

**HUBUNGAN PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI
DENGAN PERILAKU HIGIENIS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI
DI SMP NEGERI 13 PEKANBARU**

Rini Hariani Ratih*, Sukaisih Hulu, Wiwi Sartika

Program Studi S I Kebidanan dan Profesi Bidan, Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan
Universitas Abdurrahman Pekanbaru

Jl. Riau Unjung No 73 Pekanbaru, Indonesia

*Email: rini.hariani.ratih@univrab.ac.id

ABSTRAK

Kebersihan diri saat menstruasi penting untuk menjaga kesehatan organ reproduksi. Kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan remaja putri berperilaku kurang higienis selama menstruasi, yang berisiko menimbulkan infeksi saluran reproduksi. Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020, angka kejadian perilaku personal hygiene saat menstruasi yang buruk di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara tanpa sadar melakukannya. Dari hasil penelitian, di Amerika persentase kejadian perilaku personal hygiene sekitar 60%, Swedia 72%, Mesir 75% dan di Indonesia 55%. Manfaat penelitian untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku higienis menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 13 Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan analitik korelasi dan metode cross sectional. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Populasi penelitian sebanyak 187 siswi dengan teknik purposive sampling, diperoleh 104 responden. Mayoritas responden memiliki pengetahuan kesehatan reproduksi yang baik 64 responden (61,5%) dan menunjukkan perilaku higienis menstruasi dalam kategori baik 65 responden (62,5%). Terdapat hubungan antara pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku higienis menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 13 Pekanbaru.

Kata kunci: Pengetahuan, Perilaku, Menstruasi

ABSTRACT

Menstrual hygiene is important for maintaining reproductive health. Lack of knowledge can lead to adolescent girls engaging in unhygienic behavior during menstruation, which can lead to reproductive tract infections. According to the World Health Organization (WHO) in 2020, the incidence of poor personal hygiene behavior during menstruation is very high worldwide. On average, more than 50% of women in each country do it unknowingly. Research results show that in the United States, the incidence of poor personal hygiene behavior is around 60%, Sweden 72%, Egypt 75%, and Indonesia 55%. The purpose of this study was to determine the relationship between reproductive health knowledge and menstrual hygiene behavior among adolescent girls at SMP Negeri 13 Pekanbaru. This study used a quantitative design with a correlational analytical approach and a cross-sectional method. The instrument used was a questionnaire. The study population was 187 female students, with a purposive sampling technique, resulting in 104 respondents. The majority of respondents had good reproductive health knowledge (64 respondents (61.5%)) and demonstrated good menstrual hygiene behavior (65 respondents (62.5%)). There is a relationship between reproductive health knowledge and menstrual hygiene behavior in adolescent girls at SMP Negeri 13 Pekanbaru...

Keywords: Knowledge, Behavior, Menstruation

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan peralihan yang ditandai dengan perubahan fisik, emosi, dan psikis. Pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang signifikan, serta perubahan fisik, emosi, dan mental. Secara umum kematangan fisik pada remaja lebih cepat dibandingkan dengan kematangan psikososial. Pubertas diikuti dengan perubahan pertumbuhan, munculnya peluang yang berbeda-beda dan seringkali berisiko terhadap kesehatan sistem reproduksi kaum muda (Lestari et al., 2024).

Kesehatan reproduksi merupakan kondisi sehat yang menyangkut sistem reproduksi (fungsi, komponen, dan proses) yang dimiliki oleh remaja baik secara fisik, mental, emosional dan spiritual. Vagina Adalah organ reproduksi wanita yang sangat rentan terhadap infeksi, dikarenakan batas antara uretra dengan anus sangat dekat, sehingga kuman penyakit seperti jamur, bakteri, parasite, maupun virus mudah masuk ke liang vagina (Amanda, 2022).

Menstruasi merupakan indikator dari kematangan seksual pada remaja putri. Pentingnya remaja putri belajar tentang kebersihan selama menstruasi akan memberikan dampak yang positif bagi kesehatan reproduksinya, karena kebiasaan baik yang dilakukan saat remaja akan bertahan sampai dewasa. Hal ini perlunya kesadaran pada remaja putri tentang kebersihan daerahewanitaan saat menstruasi agar terhindar dari berbagai penyakit yang mengancam serta

merugikan diri sendiri dan orang lain seperti infeksi saluran reproduksi (Amanda, 2022).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020, angka kejadian perilaku personal hygiene saat menstruasi yang buruk di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara tanpa sadar melakukannya. Dari hasil penelitian, di Amerika persentase kejadian perilaku personal hygiene sekitar 60%, Swedia 72%, Mesir 75% dan di Indonesia 55% (AYU, 2021).

