

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN  
TENTANG *MENSTRUAL HYGIENE* PADA SISWI  
KELAS VII DI SMP MUHAMMADIYAH 1  
GODEAN**



**NADIA PUTRI  
P07124122044**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEBIDANAN  
JURUSAN KEBIDANAN  
POLTEKKES KEMENKES KEMENTERIAN KESEHATAN  
YOGYAKARTA TAHUN  
2025**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN  
TENTANG *MENSTRUAL HYGIENE* PADA SISWI  
KELAS VII DI SMP MUHAMMADIYAH 1  
GODEAN**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Ahli Madya Kebidanan



**NADIA PUTRI  
P07124122044**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA KEBIDANAN  
JURUSAN KEBIDANAN  
POLTEKKES KEMENKES KEMENTERIAN KESEHATAN  
YOGYAKARTA TAHUN**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

Karya Tulis Ilmiah

"Gambaran Tingkat pengetahuan *Menstrual Hygiene* pada siswi Kelas VII di SMP  
Muhammadiyah I Godean "

Disusun oleh:

NADIA PUTRI  
P07124122044

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

.....

Menyetujui,

Pembimbing Utama



Yuliantisari Retnaningsih, S.SiT M.Keb  
NIP.198107272005012003

Pembimbing Pendamping



Dr. Yani Widyastuti, S.ST., M.Keb  
NIP.197601032001122001

Yogyakarta

Ketua Jurusan Kebidanan



Dr. Heni Puji Wahyuningih, S.SiT., M.Keb  
NIP. 197511232002122002

**HALAMAN PENGESAHAN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

"Gambaran Tingkat Pengetahuan *Menstrual Hygiene* Pada Siswi Kelas VII Di  
SMP Muhammadiyah 1 Godean "

Disusun oleh:

NADIA PUTRI  
P07124122044

Telah dipertahankan dalam seminar di Depan Penguji

Pada tanggal ....25...Jun1..... 2025

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

  
Ketua,  
Mina Yumei Santi S.SiT.M.Kes  
NIP.198003042008012014 (.....)

Anggota,  
Yuliantisari Retnaningsih M.Keb  
NIP.198107272005012003 (.....)

Anggota,  
Dr. Yani Widyastuti SST.M.Keb  
NIP.197601032001122001 (.....)

Yogyakarta, 20 Juni 2024

Ketua Jurusan Kebidanan

  
Dr. Heni Puji Wahyuningih, S.SiT.M.Keb  
NIP. 197511232002122002

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah Hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang di kutip maupun dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar,

Nama : Nadia Putri

NIM : P07124122044

Tanda Tangan :



Tanggal : 26 Juni 2025

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

### KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Nadia Putri

Nim : P07124122044

Jurusan : Kebidanan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Non-eksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul : *Gambaran Tingkat pengetahuan tentang Menstrual Hygiene pada Siswi Kelas VII di SMP Muhammadiyah 1 Godean*.

Beserta perangkat yang ada, jika di perlukan. Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : 26 Juni 2020

Yang menyatakan

  
(Nadia Putri)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, Penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini. Penulisan KTI ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat mencapai gelar Ahli Madya Kebidanan pada Program Studi Diploma Tiga Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

- 1 Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes., Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan pada mahasiswa dalam pembuatan Karya Tulis Ilmiah.
- 2 Dr. Heni Puji Wahyuningsih., S.SIT, M.Keb, Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan pada mahasiswa dalam pembuatan Karya Tulis Ilmiah.
- 3 Mina Yumei Santi., S.ST., M. Kes, Ketua Program Studi Diploma III Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta dan sebagai Ketua dewan penguji, yang telah memberikan motivasi, dan mendukung dalam proses penulisan KTI.
- 4 Yuliantisari Retnaningsih, S.SiT,.M.Keb, Pembimbing utama yang selalu memberikan waktu, arahan, dan bimbingan dalam proses penyelesaian KTI.
- 5 Dr. Yani Widyastuti, SST,.M.Keb, Pembimbing pendamping yang selalu memberikan waktu, arahan, bimbingan dalam proses Penyelesaian KTI.
- 6 Orang Tua dan keluarga tercinta saya yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan KTI.
- 7 Sahabat tercinta yang selalu ada dalam senang maupun sedih yang selalu tiada bosan untuk memberikan dukungan, perhatian dan memberikan yang terbaik dalam penulisan KTI.
- 8 Terakhir terimakasih untuk diri sendiri, karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini walaupun banyak tekanan diluar keadaan dan pantang menyerah dalam pembuatan KTI dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin.

Akhir kata, penulis berharap adanya masukan dan saran dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini agar penelitian yang direncanakan dapat berjalan dengan baik.

Yogyakarta, .....2025

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Ruang Lingkup.....	7
E. Manfaat Penelitian .....	7
F. Keaslian penelitian .....	9
<b>BAB II TELAAH PUSTAKA.....</b>	<b>11</b>
A. Telaah Pustaka.....	11
B. Kerangka Teori.....	26
C. Kerangka Konsep.....	27
D. Pertanyaan Penelitian .....	27
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	28
B. Subjek Penelitian.....	29
C. Populasi dan sampel.....	29
D. Waktu dan tempat penelitian .....	29
F. Definisi Operasional Variabel atau Batasan Istilah.....	30
G. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	31
H. Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian .....	31
I. Uji Validitas dan Rehabilitas Instrument.....	33
J. Prosedur penelitian.....	35
K. Analisis Data .....	36
L. Etika Penelitian .....	39
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>41</b>

A. Gambaran Lokasi Penelitian .....	41
B. Hasil Penelitian .....	42
C. Pembahasan.....	45
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>52</b>
A. Kesimpulan .....	52
B. Saran.....	53
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>54</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>57</b>

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori .....	26
Gambar 2. Kerangka Konsep .....	27
Gambar 3. Desain Penelitian.....	28

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keaslian Penelitian .....	9
Tabel 2. Definisi Operasional Variabel .....	30
Tabel 3. Kisi-kisi kuisisioner Tingkat Pengetahuan.....	33
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik di kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Godean. ....	42
Tabel 5. Distribusi frekuensi siswi kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Godean berdasarkan Tingkat pengetahuan tentang <i>Menstrual Hygiene</i> . ....	43
Tabel 6. Tabel Silang Tingkat Pengetahuan siswi Putri kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Godean. ....	44

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Anggaran Biaya Penelitian .....	58
Lampiran 2. Jadwal Penelitian .....	59
Lampiran 3. Surat Penjelasan Sebelum Penelitian.....	61
Lampiran 4. Lembar Persetujuan Menjadi Responden .....	62
Lampiran 5. Lembar Kuisisioner .....	63
Lampiran 6. Kunci Jawaban Kuisisioner .....	67
Lampiran 7. Master Tabel Hasil .....	68
Lampiran 8. Hasil Olah Data .....	72
Lampiran 9. Surat Izin Penelitian SMP Muhammadiyah 1 Godean .....	74
Lampiran 10. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	75
Lampiran 11. Dokumentasi Kegiatan Penelitian.....	76

# GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG *MENSTRUAL HYGIENE* PADA SISWI KELAS VII DI SMP MUHAMMADIYAH 1 GODEAN

Nadia Putri<sup>1</sup>, Yuliantisari Retnaningsih<sup>2</sup>, Yani Widyastuti<sup>3</sup>  
<sup>1, 2, 3</sup> Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta  
Jl. Mangkuyudan MJ III/304 Kota Yogyakarta  
Email: [nadiaputri141605@gmail.com](mailto:nadiaputri141605@gmail.com)

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Pengetahuan yang rendah mengenai kesehatan reproduksi dapat menyebabkan remaja putri tidak menjaga kebersihan diri saat menstruasi. *Menstrual hygiene* merupakan upaya penting untuk mencegah penyakit dan infeksi pada organ reproduksi, sehingga perlu pemahaman yang baik sejak usia remaja.

