



Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Kebersihan Diri Saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMP Negeri 9 Kota Kupang

Kristina Ermelinda Tanda¹, Afrona E. L. Takaeb^{2*}, Petrus Romeo³

^{1,2,3}Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana, Kota Kupang, Indonesia

Email: ¹ermelindatanda@gmail.com, ^{2*}afrona.takaeb@staf.undana.ac.id,

³petrusromeofkm@gmail.com

Abstract

Personal hygiene during menstruation plays an important role in determining a person's health status related to reproductive health. During menstruation, the blood vessels in the uterus become infected very easily because germs enter more easily, resulting in infection which can then cause various disorders or diseases that attack the reproductive organs. This study aims to determine the factors related to personal hygiene behavior during menstruation in adolescent girls at SMP Negeri 9 Kupang City. This type of research is observational analytic with a cross sectional design. The total sample in this study consisted of 75 young women who were selected using proportional stratified random sampling technique with a significance level of $\alpha=0.05$. Each variable in this study was tested using the chi-square test to determine the relationship between the dependent variable (personal hygiene behavior during menstruation) and the independent variables (knowledge, attitudes, peer support, parental support, teacher support and availability of facilities). The results of this study show that factors related to personal hygiene behavior during menstruation among young women at SMP Negeri 9 Kupang City include attitude (P -value = 0.003), peer support (P -value = 0.001), teacher support (P -value = 0.027), and availability of facilities (P -value = 0.052). Meanwhile, the variable that has no relationship with personal hygiene behavior during menstruation among young women at SMP Negeri 9 Kupang City is knowledge (P -value = 0.367) and parental support (P -value = 0.162). It can be concluded that young women tend to have poor personal hygiene behavior during menstruation.

Keywords: Personal Hygiene, Menstruation, Teenage Girl

Abstrak

Kebersihan diri saat menstruasi memegang peranan penting dalam menentukan status kesehatan seseorang berkaitan dengan kesehatan reproduksi. Saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim sangat mudah terinfeksi karena kuman lebih mudah masuk, sehingga terjadi infeksi yang kemudian dapat menimbulkan berbagai gangguan atau penyakit yang menyerang organ reproduksi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 9 Kota Kupang. Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan

rancangan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 75 remaja putri yang dipilih menggunakan teknik *proportional stratified random sampling* dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$. Masing-masing variabel pada penelitian ini diuji menggunakan uji *chi-square* untuk mengetahui hubungan antara variabel dependen (perilaku kebersihan diri saat menstruasi) dengan variabel independen (pengetahuan, sikap, dukungan teman sebaya, dukungan orang tua, dukungan guru dan ketersediaan sarana). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor yang berhubungan dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 9 Kota Kupang antara lain sikap ($p\text{-value} = 0,003$), dukungan teman sebaya ($p\text{-value} = 0,001$), dukungan guru ($P\text{-value} = 0,027$), dan ketersediaan sarana ($p\text{-value} = 0,052$). Sedangkan variabel yang tidak mempunyai hubungan dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 9 Kota Kupang adalah pengetahuan ($p\text{-value} = 0,367$) dan dukungan orang tua ($p\text{-value} = 0,162$). Dapat disimpulkan bahwa remaja putri cenderung memiliki perilaku kebersihan diri saat menstruasi yang kurang baik.

Kata Kunci: Kebersihan Diri, Menstruasi, Remaja Putri

PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan salah satu tanda bahwa seorang perempuan telah memasuki usia pubertas (pematangan organ reproduksi). Menstruasi dalam keadaan normal biasanya terjadi sekali disetiap bulan secara berkala pada perempuan yang telah memasuki usia subur, terkecuali pada masa kehamilan. Proses menstruasi dapat menimbulkan berbagai potensi masalah kesehatan pada organ reproduksi, sehingga perempuan sebisa mungkin untuk selalu menjaga kebersihan diri termasuk saat menstruasi. Hal ini dapat meminimalisir berbagai kemungkinan yang dapat terjadi pada organ reproduksinya seperti, pertumbuhan jamur yang dapat menimbulkan keputihan, iritasi, gatal-gatal, bau, infeksi saluran kemih, dan juga gangguan kesehatan reproduksi lainnya (Palupi et al., 2020). Keputihan menjadi salah satu persoalan yang sering dialami oleh perempuan usia produktif. Sekitar 90% wanita Indonesia lebih berpotensi mengalami keputihan karena negara Indonesia memiliki iklim tropis. Iklim tropis menyebabkan mudahnya jamur dalam berkembang biak dan mengakibatkan banyaknya kasus keputihan pada wanita (Eduwan, 2022).

