

**GAMBARAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA PUTRI
TENTANG KEBERSIHAN ORGAN REPRODUKSI
EKSTERNA PADA SAAT MENSTRUASI
DI SMP NEGERI 18 BANJARMASIN**

Wilanda Apriana*, YP. Rahayu¹, Sundari¹
¹Stikes Sari Mulia Banjarmasin

*Korespondensi Penulis. Telepon: 082255149006, E-mail: wilandaapriana@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Pengetahuan antara remaja putri satu dengan yang lain berbeda-beda, termasuk pengetahuan mengenai cara membersihkan genitalia saat menstruasi, sehingga akan mempengaruhi perilaku menjaga kebersihan genitalia saat menstruasi. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 18 Banjarmasin didapatkan hasil bahwa pada saat diskusi/tanya jawab dari 10 siswi yang didapatkan 7 orang diantaranya belum mengetahui tentang kebersihan organ reproduksi eksternal pada saat menstruasi, sedangkan 3 orang diantaranya sudah mengetahui.

Tujuan: Menggambarkan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang kebersihan organ reproduksi eksternal pada saat menstruasi di SMP Negeri 18 Banjarmasin.

Metode: Metode penelitian bersifat deskriptif. Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan *simple random sampling* yaitu sebanyak 60 orang remaja puteri. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Hasil penelitian ini diinterpretasikan dalam bentuk tabel dan distribusi frekuensi.

Hasil: Sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 36 orang (60%), responden yang memiliki sikap positif sebanyak 36 orang (60,0%) dan sebagian besar responden berpengetahuan baik dengan sikap positif berjumlah 21 orang (58,3%).

Simpulan: Sebagian besar responden berpengetahuan pengetahuan baik dan besikap positif sebanyak 21 orang (58,3%).

Kata Kunci: Pengetahuan, Sikap, Remaja Puteri, kebersihan organ reproduksi.

PENDAHULUAN

Remaja atau adolensence berasal dari bahasa latin *adolescere* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Masa remaja adalah masa rentang usia 10 sampai 19 tahun, dimana pada masa tersebut terjadi proses pematangan fisik maupun psikologis. Salah satu tanda bahwa seorang wanita telah memasuki masa remaja adalah terjadinya menstruasi, yaitu perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan endometrium (Soetjningsih, 2010).

Data demografi BKKBN (2011) menunjukkan, tahun 2010 sebanyak 1,2 miliar penduduk atau seperlima dari jumlah penduduk di dunia berusia 10-19 tahun. Menurut sensus penduduk 2010 yang dikeluarkan oleh BPS (2010), di Indonesia jumlah remaja putri umur 10-19 tahun sebanyak 21.275.092 jiwa.

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak ke masa dewasa. Kehidupan masa remaja merupakan tahapan yang sangat menentukan untuk pembentukan

pribadi selanjutnya, sehingga sangat penting bagi remaja mempunyai pengetahuan yang baik terhadap kesehatan reproduksinya, khususnya kebersihan organ reproduksi eksternal pada saat menstruasi karena menjaga kebersihan genitalia merupakan awal dari menjaga kesehatan organ reproduksi secara umum (Soetjningsih, 2010).

Menstruasi atau haid adalah mengacu kepada pengeluaran secara periodik darah dan sel-sel tubuh dari vagina yang berasal dari dinding rahim wanita. Biasanya menstruasi dimulai antara usia 10-16 tahun, tergantung faktor yang mempengaruhi, termasuk kesehatan wanita, status nutrisi dan berat tubuh relative terhadap tinggi tubuh. Menstruasi berlangsung kira-kira sekali sebulan sampai wanita mencapai usia 45-50 tahun (Sarwono, 2012).

Perubahan yang terjadi di masa remaja khususnya pada alat reproduksi perlu mendapatkan perhatian khusus dalam hal pemeliharaan kesehatan reproduksi. Kesehatan reproduksi dalam kerangka definisi *World Health Organization* (WHO) adalah suatu

Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Kebersihan Organ...

kondisi fisik, mental dan social yang utuh, tidak hanya bebas dari kecacatan atau penyakit di segala aspek yang berhubungan dengan fungsi reproduksi, sistem serta prosesnya. Pentingnya kesehatan reproduksi juga dikemukakan Konferensi Internasional Kependudukan dan Pembangunan atau The International Conference of Population and Development (ICPD) tahun 1994 di Kairo sebagai konsep baru yang berhubungan dengan hak asasi manusia yang diartikan sebagai kondisi sehat jasmani, psikologi dan sosial yang berhubungan dengan proses dan fungsi sistem reproduksi. Pemeliharaan kesehatan reproduksi yang dialami perempuan harus mulai diperhatikan sejak usia menstruasi pertama (*menarche*) yang merupakan awal dari proses reproduksi (Sarwono, 2012).