**Tujuan:** Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan tentang *menstrual hygiene*, karakteristik usia, sumber informasi, dan status menstruasi pada siswi kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Godean.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif dan desain cross-sectional. Sampel penelitian adalah seluruh siswi kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Godean tahun 2025 sebanyak 63 responden, yang dipilih dengan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner terstruktur dan dianalisis secara deskriptif.

**Hasil:** Mayoritas responden berusia 13 tahun (71,4%), mendapatkan informasi dari orang tua/saudara (44,4%), sudah mengalami menstruasi (92,1%), serta memiliki pengetahuan kategori baik (87,3%), cukup (12,7%), dan tidak ada yang berkategori kurang (0%).

**Kesimpulan:** Sebagian besar siswi kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Godean memiliki pengetahuan yang baik mengenai *menstrual hygiene*. Edukasi dari orang tua, guru, dan media informasi yang tepat tetap diperlukan untuk mempertahankan dan meningkatkan pengetahuan serta praktik kebersihan menstruasi pada remaja putri.

**Kata Kunci:** Pengetahuan, *Menstrual hygiene*, Remaja putri, Kesehatan reproduksi

**DESCRIPTION OF THE LEVEL OF KNOWLEDGE ABOUT MENSTRUAL  
HYGIENE AMONG FEMALE STUDENTS IN SEVEN'S CLASS AT  
MUHAMMADIYAH 1 GODEAN'S JUNIOR HIGH SCHOOL**

Nadia Putri<sup>1</sup>, Yuliantisari Retnaningsih<sup>2</sup>, Yani Widyastuti<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Department of Midwifery Poltekkes Kemenkes Yogyakarta  
Jl. Mangkuyudan MJ III/304 Yogyakarta City  
Email: [nadiaputri141605@gmail.com](mailto:nadiaputri141605@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background:** *Low knowledge of reproductive health can lead adolescent girls to neglect personal hygiene during menstruation. Menstrual hygiene is an important effort to prevent diseases and infections of the reproductive organs, thus requiring adequate understanding from adolescence.*

**Objective:** *To describe the level of knowledge about menstrual hygiene, age characteristics, sources of information, and menstrual status among seventh-grade students at Muhammadiyah 1 Godean Junior High School.*

**Methods:** *This study was a descriptive quantitative research with a cross-sectional design. The sample consisted of all seventh-grade students at Muhammadiyah 1 Godean Junior High School in 2025, totaling 63 respondents selected through total sampling. Data were collected using a structured questionnaire and analyzed descriptively.*

**Results:** *Most respondents were 13 years old (71.4%), obtained information from parents/siblings (44.4%), had experienced menstruation (92.1%), and had a good level of knowledge (87.3%), fair (12.7%), with none in the poor category (0%).*

**Conclusion:** *Most seventh-grade students at Muhammadiyah 1 Godean Junior High School have good knowledge regarding menstrual hygiene. Continuous education from parents, teachers, and accurate media sources is necessary to maintain and improve menstrual hygiene knowledge and practices among adolescent girls.*

**Keywords:** *Knowledge, Menstrual Hygiene, Adolescent Girls, Reproductive Health*

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar belakang

Masa remaja merupakan masa pertumbuhan dari masa anak ke masa dewasa yang terjadi perubahan dan pematangan fisik, kognitif, sosial dan emosional, untuk mempersiapkan diri mereka menjadi dewasa. Menurut *World Health Organization* (WHO), usia remaja digolongkan sekitar usia 10-19 tahun (WHO, 2018) sedangkan menurut Kemenkes RI, remaja adalah penduduk rentang usia 10-18 tahun (Kemenkes RI, 2017).

Salah satu penyebab masalah kesehatan yang sering timbul pada remaja adalah *personal hygiene* yang buruk. *Personal hygiene* yang sehat saat menstruasi sangat penting dilakukan dalam upaya mencegah gangguan pada saat menstruasi. Dalam upaya melakukan *personal hygiene* yang sehat diperlukan untuk mendorong seseorang secara psikis dalam menumbuhkan rasa percaya diri. Selain itu pengetahuan akan memberikan motivasi kepada seseorang untuk bersikap dan melakukan perilaku yang sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki. Pendidikan tentang kesehatan reproduksi perlu mendapatkan perhatian terutama tenaga kesehatan.

*Menstrual hygiene* adalah kebersihan diri seorang wanita ketika menstruasi yang bertujuan untuk mencegah penyakit dan infeksi. Banyak remaja yang kurang memperhatikan masalah kebersihan di daerah genitalianya. Ketika menstruasi banyak remaja mengabaikan kebersihan

genetalia sehingga menimbulkan kelembaban pada daerah genetalia (Littik, 2023). Kelembaban itu dapat membuat jamur dan bakteri berkembang dengan lebih cepat, sehingga mengakibatkan gatal atau infeksi yang terjadi pada daerah genetalia (Widyastuti, 2021).

Tidak tersedianya informasi yang akurat dan benar tentang kesehatan reproduksi memaksa remaja untuk mencari akses dan melakukan eksplorasi sendiri. Hal ini dapat menyebabkan remaja mencari informasi yang belum tentu benar. Sehingga perlu pendampingan agar tidak menerima informasi yang kurang tepat sehingga berdampak pada kesehatan seksual dan reproduksinya, terutama infeksi saluran reproduksi pada remaja perempuan karena perempuan cenderung lebih rentan dibandingkan pria.

Berdasarkan data *World Health Organization* mengatakan angka kejadian gangguan reproduksi akibat buruknya *vulva hygiene* pada wanita sebanyak 35% (Hanifah, 2022). Kebersihan individu, sanitasi berada pada nomer tiga dan kesehatan reproduksi berada pada nomer delapan dalam sepuluh faktor risiko utama penyebab kesakitan/kematian pada usia remaja (Gultom., 2021). Di Indonesia, prevalensi terjadinya infeksi saluran reproduksi akibat kurangnya kebersihan pada organ genetalia masih cukup tinggi, jumlah penderita infeksi saluran reproduksi di Indonesia adalah 90-100 kasus per 100.000 penduduk pertahun. Perempuan yang kurang melaksanakan kebersihan genetalia akan memunculkan risiko kanker

serviks 19,386 kali lebih besar daripada perempuan yang memiliki *personal hygiene* yang baik (Astani, 2019). Remaja sangat berisiko tinggi terhadap gangguan kesehatan reproduksi karena pengetahuan mengenai fungsi dan cara merawat organ reproduksi masih sangat rendah yaitu hanya 19,5% (Hanifah, 2022).

Upaya Peningkatan kesehatan dengan cara meningkatkan pengetahuan pada remaja sangat penting dilakukan, karena jika remaja tidak mengetahui cara-cara kebersihan diri yang benar maka akan timbul beragam masalah seperti pengeluaran cairan vagina flour albus, iritasi, timbulnya masalah infeksi pada saluran kemih, bau yang tidak menyenangkan, dan infeksi pada daerah vagina. Vaginitis terjadi ketika flora vagina telah terganggu oleh adanya mikroorganisme patogen atau perubahan lingkungan vagina yang memungkinkan mikroorganisme patogen berkembang biak/berproliferasi.

Banyak remaja memiliki risiko tinggi akan mengalami masalah Kesehatan reproduksi, ada 10% remaja yang sering menggunakan produk pembersih Wanita, ada 17,59% remaja yang tidak mengeringkan genetalia eksterna setelah buang air kecil atau buang air besar dengan menggunakan tisu atau handuk kering. Selanjutnya 25,76% remaja yang membersihkan genetalia eksterna dengan arah dari belakang ke depan, 17% remaja sering menggunakan celana dalam ketat dalam aktivitas sehari-hari. 8,2% remaja yang sering memakai celana dalam dengan bahan bukan katun 2,5%

remaja yang sering memakai bersama pakaian dalam dan handuk dengan orang lain (Nurchandra, 2020).

