

**HUBUNGAN PENDIDIKAN KESEHATAN REPRODUKSI DENGAN PENGETAHUAN DAN
SIKAP REMAJA PUTRI TENTANG VULVA HYGIENE SAAT MENSTRUASI DI SMK
NEGERI 5 SAMARINDA**

**RELATIONSHIPS REPRODUCTIVE HEALTH EDUCATION WITH KNOWLEDGE AND
ATTITUDE OF YOUNG WOMEN ON VULVA HYGIENE WHEN MENSTRUATION
SMK NEGERI 5 SAMARINDA**

Siti Mukaromah, S.Kep., M.Kep

Abstrak

Pengetahuan dan sikap remaja harus dipersiapkan kearah pencapaian reproduksi yang sehat karena remaja mengalami berbagai macam proses perubahan terkait dengan kesehatan reproduksi. Perubahan tersebut sering dikenal dengan istilah masa pubertas yang ditandai dengan datangnya menstruasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pendidikan kesehatan reproduksi dengan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi di SMK Negeri 5 Samarinda. Desain penelitian ini menggunakan rancangan penelitian pra eksperimen dengan menggunakan jenis rancangan One Group Pretest-Posttest dan rancangan ini juga tidak ada kelompok pembanding (kontrol). Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswi perempuan kelas X di SMK Negeri 5 Samarinda yang berjumlah 79 orang. Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah probability sampling dengan teknik systematic random sampling. Analisis pada penelitian ini menggunakan uji beda dua mean (*paired t test*). Hasil penelitian ini adalah pengetahuan remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi dengan mean 11,59, sedangkan sikap remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi dengan mean 28,29. Pengetahuan remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sesudah dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi dengan mean 14,54, sedangkan sikap remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sesudah dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi dengan mean 33,59. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi.

Kata Kunci : Pendidikan Kesehatan Reproduksi, Pengetahuan, Sikap Remaja.

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi saat ini masih mendapat perhatian khusus secara global. Hal ini didasarkan pada isu perkembangan kependudukan dan perkembangan terkait pengendalian populasi dan penurunan fertilitas (Wahid,1996 dalam Imron, 2012). Upaya untuk menuju reproduksi sehat sudah harus dimulai pada usia remaja. Pengetahuan dan sikap remaja harus dipersiapkan kearah pencapaian reproduksi yang sehat karena remaja mengalami berbagai macam proses perubahan terkait dengan kesehatan reproduksi. Perubahan tersebut sering dikenal dengan istilah masa pubertas yang ditandai dengan datangnya menstruasi (Proverawati, 2009 dalam Indriani, 2014).

Remaja adalah mereka yang berusia 10-20 tahun, dan ditandai dengan perubahan dalam bentuk dan ukuran tubuh, fungsi tubuh, psikologis, dan aspek fungsional. WHO memberikan definisi masa remaja mulai di usia 10-24 tahun. Dari segi umur remaja dapat dibagi menjadi remaja awal /early adolescence (10-13 tahun), remaja menengah / middle adolescence (14-16 tahun), dan remaja akhir / late adolescence (17-20 tahun) (Behrman et al., 2004 dalam Jafar, 2005).

Pertumbuhan pesat remaja perempuan umumnya pada usia 10-11

tahun, perkembangan payudara merupakantanda awal pubertas, dimana daerah puting susu dan sekitarnya mulai membesar, kemudian rambut pubis mulai muncul. Pada sepertiga anak remaja, partumbuhan rambut pubis terjadi sebelum tumbuhnya payudara rambut ketiak dan badan mulai tumbuh pada usia 12-13 tahun, tumbuhnya rambut badan bervariasi luas. Pengeluaran secret vagina terjadi pada usia 10-13 tahun. Keringat ketiak mulai diproduksi pada usia 12-13 tahun, karena berkembangnya kelenjar apokrin yang juga menyebabkan keringat ketiak mempunyai bau khas. Menstruasi terjadi pada usia 11-14 tahun. Pematangan seksual penuh remaja perempuan terjadi pada usia 16 tahun, sedangkan pada laki-laki pematangan seksual penuh terjadi pada usia 17-18 tahun (Behrman et al., 2004 dalam Jafar, 2005).