Banyak mitos yang berkembang di lingkungan masyarakat terkait dengan menstruasi, seperti larangan keramas, larangan menggunting kuku dan memakai pembalut saat menstruasi bisa menyebabkan kemandulan. Di lingkungan rumah, orangtua

seringkali merasa tidak nyaman membicarakan masalah seksual dengan anaknya, sehingga pendidikan mengenai organ seksual jarang didapatkan remaja dari orangtua termasuk tentang menjaga kebersihan organ reproduksi eksternal dengan benar terutama saat menstruasi (Taslim, 2008).

Kebersihan daerah genitalia terutama pada saat menstruasi sering diabaikan oleh wanita. Pada saat menstruasi darah dan keringat yang keluar menempel pada vulva sehingga daerah genitalia menjadi lembab. Jika pada saat itu tidak menjaga kebersihan genitalia dengan benar, maka dalam keadaan lembab, jamur dan bakteri yang berada di daerah genitalia akan tumbuh subur sehingga menyebabkan rasa gatal dan infeksi pada daerah tersebut. Infeksi yang diakibatkan oleh hygiene yang buruk selama menstruasi yang sering terjadi pada wanita yaitu keputihan, vaginitis bacterial trichomonas vaginalis, kandidiasis vulvovaginitis dan sebagainya. Bila infeksi tersebut dibiarkan dan tidak diobati dengan sempurna, akan

Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Kebersihan Organ...

menimbulkan infeksi yang merambat ke organ reproduksi bagian dalam seperti radang panggul (Wijayanti, 2009).

Menurut Magfiroh (2010), 90% wanita di dunia yang menderita vaginitis, 40-50% disebabkan oleh bacterial vaginosis, 20-50% disebabkan oleh kandidiasis vagina, 15-20% disebabkan oleh trikomoniasis. Jumlah wanita di dunia yang mengalami keputihan sebanyak 75%. Di Indonesia sendiri pada tahun 2004 sebanyak 75% wanita mengalami keputihan minimal sekali seumur hidup dan 45% mengalami dua kali atau lebih.

Pengetahuan antara remaja putri satu dengan yang lain berbeda-beda, termasuk pengetahuan mengenai cara membersihkan genitalia saat menstruasi, sehingga akan mempengaruhi perilaku menjaga kebersihan genitalia saat menstruasi. Pengetahuan seseorang akan mempengaruhi perilakunya, karena pengetahuan merupakan dasar dalam pembentukan perilaku seseorang. Apabila perilaku didasari oleh pengetahuan yang baik, maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng,

apabila perilaku itu tidak didasari dengan pengetahuan yang baik, maka tidak berlangsung lama (Notoatmodjo, 2012).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 18 Banjarmasin didapatkan hasil bahwa pada saat diskusi/tanya jawab dari 10 siswi yang didapatkan 7 orang diantaranya belum mengetahui tentang kebersihan organ reproduksi eksternal pada saat menstruasi, sedangkan 3 orang diantaranya sudah mengetahui.

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang kebersihan organ reproduksi eksternal pada saat menstruasi di SMP Negeri 18 Banjarmasin.

BAHAN DAN METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi kelas VII dan VIII di SMP Negeri 18 Banjarmasin sebanyak 153 orang. Sampel penelitian ini adalah sebagian dari populasi dan sampel dalam penelitian ini pengambilan

Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Kebersihan Organ...

menggunakan teknik *simple random sampling*,

Dalam penelitian ini yang menjadi sampel adalah berjumlah 60 siswi kelas kelas VII dan

VIII di SMP Negeri 18 Banjarmasin.