Kasus keputihan patologi di Yogyakarta pada tahun 2016 sebanyak 3087 kasus dan sekitar 28,6% terjadi pada remaja usia 15-24 tahun. Data jumlah kasus IMS yang ditemukan pada tahun 2017 yaitu Kabupaten Gunungkidul sebanyak 40 kasus, Kabupaten Bantul sebanyak 334 kasus, Kabupaten Kulonprogo sebanyak 165 kasus, dan Kabupaten Sleman sebanyak 938 kasus. Hasil survei BKKBN tentang kebersihan menstruasi bahwa kota Yogyakarta 7%, Bantul 31%, Kulon Progo 27%, Gunung kidul 34% dan di Sleman kebersihan menstruasi buruk 83% remaja tidak tahu konsep kebersihan diri saat menstruasi yang benar. 61,8% tidak tahu persoalan sekitar masa subur dan masalah haid (Handayani, 2018). Dikabupaten Sleman Yogyakarta data jumlah penduduk remaja Usia 15-19 tahun Sebanyak 233.516 jiwa, dengan penduduk remaja usia 15-19 tahun berjenis kelamin Laki-laki sebanyak 118.680 jiwa dan penduduk berjenis kelamin perempuan sebanyak 114.836 jiwa (DKB, 2022). Menjaga kebersihan diri ketika menstruasi merupakan hal yang sangat penting, karena pembuluh darah di Rahim menjadi lebih rentan terhadap infeksi. Praktik kebersihan ini bertujuan untuk mencegah penyakit, meningkatkan kesejahteraan, dan menjaga kesehatan wanita (Sinaga, 2017).

Rendahnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi memungkinkan perempuan tidak berperilaku kebersihan diri pada saat menstruasi yang dapat membahayakan kesehatan reproduksi. Hal ini berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Lawrance Green bahwa tingkat pengetahuan akan mempengaruhi perilaku seseorang. Tingkat pengetahuan sendiri merupakan tingkatan seseorang tentang pengetahuan yang diperoleh melalui indra pendengaran dan indra penglihatan yang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, kemampuan memperoleh informasi, sosial, budaya, ekonomi, lingkungan, pengalaman, dan usia seseorang (Notoatmodjo, 2018). Melihat dari berbagai dampak negatif ketika kebersihan diri saat menstruasi buruk, maka remaja putri sangat perlu diberikan informasi yang baik dan positif melalui orang tua, teman sebaya, dan guru sekolah tentang menjaga kebersihan saat menstruasi (Anjan & Susanti, 2019).

Dampak kurangnya kebersihan diri saat menstruasi akan berdampak pada kesehatan dengan mengganti pembalut sesering mungkin dan membersihkan bagian vagina dan sekitarnya dari darah, dampak terhadap pendidikan dengan ketidakhadiran siswi perempuan saat menstruasi membuat ketinggalan pelajaran karena nyeri haid, dampak terhadap partisipasi sosial seperti larangan bermain di luar ketika menstruasi dan dampak terhadap lingkungan seperti tidak tersedianya

tempat untuk membuang pembalut sekali pakai akan mendorong siswi membuangnya di kloset yang mengakibatkan kloset tersumbat.

Pengetahuan *menstrual hygiene* sangat penting, karena pengetahuan yang baik dapat meningkatkan kesehatan, untuk itu kebersihan diri saat menstruasi perlu diperhatikan. Hal ini sangat penting untuk pengetahuan remaja putri khususnya pada anak kelas VII di karenakan remaja pertama yang banyak belum paham mengenai kebersihan diri saat menstruasi dengan baik.

## **B. Rumusan masalah**

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SMP Muhammadiyah 1 Godean dari 10 siswi pada kelas VII terdapat 4 orang (40%) mengalami keputihan yang gatal saat menstruasi. Dikarenakan kurangnya pengetahuan tentang kebersihan diri saat menstruasi, sehingga rumusan masalah yang mendasari penelitian ini adalah "bagaimana gambaran tingkat pengetahuan tentang *menstrual hygiene* pada remaja putri kelas VII di SMP Muhammadiyah 1 Godean?"

## **C. Tujuan penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan tentang *menstrual hygiene* pada remaja putri kelas VII Di SMP Muhammadiyah 1 Godean.

2. Tujuan khusus
  - a. Diketuainya karakteristik gambaran usia, sumber informasi dan status menstruasi pada remaja putri kelas VII tentang *menstrual hygiene* di SMP Muhammadiyah 1 Godean.
  - b. Diketuainya pengetahuan tentang *menstrual hygiene* di SMP Muhammadiyah 1 Godean.
  - c. Diketuainya tingkat pengetahuan berdasarkan karakteristik siswi kelas VII di SMP Muhammadiyah 1 Godean.

#### **D. Ruang lingkup**

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah ilmu kesehatan reproduksi tentang *menstrual hygiene*.

#### **E. Manfaat penelitian**

1. Manfaat teoritis

Melalui penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu bagi pembacanya, serta diharapkan dapat menjadi salah satu sumber informasi mengenai *menstrual hygiene*.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi remaja putri kelas VII

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi bagi remaja putri mengenai tingkat pengetahuan *menstrual hygiene* sehingga harapannya remaja putri di SMP Muhammadiyah 1

Godean dapat berperan dalam menjaga kebersihan diri saat menstruasi.

b. Bagi kepala sekolah SMP Muhammadiyah 1 Godean

hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk kepala sekolah dalam mengelola pengetahuan dilembaga pendidikan yang dipimpinnya dengan meningkatkan menjaga kebersihan diri saat menstruasi di lingkungan sekolah.

c. Hasil penelitian bagi guru UKS di SMP Muhammadiyah 1 Godean diharapkan dapat menjadi informasi mengenai tingkat pengetahuan *personal hygiene* sehingga diharapkan dapat bermanfaat untuk memberikan tindak lanjut bagi remaja putri di SMP Muhammadiyah 1 Godean kaitannya dengan *menstrual hygiene*.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan memberikan gambaran bagi peneliti mengenai tingkat pengetahuan remaja putri tentang tentang *menstrual hygiene*.

## F. Keaslian penelitian

Tabel 1. Keaslian penelitian

No	Peneliti dan judul Penelitian	Metode dan Hasil Penelitian	Persamaan/perbedaan dengan penelitian
1	Penelitian oleh : (Ningrum, 2023) dengan judul “Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Sikap <i>Personal hygiene</i> Saat Menstruasi Pada Remaja Putri kelas VIII Di Pondok Pesantren Al Imdad “	jenis penelitian: deskriptif sampel penelitian : total sampling data : primer instrumen penelitian : kuisisioner hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja putri kelas VIII di Pondok Pesantren Al Imdad terdapat 49 orang (73,13%) memiliki pengetahuan cukup, 11 orang (16,42%) memiliki pengetahuan baik dan 7 responden (10,45%) berperilaku kurang.	persamaan: jenis penelitian : deskriptif data: primer instrumen penelitian : kuisisioner perbedaan : subjek : kelas VII desain penelitian : cross sectional jumlah responden : 63 waktu penelitian : tahun 2025 lokasi penelitian: SMP Muhammadiyah 1 Godean.
2	Penelitian oleh : (Rini Fatimah 2019). dengan judul “ Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat Kelamin Pada Saat Menstruasi di SMU Negri 2 Kendari.”	jenis penelitian: deskriptif sampel penelitian : total sampling data : primer instrumen penelitian : kuisisioner hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja putri tentang kebersihan alat kelamin pada saat mentruasi tertinggi pada usia 16-19 tahun (37,5%), melalui dukungan masyarakat (37,5%), dan sumber dari orangtua (27,5%).	persamaan: jenis penelitian : deskriptif instrumen penelitian : kuisisioner perbedaan : tempat penelitian berada di Kendari, waktu Penelitian pada tahun 2019, judul, dan sampel penelitian.
3	Penelitian oleh : (Rahma, 2023) dengan judul “ Gambaran Tingkat Pengetahuan tentang <i>Menstrual Hygiene</i> Pada Remaja Putri kelas XI Di Pondok Pesantren Al Imdad “	Jenis penelitian: deskriptif Sampel penelitian : total sampling data : primer instrumen penelitian : kuisisioner hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja putri kelas XI 2 kelas di Pondok Pesantren Al Imdad terdapat 48 orang. 79,17% pengetahuan baik, 10,42% pengetahuan cukup dan pengetahuan kurang 10,42%.	persamaan: jenis penelitian : deskriptif data: primer instrumen penelitian : kuisisioner perbedaan : subjek : kelas VII desain penelitian : cross sectional jumlah Responden : 63 waktu penelitian : tahun 2025 lokasi penelitian:

Berdasar karakteristik sumber informasi melalui media 71,43% dan non media 82,35% mayoritas memiliki pengetahuan baik. Pendidikan orangtua dasar 77,78%, menengah 75,86%, dan tinggi 90% mayoritas pengetahuan baik.

---

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Telaah pustaka

##### 1. Konsep pengetahuan

###### a. Pengetahuan

Pengetahuan adalah hasil pengindraan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap suatu objek melalui indra yang dimilikinya sehingga menghasilkan pengetahuan. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indra pendengaran dan penglihatan. Pengetahuan seseorang terkait objek yang dilihatnya mempunyai intensitas atau tingkatan yang beraneka ragam (Notoatmodjo, 2018).

###### b. Pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan (Notoatmodjo, 2021) yaitu :

###### 1) Tahu (*know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.

###### 2) Memahami (*comprehension*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang

telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.

3) Aplikasi (*application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi kondisi real (sebenarnya). Aplikasi disini dapat diartikan aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.

4) Analisis (*analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata-kata kerja dapat menggambarkan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

5) Sintesis (*synthesis*)

Sintesis merupakan pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis itu suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

## 6) Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian penilaian ini berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada.

### c. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan, (Notoatmodjo, 2018) yaitu:

#### 1) Umur

Semakin bertambahnya umur seseorang, akan bertambah pula daya ingat seseorang. Umur seseorang akan berpengaruh pada penambahan pengetahuan yang dimilikinya, tetapi pada tingkatan umur tertentu atau semakin bertambahnya umur perkembangan tidak akan secepat seperti saat berusia belasan tahun.

#### 2) Intelegensi

Merupakan suatu kemampuan untuk berfikir yang berguna untuk beradaptasi disituasi yang baru. Intelegensi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi hasil dari proses belajar. Setiap orang memiliki perbedaan intelegensi sehingga berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan yang dimiliki.

### 3) Lingkungan

Pengetahuan yang dimiliki seseorang juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan. Lingkungan yang kondusif dan baik dengan lingkungan yang buruk akan mempengaruhi pada cara berfikir seseorang.

### 4) Sosial Budaya

Sosial budaya merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan yang dimiliki seseorang. Kebudayaan yang dimiliki setiap orang beragam sehingga pengetahuan yang dimiliki setiap orang dapat berbeda.

### 5) Pendidikan

Pendidikan adalah kegiatan atau proses pembelajaran yang diharapkan dapat meningkatkan kemampuan seseorang.

### 6) Informasi

Pengetahuan seseorang dapat meningkat dan berkembang karena melibatkan informasi yang baik dari berbagai media massa.

### 7) Pengalaman

Pengalaman merupakan faktor yang penting untuk mempengaruhi pengetahuan seseorang. Permasalahan yang dimiliki setiap orang dapat terpecahkan dengan berbagai pengalaman yang dihadapi pada masa lalu.

## 8) Pekerjaan

Pekerjaan seseorang akan menentukan gaya hidup serta kebiasaan dari masing-masing individu dalam hal ini pekerjaan mempunyai peranan yang penting dan berkaitan dengan pemikiran seseorang untuk menentukan jenis kontrasepsi yang akan digunakan. Penelitian yang dilakukan menemukan bahwa pekerjaan yang dilakukan akan mempengaruhi dalam penggunaan KB implan (Farlikhatun & Sireni, 2019).

### d. Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan cara membagikan angket yang menanyakan materi yang ingin diukur dari responden atau melalui wawancara langsung dengan subjek penelitian (Arikanto, 2019). Cara mengukur tingkat pengetahuan adalah memberikan pernyataan, kemudian membuat penilaian nilai 1 untuk jawaban benar dan 0 untuk jawaban yang salah berdasarkan kategori baik, cukup, dan 3 kurang, yang dibagi menjadi kategori:

- 1) Tingkat Pengetahuan Kategori Kurang (<56%)
- 2) Tingkat pengetahuan kategori Cukup (56%-75 %)
- 3) Tingkat Pengetahuan kategori Baik (>76%-100%)

## 2. Remaja

### a. Pengertian

Remaja berasal dari bahasa latin yakni *adolescere* yang artinya tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan (Rahayu, 2019). Masa remaja adalah suatu periode dalam perkembangan yang dialami seseorang yang terbentang sejak berakhir masa kanak-kanak sampai dengan awal masa dewasa. Pada masa kanak-kanak itu terjadi proses pertumbuhan biologis misalnya tinggi badan terus bertambah, sedangkan pada masa dewasa terjadi proses kematangan semua organ tubuh termasuk fungsi reproduksi dan kematangan kognitif yang ditandai dengan kemampuan berfikir secara abstrak.

Bawah ini beberapa definisi remaja menurut beberapa sumber sebagai berikut:

- 1) Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja adalah anak berusia 12-24 tahun.
- 2) Usia remaja menurut undang-undang perlindungan anak nomor 23 Tahun 2002 adalah 10–18 tahun.
- 3) Pada buku-buku pediatri, pada umumnya mendefinisikan remaja adalah bila seorang anak telah mencapai umur 10–18 tahun (untuk anak perempuan) dan 12–20 tahun (untuk anak laki-laki). Menurut undang-undang nomor 4 Tahun 1979 mengenai kesejahteraan anak, remaja adalah individu yang belum mencapai 21 tahun dan belum menikah.

- 4) Menurut undang-undang tentang p'lerburuhan, anak dianggap remaja apabila telah mencapai umur 16–18 tahun atau sudah menikah dan mempunyai tempat untuk tinggal.
- 5) Menurut Undang-undang tentang Perkawinan Nomor 1 Tahun 1974, anak dianggap sudah remaja apabila cukup matang untuk menikah, yaitu umur 16 tahun (untuk anak perempuan) dan 19 tahun (untuk anak laki-laki).
- 6) Menurut Pendidikan Nasional (Diknas), anak dianggap remaja bila anak sudah berumur 18 tahun, yang sesuai dengan saat lulus Sekolah Menengah.

### 3. Menstruasi

#### a. Pengertian

Menstruasi adalah periode pendarahan reguler yang terjadi pada wanita setiap bulan selama masa subur, kecuali jika terjadi kehamilan. Istilah lain untuk menstruasi meliputi mens, haid, atau datang bulan. Saat menstruasi, darah yang muncul berasal dari pengelupasan lapisan dalam rahim yang disebut endometrium. Darah ini mengalir dari rahim melalui leher rahim dan kemudian keluar melalui vagina. Proses alami ini biasanya berlangsung selama 2 hingga 8 hari. Volume darah yang dikeluarkan berkisar antara 10 hingga 80 mL per hari (Belayneh & Mekuriaw, 2019).

b. Siklus menstruasi

Normal berlangsung sekitar 21 hingga 35 hari. Namun, dalam beberapa situasi, menstruasi dapat berlangsung dalam interval waktu yang lebih lama, dan volume darah yang dikeluarkan dapat melebihi 80 mL per hari. Kondisi ini dikenal sebagai menoragia. Sementara itu, jika menstruasi berlangsung lebih dari 7 hari, kondisi tersebut disebut hipermenorea (Belayneh & Mekuriaw, 2019).

Dalam situasi lain, terdapat wanita yang tidak mengalami menstruasi sama sekali, yang dalam ranah medis dikenal sebagai amenorea. Selanjutnya, terdapat juga kondisi oligomenorea, di mana siklus menstruasi berlangsung lebih dari 35 hari, sementara jumlah perdarahan yang dikeluarkan tetap konstan. Selain itu, ada pula keadaan polimenorea, di mana seorang wanita mengalami menstruasi lebih sering (dengan siklus menstruasi lebih pendek, yaitu kurang dari 21 hari). Ketidak normalan ini dapat disebabkan oleh gangguan hormon.

c. Siklus menstruasi

Siklus menstruasi, menstruasi adalah peristiwa luruhnya lapisan bagian dalam dinding uterus atau disebut juga endometrium. Ketika terjadi menstruasi, lapisan endometrium yang mengandung sekitar 50-150 ml. darah, cairan jaringan, lendir, dan sel epitel meluruh dan keluar melalui vagina. Proses ini merupakan salah satu fase dari siklus menstruasi. Siklus menstruasi bertujuan menyiapkan dinding uterus untuk mendukung penempelan dan perkembangan zigot hasil fertilisasi.

Siklus menstruasi dibagi menjadi 4 fase, yaitu fase menstruasi, proliferasi, ovulasi, dan sekretori (Musmiah, 2019).

1) Fase menstruasi (hari ke-1 hingga ke-5).

Pada fase menstruasi, terjadi peluruhan dinding endometrium. Bersamaan dengan itu, sekelompok folikel di ovarium mulai berkembang karena pengaruh hormon FSH (*follicle-stimulating hormone*).

2) Fase Proliferasi (hari ke-6 hingga ke-13).

Pada fase proliferasi, folikel yang sedang berkembang menghasilkan hormon estradiol. Estradiol berperan dalam merangsang penebalan dinding endometrium. Setiap folikel mengandung satu sel telur. Meskipun banyak folikel yang berkembang di dalam ovarium, namun biasanya hanya satu folikel yang matang setiap bulannya. Folikel yang matang disebut folikel de graff.

3) Fase Ovulasi (hari ke-14).

Ketika folikel telah matang estradiol merangsang pembentukan hormon LH (*luteinizing hormone*) dalam jumlah banyak peningkatan LH secara mendadak menyebabkan sel telur keluar dari folikel yang telah matang. Peristiwa ini disebut ovulasi.

#### 4) Fase Sekretori (hari ke-15 hingga ke-28)

Sel telur dari ovarium ditangkap oleh fimbriae dan bergerak menuju tuba fallopi untuk dibuahi. Sementara itu, folikel yang telah pecah berubah menjadi korpus luteum. Korpus luteum menghasilkan estradiol dan progesteron yang berperan mempertahankan penebalan dinding endometrium.

Jika sel telur di tuba fallopi tidak dibuahi oleh sperma, maka korpus luteum akan rusak sehingga produksi estradiol dan progesteron berhenti. Akibatnya, dinding endometrium yang menebal akan luruh dan terjadilah menstruasi. Nyeri perut yang ringan selama menstruasi adalah hal yang normal. Hal ini terjadi karena kontraksi uterus untuk mengeluarkan luruhan dinding endometrium. Menstruasi akan terus berlangsung hingga perempuan mengalami menopause.

#### 4. *Menstrual hygiene*

##### a. Pengertian

*Menstrual hygiene* merupakan bagian dari *personal hygiene*. Kebersihan menstruasi merupakan pengelolaan kebersihan dan kesehatan pada saat perempuan mengalami menstruasi sebagai bagian dari rutinitas perawatan kebersihan diri dengan konsep bersih (WHO, 2018). Sehingga pada saat menstruasi, menjaga kebersihan organ reproduksi harus secara ekstra terutama pada bagian vagina. Karena saat menstruasi, organ kewanitaan sangat rentan terhadap bakteri atau

infeksi seperti infeksi saluran kencing, saluran reproduksi, dan iritasi pada kulit (Kemenkes, 2017).

*Menstrual hygiene* kemungkinan besar dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan remaja akan kebersihan diri yang menjadi bekal untuk remaja berperan dan berperilaku (Nyamin, 2022). Namun kenyataannya di lingkungan sekitar remaja, seringkali orangtua atau keluarga merasa tidak nyaman membicarakan masalah seksual dengan si anak, sehingga menyebabkan remaja perempuan kurang mendapatkan informasi cukup tentang *menstrual hygiene* (Nurhaeni, 2018).

Selain itu tindakan yang dapat dilakukan untuk merawat organ seksual antara lain mengusahakan vagina senantiasa kering dan tidak lembab, selalu mencuci tangan sebelum menyentuh vagina, mempraktekkan cara menyeka dengan benar dari depan ke belakang, menghindari penggunaan handuk orang lain untuk mengeringkan vagina kita, menggunakan celana dalam tidak ketat, bersih dan terbuat dari katun atau daya serap keringat baik dan menghindari menggunakan alat pembersih kimiawi tertentu karena dapat merusak keasaman pada vagina (Bangu, 2022). Tujuan *menstrual hygiene* adalah sebagai perilaku pemeliharaan kesehatan individu yang dilakukan selama masa menstruasi agar mendapatkan kesejahteraan fisik, psikis, dan meningkatkan derajat kesehatan reproduksi,

b. Perilaku dalam *menstrual hygiene management*

1) Kebersihan tubuh

Salah satu hal penting yang perlu diperhatikan saat menstruasi adalah kebersihan tubuh. Setidaknya mandi sehari sebanyak 2 kali, pada saat mandi organ reproduksi perlu dibersihkan dengan cermat, dan mencuci rambut setidaknya 2 kali dalam satu minggu (Sinaga, 2017).

2) Cara membersihkan daerah kewanitaan

Setelah BAK atau BAB, alat reproduksi perlu dibersihkan dengan cara membasuh dari arah depan ke belakang (vagina ke arah anus). Jika dilakukan sebaliknya, bakteri yang terdapat di area anus akan terbawa ke depan dan dapat masuk ke dalam vagina. Harus dipastikan juga tidak ada sisa kotoran BAK/BAB yang tersisa agar tidak menimbulkan infeksi. Saat membasuh sebaiknya menggunakan air bersih yang mengalir.

3) Penggunaan pakaian dalam

Penggunaan pakaian dalam sebaiknya menggunakan bahan katun agar dapat menyerap keringat. Kebersihan pakaian dalam juga perlu diperhatikan. Mengganti pakaian dalam dilakukan minimal 2 kali dalam 1 hari. Jika tidak mengganti pakaian dalam secara rutin, akan menciptakan kondisi lembab yang dapat menjadikan pemicu tumbuhnya jamur dan bakteri yang dapat mengganggu kesehatan reproduksi. Hindari penggunaan pakaian

dalam yang ketat karena akan menekan daerah kewanitaannya dan membuat kondisi menjadi lembab serta rentan iritasi seperti gatal, kemerahan karena gesekan. Hindari juga pemakaian handuk bersama dengan orang lain untuk menghindari penularan penyakit menular seksual. Ketika menstruasi, pakaian dalam akan lebih kotor dari biasanya.

#### 4) Penggunaan pembalut

Pembalut adalah produk yang berbentuk lembaran berbahan selulosa atau sintetis untuk menyerap cairan menstruasi atau cairan dari vagina. Penggunaan produk ini berkontak langsung dengan permukaan vagina yang sensitif sehingga kebersihannya harus dijaga. Kemasan yang dibeli harus dipastikan ke higienisan, dan segel atau bungkus yang masih tertutup rapat. Pengecakan tanggal kadaluarsa pembalut juga harus diperhatikan. Pembalut yang kadaluarsa tidak sehat jika digunakan, karena pembalut juga mengandung bahan kimia yang dalam waktu tertentu dapat tidak efektif lagi dan memiliki dampak bagi tubuh.

Pemilihan penggunaan pembalut harus yang permukaannya lembut dan lentur untuk menghindari gesekan yang berlebihan pada organ kewanitaannya. Jika timbul lecet, luka akan terbuka dan menjadi radang, hal ini juga disebabkan karena organ kewanitaannya lembab karena sedang menstruasi. Hindari penggunaan pembalut dengan menggunakan pewangi atau gel karena mengandung banyak bahan

kimia yang dapat menimbulkan iritasi ataupun alergi. Perlu dilakukan penggantian pembalut minimal 3-4 jam sekali, atau saat terasa sudah penuh dan lembab. Sebelum dan sesudah mengganti pembalut harus mencuci tangan dengan sabun terlebih dahulu lalu dilanjutkan dengan membasuh dengan cara yang benar, dikeringkan, dan diganti dengan pembalut yang baru. Jika menggunakan pembalut yang hanya digunakan sekali, sebaiknya dicucui terlebih dahulu sebelum dibuang, digulung dengan rapih, dimasukkan ke dalam kantong plastic, lalu dibuang ketempat sampah khusus. Tidak diben\arkan membuang di kloset kamar mandi atau di sembarang tempat sampah.

##### 5) Penggunaan *pantyliner*

*Pantyliner* biasanya digunakan oleh wanita saat mengalami keputihan atau untuk mengurangi lembaban. Seperti pembalut, penggunaannya juga perlu diperhatikan. Pemakaian *pantyliner* setiap hari tidak dianjurkan apabila tidak sedang mengalami keputihan karena akan menutup sirkulasi sehingga menyebabkan vagina menjadi panas dan semakin lembab. Hidari juga penggunaan *pantyliner* yang mengandung parfum atau pewangi karena akan beresiko menimbulkan iritasi dan alergi (Sinaga, 2017).

#### 6) Penggunaan cairan pembersih

Penggunaan cairan pembersih akan mengganggu pH pada daerah kewanitaan. Bila digunakan setiap hari akan membunuh bakteri baik dan memicu tumbuhnya jamur dan penyebab penyakit. Hindari penggunaan bedak atau deodoran vagina karena bedak akan terkumpul di sela sela lipatan daerah kewanitaan yang berpotensi menimbulkan bakteri yang menyebabkan infeksi (Sinaga, 2017).

#### 7) Mengeringkan daerah kewanitaan

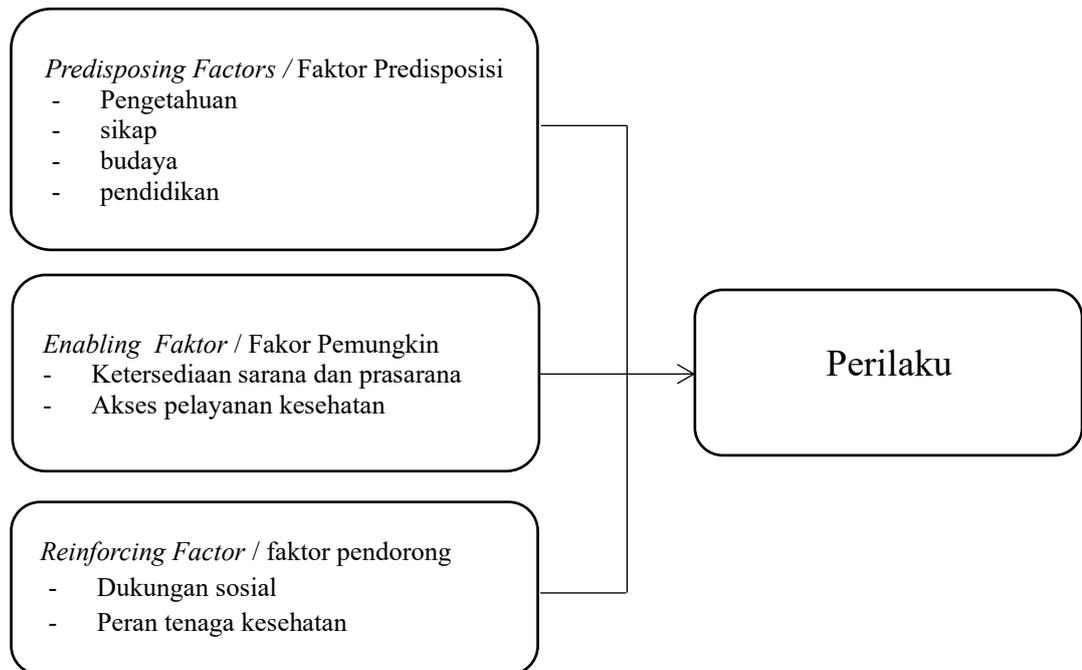
Keringkan daerah kewanitaan menggunakan tisu atau handuk yang bersih setelah BAK/BAB. Perhatikan jenis kertas tisu yang digunakan. Tisu yang baik digunakan adalah tisu yang tidak mengandung parfum dan bahan kimia berbahaya (Sinaga, 2017).

#### c. Tujuan *personal hygiene* saat menstruasi

Tujuan dari perawatan selama menstruasi adalah untuk pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan selama masa menstruasi sehingga mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta dapat meningkatkan derajat kesehatan seseorang, serta tujuan dilakukannya *personal hygiene* yaitu:

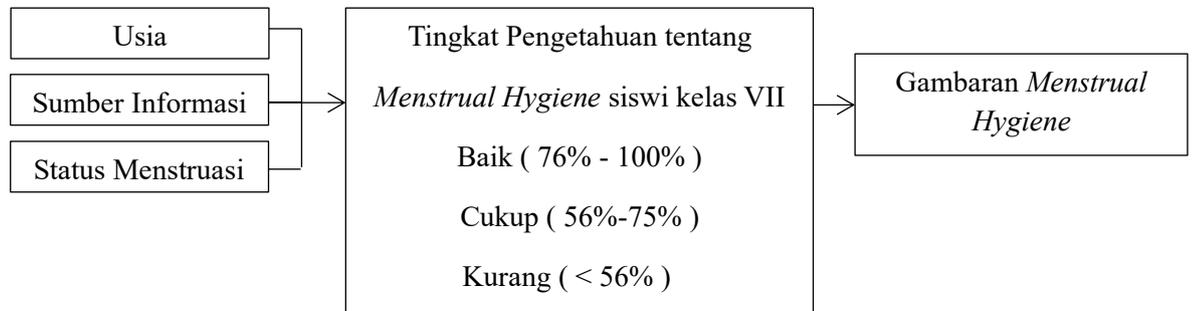
- 1) Meningkatkan derajat kesehatan seseorang
- 2) Memelihara, mencegah, memperbaiki kebersihan diri seseorang
- 3) Meningkatkan rasa percaya diri
- 4) Menciptakan keindahan (Gultom RU, 2021).

## B. Kerangka teori



Gambar 1. Kerangka teori  
Sumber: Kerangka teori Lawrance Green, Notoatmodjo 2010

### C. Kerangka konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

### D. Pertanyaan penelitian

Bagaimana Tingkat pengetahuan tentang *menstrual hygiene* pada Remaja Putri kelas VII di SMP Muhammadiyah 1 Godean 2025?

