

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG  
*PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI MELALUI  
MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP  
PADA SISWI SMP NEGERI 29 SAMARINDA**

**SKRIPSI**



**MEY RETA CHANDRA**

**NIM. P07226119018**

**PRODI SARJANA TERAPAN PROMOSI KESEHATAN  
POLTEKKES KEMENKES KALIMANTAN TIMUR  
KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
TAHUN 2023**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG  
*PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI MELALUI  
MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP  
PADA SISWI SMP NEGERI 29 SAMARINDA**

**SKRIPSI**



**MEY RETA CHANDRA**

**NIM. P07226119018**

**PRODI SARJANA TERAPAN PROMOSI KESEHATAN  
POLTEKKES KEMENKES KALIMANTAN TIMUR  
KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
TAHUN 2023**

# LEMBAR PERSETUJUAN

## SKRIPSI

### PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG *PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI MELALUI MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA SISWI SMP NEGERI 29 SAMARINDA

Disusun dan diajukan oleh:

**MEY RETA CHANDRA**

**NIM. P07226119018**

Telah dinyatakan memenuhi syarat dan disetujui untuk diseminarkan pada ujian skripsi pada tanggal 28 juli 2023

Pembimbing I



**Sri Hazanah, SST., MPH**  
NIP. 199612181994032002

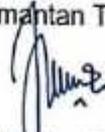
Pembimbing II



**Dian Ardyanti, M.Kes**  
NIP. 1993012420220320001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes  
Kalimantan Timur



**Dwi Hendriani, SKM, M. Kes**  
NIP. 198107152008122002

**LEMBAR PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG  
*PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI MELALUI  
MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP  
PADA SISWI SMP NEGERI 29 SAMARINDA**

**MEY RETA CHANDRA**

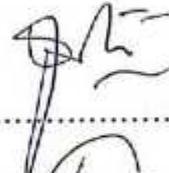
**NIM.P07226119018**

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada ujian skripsi pada tanggal 28  
juli 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk dilanjutkan pada tahap  
penelitian.

**Penguji Utama**

**Ns. Jasmawati, S.Kep., M.Kes**

**NIP. 196412311990012001**



**Penguji I**

**Sri Hazanah, SST., MPH**

**NIP. 199612181994032002**



**Penguji II**

**Dian Ardyanti, M.kes**

**NIP. 1993012420220320001**



Mengetahui,

**Ketua Jurusan Promosi  
Kesehatan**



**Dwi Hendriani, SKM, M. Kes**

**NIP. 198107152008122002**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Mey Reta Chandra

NIM : P07226119018

Program Studi : Sarjana Terapan Promosi Kesehatan

Angkatan : 2019

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Skripsi saya yang berjudul:

**"PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG *PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI MELALUI MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA SISWI SMP NEGERI 29 SAMARINDA"**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Samarinda, 28 Juli 2023

  
Mey Reta Chandra

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



### **Biodata Peneliti**

Nama : Mey Reta Chandra

Tempat tanggal lahir : Samarinda, 24 Mei 2002

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat Rumah : Jl. Bengkuring Raya 1 Blok. D, Sempaja.

No. Handphone : 0853-5000-0045

Riwayat Pendidikan : 1. TK Aisyah Bustanul Athfal 10  
2. SD Negeri 042 Samarinda  
3. SMP Negeri 29 Samarinda  
4. SMK Kesehatan Samarinda

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG  
PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI MELALUI  
MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP  
PADA SISWI SMP NEGERI 29 SAMARINDA**

Mey Reta Chandra<sup>1)</sup>, Sri Hazanah<sup>2)</sup>, Dian Ardyanti<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>Mahasiswa Jurusan Promosi Kesehatan, Poltekkes Kemenkes Kaltim

<sup>2),3)</sup>Dosen Jurusan Promosi Kesehatan, Poltekkes Kemenkes Kaltim

**ABSTRAK**

**Pendahuluan:** *Personal Hygiene* adalah pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan dalam kehidupannya sehari-hari agar dapat terhindar dari gangguan alat reproduksi. Dari beberapa penelitian menunjukkan bahwa remaja memiliki pengetahuan yang kurang mengenai *Personal Hygiene*. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pendidikan tentang *personal hygiene* saat menstruasi dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap siswi SMP Negeri 29 Samarinda. **Tujuan :** Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi melalui media video terhadap pengetahuan dan sikap siswi SMP Negeri 29. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian *pra-eksperimental* dengan design penelitian *One Group Pretest Posttest Design*. Metode ini mngobservasi sebanyak 2 kali yaitu *pretest* sebelum diberikan intervensi dan *posttest* sesudah intervensi, dengan ini hasil intervensi akan akurat krena akan membandingkan dengan hasil sebelum di berikannya intervensi dan sesudah intervensi. **Hasil:** Berdasarkan identifikasi pengetahuan siswa sebelum dan setelah diberikan intervensi, diketahui bahwa sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan baik pada saat *pre-test* yaitu sebanyak 15 siswi (18,1%). Selain itu, diketahui sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan baik saat *post-test* yaitu sebanyak 76 siswi (91,6%). Ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi melalui media video terhadap pengetahuan dengan *p-value* 0,000 ( $p < 0,05$ ). Berdasarkan identifikasi sikap siswa sebelum dan setelah diberikan intervensi, diketahui sebagian besar responden yang termasuk dalam kategori sangat baik pada saat *pre-test* yaitu sebanyak 0 (0%), Selain itu, diketahui responden yang termasuk dalam kategori sangat baik meningkat pada saat *post-test* sebanyak 42 siswi (50,6%). Ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi melalui media video terhadap pengetahuan dengan *p-value* 0,000 ( $p < 0,05$ ). **Kesimpulan:** Terdapat adanya Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap pada Siswi SMP Negeri 29 Samarinda. Pada penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dan informasi bagi siswi remaja putri.

**Kata Kunci:** *Personal Hygiene, Pengetahuan, Sikap*

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG  
PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI MELALUI  
MEDIA VIDEO TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP  
PADA SISWI SMP NEGERI 29 SAMARINDA**

Mey Reta Chandra<sup>1)</sup>, Sri Hazanah<sup>2)</sup>, Dian Ardyanti<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>Mahasiswa Jurusan Promosi Kesehatan, *Health Pollytechnic Ministry of Health East Kalimantan*

<sup>2,3)</sup>Dosen Jurusan Promosi Kesehatan, *Health Pollytechnic Ministry of Health East Kalimantan*

**ABSTRAK**

**Introduction:** *Personal Hygiene is the maintenance of individual hygiene and health carried out in their daily lives in order to avoid reproductive disorders. From several studies, it shows that adolescents have less knowledge about personal hygiene, therefore this study aims to analyze the effect of education about personal hygiene during menstruation with video media on the knowledge and attitudes of female students of SMP Negeri 29 Samarinda. Objective:* This study was to determine the effect of health education on personal hygiene during menstruation through video media on the knowledge and attitudes of female students of SMP Negeri 29 Samarinda. **Methods:** This study used a quantitative approach with a pre-experimental type of research with a One Group Pretest Posttest Design research design. This method observes 2 times, namely the pretest before the intervention and the posttest after the intervention, with this intervention result will be accurate because it will compare with the results before the intervention and after the intervention. **Results:** Based on the identification of students' knowledge before and after the intervention, it is known that most of the respondents who have good knowledge at the pre-test are 15 students (18.1%). In addition, it is known that most respondents who have good knowledge at the post-test are 76 students (91.6%). There is an effect of health education on personal hygiene during menstruation through video media on knowledge with a p-value of 0.000 ( $p < 0.05$ ). Based on the identification of student attitudes before and after the intervention, it is known that most of the respondents who were in the very good category at the time of the pre-test were 0 (0%), In addition, it is known that respondents who were in the very good category increased at the time of the post-test as many as 42 students (50.6%). There is an effect of health education on personal hygiene during menstruation through video media on knowledge with a p-value of 0.000 ( $p < 0.05$ ). **Conclusion:** There is an effect of health education about personal hygiene during menstruation through video media on knowledge and attitudes in students of SMP Negeri 29 Samarinda. This study is expected to be input and information for adolescent female students.

**Keywords:** *Personal Hygiene, Knowledge, Attitude.*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, Karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Promosi Kesehatan pada Program Studi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan Jurusan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur. Skripsi ini tersusun atas arahan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis ingin sekali menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Dr. M. H. Supriadi B., S.Kp., M. Kep. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kalimantan Timur,
2. Hadi Rizani, selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 29 Samarinda,
3. Dwi Hendriani, SKM, M.Kes. selaku Ketua Jurusan Promosi Kesehatan dan Ketua Prodi Promosi Kesehatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kalimantan Timur,
4. Ns.Jasmawati., S.Kep., M.Kes. selaku Penguji Utama yang telah memberikan masukan dan pengarahan pada penulis dalam menyusun skripsi hingga selesai,
5. Sri Hazanah, SST., MPH. selaku Dosen Pembimbing Pertama yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan pada penulis dalam menyusun skripsi hingga selesai,
6. Dian Ardyanti, M.Kes, selaku Pembimbing Kedua yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan pada penulis dalam menyusun skripsi hingga selesai,
7. Kepada seluruh staff dan guru-guru SMP Negeri 29 Samarinda yang telah memperbolehkan peneliti untuk melakukan penelitian sehingga skripsi ini dapat di selesaikan,

8. Orang Tua dan Adik saya, Mamah Lia, Bapak Beny Chandra dan Kevin Chandra yang memberikan cinta dan dukungan kepada peneliti sehingga skripsi ini dapat diselesaikan,
9. Sahabat saya yaitu Gading Niken Pramesti, Elinda Nor Hayati, Rizma Nur Octavia, dan Oivia Ananda yang selalu menemani saya dan memberikan semangat saat melakukan penelitian dan menyelesaikan skripsi saya,
10. Kepada seluruh teman-teman Str. Promosi Kesehatan angkatan 2019 yang selalu memberikan semangat dan motivasi saya selama menyusun proposal skripsi,
11. Kepada Johnny Suh yang telah menjadi penyemangat menyelesaikan proposal skripsi peneliti selama ini serta seluruh anggota NCT lainnya ( NCT 127, NCT DREAM, NCT U & WAYV ).

Akhir kata saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini menciptakan keberkahan dan kemanfaatan bagi pengembangan ilmu dan semua pihak yang membutuhkan.

Samarinda, 28 Juli 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN .....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN .....	Error! Bookmark not defined.
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	Error! Bookmark not defined.i
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR ISTILAH DAN SINGKAT .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Perumusan Masalah.....	3
C. Tujuan.....	4
e. Manfaat.....	4
f. Keaslian Penelitian .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
A. Landasan Teori.....	9
B. Kerangka Teori .....	32
C. Kerangka Konsep .....	33
D. Hipotesis.....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>34</b>
A. Jenis dan Desain Penelitian .....	34
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	34
C. Populasi dan Sampel atau Informan Penelitian .....	35
D. Variabel Penelitian .....	36
E. Definisi Operasional.....	36
F. Instrumen Penelitian .....	38

G.	Uji Validitas dan Reliabilitas .....	38
H.	Analisis Data dan Penelitian.....	38
I.	Alur Penelitian.....	39
J.	Teknik Pengumpulan Data.....	40
K.	Etika Penelitian.....	41
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>42</b>
A.	Hasil Penelitian .....	42
B.	Pembahasan .....	45
C.	Keterbatasan Penelitian .....	49
<b>BAB V PENUTUP .....</b>		<b>50</b>
A.	Kesimpulan.....	50
B.	Saran .....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>51</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 3.1 Desain Penelitian.....	34
Tabel 3.2 Definisi Operasional.....	36
Tabel 4.1 Karakteristik Responden berdasarkan umur.....	42
Tabel 4.2 Pengetahuan Pada Saat <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> .....	43
Tabel 4.3 Sikap Pada Saat <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> .....	43
Tabel 4.4 Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan .....	44
Tabel 4.5 Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Sikap.....	44

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Pengisian <i>Informad Consent</i> .....	65
Gambar 2 Pengisian <i>Pre-Test</i> Pengetahuan dan Sikap.....	65
Gambar 3 Penayangan Video Materi <i>Personal Hygiene</i> .....	65
Gambar 4 Pengisian <i>Post-Test</i> Pengetahuan dan Sikap.....	65
Gambar 5 Foto Bersama Responden.....	65

## DAFTAR ISTILAH

BKKBN	: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional.
FSH	: Hormon Perangsang Folikel.
LH	: Hormon Pelutein.
LSM	: Lembaga Swadaya Masyarakat.
SMP	: Sekolah Menengah Pertama.
WHO	: <i>World Health Organizaion</i> .
<i>AMENORRHEA</i>	: Tidak Mengalami Menstruasi Bulanan.
<i>ENDOMETRIUM</i>	: Bagian terdalam dari organ Rahim yang menjadi tempat menempelnya ovum atau sel telur setelah dibuahi.
<i>ESTROGEN</i>	: Hormon yang dihasilkan oleh tubuh.
<i>MENARCHE</i>	: Haid/Menstruasi yang datang pertama kali pada wanita.
<i>OVARIUM</i>	: Salah satu organ reproduksi pada wanita berukuran sebesar biji kenari yang berfungsi untuk memproduksi sel telur setiap bulan dari masa pubertas hingga menopause.
<i>PROGESTERON</i>	: Hormon steroid dari golongan <i>progestogen</i> yang berpengaruh pada siklus menstruasi perempuan, kehamilan dan <i>embryogenesis</i> .

