

**PENGETAHUAN TENTANG *HYGIENE* GENETALIA EKSTERNA SAAT
MENSTRUASI PADA REMAJA DI DESA MINGGIRAN**

***KNOWLEDGE ABOUT HYGIENE OF EXTERNAL GENITALIA WHILE
MENSTRUATION TO TEENAGERS IN MINGGIRAN VILLAGE***

Kili Astarani, Dian Taviyanda
STIKES RS. Baptis Kediri
Jl. Mayjend. Panjaitan no. 3B Kediri (0354) 683470
(stikes_rsbaptis@yahoo.co.id)

ABSTRAK

Remaja perempuan harus memiliki pengetahuan baik tentang merawat alat kelamin eksternal dalam mencuci dan memilih pembalut. Ada banyak keluhan terjadi seperti iritasi, dermatitis, gatal dan nyeri yang disebabkan oleh infeksi jamur pada vagina karena mencuci yang salah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi tingkat pengetahuan remaja perempuan tentang kebersihan genitalia eksternal selama menstruasi di Desa Minggiran Kediri. Desain penelitian ini adalah deskriptif. Populasi adalah semua remaja perempuan yang mengalami menstruasi di Desa Minggiran Kediri. Sampel sebanyak 21 responden dengan menggunakan Total Sampling. Variabelnya yaitu tingkat pengetahuan remaja perempuan tentang kebersihan genitalia eksternal selama menstruasi di Minggiran Kota Kediri. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 21 responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik tentang kebersihan genitalia eksternal selama menstruasi, 1 responden (5%) memiliki pengetahuan cukup 4 responden (19%) dan tingkat pengetahuan kurang sekitar 16 responden (76%). Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan tingkat pengetahuan remaja perempuan tentang kebersihan genitalia eksternal selama menstruasi di Desa Minggiran Kediri sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kurang. Hal ini dapat menyebabkan infeksi genitalia eksternal bahkan lebih berisiko kejadian vaginitis.

Kata Kunci: Pengetahuan, Kebersihan Genitalia External, Menstruasi

ABSTRACT

Female teenagers have to have understanding about external genitalia caring early either in washing and choosing sanitary pads. There are many complains happened like irritation, dermatitis, itching and pain that are caused by fungus infection in vagina because of incorrect washing. The objective of this research is to identify level of female teenagers' understanding about external genitalia hygiene during menstruation in Minggiran Village. Design of this research used here was descriptive. The population was all of female teenager that having menstruation in Minggiran Village. The samples were 21 respondents using Total Sampling. The variable of this research is single variable namely level of female teenagers' understanding about external genitalia hygiene during menstruation in Minggiran Village. Result of this research showed that 21 respondents had good understanding level about external genital hygiene during

menstruation, 1 respondent (5%) had enough understanding about 4 respondents (19%) and less understanding level about 16 respondents (76%). Conclusion of this research showed level of female teenagers' understanding about external genitalia hygiene during menstruation in Minggiran Village most respondent had less understanding level. It might cause infection of external genitalia even more risk of vaginitis incident.

Keyword: Understanding, External Genitalia Hygiene, Menstruation

Pendahuluan

Menstruasi merupakan peristiwa normal yang harus dijalani oleh remaja putri. Remaja putri yang tidak mengenal tubuh mereka dan proses reproduksi dapat mengira bahwa menstruasi merupakan bukti adanya penyakit dan dapat mengalami rasa malu yang amat serta perasaan kotor saat menstruasi pertama mereka (Fitria, 2007). Tiap remaja memiliki cara sendiri-sendiri dalam menghadapi menstruasi termasuk dalam hal *hygiene* genitalia eksterna atau luar. Banyak remaja yang masih belum paham benar tentang cara perawatan *hygiene* genitalia yang benar saat menstruasi padahal hal ini berkaitan dengan kebersihan diri mereka masing-masing. Remaja adalah masa mereka mulai mengikuti kegiatan dalam kelompok, termasuk dalam hal pribadi seperti pemilihan pembalut juga cenderung mengikuti apa yang digunakan oleh teman dalam kelompok, tanpa memikirkan apakah itu cocok dan sesuai dengan karakteristik kulit mereka masing-masing (Sarwono, 2008). Sejak dini remaja putri harus diberikan pengetahuan mengenai perawatan genitalia eksterna baik cara membasuh maupun cara pemilihan pembalut yang tepat. Banyak keluhan akibat pemakaian pembalut seperti iritasi atau dermatitis, keluhan gatal dan pedih bisa juga disebabkan karena infeksi jamur pada vagina akibat cara membasuh yang keliru. Salah satunya vaginitis pada remaja disebabkan karena *hygiene* yang kurang saat menstruasi (Cherry, 1999). Remaja beranggapan hal ini tabu untuk dibicarakan, padahal *hygiene* genitalia