Pendidikan kesehatan merupakan metode yang tepat untuk memberikan informasi kepada remaja. Pemerintah wajib menjamin terselenggaranya pelayanan kesehatan remaja yang meliputi jalur formal dan informal dengan tersedianya konselor kesehatan yang terlatih dan berkompeten (Peraturan Pemerintah Republik Indonesia pasal 136 tahun 2009). Remaja berhak memperoleh edukasi dan informasi yang lengkap, jelas, dan akurat tentang kesehatannya termasuk kesehatan reproduksi

(Peraturan Permerintah RI pasal 136 tahun 2009). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode ceramah karena sering dipergunakan oleh para guru dengan penuturan secara lisan dengan menggunakan alat bantu mengajar untuk memperjelas uraian yang disampaikan kepada siswa (Djamarah, 2010 dalam Indriani, 2014).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada hari rabu, tanggal 16 Desember 2015 dengan melakakukan wawancara terhadap 10 siswi di kelas X di SMK Negeri 5 Samarinda, didapatkan hasil bahwa 1 siswi memahami tentang kesehatan reproduksi terutama vulva hygiene saat menstruasi dan 9 orang masih belum memahami tentang kesehatan reproduksi terutama vulva hygiene saat menstruasi. Berdasarkan hasil uraian dan data studi pendahuluan tersebut maka peneliti melakukan penelitian tentang “Hubungan Pendidikan Kesehatan Reproduksi Dengan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene Saat Menstruasi Di SMK Negeri 5 Samarinda”.

Hasil laporan pelayanan kesehatan reproduksi terpadu Puskesmas Sempaja di wilayah sekitar SMKN 5 Samarinda tahun 2016, dengan program pelayanan kesehatan yang terbaru yaitu terdapat 1 orang remaja putri yang melakukan konseling menstruasi, 1 orang remaja putri usia

18 tahun yang melakukan konseling tentang nyeri haid (disminorhea), 3 orang yang melakukan pengobatan dengan keluhan keputihan. Hasil data yang diperoleh peneliti dari Dinas Kesehatan Kota Samarinda yaitu tentang laporan 1 bulanan Puskesmas Palaran periode laporan antara 01/01/2015 dan 12/31/2015 didapatkan data 14 orang yang mengalami haid tidak teratur / menometrorhagi.

Hasil data yang di peroleh peneliti di RSUD Abdul Wahab Sjahranie dari tahun 2011-2016 adalah terdapat 1 orang yang terkena penyakit amenorhea primer, amenorrhoea sekunder, overlapping lesion of cervix uteri, 2 orang yang terkena penyakit kondisi tertentu lainnya yang berhubungan dengan organ kewanitaan dan siklus menstruasi, 3 orang terkena penyakit dysmenorrheal unspecified, 7 orang terkena penyakit irregular menstruation, unspecified, 10 orang terkena penyakit exocervix, 24 orang terkena penyakit endocerviks, 42 orang terkena penyakit excessive and frequent menstruation with regular cycle, 344 orang terkena penyakit excessive and frequent menstruation with irregular cycle, dan 527 orang terkena penyakit cervix uteri, unspecified.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan rancangan penelitian pra eksperimen dengan menggunakan jenis rancangan One Group Pretest-Posttest dan rancangan ini juga tidak ada kelompok pembanding (kontrol), tetapi paling tidak sudah dilakukan observasi pertama (pretest) yang memungkinkan menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya eskperime (program). Adapun target populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi perempuan kelas X di SMK Negeri 5 Samarinda yang berjumlah 253 siswi. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 79 orang.

Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah probability sampling adalah bahwa setiap subjek dalam populasi mempunyai kesempatan untuk terpilih ataupun tidak terpilih sebagai sampel, dengan teknik systematic random sampling (acak sistematis). Analisis data memiliki posisi strategis dalam suatu penelitian. Analisis data dengan pendekatan kuantitatif dilakukan melalui dua tahap yaitu tahap analisa deskriptif (univariat) dan analisis analitik (bivariat). Analisis pada penelitian ini menggunakan uji t tidak berpasangan (non paired t test), untuk mengetahui

hubungan pendidikan kesehatan reproduksi dengan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi di SMK Negeri 5 Samarinda.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Uji Homogenitas

Uji homogenitas pada penelitian ini menggunakan levene's test, dimana data dikatakan homogen jika nilai signifikannya $> 0,05$ dan tidak homogen jika nilai signifikannya $< 0,05$. Hasil uji homogenitas pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1. Uji Homogenitas

