

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN PENGETAHUAN
DENGAN *PERSONAL HYGIENE* MENSTRUASI
PADA REMAJA PUTRI**

(Studi di Sekolah MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Kecamatan Socah Kabupaten
Bangkalan)

NASKAH PUBLIKASI



OLEH :

EKA AGUSTINI PUTRI

NIM: 17142010097

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES NGUDIA HUSADA MADURA
2021**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA CITRA TUBUH DAN PENGETAHUAN
DENGAN *PERSONAL HYGIENE* MENSTRUASI
PADA REMAJA PUTRI**

(Studi di Sekolah MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Kecamatan Socah Kabupaten
Bangkalan)

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Oleh :

EKA AGUSTINI PUTRI

NIM: 17142010097

Telah di setujui pada tanggal :

24 September 2021

Pembimbing

Merlyna Suryaningsih.,S.Kep.Ns.,M.Kep
NIDN. 0731018304

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY IMAGE AND KNOWLEDGE OF MENSTRUAL PERSONAL HYGIENE IN ADOLESCENT GIRLS

(Study at MTs AL-FALAH Buluh Dakiring School Socah District, Bangkalan Regency)

Eka Agustini Putri, Merlyna Suryaningsih.,S.Kep.Ns.,M.Kep

ABSTRACT

Personal hygiene during menstruation is an action to maintain health and hygiene in the female area during menstruation. Every teenager should be able to do menstrual personal hygiene properly. But in reality, there are still many teenagers who do not apply personal hygiene during menstruation properly. The purpose of this study is to analyze the relationship between body image and knowledge of menstrual personal hygiene in adolescent girls at MTs AL-FALAH school.

The research design used correlational analysis with a cross-sectional approach. The independent variable was body image and knowledge, while the dependent variable was personal hygiene. The population of teenage girls was 83 people, the number of samples taken was 68 respondents. The criteria taken were AL-FALAH MTs students who had menstruated. The sampling technique used probability sampling with a simple random sampling technique. Data collection techniques using a questionnaire sheet. Statistical test using Spearman Rank with (0.05).

The results showed that the body image of respondents during menstruation was almost half sufficient, namely as many as 26 female students (38.2%). respondents' knowledge of menstrual personal hygiene showed almost half of them were low, namely as many as 25 students (36.8%). almost half of the menstrual personal hygiene behavior was lacking, namely as many as 25 students (36.8%). After the Spearman Rank statistical test was carried out, it was obtained $p\text{-value} = 0.0000 < = 0.05$. This means that there is a relationship between body image and menstrual personal hygiene in adolescent girls.

It is expected that young women can increase their knowledge of menstrual personal hygiene through many sources and methods and improve their body image by always looking positively at their bodies so that they can apply personal hygiene behavior properly and correctly.

Keywords: Body Image, Knowledge, Menstrual Personal Hygiene

1. Judul Skripsi
2. Mahasiswa S1 Keperawatan Ngudia Husada Madura
3. Dosen STIKes Ngudia Husada Madura

1.1 Latar Belakang

Menstruasi merupakan kejadian fisiologis unik yang dialami oleh setiap perempuan (Mythili, 2007 dalam Usyani Tantry, 2019). Menstruasi merupakan salah satu perubahan kritis yang terjadi pada perempuan di kehidupan normal mereka (Parvin, Haque, Parvin, Islam, Begum, & Mondol, 2015 dalam Usyani Tantry, 2019). Ada beberapa hal terkait menstruasi yang perlu diperhatikan salah satunya adalah *personal hygiene*. *Personal hygiene* saat menstruasi merupakan komponen hygiene perorangan yang memegang peran penting dalam menentukan status kesehatan, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi.

Personal hygiene saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada daerah kewanitaan pada saat

menstruasi.. Seharusnya setiap remaja bisa melakukan personal hygiene menstruasi dengan baik. Tetapi pada kenyataannya, masih banyak remaja yang tidak menerapkan personal hygiene saat menstruasi. Hal ini disebabkan kurang mendapatkannya tentang cara bagaimana pentingnya menjaga kebersihan alat kelamin, mengganti pembalut dalam sehari, dan sedikitnya informasi yang diperoleh oleh siswi tentang menstruasi. Seharusnya setiap remaja bisa melakukan *personal hygiene* menstruasi dengan baik tetapi pada kenyataannya masih banyak remaja yang tidak menerapkan *personal hygiene* saat menstruasi dengan baik.

Hal yang perlu diperhatikan dalam kebersihan saat menstruasi antara lain kebersihan kelamin, kebersihan

pakaian dalam, penggunaan pembalut (Farid, 2016 dalam Mesquita, 2020).