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Kuesioner Penelitian
Lampiran 2	: Media Pendidikan Kesehatan
Lampiran 3	: Surat <i>Ethical Clearence</i> (EC)
Lampiran 4	: Surat Izin Penelitian
Lampiran 5	: Surat Balasan Penelitian
Lampiran 6	: <i>Informed Consent</i>
Lampiran 7	: Hasil Output <i>SPSS</i>
Lampiran 8	: Dokumentasi Peneitian

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

*Personal Hygiene Genitalia* adalah pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan dalam kehidupannya sehari-hari agar dapat terhindar dari gangguan alat reproduksi dan bertujuan untuk kesejahteraan fisik dan psikis serta mampu meningkatkan derajat kesehatan (Tapparan dkk, 2013 dalam Sianipar, 2019).

Pada saat menstruasi menjaga kebersihan dan mencegah infeksi dapat dilakukan dengan cara menggunakan pembalut dan mengganti pembalut minimal 2 kali sehari, dan juga harus menjaga kebersihan daerah kewanitaan dengan menggunakan air yaitu membersihkan dari arah depan kebelakang agar kuman yang ada didaerah dubur tidak menempel pada daerah kewanitaan (Lestari , 2015 dalam Anjani dkk, 2019).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2010, usia remaja (35%-42%) memiliki angka kejadian infeksi saluran reproduksi (ISR) tertinggi didunia, dan dewasa muda (27%-33%) angka prevalensi *candidiasis* (25-50%), *bacterialvaginosis* (20-40%) dan *trichomoniasis* (5-15%). Indonesia terdapat 43,3 juta jiwa remaja putri berusia 10-14 tahun berperilaku *hygiene* sangat buruk berdasarkan data statistik di Indonesia tahun 2012. Indonesia memiliki iklim yang panas dan lembab, sehingga wanita Indonesia lebih rentan mengalami ISR (Priyoto, 2014 dalam Suseno dkk, 2021).

Kepedulian pemerintah terhadap masalah kesehatan reproduksi remaja cenderung semakin tinggi. Hal ini disebabkan antara lain karena berbagai masalah yang dihadapi remaja semakin kompleks. Masa remaja sangat erat kaitannya dengan perkembangan psikis pada periode yang dikenal sebagai pubertas serta diiringi dengan perkembangan seksual. Kondisi ini menyebabkan remaja menjadi rentan terhadap masalah-masalah perilaku berisiko, seperti melakukan hubungan seks sebelum menikah dan penyalahgunaan napza, yang keduanya dapat membawa

risiko terhadap penularan HIV dan AIDS. Kompleksitas permasalahan remaja tersebut perlu mendapat perhatian secara terus menerus baik dari pihak pemerintah, LSM, masyarakat, maupun keluarga, guna menjamin kualitas generasi mendatang (Depkes RI, 2003). Tahun 2010, berdasarkan data yang dihimpun dari Badan Pusat Statistik dan Badan Perencanaan pembangunan Nasional, remaja di Indonesia 63 juta beresiko melakukan perilaku kebersihan *personal hygiene* yang tidak sehat hal ini disebabkan kurangnya pengetahuan remaja mengenai *personal hygiene*.

Angka insiden penyakit infeksi yang terjadi pada saluran reproduksi pada remaja (10-18 tahun), yaitu 35 sampai 42 persen serta dewasa muda (18-22 tahun) sebesar 27 hingga 33 persen. Misal, kurangnya tindakan merawat kebersihan organ reproduksi ketika menstruasi. Menurut Rahmatika (2010) hasil penelitiannya bahwa faktor pemicu kasus ISR antara lain perilaku kurang merawat *hygiene* ketika menstruasi 30%, imunitas yang rendah 10%, lingkungan buruk dan tata cara dalam penggunaan pembalut yang kurang tepat ketika menstruasi sejumlah 50%(Katarina, 2015).

Beberapa fakta menunjukkan bahwa permasalahan pada remaja perlu mendapat perhatian, misalnya tingkat pengetahuan remaja di Indonesia tentang kesehatan reproduksi masih rendah, khususnya dalam hal cara-cara melindungi diri terhadap risiko kesehatan reproduksi, seperti pencegahan KTD, IMS, serta HIV dan AIDS. Hasil Survei Kesehatan Reproduksi Remaja (SKRRI) tahun 2002-2003 yang dilakukan oleh BPS memperlihatkan bahwa tingkat pengetahuan dasar penduduk usia 15-24 tahun tentang ciri-ciri pubertas sudah cukup baik, namun dalam hal pengetahuan tentang masa subur, risiko kehamilan, dan anemia relatif masih rendah(Rahayu, *et al.*, 2017).

Menurut Badan Pusat Statistik Kota Samarinda data jumlah penduduk tahun 2020 menurut hasil SP2020 adalah sebanyak 827.994 jiwa. Dari jumlah tersebut 70,91% penduduknya masih berada di usia produktif (15-64 tahun ) yang dimana jumlah penduduk laki-laki lebih besar dibandingkan jumlah penduduk perempuan dengan rasioenis kelamin 104,26%.

Dari beberapa penelitian menunjukkan bahwa remaja memiliki pengetahuan yang kurang mengenai *personal hygiene* terutama saat menstruasi didukung dengan hasil penelitian Sianipar (2019) mengungkapkan bahwa hasil penelitiannya didapatkan 88,9% siswa memiliki pengetahuan yang kurang dalam menjaga kebersihan genitalia saat menstruasi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan, sedangkan menurut Winda (2021) didapatkan bahwa 54,3% memiliki pengetahuan yang kurang dalam menjaga kebersihan alat genitalia saat menstruasi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 29 Samarinda, Kecamatan Sempaja Utara dengan jumlah 643 siswa- siswi yang diantaranya 350 laki- laki dan 298 perempuan, dan dilakukan pengambilan sampel 10 orang siswi pada saat studi pendahuluan bahwa terdapat 10 remaja siswi putri yang tidak mengetahui mengenai perilaku dan sikap tentang *personal hygiene*. Hal ini disebabkan di SMP Negeri 29 Samarinda tersebut belum pernah diadakan pendidikan kesehatan terutama tentang *personal hygiene*.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang " Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Siswi Smp Negeri 29 Samarinda "

Salah satu strategi untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* genitalia saat menstruasi dengan memberikan pendidikan kesehatan. Oleh karena itu, dari pengetahuan tersebut akan membentuk sebuah ilmu baru yang akan membentuk perilaku remaja tentang *personal hygiene* genitalia. Perilaku akan lebih menetap dan bertahan lama (long lasting) jika perilaku tersebut didasarkan pada pengetahuan yang dimiliki sehingga menumbuhkan kesadaran dan sikap positif.

## **B. Perumusan Masalah**

Bagaimana Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi melalui media video terhadap pengetahuan dan sikap pada siswi SMP Negeri 29 Samarinda?

## C. Tujuan

### 1) Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Siswi SMP Negeri 29 Samarinda

### 2) Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik yaitu usia, dan usia *menarche* pada siswi SMP Negeri 29 Samarinda .
- b. Mengidentifikasi pengetahuan siswi sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMP Negeri 29 Samarinda .
- c. Mengidentifikasi sikap siswi sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi melalui media video terhadap siswi di SMP Negeri 29 Samarinda.
- d. Menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan siswi sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi melalui media video terhadap siswi di SMP Negeri 29 Samarinda.

## D. Manfaat Penelitian

### 1) Manfaat Teoritis

Dapat digunakan untuk menambah wawasan dan pengetahuan tambahan mengenai *personal hygiene* saat menstruasi pada siswi SMP Negeri 29 Samarinda.

### 2) Manfaat Praktis

- a. Bagi Institusi  
Memberikan referensi tambahan tentang media kesehatan terkait *personal hygiene* serta dijadikan sebagai bahan masukan dan saran dalam perencanaan kegiatan kesehatan reproduksi.
- b. Bagi Mahasiswa  
Sebagai sumber pengetahuan bagi mahasiswa dan digunakan sebagai pembelajaran untuk dapat memberikan penyuluhan

kesehatan mengenai *personal hygiene* saat menstruasi kepada masyarakat.

c. Bagi Responden

Diharapkan siswi SMP Negeri 29 Samarinda mengetahui tentang *personal hygiene* saat menstruasi, dan terdapat perubahan tingkat pengetahuan dan sikap sesudah diberikan pendidikan kesehatan mengenai menjaga *personal hygiene* saat menstruasi.

### E. Keaslian Penelitian

No	Judul, Nama, Tahun dan Tempat Penelitian	Rancangan Penelitian	Variabel Penelitian	Perbedaan Penelitian	Hasil Penelitian
1	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang <i>Personal Hygiene</i> Genitalia Saat Menstruasi Di Smp Methodist-2 Kisaran Kabupaten Asahan Tahun 2019	Kuantitatif Quasi <i>experimental non equivalent</i> dengan (pre test and post test) <i>control group design</i>	Bebas : Pendidikan Kesehatan Tentang <i>Personal Hygiene</i> Terikat : Pengetahuan dan Sikap	Menggunakan kelompok <i>control group design</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. tingkat pengetahuan pre-test pada kelompok intervensi (40%) dikategorikan pada tingkat pengetahuan kurang dan Pada kelompok kontrol diperoleh data (100%) dikategorikan pada tingkat pengetahuan cukup</li> <li>2. Terdapat peningkatan pada kelompok intervensi dari (40%) menjadi (53 %)</li> </ol>
2	Hubungan <i>Personal Hygiene</i> Saat Menstruasi Dengan Kejadian <i>Pruritus Vulvae</i> Pada Remaja	<i>cross sectional</i> dengan menggunakan kuesioner	Bebas : <i>Personal Hygiene</i> saat menstruasi Terikat : Hubungan menstusai dengan kejadian <i>Pruritus Vulvae</i>	Menggunakan media leaflet	Dari 40 responden sebagian besar responden berperilaku <i>personal hygiene</i> cukup sebanyak 26 remaja (65,0%) dan sebagian besar responden mengalami <i>pruritus vulvae</i> sedang sebanyak 23 remaja (57,5%)

3	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Dan Alat Peraga Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Masa Menstruasi Dalam Layanan Homecare Di Dusun Kumbang Wilayah Kerja Puskesmas Kuripan Kabupaten Lombok Barat 2021	Pre Experimental dengan pendekatan <i>One Group Pretest-Posttest</i>	pada remaja Bebas : Pendidikan Kesehatan tentang <i>Personal Hygiene</i> Terikat : Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri	Menggunakan alat peraga/ <i>Phantom</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>terdapat pengaruh sebanyak 18 orang (51,4%) santri putri memiliki pengetahuan yang baik dan meningkat menjadi 23 orang (65,7%) setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang personal hygiene menstruasi dengan media audio visual</li> <li>sikap personal hygiene menstruasi sebelum diberikan pendidikan kesehatan dengan media audio visual, sebanyak 19 orang (54,3%)santri putri memiliki sikap positif dan meningkat menjadi 21 orang (60,0%) setelah diberikan edukasi kesehatan dengan media audio visual.</li> </ol>
4.	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang <i>Personal Hygiene</i> saat menstruasi di SMAN 4 Bekasi	Kuantitatif ( <i>Quasi-Eksperimen</i> )	Bebas: Pendidikan Kesehatan Tentang <i>Personal Hygiene</i> Terikat: Pengetahuan dan Sikap	Menggunakan media Leaflet	<ol style="list-style-type: none"> <li>Terjadi peningkatan pengetahuan siswi tentang <i>personal hygiene</i> dengan skor rata-rata 89,96 dari 71,21.</li> <li>Terjadi peningkatan sikap siswi tentang <i>personal hygiene</i> dengan skor rata-rata 89,09 dari 81,44.</li> </ol>
5	Mey Reta Chandra	Kuantitatif (Pre-	Bebas: Pendidikan	Menggunakan Media Video	Terjadinya peningkatan Pengetahuan dan Sikap tentang <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi setelah

---

<i>Eksperimental)</i> dengan pendekatan <i>One Group Pre-Test Post-Test</i>	Kesehatan Tentang <i>Personal Hygiene</i> Terikat: Pengetahu an dan Sikap	pelaksanaan Pendidikan Kesehatan tentang <i>Personal Hygiene</i> melalui media video di SMP Negeri 29 Samarinda
---	---	--

---

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Landasan Teori

##### 1. Tinjauan Umum Pendidikan Kesehatan

###### a. Definisi Pendidikan Kesehatan

Pendidikan kesehatan adalah proses untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatannya (Ottawa Charter, 1986 dalam Notoatmodjo 2010). Pendidikan kesehatan adalah upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok atau masyarakat sehingga dapat melakukan seperti yang di harapkan oleh pelaku pendidikan kesehatan (Fitriani, 2011 dalam Rahmadini, 2020).