Uji Homogenitas	Pengetahuan	Sikap
Sig.	7,620	5,955

Sumber : Data Prime, 2016

2. Uji Outlier

Uji outlier pada penelitian ini menggunakan stem-leaf yang berfungsi mendeteksi adanya outlier, dimana terdapat outlier jika terdapat nilai ekstrem di atas dan di bawah stem-leaf. Hasil uji outlier pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 2. Uji Outlier

Uji Homogenitas	<i>Pre Test</i>		Post Test	
	Pengetahuan	Sikap	Pengetahuan	Sikap
Nilai Ekstrem	Tidak Ada	Tidak Ada	Tidak Ada	Tidak Ada

Sumber : Data Prime, 2016

Analisis Univariat

Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene Saat Menstruasi Sebelum Dilakukan Pendidikan Kesehatan Reproduksi

Tabel 3.

Distribusi Statistik Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene Saat Menstruasi Sebelum Dilakukan Pendidikan Kesehatan Reproduksi

Pre Test	Mean	Median	Standar Deviasi	Interquartile Range	Min	Max	95% Confidence Interval	
							Lower	Upper
Pengetahuan	11,59	12	1,354	2	9	14	11,30	11,90
Sikap	28,29	29	1,995	2	24	32	27,87	28,71

Sumber : Data Prime 2006

Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene Saat Menstruasi Sesudah Dilakukan Pendidikan Kesehatan Reproduksi

Tabel 4.

Distribusi Statistik Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene Saat Menstruasi Sesudah Dilakukan Pendidikan Kesehatan Reproduksi

Post Test	Mean	Median	Standar Deviasi	Interquartile Range	Min	Max	95% Confidence Interval	
							Lower	Upper
Pengetahuan	14,54	15	1,023	1	13	16	14,32	14,76
Sikap	33,59	33	2,715	4	28	40	32,99	34,22

Sumber : Data Prime 2006

Analisi Bivariat

Pengetahuan Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene Saat Menstruasi Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pendidikan Kesehatan Reproduksi

Tabel 5.

Distribusi Statistik Pengetahuan Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene Saat Menstruasi Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pendidikan Kesehatan Reproduksi

Pengetahuan	Perbedaan Nilai			
	Mean	SD	L	p value
Pre Test	11,59	1,354	-23,905	0,000
Post Test	14,54	1,023		

Sumber : Data Prime 2006

Sikap Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene Saat Menstruasi Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pendidikan Kesehatan Reproduksi

Tabel 6.

Distribusi Statistik Sikap Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene Saat Menstruasi Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pendidikan Kesehatan Reproduksi

Pengetahuan	Perbedaan Nilai			
	Mean	SD	L	p value
Pre Test	28,29	1,995	-19,109	0,000
Post Test	33,59	2,715		

Sumber : Data Prime 2006

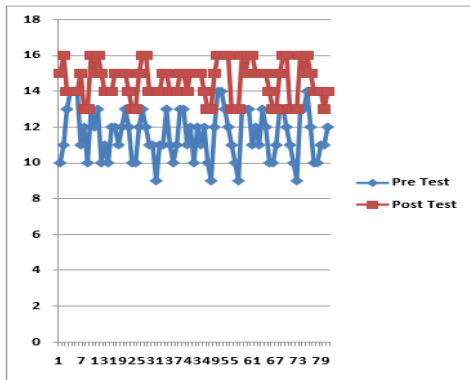
Pembahasan

Pengetahuan Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene Saat Menstruasi Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pendidikan Kesehatan Reproduksi

Berdasarkan hasil penelitian diketahui pengetahuan remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi dengan mean sebesar 11,59 dan pengetahuan remaja putri tentang

vulva hygiene saat menstruasi sesudah dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi dengan mean sebesar 14,54. Lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar berikut :

Gambar 1. Nilai Pengetahuan Pre Test dan Post Test



Dari gambar di atas terlihat pengetahuan remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi memiliki perubahan yang lebih tinggi dibandingkan dengan pengetahuan remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sesudah dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi yang berarti pengetahuan remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi memiliki perubahan yang signifikan dibandingkan dengan pengetahuan remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sesudah dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi.