eksterna saat menstruasi adalah hal penting yang berhubungan langsung dengan kesehatan tubuh mereka masing-masing karena menstruasi adalah hal yang harus mereka hadapi setiap bulannya.

Indonesia merupakan negara yang kemungkinan wanita terjangkit infeksi vagina sebesar 83% dan 62% dari data tersebut disebabkan oleh pemakaian pembalut yang kurang berkualitas (Dewi, 2008). Sering remaja mengabaikan rasa gatal dan tidak nyaman akibat penggunaan pembalut ini, setelah parah baru mereka pergi ke dokter. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti tanggal 17 Maret 2009 terhadap 8 orang siswi yang sudah mengalami menstruasi didapatkan 5 siswi mengatakan belum mengerti tentang *hygiene* genitalia saat menstruasi dengan mengganti pembalut hanya 2 x sehari atau saat mandi saja dan mengeluh gatal pada daerah genitalia eksterna saat menstruasi, sedangkan 3 siswi menjaga *hygiene* genitalia saat menstruasi dengan mengganti pembalut lebih dari 3 kali atau saat sudah terasa lembab.

Selama menstruasi, kebersihan genitalia eksterna perlu mendapat perhatian lebih. Remaja putri menggunakan pembalut untuk menampung darah menstruasi, dipasaran dapat kita temui berbagai macam jenis pembalut dengan kelebihan yang ditawarkan namun tidak semua pembalut aman bagi kesehatan genitalia apalagi remaja putri yang masih suka coba-coba. Kebersihan yang kurang terjaga, pemilihan pembalut yang kurang tepat dan pemakaian pembalut yang terlalu lama bisa memicu munculnya infeksi, iritasi, atau vaginitis. Keluhan yang

sering muncul selama menstruasi antara lain: gatal pada daerah genitalia eksterna, keputihan yang tidak normal, radang pada permukaan vagina hingga radang serviks akibat pemilihan pembalut yang kurang tepat (Dewi, 2008). Infeksi pada genitalia eksterna yang tidak diobati dengan sempurna merupakan factor resiko terjadinya kanker serviks untuk jangka panjang (Tribuana, 2008).

Supaya tidak terjadi infeksi atau iritasi pada genitalia eksterna khususnya saat menstruasi maka sejak dini remaja putri perlu tahu tentang hygiene genitalia eksterna yang tepat. Cara perawatan genitalia eksterna sangat penting disosialisasikan pada masa ini, mulai dari cara penggunaan pakaian sehari-hari kemudian perawatan saat menstruasi dan pemilihan penggunaan pembalut. Cara perawatan genitalia eksterna ini bertujuan agar *hygiene* genitalia dapat dicapai dengan maksimal karena infeksi genitalia cenderung lebih potensial terjadi saat menstruasi. (Hibis, 2008). Apabila sudah timbul keluhan seperti gatal, pedih, panas, memerah pada kulit

daerah genitalia eksterna segera konsultasikan ke dokter (Astuti, 2008). Tujuan penelitian ini adalah Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang *hygiene* genitalia eksterna saat menstruasi di Desa Minggiran Kediri.

Metodologi Penelitian

Desain penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian ini dilakukan di Desa Minggiran Kediri pada 11 Mei - 6 Juni 2016. Variabel pada penelitian ini adalah Pengetahuan remaja putri di Desa Minggiran Kediri tentang *hygiene* genitalia eksterna saat menstruasi.. Populasi penelitian ini adalah semua remaja putri yang sudah mengalami menstruasi. Tehnik sampling yang digunakan adalah *Total sampling*, besar sampel yang digunakan adalah 21 siswa putri. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, setelah data terkumpul akan disajikan dalam tabel distribusi frekuensi.

Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Studi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang *Hygiene* Genitalia Ekterna Saat Menstruasi di Desa Minggiran Kediri pada Tanggal 11 Mei - 6 Juni 2016 (n=21)

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	1	5
Cukup	4	19
Kurang	16	76
Jumlah	21	100

Dari data di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kurang tentang *hygiene* genitalia eksterna saat menstruasi yaitu sebanyak 16 responden (76 %).

Pembahasan

Studi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri tentang *Hygiene* Genitalia Ekterna Saat Menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 21 responden didapatkan responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik tentang *hygiene*

genitalia eksternal saat mengalami menstruasi sebanyak 1 responden (5%), tingkat pengetahuan cukup 4 responden (19%) dan tingkat pengetahuan kurang 16 responden (76%). Jadi tingkat pengetahuan remaja putri tentang *hygiene* genitalia eksterna saat menstruasi di Desa Minggiran Kediri sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kurang.

Secara teori, pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku seseorang (Notoatmodjo, 2003). Faktor yang mempengaruhi pengetahuan antara lain: faktor ekstrinsik dan faktor intrinsik. Adapun faktor intrinsik meliputi : umur, kemampuan dan kehendak atau kemauan dan faktor ekstrinsik meliputi pendidikan dan bahan yang akan dipelajari. Faktor pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin mudah baginya untuk menerima informasi, sebaliknya pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan seseorang terhadap nilai-nilai yang diperlukan (Kuncoroningrat, 1997). Atas landasan usia semakin cukup umur, tingkat kemampuan, kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir. Dari segi kemampuan setiap manusia berbeda dari manusia lainnya. Ada sebagian orang yang mempunyai kemampuan pada taraf yang kurang sehingga mengalami kesulitan dalam mempelajari sesuatu. Kemampuan juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan artinya makin tinggi pendidikan seseorang maka ia lebih mudah menerima informasi sehingga pengetahuan yang didapat lebih banyak (Notoatmodjo, 2003). Pada tahap perkembangan remaja menurut Sarwono (2008) usia 14-16 tahun adalah masa yang sangat membutuhkan kawan-kawan, pada tahap ini ada kecenderungan *narcistic* yaitu menyukai teman-teman yang mempunyai sifat yang sama dengan dirinya dan cenderung membuat kelompok dan serta mengikuti kegiatan dalam kelompoknya (Gunarsa, 2003). Pada usia 14-16 tahun menurut Zulkifli

(2005) adalah tahap terjadinya perubahan kematangan organ seks primer yakni terjadinya menstruasi sebagai tanda atau perubahan yang menentukan sudah mulai berfungsi optimal organ reproduksi wanita, keringat juga akan mulai bertambah banyak dari biasanya. Menstruasi mengacu pada pengeluaran secara periodic darah dan sel-sel tubuh (Fitria, 2007) sehingga terjadi perdarahan yang kemudian mengalir keluar melalui vagina. Proses tersebut permasalahan yang sering terjadi adalah keluhan iritasi. Hal ini terjadi karena banyak berkeringat, terlambat mandi juga karena terobsesi ingin selalu bersih sehingga terlalu banyak menggunakan pembersih genitalia yang tidak proporsional. Keluhan gatal juga sering muncul karena alergi baik berasal dari darah yang banyak mengandung bakteri maupun alergi terhadap pemakaian pembalut (Kompas, 2009). Banyak cara yang dilakukan untuk merawat genitalia agar tetap terjaga kebersihannya. Hal yang paling mendasar adalah cara membasuh yang benar, selain itu penggunaan sabun untuk membersihkan daerah genitalia eksterna juga harus diperhatikan.