###### b. Ruang Lingkup Pendidikan Kesehatan

Menurut Syafrudin (2015) dalam Sianipar (2019), ruang lingkup pendidikan kesehatan dapat dilihat dari berbagai dimensi, antara lain dibagi:

- 1) Ruang lingkup dari dimensi sasaran pendidikan
- 2) Ruang lingkup dari tempat pelaksanaannya
- 3) Ruang lingkup dari tingkat pelayanan kesehatan, pendidikan kesehatan dapat dilakukan berdasarkan lima tingkat pencegahan (*five levels of prevention*) dari Leavel and Clark sebagai berikut:
  - a) Promosi Kesehatan (*Health Promotion*)
  - b) Perlindungan Khusus (*Specific Protection*)
  - c) Diagnosis Dini dan Pengobatan Segera (*Early diagnosis and Prompt Treatment*)
  - d) Pembatasan Cacat (*Disability Limitation*)
  - e) Rehabilitasi (*Rehabilitation*)

c. Tujuan Pendidikan Kesehatan

Menurut Mubarak (2012) dalam Rahmadini (2020), Tujuan utama pendidikan kesehatan yaitu agar seseorang mampu :

- 1) Menetapkan masalah dan kebutuhan mereka sendiri.
- 2) Memahami apa yang dapat mereka lakukan terhadap masalah, dengan sumber daya yang ada pada mereka ditambah dengan dukungan dari luar.
- 3) Memutuskan kegiatan yang paling tepat guna untuk meningkatkan taraf hidup sehat dan kesejahteraan masyarakat.

d. Metode Pendidikan Kesehatan

- 1) Metode pendidikan individual (perorangan)

Metode atau pendekatan individual ini seperti bimbingan dan penyuluhan (*guidance and counseling*).

- 2) Metode pendidikan kelompok
  - a) Kelompok Besar
  - b) Kelompok Kecil
- 3) Metode pendidikan massa (*public*) (Syafudin, 2015)

e. Media Pendidikan Kesehatan

Menurut Mubarak, 2011 dalam Sianipar, 2019 media dapat digolongkan menjadi dua, berdasarkan bentuk umum penggunaan dan berdasarkan cara produksi:

- 1) Berdasarkan bentuk umum pengetahuan
  - a) Bahan bacaan seperti modul buku rujukan/bacaan, *leaflet* majalah, bulletin, tabloid dan lain-lain.
  - b) Bahan peragaan seperti poster tunggal, poster seri, *flipchart*, transparansi, *slide*, *film* dan lain-lain.
- 2) Berdasarkan cara produksi
  - a) Media cetak adalah suatu media statis dan mengutamakan pesan-pesan visual. Seperti poster, *leaflet*, brosur, majalah dan lain-lainnya.
  - b) Media luar ruang adalah satu media yang menyampaikan pesannya di luar ruang secara umum melalui media

cetak dan elektronik secara statis. Seperti papan relame, spanduk, pameran, banner dan lainlain.

- c) Media elektronik adalah suatu bentuk media bergerak, dinamis dan dapat dilihat, didengar, dan dalam menyampaikan pesannya melalui alat bantu elektronika. Jenis-jenis media elektrinika, antara lain; televise, radio dan slide/film strip.

## 2. Tinjauan Umum Media Video

### a. Pengertian Video

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, video adalah rekaman gambar hidup atau program televisi yang ditayangkan lewat pesawat televisi, atau dengan kata lain video adalah tayangan gambar bergerak yang disertai dengan suara. Video sebenarnya berasal dari bahasa Latin, video-vidi-visum yang artinya melihat (mempunyai daya penglihatan); dapat melihat.

Media Visual memberikan informasi yang mendetail dan menarik dengan penambahan gambar dan kata. Media AudioVisual meningkatkan sasaran untuk mengikuti kegiatan sehingga dapat lebih fokus pada materi yang diberikan (Hazanah dkk, 2020).

Media audio-visual memiliki dua elemen yang masing-masing mempunyai kekuatan yang akan bersinergi menjadi kekuatan yang besar. Media ini memberikan stimulus pada pendengaran dan penglihatan, sehingga hasil yang diperoleh lebih maksimal. Hasil tersebut dapat tercapai karena panca indera yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak ialah mata (kurang lebih 75% sampai 87%, sedangkan 13% sampai 25% pengetahuan diperoleh atau disalurkan melalui indera yang lain) (Maulana, 2009 dalam Fadhilah, 2020).

### b. Karakteristik Media Video

Menurut Cheppy Riyana dalam (Febriana, 2018), untuk menghasilkan video pembelajaran yang mampu meningkatkan motivasi dan efektivitas penggunaannya maka pengembangan

video pembelajaran harus memperhatikan karakteristik dan kriterianya. Karakteristik video pembelajaran yaitu:

1) *Clarity Of Message* (kejelasan pesan)

Dengan media video siswa dapat memahami pesan pembelajaran secara lebih bermakna dan informasi dapat diterima secara utuh sehingga dengan sendirinya informasi akan tersimpan dalam *memory* jangka panjang dan bersifat retensi.

2) *Stand Alone* (berdiri sendiri)

Video yang dikembangkan tidak bergantung pada bahan ajar lain atau tidak harus digunakan bersama-sama dengan bahan ajar lain.

3) *User Friendly* (bersahabat/akrab dengan pemakainya)

Media video menggunakan bahasa yang sederhana, mudah dimengerti, dan menggunakan bahasa yang umum. Paparan informasi yang tampil, bersifat membantu dan bersahabat dengan pemakainya, termasuk kemudahan pemakai dalam merespon, mengakses sesuai dengan keinginan.

4) Representasi Isi

Materi harus benar-benar representatif, misalnya materi simulasi atau demonstrasi. Pada dasarnya materi pelajaran baik sosial maupun sains dapat dibuat menjadi media video.

5) Visualisasi dengan Media

Materi dikemas secara multimedia terdapat didalamnya teks, animasi, sound, dan video sesuai tuntutan materi. Materi-materi yang digunakan bersifat aplikatif, berproses, sulit terjangkau berbahaya apabila langsung dipraktikkan, memiliki tingkat keakurasian tinggi.

6) Menggunakan kualitas resolusi yang tinggi

Tampilan berupa grafis media video dibuat dengan teknologi rakayasa digital dengan resolusi tinggi tetapi *support* untuk setiap *speech system* komputer.

7) Dapat digunakan secara klasikal atau individual

Video pembelajaran dapat digunakan oleh para siswa secara individual, tidak hanya dalam setting sekolah, tetapi juga dirumah. Dapat pula digunakan secara klasikal dengan jumlah siswa maksimal 50 orang bisa dapat dipandu oleh guru atau cukup mendengarkan uraian narasi dari narator yang telah tersedia dalam program.

c. Tujuan Menggunakan Media Video

Media video memiliki fungsi sebagai media pembelajaran, yaitu:

- 1) Fungsi atensi yaitu media video dapat menarik perhatian dan mengarahkan konsentrasi audiens pada materi video.
- 2) Fungsi afektif yaitu media video mampu mengunggah emosi dan sikap audiens.
- 3) Fungsi kognitif dapat mempercepat pencapaian tujuan pembelajaran untuk memahami dan mengingat pesan atau informasi yang terkandung dalam gambar atau lambing.
- 4) Fungsi *kompensatoris* adalah memberikan konteks kepada audiens yang kemampuannya lemah dalam mengorganisasikan dan mengingat kembali informasi yang telah diperoleh.

Dengan demikian media video dapat membantu audiens yang lemah dan lambat menangkap suatu pesan menjadi mudah dalam menerima dan memahami inovasi yang disampaikan, hal ini disebabkan karena video mampu mengkombinasikan antara visual(gambar) dengan audio(suara) (Nurfathiyah, et al, 2011 dalam Fadhilah, 2020).

d. Penggunaan Media Video dalam Pembelajaran

Media video yang dipilih untuk digunakan dalam aktivitas pembelajaran perlu mempertimbangkan kurikulum. Pemanfaatan media harus dapat menunjang aktivitas pembelajaran yang memfasilitasi siswa untuk mencapai kompetensi yang diinginkan.

Isi informasi dan pengetahuan yang terdapat dalam program video yang dipilih sebaiknya baru (*up to date*). Media

video yang berisi informasi dan pengetahuan tentang teknologi komputer misalnya perlu diperbaharui secara berkala, mengingat teknologi komputer merupakan teknologi yang berkembang secara pesat.

Medio video pembelajaran yang akan digunakan, apapun bentuknya, harus mampu memotivasi siswa untuk mempelajari isi informasi dan pengetahuan yang terdapat di dalamnya. Selain berisi informasi dan pengetahuan yang akurat media video pembelajaran juga harus menarik sehingga mampu membuat siswa termotivasi untuk belajar secara insentif.

Kualitas teknis program video yang digunakan untuk keperluan pembelajaran harus dalam keadaan baik, faktor kebisingan (*noise*) dalam sebuah program audio akan sangat mengganggu kelancaran aktivitas pembelajaran. Kualitas gambar video pembelajaran yang terputus-putus itu juga dapat merusak perhatian siswa untuk belajar. Faktor gangguan perlu diminimalkan dalam pemanfaatan media pembelajaran. (Febriana, 2018)

e. Kelebihan dan Kekurangan Media Video

Penggunaan media video (Febriana, 2018) dalam pembelajaran memberikan nilai positif (kelebihan) dengan menambah keaktifan belajar siswa namun, ada pula nilai negatif (kelemahan) dalam penggunaan media video. Kelebihan menggunakan media video dalam pembelajaran, yaitu:

- 1) Video dapat melengkapi pengalaman-pengalaman dasar dari siswa ketika siswa berdiskusi, membaca, dan praktik.
- 2) Video dapat menunjukkan objek secara normal yang tidak dapat dilihat, seperti kerja jantung ketika berdenyut.
- 3) Mendorong dan meningkatkan motivasi siswa serta menanamkan sikap dan segi afektif lainnya.
- 4) Video mengandung nilai-nilai positif yang dapat mengundang pemikiran dan pembahasan dalam kelompok siswa.

- 5) Video dapat menyajikan peristiwa kepada kelompok besar atau kelompok kecil dan kelompok yang heterogen atau perorangan.

Adapun beberapa kelemahan dari penggunaan media video dalam pembelajaran antara lain:

- 1) *Fine details*, tidak dapat menampilkan obyek sampai yang sekecil-kecilnya.
- 2) *Size information*, tidak dapat menampilkan obyek dengan ukuran yang sebenarnya.
- 3) *Third dimention*, gambar yang ditampilkan dengan video umumnya berbentuk dua dimensi.
- 4) *Opposition*, artinya pengambilan yang kurang tepat dapat menyebabkan timbulnya keraguan penonton dalam menafsirkan gambar yang dilihat.

### 3. Tinjauan Umum Pengetahuan

#### a. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah suatu hasil tau dari manusia atas penggabungan atau kerjasama antara suatu subyek yang mengetahui dan objek yang diketahui. Segenap apa yang diketahui tentang sesuatu objek tertentu (Suriasumantri dalam Nurroh 2017). Menurut Notoatmodjo dalam Yuliana (2017), pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimiliki (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Jadi pengetahuan adalah berbagai macam hal yang diperoleh oleh seseorang melalui panca indera(Lestari, 2018).

#### b. Tingkat Pengetahuan

Menurut Daryanto dalam Yuliana (2017), pengetahuan seseorang terhadap objek mempunyai intensitas yang berbeda-beda, dan menjelaskan bahwa ada enam tingkatan pengetahuan yaitu sebagai berikut:

1) Pengetahuan (*Knowledge*)

Tahu diartikan hanya sebagai recall (ingatan). Seseorang dituntut untuk mengetahui fakta tanpa dapat menggunakannya.

2) Pemahaman (*comprehension*)

Memahami suatu objek bukan sekedar tahu, tidak sekedar dapat menyebutkan, tetapi harus dapat menginterpretasikan secara benar tentang objek yang diketahui.

3) Penerapan (*application*)

Aplikasi diartikan apabila orang yang telah memahami objek tersebut dapat menggunakan dan mengaplikasikan prinsip yang diketahui pada situasi yang lain.

4) Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah kemampuan seseorang untuk menjabarkan dan memisahkan, kemudian mencari hubungan antara komponen-komponen yang terdapat dalam suatu objek.

5) Sintesis (*synthesis*)

Sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang telah ada. Sintesis menunjukkan suatu kemampuan seseorang untuk merangkum atau meletakkan dalam suatu hubungan yang logis dari komponen-komponen pengetahuan yang dimiliki.

6) Penilaian (*evaluation*)

Yaitu suatu kemampuan seseorang untuk melakukan penilaian terhadap suatu objek tertentu didasarkan pada suatu kriteria atau norma-norma yang berlaku di masyarakat.

c. Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Fitriani dalam Yuliana (2017), faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah sebagai berikut:

1) Pendidikan

Pendidikan mempengaruhi proses dalam belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang, maka semakin mudah seseorang tersebut untuk menerima sebuah informasi. Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh

dipendidikan formal, akan tetapi dapat diperoleh juga pada pendidikan non formal. Pengetahuan seseorang terhadap suatu objek mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan aspek negatif. Kedua aspek ini menentukan sikap seseorang terhadap objek tertentu. Semakin banyak aspek positif dari objek yang diketahui akan menumbuhkan sikap positif terhadap objek tersebut. pendidikan tinggi seseorang didapatkan informasi baik dari orang lain maupun media massa. Semakin banyak informasi yang masuk, semakin banyak pula pengetahuan yang didapat tentang kesehatan.

2) Media massa/ sumber informasi

Informasi yang diperoleh baik dari pendidikan formal maupun non formal dapat memberikan pengetahuan jangka pendek (*immediate impact*), sehingga menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan. Kemajuan teknologi menyediakan bermacam-macam media massa yang dapat mempengaruhi pengetahuan masyarakat tentang informasi baru. Sarana komunikasi seperti televisi, radio, surat kabar, majalah, penyuluhan, dan lain-lain yang mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan opini dan kepercayaan orang.

3) Sosial budaya dan Ekonomi

Kebiasaan dan tradisi yang dilakukan seseorang tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan baik atau tidak. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan ketersediaan fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

4) Lingkungan

Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada disekitar individu baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial. Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada pada lingkungan tersebut. Hal tersebut terjadi karena adanya

interaksi timbal balik yang akan direspon sebagai pengetahuan.

5) Pengalaman

Pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman pribadi ataupun pengalaman orang lain. Pengalaman ini merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran suatu pengetahuan.

6) Usia

Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Bertambahnya usia akan semakin berkembang pola pikir dan daya tangkap seseorang sehingga pengetahuan yang diperoleh akan semakin banyak. (Lestari, 2018)

#### 4. Tinjauan Umum Tentang Sikap

##### a. Pengertian Sikap

Seorang individu sangat erat hubungannya dengan sikapnya masing-masing sebagai ciri pribadinya. Sikap pada umumnya sering diartikan sebagai suatu tindakan yang dilakukan individu untuk memberikan tanggapan pada suatu hal. Pengertian sikap dijelaskan oleh Saifudin Azwar (2010) dalam Bruno (2019) sikap diartikan sebagai suatu reaksi atau respon yang muncul dari seseorang individu terhadap objek yang kemudian memunculkan perilaku individu terhadap objek tersebut dengan cara-cara tertentu.

Pengertian mengenai sikap juga disampaikan oleh Sarlito dan Eko (2009) dalam Bruno (2019), bahwa Sikap adalah suatu proses penilaian yang dilakukan oleh seorang individu terhadap suatu objek. Objek yang disikapi individu dapat berupa benda, manusia atau informasi. Proses penilaian seorang terhadap suatu objek dapat berupa penilaian positif dan negatif. Pengertian sikap juga diuraikan oleh Slameto (1995) dalam Bruno (2019), sikap merupakan sesuatu yang dipelajari dan menentukan bagaimana individu bereaksi terhadap situasi serta menentukan apa yang

dicari oleh individu dalam hidupnya. Sikap adalah pendapat dan keyakinan seseorang terhadap suatu obyek atau situasi yang disertai perasaan tertentu sehingga memberikan dasar kepada individu untuk memberikan respon atau berperilaku dalam cara yang dipilihnya (Azwar,2012 dalam Hazanah dk, 2019).

Berdasarkan beberapa pendapat ahli mengenai sikap, maka dapat disimpulkan bahwa sikap adalah suatu reaksi atau respon berupa penilaian yang muncul dari seorang individu terhadap suatu objek. Sikap juga dapat dikatakan sebagai suatu perwujudan adanya kesadaran terhadap lingkungannya. Proses yang mengawali terbentuknya sikap adalah adanya objek disekitar individu memberikan stimulus yang kemudian mengenai alat indra individu, informasi yang ditangkap mengenai objek kemudian diproses di dalam otak dan memunculkan suatu reaksi. Penilaian yang muncul, positif atau negatif dipengaruhi oleh informasi sebelumnya, atau pengalaman pribadi individu.(Bruno, 2019)

#### b. Faktor Pembentuk Sikap

Sikap manusia tidak terbentuk sejak manusia dilahirkan. Sikap manusia terbentuk melalui proses sosial yang terjadi selama hidupnya, dimana individu mendapatkan informasi dan pengalaman. Proses tersebut dapat berlangsung di dalam lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat. Saat terjadi proses sosial terjadi hubungan timbal balik antara individu dan sekitarnya(Bruno, 2019).

Pembentukan sikap seorang individu juga dipengaruhi oleh adanya interaksi dengan sekitarnya melalui proses yang kompleks. Gerungan (2004) dalam Bruno (2019), menguraikan faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap seorang individu yang berasal dari faktor internal dan eksternal.

Faktor internal pembentuk sikap adalah pemilihan terhadap objek yang akan disikapi oleh individu, tidak semua objek yang ada disekitarnya itu disikapi. Objek yang disikapi secara mendalam adalah objek yang sudah melekat dalam diri individu. Individu sebelumnya sudah mendapatkan informasi dan

pengalaman mengenai objek, atau objek tersebut merupakan sesuatu yang dibutuhkan, diinginkan atau disenangi oleh individu kemudian hal tersebut dapat menentukan sikap yang muncul, positif maupun negatif. Faktor eksternal mencakup dua pokok yang membentuk sikap manusia, yaitu:

1) Interaksi kelompok

Pada saat individu berada dalam suatu kelompok pasti akan terjadi interaksi. Masing-masing individu dalam kelompok tersebut mempunyai karakteristik perilaku. Berbagai perbedaan tersebut kemudian memberikan informasi, atau keteladanan yang diikuti sehingga membentuk sikap.

2) Komunikasi

Melalui komunikasi akan memberikan informasi. Informasi dapat memberikan sugesti, motivasi dan kepercayaan. Informasi yang cenderung diarahkan negatif akan membentuk sikap yang negatif, sedangkan informasi yang memotivasi dan menyenangkan akan menimbulkan perubahan atau pembentukan sikap positif.

## 5. Tinjauan Umum *Personal Hygiene*

### a. Pengertian *Personal Hygiene*

Menurut World Health Organization (WHO) (2020) menyatakan bahwa hygiene atau kebersihan adalah tindakan kebersihan yang mengacu pada kondisi untuk menjaga kesehatan dan mencegah penyebaran penyakit. Personal hygiene atau kebersihan diri merupakan tindakan merawat diri sendiri termasuk dalam memelihara kebersihan bagian tubuh seperti rambut, mata, hidung, mulut, gigi, dan kulit (Nurudeen dkk, 2020).

Personal hygiene merupakan upaya yang dilakukan oleh seseorang untuk menjaga dan merawat kebersihan dirinya agar kenyamanan individu terjaga (Asthiningsih dan Wijayanti, 2019). Perawatan diri adalah salah satu kemampuan dasar manusia dalam memenuhi kebutuhannya guna mempertahankan

kehidupannya, kesehatan dan kesejahteraan sesuai dengan kondisi kesehatannya (Depkes, 2000 dalam Kosanke, 2019).

Kebutuhan personal hygiene tidak memandang usia, karena organisme penyebab penyakit bisa berkembang biak dimanapun. Maka dari itu, personal hygiene harus ditanamkan sejak dini agar anak-anak terbiasa melakukannya di lingkungan rumah, sekolah maupun bermainnya hingga dewasa (Kusmiyati dkk, 2019). Pentingnya pemeliharaan personal hygiene bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan, memelihara kebersihan diri sendiri, memperbaiki personal hygiene, mencegah timbulnya penyakit, meningkatkan rasa percaya diri dan kenyamanan (Irnawati dkk, 2018).

b. *Macam-macam Personal Hygiene*

Menurut Potter dkk (2012) dalam Kosanke (2019) bahwa macam-macam *personal hygiene* adalah sebagai berikut:

1) *Perawatan Kulit*

Kulit merupakan organ aktif yang berfungsi pelindung, sekresi, ekskresi, pengaturan temperatur, dan sensasi. Kulit memiliki tiga lapisan utama: *Epidermis*, *Dermis*, dan *Subkutan*.

2) *Perawatan Kaki dan Kuku*

Kaki dan kuku seringkali memerlukan perhatian khusus untuk mencegah infeksi, bau, dan cedera pada jaringan. Perawatan dapat digabungkan selama mandi atau pada waktu yang terpisah. Seringkali orang tidak sadar akan masalah kaki dan kuku sampai terjadi nyeri atau ketidaknyamanan. Masalah dihasilkan karena perawatan yang salah atau kurang terhadap kaki dan tangan seperti menggigit kuku atau pemotongan yang tidak tepat, pemaparan dengan zat – zat kimia yang tajam dan pemakaian sepatu yang tidak pas. Memotong kuku merupakan cara untuk pemeliharaan kuku dan kaki.

### 3) Perawatan Mulut

*Hygiene* mulut membantu mempertahankan status kesehatan mulut, gigi, gusi dan bibir. Menggosok membersihkan gigi dari partikel-partikel makanan, plak, bakteri, memasase gusi dan mengurangi ketidaknyamanan yang dihasilkan dari abau dan rasa yang tidak nyaman. *Flossing* membantu lebih lanjut dalam mengangkat plak dan tartar diantara gigi untuk mengurangi inflamasi gusi dan infeksi.

### 4) Perawatan Rambut

Penyakit atau ketidakmampuan mencegah untuk memelihara perawatan rambut sehari-hari. Rambut akan terlihat kusut dan tidak sehat untuk itu memotong rambut, menyikat, menyisir dan bershampoo adalah cara untuk perawatan rambut.