Berdasarkan data yang dihimpun dari Badan Pusat Statistik dan Badan Perencanaan Pembangunan Nasional pada tahun 2010, 63 juta remaja di Negara Indonesia berisiko melakukan perilaku yang tidak sehat. Misal, kurangnya tindakan merawat kebersihan organ reproduksi ketika mengalami menstruasi. Angka insiden penyakit infeksi yang terjadi pada saluran reproduksi pada remaja (10–18 tahun), yaitu 35 sampai 42 % serta dewasa muda (18–22 tahun) sebesar 27 hingga 33%. Berdasarkan data statistik di Indonesia dari 69.4 juta jiwa remaja yang ada di Indonesia terdapat sebanyak 63 juta (sekitar 90%) remaja berperilaku *hygiene* sangat buruk. Seperti kurangnya tindakan merawat kesehatan organ reproduksi ketika mengalami

menstruasi. Perilaku yang kurang dalam merawat daerah kewanitaan sejumlah 30% yang diakibatkan lingkungan yang buruk atau tidak sehat dan 70% di akibatkan oleh penggunaan pembalut yang kurang tepat ketika menstruasi. (Riskesdas, 2016 dalam Pandelaki, 2020)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada siswi MTs AL-FALAH pada tanggal 3 maret 2021 didapatkan hasil dari 10 orang siswi yang dilakukan, mengenai *personal hygiene* menstruasi didapatkan 6 orang (60%) siswi mengalami *personal hygiene* yang buruk dan 4 orang (40%) siswi *personal hygiene* nya cukup baik.

Banyak faktor yang mempengaruhi *personal hygiene* menstruasi meliputi citra tubuh, praktek sosial, status sosio ekonomi, pengetahuan, budaya, kebiasaan,

kondisi fisik (Dewi, 2014 dalam Mesquita, 2020).

Dampak yang sering timbul akibat kurangnya *personal hygiene* ada dua macam yaitu dampak fisik dan dampak psikososial, dampak fisik itu sendiri adalah gangguan fisik yang terjadi karena adanya gangguan kesehatan yang diderita seseorang karena tidak terpeliharanya kebersihan perorangan dengan baik. Gangguan fisik yang sering terjadi adalah gangguan integritas kulit, gangguan membran mukosa mulut, infeksi pada mata dan telinga serta gangguan fisik pada kuku, sedangkan dampak psikososial adalah masalah sosial yang berhubungan dengan *personal hygiene* yaitu gangguan kebutuhan rasa nyaman, gangguan interaksi sosial, dan aktualisasi diri (Isro'in, 2012 dalam Kusnin, 2015).

Menurut (Pribakti 2008 dalam Riska, 2017) upaya menjaga kebersihan merupakan salah satu tindakan *personal hygiene* untuk memelihara kesehatan, kesejahteraan fisik dan psikis. Dan yang memegang peranan penting dalam menentukan status kesehatan, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi. Oleh karena itu pada saat menstruasi seharusnya perempuan benar-benar dapat menjaga kebersihan organ reproduksi secara ekstra terutama pada bagian vagina, pendidikan kesehatan reproduksi merupakan salah satu alternatif, dengan memberikan informasi kepada remaja agar mengetahui bagaimana cara menjaga kesehatan reproduksi kewanitaan agar terhindar dari penyakit organ reproduksi mereka yaitu memberikan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja khususnya pada

remaja putri dan bagaimana menjaga kebersihan organ reproduksi (Sari, 2016 dalam P & Aulia 2020)

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* yakni peneliti melakukan pengukuran atau penelitian dalam satu waktu. dan sampel yang di gunakan adalah sebanyak 68 responden di sekolah MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan. Menggunakan alat ukur kuesioner yang terdiri dari 35 pertanyaan.

HASIL PENELITIAN

4.1 Data Umum

4.1.1 Data Responden Berdasarkan Usia

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan Pada Bulan Juni 2021 (68)

Kelompok Usia	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
14 Tahun	11	16,2
15 Tahun	40	58,8
16 Tahun	17	25,0
Total	68	100

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 4.1 diatas diketahui bahwa sebagian besar usia responden berada pada kelompok usia 15 tahun yaitu sebanyak 40 siswi (58,8%).

4.1.2 Data Responden Berdasarkan Lama Menstruasi

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Menstruasi Di MTs AL-FALAH

Buluh Dakiring Socah Bangkalan
Pada Bulan Juni 2021 (68)

Lama menstruasi	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
6 hari	1	1,5
7 hari	60	88,2
8 hari	7	10,3
Total	68	100

Sumber : Data Primer,

Berdasarkan tabel 4.2 di atas di ketahui bahwa hampir seluruh responden mengalami lama menstruasi 7 hari yaitu sebanyak 60 siswi (88,2%)

4.2 Data Khusus

Pada data khusus akan disajikan hasil pengumpulan data yang meliputi distribusi frekuensi siswi berdasarkan variabel yang diteliti.

4.2.1 Data Responden Berdasarkan Citra Tubuh

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Citra Tubuh Di MTs AL- FALAH Buluh Dakiring

Socah Bangkalan Pada Bulan Juni 2021 (68)

Citra Tubuh	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Kurang	25	36,8
Cukup	26	38,2
Baik	17	25,0
Total	68	100

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 4.3 di atas diketahui bahwa citra tubuh responden pada saat menstruasi hampir setengahnya cukup yaitu sebanyak 26 siswi (38,2%).

4.2.2 Data Responden Berdasarkan

Pengetahuan *personal hygiene* menstruasi

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan *Personal hygiene* Menstruasi di MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan Pada Bulan Juni 2021 (68)

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Rendah	25	36,8
Sedang	20	29,4
Tinggi	23	33,8
Total	68	100

Sumber : Data Primer

<i>Personal Hygiene</i>	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Kurang	25	36,8
Cukup	24	35,3
Baik	19	27,9
Total	68	100

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 4.4 di atas di ketahui bahwa pengetahuan personal hygiene menstruasi responden menunjukkan hampir setengahnya rendah yaitu sebanyak 25 siswi (36,8%).

4.2.3 Data Responden Berdasarkan

Personal hygiene Menstruasi

Tabel 4.5 Distribusi

Frekuensi Responden Berdasarkan *Personal Hygiene* Menstruasi Di MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan Pada Bulan Juni 2021 (68)

Berdasarkan tabel 4.5 di atas di ketahui bahwa personal hygiene menstruasi responden memiliki perilaku *personal hygiene* menstruasi hampir setengahnya kurang yaitu sebanyak 25 siswi (36,8%).

4.2.4 Tabulasi Silang Citra Tubuh

Dengan *Personal Hygiene*

Menstruasi

Tabel 4.6 Tabulasi Silang Citra Tubuh Dengan *Personal Hygiene* Menstruasi Di MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan Pada Bulan Juni 2021 (68)

		<i>Personal Hygiene Menstruasi</i>						Total	
		Kurang		Cukup		Baik			
		F	%	F	%	F	%	F	%
Citra Tubuh	Kurang	25	36.8	0	0	0	0	25	36.8
	Cukup	0	0	24	35.3	0	0	24	35.3
	Baik	0	0	2	29	17	25.0	19	27.9
Total		25	36.8	26	38.2	17	33.8	68	100

Uji Statistic *Spearman Rank*

$\alpha = 0,05$

$\gamma = 0,000$

Berdasarkan tabel 4.6 di atas dapat dijelaskan bahwa responden MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan mengalami citra tubuh kurang dengan *personal hygiene* kurang sejumlah 25 (36.8%). Responden yang mengalami citra tubuh cukup dengan *personal hygiene* cukup sejumlah 24 (35.3%). Responden yang mengalami citra tubuh baik dengan *personal hygiene* baik sejumlah 17 (25.0%).

Dari hasil uji statistic *Spearman Rank* diperoleh nilai *p value* = 0,000 berarti nilai $p = < \alpha$ (0,05). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0

ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan citra tubuh dengan *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri di sekolah MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan

4.2.5 Tabulasi Silang Pengetahuan *Personal Hygiene* Dengan *Personal Hygiene Menstruasi*

Tabel 4.7 Tabulasi Silang Pengetahuan *Personal Hygiene* Dengan *Personal Hygiene Menstruasi* Di MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan Pada Bulan Juni 2021 (68)

		<i>Personal Hygiene Menstruasi</i>						Total	
		Kurang		Cukup		Baik			
		F	%	F	%	F	%	F	%
<i>Personal Hygiene Menstruasi</i>	Pengetahuan Rendah	25	36.8	0	0	0	0	25	36.8
	Sedang	0	0	20	29.4	4	5.9	24	35.3
	Tinggi	0	0	0	0	19	27.9	19	27.9
Total		25	36.8	20	29.4	23	33.8	68	100

Uji Statistic *Spearman Rank*

$\alpha = 0,05$

$\rho = 0,000$

Sumber : Data Primer

Dari hasil uji statistic *Spearman*

Berdasarkan tabel 4.7 di atas dapat dijelaskan bahwa responden MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan mengalami pengetahuan *personal hygiene* menstruasi rendah dengan *personal hygiene* menstruasi kurang sejumlah 25 (36.8%). Responden yang mengalami pengetahuan *personal hygiene* menstruasi sedang dengan *personal hygiene* menstruasi cukup sejumlah 20 (29,4%). Responden yang mengalami pengetahuan *personal hygiene* menstruasi tinggi dengan *personal hygiene* menstruasi baik sejumlah 19 (27.9%).

Rank diperoleh nilai *p value* = 0,000 berarti nilai $p = < \alpha$ (0,05). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan pengetahuan *personal hygiene* menstruasi dengan *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri di sekolah MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan.

PEMBAHASAN

5.1 Gambaran Citra Tubuh Pada Remaja Putri Di Sekolah MTs AL-FALAH

Berdasarkan hasil penelitian tentang citra tubuh responden MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan pada saat menstruasi

hampir setengahnya cukup yaitu sebanyak 26 siswi (38,2%). Berdasarkan analisa hasil pengisian kuisioner penelitian diketahui bahwa responden dengan penilaian tertinggi terdapat pada nomer 1 dengan pernyataan yaitu saya menyukai penampilan saya, nomer 3 dengan pernyataan saya jarang merawat tubuh saya dan nomer 5 dengan pernyataan saya terlalu memperhatikan penampilan saya sedangkan penilaian terendah terdapat pada nomer 2 dengan pernyataan saya sangat khawatir dengan apa yang orang lain pikirkan mengenai penampilan saya, nomer 7 dengan pernyataan saya memaksakan diri untuk diet dan nomer 9 saya menghabiskan banyak uang demi penampilan saya.

Pada remaja citra tubuh cukup paling banyak usia 15 tahun sekitar 17

siswi (25.0%). Umumnya hal ini terjadi pada remaja putri. Usia mempengaruhi citra tubuh sehingga remaja sangat memperhatikan tubuh mereka dan membangun citranya sendiri mengenai bagaimana tubuh mereka dimata orang lain sering juga para remaja putri membanding-bandingkan bentuk tubuhnya dengan teman sebayanya, pada usia remaja banyak dari mereka yang berusaha mengubah penampilannya sehingga terlihat menarik. Ketidakpuasan remaja putri terhadap tubuhnya meningkat pada awal hingga pertengahan usia remaja. citra tubuh merupakan gambaran tubuh tersebut terbentuk dalam pikiran menurut dirinya sendiri, para remaja menyadari perubahan yang dialami mereka, khususnya perubahan dalam hal penampilan. Sulit untuk menentukan apakah dengan perubahan

penampilan, pribadinya juga mengalami perubahan.

Citra tubuh adalah gambaran mengenai bentuk dan ukuran tubuhnya sendiri yang dipengaruhi oleh bentuk dan ukuran tubuh serta harapan terhadap bentuk tubuh yang diinginkan. Apabila harapan tersebut tidak sesuai dengan kondisi tubuh actual maka akan menimbulkan citra tubuh negatif (Sada dkk, 2012 dalam Laraswaty, 2016). Hal senada juga diungkapkan oleh Rice (dalam Nugraha, 2010) yang mengemukakan bahwa citra tubuh adalah gambaran mental yang dimiliki seseorang tentang tubuhnya yang meliputi pikiran, perasaan, sensasi, kesadaran, dan perilaku yang terkait dengan tubuhnya yang merupakan pengalaman individual tentang tubuhnya.

Ternyata responden yang citra tubuhnya dalam kategori kurang juga jumlahnya besar yaitu sebanyak 25 siswi (38,2%). Usia remaja yang citra tubuhnya kurang yaitu 15 tahun sebanyak 11 siswi (44%). Hal ini bisa disebabkan citra tubuh yang sehat ditandai dengan adanya gambaran mental dan sikap yang akurat tentang tubuh dan merupakan salah satu perwujudan dari harga diri yang positif, maka otomatis ia akan merasa puas dengan kondisi tubuh yang dimiliki dan menerima kondisi tubuhnya dengan apa adanya. di masa sekarang, masyarakat banyak berpersepsi jika penampilan itu hal yg sangat penting. Indikator dikatakan sempurna jika kulit putih, langsing, tinggi, wangi. Padahal tdk semua wanita begitu.

5.2 Gambaran Pengetahuan Personal Hygiene Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sekolah MTs AL-FALAH

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengetahuan personal hygiene menstruasi responden MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan menunjukkan hampir setengahnya rendah yaitu sebanyak 25 siswi (36,8%). Berdasarkan analisa hasil pengisian kuisioner penelitian diketahui bahwa responden dengan penilaian tertinggi terdapat pada nomer 1 dengan pernyataan *personal hygiene* menstruasi merupakan tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan secara menyeluruh pada saat menstruasi, nomer 2 dengan pernyataan mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut dan nomer 6 dengan pernyataan membersihkan pakaian dalam yang digunakan saat menstruasi sebaiknya

dengan sabun sedangkan penilaian terendah terdapat pada nomer 4 dengan pernyataan membersihkan alat genetalia yang benar adalah dari belakang ke depan, nomer 7 dengan pernyataan pakaian dalam yang terlalu ketat dapat mengakibatkan iritasi pada kulit dan nomer 8 mengganti pembalut yang benar adalah ketika mandi saja.

