandari, A. W. (2018) 'Pengaruh pemberian penyuluhan dengan media video dan booklet terhadap tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi remaja', *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan*, pp. 1–11.
- Salsabila, Y. A., Isfahani, R. and Pratiwi, A. (2022) 'Pengaruh Penggunaan Media Leaflet Dan Video Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Vulva Hygine Saat Menstruasi Di Smp Dharma Siswa Kota Tangerang', *Nusantara Hasana Journal*, 2(6), p. Page. Available at: <http://www.nusantarahasanajournal.com/index.php/nhj/article/view/578>.
- Sitarani, C., Rumiati, F. and Sumbayak, E. M. (2020) 'Gambaran Tingkat Pengetahuan Siswi Kelas 2 SMAN 23 Jakarta tentang Personal Hygiene saat Menstruasi sebelum dan sesudah Penyuluhan', *Jurnal Kedokteran Meditek*, 26(2), pp. 43–50. doi: 10.36452/jkdoktmeditek.v26i2.1839.
- Susanti, D. and Lutfiyati, A. (2020) 'Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi', *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 11(2), pp. 166–172. doi: 10.55426/jksi.v11i2.119.
- Susanti, D., Rahmah and Larasantika, J. (2020) 'Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Personal Hygiene saat Menstruasi di SMK Kesehatan Keluarga Bunda Jambi', pp. 3–9.
- World Health Organization (2014) 'Reproductive tract infection'. Available at: <https://www.who.int/>.
- Yulinda, A. and Nurul Fitriyah (2018) 'Efektivitas Penyuluhan Metode Ceramah Dan Audiovisual Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Sadari Di Smkn 5', *Jurnal Promkes*, 6(2), pp. 116–128.
- Yumaeroh, F. and Susanti, D. (2019) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smpn 1 Gamping', *Media Ilmu Kesehatan*, 8(3), pp. 203–209. doi: 10.30989/mik.v8i3.337.