Berdasarkan data WHO tahun 2021, prevalensi keputihan mencapai 75% dengan sebagian besar mengalami keputihan setidaknya sekali dalam hidup mereka, selain itu sebanyak 45% perempuan Indonesia telah mengalami keputihan lebih dari sekali (Arsyad et al., 2023). Masalah keputihan sering diabaikan oleh remaja putri, bahkan sebagian malu mengakui keputihan yang sedang dialaminya. Remaja putri yang telah menstruasi sudah sepatutnya mengetahui bagaimana cara menjaga kesehatan reproduksinya sehingga tidak menimbulkan gangguan atau masalah pada organ reproduksi. Salah satu upaya yang bisa dilakukan agar organ reproduksi tetap dalam keadaan bersih dan sehat meskipun saat menstruasi adalah dengan menerapkan perilaku kebersihan diri (*personal hygiene*). Kebersihan diri saat menstruasi merupakan suatu tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada daerahewanitaan saat menstruasi agar dapat terhindar dari bakteri yang dapat menyebabkan infeksi pada organ reproduksi.

Rendahnya penerapan perilaku kebersihan diri saat menstruasi, menyebabkan individu menjadi lebih rentan terhadap berbagai infeksi yang biasanya menyerang organ reproduksi. Perilaku kebersihan diri saat menstruasi tersebut meliputi mencuci tangan terlebih dahulu dengan sabun sebelum dan sesudah menyentuh vagina saat mengganti pembalut, membasuh vagina dari arah depan ke belakang, sebaiknya tidak menggunakan cairan pembersih organewanitaan, gunakan tissue toilet atau handuk bersih untuk

mengeringkan daerah kemaluan, penggunaan pembalut yang berbahan lembut, mengganti pembalut sekitar 4 sampai 5 kali dalam sehari setiap 4 jam sekali, pembuangan pembalut bekas pakai sebaiknya dicuci terlebih dahulu hingga bersih kemudian lipat dan buang ke tempat sampah, menggunakan celana dalam dari bahan alami seperti katun yang pas dan tidak ketat, mengganti celana dalam dua kali atau lebih dalam sehari serta segera melakukan pemeriksaan pada petugas kesehatan apabila merasa ada kelainan saat menstruasi (Sinaga et al., 2017). Ada berbagai faktor yang mempengaruhi penerapan perilaku kebersihan diri saat menstruasi diantaranya pengetahuan, sikap, dukungan teman sebaya, orang tua dan guru di sekolah serta didukung dengan adanya sarana penunjang kebersihan diri di sekolah yaitu WASH (*Water, Sanitation, and Hygiene*). WASH meliputi sarana air bersih, sabun, tissue toilet dan tempat sampah untuk pembuangan pembalut (Purwanti, 2017).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti di SMP Negeri 9 Kota Kupang dengan sepuluh siswi yang sudah mengalami menstruasi menunjukkan bahwa responden tidak mengetahui dengan jelas seperti apa praktik kebersihan diri yang benar saat menstruasi karena mereka belum pernah mendapatkan materi seputar kebersihan diri saat menstruasi. Responden juga mengaku tidak mencari tahu informasi tentang kebersihan diri saat menstruasi. Hal lain yaitu perasaan malu saat membahas tentang reproduksi entah pada orang tua maupun guru, diantaranya mengaku hanya sesekali membicarakannya dengan teman. Hasil dari ketidaktahuan remaja putri terhadap pentingnya menerapkan perilaku kebersihan diri saat menstruasi, menyebabkan enam dari sepuluh remaja keramas rambut saat sudah selesai menstruasi alasannya karena takut darah menstruasi akan berhenti. Tujuh remaja mengganti pembalut saat darah sudah merembes keluar, artinya remaja putri bisa saja hanya mengganti sekali dalam sehari. Lima remaja mengaku pernah mengalami gatal-gatal pada daerah kewanitaan saat menstruasi dan tiga diantaranya mengaku pernah mengalami keputihan normal (fisiologis).

Hasil observasi awal juga, menemukan kurangnya fasilitas seperti jumlah toilet yang tidak sebanding dengan jumlah siswa saat ini, diketahui bahwa sekolah tersebut hanya memiliki 2 toilet. Berdasarkan keputusan menteri kesehatan republik Indonesia tentang pedoman penyelenggaraan kesehatan lingkungan sekolah maka jumlah tersebut masih sangat jauh kurang, dimana seharusnya proporsi jumlah wc di sekolah adalah satu unit untuk 40 siswa dan satu unit untuk 25 siswi (Kemenkes RI, 2006). Selain itu, di sekolah tersebut belum terdapat pelajaran atau program terkait kebersihan diri saat menstruasi namun secara umum hanya dibahas dalam pelajaran ilmu pengetahuan alam (IPA). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan Perilaku kebersihan diri Saat Menstrasi pada Remaja Putri Di SMP Negeri 9 Kota Kupang.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan rancangan *Cross Sectional* yang dilaksanakan di SMP Negeri 9 Kota Kupang. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari – Februari 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri SMP Negeri 9 Kota Kupang yang berjumlah 326 siswi dengan jumlah sampel 75 siswi. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *proportional stratified random sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan cara wawancara dan observasi menggunakan kuesiner dan lembar observasi. Data dianalisis menggunakan *uji chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel dan narasi.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia, Kelas, Siklus Menstruasi, dan Lama Menstruasi di SMP Negeri 9 Kota Kupang

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
12 tahun	16	21,3
13 tahun	21	28
14 tahun	24	32
15 tahun	14	18,6
Kelas		
Kelas VII	24	32
Kelas VIII	23	30,6
Kelas IX	28	37,3
Siklus Menstruasi		
28 hari	20	26,6
30 hari	33	44
31 hari	22	29,3
Lama Menstruasi		
1 - 3 hari	15	20
3 - 5 hari	28	37,3
≥ 5 hari	32	42,6

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 75 responden, sebagian besar responden berada pada usia 14 tahun (32%), kelas IX (37,3%), memiliki siklus menstruasi 30 hari (44%), dan lama menstruasi ≥ 5 hari (42,6%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku Kebersihan Diri, Pengetahuan, Sikap, Dukungan Teman Sebaya, Dukungan Orang Tua, Dukungan Guru, dan Ketersediaan Sarana Penunjang Kebersihan saat menstruasi Pada Remaja Putri SMP Negeri 9 Kota Kupang

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Perilaku		
Baik	33	44
Kurang	42	56
Pengetahuan		
Baik	54	72
Kurang	21	28
Sikap		
Sikap Positif	23	30,6
Sikap Negatif	52	69,3
Dukungan Teman Sebaya		
Tinggi	20	26,6

Rendah	55	73,3
Dukungan Orang Tua		
Tinggi	14	18,6
Rendah	61	81,3
Dukungan Guru		
Baik	24	32
kurang	51	68
Ketersediaan Sarana		
Tersedia	19	25,3
Tidak Tersedia	56	74,6

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 75 responden, sebagian besar responden memiliki perilaku kurang baik dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi (56%), pengetahuan baik dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi (72%), sikap negatif dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi (69,3%), memiliki dukungan teman sebaya rendah (73,3%), dukungan orang tua rendah (81,3%), dukungan guru rendah (68%), dan ketersediaan sarana penunjang kebersihan tidak tersedia dalam upaya menjaga kebersihan diri saat menstruasi (74,6%).

Tabel 3. Hubungan Pengetahuan, Sikap, Dukungan Teman Sebaya, Dukungan Orang Tua, Dukungan Guru, dan Ketersediaan Sarana Penunjang Kebersihan dengan Perilaku Kebersihan Diri Saat Menstruasi Pada Remaja Putri SMP Negeri 9 Kota Kupang

Variabel	Perilaku Kebersihan Diri Saat Menstruasi				Total		<i>p-value</i>
	Baik		Kurang		n	%	
	n	%	n	%			
Pengetahuan							
Baik	23,8	31,7	30,2	40,2	54	72	
Kurang	9,2	12,2	11,8	15,7	21	28	0,367
Sikap							
Positif	10,1	13,4	12,9	17,2	23	30,7	
Negatif	22,9	30,6	29,1	38,8	52	69,3	0,003
Dukungan Teman Sebaya							
Tinggi	8,8	11,8	11,2	15	20	26,7	
Rendah	24,2	32,2	30,8	41,0	55	73,3	0,001
Dukungan Orang Tua							
Tinggi	6,2	8,2	7,8	10,4	14	18,7	
Rendah	26,8	35,8	34,2	45,6	61	81,3	0,162
Dukungan Guru							
Baik	10,6	14,1	13,4	17,9	24	32	
Kurang	22,4	29,9	28,6	38,1	51	68	0,027
Ketersediaan Sarana							
Tersedia	8,4	11,2	10,6	14,1	19	25,3	
Tidak Tersedia	24,6	32,8	31,4	41,9	56	74,7	0,052

Tabel 3 menunjukkan bahwa hasil analisis uji *chi-square* tidak ada hubungan antara pengetahuan ($p\text{-value}=0,367$) dan dukungan orang tua ($p\text{-value}=0,162$) dengan dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi sedangkan sikap ($p\text{-value}=0,003$), dukungan teman sebaya ($p\text{-value}=0,001$), dukungan guru ($p\text{-value}=0,027$), dan ketersediaan sarana ($p\text{-value}=0,052$) ada hubungan dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri SMP Negeri 9 Kota Kupang.

PEMBAHASAN

Pengetahuan didefinisikan sebagai hasil dimana seseorang mengetahui suatu objek melalui indera yang dimilikinya (indera penglihatan dan pendengaran). Pengetahuan sangat berperan penting dalam terbentuknya perilaku, dimana tindakan yang didasarkan atas pengetahuan dapat memberikan hasil yang lebih baik dalam pengambilan keputusan (Pakpahan et al., 2021). Pengetahuan tentang kebersihan diri saat menstruasi sangatlah penting untuk diketahui bagi perempuan, baik remaja maupun orang dewasa dalam upaya memelihara dan meningkatkan kebersihan dan kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 9 Kota Kupang. Hasil penelitian di lapangan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik terhadap kebersihan diri saat menstruasi. Hal ini karena semakin tinggi tingkat pengetahuan, maka semakin baik remaja dalam berperilaku untuk kebersihan diri saat menstruasi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ramly et al., 2020) di SMP Negeri 13 Kupang yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan remaja putri mengenai kebersihan diri saat menstruasi dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi.

Sikap merupakan faktor predisposisi yang mempengaruhi terbentuknya perilaku seseorang. Sikap dikaitkan sebagai respon terhadap suatu rangsangan atau objek yang tidak dapat diamati secara langsung dan belum menjadi tindakan nyata (Pakpahan et al., 2021). Sikap yang dimaksud dalam penelitian ini adalah semua tanggapan atau penilaian dari remaja putri terhadap masalah kesehatan yang berhubungan dengan apa saja yang harus dilakukan dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara sikap dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 9 Kota Kupang. Hasil penelitian di lapangan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki sikap negatif dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi. Hal ini karena penerimaan stimulus remaja putri masih kurang sehingga untuk membahas bersama orang terkait menstruasi cenderung rendah. Ketersediaan sarana penunjang kebersihan yang kurang memadai di sekolah seperti toilet yang kotor menimbulkan rasa tidak nyaman saat berada di toilet sehingga remaja putri memilih tidak membasuh atau membersihkan alat kelamin setelah buang air kecil dan juga enggan untuk mengganti pembalut saat menstruasi ketika di sekolah. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Feka, 2023), menunjukkan bahwa ada hubungan yang antara sikap dengan perilaku remaja putri dalam menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi di SMP Negeri 16 Kota Kupang.

Teman sebaya didefinisikan sebagai lingkungan sosial yang dibentuk oleh remaja dalam berinteraksi dengan teman seusianya. Remaja mulai membentuk suatu kelompok dimana mereka mulai membuka diri dan berinteraksi dengan temannya (Mubharak et al., 2019) Dukungan teman sebaya merupakan salah satu faktor penguat bagi remaja putri dalam berperilaku baik saat menstruasi, remaja dapat membagi perasaan dan kesulitan yang dialaminya dengan teman karena merasa memiliki nasib yang sama (Amalia, 2021). Teman sebaya memberikan pengaruh yang cukup besar terhadap pembentukan sikap dan perilaku seseorang, karena komunikasi yang terjadi dengan teman sebaya lebih mudah

dicerna dan diterima daripada komunikasi dengan orang tua (Fitriwati & Arofah, 2021). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri SMP Negeri 9 Kota Kupang. Hasil penelitian di lapangan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan teman sebaya rendah dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi (73,3%). Hal ini dikarenakan teman sebaya memiliki pengetahuan kurang dan pengalaman yang masih sangat minim dalam menjaga kebersihan organ genitalia pada saat menstruasi. Kurangnya informasi yang dimiliki oleh remaja putri terkait kebersihan diri saat menstruasi menjadikan mereka tidak bisa berbagi informasi antar satu sama lain. Semakin tinggi dukungan yang diberikan oleh teman sebaya maka semakin besar pengaruhnya terhadap perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wulandari & Saparwati, 2020) pada remaja putri di SMP Negeri 4 Ungaran yang menunjukkan ada hubungan antara dukungan teman sebaya dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi, dimana menunjukan hasil bahwa sebagian besar remaja putri berada pada kategori dukungan teman sebaya yang rendah terhadap kebersihan diri saat menstruasi.

Dukungan orang tua menjadi faktor pendorong bagi remaja putri untuk berperilaku baik terhadap kebersihan diri saat menstruasi. Orang tua menjadi dukungan sosial dan pendidik utama dalam memberikan informasi yang kemudian menjadi rujukan remaja putri dalam berperilaku (Amalia, 2021). Bentuk dukungan yang diberikan orang tua seperti dukungan informasional, penilaian, instrumental dan emosional (Febrina, 2021). Dukungan orang tua, khususnya ibu berperan penting terhadap pendidikan mengenai kesehatan reproduksi termasuk perilaku kebersihan diri saat menstruasi. Hal ini dikarenakan ibu sudah cukup banyak memiliki pengalaman, sehingga dapat menanamkan perilaku baik pada remaja putri dalam menjaga kesehatan dan kebersihan organ reproduksi selama menstruasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan orang tua dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri SMP Negeri 9 Kota Kupang. Hasil penelitian di lapangan menunjukkan bahwa responden memiliki dukungan orang tua rendah dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi. Namun beberapa responden memiliki dukungan keluarga tinggi terhadap perilaku kebersihan diri saat menstruasi yang baik pada remaja putri dikarenakan orang tua sudah cukup memberikan dukungan seperti memberi tahu cara membersihkan daerah kemaluan saat menstruasi, selalu memastikan keadaan anaknya dengan bertanya apakah terjadi masalah (keputihan, gatal-gatal, bau tidak sedap, durasi menstruasi). Sedangkan dukungan keluarga rendah disebabkan oleh orang tua yang kurang memberikan informasi tentang bagaimana cara menjaga kebersihan daerah kemaluan saat menstruasi, kurang membahas mengenai kebersihan diri saat menstruasi, kurang mendengar keluhan remaja putri saat menstruasi, kurang mengingatkan dampak yang dapat ditimbulkan jika tidak membersihkan daerah kemaluan dengan benar saat menstruasi, serta kurangnya memberikan dorongan kepada remaja putri untuk selalu memperhatikan kebersihan diri terutama saat menstruasi. Remaja putri yang mendapatkan dukungan dan arahan dari orang tua mengenai kebersihan diri saat menstruasi cenderung memiliki perilaku kebersihan diri yang lebih baik jika dibandingkan dengan remaja putri yang tidak mendapatkan dukungan dan arahan dari orang tua.

