

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Ali Maksum Krapyak. Lokasinya berada di Jl. KH. Ali Maksum, Krapyak Kulon, Mantrijeron, Sewon, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55188. SMA Ali Maksum Krapyak merupakan Sekolah Menengah Atas swasta yang dikelola oleh Yayasan Pondok Pesantren Ali Maksum Krapyak yang didirikan pada tahun 2012 oleh K.H. Atabik Ali. Nama sekolah ini diambil dari nama salah satu Rais Aam Syuriah Pengurus Besar Nahdatul Ulam, K.H Ali Ma'shum, yang sekaligus ayah dari Atabik Ali. Fasilitas yang ada di SMA Ali Maksum Krapyak yaitu gedung sekolah, lapangan sepak bola, basket, badminton, ruang multimedia, perpustakaan, laboratorium bahasa, laboratorium IPA, laboratorium Agama, balai kesehatan, koperasi, dan kantin.

B. Hasil Penelitian

Penelitian ini telah mendapatkan hasil dari perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada kelas XI SMA Ali Maksum Krapyak. Adapun hasil dari penelitian sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada kelas XI SMA Ali Maksum Krapyak.

No.	Indikator	f	%
1.	Penggunaan pakaian dalam		
	Baik	40	78,43
	Cukup	11	21,57
	Kurang	0	0
	Total	51	100

No.	Indikator	f	%
2.	Kebersihan tubuh dan genetalia		
	Baik	6	11,76
	Cukup	43	84,31
	Kurang	2	3,93
	Total	51	100
3.	Penggunaan pembalut		
	Baik	37	72,55
	Cukup	14	27,45
	Kurang	0	0
	Total	51	100
4.	Perawatan kulit wajah dan rambut		
	Baik	42	82,35
	Cukup	9	17,65
	Kurang	0	0
	Total	51	100
5.	Perilaku <i>personal hygiene</i> saat menstruasi		
	Baik	36	70,59
	Cukup	15	29,41
	Kurang	0	0
	Total	51	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi berdasarkan penggunaan pakaian dalam mayoritas berperilaku baik yaitu sebanyak 40 orang (78,43%). Berdasarkan kebersihan tubuh dan genetalia mayoritas berperilaku cukup yaitu 43 orang (84,31%). Berdasarkan penggunaan pembalut mayoritas berperilaku baik yaitu 37 orang (72,55%). Berdasarkan perawatan kulit wajah dan rambut mayoritas berperilaku baik yaitu 42 orang (82,35%). Berdasarkan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi mayoritas sudah berperilaku baik yaitu 36 orang (70,59%).

C. Pembahasan

1. Perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada kelas XI SMA Ali Maksum Krapyak berdasarkan penggunaan pakaian dalam.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi berdasarkan penggunaan pakaian dalam yaitu baik sebanyak 78,43 % (40 orang) dan cukup sebanyak 21,57% (11 orang).

Hal ini sejalan dengan penelitian Latifah A, (2017) bahwa sebagian besar siswi sudah memiliki perilaku *hygiene* menstruasi yang baik tentang kebiasaan menggunakan celana dalam selama menstruasi yaitu mengganti celana dalam minimal 2 kali sehari sebanyak 92 orang (38,3%), memakai celana dalam yang menyerap keringat sebanyak 114 orang (47,5%), tidak menggunakan celana dalam yang ketat sebanyak 96 orang (40%), dan segera mengganti celana dalam yang terkena darah saat menstruasi sebanyak 210 orang (87,5%).

Mengganti pakaian setiap hari sangat penting terutama pakaian dalam. Celana dalam yang baik adalah berbahan katun dan tidak ketat, serta dapat menutupi daerah pinggul agar dapat menopang pembalut dengan kuat. Celana dalam yang ketat membuat sirkulasi udara tidak lancar. Akibatnya, membuat kulit iritasi. Keringat yang tidak terserap dengan baik juga beresiko mengundang kuman jahat untuk bersarang. Ketika haid, tidak jarang celana

dalam lebih kotor dari biasanya karena ada bercak darah yang menempel dan kadang- kadang noda darah tersebut sulit untuk dihilangkan (Sinaga, 2017).

Ketika haid, tidak jarang celana dalam lebih kotor dari biasanya karena biasanya ada bercak darah yang menempel dan kadang bercak darah tersebut sulit untuk dibersihkan. Hal penting yang perlu diingat adalah lebih menjaga kebersihan dan menjaga daerah kemaluan agar tetap kering dengan rutin mengganti celana dalam apabila berkeringat atau lembab. Menghindari penggunaan celana dalam ketat yang terbuat dari bahan tidak menyerap keringat. Selama menstruasi sebaiknya menggunakan celana dalam berbahan katun karena jenis bahan ini berpori, sehingga sirkulasi udara ke permukaan kulit di area kewanitaian tetap baik.

Menggunakan celana dalam yang tepat karena pada saat menstruasi menggunakan pembalut, dan pembalut menempel pada celana dalam. Apabila ukuran celana yang dikenakan lebih besar dibandingkan ukuran pembalut, maka pembalut cenderung tidak tepat tertahan pada posisi seharusnya.

Memastikan karet penahan celana dalam masih baik. Karet longgar tidak bisa menahan celana dalam di posisi yang tepat, sehingga risikonya pembalut pun tidak akan berada di posisi yang tepat. Kondisi ini bisa memicu tembusnya darah menstruasi.

2. Perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada kelas XI SMA Ali Maksum Krapyak berdasarkan kebersihan tubuh dan genetalia.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi berdasarkan kebersihan tubuh dan genetalia dalam kategori cukup yaitu 84,31% (43 orang), baik 11,76% (6 orang), dan kurang 3,93 % (2 orang). Hal ini dikarenakan masih banyak responden yang menggunakan sabun mandi ketika membersihkan kemaluan, membasuh daerah kewanitaan dari belakang ke depan, dan beberapa responden setelah cebok tidak mengeringkan dengan tissue atau handuk kering. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Lumban Batu (2021) pada indikator kebersihan tubuh dan genetalia yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai perilaku cukup yaitu 57% (34 orang).

Saat membersihkan alat kelamin, tidak perlu dibersihkan dengan cairan pembersih atau cairan lain karena cairan tersebut dapat merangsang bakteri dan menimbulkan infeksi. Cara membersihkan daerah alat kelamin ialah membasuhnya dengan air bersih dan membasuh dari arah depan ke arah belakang bukan sebaliknya. Setelah di basuh harus dikeringkan dengan handuk kering atau tissue tetapi jangan di gosok-gosok (Mudiatama, 2018).

Membersihkan daerah kewanitaan dari arah depan ke belakang agar bakteri tidak berpindah dari bagian saluran kencing ke sekitar vagina. Normal pH vagina adalah 3,5-4,5. Artinya, apabila pH vagina meningkat, peluang

bakteri buruk untuk berkembang lebih besar. Akibatnya, risiko tumbuhnya jamur pemicu iritasi, gatal, serta cairan vagina tidak normal pun lebih besar. Karena itu, kebanyakan sabun mandi tidak cocok digunakan untuk membersihkan vagina. Sebaiknya pembersih vagina hanya digunakan untuk membersihkan bagian luar vagina, bukan bagian dalam vagina, karena dapat membunuh bakteri baik. Terdapat dua jenis bakteri baik yang memiliki peran menjaga keseimbangan pH vagina yaitu *Lactobacillus* dan *Corynebacterium*. Kedua bakteri ini memproduksi antibiotik alami berupa bakterioson yang berguna untuk mengurangi bakteri lain memasuki vagina sehingga daerah kewanitaan tetap aman.

Perilaku responden dengan kategori cukup dan kurang dikarenakan sudah mendapat informasi namun belum bisa menerapkan dalam kebiasaan menjaga kebersihan genetalia. Remaja putri mendapatkan informasi secara teori tentang menstruasi dari guru pengajar di sekolah namun hanya sebatas informasi tentang reproduksi secara fisiologis, definisi menstruasi, lamanya menstruasi sehingga remaja putri tersebut tidak mendapatkan contoh secara langsung bagaimana cara berperilaku *personal hygiene* yang benar oleh guru pengajar mereka tetapi remaja putri mendapatkan contoh perilaku dari tradisi orang tua bahwa mereka hanya melihat kebiasaan saja dan tidak mendapatkan penjelasan secara langsung dari Ibu karena orang tua menganggap *personal hygiene* saat menstruasi hal yang bersifat pribadi.

3. Perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada kelas XI SMA Ali Maksum Krapyak berdasarkan penggunaan pembalut.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi berdasarkan pemakaian pembalut dalam kategori baik yaitu sebanyak 72,55 % (37 orang) dan cukup sebanyak 27,45% (14 orang). Beberapa responden masih menjawab kadang-kadang untuk pernyataan mengganti pembalut setiap 4 jam saat darah haid banyak. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pujiati, (2015) dari hasil yang didapat yaitu untuk penggunaan pembalut termasuk dalam kategori baik 88%.

Faktor lain seorang tidak mengganti pembalut dalam 4 jam sekali yaitu sebagian besar waktu remaja dihabiskan di sekolah. Waktu yang dibutuhkan di sekolah adalah 6-10 jam, sedangkan batas normal mengganti pembalut yang ditentukan yaitu 4 sampai 5 jam (Phytagoras, 2017).

Perempuan diharapkan mampu memilih pembalut yang tepat. Kesalahan memilih pembalut dapat berakibat iritasi kulit, alergi, hingga penyakit kulit dan infeksi. Pembalut yang baik adalah yang memiliki permukaan halus dan berdaya serap tinggi, juga tidak mengandung pewangi dan materialnya tidak terlalu padat atau ringan. (Sinaga dkk., 2017).

Pemakaian pembalut pada organ intim perempuan menyebabkan organ intim dalam keadaan yang panas, lembab dan tanpa oksigen dalam waktu yang lama selama menstruasi berlangsung. Hal ini menimbulkan

ketidaknyamanan dan mudah menimbulkan bakteri penyebab berbagai macam penyakit ginekologi. Pembalut umumnya terbuat dari bahan dasar kapas. Selain kapas, ada bahan atau zat lain yang ditambahkan pada pembalut. Beberapa di antaranya dapat membahayakan kesehatan. Bahan-bahan pada pembalut yang berbahaya tersebut meliputi gas klorin biasa digunakan dalam proses pemutihan. Penggunaan klorin dalam proses pembuatan pembalut wanita dianggap tidak aman, karena dapat menghasilkan dioksin yang bersifat karsinogenik. Artinya, zat ini berpotensi menyebabkan kanker.

Ada beberapa produsen pembalut menambahkan zat pewangi pada produk pembalut yang diproduksinya karena diyakini dapat menyamarkan bau darah saat menstruasi. Penambahan zat pewangi pada produk pembalut tidak diperlukan. Selain efektivitasnya tidak terbukti, penambahan zat pewangi pada pembalut justru dapat menyebabkan iritasi kulit pada area kewanitaan. Bahan pestisida mungkin jarang tercantum pada kemasan produk pembalut. Ada beberapa pembalut ternyata mengandung pestisida. Pembalut yang mengandung pestisida dianggap membahayakan kesehatan karena dapat menyebabkan reaksi alergi berupa gatal, kemerahan, nyeri, dan bengkak.

Sampah pembalut sekali pakai tidak hanya mempengaruhi lingkungan karena bahannya yang berasal dari plastik, kandungan didalam sampah pembalut sekali pakai masih perlu ditinjau lebih jauh. Begitu banyak bahan

berbahaya yang ditampung dalam satu sampah pembalut sekali pakai, seperti sianida, dioxin, pemutih, dan lain-lain.

Beberapa perempuan memakai pembalut kain. Bahan kain dapat digunakan berulang kali meskipun mahal namun tergolong murah karena dapat digunakan berulang kali, tidak menimbulkan iritasi pada kulit, menghindari dan mudah digunakan dalam keadaan buru-buru sekalipun atau lebih praktis dalam penggunaan karena pemakaiannya seperti menggunakan celana dalam pada umumnya tetapi sudah ada pembalut dicelana dalam tersebut sehingga meminimalkan darah tidak meluber kemana-mana. Pembalut kain memiliki bahan lapisan atas yang sangat lembut sehingga nyaman digunakan dalam situasi apapun, bahan yang digunakan pada lapisan tengah mudah menyerap sesuai ketebalan kain dan bahan lapisan bawah sangat tahan. Cara pencuciannya sangat mudah hanya direndam dengan detergen sehingga semua kotoran dapat terangkat dari permukaan. Kelebihan pembalut kain antara lain sangat tahan lama bila dirawat dan dicuci dengan benar, sangat ramah lingkungan karena pembalut kain dapat digunakan berulang-ulang.

Penggunaan pembalut dengan daya serap ekstra saat menstruasi tidak disarankan karena akan membuat perempuan jarang mengganti pembalut. Hal ini dapat memicu terjadinya infeksi. Ada kalanya perempuan malas mengganti pembalut saat menstruasi. Padahal jika pembalut terlalu lama dipakai, justru akan membuat bakteri semakin berkembang. Darah itu adalah

nutrisi bagi bakteri. Bakteri akan bertumbuh semakin banyak apabila terus dibiarkan meskipun darah yang keluar sedikit, tetap saja ada cairan vagina yang mengandung banyak mikroorganisme.

Keadaan menstruasi di mana pH vagina sedikit berubah, juga terkadang imun tubuh menurun, bakteri akan tumbuh dan bisa memicu infeksi vulva di vagina. Apabila infeksi tidak bisa diatasi oleh pertahanan vagina bisa naik ke arah leher rahim, jika tidak diobati dengan baik, bisa masuk ke rahim, kemudian ke saluran telur. Saluran telur mengarah ke panggul dan bakterinya bisa ke panggul. Dampak yang bisa terjadi ketika wanita mengalami infeksi panggul di antaranya sulit mempunyai keturunan, perlengketan rahim dan saluran telur atau bahkan usus, serta infeksi menyeluruh. Gejala infeksi awal biasanya *asymptomatik*. Keluar gejalanya apabila sudah berat seperti keputihan yang bau busuk, kuning seperti nanah.

Peneliti memiliki asumsi bahwa sebagian orang yang berperilaku cukup sudah mendapatkan informasi tentang pemakaian pembalut namun belum bisa menerapkannya dikarenakan padatnya waktu belajar di sekolah. Remaja putri yang perilakunya sudah baik pasti pengetahuannya lebih baik karena mereka sudah paham mengenai bahaya apabila tidak rutin mengganti pembalut.

4. Perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada kelas XI SMA Ali Maksum Krapyak berdasarkan perawatan kulit wajah dan rambut.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* pada saat menstruasi berdasarkan perawatan kulit wajah dan rambut dalam kategori baik yaitu sebanyak 82,35 % (42 orang) dan cukup sebanyak 17,65% (9 orang). Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Sitorus, (2021), bahwa sebanyak 77 orang dengan hasil cukup (80,2 %) dan baik 19 orang (19,8%).

Mencuci rambut di saat menstruasi harus tetap dilakukan, pelarangan mencuci rambut untuk wanita menstruasi adalah suatu mitos yang masih dipercayai sebagian masyarakat Indonesia. Justru dikala menstruasi seorang wanita harus menjaga kebersihan kulit kepala karena adanya perubahan hormon (Sinaga dkk., 2017).

Menjaga kebersihan rambut saat menstruasi sangat penting karena pada saat menstruasi kulit kepala menjadi lebih banyak berminyak dan berkeringat sehingga akan mudah timbul ketombe dan mikroorganisme. Supaya kebersihan kulit kepala dan rambut tetap terjaga usahakan membersihkan rambut minimal 2 hari sekali untuk membantu mengurangi jaringan mikroorganime dan membantu jaringan metabolisme tetap tumbuh dan berkembang secara normal.

Peneliti memiliki asumsi bahwa remaja putri yang berperilaku cukup masih percaya mitos tentang larangan keramas pada saat menstruasi padahal saat menstruasi kebersihan tubuh harus selalu terjaga.

5. Perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada kelas XI SMA Ali Maksum Krapyak.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi dengan kategori baik yaitu 70,59% (36 orang) dan cukup yaitu 29,41% (15 orang). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden sudah memiliki perilaku yang baik dalam *personal hygiene* saat menstruasi.

Perilaku kesehatan mengenai perilaku *personal hygiene* sangat penting dilakukan karena jika tidak diterapkan dengan benar maka akan menimbulkan infeksi saluran reproduksi, infeksi jamur, dan bakteri (Wawan, 2019). Perilaku yang kurang dari perawatan *hygiene* pada saat menstruasi adalah malas mengganti pembalut (Nirwana, 2014). Salah satu penyebabnya adalah bakteri yang berkembang pada pembalut, perawatan diri yang baik saat menstruasi seperti penggunaan pembalut yang tepat adalah pembalut tidak boleh dipakai lebih dari enam jam atau harus diganti sesering mungkin bila sudah penuh oleh darah menstruasi (Haryono, 2016).

Hasil penelitian dari Noor Latifah (2017) yang dilakukan di SMKN 8 Kota Bekasi tentang gambaran perilaku *hygiene* menstruasi, dalam penelitian ini diperoleh bahwa responden yang sudah memiliki perilaku baik dalam

hygiene menstruasi sebanyak 134 orang (55,8%) dari 240 responden. Perilaku baik yang dimiliki oleh responden tersebut didukung oleh perilaku sehat yang dilakukan selama menstruasi diantaranya mandi dengan sabun mandi 2 kali sehari (86,2%), selalu membasuh alat kelamin/kemaluan dari arah depan ke arah belakang (68,8%), selalu mengeringkan dengan tisu atau handuk kering (47,5%), berupa mengganti celana dalam 2 kali sehari (71,2%), mengganti celana dalam saat terkena darah menstruasi (88,1%), perilaku kadang-kadang mengganti pembalut setiap 4 jam sekali sebesar 46,%. Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa perilaku siswi SMKN 08 Kota Bekasi sudah baik (55,8%).

Remaja putri yang melakukan *personal hygiene* pada saat menstruasi akan terhindar dari kanker rahim, merasa nyaman beraktivitas sehari-hari, percaya diri, bersemangat dan tidak bermalas-malasan lagi, tidak dijauhi dari teman-temannya karena bau amis. Perilaku *personal hygiene* merupakan hal penting yang perlu dipelajari secara mendalam. Perilaku *hygiene* tersebut tidak dilakukan oleh remaja putri yang kurang peduli kebersihan alat reproduksinya, remaja putri tidak menjaga penampilan dan kesehatan saat menstruasi, dapat terkena kanker rahim, keputihan, mengurangi aktivitas sehari-hari saat menstruasi dikarenakan malas. Namun perilaku *hygiene* pada saat menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, tetapi merupakan sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif suatu

perilaku yang terkait dengan keadaan menstruasi (Yusiana & Silvianita, 2016).

Remaja putri yang berpengetahuan rendah berarti ia tidak mampu mengetahui, mengerti dan memahami arti, manfaat, dan tujuan dari perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Adanya pengetahuan yang tinggi maka remaja putri akan lebih termotivasi untuk perilaku kebersihan diri terutama pada saat menstruasi. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan. Perilaku yang didasari pengetahuan akan lebih baik daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Kurangnya pengetahuan responden tentang *hygiene* menstruasi dapat disebabkan karena kurangnya informasi yang didapatkan remaja, kendala dalam mitos sosial budaya, lingkungan yang kurang tersedia akses terhadap informasi, usia dan pengalaman.

D. Keterbatasan Penelitian

Hambatan dalam penelitian ini adalah responden tidak langsung berkumpul menjadi satu karena kelas 11 IPA masih melakukan praktik laboratorium sehingga pengisian kuesioner dilakukan terlebih dahulu oleh kelas 11 IPS dan memakai waktu lebih banyak.