Tingkat pengetahuan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi sebagian besar sedang yaitu 60 responden (75,9%), sedangkan pengetahuan rendah yaitu 19 responden (24,1%). Untuk pengetahuan responden setelah dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi seluruhnya sedang yaitu 79 responden (100%). Berdasarkan hasil

observasi pada remaja putri di SMK Negeri 5 Samarinda mereka lebih tertarik pada pendidikan kesehatan tentang dampak jika perempuan tidak merawat diri dengan baik saat menstruasi.

Adapun hasil dari perhitungan uji t, maka nilai t hitung yang didapat sebesar 23,905 dengan *p value* sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga terdapat perbedaan pengetahuan remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi. Hal ini berarti terdapat perbedaan pengetahuan remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maidartati (2016) yang menunjukkan bahwa ada perbedaan pengetahuan remaja putri di SMPN 30 Bandung kelas VIII dan IX sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Remaja putri di SMK Negeri 5 Samarinda sangat perlu pengetahuan tentang vulva hygiene saat menstruasi, karena kebersihan daerah genitalia terutama pada saat menstruasi sering diabaikan oleh mereka. Padahal saat menstruasi darah dan keringat keluar serta menempel pada vulva dapat menyebabkan daerah genitalia menjadi lembab. Jika pada saat itu tidak menjaga

kebersihan genetalia dengan benar, maka dalam keadaan lembab, jamur dan bakteri yang berada di daerah genetalia akan tumbuh subur sehingga menyebabkan rasa gatal dan infeksi pada daerah tersebut. Infeksi yang diabaikan oleh hygiene yang buruk selama menstruasi yang sering terjadi pada wanita yaitu, keputihan, *vaginitis bacterial*, *trichomonas vaginalis*, *kandidiasis vulvovaginiti* dan sebagainya. Bila infeksi tersebut dibiarkan dan tidak diobati dengan sempurna, akan menimbulkan infeksi yang merambat ke organ reproduksi bagian dalam seperti radang panggul (Prawirohardjo, 2009).

Berdasarkan hal tersebut, maka remaja putrid perlu mendapatkan pengetahuan tentang vulva hygiene, dimana salah satu cara untuk mengatasi keputihan yang paling sering dilakukan oleh banyak orang adalah dengan mencuci bagian daerah kewanitaan, atau lebih dikenal dengan istilah *vaginal douching*. *Vaginal douching* ini dilakukan dengan cara membersihkan bagian kewanitaan dengan cairan pembersih kewanitaan yang banyak dijumpai di toko atau apotek, namun harus dengan resep dokter dan sesuai petunjuk penggunaan.

Perempuan yang secara rutin menggunakan cairan pembersih ke dalam vagina cenderung mempunyai lebih banyak masalah yang

berhubungan dengan kesehatan vaginanya. Masalah-masalah yang dapat ditimbulkan karena menggunakan cairan pembersih ke dalam vagina adalah iritasi vagina, infeksi vagina serta dapat mengalami keputihan minimal satu kali dalam hidupnya. Dimana upaya menjaga organ intim wanita agar selalu sehat dan juga terhindar dari berbagai macam penyakit kelamin dapat dilakukan dengan menghindari penggunaan sabun dan cairan kimia pewangi seperti cairan khusus untuk membersihkan vagina, karena hal tersebut dapat mengganggu keseimbangan flora dalam vagina, jika terlalu sering menggunakannya, dapat berdampak membunuh bakteri baik yang terdapat di vagina, efeknya justru akan menimbulkan tumbuhnya jamur, sehingga akan timbul gatal-gatal di daerah organ intim. Sabun pembersih genetalia yang aman yaitu sabun pencuci vagina khusus dengan pH rendah atau tingkat keasamannya sesuai dengan pH di dalam daerah kewanitaan. Normalnya, pH berkisar antara 3,8 sampai dengan 4,2. Jika pH kurang dari 3,8 biasanya jamur akan tumbuh. Apabila pH lebih dari 4,2 maka akan tumbuh bakteri dan kuman penyebab infeksi.