### 5) Perawatan Mata

Secara normal tidak ada perawatan khusus yang diperlukan untuk mata karena secara terus-menerus dibersihkan air mata dan kelopak mata dan bulu mata mencegah masuknya partikel asing. Seseorang hanya memerlukan untuk memindahkan sekresi kering yang terkumpul pada kantung sebelah dalam atau bulu mata.

### 6) Perawatan Telinga

*Hygiene* telinga mempunyai implikasi untuk ketajaman pendengaran bila substansi lilin atau benda asing berkumpul pada kanal telinga dengan cara membersihkan telinga secara teratur dan jangan mengorek-ngorek telinga dengan benda tajam.

### 7) Perawatan Hidung

Hidung memberikan indera penciuman tetapi juga memantau temperature dan kelembaban udara yang dihirup serta mencegah masuknya partikel asing ke dalam sistem pernafasan. Akumulasi sekresi yang mengeras didalam nares dapat merusak sensasi olfaktori dan pernafasan.

Secara tipikal perawatan *hygiene* hidung adalah sederhana dengan membersihkan hidung secara teratur.

#### 8) Perawatan *Genetalia*

Suatu tindakan membersihkan bagian genetalia untuk mencegah terjadinya infeksi ataupun jamur yang menempel pada bagian genetalia. Manfaat kebersihan genetalia yaitu untuk mencegah terjadinya infeksi, mempertahankan supaya genetalia tetap bersih, dan juga meningkatkan kenyamanan pada genetalia. Kebersihan genetalia penting dilakukan saat mandi, setelah buang air besar dan setelah buang air kecil. (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2020 dalam Kosanke, 2019).

#### c. Tujuan *Personal Hygiene*

Tujuan *Personal Hygiene* adalah untuk memelihara kebersihan diri, menciptakan keindahan, serta meningkatkan derajat kesehatan individu sehingga dapat mencegah timbulnya penyakit pada diri sendiri maupun orang lain (Tarwoto dkk, 2004 dalam Kosanke, 2019)

#### d. Faktor yang Mempengaruhi *Personal Hygiene*

Menurut Potter dkk (2012) dalam Kosanke (2019), faktor-faktor yang dapat mempengaruhi seseorang untuk melakukan *personal hygiene* yaitu:

##### 1) Citra Tubuh

Penampilan umum pasien dapat menggambarkan pentingnya *hygiene* pada orang tersebut. Citra tubuh merupakan konsep subjektif seseorang tentang penampilan fisiknya. Citra tubuh dapat sering mempengaruhi cara mempertahankan *hygiene* dan dapat berubah akibat adanya pembedahan atau penyakit fisik.

##### 2) Praktik Sosial

Kelompok sosial wadah seorang klien berhubungan dapat mempengaruhi praktik *hygiene* pribadi. Kebiasaan keluarga, jumlah orang di rumah, ketersediaan air panas ata

air mengalir hanya merupakan beberapa faktor yang mempengaruhi perawatan kebersihan.

3) Status Sosio Ekonomi

Sumber daya ekonomi seseorang mempengaruhi jenis dan tingkat praktik kebersihan yang dilakukan apakah dapat menyediakan bahan-bahan yang penting seperti *deodorant*, *shampo*, pasta gigi, dan kosmetik (alat-alat yang membantu dalam memelihara *hygiene* dalam lingkungan rumah).

4) Pengetahuan

Pengetahuan tentang pentingnya *hygiene* dan implikasinya bagi kesehatan mempengaruhi praktik *hygiene*. Kendati demikian, pengetahuan itu sendiri tidak cukup, harus termotivasi untuk memelihara perawatan diri.

5) Variabel Kebudayaan

Kepercayaan kebudayaan pasien dan nilai pribadi mempengaruhi perawatan *hygiene*. Orang dari latar kebudayaan yang berbeda mengikuti praktek perawatan diri yang berbeda.

6) Pilihan Pribadi

Kebebasan individu untuk memilih waktu untuk perawatan diri, memilih produk yang ingin digunakan dan memilih bagaimana cara melakukan *hygiene*.

e. Dampak yang sering timbul pada masalah *Personal Hygiene*

Tarwoto dkk (2004) dalam Kosanke, (2019), menjelaskan bahwa dampak yang sering timbul pada masalah *personal hygiene* ada dua dampak yaitu:

1) Dampak Fisik

Banyak gangguan kesehatan yang di derita seseorang karena tidak terpeliharanya kebiasaan perorangan dengan baik. Gangguan fisik yang sering terjadi adalah Gangguan integritas kulit, gangguan membrane mukosa mulut, infeksi pada mata dan telinga, dan gangguan fisik dan kuku.

## 2) Dampak Psikososial

Masalah sosial yang berhubungan dengan *personal hygiene* adalah gangguan kebutuhan rasa nyaman, kebutuhan dicintai dan mencintai, kebutuhan harga diri, aktualisasi diri, dan gangguan interaksi sosial.

## 6. Tinjauan Umum Remaja

### a. Pengertian Remaja

Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Sifat khas remaja mempunyai rasa keingintahuan yang besar, menyukai petualangan dan tantangan serta cenderung berani menanggung risiko atas perbuatannya tanpa didahului oleh pertimbangan yang matang (Kemenkes RI, 2015 dalam Kosanke, 2019).

Menurut World Health Organization (WHO, 2014), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah.

Remaja merupakan suatu masa kehidupan individu dimana terjadi eksplorasi psikologis untuk menemukan identitas diri . Pada masa transisi dari masa anak-anak ke masa remaja, individu mulai mengembangkan ciri-ciri abstrak dan konsep diri menjadi lebih berbeda (Kusmiran, 2011 dalam Jasmawati, 2017).

Remaja adalah seseorang yang tumbuh menjadi dewasa mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik. Dimana remaja mempunyai rasa keingintahuan yang besar dan sedang mengalami proses perkembangan sebagai persiapan memasuki masa dewasa (Kosanke, 2019).

Remaja adalah seseorang yang baru menginjakkan dan mengenal mana yang baik dan buruk, mengenal lawan jenis dan

memahami tugas dan peranan dalam lingkungan sosial (Jannah, 2016 dalam Arinandya, 2021).

b. Fase Remaja

Menurut WHO (2014), remaja merupakan penduduk dengan usia 10-19 tahun, sedangkan menurut Peraturan Menkes Nomor 25 tahun 2014 menjelaskan bahwa remaja adalah penduduk dengan usia 10-18 tahun. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) menyebutkan bahwa remaja berada pada rentang usia 10-24 tahun dengan status yang belum menikah (Diananda, 2018).

Dalam penjelasan (Diananda, 2018) menyebutkan beberapa fase remaja yang dijelaskan sebagai berikut :

1) Pra Remaja (11 - 12 tahun hingga 14 tahun)

Fase ini merupakan fase remaja yang sangat pendek. Pada fase ini remaja akan sangat tertutup dengan orang tua dan orang lain disekitar. Adanya perubahan-perubahan bentuk tubuh termasuk perubahan hormonal yang menyebabkan perubahan kondisi psikologis remaja.

2) Remaja Awal (13 - 14 tahun hingga 17 tahun)

Fase ini merupakan fase dimana banyak perubahan yang terjadi dalam diri remaja. Pada fase ini remaja mulai mencari jati diri, dan mulai mandiri dengan keputusan yang mereka ambil. Pemikiran remaja semakin logis, dan semakin banyak waktu untuk membicarakan keinginan dengan orang tua.

3) Remaja Lanjut (17 - 20 atau 21 tahun)

Pada fase ini remaja ingin menonjolkan diri, mereka ingin menjadi pusat perhatian. Sudah memiliki cita-cita yang jelas, lebih bersemangat, dan sudah mulai menetapkan identitas diri dan tidak bergantung pada kondisi emosional.

c. Karakteristik Masa Remaja

Penelitian (Jannah, 2016) menjelaskan bahwa masa remaja merupakan masa yang berperan penting dalam kehidupan manusia. Masa remaja memiliki ciri-ciri atau karakteristik yang membedakan dari masa masa pertumbuhan yang lain. Salah satunya diungkapkan oleh Hurlock (1997), bahwa karakteristik remaja yaitu:

1) Masa Remaja Merupakan Masa Peralihan

Masa remaja awal tidak terlepas dari kondisi peralihan. Kondisi ini bukan berarti remaja berubah dari kondisi sebelumnya, namun masa peralihan ini merupakan suatu kondisi yang terjadi dimana satu tahap perkembangan yang menuju ke tahap perkembangan berikutnya. Osterieth dalam Hurlock (1997) menjelaskan bahwa kondisi psikologis remaja berasal dari masa kanak-kanak dan karakteristik khas remaja sudah terlihat dari masa akhir kanak-kanak. Perubahan yang terjadi dalam masa remaja awal mengakibatkan perilaku individu berubah, masa ini remaja akan merasakan keraguan akan peran yang dilakukan. Dalam keadaan seperti ini akan menyebabkan remaja dapat mencoba hal baru dalam kehidupan seperti gaya kehidupan, pola perilaku, dan keinginan serta sifat yang diinginkan bagi dirinya sendiri.

2) Masa Remaja Merupakan Masa Perubahan

Perubahan dalam sikap dan perilaku yang terjadi dalam keadaan yang sama dengan perubahan fisik pada remaja awal. Perubahan perilaku berbanding sama dengan perubahan fisik. Disebutkan ada empat perubahan yang terjadi, yakni:

- a) Perubahan Tingkat Emosi
- b) Perubahan Bentuk Tubuh, Minat dan Peran
- c) Berubahnya Pola Minat dan Perilaku
- d) Takut Dalam Tanggung Jawab yang diberikan

- e) Masa Remaja merupakan masa yang penuh dengan masalah
- f) Masa remaja menimbulkan banyak ketakutan
- g) Masa remaja sebagai masa yang tidak realistis

## 7. Tinjauan Umum Menstruasi

### a. Pengertian Menstruasi

Menstruasi adalah keluarnya darah dari dalam uterus, yang di akibatkan oleh terlepasnya lapisan dinding rahim disertai pelepasan endometrium dan terjadi setiap bulan. Menstruasi ini dinilai berdasarkan 3 hal, pertama siklus haid yaitu berkisar 21-35 hari, kedua lama haid yaitu tidak lebih dari 15 hari, ketiga jumlah darah 20-80 ml (Anwar, 2011).

Menstruasi atau haid adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan (*deskuamasi*) endometrium. Proses terjadinya menstruasi ini terjadi melalui empat tahap yaitu fase menstruasi, fase proliferasi, fase luteal/sekresi, dan fase iskemik (Perry, 2010).

Menstruasi adalah pengeluaran darah yang terjadi akibat perubahan hormon yang terus menerus dan mengarah pada pembentukan endometrium, ovulasi sehingga terjadi peluruhan dinding rahim jika kehamilan tidak terjadi (Verawaty, 2012 dalam Fatonah, 2017).

### b. Fase Siklus Menstruasi

Beberapa fase yang terjadi selama siklus enstruasi berlangsung menurut (Verrawaty, 2012 dalam Fatonah, 2017) :

#### 1) Fase Menstruasi

Merupakan fase pertama yaitu luruhnya sel ovum matang yang tidak dibuahi bersamaan dengan dinding endometrium yang robek. Dapat diakibatkan juga oleh berhentinya sekresi hormon *estrogen* dan *progresteron* sehingga produksi hormon hormone *estrogen* dan *progresteron* menurun.

2) *Fase Proliferasi*

Ditandai dengan menurunnya hormon *progesteron* sehingga memacu kelenjar hipofisis untuk mensekresikan FSH dan merangsang follikel dalam *ovarium*, serta dapat membuat hormon *estrogen* diproduksi kembali. Sel follikel berkembang menjadi follikel de graaf yang masak dan menghasilkan hormon *estrogen* yang merangsang keluarnya LH dari hipofisis.

3) *Fase Luteal/Sekresi*

Ditandai dengan sekresi LH yang memacu matangnya sel ovum pada hari ke 14 sesudah menstruasi pertama. Sel ovum yang matang akan meninggalkan follikel dan follikel akan mengkerut dan berubah menjadi *corpus luteum*. Dimana *corpus luteum* berfungsi menghasilkan hormone *progesteron* yang berfungsi untuk mempertebal dinding *endometrium* yang kaya akan pembuluh darah.