Data Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (2020) 70% remaja putri di Indonesia melakukan personal hygiene kategori buruk karena jarang mengganti pembalut dan celana dalam, sedangkan untuk wilayah Jawa Timur sekitar 60% dan di Malang sebanyak 53,4% remaja putri tidak melakukan personal hygiene dengan benar (AYU, 2021).

Kebersihan diri saat menstruasi (menstrual hygiene) tindakan untuk menjaga kesehatan dan kebersihan areaewanitaan pada saat menstruasi. Jika tidak menjaga kebersihan selama menstruasi, akan berisiko terkena infeksi saluran reproduksi. Penyebabnya adalah karena saat menstruasi menghasilkan darah kotor pada saat menstruasi pembuluh darah di rahim mudah terinfeksi, darah dan keringat keluar dan menempel di vulva sehingga menyebabkan area genetalia menjadi lembab. Jika tidak menjaga alat genetalia dengan baik, dalam kondisi lembab, jamur dan bakteri di area genetalia akan tumbuh sehingga akan menimbulkan rasa gatal

dan infeksi di area tersebut (Lestari et al., 2024).

Salah satu masalah yang timbul akibat kurangnya personal hygiene saat menstruasi dapat mengakibatkan penyakit pada organ reproduksi, seperti risiko terkena penyakit Infeksi saluran kemih (ISK) disebabkan karena kebersihan yang buruk. Pengetahuan dan informasi menjadi salah satu faktor penyebab buruknya perilaku akan kebersihan diri selama menstruasi dikalangan remaja. Remaja putri yang berpengetahuan kurang tentang kebersihan diri memungkinkan mereka untuk tidak berperilaku bersih saat menstruasi yang dapat membahayakan kesehatannya. Pendidikan kesehatan tentang kebersihan diri saat menstruasi bagi remaja perlu dan penting untuk dilakukan mengingat masih banyak remaja yang belum mengerti sepenuhnya terkait dengan kebersihan diri saat menstruasi (Widarini et al., 2023).

Penyebab remaja tidak melakukan personal hygiene yang tidak baik karena kurangnya pengetahuan kesehatan reproduksi tentang personal hygiene pada remaja putri yang diperoleh dari orang tua maupun sekolah, menyebabkan pengetahuan dan perilaku remaja putri tentang personal hygiene masih kurang. Sehingga masih ada remaja putri yang belum mengetahui cara personal hygiene yang baik dan benar saat menstruasi, seperti kapan harus mengganti pembalut, dan cara mencuci pembalut. Beberapa penyakit yang mudah muncul pada wanita adalah infeksi jamur dan bakteri. Kondisi tersebut biasanya terjadi pada

saat wanita dalam masa menstruasi. Salah satu penyebabnya yaitu bakteri yang berkembang bias pada pembalut (Mayang Sari et al., 2024).

Hasil penelitian oleh Florica Amanda (2022) dengan judul hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi dengan perilaku menstrual hygiene. Metode yang digunakan desain cross sectional, bahwa dari 44 responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang sebanyak 38 responden (86,4%), dengan kategori perilaku menstrual hygienen negatif, dari 27 responden yang memiliki tingkat pengetahuan cukup sebanyak 13 responden (48,1%) dengan kategori perilaku menstrual hygiene negatif, dan dari 9 responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 6 responden (66,7%) dengan kategori perilaku menstrual positif (Amanda, 2022).

Hasil penelitian di SMP Negeri 1 Bangkinang. Responden dalam penelitian ini sebanyak 90 responden, dengan judul faktor-faktor yang berhubungan dengan personal hygiene remaja putri pada saat menstruasi. diketahui bahwa dari 46 responden yang memiliki pengetahuan kurang terdapat 13 responden yang memiliki personal hygiene saat menstruasi baik (28,3%), sedangkan dari 44 responden yang memiliki pengetahuan baik terdapat 18 responden yang memiliki personal hygiene tidak baik (40,9%). Dari hasil uji chi-square diperoleh nilai p value $(0,006) < \alpha (0,05)$, artinya ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan personal hygiene saat menstruasi. Berdasarkan hasil penelitian

diketahui nilai Prevalence Odd Ratio (POR) = 3.667 artinya remaja putri dengan pengetahuan yang kurang cenderung memiliki resiko 3,6 kali mendapatkan personal hygiene tidak baik dibandingkan remaja putri dengan pengetahuan yang baik (Putri et al., 2024).