Guru dapat memberi dukungan kepada remaja putri berupa pemberian informasi tentang pengetahuan, sikap dan perilaku kebersihan diri saat menstruasi. Hal ini berguna untuk lebih menyiapkan dan mengurangi kecemasan anak perempuan saat menghadapi menstruasi (WHO, 2015). Guru memiliki peran sebagai orang tua kedua saat di sekolah yang mana sudah seharusnya memberikan informasi yang baik dan positif, sehingga mampu meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang perilaku kebersihan diri saat

menstruasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan guru dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 9 Kota Kupang. Hasil penelitian di lapangan menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki dukungan guru kurang dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi. Remaja putri memiliki dukungan kurang dari guru karena guru tidak menjelaskan pentingnya harus menerapkan perilaku kebersihan diri saat menstruasi, guru tidak mengingatkan untuk menjaga kebersihan diri saat menstruasi guru tidak memberikan sanksi atau hukuman pada siswi yang berperilaku jorok saat menstruasi, serta guru tidak memberikan penghargaan atau motivasik pada siswi untuk selalu menjaga kebersihan diri terutama saat menstruasi. Remaja putri kurang mendapatkan dukngan dari guru salah satunya juga disebabkan oleh perasaan malu, canggung dan takut dimarahi oleh guru saat ingin bertanya mengenai menstruasi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fitriani Fitriani et al., 2022) pada remaja putri di MTsN 2 Aceh Besar bahwa terdapat hubungan antara dukungan guru dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi.