4) *Fase Iskemik*

Ditandai dengan *corpus luteum* yang mengecil dan rigid dan berubah menjadi *corpus albican* yang berfungsi untuk menghambat sekresi hormon *estrogen* dan *progesteron* sehingga hipofisis aktif mensekresi FSH dan LH. Dengan berhentinya sekresi *progesteron* maka penebalan dinding *endometrium* akan berhenti sehingga menyebabkan *endometrium* mengering dan robek. Sehingga terjadilah fase perdarahan/ menstruasi kembali.

c. Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi menurut (Verawaty, 2012 dalam Fatonah, 2017) :

1) *Stres*

Stres menyebabkan perubahan sistemik dalam tubuh, khususnya sistem persyarafan dalam *hipotalamus* melalui perubahan hormon reproduksi (Kusmiran, 2011).

## 2) Penyakit Kronis

Penyakit kronis seperti diabetes. Gula darah yang tidak stabil berkaitan erat dengan perubahan hormonal, sehingga bila gula darah tidak terkontrol akan mempengaruhi siklus menstruasi dengan terpengaruhnya hormon reproduksi (Kusmiran, 2011).

## 3) Gizi Buruk

Penurunan berat badan akut akan menyebabkan gangguan pada fungsi ovarium, tergantung drajat ovarium dan lamanya penurunan berat badan. Kondisi patologis seperti berat badan yang kurang/kurus dapat menyebabkan amenorrhea (Kusmiran, 2011).

## 4) Aktivitas Fisik

Tingkat aktivitas fisik yang sedang dan berat dapat mempengaruhi kerja hipotalamus yang akan mempengaruhi hormon menstruasi sehingga dapat membatasi siklus menstruasi (Kusmiran, 2011).

## 5) Konsumsi Obat-obatan

Konsumsi obat-obatan tertentu seperti antidepresan antipsikotik, tiroid dan beberapa obat kemoterapi Hal ini dikarenakan obat-obatan yang emngandung bahan kimia jika di konsumsi terlalu banyak dapat menyebabkan sistem hormonal terganggu, seperti hormon reproduksi (Welch, 2012).

## 6) Ketidak seimbangan Hormon

Dimana kerja hormon ovarium (estrogen dan progesteron) bila tidak seimbang akan mempengaruhi siklus menstruasi (proverawati, 2009).

### d. Gangguan pada Siklus Menstruasi

Menurut Kusmiran, (2011) dalam (Fatonah, 2017) mengatakan gangguan pada siklus menstruasi di bagi menjadi:

#### 1) *Polimenorea*

*Polimenorea* adalah panjang siklus menstruasi yang memendek dari panjang siklus menstruasi normal, yaitu

kurang dari 21 hari persiklusnya, sementara volume perdarahannya kurang lebih sama atau lebih banyak dari volume perdarahan menstruasi biasanya.

2) *Oligomenorea*

*Oligomenorea* adalah panjang siklus menstruasi yang memanjang dari panjang siklus normalnya, volume perdarahan umumnya lebih sedikit dari volume perdarahan biasanya.

3) *Amenorea*

*Amenorea* adalah panjang siklus menstruasi yang memanjang dari panjang siklus menstruasi normalnya (*Oligomenorea*) atau tidak terjadi perdarahan menstruasi minimal 3 bulan berturut-turut.

## B. Kerangka Teori

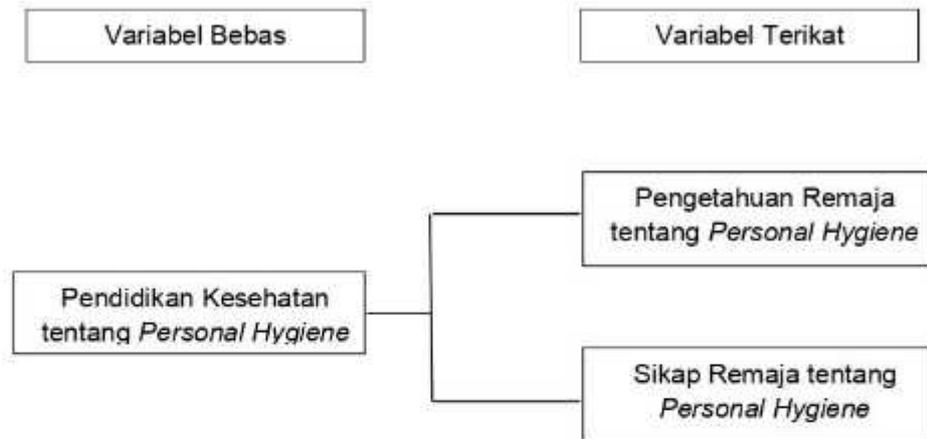
Kerangka PRECEDE PROCEED terdapat beberapa tahap. Menurut Edberg (2007) bahwa tahapan dimulai dari tingkat terluas pengkajian masalah hingga ke yang lebih mengarah dan spesifik, kemudian meliputi perencanaan atau pengkajian administrasi serta sumber daya masyarakat yang terkait dengan program yang diusulkan. Selanjutnya, menerapkan dan mengevaluasi program untuk menentukan apakah program sudah memberi dampak sesuai yang diinginkan.

PRECEDE (Predisposing, Reinforcing, and Enabling Causes in Educational Diagnosis and Evaluation) adalah suatu model pendekatan yang dapat digunakan dalam mendiagnosis masalah kesehatan ataupun sebagai alat untuk merencanakan suatu kegiatan perencanaan kesehatan atau mengembangkan suatu model pendekatan yang dapat digunakan untuk membuat perencanaan kesehatan. Namun, pada tahun 1991 Green menyempurnakan kerangka tersebut menjadi PRECEDE-PROCEED. PROCEED (Policy, Regulatory, Organizational, Construct, in Educational and Environmental Development). PRECEDE digunakan pada fase diagnosis masalah, penetapan prioritas masalah dan tujuan program, sedangkan PROCEED digunakan untuk menetapkan sasaran dan kriteria kebijakan, serta implementasi dan evaluasi (Ninla Elmawati Falabiba, 2019).



Gambar 2.1 Kerangka Teori Pendekatan PRECEDE PROCEED Menurut L.Green yang telah

### C. Kerangka Konsep



Gambar 2.2 Kerangka Konsep.

### D. Hipotesis

1. Ha : Ada pengaruh pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi melalui media video terhadap pengetahuan dan sikap pada siswi smp negeri 29 samarinda.
2. Ho : Tidak ada pengaruh sikap tentang *personal hygiene* saat menstruasi melalui media video terhadap pengetahuan dan sikap pada siswi smp negeri 29 samarinda.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang mendasarkan pada penggunaan data berupa angka sebagai alat menganalisis dalam pengukuran variable dan menarik kesimpulan dari fenomena yang diteliti. Jenis penelitian ini adalah *pra – eksperimental* dengan desain penelitian *One Group Pretest Posttest Design*. Metode ini mengobservasi sebanyak 2 kali yaitu melakukan *pretest* sebelum diberikan intervensi dan *posttest* sesudah intervensi, dengan ini hasil intervensi akan akurat karena akan membandingkan dengan .hasil sebelum di berikannya intervensi dan sesudah intervensi.

Penelitian ini menggunakan satu kelompok, yaitu kelompok intervensi yang di berikan pendidikan kesehatan menggunakan media Video. Kelompok intervensi diukur tingkat pengetahuan dan sikap menggunakan kuesoner yang sama pada saat sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pada waktu penelitian. Intervensi yang diberikan diharapkan dapat memberikan pengaruh atau perubahan variabel pengetahuan dan sikap.

Desain penelitian digambarkan sebagai berikut :

Tabel 3.1 Desain Penelitian

<i>Pretest</i>	<i>Intervensi</i>	<i>Posttest</i>
O1	X1	O2

X1 = intervensi pendidikan kesehatan dengan media video oleh peneliti

O1 = tingkat pengetahuan responden saat *pretest*

O2 = tingkat pengetahuan responden saat *posttest*

#### B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Juli 2023 dan dilaksanakan di SMP Negeri 29 Samarinda.

### C. Populasi dan Sampel atau Informan Penelitian

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi Kelas VII SMP Negeri 29 Samarinda yang berjumlah 109 orang siswa perempuan. Pemilihan populasi didasarkan pada teori bahwa remaja yang sudah mengalami menstruasi dan berusia 11-14 tahun. Sampel dalam penelitian ini harus memenuhi kriteria sebagai berikut:

1. Kriteria Inklusi
  - a) Siswi kelas VII SMP tempat penelitian,
  - b) Siswi yang sudah menstruasi dan berusia 11-14 tahun,
  - c) Siswi yang sehat fisik dan mental,
  - d) Siswi bersedia menjadi responden penelitian.
2. Kriteria Eksklusi
  - a) Siswi tidak hadir saat intervensi,
  - b) Siswi tidak hadir pada salah satu tes,
  - c) Siswi tidak mengisi jawaban hingga akhir.

Untuk menentukan sampel penelitian ini menggunakan rumus slovin sebagai berikut :

Keterangan :

n : Sampel yang dicari

N : Ukuran populasi (109 siswi)

E : Besar kesalahan atau eror yang ditetapkan (5% : 0,5)

Rumus :

$$n = \frac{N}{1 + N \cdot e^2}$$

$$n = \frac{109}{1 + 109(0,05)^2} \longrightarrow n = \frac{109}{1 + 109 \times 0,0025}$$

$$n = \frac{109}{1 + 1,09} \longrightarrow n = \frac{109}{1,272}$$

$$n = 86$$

Jadi, sampel yang dibutuhkan dalam penelitian berjumlah 86 siswi.

Berdasarkan hasil sampel diatas. dalam penelitian menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling*. yang dimana sampel yang diambil sesuai dengan kriteria inklusi

Pada tahap kedua pengambilan sampel penelitian ini, peneliti menerapkan teknik *simple random sampling*. Pada pemilihan sampel penelitian ini peneliti melakukan secara acak pada semua siswa yang memenuhi kriteria inklusi. Pemilihan sampel dilakukan secara acak dengan metode undian. Peneliti menerapkan teknik ini dengan menuliskan semua nama siswa dari setiap kelas pada selembar kertas, kemudian peneliti mengambil kertas secara acak sejumlah sampel yang di butuhkan dari setiap kelas. Kertas yang terpilih saat pengambilan secara acak oleh peneliti adalah siswa yang akan menjadi responden dalam penelitian ini.

#### D. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019). Dalam penelitian ini, variabel yang digunakan adalah variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). (Saptutyningasih dkk, 2019).

Variabel dalam penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu:

1. Variabel bebas berupa metode pendidikan kesehatan tentang *Personal Hygiene*.
2. Variabel terikat berupa pengetahuan dan sikap siswi SMP Negeri 29 tentang *personal hygiene* menstruasi.

#### E. Definisi Operasional

Tabel 3.2 Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Skala Ukur	Kriteria Penilaian
1	Pengetahuan	Pengetahuan adalah suatu informasi yang	Kuesioner	Pengisian kuesioner sebanyak	Rasio	Jumlah kuesioner

		diketahui oleh remaja siswi SMP Negeri 29 Samarinda tentang <i>Personal Hygien</i> saat menstruasi.		dua kali yaitu saat <i>pretest</i> dan <i>posttest</i>		sebanyak 15 pertanyaan an pengetahuan dengan nilai : Baik : 1 Kurang Baik : 0
2	Sikap	Sikap adalah suatu tindakan yang diketahui oleh remaja siswi SMP Negeri 29 Samarinda tentang <i>Personal Hygiene</i> saat menstruasi.	Kuesioner	Pengisian kuesioner sebanyak dua kali yaitu saat <i>pretest</i> dan <i>posttest</i>	Rasio	Jumlah kuesioner sebanyak 26 pernyataan dengan penilaian diberi skor: Nilai 4 : jawaban sering(SR) Nilai 3 : jawaban selalu(SL) Nilai 2 : jawaban kadang (KD) Nilai 1 : jawaban tidak pernah(TP)

## **F. Instrumen Penelitian**

Pengumpulan data dilakukan oleh peneliti yang terdiri dari satu orang. Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian kuesioner oleh responden dan diamati secara langsung oleh peneliti kepada responden. Pengisian kuesioner dan pengamatan yang dilakukan peneliti setelah responden menerima intervensi serta setuju untuk menjadi responden penelitian yang ditandatangani pada lembar *informed consent*.