HASIL

1. Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Kebersihan Organ Reproduksi Eksternal di SMP Negeri 18 Banjarmasin

Berdasarkan data yang didapatkan, pengetahuan responden di SMP Negeri 18 Banjarmasin dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri tentang Kebersihan Organ Reproduksi Eksternal di SMP Negeri 18 Banjarmasin

No.	Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Baik	36	60
2	Cukup	20	33,3
3	Kurang	4	6,7
Total		60	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden memiliki pengetahuan baik sebanyak 36 orang (60%), responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 20 orang (33,3%) dan sebagian kecil responden memiliki pengetahuan kurang sebanyak 4 orang (6,7%).

2. Gambaran Sikap Remaja Putri tentang Kebersihan Organ Reproduksi Eksternal di SMP Negeri 18 Banjarmasin

Berdasarkan data yang didapatkan, sikap responden di SMP Negeri 18 Banjarmasin dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Sikap Remaja Putri tentang Kebersihan Organ Reproduksi Eksternal di SMP Negeri 18 Banjarmasin

No.	Sikap	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Positif	36	60
2	Negatif	24	40
Total		60	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang memiliki sikap positif sebanyak 36 orang (60,0%) dan responden yang memiliki sikap negatif sebanyak 24 orang (40,0%).

Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Kebersihan Organ...

3. Tabel Silang Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Kebersihan Organ Reproduksi Eksternal di SMP Negeri 18 Banjarmasin

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Tabel Silang Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Kebersihan Organ Reproduksi Eksternal di SMP Negeri 18 Banjarmasin

Pengetahuan	Sikap				Total	
	Positif		Negatif		f	%
	f	%	f	%		
Baik	21	58,3	15	41,7	36	100
Cukup	13	65	7	35	20	100
Kurang	2	50	2	50	4	100
Total	36	60,0	24	40,0	60	100,0

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berpengetahuan baik dengan sikap positif berjumlah 21 orang (58,3%), sebagian besar responden berpengetahuan cukup dengan sikap positif berjumlah 13 orang (65,0%) dan secara bersama-sama responden berpengetahuan kurang dengan sikap positif dan negatif berjumlah 2 orang (50%).

PEMBAHASAN

1. Pengetahuan Remaja Putri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki

pengetahuan baik sebanyak 36 orang (60%) dan sebagian kecil responden memiliki pengetahuan kurang sebanyak 4 orang (6,7%), dikarenakan responden sudah mempunyai pengalaman yang banyak tentang cara membersihkan genitalia saat menstruasi. Menurut Notoatmodjo (2012), Semakin banyak pengalaman yang didapatkan maka akan semakin mudah bagi seseorang tersebut memecahkan masalah yang pernah dihadapi dan semakin baik pengetahuannya.

Penelitian ini sejalan dengan teori Notoatmojdo (2012) yang menyebutkan bahwa pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba, sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif

Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Kebersihan Organ...

merupakan domain yang sangat penting dalam bentuk tindakan seseorang.

Hal itu tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2013) di Madrasah Pondok Pesantren Darunnajah Jakarta dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang sebanyak (93,4%).

Menurut asumsi peneliti, pengetahuan remaja perempuan mengenai kesehatan reproduksi cenderung belum adekuat, ini salah satunya yang menyebabkan mereka memiliki perilaku kesehatan reproduksi yang kurang sehat, sebab pengetahuan yang baik atau kurang akan mempengaruhi perilaku seseorang. Tindakan yang didasari pengetahuan akan lebih langgeng dibandingkan tanpa didasari pengetahuan. Kebersihan genitalia adalah keadaan organ seksual yang bebas dari kotoran dan infeksi. Menjaga kebersihan genitalia saat menstruasi adalah cara menjaga

kebersihan organ-organ seksual atau alat reproduksi saat menstruasi agar terbebas dari suatu infeksi dan penyakit alat reproduksi.

2. Sikap Remaja Putri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang memiliki sikap positif sebanyak 36 orang (60,0%) dan responden yang memiliki sikap negatif sebanyak 24 orang (40,0%). Sejalan dengan teori Notoatmodjo (2012) yang mengemukakan bahwa sikap merupakan bentuk keyakinan seseorang atau kepercayaan seseorang terhadap suatu objek atau situasi tertentu (aspek kognitif), yang disertai dengan perasaan positif dan negatif yang berupa rasa suka dan tidak suka, menerima atau menolak dan sebagainya (aspek afektif) (Notoatmodjo, 2012).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Putri (2013) di Madrasah Pondok Pesantren Darunnajah Jakarta sebagian remaja putri disana memiliki

Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Kebersihan Organ...

sikap positif (62,8%) dan negatif (37,2%).