Pada usia 15 tahun yaitu sebanyak 40 siswi (58,8%) menunjukkan bahwa responden termasuk kategori remaja menengah sehingga bisa mempengaruhi kurangnya pengetahuan seseorang karena remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke remaja sehingga banyak remaja yang tidak tahu bagaimana cara berperilaku personal hygiene menstruasi yang benar. Semakin dewasa remaja putri maka semakin baik pengetahuan

seseorang untuk berperilaku baik dalam menjaga kesehatan khususnya dalam hal kebersihan reproduksi, begitu juga sebaliknya jika tingkat pengetahuan seseorang rendah maka pengetahuan seseorang dalam hal kesehatan khususnya kebersihan reproduksi juga rendah.

Pengetahuan merupakan dasar terbentuknya suatu perilaku, seseorang dikatakan kurang pengetahuan apabila dalam kondisi kurang mampu untuk mengenal dan menjelaskan serta menganalisa suatu keadaan (Dewi, 2015). Pengetahuan remaja rendah tentang personal hygiene, hal ini disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya karena kurangnya informasi yang diperoleh oleh responden. Salah satu faktor pendukung agar remaja mengetahui tentang personal hygiene organ reproduksi yang baik yaitu

dengan mencari informasi baik dari media massa misalnya internet.

5.3 Gambaran Personal Hygiene Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sekolah MTs AL-FALAH

Berdasarkan hasil penelitian tentang personal hygiene menstruasi responden MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan memiliki perilaku *personal hygiene* menstruasi hampir setengahnya kurang yaitu sebanyak 25 siswi (36,8%). Remaja putri di sekolah MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan sebagian besar memiliki perilaku personal hygiene saat menstruasi yang kurang, remaja yang kurang mengerti tentang masalah perilaku personal hygiene menstruasi bisa menyebabkan kebersihan kelaminnya tidak terjaga.

Personal hygiene saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada daerah

kewanitaan pada saat menstruasi. Hygiene pada saat menstruasi merupakan hal penting dalam menentukan kesehatan organ reproduksi remaja putri, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi. Oleh karena itu, pada saat menstruasi perempuan benar-benar dapat menjaga kebersihan organ reproduksi dengan baik, terutama pada bagian vagina, apabila tidak dijaga kebersihannya, maka akan menimbulkan mikroorganisme seperti bakteri, jamur dan virus yang berlebih sehingga dapat mengganggu fungsi organ reproduksi. Saat menstruasi tubuh cenderung memproduksi lebih banyak keringat, minyak dan cairan tubuh lainnya. Bagian tubuh yang tertutup dan lipatan-lipatan kulit seperti daerah alat kelamin merupakan bagian yang paling penting. Ketika tubuh mengeluarkan banyak keringat maka

bagian ini cenderung lembab dan mikroorganisme jahat seperti jamur muda berkembangbiak yang akhirnya dapat menimbulkan infeksi.

Menurut Agra (2016) hygiene menstruasi merupakan hygiene personal pada saat menstruasi. Hygiene menstruasi sangat penting karena bila penanganan selama haid tidak steril maka dapat mengakibatkan infeksi alat reproduksi. Personal hygiene saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada daerahewanitaan pada saat menstruasi. Personal hygiene adalah cara perawatan diri manusia untuk memelihara kesehatan mereka. Pemeliharaan hygiene perorangan diperlukan untuk kenyamanan individu, keamanan, dan kesehatan.

5.4 Hubungan citra tubuh dengan personal hygiene menstruasi pada remaja putri di sekolah MTs AL-FALAH

Berdasarkan hasil uji statistic *Spearman Rank* diperoleh nilai $p = 0,000$ berarti nilai $p = < \alpha (0,05)$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan citra tubuh dengan *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri di sekolah MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan. Mekanisme citra tubuh dapat mempengaruhi personal hygiene menstruasi pada remaja putri mulai dari pikiran dapat mempengaruhi kepercayaan diri sampai dapat mempengaruhi keyakinan dan sikap remaja tersebut.

Ada hubungan citra tubuh dengan *personal hygiene* menstruasi di sekolah MTs AL-FALAH. Umumnya para remaja menyadari perubahan

yang dialami mereka, khususnya perubahan dalam hal penampilan. Sulit untuk menentukan apakah dengan perubahan penampilan, pribadinya juga mengalami perubahan.