Sarana dan prasarana merujuk pada ketersediaan dan keadaan dari sarana dan prasarana yang mendukung penerapan perilaku kebersihan diri yang baik saat menstruasi. Ketersediaan sarana yang dimaksud dalam penelitian ini adalah toilet yang terpisah antara pria dan wanita, tersedia tempat pembuangan sampah, tersedianya tempat pencuci tangan, tersedianya gayung dan juga tissue toilet. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara ketersediaan sarana penunjang kebersihan dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 9 Kota Kupang. Hasil penelitian di lapangan menunjukkan bahwa sebagian besar ketersediaan sarana tidak tersedia dalam upaya menjaga kebersihan diri saat menstruasi dimana tidak tersedianya tempat mencuci tangan, tidak tersedianya sabun pencuci tangan, tidak tersedianya tempat sampah, tidak tersedianya tissue toilet, bak penampung air yang kotor serta, kebersihan toilet yang kurang terjaga (bau dan kotor). Ketersediaan sarana kebersihan yang kurang memadai dapat menyebabkan remaja putri merasa malas ke toilet untuk membersihkan organ genetaliaanya atau mengganti pembalut saat menstruasi disekolah, ketersediaan sarana atau fasilitas kebersihan sangat penting dalam upaya terwujudnya perilaku kebersihan. Tersedia atau tidaknya sarana penunjang kebersihan diri di sekolah akan turut serta mempengaruhi perilaku remaja putri terhadap kebersihan diri saat menstruasi, karena perilaku tersebut tidak dapat terlaksana begitu saja tanpa adanya fasilitas penunjang kebersihan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Bili et al., 2023) pada remaja putri di SMP Kristen Wainangura yang menyebutkan bahwa adanya hubungan antara ketersediaan sarana penunjang kebersihan diri dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, disimpulkan bahwa faktor yang berhubungan dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 9 Kota Kupang adalah sikap ($p\text{-value} = 0,003$), dukungan teman sebaya ($p\text{-value} = 0,001$), dukungan guru ($p\text{-value} = 0,027$), dan ketersediaan sarana penunjang ($p\text{-value} = 0,052$). Sedangkan faktor pengetahuan ($p\text{-value} = 0,367$) dan dukungan orang tua ($p\text{-value} = 0,162$) tidak memiliki hubungan dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 9 Kota Kupang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Kepala Sekolah SMP Negeri 9 Kota Kupang yang sudah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian di SMP Negeri 9 dan responden yang sudah meluangkan waktu untuk diwawancarai. Ucapan terima kasih disampaikan juga kepada pembimbing yang telah membimbing peneliti untuk menyelesaikan tugas akhir ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, F. N. (2021). Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Santriwati Pesantren Yasrib Lapajung Kabupaten Soppeng Tahun 2021. *Departemen Epidemiologi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanudin Makassar*, 112.
- Arsyad, M. A., Safitri, A., Zulfahmidah, Yuniati, L., & Yani Sodikah. (2023). Hubungan Perilaku Vaginal hygiene dengan Kejadian Keputihan pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran UMI. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 3(9), 695–701. <https://doi.org/10.33096/fmj.v3i9.288>
- Bili, J., Ndoen, H., & Ndoen, E. (2023). Determinan Kebersihan Diri Saat Menstruasi Pada Remaja Putri SMP Kristen Waimangura Sumba Barat Daya Tahun 2022. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 8(2), 2023. <https://journal.um-surabaya.ac.id/JKM/issue/view/JKM Vol. 8 No. 2 TAHUN 2023>
- Eduwan, J. (2022). Gambaran Pengetahuan Tentang Keputihan Pada Remaja Putri. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 5(1), 71–77. <https://doi.org/10.33369/jvk.v5i1.22449>
- Febrina, U. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Self Regulated Learning Pada Mahasiswa Double Major Di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Dan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh. *Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh*, 126, 20.
- Feka, P. (2023). *Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMP Negeri 16 Kota Kupang*. Universitas Nusa Cendana.
- Fitriani Fitriani, Hermansyah Hermansyah, & Anwar Ahmad. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap, Informasi dan Peran Guru dengan Personal Hygiene Remaja Putri pada Saat Menstruasi di MTsN 2 Aceh Besar Tahun 2022. *INSOLOGI: Jurnal Sains Dan Teknologi*, 1(6), 741–749. <https://doi.org/10.55123/insologi.v1i6.1080>
- Fitriwati, C. I., & Arofah, S. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kebersihan Diri Selama Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Yayasan Nurul Islam Kabupaten Bungo. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(2), 141. <https://doi.org/10.31596/jcu.v10i2.760>
- Kemenkes RI. (2006). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Tentang Pedoman Kesehatan Lingkungan Sekolah Nomor 1429/MENKES/SK/XII/2006. In *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia* (pp. 1–13).
- Mubharak, M., Rosra, M., & Andriyanto, R. (2019). Hubungan Pergaulan Teman Sebaya Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa. *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*,

7(3). <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/ALIB/article/view/19191>

- Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Tasnim, Mustar, & Ramdany, R. (2021). Promosi Kesehatan & Prilaku Kesehatan. In *Jakarta: EGC*. Yayasan Kita Menulis.
- Palupi, T. D., Pristya, T. Y. R., & Novirsa, R. (2020). Myths about menstrual personal hygiene among female adolescents. *Kesmas*, 15(2), 80–85. <https://doi.org/10.21109/KESMAS.V15I2.2719>
- Purwanti, S. (2017). Praktik Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Di Kabupaten Pati Tahun 2017. *Skripsi*, 127.
- Ramly, I. Q., Ndoen, H. I., & Ndoen, E. M. (2020). Gambaran Perilaku Kebersihan Diri Saat Menstruasi Pada Siswi Kelas VIII SMP Negeri 13 Kupang Tahun 2019. *Timorese Journal of Public Health*, 2(1), 40–50. <https://doi.org/10.35508/tjph.v2i1.2289>
- Sinaga, E., Saribanon, N., Suprihatin, Sa'adah, N., Salamah, U., Murti, Y., Trisnamiati, A., & Lorita, S. (2017). Manajemen Kesehatan Menstruasi. In *Global one* (Vol. 4, Issue 1). <http://repository.unas.ac.id/1323/>
- WHO. (2015). World Health Statistics 2015. In *Universal Declaration of Human Rights*.
- Wulandari, P. S., & Saparwati, M. (2020). *Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Harga Diri Pada Remaja Korban Bullying*. 92–98.