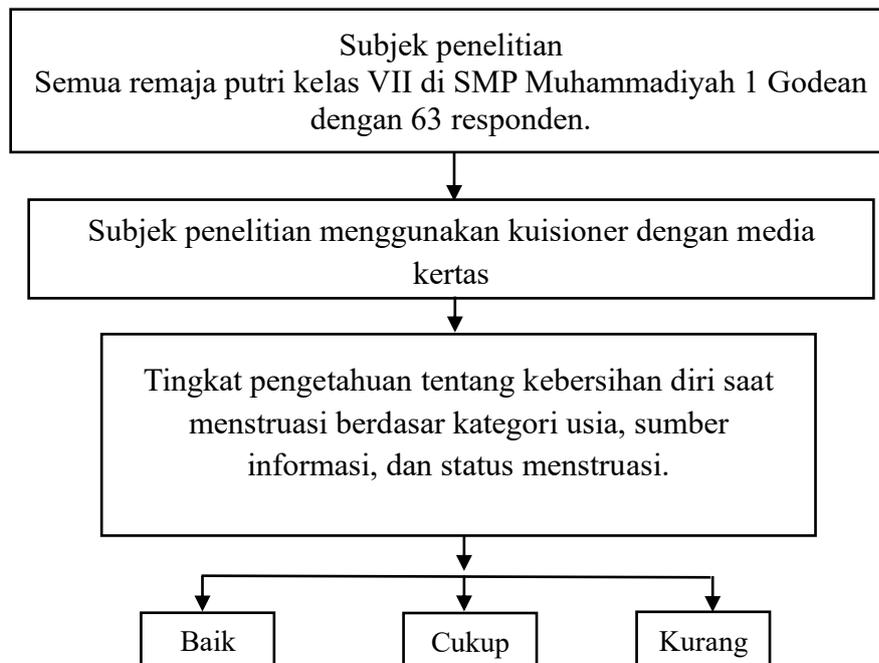
## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis dan desain penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Metode penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau deskriptif, tentang suatu keadaan secara objektif. Pada penelitian ini penulis ingin menggambarkan pengetahuan remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

Desain penelitian ini menggunakan pendekatan cross-sectional, yaitu penelitian dimana variabel atau kasus yang terjadi diukur atau dikumpulkan secara simultan dalam waktu yang bersamaan (Notoatmodjo, 2018). Secara sistematis desain penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 3. Desain penelitian

## **B. Subjek penelitian**

Subjek dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Godean sebanyak 63 populasi.

## **C. Populasi dan sampel**

### 1. Populasi

Populasi yang diambil dalam penelitian ini yaitu seluruh siswi kelas VII di SMP Muhammadiyah Godean berjumlah 63.

### 2. Sampel

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan seluruh populasi pada seluruh siswi kelas VII di SMP Muhammadiyah Godean.

### 3. Besar sampel

Sampel terdiri atas bagian populasi yang dapat digunakan sebagai subyek penelitian melalui sampling. Jumlah sampel yang di ambil dalam penelitian ini adalah 63.

## **D. Waktu dan tempat penelitian**

### 1 Waktu penelitian

Waktu penelitian ini di lakukan bulan Juni 2025

### 2 Tempat penelitian

Tempat penelitian ini di laksanakan di SMP Muhammadiyah 1 Godean.

## E. Variabel penelitian

Dalam penelitian ini terdapat 3 macam variable yaitu:

1. Variabel bebas (*independent*) yaitu variabel yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terikat (*dependen*). Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu pengeahuan tentang *menstrual hygiene*.
2. Variabel terikat (*dependent*) yaitu variabel yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu peningkatan kebersihan *menstruasi*.
3. Variable kontrol (*control variable*) variable yang di jaga konstan oleh peneliti untuk memastikan bahwa perubahan pada variabel terikat hanya di sebabkan oleh variabel bebas, bukan variabel lain

## F. Definisi oprasional variabel atau batasan istilah

Tabel 2. Definisi Operasional Variabel

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Kategori	Skala
1	Tingkat pengetahuan tentang <i>menstrual hygiene</i>	Kemampuan responden menjawab pertanyaan dalam kuisisioner secara benar tentang <i>menstrual hygiene</i> .	kuisisioner	Baik : 76-100% benar cukup : 56-75% benar Kurang : <56% benar.	Ordinal
2	Usia	Lamanya hidup yang dicapai remaja sampai saat ini yang di peroleh dari pengisian biodata kuisisioner penelitian.	kuisisioner	13 tahun 14 tahun	Ordinal
3	Sumber informasi	Cara responden memperoleh pengetahuan tentang <i>menstrual hygiene</i> sesuai sumber terbaru	kuisisioner	Orang tua /saudara, guru, teman, sosial media ( tik-tok, ig, twitter).	Nominal

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Kategori	Skala
4	Status menstruasi	Mengetahui pengetahuan responden tentang <i>menstrual hygiene</i>	kuisisioner	Responden sudah menstruasi dan responden yang belum menstruasi.	Nominal

### G. Jenis dan teknik pengumpulan data

Jenis data dalam penelitian yang dilaksanakan adalah data primer yang diperoleh dari tingkat pengetahuan responden secara langsung melalui kuisisioner kepada remaja putri kelas VII di SMP Muhammadiyah 1 Godean. Teknik pengumpulan data dimulai dari mengisi lembar persetujuan menjadi responden yang disetujui oleh pengelola, kemudian membagikan kuisisioner kepada remaja putri kelas VII di SMP Muhammadiyah 1 Godean dan peneliti memberikan petunjuk cara pengisian, kemudian pengisian lalu kuisisioner dikumpulkan, semua data yang sudah terkumpul diolah dan dianalisis dan dimasukkan ke dalam master tabel.

### H. Alat ukur/instrumen dan bahan penelitian

Instrumen yang di gunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah:

1. Lembar *informed consent*

Lembar ini digunakan untuk pernyataan kesediaan siswi yang sudah terpilih menjadi responden penelitian. Responden diminta untuk memilih pilihan “bersedia” atau “tidak bersedia” menjadi responden penelitian.

## 2. Kuisisioner

Instrumen penelitian adalah suatu alat ukur yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati. Secara spesifik semua fenomena ini disebut variabel penelitian (Oktaviani, 2019). Alat ukur/instrumen dan bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner tentang tingkat pengetahuan remaja putri mengenai *menstrual hygiene*. Sementara pengertian kuisisioner atau angket adalah daftar pernyataan yang sudah disusun dengan baik, sudah matang, di mana responden tinggal memberikan jawaban atau dengan memberikan tanda-tanda tertentu. kuisisioner yang digunakan adalah kuisisioner adopsi dari penelitian sebelumnya yang dila

kukan oleh Anindya Aulia Rahma pada tahun 2023 dengan judul penelitian "Gambaran Tingkat Pengetahuan tentang *Menstrual Hygiene* Pada Remaja Putri dengan Media Audiovisual Siswi di Pondok Pesantren Al-Imdad " tidak terdapat modifikasi. Peneliti tidak perlu melakukan uji validitas karena kuisisioner yang digunakan telah dilakukan uji validitas dengan peneliti sebelumnya. Kuisisioner yang digunakan dalam penelitian ini merupakan kuisisioner yang bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan Siswi putri tentang *menstrual hygiene*. Pengukuran itu sendiri dapat berupa angket berisi pertanyaan tertutup sehingga responden memilih jawaban antara benar atau salah. Pada penelitian ini menggunakan kuisisioner

modifikasi dari kuisisioner (Rahma, 2023) dengan judul “ Gambaran Tingkat Pengetahuan tentang *Menstrual Hygiene* Pada Remaja Putri Kelas XI Di Pondok Pesantren Al Imdad “ Pada kuisisioner penelitian tingkat pengetahuan tentang *menstrual hygiene* ini menggunakan skala Guttman Tyang hanya terdiri dua pilihan jawaban benar dan salah. Pertanyaan benar diberi nilai 1 dan pertanyaan salah diberi 0.