Penampilan fisik banyak pengaruhnya pada penilaian diri sendiri, bahkan acapkali lebih berperan daripada kemampuan intelektual. Daya tarik penampilan fisik lebih diutamakan, macam penampilan fisik yang dianggap sebagai menarik atau tidak, banyak ditentukan oleh kebudayaan dan masanya. Perubahan kulit pada wajah dengan tumbuhnya jerawat menyebabkan para remaja tidak begitu percaya diri. Citra tubuh adalah sikap individu terhadap tubuhnya, baik secara sadar maupun tidak sadar meliputi : performance, potensi tubuh, fungsi tubuh, serta persepsi dan perasaan tentang ukuran dan bentuk tubuh. Perubahan bentuk tubuh yang

tidak sesuai dengan harapan akan berakibat pada personal hygiene siswi tersebut seperti tidak merawat tubuhnya sendiri dan tidak ada keinginan untuk bersih.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rachmayadi dan susilarini 2020 dengan judul Hubungan antara citra tubuh dan harga diri dengan kecenderungan *Body Dysmorphic Disorder* didapatkan hasil bahwa Hasil analisis data antara variabel harga diri dengan body dysmorphic disorder diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0,254$ dan $p = 0,002$ yang berarti ada hubungan yang bersifat negatif antara variabel harga diri dengan kecenderungan body dysmorphic disorder. Korelasi multivariat pada uji regresi diketahui koefisien determinasi R Square sebesar 0,074 berdasarkan

regresi korelasi multivariat diperoleh nilai koefisien korelasi $R = 0,272$ dan $p = 0,004$ yang berarti ada hubungan antara citra tubuh dan harga diri dengan kecenderungan body dysmorphic disorder. Sumbangan efektif citra tubuh dan harga dengan kecenderungan body dysmorphic disorder sebesar 7,4% sedangkan 92,6% merupakan sumbangan dari faktor lain yang tidak diteliti

5.5 Hubungan pengetahuan dengan personal hygiene menstruasi pada remaja putri di sekolah MTs AL-FALAH

Berdasarkan hasil uji statistic *Spearman Rank* diperoleh nilai $p = 0,000$ berarti nilai $p = < \alpha (0,05)$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan pengetahuan *personal hygiene* menstruasi dengan *personal hygiene*

menstruasi pada remaja putri di sekolah MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan. Pengetahuan dapat mempengaruhi personal hygiene menstruasi pada remaja putri disebabkan karena kurangnya informasi, karena apabila remaja tersebut kurang informasi akan dapat mempengaruhi sikap dan tindakannya, apabila sikapnya positif maka tindakannya akan positif, dan apabila tindakannya negatif maka tindakannya akan negatif.

Pengetahuan yang kurang dapat mempengaruhi *personal hygiene* seseorang, kesadaran remaja putri tentang perilaku tersebut harus ditingkatkan dengan meningkatkan pengetahuan remaja tentang personal hygiene menstruasi dengan memberikan *health education* *personal hygiene* secara benar dan remaja menganggap perilaku *personal*

hygiene itu hal yang biasa serta belum mengetahui dampak negatif dari perilaku *personal hygiene* yang salah. Perilaku itu sendiri merupakan tindakan yang dapat diamati dan mempunyai spesifik, durasi dan tujuan baik disadari maupun tidak disadari bahwa interaksi tersebut amat kompleks sehingga kadang-kadang kita tidak sempat memikirkan penyebab seseorang menerapkan perilaku tersebut.

Pengetahuan merupakan dasar terbentuknya suatu perilaku, seseorang dikatakan kurang pengetahuan apabila dalam kondisi kurang mampu untuk mengenal dan menjelaskan serta menganalisa suatu keadaan (Dewi, 2015). Pengetahuan remaja rendah tentang personal hygiene, hal ini disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya karena kurangnya informasi yang diperoleh oleh responden. Salah

satu faktor pendukung agar remaja mengetahui tentang personal hygiene organ reproduksi yang baik yaitu dengan mencari informasi baik dari media massa misalnya internet.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Usyani, Tetty, Desy Indra 2019 dengan judul Gambaran pengetahuan, sikap, dan perilaku perawatan diri selama menstruasi pada siswi SMPN 13 Bandung didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden (60,9%) memiliki pengetahuan yang buruk mengenai perawatan diri selama menstruasi. Beberapa faktor yang mempengaruhi buruknya hasil pengetahuan responden mengenai perawatan diri selama menstruasi adalah pendidikan, pengalaman, dan sumber informasi yang di dapat responden. Pengetahuan adalah kesan di dalam pikiran manusia sebagai hasil

penggunaan pancainderanya. Pengetahuan adalah segala yang diketahui berdasarkan pengalaman yang didapatkan oleh manusia

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah lakukan pembahasan atas hasil yang telah di peroleh peneliti, maka dapat di simpulkan hasil penelitian sebagai berikut:

- a. Remaja putri hampir setengahnya memiliki citra tubuh dalam kategori cukup di MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan.
- b. Remaja putri hampir setengahnya memiliki pengetahuan personal hygiene menstruasi dalam kategori rendah di MTs AL-FALAH