Perbedaan berbagai hasil tersebut mungkin disebabkan oleh beberapa faktor seperti informasi yang bisa didapatkan dari orang tua, teman maupun media-media sumber informasi yang lainnya.

Peneliti menyimpulkan bahwa sikap dalam kebersihan alat reproduksi eksternal dalam penelitian ini adalah cara membersihkan dan menjaga kebersihan organ kelamin luar wanita yaitu dengan cara membasuh dari arah depan ke belakang, membersihkan dan mengeringkan alat kelamin dengan menggunakan tisu atau handuk khusus, menyiram kloset terlebih dahulu sebelum menggunakannya, tidak perlu menggunakan sabun khusus pembersih vagina, tidak sering-sering menggunakan pantyliner, mengganti pakaian dalam minimal 2 kali sehari dan mengganti pembalut minimal 3 jam sekali saat terasa basah, menggunakan pakain dalam yang terbuat dari katun serta menggunting

rambut kemaluan minimal 1 kali dengan mengajukan beberapa pernyataan yang berupa kuesioner.

Perubahan fisiologis pada remaja putri adalah menarche, ovulasi dan lengkapnya perkembangan payudara, munculnya rambut aksila serta perubahan hormonal. Fase remaja merupakan fase yang sangat penting, karena pada fase ini ditandai dengan matangnya organ-organ fisik (seksual) sehingga mampu menjalankan tugas reproduksi. Banyaknya perubahan yang terjadi pada masa remaja termasuk proses pematangan organ-alat reproduksi sehingga siap berfungsi sebagai orang dewasa. Tetapi banyak sekali permasalahan yang timbul pada proses pematangan alat reproduksi, salah satunya adalah munculnya keputihan pada remaja putri.

Menurut Asumsi peneliti, tindakan buruk dalam menjaga kebersihan genitalia, seperti mencucinya dengan air kotor, memakai sabun antiseptik secara

Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Kebersihan Organ...

berlebihan, menggunakan celana dalam yang tidak menyerap keringat, jarang mengganti celana dalam, tak sering mengganti pembalut dapat menjadi pencetus timbulnya infeksi yang menyebabkan keputihan sehingga mempermudah masuknya bakteri, virus dan parasit penyebab PMS ke dalam vagina. Pengetahuan dan tindakan dalam menjaga kebersihan genitalia eksterna merupakan faktor penting dalam pencegahan keputihan.

Permasalahan remaja yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi, sering kali berakar dari kurangnya informasi, pemahaman dan kesadaran untuk mencapai keadaan sehat secara reproduksi. Banyak sekali hal-hal yang berkaitan dengan hal ini, mulai dari pemahaman mengenai perlunya pemeliharaan kebersihan alat reproduksi, pemahaman mengenai proses-proses reproduksi serta dampak dari perilaku yang tidak bertanggung jawab seperti

kehamilan tak diinginkan, aborsi, penularan PMS.

Lebih dari sekedar masalah keputihan, tindakan menjaga kebersihan alat reproduksi eksternal juga merupakan langkah awal dalam pencegahan penularan penyakit menular seksual (PMS). Dengan adanya tindakan yang baik dalam menjaga kebersihan alat reproduksi eksternal maka seseorang juga akan cenderung untuk tidak melakukan hubungan seksual di luar nikah. Oleh karena itu, program pihak sekolah yang memasukkan materi KRR dalam mata pelajaran merupakan suatu kebijakan yang tepat.

3. Gambaran Pengetahuan dan Sikap Berdasarkan Tabel Silang

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berpengetahuan baik dengan sikap positif berjumlah 21 orang (58,3%) dan sebagian kecil responden berpengetahuan kurang dengan sikap positif dan negatif berjumlah

Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Kebersihan Organ...

2 orang (50%). Sejalan dengan teori Notoatmodjo (2012) yang mengemuakakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu usia, pendidikan, pengalaman, sosial ekonomi, budaya, dan informasi. Semakin tua seseorang kematangan berpikir akan semakin matang. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka ia akan mudah untuk menerima informasi, menerima hal-hal baru dan mudah menyesuaikan dengan hal yang baru tersebut.

Sejalan dengan penelitian Putri (2013) di Madrasah Pondok Pesantren Darunnjah Jakarta sebagian remaja putri berpengetahuan baik dengan sikap positif berjumlah 58%. Dalam penelitian ini peneliti mengambil responden pada usia remaja yaitu usia 12 sampai 16 tahun dan tingkat pendidikan SMP, sehingga usia dan pendidikan adalah variabel yang bisa dikendalikan di dalam penelitian.

Peneliti menarik kesimpulan bahwa pengetahuan yang baik dari remaja putri mengenai kebersihan organ reproduksi eksternal yang baik diakibatkan oleh informasi yang diperoleh oleh remaja putri dapat diterima dengan baik, selain itu faktor dari menjamurnya media sosial dan pergaulan yang baik dan luas mempengaruhi sikap remaja putri dalam menjaga kebersihan organ reproduksi eksternal. Akses internet yang mudah, memberikan peluang bagi remaja putri untuk menggali informasi mengenai kebersihan organ reproduksi eksternal sebanyak-banyaknya.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dari 60 orang responden, terdapat 15 orang (41,7%) yang memiliki pengetahuan baik namun bersikap negatif. Hal ini disebabkan karena responden hanya mengganti pembalut setelah mandi dalam satu hari pada saat menstruasi. Padahal pembalut seharusnya diganti minimal 3 kali sehari atau saat sudah

Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri tentang Kebersihan Organ...

merasa basah dan lembat. Ini bertujuan untuk menghindari infeksi, mengurangi rasa tidak nyaman serta menjauhkan dari kuman penyakit. Pembalut yang telah bercampur darah apabila didiamkan dalam waktu yang lama dapat menimbulkan penyakit berbahaya seperti keputihan patologis yang dapat mengarah pada infeksi genetalia dan kanker serviks.

Sebagian besar responden juga tidak mengeringkan alat kelamin atau vagina dengan handuk bersih dan kering sesudah mengkatikan pembalut saat menstruasi. Mengeringkan bertujuan untuk mengurangi kelembaban pada daerah vagina. Pembalut yang umumnya terbuat dari kain atau bubuk kapas apabila bergesekan dengan genetalia eksternal yang basah akan mengakibatkan luka lecet, menimbulkan rasa gatal dan tidak nyaman bahkan dapat mengakibatkan infeksi genetalia hingga mengakibatkan penyakit kelamin apabila lecet tersebut tidak segera diobati.

Diharapkan bidan mengingatkan ibu hamil agar rutin mengkonsumsi makanan bergizi tinggi seperti daging, ikan, sayur dan buah dan banyak mengandung zat besi serta rutin mengkonsumsi tablet penambah darah (tablet fe) minum satu kali setiap hari selama kehamilan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Dalam kesempatan ini, peneliti banyak mendapat bantuan, bimbingan, dan motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dari hati yang terdalam peneliti mengucapkan terima kasih kepada pembimbing I dan pembimbing II, Kepala Sekolah SMPN 18 Banjarmasin, kedua orang tua dan saudara-saudaraku serta teman-teman seangkatan dan seperjuangan yang telah memberikan semangat dan bantuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Magfiroh. 2010. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Kejadian Flour Albus Di SMA II jepara. *KTI*. Edisi 8:12-15. [Internet] dapat diakses di <http://www.healthy.co.id>. [diakses: 8 Februari 2016].
- Notoatmojdo, Soekidjo. 2012. *Pendidikan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rieneka Cipta.
- Notoatmojdo, Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rieneka Cipta.
- Putri, Aprisia Ori. 2013. Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Puteri tentang Keputihan di SMA Negeri 2 Pontianak. *Jurnal Kesehatan*. Edisi 12: 11-15. [Internet] dapat diakses di <http://www.healthy.co.id>. [diakses: 8 Februari 2016]. Universitas Tanjung Pura. Pontianak.
- Soetjiningsih. 2010. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Sarwono, W.S, 2012. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Taslim, 2008. *Keputihan Pada Remaja*. Jakarta: EGC.
- Wijayanti. 2009. *Kesehatan Reproduksi dan Gizi Pada Remaja*. Yogyakarta: Nuha Medika.