Dari hasil survey di SMP Negeri 13 Pekanbaru, peneliti melakukan survey di kelas VII dan VIII untuk mengetahui siswi kelas berapa yang memiliki pengetahuan dan sikap yang kurang, maka itu peneliti mendapatkan kelas VII yang memiliki pengetahuan dan perilaku yang kurang, berdasarkan hasil survey di kelas VII ada 8 dari 15 siswi memiliki pengetahuan yang kurang, 2 siswi yang memiliki pengetahuan yang cukup dan 5 siswi yang memiliki pengetahuan yang baik tentang pengetahuan kesehatan reproduksi. Dan ada 9 dari 15 siswi memiliki perilaku negatif, dan 6 siswi yang memiliki perilaku positif tentang perilaku higienis menstruasi. Sedangkan untuk kelas VIII ada 9 dari 15 siswi yang memiliki pengetahuan baik, 3 siswi yang memiliki pengetahuan cukup dan 3 siswi yang memiliki pengetahuan kurang tentang pengetahuan kesehatan reproduksi. Dan 10 dari 15 siswi memiliki perilaku positif, dan 5 siswi memiliki perilaku negatif.

BAHAN DAN METODE

Alat dan Bahan

Alat atau instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data penelitian ini terdiri dari 2 lembar kuesioner dengan sampel 30 responden yaitu kuesioner pengetahuan kesehatan reproduksi dan kuesioner perilaku higienis menstruasi yang dibuat oleh peneliti dengan dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Dengan hasil kuesioner pengetahuan dengan pilihan benar dan salah, sedangkan kuesioner perilaku dengan menggunakan skala likert.

Metode

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian analitik korelasi. Penelitian ini menggunakan metode cross-sectional. Penelitian analitik korelasi adalah penelitian yang menekankan adanya hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya. Pendekatan cross sectional adalah jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat tanpa ada tindak lanjut atau follow up. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa hubungan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku higienis menstruasi pada remaja putri.

Variabel bebas (Independen) yaitu variabel yang mempengaruhi atau yang menjadikan terjadinya sebab perubahan variabel dependen, yang menjadi masalah dalam penelitian ini. Dalam penelitian ini

variabel independennya adalah “Pengetahuan Kesehatan Reproduksi”.

Variabel terikat (Dependen) yaitu variabel yang dipengaruhi oleh variabel Independen. Dalam penelitian ini variabel dependennya adalah “Perilaku Higienis Menstruasi” (Ningsih, 2021).

Definisi operasional adalah definisi yang mempunyai makna tunggal dan diterima secara obyektif apabila indikatornya tidak dapat dilihat. Selanjutnya adalah definisi variabel dan indikator yang digunakan pada kajian ini (Yose et al., 2024).

Uji validitas adalah suatu derajat ketepatan antara data yang sesungguhnya terjadi dengan data yang dikumpulkan oleh peneliti. Uji reliabilitas adalah pengujian untuk memastikan apakah kuesioner penelitian yang akan digunakan untuk mengumpulkan data variabel. Pada kuesioner pengetahuan kesehatan reproduksi ini peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas, yang menunjukkan hasil validitas 0,433 dan reliabilitas sebesar 0,823. Sedangkan untuk kuesioner perilaku higienis menstruasi peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas, yang menunjukkan hasil validitasnya 0,603 dan reliabilitas sebesar 0,843. sehingga dapat disimpulkan bahwa alat ukur ini reliabel karena koefisien validitasnya $r > 0,361$ dan reliabilitasnya $> 0,6$.

Sampel adalah bagian dari populasi yang menjadi sumber data dalam penelitian. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 104 remaja putri kelas VII 1- VII 10 yang ada pada wilayah SMP Negeri 13 Pekanbaru. Teknik

pengumpulan sampel dalam penelitian ini menggunakan Teknik purposive sampling. Purposive sampling merupakan metode pemilihan sampel dengan alasan tertentu.