Pendapat beberapa ahli di atas sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan di Desa Minggiran, tingkat pendidikan sangat mendukung pengetahuan yang diperoleh remaja putri di Desa Minggiran memiliki tingkat pengetahuan yang kurang, tingkat pendidikan SMP adalah tingkat pendidikan pertama. Rata-rata sejumlah remaja putri mengatakan belum pernah mendapatkan pendidikan atau penyuluhan kesehatan khususnya tentang *hygiene* genitalia eksterna saat menstruasi. Hal ini juga disebabkan jumlah tenaga pengajar dalam penyampaian materi pelajaran dan informasi tentang *hygiene* genitalia eksterna saat menstruasi di Desa Minggiran Kediri sangat minim, sarana dan prasarana terbatas. Selain itu dari segi kemampuan, pengamatan peneliti saat berkunjung ke rumah sebagian responden, didapatkan keadaan lingkungan rumah mereka kurang

memenuhi standart kesehatan seperti keadaan rumah mereka kumuh. Dari segi ekonomi kurang memadai sehingga dari keadaan tersebut kurang mendukung peningkatan kesehatan mereka masing-masing. Faktor lain yang mempengaruhi pengetahuan adalah usia, di Desa Minggiran responden terbanyak berusia 14-16 tahun, usia ini cenderung berkelompok dan mengikuti kegiatan di kelompoknya. Pola pikir mereka belum terarah dan hanya ikut-ikutan termasuk cara membersihkan genetalia, mereka mengikuti saran dari teman dan orang tua. Dengan tingkat pengetahuan mereka yang kurang, mereka beresiko terjangkit penyakit vaginitis apabila *hygiene* genetalia eksterna saat menstruasi tidak diperhatikan. Dari penelitian ini diharapkan remaja putri di Desa Minggiran Kediri dapat diberi pengetahuan tentang *hygiene* genetalia eksterna saat menstruasi sehingga mereka dapat mengerti bagaimana perawatan *hygiene* yang benar.

Simpulan

Tingkat pengetahuan remaja putri tentang *hygiene* genetalia eksterna saat menstruasi di Desa Minggiran Kediri sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kurang. Remaja putri di Desa Minggiran Kediri beresiko terkena penyakit vaginitis dan berdampak pada kesehatan mereka.

Saran

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan evaluasi untuk Hendaknya institusi meningkatkan pengetahuan para pendidik sehingga dapat memberikan bimbingan dan pengarahan tentang pentingnya melakukan *hygiene* genetalia eksterna saat menstruasi pada remaja putri, dan khususnya bagi para remaja putri agar dapat menerapkan pengetahuan yang

didapat tentang *hygiene* genetalia eksterna saat menstruasi yang benar dalam kehidupannya sehari-hari misalnya dilakukan pengembangan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) seperti penyuluhan atau menyebarkan *leaflet* mengenai *hygiene* genetalia eksterna saat menstruasi bekerjasama dengan instansi kesehatan terkait seperti puskesmas, rumah sakit dan institusi pendidikan kesehatan.

Daftar Pustaka

- Astuti AW., Sulisno M., dan Hirawati H. (2008). Hubungan Perilaku Vulva Hygiene dengan Kejadian Keputihan pada Remaja Putri Kelas X di SMU Negeri 2 Ungaran Semarang. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*. Volume 4, Nomor 2, Desember 2008 Hal 59-65.
- Cherry, S. (1999). *Perawatan Modern Untuk Kesehatan Wanita*. Bandung:CV.Pioner Jaya
- Dewi, S I. (2010). Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat Kelamin Pada Saat Menstruasi di SMA AL-Washiyah 3 Medan. Karya Tulis Ilmiah. <http://jurnal.dikti.go.id/jurnal/detail/id/0:488740>. Diakses 08 maret 2016
- Fitria, Hilda Rukmawati. (2007). Hubungan Tingkat Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Pemeliharaan Organ Reproduksi Dengan Risiko Kejadian Keputihan Pada Siswi Kelas X Sma N 1 Wonosari Kabupaten Klaten. Skripsi.
- Gunarsa, Singgih, D. (2003). *Psikologi Untuk Keluarga*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Lubis, N.L. (2008). *Pengantar psikologi untuk kebidanan*. Jakarta: Kencana

Notoadmodjo, S. (2003). Ilmu Kesehatan Masyarakat (Prinsip Dasar). Jakarta: PT Rineka Cipta.

Sarwono, Sarlito W. (2008). Psikologi Remaja. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Zulkifli, (2005). Psikologi perkembangan. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya