

**PENGARUH MEDIA LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN
PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA
REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 7 KOTA
PADANGSIDIMPUAN TAHUN 2024**

SKRIPSI

Oleh:

**HERA SORAYA WARDANI SIREGAR
NIM. 20030002**



**PROGRAM STUDI
ILMU KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS AUFA ROYHAN
DI KOTA PADANGSIDIMPUAN
2024**

**PENGARUH MEDIA LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN
PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA
REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 7 KOTA
PADANGSIDIMPUAN TAHUN 2024**

Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat

Oleh:

**HERA SORAYA WARDANI SIREGAR
NIM. 20030002**



**PROGRAM STUDI
ILMU KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS AUFA ROYHAN
DI KOTA PADANGSIDIMPUAN
2024**

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH MEDIA LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN
PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA
REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 7 KOTA
PADANGSIDIMPUAN TAHUN 2024**

Skripsi ini telah diseminarkan dan dipertahankan dihadapan
tim penguji Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Program Sarjana Fakultas Kesehatan
Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidimpuan

Padangsidimpuan, Mei 2024

Pembimbing Utama

**(Yanna Wari Harahap,SKM,M.P.H)
NIDN. 0110011701**

Pembimbing Pendamping

**(Ahmad Safii Hasibuan, SKM,M.K.M)
NIDN. 0107049402**

**Ketua Program Studi
Ilmu Kesehatan Masyarakat
Program Sarjana**

**Nurul Hidayah Nasution, SKM, MKM
NIDN. 0112099101**

Dekan Fakultas Kesehatan

**Arinil Hidayah, SKM. M.Kes
NIDN. 0118108703**

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Hera Soraya Wardani Siregar
NIM : 20030002
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Media Leaflet Terhadap Pengetahuan *Personal hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 7 Kota Padangsidimpuan Tahun 2024” benar bebas dari plagiat, dan apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar – benarnya.

Padangsidimpuan, Maret 2024
Penulis



Hera Soraya Wardani Siregar

IDENTITAS PENULIS

Nama : Hera Soraya Wardani Siregar
NIM : 20030002
Tempat/Tgl Lahir : Aek Tuhul/17 Desember 2001
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Aek Tuhul
Email : herasorayawardani@gmail.com
Riwayat Pendidikan :

1. SD Negeri 200301 Pudun : Lulus tahun 2014
2. SMP Negeri 5 Padangsidempuan : Lulus tahun 2017
3. SMA Negeri 3 Padangsidempuan : Lulus tahun 2020
4. S1 Kesehatan Masyarakat : Lulus tahun 2024

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kehadirat Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-NYA peneliti dapat menyusun skripsi dengan judul “Pengaruh Media Leaflet terhadap Pengetahuan *Personal hygiene* saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024”, sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana kesehatan masyarakat di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan.

Dalam proses penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat:

1. Arinil Hidayah, SKM, M.Kes selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan, sekaligus ketua penguji telah meluangkan waktu untuk membimbing dalam menyelesaikan Skripsi ini.
2. Nurul Hidayah Nasution, M.K.M selaku Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan, sekaligus anggota penguji telah meluangkan waktu untuk membimbing dalam menyelesaikan Skripsi ini.
3. Yanna Wari Harahap, SKM, MPH selaku pembimbing utama yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dalam menyelesaikan Skripsi ini.
4. Ahmad Safii Hasibuan, M.K.M selaku pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dalam menyelesaikan Skripsi

ini.

5. Seluruh dosen Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan.
6. Bapak Kepala Sekolah SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan beserta seluruh staff jajarannya
7. Kepada Orang Tua saya yang telah memberikan motivasi dan dorongan kepada saya dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Kepada Teman-teman mahasiswa/I Angkatan 2020 dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu dan memberi dorongan untuk menyelesaikan skripsi ini.

Kritik dan saran yang bersifat membangun peneliti harapkan guna perbaikan dimasa mendatang. Mudah-mudahan penelitian ini bermanfaat bagi peningkatan kualitas pelayanan keperawatan. Amin.

Padangsidempuan, Maret 2024

Peneliti

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM
SARJANA UNIVERSITAS AUFA ROYHAN DI KOTA
PADANGSIDIMPUAN**

Laporan Penelitian, Maret 2024

Hera Soraya Wardani Siregar

Pengaruh Media Leaflet terhadap pengetahuan *Personal hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA Negeri 7 Kota Padangsidimpuan Tahun 2024

ABSTRAK

Personal hygiene saat menstruasi termasuk dalam hal penting untuk menentukan kesehatan organ reproduksi pada remaja putri agar terhindar dari infeksi. Masalah yang akan muncul akibat kurangnya *personal hygiene* saat menstruasi yaitu timbulnya infeksi seperti Infeksi Saluran Reproduksi. Adapun tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui Pengaruh Media Leaflet terhadap pengetahuan *Personal hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA Negeri 7 Kota Padangsidimpuan Tahun 2024. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dengan menggunakan desain *Pre-Experimental Design* dan jenis desain dengan pendekatan *One Group Pretest-Postes*, dengan jumlah sampel sebanyak 49 orang. Hasil penelitian diperoleh tingkat pengetahuan remaja tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi sebelum intervensi mayoritas kurang sebanyak 27 orang (55.1%) dan minoritas baik sebanyak 4 orang (8.2%). Kemudian setelah intervensi tingkat pengetahuan remaja mayoritas baik sebanyak 36 orang (73.5%) dan minoritas kurang sebanyak 4 orang (8.2%). Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon* diperoleh dengan nilai $p\text{-value}=0.000$ ($p<0.05$), maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi kesehatan dengan menggunakan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan siswa mengenai *Personal Hygiene* saat menstruasi di SMA Negeri 7 Kota Padangsidimpuan tahun 2024. Diharapkan kepada siswa SMA Negeri 7 Kota Padangsidimpuan yang memiliki *Personal Hygiene* yang buruk agar dapat meningkatkan *Personal Hygiene* dengan cara menjaga kesehatan diri sendiri, rajin mencari informasi mengenai *Personal Hygiene* saat menstruasi.

Kata Kunci : Menstruasi, Pengetahuan, Leaflet

Daftar Pustaka : 28 (2015-2022)

**PUBLIC HEALTH STUDY PROGRAM UNDERGRADUATE PROGRAM
HEALTH FACULTY OF AUFA ROYHAN UNIVERSITY
IN PADANGSIDIMPUAN**

Research Report, March 2024

Hera Soraya Wardani Siregar

The Influence of Leaflet Media on Personal Hygiene's Knowledge during Menstruation in Teenagers at SMA Negeri 7 Padangsidimpuan City in 2024

Abstract

Personal hygiene during menstruation is an important thing to determine the health of reproductive organs in teenagers to avoid infection. Problems that will arise due to lack of personal hygiene during menstruation are the emergence of infections such as reproductive tract infections. This research aims to determine the effect of leaflet media on personal hygiene's knowledge during menstruation among teenagers at SMA Negeri 7 Padangsidimpuan City in 2024. The type of research used in this research is quantitative research, using Pre-Experimental Design and the type of design with One Group Pretest-Posttest approach, with a sample size of 49 people. The research results showed that the level of knowledge of teenagers regarding personal hygiene during menstruation before the intervention was in the poor category about 27 people (55.1%) and the minority were in the good category about 4 people (8.2%). Then, after the intervention, the majority of teenagers' knowledge level was good about 36 people (73.5%) and in the minority category were poor about 4 people (8.2%). Based on the Wilcoxon test results obtained with $p\text{-value}=0.000$ ($p<0.05$), it can be concluded that there is an influence of health education using leaflet media on increasing students' knowledge regarding Personal Hygiene during menstruation at SMA Negeri 7 Padangsidimpuan City in 2024. It is hoped that to students of SMA Negeri 7 Pdangsidimpuan City who have poor Personal Hygiene can improve their Personal Hygiene by maintaining their own health, and looking for information about Personal Hygiene during menstruation diligently.

Keywords : Menstruation, Knowledge, Leaflet

Bibliography : 32 (2015-2022)



DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT.....	iii
IDENTITAS PENULIS.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ixi
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR SKEMA.....	Error! Bookmark not defined.iv
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan.....	7
1.3.1 Tujuan Umum.....	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat penelitian	7
1.4.1 Manfaat teoritis.....	7
1.4.2 Manfaat praktis	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Pengetahuan.....	9
2.1.1 Pengertian Pengetahuan.....	9
2.1.2 Tingkat Pengetahuan	9
2.2 Menstruasi	10
2.2.1 Pengertian Menstruasi	10
2.2.2 Siklus Menstruasi	11
2.2.3 Fisiologi Menstruasi	11
2.2.4 Tanda dan Gejala Menstruasi	12
2.3 <i>Personal Hygiene</i>	14
2.3.1 Pengertian <i>Personal hygiene</i>	14
2.3.2 Tujuan <i>Personal hygiene</i>	15
2.3.3 Indikator <i>Personal hygiene</i> saat Menstruasi.....	16
2.3.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Personal hygiene</i>	18
2.3.5 Dampak <i>Personal hygiene</i>	19
2.4 Remaja.....	21
2.4.1 Pengertian Remaja	21
2.4.2 Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Remaja.....	22
2.4.3 Tahapan Masa Remaja.....	23
2.5 Media Leaflet.....	24
2.5.1 Pengertian Media Promosi Leaflet	24
2.5.2 Kegunaan Leaflet.....	25

2.5.3 Keterbatasan leaflet	25
2.6 Kerangka Konsep	25
2.7 Hipotesis Penelitian	27
BAB 3 METODE PENELITIAN	28
3.1 Jenis dan Desain Penelitian	28
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	29
3.2.1 Tempat	29
3.2.2 Waktu Penelitian	29
3.3 Populasi dan Sampel.....	29
3.3.1 Populasi	29
3.3.2 Sampel	29
3.4 Alat Pengumpulan Data.....	31
3.5 Sumber Data	33
3.5.1 Data Primer	33
3.5.2 Data Sekunder.....	34
3.6 Prosedur Pengumpulan Data	34
3.7 Definisi Operasional.....	36
3.8 Pengolahan dan Analisa Data	36
3.8.1 Pengolahan Data	36
3.8.2 Analisa Data	37
BAB 4 HASIL PENELITIAN	39
4.1 Gambaran Umum Penelitian	39
4.1.1 Letak Geografis	Error! Bookmark not defined.
4.2 Hasil Analisis Univariat.....	40
4.2.1 Karakteristik Responden.....	40
4.3 Hasil Analisis Bivariat.....	41
BAB 5 PEMBAHASAN	43
5.1 Pengetahuan Remaja Tentang <i>Personal hygiene</i> Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Melalui media Leaflet.....	43
5.2 Pengaruh Edukasi Melalui Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang <i>Personal hygiene</i> Pada Saat Menstruasi di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024.....	45
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	48
6.1 Kesimpulan.....	48
6.2 Saran	48

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Desain One-Group Pretest-Posttest	27
Tabel 3.2 Rencana Waktu Penelitian	28
Tabel 3.3 Defenisi Operasional Penelitian	34
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Kelas di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024...	38
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswa Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Sebelum diberikan Media Leaflet Di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024.....	38
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswa Tentang Personal hygiene Saat Menstruasi Sesudah diberikan Media Leaflet Di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024.....	39
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas Data Pengetahuan Remaja Tentang Personal hygiene Pada Saat Menstruasi Sebelum dan Sesudah diberikan Edukasi melalui media Leaflet.	40
Tabel 4.5 Pengaruh Edukasi Melalui Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Personal hygiene Pada Saat Menstruasi di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Lokasi penelitian di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan.....39

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat survey pendahuluan dari Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan
- Lampiran 2. Surat balasan survey pendahuluan dari Tempat Penelitian
- Lampiran 3. Surat izin penelitian dari Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan
- Lampiran 4. Surat balasan penelitian dari Tempat Penelitian
- Lampiran 5. Lembar Permohonan dan Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 6. Kuesioner
- Lampiran 7. Master Data
- Lampiran 8. Output SPSS
- Lampiran 9. Lembar konsultasi

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan biologis dan psikologis. Secara biologis ditandai dengan tumbuh dan berkembangnya seks primer dan seks sekunder sedangkan secara psikologis ditandai dengan sikap dan perasaan, keinginan dan emosi yang labil atau tidak menentu. Menurut WHO (2022) remaja merupakan fase antara masa kanak-kanak dan dewasa dalam rentang usia antara 10 hingga 19 tahun. Sedangkan pada Peraturan Menteri Kesehatan RI N0.25, remaja merupakan penduduk dalam rentang usia antara 10 hingga 18 tahun (Kemkes.go.id, 2018). Selain itu, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengatakan, rentang usia remaja ialah 10 hingga 24 tahun dan belum menikah, maka dapat diartikan remaja ialah masa pergantian dari anak-anak menuju dewasa (Brief Notes Lembaga Demografi FEB UI, 2020).

Berdasarkan sensus penduduk, jumlah remaja usia 10 hingga 19 tahun di Indonesia sekitar 20% (mencapai lebih dari 45 juta jiwa) dari jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2019 dan setengahnya adalah remaja putri (Bappenas, 2019, Astani, 2019). Permasalahan kesehatan remaja putri sangat banyak salah satunya adalah menstruasi, Banyak remaja yang masih mempunyai tingkat pengetahuan yang sangat rendah terhadap kesehatan diri terutama saat menstruasi. Salah satu upaya yang paling ditekankan selama remaja sudah mengalami menstruasi adalah bagaimana perawatan kebersihan diri selama menstruasi (Tantry,et.al.,2019).

Menstruasi adalah proses keluarnya darah dari rahim akibat runtuhnya lapisan dalam rahim, yang mengandung banyak pembuluh darah dan telur yang tidak dibuahi. Menstruasi merupakan proses alamiah yang terjadi pada setiap wanita, dimana terjadinya peristiwa pengeluaran darah menandakan bahwa organ dalam kandungan telah berfungsi dengan matang. Menstruasi di katakan normal apabila di dapatkan siklus menstruasi tidak kurang dari 24 hari, tetapi tidak melebihi 35 hari. Lama menstruasi 3-7 hari dengan jumlah darah selama menstruasi berlangsung tidak melebihi 80 ml, ganti pembalut 4-6 kali per hari. (Arfiah dan Mutmaina, 2022).

Data Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2018 remaja putri mengalami menstruasi pertamanya pada usia 10 hingga 11 tahun (7%), 12 tahun (23%), usia 13 tahun (29%), usia 14 tahun (24%) dan usia 15 tahun (17%). Secara keseluruhan, remaja putri rata-rata mengalami menstruasi pertama pada usia 12 hingga 15 tahun. (SDKI 2018, Astani, 2019,)

Personal hygiene saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada daerah kewanitaan pada saat menstruasi agar terhindar dari bakteri yang menyebabkan infeksi (Meilan, 2019). Dampak dari tidak menjaga kebersihan saat menstruasi antara lain lebih mudah terkena infeksi saluran reproduksi (Palupi et al., 2019). Penyebab utama infeksi saluran reproduksi yaitu imunitas yang lemah (10%), perilaku *hygiene* yang kurang ketika menstruasi (30%), dan lingkungan tidak bersih serta penggunaan pembalut yang kurang sehat ketika menstruasi (50%) (Puspitaningrum, 2017, Annisa et al., 2020).

Menurut WHO *Regional Office for South East Asia* tahun 2018, *hygiene* individu atau personal dan sanitasi berada pada nomor 3 dan kesehatan reproduksi

berada pada nomor 8 dalam sepuluh faktor risiko utama penyebab kesakitan/kematian pada usia remaja (Pramesti, 2019). Berdasarkan penelitian Kemenkes RI (2017) dalam Pandelaki et al (2020) di Indonesia menunjukkan sebanyak 5,2 juta remaja putri sering mengalami keluhan setelah menstruasi yang disebabkan tidak menjaga kebersihan area kewanitaannya yaitu *pruritus vulva* yang ditandai dengan adanya sensasi rasa gatal pada alat kelamin wanita. Hasil data statistik menurut Riskesdas (2018) di Indonesia sejumlah 43,3 juta remaja putri di Indonesia berperilaku *vulva hygiene* yang sangat buruk yaitu kurangnya tindakan untuk merawat organ kewanitaannya pada saat menstruasi. Salah satu dampak dari kurangnya menjaga *personal hygiene* saat menstruasi adalah infeksi Kandidiasis dan Gonore (Riskesdas, 2018)

Prevalensi infeksi saluran reproduksi (ISR) pada remaja putri di dunia yaitu *Candidiasis* (25%- 50%), *vaginosis bakterial* (20-40%) dan *trikomoniiasis* (5- 15%). Di antara negara- negara di Asia Tenggara, wanita Indonesia lebih rentan mengalami ISR yang dipicu iklim Indonesia yang panas dan lembab. Penyebab tingginya dari kasus tersebut adalah jamur *Candida albican* sebanyak 77% yang senang berkembang biak dengan kelembapan tinggi seperti pada saat menstruasi (Pratiwy, 2020).

Di Indonesia, prevalensi terjadinya infeksi saluran reproduksi akibat kurangnya *hygiene* pada organ genitalia masih cukup tinggi, jumlah penderita infeksi saluran reproduksi di Indonesia adalah 90-100 kasus per 100.000 penduduk per tahun. Di Indonesia, kanker leher rahim menempati peringkat kedua dalam jumlah kasus terbanyak setelah kanker payudara. Diperkirakan ada sekitar 36.633 kasus baru kanker leher rahim dengan angka kematian mencapai 21.003.

ini berarti lebih dari 57% kasus kanker serviks berakhir dengan kematian. Perempuan yang kurang melaksanakan *personal hygiene* akan memunculkan resiko kanker serviks 19,386 kali lebih besar daripada perempuan yang memiliki *personal hygiene* yang baik (Dianti dan Isfandiari, 2016, Astani, 2019, Globocan, 2020).

Data Dinas Kesehatan Kota Padangsidimpuan pada Tahun 2020 bahwa yang mengalami *Candidiasis* sebanyak 19%, *Gonorrhoea* sebanyak 12%, *vagina bacterial* sebanyak 13%, *chlamydia trachomatis* sebanyak 4%. Prevalensi infeksi dibagian kelamin seperti *Candidiasis* dan *Gonorrhoea* menurut data Dinas kesehatan Tahun 2021 sebanyak 3 orang, Tahun 2022 sebanyak 11 orang, dan pada tahun 2023 meningkat menjadi 59 orang. Kasus tertinggi pada tahun 2023 berada di lokasi kerja Puskesmas Batunadua dengan jumlah kasus 4 orang (Profil Dinkes, 2023).

Faktor – faktor pendukung untuk para remaja putri agar mempunyai *personal hygiene* ketika proses menstruasi yang cukup baik antara lain adalah faktor predisposisi yaitu salah satunya pengetahuan (Hidayanti, 2021). Rendahnya pengetahuan mengenai *personal hygiene* saat menstruasi sangat berpengaruh untuk menentukan praktik *personal hygiene* bagi remaja putri saat menstruasi dan kebersihan diri yang tidak terjaga menyebabkan masalah kesehatan reproduksi yang lebih buruk bagi anak perempuan (Kaur et al., 2018). Sebuah penelitian menyatakan bahwa faktor-faktor lain yang memengaruhi pada praktik kebersihan diri wanita saat menstruasi terdiri dari usia, komunikasi, dan pengetahuan (Shallo et al., 2020).

Hygiene saat menstruasi (*menstrual hygiene*) merupakan sesuatu yang sangat penting, tetapi hal ini masih saja menjadi masalah yang sering diabaikan. Pengetahuan tentang *personal hygiene* sangat penting karena pengetahuan yang baik dapat meningkatkan kesehatan Individu yang mempunyai pengetahuan tentang *personal hygiene* maka akan selalu menjaga kebersihan dirinya untuk mencegah adanya penyakit. Cara meningkatkan pengetahuan seseorang salah satunya bisa melakukan penyuluhan menggunakan media cetak. Salah satu contoh media cetak yang dapat meningkatkan pengetahuan seseorang adalah media cetak Leaflet (Yuni, 2015)

Leaflet adalah selebaran kertas yang berisi tulisan dengan kalimat-kalimat yang singkat, padat, mudah dimengerti dan gambar-gambar yang sederhana. Ada beberapa yang disajikan secara berlipat. Leaflet digunakan untuk memberikan keterangan singkat tentang suatu masalah. Menurut Maulana (2015) kegunaan dan keunggulan dari leaflet adalah sederhana dan sangat murah klien dapat menyesuaikan dan belajar mandiri, pengguna dapat melihat isinya pada saat santai, informasi dapat dibagikan dengan keluarga dan teman. Leaflet juga dapat memberikan detail misalnya statistik yang tidak mungkin disampaikan lisan. Klien dan pengajar dapat memberikan informasi yang rumit. (Notoatmodjo, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Pratiwi Di SMK Negeri 3 Medan Tahun 2020 menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* yaitu dari 35 responden yang berpengetahuan baik sebanyak 6 responden (17,1%), berpengetahuan cukup sebanyak 6 responden (17,1%) dan berpengetahuan kurang 23 responden (65,7%). Maka dapat

disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi masih kurang (Pratiwi, 2020)

Hasil survei pendahuluan dengan melakukan wawancara terhadap 10 siswa, terdapat 7 remaja putri mengatakan hanya mengganti pembalut 2 kali dalam sehari dan 3 remaja lainnya mengatakan mengganti pembalut 3-4 kali sehari. Beberapa dari remaja putri juga mengatakan masih kurangnya pemahaman mengenai bagaimana cara mereka menjaga kebersihan organ genitalia selama menstruasi. Dari hasil wawancara awal didapatkan juga bahwa remaja putri di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan mengeluhkan gejala infeksi seperti, iritasi, gatal-gatal, keputihan yang banyak dan rasa perih.

Berdasarkan latar belakang diatas dan didukung oleh data survei awal yang dilakukan peneliti pada tahun 2024. Maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai " Pengaruh Media Leaflet terhadap pengetahuan *Personal hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024". Oleh sebab itu peneliti tertarik memilih SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan sebagai lokasi penelitian dikarenakan remaja putri harus mengetahui pentingnya pengetahuan mengenai *personal hygiene* pada wanita ketika menstruasi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang diatas maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Apakah ada Pengaruh Media Leaflet terhadap pengetahuan *Personal hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024?”.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Media Leaflet terhadap pengetahuan *Personal hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi sebelum diberikan edukasi melalui media cetak Leaflet terhadap pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024
2. Untuk mengetahui pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi setelah diberikan edukasi melalui media cetak Leaflet terhadap pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024.
3. Menganalisa pengaruh sebelum dan setelah diberikan edukasi melalui media cetak Leaflet terhadap pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Untuk menambah pengetahuan serta bahan masukan untuk memperluas pengetahuan pembaca terutama para remaja dalam tingkat pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

1.4.2 Manfaat praktis

1. Bagi Penulis

Pengaplikasian teori yang telah diperoleh selama perkuliahan kedalam karya nyata serta menambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman peneliti dalam menyusun karya ilmiah

2. Bagi Tempat Penelitian

Sebagai bahan masukan untuk remaja putri agar meningkatkan kesadaran tentang pentingnya *personal hygiene* saat menstruasi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan referensi di perpustakaan yang akan dimanfaatkan oleh mahasiswa khususnya program studi kesehatan masyarakat.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Pengetahuan

2.1.1 Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan adalah segala yang diketahui melalui pengalaman manusia. Pengetahuan adalah hasil "tahu" berdasarkan objek tertentu melalui indera manusia (penglihatan, penciuman, perasa, dan kulit). Pengetahuan atau informasi merupakan bidang yang sangat penting dalam membentuk perilaku (Notoatmodjo, 2014). Pengetahuan merupakan informasi yang diperoleh atau dimiliki seseorang dan terbentuk ketika ia mengenali suatu objek (Irwan, 2017).

2.1.2 Tingkat Pengetahuan

Notoatmodjo (2014), menjelaskan bahwa pengetahuan dibagi menjadi 6 tingkatan yaitu :

1. Tahu (*Know*)

Tahu adalah proses mengingat (*recall*) apa yang sudah dipelajari. Tahu adalah tingkat pengetahuan terendah dan kata kerja seperti mendeskripsikan, menyebutkan, menyatakan, mendefinisikan, digunakan sebagai ukuran pada tingkat ini.

2. Memahami (*Comprehension*)

Memahami adalah kemampuan untuk menguraikan secara akurat objek yang sudah diketahui dan menafsirkan materi dengan menjelaskan, mengilustrasikan, menyimpulkan, memprediksi dari objek-objek yang sudah dipelajari.

3. Aplikasi (*Application*)

Aplikasi adalah kemampuan untuk menerapkan apa yang telah dipelajari dalam situasi dan keadaan yang nyata.

4. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menguraikan suatu objek dalam bagian penyusunannya, namun dalam struktur organisasi yang memiliki hubungan satu sama lain yang dapat dievaluasi dan diukur menggunakan kata kerja, seperti mendeskripsikan data (membuat bagan), pemisahan, perbedaan, klasifikasi dll.

5. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis adalah kemampuan membentuk atau menggabungkan bagian-bagian menjadi suatu keseluruhan yang baru, atau menyusun suatu formulasi baru dari formulasi yang sudah ada.

6. Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi adalah kemampuan untuk membenarkan atau memberikan nilai suatu bahan atau objek dengan kriteria yang sudah ada atau khusus yang ditentukan sendiri

2.2 Menstruasi

2.2.1 Pengertian Menstruasi

Menstruasi merupakan proses alamiah yang terjadi pada setiap wanita, dimana terjadinya peristiwa pengeluaran darah menandakan bahwa organ dalam kandungan telah berfungsi dengan matang. Pada definisi klinik menstruasi di nilai berdasarkan tiga hal. Pertama, siklus menstruasi yaitu jarak antara hari pertama menstruasi dengan hari pertama menstruasi berikutnya. kedua, lama menstruasi

yaitu jarak dari hari pertama menstruasi sampai perdarahan menstruasi berhenti, dan ketiga jumlah darah yang keluar selama satu kali menstruasi. Menstruasi dikatakan normal apabila didapatkan siklus menstruasi tidak kurang dari 24 hari, tetapi tidak melebihi 35 hari. Lama menstruasi 3-7 hari dengan jumlah darah selama menstruasi berlangsung tidak melebihi 80 ml, ganti pembalut 4-6 kali per hari. (Arfiah dan Mutmaina, 2022).

2.2.2 Siklus Menstruasi

Siklus Menstruasi ialah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya. Hari mulainya perdarahan dinamakan hari pertama siklus. Karena jam mulainya menstruasi tidak diperhitungkan dan tepatnya waktu keluar menstruasi dari *ostiumuteri eksternum* tidak dapat diketahui, maka panjang siklus mengandung kesalahan kurang lebih 1 hari. Panjang siklus menstruasi yang normal atau dianggap sebagai siklus menstruasi yang klasik ialah 28 hari. Rata-rata panjang siklus menstruasi pada gadis 12 tahun ialah 25,1 hari, pada wanita usia 43 tahun 27,1 hari, dan pada wanita usia 55 tahun 51,9 hari. Jadi, sebenarnya panjang siklus menstruasi 28 hari itu tidak sering dijumpai dan 10-15% perempuan memiliki siklus 28 hari (Setiawati, 2020).

2.2.3 Fisiologi Menstruasi

Adapun fisiologi menstruasi terdiri dari 4, yaitu: (Villasari, 2021):

a. Stadium menstruasi

Tahap menstruasi normal terjadi selama 3-7 hari. Terjadinya haid atau haid pada tahap ini disebabkan keluarnya lapisan rahim (*endometrium*). Pada tahap ini, kadar hormon ovarium sangat rendah.

b. Stadium proliferasi

Tahap proliferasi biasanya terjadi ketika darah menstruasi berhenti sampai hari ke 14. Awalnya, proliferasi adalah pertumbuhan kelenjar *endometrium* yang semakin cepat dan terus menebal dan antara hari 12 sampai 14 hari terjadi ovulasi atau pengelupasan sel telur dari ovarium.

c. Stadium sekresi

Masa setelah ovulasi dan berlangsung selama 11 hari. Pada fase ini, hormon progesteron dilepaskan sehingga mempengaruhi pertumbuhan *endometrium* untuk membuat rahim siap untuk 26 implantasi. Sehingga pada fase ini wanita mengalami apa yang disebut dengan *Premenstrual Syndrome* (PMS). Setelah beberapa hari kemudian gejala PMS maka lapisan dinding rahim akan luruh kembali

d. Stadium pra menstruasi

Jika pembuahan dan implantasi tidak terjadi, korpus luteum yang mensekresi estrogen dan progesteron menyusut. Ketika kadar estrogen dan progesteron menurun dengan cepat, spasme arteri spiralis, mengakibatkan gangguan suplai darah ke *endometrium* fungsional dan nekrosis. Lapisan fungsional terpisah dari lapisan basal dan perdarahan menstruasi dimulai.

2.2.4 Tanda dan Gejala Menstruasi

Tanda dan gejala menstruasi yang sering terjadi berdasarkan pendapat dari (Sinaga, 2017) antara lain :

- a. Payudara terasa kencang atau nyeri.
- b. Jerawat mulai muncul.
- c. Nafsu makan meningkat

- d. Bertambahnya BB.
- e. Perut terasa kram kadang mules-mules.
- f. Sembelit
- g. Sakit kepala.
- h. Badan terasa pegal-pegal.
- i. Kadang bisa terjadi pembengkakan di ujung jari tangan atau kaki.
- j. Punggung terasa nyeri.
- k. Lemas, lesu dan mudah lelah.
- l. Mudah cemas dan tersinggung.
- m. Sulit untuk berkonsentrasi
- n. Mudah insomnia

Gejala menstruasi akan semakin memberat terutama pada gangguan psikologis atau emosionalnya. Masa ini perempuan sangat mudah sekali tersinggung atau sulit mengendalikan emosional nya bahkan sulit berkonsentrasi, frustrasi atau bahkan depresi (Sinaga, 2017).

Salah satu upaya yang paling ditekankan selama remaja sudah mengalami menstruasi adalah bagaimana perawatan kebersihan (*personal hygiene*) yang sudah mereka lakukan. *Personal hygiene* merupakan salah satu isu kritis yang harus kita tingkatkan dalam status kesehatan karena berpengaruh terhadap kehidupan para remaja putri dimasa yang akan datang, hal ini ditunjang dalam penelitian (Sulaikha, 2018) bahwa remaja putri di Indonesia masih banyak sekali yang mengalami keluhan setelah menstruasi akibat *personal hygiene* yang kurang tepat.

2.3 Personal Hygiene

2.3.1 Pengertian *Personal hygiene*

Personal hygiene berasal dari bahasa Yunani, “personal” yang artinya individu dan “*hygiene*” yang mempunyai arti sehat atau bersih. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *personal hygiene* adalah suatu upaya atau tindakan guna memelihara kebersihan dan meningkatkan kesehatan untuk mencapai tingkat kesejahteraan baik fisik, biologis dan psikologis. (Maharani dan Andriyani, 2018) memaparkan bahwa individu atau seseorang dapat dikatakan memiliki *personal hygiene* yang baik apabila individu tersebut dapat menjaga kebersihan tubuhnya baik meliputi kebersihan kulit, gigi dan mulut, rambut, telinga, kaki dan kuku serta alat reproduksi salah satunya perawatan organ reproduksi luar selama menstruasi pada remaja putri. (Tantry, et.al., 2019) menjelaskan bahwa perawatan diri selama menstruasi suatu upaya guna meningkatkan kesehatan selama menstruasi dengan tujuan memelihara kebersihan dan kesehatan guna meningkatkan derajat kesehatan manusia baik fisik maupun psikologis.

Perawatan diri selama menstruasi yang dapat dilakukan oleh remaja putri berdasarkan (Wahyuni, 2020) yaitu meliputi :

- a. Mengganti celana dalam dan pakaian secara teratur
- b. Mengganti pembalut setiap 3-4 jam sekali (4-6 kali sehari)
- c. Mandi 2 kali sehari
- d. Membersihkan area genitalia setelah BAB ataupun BAK
- e. Mencuci tangan sebelum dan sesudah membasuh organ kewanitaan
- f. Menjaga organ kewanitaan kita dalam keadaan kering
- g. Dilanjutkan melakukan aktivitas sehari-hari

h. Memenuhi kebutuhan nutrisi.

Banyak remaja yang masih mempunyai tingkat pengetahuan yang sangat rendah terhadap perawatan diri selama menstruasi yang dapat mengalami resiko terhadap masalah reproduksi, yang ditandai dengan data dari Badan Statistik Indonesia ditemukan 43.3 juta remaja putri di Indonesia mempunyai perilaku tidak sehat sehingga menimbulkan keputihan (Tantry, et.al., 2019).

Perawatan diri biasanya minimal dengan mandi 2 kali dalam sehari dan terutama menjaga kebersihan dan kesehatan perineal selama menstruasi. Hal ini menjadi sangat penting karena pada saat menstruasi, bakteri ataupun kuman mudah masuk yang dapat menginfeksi organ genitalia perempuan (Wahyuni, 2020).

Personal hygiene selama menstruasi atau *menstrual hygiene* menurut *World Health Organization* (WHO) adalah seorang remaja putri yang dapat menggunakan semua bahan yang bersih ketika sedang menstruasi. Memiliki privasi saat mengganti pembalut selama menstruasi berlangsung serta menggunakan air dan sabun, memiliki fasilitas dalam membuang bahan menstruasi yang sudah digunakan. Maka dari itu remaja putri harus dituntut untuk paham mengenai menstruasi dan mampu melakukan *Personal hygiene* yang benar selama menstruasi berlangsung (Chandra, et.al., 2016).

2.3.2 Tujuan *Personal hygiene*

Tujuan dari *personal hygiene* selama menstruasi dapat dijelaskan oleh beberapa pendapat diantaranya yaitu :

- a. Tujuan *personal hygiene* yaitu Menjaga kebersihan diri dan mencegah infeksi masuk pada tubuh maka dari itu *personal hygiene* tidak hanya

sekedar bersih tetapi juga harus sehat, sehingga dengan demikian tidak akan menyebarkan kuman atau virus kepada orang lain (Putri dan Setianingsih, 2016).

- b. Kebersihan organ reproduksi. Kebersihan organ reproduksi sangat perlu diperhatikan karena ketika wanita mengalami menstruasi pembuluh darah pada rahim lebih mudah dan cepat untuk terinfeksi, maka dari itu *personal hygiene* selama menstruasi harus tetap dijaga agar sistem reproduksi wanita tidak terganggu (Wahyuni, 2020).
- c. Menurut Widodo (dalam Yessy, et.al., 2016) memaparkan bahwa pemeliharaan *personal hygiene* terhadap kesehatan reproduksi dengan sehat dan bersih harus ditekankan, dengan cara salah satunya upaya promotif yaitu memberikan pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi.
- d. *Hygiene* selama menstruasi sangat penting bagi wanita dengan tujuan guna memelihara kebersihan dan kesehatan diri baik secara fisik atau mental, *hygiene* selama menstruasi salah satu langkah awal guna mewujudkan kesehatan diri dan meminimalkan resiko terjangkitnya penyakit (Haswita, 2017).

2.3.3 Indikator *Personal hygiene* saat Menstruasi

Menurut Sulaikha (2018) indikator dari *personal hygiene* menstruasi ada beberapa meliputi : `

1. Selama menstruasi wanita lebih sering berkeringat dibandingkan dengan hari-hari biasanya, maka dari itu agar tubuh tetap bersih dan segar dan

bebas dari bau badan di anjurkan untuk mandi dan mencuci rambut minimal dua kali sehari.

2. Ketika seorang perempuan saat menstruasi karena disebabkan banyaknya kegiatan sehingga waktu istirahat berkurang merupakan hal yang normal. Tingkat aktivitas yang dialami remaja putri saat akan mengalami menstruasi juga akan dapat menyebabkan sakit perut.
3. Membersihkan bekas keringat yang berada di sekitar alat kelamin menggunakan air bersih secara teratur dan lebih baik gunakan air hangat apalagi setelah kita buang air besar (BAB) ataupun buang air kecil (BAK). Dan cara membasuh alat kelamin perempuan yang benar adalah mulai dari arah depan (vagina) ke belakang (anus), jangan terbalik karena bakteri yang berada disekitar bagian anus dapat terbawa ke dalam vagina yang dapat menyebabkan terjadinya infeksi.
4. Menggunakan air bersih ketika kita mencuci vagina, dan tidak perlu terlalu sering menggunakan sabun karena dapat menyebabkan kulit kelamin rentan iritasi.
5. Kebersihan daerah kewanitaannya juga dapat dilakukan dengan sering mengganti celana dalam minimal 2 kali sehari untuk menjaga agar vagina tidak terlalu lembab, dan gunakan bahan yang menyerap keringat atau katun.
6. Menstruasi adalah proses mekanisme pembuangan darah kotor sehingga pemakaian pembalut tidak boleh lebih dari 6 jam karena dapat menimbulkan bakteri penyebab penyakit.

2.3.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Personal hygiene*

Menurut (Hidayati, 2021) faktor-faktor pendukung untuk para remaja putri agar mempunyai perilaku *personal hygiene* ketika proses menstruasi yang cukup baik antara lain :

1. Faktor predisposisi yaitu salah satunya pengetahuan, disekolah harus memfasilitasi dengan memberikan penyuluhan kesehatan reproduksi yang dilaksanakan oleh petugas Puskesmas yang berada ditempat. Dan seluruh siswi putri harus dapat mengikuti kegiatan tersebut tidak hanya mewakili per kelas.
2. Faktor pendukung yaitu salah satunya lingkungan fisik, di sekolah harus memfasilitasi tempat cuci tangan, alat pengering seperti tisu, dan stok pembalut di toilet para siswi. Artinya masih banyak siswi yang belum menunjukkan perilaku yang baik dalam *personal hygiene* ketika terjadi menstruasi, ini perlu mendapatkan perhatian dari ibu, guru serta petugas kesehatan sehingga dapat bekerja sama dengan pihak sekolah.

Menurut (Nisa, et.al., 2020) beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *Personal hygiene* seorang remaja putri antara lain :

1. Kepercayaan terhadap mitos menstruasi.

Perbedaan dalam mitos budaya memberikan dampak pada komunitas masyarakat terkait praktik *personal hygiene* saat menstruasi yang berbeda pula. Intervensi budaya dalam hal ini tentu tidak selalu benar secara ilmiah sehingga kemudian disebut sebagai mitos dalam budaya. Banyak mitos-mitos yang berkembang di masyarakat terkait menstruasi. Semakin seseorang percaya dengan mitos-mitos seputar menstruasi, sangat

mungkin seseorang jauh dari perilaku *personal hygiene* yang sehat tentang menstruasi. Mitos yang sering ada yaitu jika konsumsi minuman tertentu dapat mempercepat menstruasi, seperti konsumsi minuman bersoda, kopi, dan air es dapat mempercepat menstruasi.

2. Jumlah media informasi

Jumlah media informasi merupakan banyaknya sarana yang digunakan seseorang dalam memperoleh informasi terkait praktik *personal hygiene* saat menstruasi, pada remaja putri yang berada di pondok pesantren hal ini tidak berpengaruh karena sumber informasi yang paling banyak mereka dapat berasal dari teman dan guru setempat.

3. Pemanfaatan Sarana dan Prasarana.

Ketersediaan sarana prasarana merupakan faktor pendukung dalam melakukan *personal hygiene* saat menstruasi, seperti toilet bersih, air bersih, dan sebagainya.

4. Teman sebaya.

Teman sebaya merupakan faktor eksternal yang cukup erat berhubungan dengan praktik *personal hygiene* saat menstruasi, karena remaja putri akan bercerita masalah *personal hygiene* dan mereka akan jauh lebih terbuka dengan menceritakan kepada teman sebayanya.

2.3.5 Dampak *Personal hygiene*

Menurut Wartonah (dalam Sulaikha, 2018) masalah yang sering timbul akibat *personal hygiene* selama menstruasi yang kurang baik, diantaranya:

1. Dampak Fisik.

Gangguan yang sering dialami bagi seseorang akibat kurang menjaga kebersihan dalam melakukan praktik *personal hygiene* selama menstruasi adalah gangguan integritas kulit, seperti iritasi bahkan dapat menimbulkan infeksi akibat bakteri seperti keputihan yang tidak normal, *pruritus vulva* dan sebagainya.

2. Dampak Psikososial.

Masalah yang dapat timbul seperti gangguan kebutuhan rasa nyaman, aktualisasi diri dan interaksi sosial. Menurut Nugroho (dalam Maharani dan Andriyani, 2018) menjelaskan bahwa dampak yang sering terjadi ketika remaja putri tidak dapat menjaga kebersihan organ genitalianya yaitu :

- a. Gangguan pada integritas kulit.
- b. Gangguan rasa nyaman.
- c. Dan timbulnya berbagai macam penyakit Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) yang dapat mengganggu seperti kanker serviks, keputihan dan kesehatan reproduksi lainnya.

Macam-macam Infeksi Saluran Reproduksi yang timbul akibat dari *personal hygiene* selama menstruasi yang kurang baik dan benar menurut (Harold, 2016) diantaranya :

1. Keputihan, Secara fisiologis keputihan berwarna putih, bening dan tidak memiliki bau yang menyengat, tetapi apabila keputihan patologis cairan berwarna putih susu dan kental, berwarna kekuningan atau kehijauan dan disertai bau menyengat, gatal dan nyeri.

2. *Candidiasis*, yaitu Infeksi saluran reproduksi akibat adanya mikroorganisme jamur *Candida albicans*. Gejala yang sering timbul berbeda-beda, seperti timbul rasa gatal yang parah, rasa terbakar, iritasi dan menimbulkan bercak keputihan pada dinding vagina. Faktor yang dapat meningkatkan antara lain disebabkan oleh kurang *hygienitas* alat kelamin, celana dalam terlalu ketat, cara bercebok yang salah dan pemakaian cairan *antiseptic*.
3. *Bacterial Vaginosis*, yaitu Gangguan yang disebabkan karena *bacterial vaginosis* akibat ketidakseimbangan pH sehingga keadaan basa mendorong pertumbuhan bakteri patogen yang dapat menghasilkan sekret. Ditandai dengan sekret berbau, berwarna keabu-abuan.
4. Infeksi Saluran Kencing (ISK), ISK merupakan terjadinya inflamasi pada kandung kemih atau sistitis, akibat dari reaksi radang mikrobiologis pada infeksi saluran kemih bagian bawah. Ditandai dengan peningkatan jumlah kuman dan leukosit dalam urin ditandai dengan tidak mampu menahan BAK serta adanya rasa nyeri saat berkemih.

2.4 Remaja

2.4.1 Pengertian Remaja

Menurut (WHO) remaja adalah sebagai usta perubahan dari anak-anak ke masa dewasa, mencakup rentang usia antara 10 sampai 24 tahun (WHO, 2021). Definisi dari segi demografi, remaja adalah sekelompok individu yang usianya berkisar antara 10 tahun sampai 19 tahun (Yalew et al., 2021). Menurut menteri kesehatan remaja merupakan kelompok usia antara 10 sampai 18 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Menurut WHO, masa remaja adalah peralihan antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa, dimana terjadi perubahan baik fungsi reproduksi yang mampu mempengaruhi perubahan-perubahan baik bentuk fisik, mental ataupun peran sosial. Definisi remaja menurut (Wahyuni, 2020) dibagi menjadi :

- a. Secara kronologis adalah individu yang berusia 11-12 tahun dan 20-21 tahun.
- b. Secara fisik adalah ditandai dengan perubahan dari penampilan fisik, fungsi fisiologis yang terutama terkait dengan system seksual.
- c. Secara psikologis adalah ditandai perubahan dari aspek kognitif, emosial sosial dan moral.

Masa remaja adalah suatu periode perkembangan manusia, yang dimana mengalami perubahan dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang mengalami berbagai perubahan baik fisik, biologis, psikologis dan sosial. Berusia dimulai antara 10-13 tahun dan berakhir antara 18-22 tahun (Wahyuni, 2020). Menurut WHO usia remaja diantara 12-24 tahun, sedangkan menurut Depkes RI adalah diantara 10-19 tahun yang belum menikah. Ditandai dengan terjadinya kematangan organ-organ reproduksi yang berkaitan dengan sistem reproduksi yang merupakan bagian yang sangat penting yang harus diperhatikan oleh remaja.

2.4.2 Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Remaja

Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan remaja yaitu yang dikatakan oleh (Wahyuni, 2020) adalah sebagai berikut :

- a. Fungsi Keluarga

Keluarga dapat berfungsi secara normal dapat ditandai dengan saling memperhatikan, saling terbuka atau jujur, orang tua sebagai pendengar

buat anaknya, selalu menceritakan masalah dengan keluarga dan dapat beradaptasi dengan segala situasi dan kondisi.

b. Pola hubungan orang tua dengan anak

Perlakuan terhadap orang tua ke anak atau sebaliknya sangat mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap kepribadian seorang anak

c. Kelas sosial atau status ekonomi

Status ekonomi yang rendah lebih cenderung dalam hal segala kepatuhan terhadap figure, sedangkan status ekonomi kelas menengah dan atas lebih menekan pada hal yang inisiatif atau kreatifitas anak.

2.4.3 Tahapan Masa Remaja

Terdapat beberapa ahli yang berpendapat bahwa batasan usia pada masa remaja yaitu dimulai dari usia 11 sampai 21 tahun namun usia tersebut tidak dapat dijadikan sebagai tolak ukur masa remaja karena setiap remaja memiliki pola yang teratur pada masing-masing individu. Pada remaja akan melewati tahapan pertumbuhan dan perkembangan sebagai berikut :

1. Remaja awal (early adolescence) usia 11-13 tahun

Pada remaja awal biasanya masih berada di sekolah menengah pertama. Pada tahap ini remaja masih merasa terheranheran akan perubahan yang terjadi pada tubuhnya. Remaja mulai dapat mengembangkan pendapat baru, mulai tertarik dengan lawan jenis, dan mudah terpengaruhi oleh hal-hal yang berbentuk seksualitas atau erotis. Perubahan tahap ini membuat remaja sulit untuk dimengerti terlebih lagi remaja menyukai kebebasan dan mulai berpikir abstrak. Dalam hal inilah bimbingan dan dukungan dari lingkungan di sekitarnya sangat diperlukan agar dalam proses perubahan

tersebut terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang sehat sedemikian rupa sehingga kelak remaja tersebut menjadi manusia dewasa yang sehat secara rohani dan sosial.

2. Remaja Madya (middle adolescence) 14-18 tahun

Pada remaja madya biasanya berada di sekolah menengah atas. Pada saat ini remaja membutuhkan teman sebaya karena mereka merasa senang apabila memiliki banyak teman yang menyukai, ada kecenderungan “narcistic” atau mencintai diri sendiri dan menyukai teman-teman yang mempunyai sifat yang sama pada dirinya. Remaja cenderung berada dalam kondisi kebingungan karena ia tidak tahu harus memilih yang mana. Ketertarikan dengan lawan jenis memunculkan khayalan tentang aktivitas seksual.

3. Remaja akhir (late adolescence) 19-21 tahun

Pada remaja akhir biasanya sudah berada di bangku kuliah atau mahasiswa. Tahap ini masa konsolidasi menuju periode dewasa yang ditandai dengan 5 hal yang menarik, minat makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek seperti egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang, tertarik dengan pengalaman baru, terbentuk identitas seksual, berpusat pada diri sendiri dan memiliki ranah pribadi. (Dewi, Mustika and Ulfah Mega, 2021)

2.5 Media Leaflet

2.5.1 Pengertian Media Promosi Leaflet

Leaflet adalah selebaran kertas yang berisi tulisan dengan kalimat-kalimat yang singkat, padat, mudah dimengerti dan gambar-gambar yang

sederhana. Ada beberapa yang disajikan secara berlipat. Leaflet digunakan untuk memberikan keterangan singkat tentang suatu masalah, misalnya deskripsi pengolahan air di tingkat rumah tangga, deskripsi tentang diare dan pencegahannya, dan lain- lain. Leaflet dapat diberikan atau disebarakan pada saat pertemuan-pertemuan dilakukan seperti pertemuan FGD, pertemuan Posyandu, kunjungan rumah, dan lain- lain. Leaflet dapat dibuat sendiri dengan perbanyakan sederhana (Notoatmodjo, 2016).

2.5.2 Kegunaan Leaflet

Menurut Maulana (2015) kegunaan dan keunggulan dari leaflet adalah sederhana dan sangat murah klien dapat menyesuaikan dan belajar mandiri, pengguna dapat melihat isinya pada saat santai, informasi dapat dibagikan dengan keluarga dan teman. Leaflet juga dapat memberikan detail misalnya statistik yang tidak mungkin disampaikan lisan. Klien dan pengajar dapat memberikan informasi yang rumit.

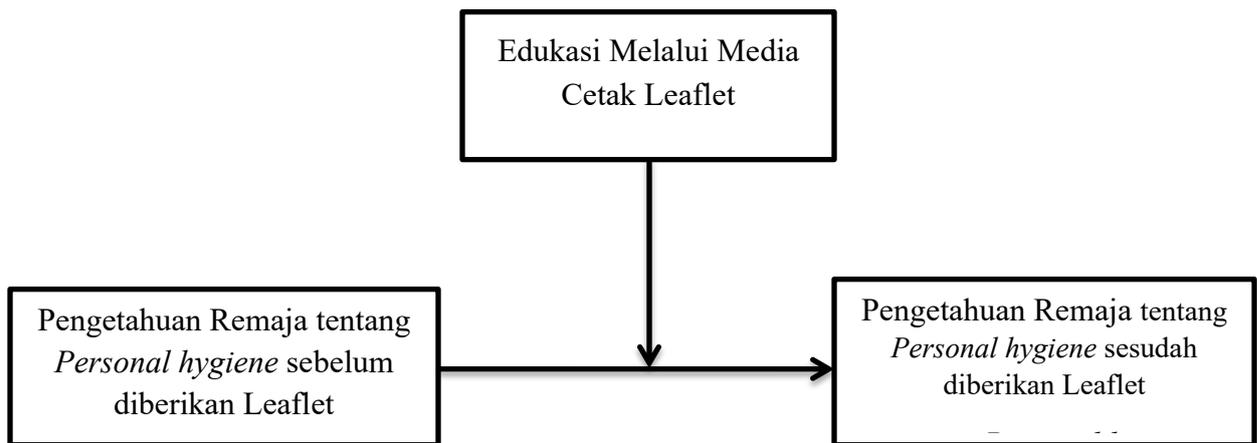
2.5.3 Keterbatasan leaflet

Menurut Maulana (2015) leaflet profesional sangat mahal, materi yang diproduksi massal dirancang untuk sasaran pada umumnya dan tidak cocok untuk setiap orang serta terdapat materi komersial berisi iklan. Leaflet juga tidak tahan lama dan mudah hilang, dapat menjadi kertas percuma kecuali pengajar secara aktif. Uji coba dengan sasaran sangat perbolehkan.

2.6 Kerangka Konsep

Menurut Notoatmodjo (2018), kerangka konsep adalah kerangka hubungan antara konsep-konsep yang akan diukur maupun diamati dalam suatu

penelitian. Sebuah kerangka konsep haruslah dapat memperlihatkan hubungan antara variabel-variabel yang akan diteliti.



Skema 2.1 Kerangka Konsep

2.7 Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah dalam penelitian. Dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori-teori relevan, belum didasarkan fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. (Lutfi & Sunardi, 2019).

Ha: Edukasi melalui media Leaflet berpengaruh meningkatkan pengetahuan remaja tentang *Personal hygiene* pada saat menstruasi di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan tahun 2024.

H0: Edukasi melalui media Leaflet tidak berpengaruh meningkatkan pengetahuan remaja tentang *Personal hygiene* pada saat menstruasi di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan tahun 2024.

BAB 3
METODE PENELITIAN

3.1 Jenis dan Desain Penelitian

Jenis Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian eksperimen dan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre-Experimental Design*. *Design Pre-Experimental* adalah suatu penelitian eksperimen yang masih terdapat variabel luar yang berpengaruh kepada variabel terikat, karena eksperimen yang dilakukan hanya melibatkan satu kelompok tanpa adanya kelompok pembanding atau control. Model desain yang digunakan adalah *One Group Pretest-Post test*, yaitu desain eksperimen yang dilakukan dengan *pretest* sebelum dilakukan perlakuan dan *posttest* setelah diberikan perlakuan dalam mengetahui pengaruh media Leaflet terhadap pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan tahun 2024.

Tabel 3.1 Desain One-Group Pretest-Posttest

Pretest	Perlakuan	Posttest
O ₁	X	O ₂

Keterangan :

O₁ = Nilai Pretest sebelum diberi perlakuan

X = Perlakuan

O₂ = Nilai Posttest setelah mendapat perlakuan

3.2 Tempat dan Waktu Penelitian

3.2.1 Tempat

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 7 Kota Padangsidimpuan, Provinsi Sumatera Utara. Adapun alasan peneliti mengambil lokasi tersebut dikarenakan rendahnya pengetahuan siswa mengenai *personal hygiene* saat menstruasi, dapat dilihat pada survei awal peneliti

3.2.2 Waktu Penelitian

Tabel 3.2 Rencana Waktu Penelitian

No	Kegiatan	Waktu Penelitian					
		Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr
1.	Pengajuan Judul	■	■				
2.	Perumusan Proposal			■	■		
3.	Seminar Proposal				■		
4.	Pelaksanaan Penelitian					■	
5.	Seminar Hasil Skripsi						■

3.2 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi meliputi seluruh anggota dan bagian dari subjek penelitian yang memiliki karakteristik tertentu dan informasinya dibutuhkan oleh peneliti untuk kebutuhan survei. Populasi meliputi kumpulan objek riset yang mempunyai karakteristik dan kriteria tertentu sesuai dengan kebutuhan objek penelitian. (Kriyantono, 2020) Populasi dalam penelitian ini adalah Remaja putri di SMA Negeri 7 Kota Padangsidimpuan sebanyak 98 orang.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah sebagian populasi yang ditunjuk oleh peneliti berdasarkan kriteria yang sudah ditentukan. Sampel yang dipilih selanjutnya akan diambil datanya dan dari data yang terkumpul pada sampel bertujuan untuk mendapatkan

informasi tentang seluruh populasi (Kriyantono, 2020). Sampel pada penelitian ini yaitu siswa SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan yang berjumlah 98 orang. Adapun ukuran sampel untuk penelitian ini dihitung dengan menggunakan rumus slovin, yaitu :

$$n = \frac{N}{1 + N (d)^2}$$

Keterangan :

n = Ukuran sampel / jumlah responden

N = Ukuran populasi

E = Persentase kelonggaran ketelitian

$$n = \frac{98}{1 + 98 (0,1)^2}$$

$$n = \frac{98}{1 + 98 (0,01)}$$

$$n = \frac{98}{1 + 0,98}$$

$$n = \frac{98}{1,98}$$

n = 49,49 dibulatkan menjadi 49

Jadi sampel dalam penelitian ini sebanyak 49 orang

Kelas X	Kelas XI	Kelas XII
36 Orang	30 Orang	32 Orang

$$\text{Kelas X} = \frac{\text{Jumlah siswa kelas X}}{\text{Jumlah populasi}} \times \text{Sampel Penelitian}$$

$$K.X = \frac{36}{98} \times 49 = 18$$

$$\text{Kelas XI} = \frac{\text{Jumlah siswa kelas X}}{\text{Jumlah populasi}} \times \text{Sampel Penelitian}$$

$$K.XI = \frac{30}{98} \times 49 = 15$$

$$\text{Kelas XI} = \frac{\text{Jumlah siswa kelas X}}{\text{Jumlah populasi}} \times \text{Sampel Penelitian}$$

$$K.XII = \frac{32}{98} \times 49 = 16$$

Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik random sampling diambil secara acak dengan cara menulis nomor absen dari siswa tersebut kemudian dilakukan pengambilan/mencabut nomor sebanyak sampel yaitu 49 dimana didapatkan hasil dari siswa kelas X sebanyak 18 orang, siswa kelas XI sebanyak 15 orang, dan siswa kelas XII sebanyak 16 orang.

3.3 Alat Pengumpulan Data

a. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sukendra, 2020). Sedangkan menurut Purwanto (2018), instrumen penelitian pada dasarnya alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian. Instrumen penelitian dibuat sesuai dengan tujuan pengukuran dan teori yang digunakan sebagai dasar.

Alat ukur yang digunakan untuk pengumpulan data pada penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner adalah sejumlah pernyataan-pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden yang berkaitan dengan

variabel penelitian yakni Pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi di SMA Negeri 7 Kota Padangsidimpuan Tahun 2024

Kuesioner yang digunakan peneliti di adopsi dari penelitian yang telah dilakukan oleh Hidayah (2015). Kuesioner ini terdiri dari 20 pertanyaan dengan tipe multiple choice. Penilaian tentang pengetahuan *personal hygiene* dalam lembar kuesioner dibagi menjadi 2 yaitu apabila jawaban benar mendapatkan nilai 1 dan jawaban salah mendapat nilai 0. Berdasarkan jumlah nilai yang ada dapat diklarifikasikan dalam 3 kategori .

- 1) Pengetahuan kurang, <55% apabila skor diperoleh responden (benar < 11 pertanyaan)
- 2) Pengetahuan cukup, 56%-75% apabila skor diperoleh responden (benar 12 - 15 pertanyaan)
- 3) Pengetahuan baik, 76%-100% apabila skor diperoleh responden (benar 16 - 20 pertanyaan)

3.4.1 Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

1. Uji Validitas

Uji validitas menyatakan tentang kelayakan kuesioner untuk mengukur apa yang seharusnya diukur dalam penelitian. Instrumen penelitian dikatakan valid apabila dapat mengukur apa yang seharusnya diukur berdasarkan situasi dan kondisi tertentu (Setiadi, 2007). Menurut Azwar (2010) bahwa instrumen valid jika hasil $>r$ tabel. Uji validitas pada kuesioner pengetahuan tentang hygiene telah diuji oleh peneliti sebelumnya. Uji validitas pada kuesioner pengetahuan tentang *hygiene* dilakukan oleh Hidayah (2015). Uji validitas dilakukan di SMP Negeri 1 Mayang dengan jumlah siswa sebanyak 20 orang. Hasil uji validitas

diperoleh 24 pertanyaan valid dengan r tabel $> 0,444$ dan 6 pertanyaan tidak valid dikarenakan r tabel $< 0,444$.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan kesamaan hasil pengukuran atau sebuah pengamatan apabila sebuah fakta yang dilakukan pengukuran beberapa kali dan pada waktu yang berbeda (Nursalam, 2014). Uji reliabilitas dilakukan dengan cara menggunakan rumus Alfa Cronbach Coefficient-Alpha dan nilai r tabel, jika α lebih besar dari r tabel maka H_a diterima, artinya dikatakan hasil reliabel. Jika α lebih kecil dari r tabel maka H_a gagal diterima, artinya dikatakan variabel tidak reliabel (Sugiyono, 2014).

Hasil uji reliabilitas pada kuesioner pengetahuan tentang hygiene yang telah dilakukan oleh peneliti sebelumnya yaitu sebesar 0,974 yang artinya kuesioner tersebut reliabel.

3.4 Sumber Data

3.5.1 Data Primer

Data Primer, yaitu data yang diperoleh dari sumbernya. Sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpul data (Onainor, 2019). Pada penelitian ini data primer dilakukan dengan wawancara langsung pada pihak-pihak yang terkait dengan permasalahan yang akan diteliti dengan menggunakan kuesioner yang sebelumnya telah disiapkan oleh peneliti. Responden menjawab sendiri pernyataan yang telah diberikan.

3.5.2 Data Sekunder

Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari catatan atau dokumen-dokumen yang berhubungan dengan penelitian *Personal hygiene* di Dinas Kesehatan Kota Padangsidempuan.

3.5 Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data penelitian sebagai berikut :

1. Peneliti meminta izin penelitian kepada bagian akademik Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan untuk melakukan penelitian
2. Mengajukan surat penelitian kepada pimpinan SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan.
3. Melakukan survey awal atau studi pendahuluan
4. Peneliti berkoordinasi dengan guru untuk menyampaikan informasi kepada murid terkait penelitian yang akan dilakukan. Menjelaskan kepada calon responden tentang penelitian dan bila bersedia menjadi responden dipersilahkan untuk menandatangani informed consent
5. Memberikan kuesioner kepada responden untuk di isi sebelum dilakukan edukasi kesehatan
6. Kemudian peneliti memberikan edukasi kesehatan dengan menggunakan media Leaflet tentang *personal hygiene* menstruasi dan memberikan waktu kepada responden untuk membaca atau memahami isi dari Leaflet tersebut.
7. Kemudian peneliti memberikan kuesioner kembali untuk di isi kepada responden.

8. Setelah semua responden dievaluasi, selanjutnya data ditabulasi untuk mencari apakah ada pengaruh edukasi kesehatan dengan media Leaflet terhadap *personal hygiene* menstruasi siswa di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan tahun 2024.

3.6 Definisi Operasional

Tabel 3.3 Definisi Operasional Penelitian

Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Skala ukur	Hasil ukur
Edukasi kesehatan	Edukasi kesehatan adalah kegiatan pemberian informasi kepada siswa tentang pentingnya menjaga <i>personal hygiene</i> saat menstruasi	Media cetak Leaflet		
Pengetahuan siswa tentang <i>personal hygiene</i> saat menstruasi	Pengetahuan adalah suatu informasi yang diketahui siswa tentang <i>personal hygiene</i> saat menstruasi untuk dijadikan ilmu dan pembelajaran	Kuesioner 20 pertanyaan Pertanyaan Benar = 1 Salah = 0	Ordinal	1.Kurang = <56% = jika benar <11 pertanyaan 2.Cukup = 56-75% = jika benar 12-15 pertanyaan 3.Baik = $\geq 76\%$ = jika benar 16-20 pertanyaan

3.7 Pengolahan dan Analisa Data

3.8.1 Pengolahan Data

Data yang telah terkumpul akan dilakukan pengolahan data dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. *Editing*

Hasil observasi yang diperoleh atau di kumpulkan melalui lembar observasi perlu di sunting (edit) terlebih dahulu. Secara umum editing adalah merupakan kegiatan mengecek dan perbaikan isian formulir atau lembar observasi tersebut apakah lengkap, dalam arti semua langkah-langkah sudah diisi (Fitri, 2020)

2. *Coding*

Setelah semua lembar observasi diedit atau disunting, selanjutnya dilakukan peng "kodean" atau "coding", yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan (Notoatmodjo, 2018). *Coding* atau pemberian kode ini sangat berguna dalam memasukkan data (data entry) Pengelompokan data serta pemberian kode atau nilai pada langkah-langkah yang dilakukan umu mempermudah dalam memasukkan data dan analisis data (Fitri, 2020)

3. *Processing entry*

Yakni langkah-langkah dari masing-masing responden yang dalam bentuk "kode" (angka atau huruf) dimasukkan kedalam program atau "*software*" komputer (Fitri, 2020).

4. *Cleaning*

Merupakan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah dimasukkan, dilakukan apabila terdapat kesalahan dalam melakukan pemasukan data yaitu dengan melihat distribusi frekuensi dari variable-variabel yang diteliti (Fitri, 2020)

3.8.2 Analisa Data

Adapun analisis data digunakan pada penelitian ini adalah:

1. Univariat Analisis

Univariat bertujuan untuk menggambarkan karakteristik sampel dengan cara membuat tabel distribusi untuk masing-masing variabel bebas dan terikat (Kriyantono, 2020). Analisis univariat dilakukan terhadap setiap variabel penelitian, baik variabel bebas dan juga variabel terikat (Novian, 2014).

2. Bivariat Analisis

Analisa ini dilakukan dengan menggunakan uji *Wilcoxon* merupakan uji yang dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya rata-rata dua kelompok data berpasangan. Data pada uji *Wilcoxon* ini idealnya adalah data yang terdistribusi tidak normal. Uji *Wilcoxon* atau disebut dengan *Wilcoxon signed rank* merupakan bagian dari metode statistik non parametrik. Dasar pengambilan keputusan dalam uji *Wilcoxon signed rank* adalah sebagai berikut:

- a. Ketika nilai asym. sig (2 tailed) $< 0,05$, maka H_a diterima
- b. Ketika nilai asym.sig (2tailed) $0,05$, maka H_a ditolak

BAB 4

HASIL PENELITIAN

4.1 Gambaran Umum Penelitian



Gambar 4. 1 Lokasi penelitian di SMA Negeri 7 Kota Padangsidimpuan

Lokasi penelitian ini adalah SMA Negeri 7 Kota Padangsidimpuan merupakan sekolah yang terletak di Jl. Jend. Besar A Haris Nasution, Ujunggurap. Kec. Padangsidimpuan Batunadua, Kota Padangsidimpuan, Sumatera Utara mempunyai luas tanah 11,611 M², dengan akses jalan yang dapat dilalui oleh kendaraan roda dua dan roda empat.

Sekolah SMA Negeri Kota Padangsidimpuan adalah sekolah dengan akreditasi A dengan menggunakan kurikulum 2013 dengan berbasis internet dengan daya listrik 9000 Watt. Sarana pada sekolah terdiri dari ruang kelas, ruang perpustakaan, ruang Laboratorium, ruang pimpinan, ruang guru, ruang ibadah, ruang UKS, toilet, ruang TU, ruang konseling, dan ruang OSIS. Jumlah keseluruhan siswa/siswi di SMA Negeri 7 Kota Padangsidimpuan yaitu 206 orang dengan jumlah laki-laki sebanyak 108 orang dan perempuan sebanyak 98 orang dengan pembagian kelas X berjumlah 2 ruang kelas, kelas XI berjumlah 3 ruang kelas, dan kelas XII berjumlah 3 ruang kelas.

4.2 Hasil Analisis Univariat

Analisis Univariat bertujuan untuk menggambarkan karakteristik sampel dengan cara membuat tabel distribusi untuk masing-masing variabel bebas dan terikat (Kriyantono, 2020).

Hasil analisis univariat pada penelitian ini digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi atau sebaran responden penelitian dan variabel dependen. Dari analisis data disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut

4.2.1 Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Kelas di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024

	Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Umur	15	6	12.2
	16	26	53.1
	17	17	34.7
Kelas	X	18	36.7
	XI	15	30.6
	XII	16	32.7
	Total	49	100

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 49 siswa mayoritas berumur 16 tahun sebanyak 26 siswa (53.1%) dan minoritas berumur 15 tahun sebanyak 6 siswa (12.2%). Sedangkan untuk kategori kelas menunjukkan bahwa mayoritas kelas X berjumlah 18 siswa (36.7%) dan minoritas kelas XI sebanyak 15 siswa (30.6%).

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswa Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Sebelum diberikan Media Leaflet Di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024.

Kategori	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kurang	27	55.1
2	Cukup	18	36.7
3	Baik	4	8.2
Jumlah		49	100

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi/pembagian media Leaflet mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 27 siswa (55.1%) yaitu hanya benar menjawab 0-11 pertanyaan, dan minoritas berpengetahuan baik sebanyak 4 siswa (8.2%) yaitu dapat menjawab benar 16-20 pertanyaan.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswa Tentang *Personal hygiene* Saat Menstruasi Sesudah diberikan Media Leaflet Di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024.

Kategori	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kurang	4	8.2
2	Cukup	9	18.4
3	Baik	36	73.5
Jumlah		49	100

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa sesudah diberikan pembagian media Leaflet mayoritas berpengetahuan baik sebanyak 36 siswa (73.5%) yaitu benar menjawab 16-20 pertanyaan, dan minoritas berpengetahuan kurang sebanyak 4 siswa (8.2%) yaitu benar menjawab pertanyaan sebanyak 0-11 pertanyaan.

4.3 Hasil Analisis Bivariat

Analisis Bivariat digunakan untuk menilai pengaruh antara variabel bebas dan terikat. Analisis bivariat dalam penelitian ini untuk membuktikan hipotesis yang telah dirumuskan yaitu apakah ada pengaruh edukasi melalui media Leaflet terhadap pengetahuan remaja tentang *Personal hygiene* saat Menstruasi di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan. Jika data tidak berdistribusi normal maka digunakan uji statistik *wilcoxon* jika data berdistribusi normal maka akan dilakukan uji T berpasangan.

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengetahuan remaja tentang *Personal hygiene* saat Menstruasi. Analisis bivariat menggunakan uji *Wicoxon* untuk mengetahui nilai pengetahuan remaja tentang *Personal hygiene* saat

Menstruasi sebelum dan sesudah intervensi, karena data tidak berdistribusi normal dengan menggunakan Tingkat kepercayaan 95% dan $\alpha=5\%$. Untuk itu terlebih dahulu dilakukan uji normalitas data.

Uji normalitas yang digunakan untuk mengukur apakah data yang didapatkan berdistribusi normal atau tidak, Uji normalitas data pengetahuan pada penelitian ini menggunakan uji Shapiro-wilk dengan sampel sebanyak 49 sampel.

Tabel 4.4 Pengaruh Edukasi Melalui Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang *Personal hygiene* Pada Saat Menstruasi di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan.

Pengetahuan	Pretest		Posttest		<i>P-Value</i>
	n	%	n	%	
Kurang	27	55.1	4	8.2	0.000
Cukup	18	36.7	9	18.4	
Baik	4	8.2	36	73.5	
Total	49	100	49	100	

tabel 4.5 didapatkan hasil penelitian sebelum diberikan edukasi melalui media Leaflet mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 27 siswa (55.1%) dan minoritas berpengetahuan baik sebanyak 4 siswa (8.2%). Setelah dilakukan edukasi melalui media Leaflet berubah menjadi mayoritas berpengetahuan baik sebanyak 36 siswa (73.5) dan minoritas berpengetahuan kurang sebanyak 4 siswa (8.2) dengan nilai *p-value* 0.000. Maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, artinya ada pengaruh pengetahuan *Personal hygiene* pada saat menstruasi sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui media Leaflet.

Pada penelitian ini, yang mengalami perubahan atau peningkatan pengetahuan sesudah > pengetahuan sebelum sebanyak 35 orang, dan pengetahuan sesudah = pengetahuan sebelum sebanyak 14 orang.

BAB 5

PEMBAHASAN

5.1 Pengetahuan Remaja Tentang *Personal hygiene* Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi Melalui media Leaflet

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti bahwa pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa edukasi melalui media Leaflet di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024 maka diperoleh data pretest menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi/pembagian media Leaflet mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 27 siswa (55.1%) yaitu hanya benar menjawab 0-11 pertanyaan, dan minoritas berpengetahuan baik sebanyak 4 siswa (8.2%) yaitu dapat menjawab benar 16-20 pertanyaan. Sedangkan untuk Posttest mayoritas berpengetahuan baik sebanyak 36 siswa (73.5) yaitu benar menjawab 16-20 pertanyaan, dan minoritas berpengetahuan kurang sebanyak 4 siswa (8.2%) yaitu benar menjawab pertanyaan sebanyak 0-11 pertanyaan.

Pengetahuan merupakan suatu informasi hasil yang diketahui oleh seseorang baik langsung maupun tidak langsung, sehingga dapat mengetahui atau mengerti tang hal-hal baru. Tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, yakni lingkungan, usia, pengalaman, pendidikan dan sumber informasi. Semakin bertambahnya usia, semakin terus berkembang aspek sosialnya maupun aspek psikologis dan mempengaruhi pola pikir seseorang. Pendidikan seseorang mempengaruhi cara pandang terhadap lingkungan dan proses belajar untuk mendapatkan pengetahuan. Sumber informasi mempengaruhi

pengetahuan seseorang, semakin banyak sumber informasi yang diperoleh maka pengetahuan seseorang akan semakin meningkat (Rani, 2014).

Maryuni (2016) mengatakan bahwa latar belakang orang tua mempengaruhi nilai-nilai apa yang akan diwariskan pada anak dalam keluarga melalui pola asuh yang diterapkan. Sebagian orang tua tidak memberikan pendidikan karena terbatasnya pengetahuan yang dimiliki orang tua tentang kesehatan reproduksi khususnya tentang pendidikan *personal hygiene* genitalia saat menstruasi, adanya rasa malu yang membuat para orang tua enggan menyampaikan informasi, persepsi orang tua tentang norma-norma konservatif tentang pendidikan seksualitas dianggap sebagai suatu hal yang tabu.

Kurangnya pengetahuan atau informasi menyebabkan masalah dalam melakukan hygiene pada saat menstruasi tidak baik. Diantaranya, remaja sering salah dalam membasuh organ genitalia dari arah belakang ke depan, membersihkan organ genitalia menggunakan sabun biasa atau menggunakan cairan pembersih yang tidak jelas komposisi kandungannya, atau menabur bedak, bahkan menyemprotkan parfum di dalam vagina. Akibat dari tidak menjaga *personal hygiene* genitalia saat menstruasi maka akan menimbulkan dampak penyakit bagi seseorang (Wijayanti, 2014)

Pendapat ini didukung oleh penelitian Maharani (2017) mengatakan sebelum dilakukan intervensi pendidikan kesehatan terhadap 4 responden didapatkan masih ada yang berpengetahuan kurang sekitar 25%. Responden yang berpengetahuan kurang tersebut disebabkan oleh kurangnya peran orangtua dalam informasi kepada anak dikarenakan pendidikan orang tuanya yang kurang dan waktu orang tua yang kurang kepada anak akibat pekerjaan.

Hery Ernawati (2018) dalam penelitiannya menjelaskan tentang pemanfaatan orang tua sebagai sumber informasi kesehatan reproduksi remaja. orang tua yang berpendidikan tinggi akan memiliki pengetahuan yang bagus tentang kesehatan reproduksi, sehingga sejak dini orang tua sudah menyampaikan hal tersebut kepada anaknya. Selain itu, orang tua yang memiliki kemampuan komunikasi yang baik, akan membuat remaja lebih merasa puas, nyaman saat berbincang dengan orang tua nya. Hasil penelitiannya mengungkapkan distribusi frekuensi pemanfaatan peran orang tua berkisar 63,3%.

Berdasarkan asumsi peneliti dari hasil penelitian yang sudah dilakukan tentang *personal hygiene* saat menstruasi, didapatkan bahwa tingkat pengetahuan responden siswa di SMA Negeri 7 Kota Kisaran pada kelompok intervensi didapatkan data tingkat pengetahuan remaja putri mayoritas berpengetahuan kurang sebelum diberikan edukasi. Dikarenakan kurangnya informasi dari orang tua maupun media massa.

5.2 Pengaruh Edukasi Melalui Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang *Personal hygiene* Pada Saat Menstruasi di SMA Negeri 7 Kota Padangsidimpuan Tahun 2024.

Berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan *uji Wilcoxon* menunjukkan nilai $p\text{-value}=0.000$ ($p<0.05$) hal ini mengidentifikasi H_0 ditolak, artinya terdapat pengaruh edukasi melalui media Leaflet terhadap peningkatan pengetahuan *Personal hygiene* saat menstruasi pada remaja.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Erlinawati Dewi Hartoyo di Pondok Pesantren Al-Qur'an Insan Pratama menyatakan bahwa skor pengetahuan baik sebelum diberikan edukasi melalui media Leaflet adalah 51.9%. Kemudian skor pengetahuan sesudah diberikan edukasi melalui media Leaflet meningkat

menjadi 78.8%. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi melalui media Leaflet dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang *Personal hygiene* saat menstruasi.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mardawiah (2015) di SMP Negeri 27 Jakarta Selatan menunjukkan bahwa dari 58 orang yang dijadikan sebagai sampel, terdapat 36 orang yang berpengetahuan baik setelah diberikan edukasi melalui Leaflet dengan nilai ($p = 0,002$), sebanyak 32 orang yang memiliki sikap positif setelah diberikan edukasi melalui media Leaflet dengan nilai ($p = 0,018$) dan tindakan baik sebanyak 37 orang setelah diberikan edukasi melalui media Leaflet dengan nilai ($p = 0,027$). Dengan demikian pengetahuan, sikap dan tindakan memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku remaja mengenai edukasi *Personal hygiene* saat menstruasi menggunakan media Leaflet.

Berdasarkan hasil penelitian Pendidikan Kesehatan Melalui Media, terdapat perbedaan yang bermakna pada pengetahuan responden dengan menggunakan media leaflet dimana responden dapat membaca berulang kali, isi yang lebih mudah dipahami menjadikan adanya perubahan pengetahuan yang juga mempengaruhi kesadaran perilaku. Proses pendidikan kesehatan dengan menggunakan media merupakan suatu cara alternatif pembelajaran untuk memenuhi kebutuhan para remaja, sehingga dapat mengoptimalkan kemampuan serta cara berpikir. Pendidikan kesehatan disini bertujuan mengubah pengetahuan serta perilaku yang kurang baik menjadi baik (Jubaedah, Entin, dyah sri yuhandini, 2019).

Pemberian intervensi pendidikan kesehatan *personal hygiene* pada saat menstruasi pada remaja dapat memberikan efek positif yang dapat meningkatkan

pengetahuan serta mempengaruhi perilaku dalam menjaga kebersihan diri. Media yang digunakan dalam penyampaian pendidikan kesehatan *personal hygiene* saat menstruasi juga menjadi faktor pendukung yang dapat disesuaikan dan dapat digunakan guna untuk membuat peneliti menyampaikan informasi yang menarik, mudah dipahami, mudah diingat dan menyenangkan bagi remaja.

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian Pengaruh Media Leaflet mengenai menstruasi terhadap pengetahuan *Personal hygiene* Pada Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024 dapat disimpulkan bahwa :

1. Pengetahuan tentang *personal hygiene* saat menstruasi sebelum diberikan edukasi Kesehatan menggunakan media Leaflet, mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 27 siswa (55.1%) dan minoritas berpengetahuan baik sebanyak 4 siswa (8.2%)
2. Pengetahuan sesudah melakukan edukasi Kesehatan menggunakan media Leaflet, pengetahuan siswa menjadi lebih baik dan meningkat dengan mayoritas berpengetahuan baik sebanyak 36 siswa (73.5) dan minoritas berpengetahuan kurang sebanyak 4 siswa (8.2)
3. Ada Pengaruh media Leaflet terhadap peningkatan pengetahuan siswa tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024 dengan nilai ($P = 0,000 < 0,05$)

6.2 Saran

1. Bagi Responden

Diharapkan kepada siswa SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan yang memiliki *Personal hygiene* yang buruk agar dapat meningkatkan *Personal hygiene* dengan cara menjaga kesehatan diri sendiri, rajin mencari informasi mengenai *Personal hygiene* saat menstruasi serta mengikuti kegiatan penyuluhan jika ada.

2. Bagi Tempat Penelitian

Peneliti mengharapkan agar pihak sekolah dapat memberikan lebih banyak informasi untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang *Personal hygiene* saat menstruasi. Seperti bekerja sama dengan tenaga kesehatan untuk memberikan edukasi kesehatan tentang pentingnya *Personal hygiene* saat menstruasi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan kepada peneliti lain agar dapat melakukan penelitian lebih lanjut untuk mengubah wawasan bagi peneliti lain dengan menggali lebih dalam lagi apa saja faktor penyebab yang menghalangi remaja mendapatkan sumber informasi mengenai pengetahuan tentang *Personal hygiene* saat menstruasi.

4. Bagi Dinas Kesehatan

Salah satu media yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai Personal Hygiene saat menstruasi adalah Media Leaflet karena salah satu dari keunggulan media leaflet adalah mudah untuk dipahami karena ada gambar dan penjelasannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, V. S. N., Istiningtyas, A., & Sholikhah, M. M. (2020). Gambaran Tingkat Pengetahuan Manajemen Kesehatan Menstruasi Pada Remaja Putri Di MTs Negeri 1 Karanganyar. 1–11.
- Arfiah dan Mutmainah. (2022). Asuhan Kebidanan. Solok: Insan Cendekia Mandiri.
- Astani, N. M. M. (2019). Determinan Yang Mempengaruhi Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Smp X Kota Surabaya.
- Brief Notes Lembaga Demografi FEB UI Juni 2017. RINGKASAN STUDI “Prioritaskan Kesehatan Reproduksi Remaja Untuk Menikmati Bonus Demografi”.
- Chandra-Mouli, V., & Patel, S. V. (2016). Mapping the knowledge and understanding of menarche, menstrual hygiene and menstrual health among adolescent girls in low- and middle- income countries. *Reproductive Health* 14(1) : 1-16.
- Dewau, R. (2021). Menstrual hygiene practice among female adolescents and its association with knowledge in Ethiopia: A systematic review and meta-analysis. *One*, 16((8)).
- Dewi, Mustika and Ulfah Mega. 2021. Buku Ajar Remaja dan Pranikah Untuk Mahasiswa Profesi Bidan. Malang: Universitas Brawijaya Press (UB Press)
- Harold, Joe, 2016, *Phatophysiology Clinical Concept Of Disease Process*. Jakarta : EGC.
- Haswita. (2017). *Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: CV. Trans Info Media
- Hery, E. *Jurnal Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja di Daerah Pedesaan*
- Hidayah, I.Y.2015.*Pengaruh Metode Biblioterapi Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Hygiene Menstruasi Di SMP Negeri 2 Mayang Jember*.Skripsi.Jember: Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jember
- Hidayati, N. Y. (2021). *Personal hygiene Selama Menstruasi Pada Remaja Putri dengan Media Booklet*. (Doctoral Dissertation, Universitas’ Aisyiyah Surakarta).
- Jubaedah, Entin, dyah sri yuhandini, sriyatin. (2019). *Pendidikan kesehatan melalui media*.
- Kaur, R., Kaur, K., & Kaur, R. (2018). *Menstrual Hygiene, Management, and Waste Disposal: Practices and Challenges Faced by Girls / Women of*

Developing Countries. *Journal of Environmental and Public Health*, 2018

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Infodatin Reproduksi Remaja-Ed.Pdf. In *Situasi Kesehatan Reproduksi Remaja* (pp. 2442–7659).
- Maharani, R. & Andriyani, W. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal hygiene Saat Menstruasi pada Santriwati Di MTS Pondok Pesantren El Hikmah Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesmas* 1(1) : 69-77.
- Mardawiah. *Jurnal Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal hygiene Selama Menstruasi di SMP Negeri 27 Jakarta Selatan*.
- Nisa, A. H., Winarni, D.S & Dharmawan, Y. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Personal hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Pondok Pesantren Al Asror Kota Semarang Tahun 2019. *Journal Kesehatan Masyarakat* 8(1) : 146-151.
- Palupi, T. D., Pristya, T. Y. R., & Novirsa, R. (2020). Myths about menstrual personal hygiene among female adolescents. *Kesmas*.
- Pramesti, H. D. (2019). ERBEDAAN PENINGKATAN PENGETAHUAN MENSTRUAL HYGIENE MENGGUNAKAN MEDIA BOOKLET DAN LEAFLET PADA REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN AN-NUR, SEWON, BANTUL.
- Pratiwi, D., & Marlina, M. (2020). Hubungan Pengetahuan Tentang Personal Hygiene pada Remaja Putri Kelas XI Dengan Keputihan di SMK Negeri 3 Medan Tahun 2019.
- Puspitaningrum, D. 2017. Praktik Perawatan Organ Genitalia Eksternal pada Anak Usia 10-11 Tahun yang Mengalami Menarche Dini di Sekolah Dasar Kota Semarang. *Jurnal Promosi Kesehatan* Volume 7 No. 02 Agustus 2017.
- Riskesdas.(2018).Riset kesehatan dasar 2010. Badan penelitian dan pengembangan kesehatan kementerian kesehatan RI
- Setiawati, P. (2020). PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN MENGGUNAKAN MEDIA AUDIOVISUAL TERHADAP PENGETAHUAN SIKAP DAN PERILAKU IBU NIFAS DI RS dr.R.HARDJANTO BALIKPAPAN TAHUN. 2–181.
- Shallo, S. A., Willi, W., & Abubeker, A. (2020). Factors Affecting Menstrual Hygiene Management Practice Among School Adolescents in Ambo, Western Ethiopia, 2018: A Cross-Sectional Mixed-Method Study. *Risk Management and Healthcare Policy*, Volume 13, 1579- 158717.

Notoatmodjo, S. 2014. Ilmu Pengetahuan dan Seni. Jakarta : Rineka Cipta.
55

Sinaga, E, (2017), Menejemen Kesehatan Menstruasi. Jakarta: IWWASH

Sinaga, E., Saribanon, N., Suprihatin, Sa'adah, N., Salamah, U., Murti, Y.A.,
Trisnamiati, A., dan Lorita, S. (2017). Manajemen Kesehatan Menstruasi.
Jakarta: Universitas Nasional, IWWASH dan Global One.

Sulaikha, I. (2018). HUBUNGAN PERSONAL HYGIENE SAAT MENS

Tantry, Y.U., Solehati, Tetty dan Yani, D.I., (2019), Gambaran Pengetahuan ,
Sikap, dan Perilaku Perawatan Diri Selama Menstruasi Pada Siswi SMPN
13 Bandung, Jurnal Keperawatan 10(1): 146-154.

Wahyuni, S, (2020), Efektivitas penggunaan media terhadap pengetahuan personal
hygiene remaja putri saat menstruasi di sekolah MTsN 2 banda aceh tahun
2020. Skripsi. Universitas Muhamadiyah Aceh.

World Health Organization. (2022). Srearegic Guidance on Accelerating Actions
for Adolescent Health in South-East Asian Region (2018-2022). WHO
Library Cataloguing.[https://apps.who.int/iris/handle/10665/274312?show-
full](https://apps.who.int/iris/handle/10665/274312?show-full)

Yalew, M., Adane, B., Arefaynie, M., Kafale, B., Damtie, Y., Mitiku, K., Agmas,
A., Biset, G., Dessie Alene, T., Metadel, A., Addisu, E., &



UNIVERSITAS AUFA ROYHAN DI KOTA PADANGSIDEMPUN
FAKULTAS KESEHATAN

Berdasarkan SK Menristekdikti RI Nomor: 461/KPT/1/2019, 17 Juni 2019
Jl. Raja Inal Siregar Kel. Batunadua Julu, Kota Padangsidempuan 22733.
Telp. (0634) 7366507 Fax. (0634) 22684
e-mail: aufa.royhan@yahoo.com http:// unar.ac.id

Nomor : 156/FKES/UNAR/E/PM/II/2024 Padangsidempuan, 12 Februari 2024
Lampiran : -
Perihal : Izin Survey Pendahuluan

Kepada Yth.
Kepala SMA N 7
Di

Padangsidempuan

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Fakultas Kesehatan di Universitas Aufa Royhan Di Kota Padangsidempuan, kami mohon bantuan saudara agar kepada mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Hera Soraya Wardani Siregar

NIM : 20030002

Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Dapat diberikan Izin Survey Pendahuluan di SMA N 7 untuk penulisan Skripsi dengan judul "Pengaruh Media Leaflet Mengenai Menstruasi Terhadap Pengetahuan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA N 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024".

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan bantuan saudara kami ucapkan terimakasih.

Dekan

Arini Hidayah, SKM, M.Kes
NIDN. 0118108703



**PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI 7**

Jl. Jend. Abdul Haris Nasution, Kec. Padangsidimpuan Batuadua Kode Pos 22074
Website : sman7pasid.sch.id E-mail : sman7psp@gmail.com

KOTA PADANGSIDIMPUAN

SURAT KETERANGAN OBSERVASI

Nomor : 071/ 133 /SMA.07/2024

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala SMA Negeri 7 Padangsidimpuan Kota Padangsidimpuan Provinsi Sumatera Utara menerangkan bahwa :

Nama : **Hera Soraya Wardani Siregar**
NIM : 20030002
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Perguruan Tinggi : Universitas Aufa Royhan Padangsidimpuan

Benar telah melaksanakan survey pendahuluan di SMA Negeri 7 Padangsidimpuan pada tanggal 17 Februari 2024.

Demikian surat ini kami perbuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Padangsidimpuan, 03 Mei 2024
Kepala Sekolah



Ervin Aryadi, S. Pd, M. Pd

NIP. 19731218 200502 1 001



UNIVERSITAS AUFA ROYHAN DI KOTA PADANGSIDIMPUAN
FAKULTAS KESEHATAN

Berdasarkan SK Menristekdikti RI Nomor: 461/KPT/I/2019, 17 Juni 2019
Jl. Raja Inul Siregar Kel. Batumadua Julu, Kota Padangsidempuan 22733.
Telp.(0634) 7366507 Faks. (0634) 22684
e-mail: mufa.royhan@yahoo.com http://umar.ac.id

Nomor : 154/FKES/UNAR/I/PM/III/2024 Padangsidempuan, 15 Maret 2024
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth.
Kepala SMA N 7
Di

Padangsidempuan

Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Fakultas Kesehatan di Universitas Aafa Royhan Di Kota Padangsidempuan, kami mohon bantuan saudara agar kepada mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Hera Soraya Wardani Siregar

NIM : 20030002

Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Dapat diberikan Izin Penelitian di SMA N 7 untuk penulisan Skripsi dengan judul "Pengaruh Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA N 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024".

Demikian kami sampaikan atas perhatian dan bantuan saudara kami ucapkan terimakasih.

Dekan

Arinil Hidayah, SKM, M.Kes
NIDN. 0118108703



**PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI 7**

Jl. Jend. Abdul Haris Nasution, Kec. Padangsidimpuan Batunadua Kode Pos 22074
Website : sman7pasid.sch.id E-mail : sman7psp@gmail.com

KOTA PADANGSIDIMPUAN

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : 071/ 134 /SMA.07/2024

Yang bertanda tangan dibawah ini kepala SMA Negeri 7 Padangsidimpuan Kota Padangsidimpuan Provinsi Sumatera Utara menerangkan bahwa :

Nama : **Hera Soraya Wardani Siregar**
NIM : 20030002
Prodi / Perguruan Tinggi : Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Perguruan Tinggi : Universitas Aufa Royhan Padangsidimpuan

Benar telah melaksanakan Penelitian Tanggal 22 Maret di SMA Negeri 7 Padangsidimpuan dalam rangka penyelesaian Skripsi dengan Judul Penelitian.

“Pengaruh Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA Negeri 7 Padangsidimpuan Tahun 2024”.

Demikian surat ini kami perbuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Padangsidimpuan, 03 Mei 2024
Kepala Sekolah



Ervin Aryadi, S. Pd, M. Pd
NIP. 19731218 200502 1 001

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth,
Responden Penelitian
Di SMA Negeri 7
Kota Padangsidempuan

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah Mahasiswa Universitas Afa Royhan di Kota Padangsidempuan Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Fakultas Kesehatan.

Nama : Hera Soraya Wardani Siregar

Nim : 20030002

Dengan ini menyampaikan bahwa saya akan mengadakan penelitian dengan judul " Pengaruh Media Leaflet terhadap pengetahuan *Personal hygiene* Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan Tahun 2024".

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan proses gambaran yang dilakukan melalui kuesioner. Data yang diperoleh hanya digunakan untuk keperluan peneliti. Kerahasiaan data dan identitas saudara tidak akan disebarluaskan.

Saya tandatangani lembaran persetujuan yang disediakan ini. Atas kesedian dan kerja samanya saya ucapkan terima kasih.

Peneliti

(Hera Soraya Wardani Siregar)

KUESIONER PENELITIAN
PENGARUH MEDIA LEAFLET TERHADAP PENGETAHUAN
***PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA**
PUTRI DI SMA NEGERI 7 KOTA PADANGSIDIMPUAN
TAHUN 2024

A. Kuesioner Karakteristik Responden

1. Nama Responden :
2. Umur :
3. Kelas :

B. Kuesioner Pengetahuan *personal hygiene*

Petunjuk pengisian :

- a. Jawablah pertanyaan dibawah ini mengenai pengetahuan remaja tentang *hygiene* menstruasi,
- b. Jawablah pertanyaan berikut dan isilah sesuai dengan pilihan yang tersedia,
- c. Pilihan Jawaban berupa pilihan ganda yang terdiri dari huruf a, b, dan c.

1. Apakah yang kamu ketahui tentang menstruasi ?

- a. Darah yang pertama keluar pada remaja perempuan
- b. Darah yang keluar dari alat reproduksi perempuan setiap bulan
- c. Cairan keputihan yang keluar dari alat reproduksi perempuan

2. Berapa kali normal perempuan mengalami menstruasi?

- a. 1 kali/bulan.
- b. 2 kali/bulan
- c. 3 kali/bulan

3. Apakah nama salah satu alat reproduksi perempuan tempat meluruhnya darah menstruasi ?

- a. Leher rahim
- b. Alat kelamin
- c. Rahim

4. Berapa kali minimal mandi saat mengalami menstruasi ?

- a. 1 kali/hari

- b. 2 kali/hari
 - c. 3 kali/hari
5. Sebagai seorang perempuan kita sebaiknya selalu menjaga organewanitaan kita dalam keadaan apa ?
- a. Kering
 - b. Lembab
 - c. Basah
6. Berapa kali minimal mengganti celana dalam saat mengalami menstruasi ?
- a. 1 kali/ hari
 - b. 2 kali/hari
 - c. 3 kali/ hari
7. Berapa kali minimal mengganti pembalut yang baik saat menstruasi ?
- a. 1 kali/hari
 - b. 4-6 kali/hari
 - c. lebih dari 6 kali/hari
8. Apakah ciri-ciri pembalut yang tidak baik untuk digunakan ?
- a. Menyebabkan alergi
 - b. Dapat menyerap dengan baik
 - c. Berbahan yang lembut
9. Diantara beberapa minuman dibawah ini , manakah yang baik dikonsumsi untuk perempuan yang sedang menstruasi?
- a. Air putih
 - b. Kopi
 - c. Minuman bersoda
10. Ketika seorang remaja perempuan sakit perut saat menstruasi karena disebabkan banyaknya kegiatan disekolah sehingga waktu istirahatnya berkurang, hal tersebut merupakan hal yang....
- a. Adanya kelainan
 - b. Tidak normal
 - c. Normal

11. Tingkat aktivitas yang dialami remaja putri saat mau mengalami menstruasi juga akan dapat menyebabkan apa?
 - a. Sakit pinggang
 - b. Sakit perut
 - c. Sakit punggung
12. Mengapa darah tidak boleh dibiarkan pada pembalut terlalu lama?
 - a. Karena dapat menyebabkan timbulnya virus
 - b. Karena dapat merusak pembalut
 - c. Karena dapat menimbulkan bakteri penyebab penyakit
13. Bagaimana kebiasaan kamu membilas organ kewanitaan?
 - a. Dari belakang ke depan
 - b. Dari depan ke belakang
 - c. Dari samping kanan ke kiri.
14. Saat kamu membasuh organ kewanitaan, apakah yang akan kamu lakukan?
 - a. Mencuci tangan sebelum dan sesudah
 - b. Mencuci tangan sesudah membasuh
 - c. Mencuci tangan sebelum membasuh
15. Apa yang bisa dilakukan saat mengalami menstruasi, tiba-tiba perut terasa sakit (keram perut)?
 - a. Minum obat dan petugas kesehatan
 - b. Istirahat
 - c. Istirahat dan bila perlu minum obat dari petugas kesehatan
16. Apabila saat menstruasi merasa sakit perut tak tertahankan, sebaiknya kamu lakukan?
 - a. Dikompres hangat pada perut yang sakit
 - b. Datang ke pelayanan kesehatan
 - c. Dibiarkan saja
17. Manakah yang lebih baik antara membersihkan alat kewanitaan dengan air bersih saja atau dengan yang ditambah pembersih/pewangi?
 - a. Air bersih saja
 - b. Pembersih/pewangi saja

- c. Airt pembersih/ pewangi
18. Mengapa kita diharuskan untuk rajin membersihkan diri disaat mengalami menstruasi?
- a. Agar terhindar dari kuman penyebab penyakit
 - b. Agar tampak lebih cantik
 - c. Agar tampak menarik
19. Manakah yang termasuk dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi?
- 1. Mandi
 - 2. Membasuh alat kewanitaan dengan benar
 - 3. Mengganti pembalut
 - 4. Mengganti celana dalam
- a. 1,2
 - b. 1.2.3
20. Ketika mengalami menstruasi, kuman mudah masuk, Maka dari itu kita harus bagaimana?
- a. Memperlakukan diri seperti hari-hari biasa
 - b. Rajin mengganti pembalut
 - c. Mengonsumsi obat untuk melawan kuman.

(Sumber: Hidayah, 2015)

SATUAN ACARA PELAKSANAAN (SAP)

1. Topik : *Personal hygiene* Menstruasi
2. Tempat : Ruang kelas di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan
3. Waktu : Maret 2024
4. Sasaran : Remaja Putri
5. Tujuan : Memberikan edukasi kesehatan tentang *Personal hygiene* menstruasi kepada remaja putri di SMA Negeri 7 Kota Padangsidempuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang *Personal hygiene* menstruasi terhadap kesehatan
6. Metode : penyuluhan
7. Media : Leaflet
8. Evaluasi :
 - 1) Evaluasi struktur
 - 2) Evaluasi proses
 - 3) Evaluasi hasil

MASTER DATA

No	Nama	Umur	Kelas	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P 8	P 9	P 10	P 11	P 12	P 13	P 14	P 15	P 16	P 17	P 18	P 19	P 20	P.Sebelum	Kategori	P.Sesudah	KS
1	D	15	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	13	2	12	2
2	MZ	16	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	14	2	19	3
3	YM	16	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	11	1	13	2
4	SK	17	3	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	11	1	20	3
5	HA	17	3	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	15	2	15	2
6	M	16	2	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	9	1	19	3
7	K	16	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	13	2	17	3
8	YI	15	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	14	2	17	3
9	R	16	2	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	9	1	18	3
10	H	16	2	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	8	1	11	1
11	D	16	2	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	9	1	18	3
12	YM	15	1	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	14	2	17	3
13	FH	16	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	14	2	16	3	
14	D	17	3	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	8	1	10	1
15	BA	17	2	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	15	2	18	3
16	RN	17	3	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	15	2	17	3
17	J	17	3	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	10	1	14	2
18	R	17	3	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	10	1	18	3
19	A	17	3	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0	10	1	17	3
20	LH	16	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	14	2	17	3
21	HS	16	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	11	1	18	3
22	HA	16	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	12	2	15	2
23	NN	15	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	11	1	17	3

24	MD	16	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	11	1	18	3
25	BS	15	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	13	2	18	3
26	M	16	2	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	8	1	11	1	
27	L	16	2	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	9	1	18	3	
28	A	16	2	0	1	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	10	1	18	3	
29	T	16	2	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	9	1	17	3	
30	A	16	2	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	9	1	18	3	
31	RM	17	3	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	12	2	15	2	
32	KF	17	3	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	15	2	15	2
33	TS	17	3	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	16	3	16	3	
34	MY	17	3	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	15	2	17	3
35	HA	15	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	15	2	14	2
36	W	17	3	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	9	1	18	3	
37	K	16	2	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	9	1	20	3	
38	S	16	2	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	7	1	9	1	
39	RS	17	3	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	1	9	1	13	2	
40	M	17	3	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	10	1	18	3	
41	NI	16	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	16	3	17	3
42	N	17	3	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	17	3	18	3	
43	A	16	2	1	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	10	1	17	3	
44	N	16	2	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	8	1	19	3	
45	M	16	2	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	9	1	17	3	
46	Y	17	3	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	9	1	19	3	
47	PH	16	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	13	2	17	3
48	TL	16	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	15	2	16	3
49	AZ	16	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	17	3	19	3	

Keterangan :

Kelas :

1=X

2=XI

3=XII

Pengetahuan :

1=Kurang (Menjawab benar <11 pertanyaan)

2=Cukup (Menjawab benar 12-15 pertanyaan)

5=Baik (Menjawab benar 16-20 pertanyaan)

Jawaban :

0=Salah

1=Benar

Scale: ALL VARIABLES

Umur Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15	6	12.2	12.2	12.2
	16	26	53.1	53.1	65.3
	17	17	34.7	34.7	100.0
	Total	49	100.0	100.0	

Kelas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	X	18	36.7	36.7	36.7
	XI	15	30.6	30.6	67.3
	XII	16	32.7	32.7	100.0
	Total	49	100.0	100.0	

Pengetahuan Sebelum Diberikan Perlakuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang (<56%)	27	55.1	55.1	55.1
	Cukup (56%-75%)	18	36.7	36.7	91.8
	Baik (76%-100%)	4	8.2	8.2	100.0
	Total	49	100.0	100.0	

Pengetahuan Sesudah Diberikan Perlakuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang (<56%)	4	8.2	8.2	8.2
	Cukup (56%-75%)	9	18.4	18.4	26.5
	Baik (76%-100%)	36	73.5	73.5	100.0
	Total	49	100.0	100.0	

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pengetahuan sebelum diberikan perlakuan	.344	49	.000	.726	49	.000
Pengetahuan sesudah diberikan perlakuan	.444	49	.000	.589	49	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Jumlah jawaban benar sebelum diberikan perlakuan	49	7	17	11.63	2.811
Jumlah jawaban benar sesudah diberikan perlakuan	49	9	20	16.43	2.558
Valid N (listwise)	49				

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Pengetahuan sebelum diberikan edukasi –	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	35 ^b	18.00	630.00
Pengetahuan sesudah diberikan edukasi	Ties	14 ^c		
	Total	49		

a. PENGETAHUAN SESUDAH < PENGETAHUAN SEBELUM

b. PENGETAHUAN SESUDAH > PENGETAHUAN SEBELUM

c. PENGETAHUAN SESUDAH = PENGETAHUAN SEBELUM

Test Statistics^a

	PENGETAHUAN SESUDAH – PENGETAHUAN SEBELUM
Z	-5.331 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

DOKUMENTASI



Gambar 1 : Membagikan Kuesioner Pretest serta menjelaskan cara pengisian nya



Gambar 3 :
Membagikan
Kuesioner
Posttest
kembali
untuk diisi

Gambar 2 : Membagikan Media Leaflet dan
menjelaskan isi dari Leaflet

Bagaimana jika lelah saat menstruasi ?

Perempuan yang mengalami sakit perut akibat banyaknya kegiatan disekolah merupakan hal yang normal.

Saat mengalami menstruasi tiba tiba perut terasa kram maka istirahatlah dan bila perlu minum obat dari petugas kesehatan, apabila sakit perut tak tertahankan lagi lebih baik di kompres dan datang ke pelayanan kesehatan

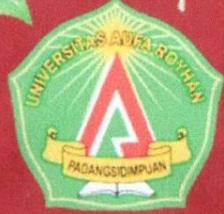
JENIS MINUMAN YANG BAIK DAN TIDAK BAIK DI KONSUMSI SELAMA MENSTRUASI

- Air Putih
- Jus Buah
- Teh Jahe

Hindari Mengonsumsi minuman bersoda ketika menstruasi karena dapat meningkatkan rasa tidak nyaman atau keluhan nyeri haid serta dapat menyebabkan perut kembung



Sumber :
Kemenkes,
PLAN Internasional,



PERSONAL HYGIENE MENSTRUASI

OLEH

**HERA SORAYÁ WARDANI SIREGAR
(20030002)**

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS AUFA
ROYHAN DI KOTA PADANGSIDIMPUAN
2024





Apa itu Menstruasi? ...

Peristiwa keluarnya darah dari rahim yang umumnya terjadi 1 kali dalam 1 bulan.



Akibat meluruhnya lapisan dinding rahim yang banyak mengandung pembuluh darah.



Wanita yang mengalami menstruasi juga akan menyebabkan sakit perut.



Dampak Personal Hygiene yang buruk saat menstruasi

Menggunakan pembalut lebih dari 4 jam dapat mengakibatkan pertumbuhan bakteri *Candida Albicans*. Kita diharuskan untuk rajin membersihkan diri disaat mengalami menstruasi agar terhindar dari kuman penyakit



Cara membasuh daerah sekitar organ genitalia Eksternal

Gunakan air bersih (tidak berwarna dan tidak berbau)

Dari arah depan ke belakang

Tiap setelah buang air besar dan buang air kecil, serta saat mandi

Tidak perlu dibersihkan dengan cairan pembersih/pewangi

Mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut



Cara melakukan Personal Hygiene saat menstruasi



Sering mengganti celana dalam minimal 2x/hari atau jika lembab

Mandi 2x/hari



Mengeringkan vagina setelah dibersihkan

Sering mengganti pembalut minimal 4-6 kali/hari

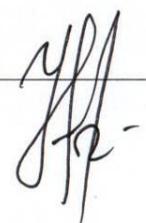
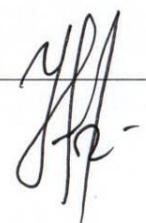


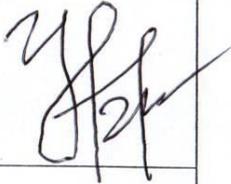
Memakai pembalut yang dapat menyerap dengan baik dan lembut, hindari pembalut yang



CATATAN KONSULTASI SEBELUM SEMINAR PROPOSAL PENELITIAN

Nama : Hera Soraya Wardani Siregar
 NIM : 20030002
 Judul Penelitian : Pengaruh media Brosur dengan Pengetahuan mengenai Menstruasi terhadap perilaku personal Hygiene pada saat menstruasi pada remaja putri kelas X SMK Negeri 3 Padangsidimpuan Tahun 2023

No.	Hari / Tanggal	Nama Pembimbing	Kegiatan (Isi Konsultasi)	Tanda Tangan Pembimbing
1	Rabu, 24 Januari 2024	Yanna Wari Harahap SKM, MPH	Bab 1 & Bab 2. (Data kasus ISK), Perbaiki paragraf faktor penyebab - Media yang digunakan	
2	Senin / 05		- Perbaiki sistematika penulisan - tambahkan kerangka konsep - tambahkan hipotesis	
3	Senin / 05-02-2024	Yanna Wari Harahap, SKM, MPH	- sistematika penulisan Perbaiki Media yang digunakan - survey Pendahuluan/ awal	

No.	Hari / Tanggal	Nama Pembimbing	Kegiatan (Isi Konsultasi)	Tanda Tangan Pembimbing
9	Senin / 12-02-2024	Ahmad safii Hasibuan MK.M	- Perbaiki Penulisan sesuaikan dengan buku panduan - Pemilihan lokasi penelitian diperbaiki - Leaflet nyambung ke kuesioner	
10	selasa 13-02-2024		Perbaiki for tempat penelitian, perbaiki penulisan sajikan dibaca kembali Tabel Diagram Operasional dibuat terbuka	
11	selasa / 13-02-2024		Acc Proposal	
12	Kamis / 15-02-2024	Yanna Wari Harahap SKM, MPH	Lengkap bahan proposal Leaflet. Acc Proposal	
13				

KONSULTASI HASIL PENELITIAN (SEBELUM SEMINAR HASIL SKRIPSI)

Nama : Hera Soraya Wardani Siregar
NIM : 20030002
Judul Penelitian : Pengaruh media leaflet terhadap Pengetahuan Personal Hygiene Saat Menstruasi pada Remaja putri di SMA N 7 kota Padangsidimpuan Tahun 2024

No.	Hari / Tanggal	Nama Pembimbing	Kegiatan (Isi Konsultasi)	Tanda Tangan Pembimbing
1	Senin / 25-03-2024	Yanna Wari Harahap M.P.H	Perbaiki BAB 4 Perbaiki analisis, master data	
2	Rabu / 27-03-2024	Yanna Wari Harahap M.P.H	Perbaiki Analisis Bivariat	
3	Kamis, 28 maret 2024	Yanna Wari Harahap M.P.H	ACC	