Analisis data dapat dibedakan berdasarkan jumlah variabelnya yaitu analisis univariat, bivariat, maupun multivariate. Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Analisis univariat yang dilakukan pada penelitian ini untuk mendapatkan gambaran mengenai variabel dependen yaitu perilaku higienis menstruasi serta variabel independen berupa tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi. Analisis Bivariat, analisis ini digunakan untuk melihat pengaruh antara *variable independent* (pengetahuan kesehatan reproduksi) dan *variable dependent* (perilaku higienis menstruasi) menggunakan komputerisasi dengan uji Chi-Square.

HASIL

Analisis Univariat

Analisis univariat merupakan analisis yang dilakukan untuk memperoleh gambaran dari variabel yang diteliti baik variabel terikat maupun variabel bebas yang kemudian ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi

Tabel 4.1
Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Menstruasi Pertama Umur dan Lama Menstruasi Di SMP Negeri 13

Karakteristik	Frekuensi	Presentasi (%)
Usia		
Remaja Awal	57	54,8
Remaja Tengah	47	45,2
Total	104	100
Menstruasi Pertama		
Umur 10 th	16	15,4
Umur 11 th	51	49,0
Umur 12 th	34	32,7
Umur 13 th	3	2,9
Total	104	100
Lama Menstruasi		
3-7 Hari	93	89,3
>7 hari	11	10,6
Total	104	100

Pada tabel 4.1 dari total 104 responden, distribusi sampel kategori usia didapatkan hasil mayoritas remaja awal (10-12 th) berjumlah 57 responden (54,8%). Dan remaja tengah (13-15 th) berjumlah 47 responden (45,2%). Berdasarkan menstruasi pertama dari 104 responden yang memiliki umur 10 tahun berjumlah 16 orang responden (15,4%), yang memiliki umur 11 tahun 51 responden (49,0%) yang memiliki umur 12 tahun 34 responden (32,7%), yang memiliki umur 13 tahun 3 responden (2,9%). Berdasarkan lama menstruasi 3-7 hari memiliki 93 responden (89,3%), dan > 7 hari memiliki 11 responden (10,6%).

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Pengetahuan kesehatan reproduksi Di SMP Negeri 13 Pekanbaru Tahun 2025

Variabel	Kategori	Frekuensi	Presentasi (%)
Pengetahuan	Baik	64	61,5
	Cukup	10	9,6
	Kurang	30	28,8
Total		104	100

Berdasarkan hasil tabel 4.2 menunjukkan bahwa mayoritas pengetahuan baik 64 responden (61,5%), remaja pengetahuan cukup sebanyak 10 responden (9,6%), dan remaja pengetahuan kurang sebanyak 34 responden (28,8%).

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Perilaku higienis menstruasi Di SMP Negeri 13 Pekanbaru Tahun 2025

Variabel	Kategori	Frekuensi	Presentasi (%)
Perilaku	Baik	65	62,5
	Kurang	39	37,5
Total		104	100

Berdasarkan hasil tabel 4.3 menunjukkan bahwa perilaku baik 65 responden (62,5%), dan remaja pengetahuan kurang sebanyak 39 responden (37,5%).

Analisis Bivariat

Data khusus yang menampilkan hasil penelitian yang terkait dengan data hubungan pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku higienis menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri Pekanbaru.

Table 4.4
Hubungan Pengetahuan Kesehatan
Reproduksi Denga Perilaku Higienis
Menstruasi Remaja Putri di SMP Negeri
Pekanbaru

Pengetahuan Remaja	Perilaku		Total	P.Value
	Baik	Kurang		
Baik	47	17	64	0,001
Cukup	3	7	10	
Kurang	15	15	30	
Total	65	39	104	

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.4 didapatkan hasil yaitu mayoritas pengetahuan remaja baik 64 responden (61,5%)

Dari hasil uji statistik dengan uji chi square didapatkan $p = 0,008 < \alpha = 0,05$ maka H_0 diterima, yang berarti ada hubungan antara pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku higienis menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 13 Pekanbaru.

PEMBAHASAN

Berdasarkan Karakteristik Responden

Berdasarkan pada tabel 4.1 karakteristik usia, menstruasi pertama dan lama menstruasi responden dimana terdapat remaja awal (10-12 th) berjumlah 57 orang (54,8%), dan responden remaja tengah (13-15 th) berjumlah 47 orang (45,2%).

Dalam penelitian (Ikhlasia Kasim et al., 2025) bahwa usia berhubungan erat dengan pengalaman dan paparan terhadap berbagai sumber informasi, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan seseorang. Seiring bertambahnya

usia, seseorang memiliki lebih banyak kesempatan untuk memperoleh informasi melalui pendidikan formal, media, dan interaksi sosial. Pada usia yang lebih dewasa, seseorang cenderung lebih sadar akan pentingnya informasi kesehatan, termasuk kesehatan reproduksi, sehingga lebih aktif mencari pengetahuan tersebut. Oleh karena itu, usia dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, dimana semakin bertambahnya usia maka bertambah pula pengetahuan seseorang tentang kesehatan reproduksi.

Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden masih berada pada masa transisi awal pubertas, di mana proses pertumbuhan fisik dan psikis berlangsung cukup pesat. Seiring bertambahnya usia, remaja akan semakin banyak memperoleh pengalaman serta informasi dari sekolah, lingkungan, maupun media sehingga pengetahuan tentang kesehatan reproduksi cenderung meningkat.

Berdasarkan menstruasi pertama dari 104 responden yang memiliki umur 10 tahun berjumlah 16 orang responden (15,4%), yang memiliki umur 11 tahun 51 responden (49,0%) yang memiliki umur 12 tahun 34 responden (32,7%), yang memiliki umur 13 tahun 3 responden (2,9%).

Dalam penelitian (Ikhlasia Kasim et al., 2025) Menarche atau menstruasi pertama pada remaja putri dapat menimbulkan tanggapan baik dan buruk. Jika seseorang memiliki pengetahuan sebelumnya tentang menstruasi, kecil kemungkinannya mereka akan menunjukkan reaksi negatif, namun jika

mereka tidak memiliki informasi atau pengetahuan tentang menstruasi, mereka mungkin menganggap menstruasi adalah hal yang menakutkan dan akan memikirkan hal-hal negatif lainnya. Persiapan menghadapi menarche merupakan suatu kondisi yang menuntut remaja putri melakukan penyesuaian secara fisik, psikis, dan sosial. Siap atau tidaknya seseorang menghadapi menarche akan mempengaruhi reaksi pribadi seorang remaja putri terhadap menstruasi pertamanya.

Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami menarche pada usia yang masih tergolong normal. Namun, variasi usia menarche tetap dapat memengaruhi kesiapan mental maupun pemahaman remaja tentang menstruasi, karena remaja yang lebih dini mengalami menarche terkadang belum memiliki cukup informasi dan dapat merasa cemas atau takut.

Berdasarkan lama menstruasi 3-7 hari memiliki 93 responden (89,3%), dan > 7 hari memiliki 11 responden (10,6%).

Dalam penelitian (Ikhlasia Kasim et al., 2025) Lama menstruasi adalah salah satu aspek penting dalam pengetahuan kesehatan reproduksi wanita. Mengetahui siklus menstruasi yang normal, termasuk lama menstruasinya, membantu wanita memahami kondisi tubuhnya dan mendeteksi potensi masalah kesehatan.

Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki siklus menstruasi dalam batas normal, meskipun ada sebagian kecil yang mengalami menstruasi lebih

panjang dari biasanya sehingga memerlukan perhatian khusus terkait kesehatan reproduksi.

Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Di SMP Negeri 13 Pekanbaru

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.2 yang dilakukan pada 104 responden di SMP Negeri 13 Pekanbaru menunjukkan bahwa pengetahuan kesehatan reproduksi dalam kategori baik 64 responden (61,5%), cukup 10 responden (9,6%), kurang 30 responden (28,8%).

Pengetahuan (knowledge) adalah kemampuan individu mengingat kembali (recal) atau mengenali kembali nama, kata, inspirasi, rumus, dan sebagainya. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi melalui panca indra seseorang (penginderaan) terhadap suatu objek tertentu, yaitu melalui indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba, Sebagian besar pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku seseorang.(Sorongan et al., 2022).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Syifaul Rahman, 2025) dapat diketahui bahwa penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Baturaden Kelas XI tentang tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi menunjukkan bahwa sebagian besar individu termasuk dalam kategori yang baik, yaitu 47.6%, kategori cukup, yaitu 21.4%, dan kategori kurang, yaitu 31.1 %. Hal ini memperlihatkan bahwa sebagian besar remaja putri SMPN 13 Pekanbaru sudah memahami dasar-dasar kesehatan reproduksi, baik dari

segi proses biologis, pentingnya menjaga kebersihan, maupun dampak jika tidak menjaga kesehatan reproduksi dengan baik.

Menurut asumsi peneliti bahwa memiliki pengetahuan yang baik tentang kesehatan reproduksi, maka akan mempengaruhi remaja untuk menjaga kesehatan reproduksinya terutama saat sedang menstruasi.

Perilaku Higienis Menstruasi Di SMP Negeri 13 Pekanbaru Tahun

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.3 yang dilakukan pada 104 responden SMP Negeri 13 Pekanbaru menunjukkan bahwa perilaku higienis menstruasi dalam kategori baik 65 responden (62,5%), kurang 39 responden (37,5%).

Perilaku manusia adalah hasil dari serangkaian pengalaman dan interaksi yang kompleks dengan lingkungan sekitarnya. Ini tercermin dalam berbagai bentuk, termasuk pengetahuan, sikap, dan tindakan. Perilaku mencakup semua ekspresi lingkungan, mulai dari ekspresi biologis individu saat berinteraksi dengan lingkungan, mulai dari pengalaman yang terasa langsung sampai yang tidak dirasakan sama sekali (Atika et al., 2023).

Secara umum, perilaku mencakup semua tindakan manusia, baik yang jelas tampak maupun tersembunyi. Ini termasuk tindakan yang mungkin tidak disadari, seperti cara berbicara, berjalan, dan merespon

rangsangan, baik dari lingkungan maupun dari dalam diri sendiri (Ayunisyah et al., 2022).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Qolbah et al., 2024) dapat diketahui bahwa penelitian yang dilakukan di SMPN 3 Babelan Kabupaten Bekasi menunjukkan bahwa dari 123 responden yang memiliki perilaku kebersihan menstruasi yang baik 78 (63,4%) sedangkan responden yang mempunyai perilaku kurang terhadap perilaku kebersihan menstruasi berjumlah 45 (36,6%). Data ini menunjukkan bahwa di SMP Negeri 13 Pekanbaru sebagian besar remaja sudah menerapkan perilaku higienis yang baik, namun masih ada proporsi yang cukup besar (hampir setengah) yang belum sepenuhnya menerapkan perilaku higienis dengan benar.

Menurut asumsi peneliti bahwa pengetahuan yang baik tentang perilaku higienis menstruasi merupakan syarat yang penting untuk remaja berperilaku positif saat menstruasi

Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dengan Perilaku Higienis Menstruasi Remaja Putri di SMP Negeri Pekanbaru

Berdasarkan hasil penelitian yang ditunjukkan pada Tabel 4.4, Dari 64 responden yang memiliki pengetahuan baik, sebanyak 47 orang (73,4%) memiliki perilaku higienis baik, sedangkan 17 orang (26,6%) masih memiliki perilaku kurang. Dari 10 responden dengan pengetahuan cukup, sebanyak 3 orang (30%) berperilaku higienis baik, sedangkan 7 orang

(70%) berperilaku kurang. Dari 30 responden dengan pengetahuan kurang, sebanyak 15 orang (50%) berperilaku higienis baik, sedangkan 15 orang (50%) berperilaku kurang.

Hasil uji statistik menggunakan Chi Square diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,008 < \alpha$ (0,05), yang berarti H_a diterima. Dengan demikian, terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku higienis menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 13 Pekanbaru.

Pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang merupakan faktor penting dalam menentukan perilaku higienis pada saat menstruasi, oleh karena itu diperlukan informasi terkait pengetahuan, dukungan fasilitas serta kesadaran semua pihak terkait dengan kesehatan reproduksi remaja. Rendahnya pengetahuan kesehatan reproduksi tentang menstruasi akan memungkinkan perempuan tidak berperilaku hygiene pada saat menstruasi yang dapat membahayakan kesehatan reproduksinya sendiri. Pengetahuan yang baik akan mempengaruhi perilaku kesehatan karena dengan ketidaktahuan maka perilaku kesehatan tidak diterapkan dengan benar dan akan menimbulkan penyakit pada saluran reproduksi (Aisyah et al., 2023).

Menurut asumsi peneliti, meskipun mayoritas responden sudah memiliki pengetahuan baik, masih ada remaja yang belum menerapkan perilaku higienis dengan optimal. Hal ini dapat dipengaruhi oleh faktor kebiasaan, fasilitas sanitasi yang terbatas,

maupun kurangnya motivasi dalam menjaga kebersihan. Oleh karena itu, diperlukan peran aktif guru, tenaga kesehatan, dan orang tua untuk terus memberikan edukasi dan mendukung pembentukan perilaku higienis menstruasi yang lebih baik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan data dan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: 1) Pengetahuan kesehatan reproduksi pada penelitian ini mayoritas baik. Dari hasil penelitian yang didapatkan 64 responden (61,5%); 2) Perilaku remaja tentang higienis menstruasi mayoritas baik. Dari hasil penelitian didapatkan 65 responden (62,5%); 3) Terdapat hubungan pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku higienis menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 13 Pekanbaru. Dari hasil uji chi square didapatkan $p = 0,008 < \alpha = 0,05$ maka H_a diterima.

Diharapkan dapat menerapkan pengetahuan yang dimiliki tentang kesehatan reproduksi dengan membiasakan perilaku higienis saat menstruasi, seperti mengganti pembalut setiap 3–4 jam, mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, serta membersihkan area genital dengan benar. Remaja putri diharapkan aktif mencari informasi yang benar dan terpercaya terkait kesehatan reproduksi dari sumber resmi seperti tenaga kesehatan, buku, atau media edukasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, A. D., Bambang, P., & Wittiarika, D. I. (2024). Jarang ganti pembalut meningkatkan risiko infeksi genitalia selama menstruasi. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 4(8), 3570–3580. P-ISSN: 2746-198X, E-ISSN: 2746-3486.
- Aisyah, S., Dwiastiti Irianto, I., Zuraida Muhsinin, S., Zulfa, E., Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nahdlatul Wathan Mataram, P., kunci, K., Putri, R., & Reproduksi, K. (2023). Perilaku Remaja Putri dalam Mempertahankan Kesehatan Reproduksi Saat Menstruasi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 3738–3743.
- Amanda, F. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kesehatan Reproduksi Dengan Perilaku Menstrual Hygiene. *Citra Delima Scientific journal of Citra Internasional Institute*, 6(1), 1–6. <https://doi.org/10.33862/citradelima.v6i1.280>
- Anggreni, D. (2022). Penerbit STIKes Majapahit Mojokerto buku ajar.
- AYU, N. P. M. E. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja. *Jurnal Proteksi Kesehatan*, 10(1), 49–54.
- Ayunisyah, S. D., Harmi, H., & Asha, L. (2022). Peran Kepala Sekolah Dalam Meningkatkan Perilaku Organisasi Di SDN 125 Rejang Lebong. *Al-Madrasah: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 6(4), 1429. <https://doi.org/10.35931/am.v6i4.1312>
- Collins, S. P., Storrow, A., Liu, D., Jenkins, C. A., Miller, K. F., Kampe, C., & Butler, J. (2021). No Title 済無No Title No Title No Title. V, 167–186.
- Farokah, A., Amira, I. N., & Dewi, E. C. (2022). Efektifitas Penggunaan Media Video Dan Poster Terhadap Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Mengenai Protokol Kesehatan Pencegahan Covid-19. *Jurnal Klinik*, 1(1), 43–49.
- Fish, B. (2020). Hubungan antara pengetahuan dan sikap remaja putri tentang vulva hygiene menstruasi dengan kejadian pruritus vulvae saat menstruasi di mahasiswa tk 1 akbid rspad gatot soebroto, Rumah sakit pusat angkatan darat RSPAD Gatot Soebroto Akademi Kebidanan: Jakarta
- Hayyat, R. F., Wulandari, R., & Sugesti, R. (2023). Hubungan Tingkat Stress, Makanan Cepat Saji Dan Aktivitas Fisik Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Pmb N Jagakarsa. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1338–1355. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i4.751>
- Husna, F. (2023). Kegiatan Pengabdian Masyarakat “Personal Hygiene pada Saat Menstruasi” di PONPES Al-Bayan Sleman. *DIMASLIA “Jurnal Pengabdian Masyarakat Mulia Madani Yogyakarta,”* 1(1), 19–23. <https://jurnal.lppm-mmy.ac.id/index.php/dimaslia/article/view/5>
- Ikhlasia Kasim, S., Hafid, R., Wahyuni Mohamad, R., Penelitian, A., Kunci, K., Reproduksi, K., & Pubertas, K. (2025). Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi dengan Kesiapan Menghadapi Masa Pubertas Pada Remaja Usia 12-13 Tahun Di SMP Negeri 1 Limboto Relationship Between Knowledge Level about Reproductive Health and Readiness to Face Puberty in Adolesc. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 8(4), 1769–1784. <https://doi.org/10.56338/jks.v8i4.7177>
- Ilham, M. A., Islamy, N., Hamidi, S., & Sari, R. D. P. (2022). Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja: Literature Review. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(1), 185–192.
- Ismatuddiyanah, Meganingrum, R. J. A. A., Putri, F. A., & Mahardika, I. K. (2023). Ciri dan Tugas Perkembangan Pada Masa Remaja Awal dan Menengah Serta Pengaruhnya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Tambusa*, 7(3), 27236.
- Kartika Adyani, Noveri Aisyaroh, & Anisa, N. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi Remaja : Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(10), 1192–1198. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i10.255>