- Buluh Dakiring Socah Bangkalan.
- c. Remaja putri hampir setengahnya memiliki personal hygiene dalam kategori kurang di MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan.
- d. Ada hubungan citra tubuh dengan *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri di sekolah MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan.
- e. Ada hubungan pengetahuan *personal hygiene* menstruasi dengan *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri di sekolah MTs AL-FALAH Buluh Dakiring Socah Bangkalan.
- a. Bagi pendidikan Di harapkan penelitian ini dapat menambah refrensi tentang hubungan antara citra tubuh dan pengetahuan terhadap *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri di sekolah MTs AL-FALAH. Institusi pendidikan diharapkan hasil penelitian hasil dapat menjadi referensi dan bahan bacaan di perpustakaan untuk lebih meningkatkan kualitas pendidikan profesional sehingga dapat bersaing dan menjadi lebih baik daripada institusi-institusi lain.dan mengoptimalkan aktivitas sarana-prasarana dengan kondisi lapangan yang jauh lebih baik lagi.

6.2 **Saran**

Setelah mengetahui hasil dari penelitian ini, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

b. Bagi Tenaga kesehatan menstruasi dapat meningkatkan Diharapkan penelitian ini dapat sehingga dapat menjaga memberi informasi ilmiah kebersihan dan kesehatan area mengenai manfaat *personal* genetalia, khususnya di saat *hygiene* menstruasi pada menstruasi

remaja. Sehingga perawat bisa melakukan penyuluhan kesehatan dalam bentuk penerapan *personal hygiene* yang baik dan benar.

c. Bagi Responden Penelitian ini diharapkan remaja putri dapat meningkatkan citra tubuhnya, selalu meningkatkan percaya diri, selalu berpikiran positif terhadap tubuh dan senantiasa meningkatkan pengetahuan terkait *personal hygiene*, khususnya *hygiene* menstruasi. Jika hal ini sudah baik, maka diharapkan kesadaran terhadap *hygiene*

DAFTAR PUSTAKA

Agra, R Nur. 2016. Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Personal Hygiene. <http://www.akperhkbp.ac.id/wpcontent/uploads/2013/07/Jurnal>

Diakses tanggal 10 November 2017 jam 11.45 WITA.

Andira, D. (2010). Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita. Yogyakarta: A-Pluss Books.

Astria, R. rika. (2021). HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU PRIMIPARA TENTANG EKNIK MENYUSUI YANG BENAR DENGAN KEJADIAN PUTING SUSU LECET KABUPATEN PADANG PARIAMAN. 12(1), 191–199.

Astuti, d. r., (2017). Hubungan pengetahuan tentang *personal hygiene* dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri kelas XI di SMAN 1 Pajangan Bantul. Naskah publikasi.

Arikunto, S.2010. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta:PT Rineka Cipta.

Diana. (2011). Pengaruh citra tubuh

terhadap perilaku makan dan status gizi remaja putri di sman 1 medan tahun 2011. Thesis, Program Pascasarjana Universitas Sumatera Utara, Medan.

Donsu, J, D, T.(2017).Psikologi Keperawatan. Yogyakarta : Pustaka Baru Press. Cetakan I.

Eny, W. (2018). *tingkat stres remaja dengan siklus menstruasi*.

Farid Azzam. 2016. Hubungan peran ibu terhadap perilaku hygiene Remaja awal yang mengalami menstruasi di sdn 1 padakan. <http://repositori.usu.ac.id/e-journal/Keperawatan>.

Fitria, L. P. (2016). Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Pada Guru dan Karyawan SMP Negeri 18 Surakarta. (3), 2407-2656.

Gattario, K. H. (2013). Body image in adolescence: The lenses of culture, gender, and positive psychology. Department of Psychology, University of Gothenburg. <http://.handle.net/2077/34266>.

HUSNI, P. E. (2016). *HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN TINDAKAN PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA*. 165–170.

Indriastuti, Putri. (2009). Hubungan Antara Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Higienis pada remaja puteri. Muhammadiyah Surakarta.

Isro'in, Laily. 2012. Personal Hygiene. Jakarta: Graha Ilmu.

- Kusnin, R. M. (2015). Hubungan Antara Personal Hygiene dan Pemakaian Alat Pelindung Diri Dengan Kejadian Penyakit Kulit Pada Pemulung Di TPA Tanjung Rejo Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus. *Skripsi, Jurusan Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Keolahra, semarang.*
- Kusmiran, Eny, 2014. Kesehatan Remaja dan Wanita. Jakarta : Salemba Medika
- Laraswaty, febry anzelya. (2016). *citra tubuh wanita dewasa madya yang bekerja dan tidak bekerja.*
- Lyndon Saputra. 2013. Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia. Tangerang Selatan: Binarupa Aksara.
- Mesquita, virna lopes suan. (2020). *hubungan dukungan keluarga dengan perilaku hygiene remaja saat menghadapi menstruasi di smp negeri 5 kota kupang.*
- Melliana S., Annastasia, (2013). Menjelajah tubuh perempuan dan mitos kecantikan. Yogyakarta : PT LKis Printing Cemerlang
- Mythili, A. (2007). A study to assess the knowledge and attitude regarding menstrual hygiene among adolscent girls at selected urban and rural schools in Bangalore with a view to develop self instructions model.
- Maisaroh & Kurniawan, 2020. Hubungan Antara *body image* dengan Perilaku *Personal Hygiene* Organ reproduksi Pada Remaja Putri di MTS ASSALAFIYAH Yogyakarta.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Promosi kesehatan Dan Prilaku kesehatan.* Jakarta: PT Rineka Cipta
- Nursalam, 2014. *Metodologi penelitian ilmu keperawatan Pendekatan praktis.* 3rded. Nursalam. Jakarta: Salemba Medika
- Nugraha, A. (2010). Pengaruh kepuasan citra tubuh terhadap kepercayaan diri orang yang mengikuti fitness center. Skripsi. Jakarta: Fakultas Psikologi: UIN SyarifHidayatullah.
- Parvin, M. N., Haque, M. M., Parvin, B., Islam, S. M., Begum, M. S., & Mondol, S. R. (2015). Hygiene practice during menstruation among adolescent schools girls. *The American Journal of Innovative Research and Applied Science*, 99.
- Pandelaki, lingkana G. E. K. (2020). Hubungan Personal Hygiene Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulvae Pada Remaja Di Sma Negeri 7 Manado. *Jurnal Keperawatan*, 8(1), 68–74.
- Priantara, T. (2019). *tingkat pengetahuan siswa kelas V terhadap kesehatan lingkungan sekolah di sd negeri se gugus minomartani kecamatan ngaglik kabupaten sleman.*
- Pribakti, B. (2008). Tips dan Trik Merawat Organ Intim. Pustaka Banua. Yogyakarta.
- Purwoastuti, Endang dan Siwi Walyani, Elizabeth. 2015, panduan materi
- P & Aulia, 2020 *Pendidikan Kesehatan Tentang Personal Hygiene Pada Remaja Putri di SMP 1 Muhammadiyah Banjarmasin.*
- Riska, P. (2017). *upaya menjaga kebersihan saat menstruasi pada remaja putri. IX(2).*

Riskesdas.(2016).Riset kesehatan dasar 2010. Badan penelitian dan pengembangan kementerian kesehatan RI kesehatan

Ratnasari Yulia, 2013. HUBUNGAN CITRA TUBUH (BODY IMAGE) DENGAN HARGA DIRI REMAJA PUTRI PADA MASA PUBERTAS DI SMP N 33 SEMARANG

Suciati, Dewi Kartika.2014. Ilmu Keperawatan Dasar, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Sugiyono, 2018. *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, Dan R&D.* ed sygiyoni. Bandung: Penerbit Alfabeta, Bandung.

Sari, P. M. (2016). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Remaja Dengan Kejadian Fluor Albus Remaja Putri SMK X Kediri. *Jurnal Wiyata*, Vol. 3 No. 1 Tahun 2016, hlm 1-4.

Sudiboyo Supardi & Rustika. 2013. *Metode Penelitian Keperawatan.* Jakarta: CV. Trans.

Tarwoto dan Wartonah. (2010). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan.* Jakarta : Selemba Medika.

Usyani Tantry, Y. (2019). *gambaran pengetahuan, sikap dan perilaku perawatan diri selama menstruasi pada siswi SMPN 13 bandung.* 10(1), 146–154.

Verawaty, Noor Sri, dkk 2011. *Merawat dan Menjaga Kesehatan Seksual Wanita.* Bandung: PT Grafindo Medika Pratama

Yuliana. 2017. *Konsep Dasar Pengetahuan.* Surakarta. Revisi cetakan ke-2: Cipta Graha.

Yuliana. 2017. *Konsep Dasar Pengetahuan.* Surakarta. Revisi cetakan ke-2: Cipta Graha.

Yuliana, E. (2017). *Analisis Pengetahuan Siswa Tentang Makanan yang Sehat dan Bergizi Terhadap Pemilihan Jajanan di Sekolah.* Diakses dari http://repository.ump.ac.id/4114/3/Erlin%20Yuliana_BAB%20II.pdf pada 11 Februari 2019 pukul 09.20 WIB.

Gunarsa, Singgih D. 2007. *Psikologi Remaja.* Jakarta: Gunung Mulia.