Peneliti mengukur pengetahuan dan sikap responden menggunakan *pretest* yang dilakukan sebelum intervensi diberikan dan *posttest* sesudah diberikan intervensi. Terdapat 2 kuesioner dari setiap variable pengumpulan data dalam penelitian ini. Kuesioner pertama yang digunakan untuk mengukur variable pengetahuan tentang *personal hygiene* yang terdiri dari 15 pertanyaan, kuesioner kedua yang digunakan mengukur variable sikap tentang *personal hygiene* dan menstruasi yang terdiri dari 26 pertanyaan dengan pilihan jawaban Tidak Pernah, Kadang, Sering, dan Selalu.

## **G. Uji Validitas dan Reliabilitas**

Menurut penelitian bahwa kuesioner ini telah diuji validitas oleh peneliti sebelumnya yaitu Ismi Sulaika mahasiswi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang bahwa semua soal telah valid yang terlampir pada lampiran peneliti dan hasil dari penelitian terdapat adanya hubungan *personal hygiene* menstruasi dengan kejadian *pruritus vulvae* di SMP Pondok Pesantren Darul Muttaqin Jombang dengan menunjukkan bahwa nilai  $p=0,000 < \alpha=0,05$ , maka  $H_1$  diterima dan  $H_0$  ditolak yang artinya ada hubungan *personal hygiene* saat menstruasi dengan kejadian *pruritus vulvae* di SMP Pondok Pesantren Darul Muttaqin Jombang.

## **H. Analisis Data dan Penelitian**

### **1. Analisis Univariat**

Analisis data univariat dilakukan untuk mengidentifikasi distribusi frekuensi dan proporsi setiap variable penelitian dengan pengkategorian.

## 2. Analisis Bivariat

Analisis data bivariat bertujuan untuk menganalisis pendidikan kesehatan dengan media video terhadap pengetahuan dan sikap tentang *personal hygiene* menstruasi pada siswi SMP Negeri 29 Samarinda. Uji statistic yang digunakan adalah uji *Wilcoxon*. Uji *Wilcoxon* dipilih dengan dasar atau skala data terkait adalah ordinal dan bertujuan untuk menganalisis data berpasangan. Pemilihan uji *Wilcoxon* ini tidak menggunakan uji normalitas data karena skala data variabel terkait bersifat kategorik sehingga data berdistribusi tidak normal.

### I. Alur Penelitian



Gambar 3.4 Alur Penelitian

## J. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam penelitian.

1. Peneliti mengurus perizinan surat pengantar penelitian kepada Prodi Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Kaltim.
2. Peneliti menyerahkan surat perizinan penelitian dari Prodi Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes kepada SMP Negeri 29 Samarinda.
3. Melakukan pendekatan kepada responden tentang penelitian dan bersedia menjadi responden.
4. Menjelaskan kepada calon responden tentang penelitian dan bersedia menjadi responden
5. Peneliti memberikan kuesioner kepada responden dan memberikan waktu 15 menit untuk mengisi kuesioner pengetahuan tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi dan 10 menit untuk mengisi kuesioner sikap *Personal Hygiene* saat menstruasi.
6. Peneliti mengambil lembar kuesioner dan mengoreksi kuesioner yang sudah terjawab oleh responden.
7. Setelah data terkumpul peneliti melakukan *editing, coding, scoring,* dan tabulasi.
8. Penyajian hasil penelitian
9. Penyusunan laporan penelitian.

## **K. Etika Penelitian**

1. Menghormati Harkat dan Martabat Manusia, peneliti meminta persetujuan (*Informed Consent*). Yang dalam hal ini bertujuan agar responden mengerti maksud dan tujuan dari penelitian. Selain itu, peneliti pun memberikan penjelasan secara langsung dan memberikan kesempatan kepada esponden untuk bertanya tentang hal-hal yang belum dipahami.
2. Menghormati Privasi dan Kerahasiaan Subjek, peneliti perlu merahasiakan informasi yang menyangkut privasi responden. Hal ini dapat dilakukan dengan tidak mencantumkan nama dan alamat responden pada kuesioner dan diganti dengan menggunakan kode saja.
3. Memperhitungkan Manfaat dan Kerugian, peneliti harus mempertimbangkan resiko yang akan timbul dari penelitian ini dan memastikan bahwa manfaat yang didapat akan lebih besar dari resiko yang ditimbulkan. Dalam hal ini peneliti harus mendapatkan persetujuan etik dari komite etik penelitian.

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Gambaran Umum Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 29 Samarinda. SMP Negeri 29 Samarinda beralamatkan di Jalan Pakis Hijau 7 Perum Bengkuring Kec. Samarinda Utara Kota Samarinda Kalimantan Timur. Wilayah SMP Negeri 29 Samarinda Ini Termasuk Wilayah Kerja Puskesmas Bengkuring.

#### 2. Hasil Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan pada di setiap variabel hasil penelitian, analisis ini diterapkan untuk menjawab tujuan khusus penelitian. Secara umum, analisis hanya menghasilkan distribusi masing-masing variabel. Hasil analisis univariat yaitu sebagai berikut:

- a. Karakteristik Data Umum responden meliputi Usia, dan paparan informasi tentang *Personal Hygiene*. Karakteristik data umum responden disajikan pada table di bawah ini

Tabel 4.1 Karakteristik Responden di Siswi SMP Negeri 29 Samarinda.

Karakteristik	(n)	(%)
<b>Usia</b>		
11 tahun	0	0
12 tahun	38	45,8
13 tahun	44	53,0
14 tahun	0	0
<b>Usia Menarche</b>		
11 tahun	0	0
12 tahun	45	54,2
13 tahun	38	45,8
14 tahun	0	0

Sumber: Data Primer Terolah, 2023

Berdasarkan tabel 4.1 di peroleh hasil sebagian besar usia responden adalah siswi yang berusia 12 tahun yaitu sebanyak 38 siswi (45,8%) dan siswi yang berusia 13 tahun yaitu sebanyak 44 siswi (53,0%). Sebagian besar usia *menarche* responden adalah siswi yang

berusia 12 tahun yaitu sebanyak 45 siswi (54,2) dan siswi yang berusia 13 tahun yaitu sebanyak 38 siswi (45,8).

b. Identifikasi Pengetahuan dan Sikap Siswi tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada saat *Pre-Test* dan *Post-Test*

1. Identifikasi Pengetahuan

Hasil identifikasi pengetahuan siswi tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi disajikan dalam table berikut :

Tabel 4.2 Pengetahuan Siswi tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi Tahun 2023 Pada Saat *Pre Test* dan *Post Test*.

<i>Test</i>	Pengetahuan	
	Baik	Kurang
<i>Pre Test</i>	15 (18,1%)	68 (81,9%)
<i>Post Test</i>	76 (91,6%)	7 (8,4%)

Sumber: Data Primer Terolah, 2023

Berdasarkan tabel 4.2 di peroleh hasil sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan benar pada saat *pre test* yaitu sebanyak 15 siswi (18,1%). Selain itu, diketahui sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan baik pada saat *post test* yaitu sebanyak 76 siswi (91,6%).

2. Identifikasi Sikap

Hasil identifikasi sikap siswi tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi disajikan dalam table berikut :

Tabel 4.3 Sikap Siswa tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi Tahun 2023 Pada Saat *Pre Test* dan *Post Test*

<i>Test</i>	Sikap			
	Sangat Baik	Baik	Cukup	Kurang Baik
<i>Pre Test</i>	0 (0%)	3 (3,6%)	25 (30,1%)	55 (66,3%)
<i>Post Test</i>	42(50,6%)	41(49,4%)	0 (0%)	0 (0%)

Sumber: Data Primer Terolah, 2023

Berdasarkan tabel 4.3 di peroleh hasil sebagian besar responden yang termasuk dalam kategori sikap tidak pernah menerapkan *personal hygiene* saat menstruasi pada saat *pre test* yaitu sebanyak 55 siswi (66,3%). Selain itu, diketahui seluruh responden termasuk dalam kategori sikap selalu pada saat *post test* yaitu sebanyak 42 siswi (50,6%).

### c. Hasil Analisis Bivariat

Analisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap *personal hygiene* saat menstruasi responden.

#### a. Analisis Pengetahuan

Analisis pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada siswi di SMP Negeri 29 Samarinda dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.4 Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi Pada Siswi di SMP Negeri 29 Samarinda

Test	Pengetahuan		p-value
	Baik	Kurang Baik	
<i>Pre Test</i>	15 (18,1%)	68 (81,9%)	0,00
<i>Post Test</i>	76 (91,6%)	7 (8,4%)	

Sumber: Data Primer Terolah, 2023 *Wilcoxon*

Berdasarkan tabel 4.4 di peroleh hasil analisis dengan uji *Wilcoxon* menunjukkan *p-value* 0,00 ( $p < 0,05$ ). Hal ini berarti ada pengaruh sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media *video* terhadap pengetahuan responden.

#### b. Analisis Sikap

Analisis pengaruh pendidikan kesehatan terhadap Sikap tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada siswi di SMP Negeri 29 Samarinda dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.5 Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Sikap tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi Pada Siswi di SMP Negeri 29 Samarinda

Test	Sikap				p-value
	Sangat Baik	Baik	Cukup	Kurang Baik	
Pre Test	0 (0%)	3 (3,6%)	25 (30,1%)	55 (66,3%)	0,00
Post Test	42(50,6%)	41(49,4%)	0 (0%)	0 (0%)	

Sumber: Data Primer Terolah, 2023 *Wilcoxon*

Berdasarkan tabel 4.4 di peroleh hasil analisis dengan uji *Wilcoxon* menunjukkan *p-value* 0,00 ( $p < 0,05$ ). Hal ini berarti ada pengaruh sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video terhadap sikap responden.

## B. Pembahasan

Kegiatan penelitian diawali dengan mengurus surat izin penelitian pada pihak terkait, selanjutnya peneliti melakukan studi pendahuluan di SMP Negeri 29 Samarinda. Peneliti kemudian melakukan pengambilan data primer yaitu dengan membagikan kuesioner studi pendahuluan kepada siswi. Langkah selanjutnya sebelum memulai penelitian, dilakukan persamaan persepsi dengan pihak sekolah untuk memberikan penjelasan mengenai teknis penelitian, tujuan penelitian, dan juga melakukan *informed consent* pada responden yang masuk kedalam kriteria inklusi.

Penelitian dilakukan dengan jumlah responden sebanyak 86 orang yang merupakan siswa kelas 7 SMP. Pendidikan kesehatan dilakukan selama 1 hari serta *pre-test* dan *post-test* dilakukan di hari yang sama pada saat melakukan pendidikan kesehatan. Pada penelitian ini responden di kumpulkan jadi 1 tempat di sebuah kelas dan terdapat 3 enumerator . setelah itu, diberikan *pre-test* pengetahuan melalui lembar kuesioner. Responden kemudian melakukan *pre-test* sikap satu per satu. *Pre-test* bertujuan untuk mengetahui pengetahuan dan sikap sebelum mendapatkan pendidikan kesehatan. Setelah melakukan *pre-test* sikap, siswi menonton video tentang *personal hygiene* saat mensruasi yang di tayangkan sebanyak

2 kali. Setelah itu, dilakukan *post-test* pengetahuan dan sikap untuk mengetahui pengetahuan dan sikap diberikan intervensi.

## 1. Karakteristik Responden

### a. Usia

Usia merupakan kurun waktu sejak adanya seseorang dan dapat diukur menggunakan satuan waktu dipandang dari segi kronologis, individu normal dapat dilihat derajat perkembangan anatomis dan fisiologis sama. Usia juga merupakan waktu lamanya hidup atau ada (sejak dilahirkan atau diadakan). Berdasarkan dari hasil penelitian ini, terdapat siswi berusia 12 tahun sebanyak 38 orang (45,8%) dan siswi berusia 13 tahun sebanyak 44 orang (53,0%). Usia 12 dan 13 tahun kadang disebut sebagai remaja awal yang mempunyai tantangan baru dalam hidupnya. Kekuatan kognitif untuk memikirkan banyak faktor secara stimulan memberikan kemampuan pada anak-anak usia sekolah untuk mngevaluasi diri sendiri dan merasakan evaluasi teman-temannya(Sarayati, 2020).

### b. Usia *Menarche*

Sebagian besar usia *menarche* pada siswi SMP Negeri 29 Samarinda berada di usia 12 tahun sebanyak 45 siswi (54,2) dan usia 13 tahun sebanyak 38 siswi (45,8). Menurut Kemenkes RI (2018) umur kejadian *menarche* di Indonesia rata-rata terjadi pada umur 12,4 tahun dengan prevalensi 60%, pada usia 9-10 tahun sebanyak 2,6%, usia 11-12 tahun sebanyak 30,3%, dan pada usia 13 tahun sebanyak 30%. Sisanya mengalami *menarche* di atas umur 13 tahun.

Pada anak wanita yang mendapat kelainan tertentu selama dalam kandungan mendapatkan *menarche* pada usia lebih muda dari usia ratarata. Sebaliknya anak wanita yang menderita cacat mental dan monologisme akan mendapat *menarche* pada usia yang lebih tua atau menagalami keterlambatan. Terjadinya penurunan usia dalam mendapatkan *menarche* sebagian besar dipengaruhi oleh adanya perbaikan gizi (Juliyatmi dkk, 2015 dalam Hafidha dkk, 2020).

## 2. Hasil Analisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan *Personal Hygiene* saat Menstruasi responden penelitian pada siswi SMP Negeri 29 antara *pre-test* dan *post-test*

Berdasarkan identifikasi pengetahuan siswi sebelum dan setelah diberikan intervensi, diketahui bahwa sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan baik pada saat *pre-test* yaitu sebanyak 15 siswi (18,1%). Selain itu, diketahui sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan baik saat *post-test* yaitu sebanyak 76 siswi (91,6%).

Berdasarkan pada tabel 4.4 didapatkan adanya pengaruh yang signifikan sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi melalui media video terhadap pengetahuan responden dengan nilai signifikan pengetahuan (0,000) dimana *p-value* <0,05 artinya  $H_0$  ditolak. Dimana hasil uji statistik menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan dengan media video memiliki pengaruh signifikan terhadap pengetahuan dan sikap siswi SMP Negeri 29 Samarinda.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sulaikha (2018), yang menyatakan bahwa ada hubungan *personal hygiene* saat menstruasi dengan kejadian *pruritus vulvae* di SMP Pondok Pesantren Darul Muttaqin Jombang. Dalam penelitian ini, pendidikan kesehatan dilakukan agar siswa memiliki pengetahuan yang baik tentang *personal hygiene* saat menstruasi sehingga dapat menerapkan *personal hygiene* saat menstruasi dalam kehidupan sehari-hari sehingga terjadi perbaikan pola hidup kearah yang lebih sehat.

Menurut asumsi peneliti, meningkatnya pengetahuan responden dapat terjadi karena responden menerima pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* secara baik yang diberikan oleh peneliti semakin dewasa remaja maka semakin baik pengetahuan seseorang untuk berperilaku baik dalam menjaga kesehatan khususnya dalam hal kebersihan reproduksi.

### 3. Hasil Analisis Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Sikap *Personal Hygiene* saat Menstruasi responden penelitian pada siswi SMP Negeri 29 antara *pre-test* dan *post-test*

Berdasarkan identifikasi sikap siswi sebelum dan setelah diberikan intervensi, diketahui sebagian besar responden yang termasuk dalam kategori sangat baik pada saat *pre-test* yaitu sebanyak 0 (0%), kategori baik pada saat *pre-test* 3 (3,6%), kategori cukup 25 (30,1%), dan kategori kurang baik 55 (66,3%). Selain itu, diketahui responden yang termasuk dalam kategori sangat baik meningkat pada saat *post-test* sebanyak 42 siswi (50,6%).

Berdasarkan table 4.5 didapatkan pengaruh yang signifikan sebelum dan setelah di berikan pendidikan kesehatan *personal hygiene* saat menstruasi melalui media video pada sikap responden dengan nilai signifikan pengetahuan (0,000) dimana *p-value* <0,05 artinya  $H_0$  ditolak. Dimana hasil uji statistic menjelaskan bahwa pendidikan kesehatan *personal hygiene* saat menstruasi melalui media video memiliki pengaruh signifikan terhadap sikap siswi SMP Negeri 29 Samarinda tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Hal ini sejalan dengan penelitian Sulaikha (2018) dimana semakin dewasa remaja maka akan mempengaruhi cara berpikir seseorang yang lebih logis. Seseorang yang berpendidikan tinggi akan mampu menakar baik buruk suatu perbuatan untuk mengambil suatu keputusan terbaik buat kesehatan dan masa depannya.

Menurut asumsi peneliti, pada saat di tayangkannya video *personal hygiene* saat menstruasi dapat meningkatkan daya ingat siswi karena didalam video tersebut terdapat langkah melakukan *personal hygiene* saat menstruasi sehingga siswi tersebut dapat menerapkannya di kehidupan sehari-hari.

#### C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian tentang pengaruh pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi melalui media video terhadap pengetahuan dan sikap siswi Smp Negeri 29 Samarinda ini masih banyak memiliki

keterbatasan. Dalam penelitian ini, hanya terdapat dua variabel yaitu variabel pengetahuan dan sikap sehingga peneliti belum mampu melihat perkembangan sikap siswi SMP Negeri 29 Samarinda pada *personal hygiene*. Pada penelitian ini saat di lakukannya *post-test* yang dimana seharusnya dilakukan 5 hari setelah dilakukannya *pre-test* dan pemaparan video, namun peneliti melakukan *post-test* dihari yang sama. Selain itu juga terdapat ada beberapa siswi yang tidak mengikuti kegiatan ini, dari 86 sampel siswi yang ditentukan hanya 83 sampel siswi yang dapat mengikuti pemberian pendidikan kesehatan *personal hygiene* menstruasi di karenakan 3 siswi tersebut tidak masuk sekolah ataupun sakit sehingga mereka tidak mendapatkan pendidikan kesehatan *personal hygiene* saat menstruasi.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi melalui media video terhadap Pengetahuan dan Sikap pada siswi SMP Negeri 29 Samarinda, maka dapat disimpulkan bahwa :

- 1) Pengetahuan tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi di SMP Negeri 29 Samarinda didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki hasil kategori baik dalam segi pengetahuan.
- 2) Sikap tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi di SMP Negeri 29 Samarinda didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki hasil kategori baik dalam segi sikap.
- 3) Terdapat adanya Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap pada Siswi SMP Negeri 29 Samarinda.

#### **2. Saran**

##### **1. Bagi Institusi**

Diharapkan dapat menambah wawasan dan bahan kepustakaan mengenai pengaruh pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menstruasi, serta menjadikan penelitian ini sebagai bahan ajar dan bahan referensi penelitian selanjutnya.

##### **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan sebagai sumber referensi bagi mahasiswa dan digunakan sebagai pembelajaran untuk dapat memberikan penyuluhan kesehatan mengenai *personal hygiene* saat menstruasi kepada masyarakat

##### **3. Bagi Responden**

Diharapkan siswi SMP Negeri 29 Samarinda terus belajar mengenai *personal hygiene* saat menstruasi dan dapat menerapkan beberapa langkah *personal hygiene* saat menstruasi di kehidupan sehari-hari.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anjani, A. and Susanti, D. (2019) 'Hubungan Sumber Informasi Terhadap Prilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di SPMN 1 Gamping', pp. 40–63. Available at: <http://repository.unjaya.ac.id/id/eprint/3373>.
- Arinandya, S. (2021) 'Gambaran Tingkat Stres Remaja Smp Pada Kondisi Pandemi Covid-19 Di Smp Islam Miftakhul Huda Pakis Aji Kabupaten Jepara', *UPT Perpustakaan UNW 2*, (september), pp. 1–23. Available at: <http://repository2.unw.ac.id/1525/>.
- Atikah Rahayu, SKM, M. et al. (2017) *Kesehatan Reproduksi Remaja & Lansia, Journal of Chemical Information and Modeling*.
- Bruno, L. (2019) 'Psikologi Pendidikan berdasarkan Kurikulum Nasional', *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), pp. 1689–1699. Available at: [https://eprints.uny.ac.id/21850/4/BAB II.pdf](https://eprints.uny.ac.id/21850/4/BAB%20II.pdf).
- Chifdillah, N. and Hazanah, S. (2020) 'Perbedaan Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Audiovisual dan Media Visual Terhadap Pengetahuan Mahasiswa Tentang Covid-19', *Mahakam Midwifery Journal*, 6(1), pp. 14–27. Available at: <http://ejournalbidan.poltekkes-kaltim.ac.id/ojs/index.php/midwifery/article/view/163>.
- Fadhilah, I. (2020) 'Penyuluhan Menggunakan Media Video Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Dukungan Suami Tentang Program Kb Pada Unmet Need', *Universitas Hasanuddin Makassar*. Available at: <http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/1366/>.
- Fatonah, S. (2017) 'Hubungan Aktivitas Fisik Dan Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Perempuan Remaja Akhir Di Pt Sai Apparel Industries Semarang', *Universitas Muhammadiyah Semarang*, pp. 10–34. Available at: [http://repository.unimus.ac.id/953/3/BAB II.pdf](http://repository.unimus.ac.id/953/3/BAB%20II.pdf).
- Febriana, D. (2018) 'Pengaruh Penggunaan Media Video Berbasis Pendidikan Karakter Terhadap Keaktifan Dan Hasil Belajar Aqidah Akhlak Siswa Di Min 6 Tulungagung', *Skripsi*, pp. 18–73.
- Hafidha dkk (2020) 'Gambaran kejadian menarche pada siswi kelas 4, 5, Dan 6 SD Negeri Beji Wates Kulon Progo tahun 2020', *Repository Poltekkesjogja*, 68(1), pp. 1–12.
- Hazanah, S., Hendriani, D. and Firdaus, R. (2019) 'Hubungan Peran Orangtua Terhadap Sikap Remaja Dalam Pencegahan Seks Pranikah', *Mhj*, 2(5), pp. 226–235. Available at: <http://ejournalperawat.poltekkes-kaltim.ac.id/index.php/nursing/article/view/151/52>.
- Jasmawati, M. M. (2017) 'Dengan Perilaku Seks Bebas Di Smpn 47 Samarinda pp. 134–144.

- Kosanke, R. M. (2019) 'Definisi personal hygiene', pp. 9–27.
- Lestari, N. D. A. (2018) 'Gambaran Pengetahuan Keluarga Dalam Merawat Anggota Keluarga Dengan Komplikasi Gangre', *Skripsi*, pp. 5–29.
- Ninla Elmawati Falabiba (2019) 'Precede-Proceed', pp. 8–32. Available at: <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/2194/3/BAB II.pdf>.
- Rizka Dwi Rahmadini (2020) 'Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media booklet tentang keputihan terhadap pengetahuan sikap dan tindakan orang tua dalam mendampingi remaja putri tunarungu di slbn samarinda', *jurusan kebidanan poltekkes kemenkes kaltim*.
- Saptutyingsih dan setyaningrum (2019) 'Metode Penelitian', *Metoda penelitian*, pp. 1–9. Available at: <http://repository.stei.ac.id/1738/4/BAB III.pdf>.
- Sarayati, S. (2020) 'Analisis Faktor Perilaku Seksual Pada Anak SD di SDN Dukuh Kupang II - 489 Kecamatan Dukuh Pakis Kelurahan Dukuh Kupang Surabaya', *ADLN Perpustakaan Universitas Airlangga*, pp. 1–101. Available at: <http://repository.unair.ac.id>.
- Sianipar, K. S. (2019) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Media Audiovisual Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Personal Hygiene Genitalia Saat Menstruasi Di Smp Methodist-2 Kisaran Kabupaten Asahan Tahun 2019', p. xviii+114.
- Sulaikha, I. (2018) 'No Title', *Hubungan personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian pruritus vulvae pada remaja*. Available at: <https://repo.itskesicme.ac.id/972/1/143210071> Ismi Sulaikha Skripsi.pdf.
- Suseno, M. R., Fitri Hamidiyanti, B. Y. and Ayu Ningsih, W. (2021) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Media Video Dan Alat Peraga Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Masa Menstruasi Dalam Layanan Homecare', *Jurnal Kebidanan*, 10(2), pp. 59–69. doi: 10.35890/jkdh.v10i2.216.