Adapun langkah-langkah cara membasuh atau membersihkan vagina yang benar, yaitu :

a. Setiap mandi dan buang air,

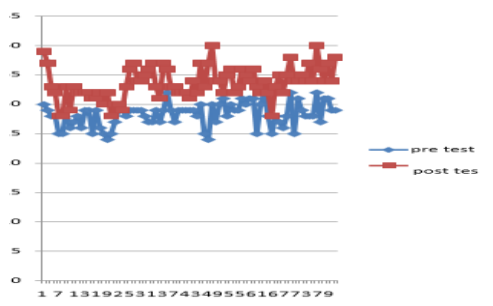
- upayakan untuk membersihkan organ intim dari arah depan ke belakang. Jangan membasuh vagina dari belakang ke depan karena akan berisiko memindahkan mikroba dari area anus ke vagina dan saluran kemih.
- b. Bila memungkinkan, basuh vagina dengan air hangat untuk memberi efek relaks. Hal ini juga sekaligus bisa meringankan rasa nyeri bila sedang haid.
 - c. Setelah dibasuh, pastikan organ intim kering. Baru bisa mengenakan pakaian dalam. Jangan lupa untuk mengusap vagina dengan handuk bersih dan kering.
 - d. Hindari menggunakan bedak di sekitar area kewanitaan karena bisa berisiko menimbulkan iritasi.
 - e. Hindari penggunaan sabun, cairan atau produk khusus untuk membersihkan organ intim. Misalnya, produk yang mengandung bahan kimia yang keras, sabun/cairan/semprotan mengandung pewangi atau parfum. Dimana organ kewanitaan memiliki system pembersih alami. Selain itu juga, produk pembersih khusus berisiko mengganggu tingkat normal pH vagina sehingga bisa memicu iritasi atau infeksi. Jika sampai terpaksa harus menggunakan pembersih vagina, konsultasikan terlebih dahulu kepada dokter kandungan dan kebidanan tentang produk apa yang harus digunakan.
 - f. Kebersihan vagina saat haid pun harus lebih diperhatikan. Ketika haid, ganti pembalut setidaknya empat jam sekali, untuk memastikan vagina tetap bersih dan tidak lembap.
 - g. Hindari terlalu sering menggunakan *pantyliners* karena dapat membuat vagina tidak bisa bernapas bebas. Alat vital jadi lembap dan menciptakan kondisi yang memicu mikroba untuk berkembang baik.
- Pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi perlu untuk lebih dipahami oleh remaja karena awal dari sikap vulva hygiene saat menstruasi yang kurang baik ini diawali oleh pengetahuan yang kurang dan akan berdampak serius bagi perkembangan remaja itu sendiri kearah selanjutnya.

Sikap Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene Saat Menstruasi Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pendidikan Kesehatan Reproduksi

Berdasarkan hasil penelitian diketahui sikap remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi dengan mean sebesar 28,29 sedangkan setelah dilakukan pendidikan kesehatan meningkat menjadi 33,59,

yang lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar berikut :

Gambar 2. Nilai Sikap Pre Test dan Post Test



sikap remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi memiliki perubahan yang signifikan dibandingkan dengan sikap remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sesudah dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi. Dimana sikap responden sebelum dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi seluruhnya negative (rendah) yaitu 79 responden (100%), sedangkan sikap responden setelah dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi seluruhnya positive (tinggi) yaitu 79 responden (100%).

Adapun hasil dari perhitungan uji t, maka nilai t hitung yang didapat sebesar -19,109 dengan *p value* sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga terdapat perbedaan sikap remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi. Hal ini berarti terdapat perbedaan sikap remaja putri

tentang vulva hygiene saat menstruasi sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bahtiar (2015) yaitu sikap remaja putrid lebih baik setelah mendapatkan pendidikan kesehatan. Dimana menjaga kesehatan berawal dari menjaga kebersihan. Hal ini juga berlaku bagi kesehatan organ-organ seksual. Cara memelihara organ intim tanpa kuman dilakukan sehari hari dimulai bangun tidur dan mandi pagi. Alat reproduksi dapat terkena sejenis jamur atau kutu yang dapat menyebabkan rasa gatal atau tidak nyaman apabila tidak dirawat kebersihannya. Mencuci vagina dengan air kotor, pemeriksaan dalam yang tidak benar, penggunaan pembilas vagina yang berlebihan, pemeriksaan yang tidak higienis, dan adanya benda asing dalam vagina dapat menyebabkan keputihan yang abnormal. Keputihan juga bisa timbul karena pengobatan abnormal, celana yang tidak menyerap keringat.

Faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap antara lain pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh kebudayaan, media masa, lembaga pendidikan / lembaga agama, dan pengaruh faktor emosional. Pengalaman pribadi akan ikut membentuk dan mempengaruhi penghayatan kita

terhadap stimulus sosial, tidak adanya pengalaman sama sekali dengan suatu objek psikologis cenderung akan membentuk sikap negatif terhadap objek tersebut. Ditinjau individu cenderung untuk memiliki sikap yang konformis atau searah dengan sikap orang yang dianggapnya penting. Di antara orang yang biasanya dianggap penting oleh individu adalah orang tua, orang yang status sosialnya lebih tinggi, teman sebaya, teman dekat, guru, teman kerja, istri, suami dan lain-lain. Serta kebudayaan telah menanamkan garis pengaruh sikap kita terhadap berbagai masalah karena kebudayaan dimana kita hidup dan dibesarkan mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan sikap kita. Adapun media massa membawa pesan-pesan yang berisi sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang. Pesan-pesan sugestif yang dibawa oleh informasi tersebut, apabila cukup kuat akan memberi dasar afektif dalam menilai sesuatu. Didukung oleh lembaga pendidikan dan lembaga agama, kedua lembaga ini meletakkan dasar pengertian dan konsep moral dalam individu sehingga kedua lembaga ini merupakan suatu sistem yang mempunyai pengaruh dalam pembentukan sikap. Serta suatu bentuk sikap didasari oleh emosi yang berfungsi sebagai semacam penyaluran atau pengalihan bentuk mekanisme

pertahanan ego. Peran gender sangat mempengaruhi keadaan emosional, perempuan menekankan pada tanggung jawab sosial dalam emosinya. Perempuan lebih merasa bertanggung jawab terhadap emosi orang lain. Mereka sangat memperhatikan keadaan emosi orang lain sehingga lebih mampu untuk memahami perubahan emosional.

Vulva hygiene saat menstruasi kemungkinan besar dipengaruhi oleh sikap tentang kesehatan reproduksi. Rendahnya sikap tentang kesehatan reproduksi akan memungkinkan perempuan tidak berperilaku hygiene pada saat menstruasi yang dapat membahayakan kesehatan reproduksinya sendiri.

Hygiene menstruasi merupakan komponen hygiene perorangan yang memegang peran penting dalam menentukan status kesehatan, khususnya terhindar dari infeksi alat reproduksi, oleh karena itu pada saat menstruasi perempuan harus benar-benar menjaga kebersihan organ reproduksi secara ekstra terutama pada bagian vagina apabila tidak dijaga akan menimbulkan mikroorganisme seperti jamur, bakteri dan virus yang berlebihan sehingga mengganggu fungsi organ reproduksi.

Personal hygiene saat menstruasi dapat dilakukan dengan cara mengganti pembalut setiap 4 jam sekali atau 3

sampai 4 kali dalam sehari. Setelah mandi atau buang air, membasuh vagina dengan arah depan kebelakang anus, vagina dikeringkan dengan tisu atau handuk agar tidak lembab. Pemakaian celana dalam yang baik terbuat dari bahan yang mudah menyerap keringat.

PENUTUP

Kesimpulan

1. Pengetahuan remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi dengan mean 11,59, sedangkan sikap remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi dengan mean 28,29. Hal ini berarti nilai rata-rata sikap remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi lebih tinggi dibandingkan nilai rata-rata pengetahuan remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi.
2. Pengetahuan remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sesudah dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi dengan mean 14,54, sedangkan sikap remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sesudah dilakukan

pendidikan kesehatan reproduksi dengan mean 33,59. Hal ini berarti nilai rata-rata sikap remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sesudah dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi lebih tinggi dibandingkan nilai rata-rata pengetahuan remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sesudah dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi.

3. Terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan reproduksi.

Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan : Institusi pendidikan khususnya program studi ilmu keperawatan diharapkan mampu menjadikan pendidikan kesehatan reproduksi sebagai materi pokok dalam pembelajaran asuhan keperawatan dan sumber referensi bagi dosen dan mahasiswa dalam mengembangkan ilmu keperawatan atau penelitian terkait.
2. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan : Institusi pelayanan kesehatan khususnya Dinas Kesehatan Kota Samarinda diharapkan lebih meningkatkan pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja dengan melakukan sosialisasi ke sekolah-sekolah dengan memberikan materi

- yang terkait dengan kesehatan reproduksi supaya tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan terhadap para remaja.
3. Bagi Profesi Keperawatan : Perawat diharapkan mampu memberikan pendidikan kesehatan reproduksi pada remaja, dengan melakukan kunjungan rutin ke tiap sekolah setiap tahunnya minimal dua kali dalam setahun memberikan pendidikan kesehatan reproduksi kepada remaja putri, sehingga harapannya perawat ikut membantu dalam peningkatan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang vulva hygiene saat menstruasi.
 4. Bagi Remaja, Masyarakat, Orang tua dan Guru : Remaja pada khususnya dan masyarakat pada umumnya setelah mendapat pendidikan kesehatan reproduksi dapat mengambil sikap dalam merespon vulva hygiene saat menstruasi dengan lebih baik. Orang tua dan guru agar lebih meningkatkan kembali perannya dalam program pendidikan kesehatan reproduksi, pengawasan dan memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi agar mereka tidak mudah terpengaruh pada hal yang tidak baik, karena perkembangan teknologi yang semakin meluas hal ini dapat dilakukan pada waktu senggang atau istirahat pada jam pelajaran.
 5. Bagi Peneliti Selanjutnya : Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk lebih menyempurnakan dan dapat meningkatkan mutu penelitian ini sehingga hasil yang diharapkan lebih baik dan dengan hasil yang lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineke Cipta: Jakarta. 2013.
- Azwar, Saifuddin. *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2005.
- Diana. *Hubungan antara Pengetahuan Kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Higienis Remaja Putri Pada Saat Menstruasi*. Surakarta: Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta. 2012.
- Edelman C dan Mandle CL. *Health promotion throughout the life span*. St.Louis : The CV Mosby Co. 2010.
- Ervina, S., Eko Jemi Santoso & Suyono. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hygiene Saat Menstruasi Terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Remaja Putri Dalam Merawat Perineum Saat Menstruasi*. Jurnal Stikes Telogerejo Semarang. 2012.
- Hidayat. *Statistik Kesehatan*. Jakarta: Rajawali Pers. 2010.

- Imron, Ali. Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media. 2012.
- Indriani, Mista. Perbedaan Tingkat Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Pada Remaja Putri. In Press. 2014.
- Jafar, Nurhaedar. 2005. Pertumbuhan Remaja. In Press.
- Machfoedz, dkk. Metodologi Penelitian Bidang Kesehatan, Keperawatan dan Kebidanan. Yogyakarta: Fitramaya. 2005.
- Maidartati. Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Vulva Hygiene Pada Saat Menstruasi Remaja Putri. Jurnal Ilmu Keperawatan Volume IV Nomor 1. 2016.
- Noor, Rifa Adila., Syamsianah, Agustin & Wahyuni, Dwi. Perbedaan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene. Peny Press. 2012.
- Notoatmodjo, S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. 2007.
- Nursalam. Konsep Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika. 2011.
- Prawirohardjo, S. Ilmu Kebidanan. Penerbit Yayasan Bina Pustaka. 2009.
- Rejaningsih, Wanti. Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Kelas II Terhadap Praktek Pemeliharaan Kebersihan Menstruasi. Skripsi FKM UI Jakarta. 2004.
- Rusdiani. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Melalui Media Booklet Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Sikap Santri Tentang Kesehatan Reproduksi di Pesantren Darul Hikmah Dan Ta'dib Al Syakirin Di Kota Medan. Medan: Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara. 2010.
- Sabri, Luknis dan Susanti Priyo Hastono. Statistik Kesehatan. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada. 2006.
- Setiadi. Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu. 2007.
- Setiawati & Darmawan. Proses Pembelajaran dalam Pendidikan Kesehatan. Jakarta: Trans Info Media. 2008.
- Stanhope & Lancaster. *Community Helath Nursing Promoting Health of Aggregates, Families, and Individuals*. St. Louis: Mosby. 2004.
- Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif dan R&D. Bandung: CV Alfabeta. 2014.
- Widiyastuti, Y. Kesehatan Reproduksi. Yogyakarta: Fitramaya. 2009.
- Wiwit, Rofika Rahman. Hidayah, Noor & Azizah, Noor. Pengaruh Sikap, Pengetahuan, dan Praktik Vulva Hygiene Dengan Kejadian Keputihan Pada Remaja Putri. In Press. 2013