- 5
Lestari, R., Realita, F., & Rosyidah, H. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Personal Hygiene terhadap Perilaku Personal Hygiene Remaja Saat Menstruasi: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(4), 831–840. <https://doi.org/10.56338/mppki.v7i4.4727>
- Mayang Sari, P., Susan Amelia, W., Studi D-III Keperawatan, P., Al-Ma, Stik., & Baturaja, arif. (2024). Hubungan Pengetahuan Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Mahasiswi Putri. 9, 52–59.
- Pariati, P., & Jumriani, J. (2021). Gambaran Pengetahuan Kesehatan Gigi Dengan Penyuluhan Metode Storytelling Pada Siswa Kelas Iii Dan Iv Sd Inpres Mangasa Gowa. *Media Kesehatan Gigi : Politeknik Kesehatan Makassar*, 19(2), 7–13. <https://doi.org/10.32382/mkg.v19i2.1933>
- Pratama, D., & Sari, Y. P. (2021). Karakteristik Perkembangan Remaja | *Jurnal Edukasimu*. *Edukasimu.org*, 1(3), 1–9. <http://edukasimu.org/index.php/edukasimu/article/view/49>
- Putri, R., Saat, P., Di, M., & Negeri, S. M. P. (2024). *Ekasakti jurnal penelitian & pengabdian*. 4(November), 248–260.
- Qolbah, H., Hamidah, H., Purnamawati, D., & Subiyatin, A. (2024). Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Kebersihan Menstruasi pada Remaja. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 4(2), 62. <https://doi.org/10.24853/myjm.4.2.62-71>
- Sorong, R. M., Rampengan, N. H., Kairupan, R., & Sumampouw, O. J. (2022). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Masyarakat Dengan Kepatuhan Penggunaan masker Selama pandemi Covid-19. *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 11(2), 1–9.
- Syifaul Rahman, N. (2025). Hubungan Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Seksual pada Remaja di SMA Negeri 1 Baturaden Kelas XI. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 12(1), 17–26. <https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol12.iss1.348>
- Ummah, M. S. (2019). *Buku Pentingnya personal hygiene selama menstruasi*. Medan: Dewa Publishing
- Widarini, N. P., Maryanthi, N. T., Nyoman, N., Witari, D., Masyarakat, K., Kedokteran, F., Udayana, U., Kesehatan, P., & Bali, K. (2023). the Relationship Between Knowledge and Attitude With Personal Hygiene Behavior of Menstrual Adolescent Women in Denpasar 2022. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 14(1), 19–28. <http://journaliakmitangsel2.iakmi.or.id>
- Widodo, S., Ladyani, F., Asrianto, L. O., Rusdi, Khairunnisa, Lestari, S. M. P., Wijayanti, D. R., Devriany, A., Hidayat, A., Dalfian, Nurcahyati, S., Sjahriani, T., Armi, Widya, N., & Rogayah. (2023). *Metodologi Penelitian*. In *Cv Science Techno Direct*.
- Yose, P., Costa, D., & Nurkariani, N. L. (2024). *Jurnal Jnana Satya Dharma Pengaruh Sosial Media Advertising Dan Diskon Terhadap Minat Beli Serta Dampaknya Pada Keputusan Pembelian*. 1(1), 1–15.