Tabel 3. Kisi-kisi kuisisioner tingkat pengetahuan

Variabel	Sub variabel	Nomor item pertanyaan	Jumlah
Tingkat pengetahuan tentang kebersihan diri saat menstruasi	Pengetahuan tentang menstruasi	1,2,3,4,5,6,7,10,11,12	10
	Pengertian kebersihan saat mesntruasi	8,9	2
	cara menjaga kebersihan menstruasi	14,15,16,17,18,19, 20,21,22,23,24,25,26,29	14
	dampak tidak menjga kebersihan menstruasi	13,27,28,30	4
Jumlah			30

## I. Uji validitas dan rehabilitas instrument

### 1. Uji validitas

Validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkatan suatu instrumen dapat dikatakan valid atau sah (Notoatmodjo, 2018). Uji validitas digunakan untuk mengukur valid atau tidaknya suatu kuisisioner. kuisisioner dikatakan valid apabila pertanyaan pada kuisisioner mampu mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuisisioner tersebut (Ghozali, 2018). Kuisisioner yang digunakan adalah kuisisioner adopsi dari penelitian sebelumnya yang dilakukan Anindya Aulia Rahma dengan judul

“ Gambaran Tingkat Pengetahuan tentang *Menstrual Hygiene* Pada Remaja Putri kelas XI Di Pondok Pesantren Al Imdad “ tidak ada modifikasi. Peneliti tidak melakukan uji validitas karena kuesioner yang digunakan sudah dilakukan uji validitas dengan perolehan hasil nilai 0,379 sampai 0,623 dan hasil uji reabilitas instrument menunjukkan hasil yang reliabel dengan perolehan nilai alfa cronbath yaitu 0,742 dan 0,710 dikatakan reliabel karena alfa cronbath  $>70$  (Notoatmodjo, 2018).

## 2. Uji reabilitas

Uji reliabilitas pada suatu instrument penelitian adalah sebuah uji yang digunakan untuk mengetahui apakah kusioner yang digunakan dalam pengambilan data penelitian sudah dapat dikatakan reliabel atau tidak pada uji reliabilitas penelitian ini dilakukan dengan menggunakan alpha cronbach (Dewi, 2020).

Rumus ini digunakan untuk mencari reabilitas instrument yang skornya berbentuk skala. Instrumen dikatakan reliabel apabila  $r$  hitung  $> r$  tabel pada taraf signifikansi 5% Peneliti menggunakan bantuan komputer untuk melakukan uji reliabilitas sehingga didapatkan hasil semua butir pertanyaan nilai reliabilitas pengetahuan.

## J. Prosedur penelitian

1. Tahap persiapan
  - a. Pengumpulan artikel, studi pendahuluan, pembuatan proposal karya tulis ilmiah, konsultasi dengan dosen pembimbing.
  - b. Mengurus izin pelaksanaan penelitian di Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
  - c. Peneliti datang ke SMP Muhammadiyah 1 Godean untuk melakukan penelitian bulan Juni 2025.
  - d. Melakukan diskusi untuk mengumpulkan remaja putri dengan ketua kelas dan guru disatu tempat.
2. Tahap Pelaksanaan
  - a. Peneliti datang ke SMP Muhammadiyah 1 Godean untuk melakukan konfirmasi dengan guru untuk menentukan jadwal dan waktu penelitian tanpa mengganggu kegiatan belajar di Sekolah.
  - b. Penelitian dilakukan pada bulan Juni 2025.
  - c. Membagikan kuisisioner pengetahuan tentang *menstrual hygiene* sendiri untuk diisi oleh responden dan menjelaskan cara pengisian kuisisioner.
  - d. Memberikan kesempatan kepada responden dalam pengisian kuisisioner dengan waktu maksimal 20 menit.
  - e. Setelah pengisian kuisisioner selesai, kuisisioner dikumpulkan, kemudian data yang terkumpul diolah dan dilakukan analisis oleh peneliti

### 3. Tahap pengolahan data

- a. Melakukan pengolahan dan analisis data hasil jawaban kuisisioner
- b. Menarik kesimpulan
- c. Menyusun dan mendokumentasikan laporan penelitian

### 4. Tahap pelaporan

Data yang telah diolah dan didokumentasikan dalam bentuk laporan penelitian, hasil penelitian dilaporkan melalui kegiatan diskusi dan konsultasi dengan pembimbing teknis pelaksanaan penelitian. kegiatan dilanjutkan dengan mempresentasikan hasil penelitian

## **K. Analisis data**

### 1. Plan data

Pengolahan data dalam penelitian ini dilakukan dengan melalui beberapa tahapan antara lain :

#### a. Tahap pemeriksaan data (*editing*)

*Editing* merupakan kegiatan yang dilakukan untuk mengecek kelengkapan data pada kuisisioner (berupa identitas responden, lembar kuisisioner, dan kelengkapan isian kuisisioner). Pemeriksaan data dilakukan agar jika terdapat ketidaksesuaian kelengkapan kuisisioner dapat segera dilengkapi.

#### b. Tahap pemberian kode (*coding*)

Mengubah data berbentuk huruf menjadi berbentuk angka, guna memudahkan saat menganalisa dan juga mempercepat proses *entry* data. Sebagai data primer diperoleh langsung dari responden

melalui kuisisioner, kuisisioner yang telah di isi kemudian dirubah dalam bentuk angka dengan diberikan skor dan kode yang bertujuan untuk memudahkan dalam proses analisis.

Skor variabel:

1) Pengetahuan

- a) Jika dicentang benar (B) diberi Skor 1
- b) Jika dicentang salah (S) diberi Skor 0

Selanjutnya menghitung persentase jawaban setiap responden pada masing-masing variabel dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Presentase} = \frac{\text{Skor yang diperoleh}}{\text{Skor maksimal}} \times 100\%$$

Keterangan :

**Skor yang diperoleh** = Jumlah skor dari jawaban benar responden

**Skor maksimal** = Total Skor tertinggi yang diapai untuk variabel tersebut.

**100%** = Untuk mengubah ke dalam bentuk presentase

2) Pengetahuan

- a) Baik jika nilai 76%-100% diberi kode 1
- b) Cukup nilai 56% -75% diberi kode 2
- c) Kurang nilai <56% diberi kode 3

## 3) Usia

a) 13 Tahun kode 1

b) 14 Tahun kode 2

## 4) Sumber informasi

a) Orang tua kode 1

b) Guru kode 2

c) Teman kode 3

d) Media sosial (tik-tok, ig, twitter) kode 4

c. Tahap *entry data (processing)*

Tahap processing merupakan tahap peneliti memasukkan data atau jawaban dari setiap responden secara kolektif agar data mudah dianalisa.

2. Tahap tabulasi data (*tabulating*)

Tahap tabulasi data merupakan proses penyusunan dan analisis data dalam bentuk tabel atau pembuatan tabel yang berisi data berkode sesuai dengan analisis yang dibutuhkan dengan tujuan untuk memudahkan dalam proses analisis penelitian.

## 3. Analisis data

Pada penelitian ini teknik analisis data yang digunakan yaitu analisa univariat, analisa univariat yaitu analisa yang digunakan untuk menjelaskan karakteristik masing – masing variabel yang telah di teliti.

a. Analisis univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Analisis univariat yang dilakukan untuk memperoleh gambaran distribusi frekuensi, disajikan dalam bentuk tabel atau grafik untuk mengetahui.

**L. Etika penelitian**

Dalam melakukan penelitian ini peneliti mendapatkan izin dari ketua program DIII kebidanan dan ketua jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta dengan mengajukan perizinan kepada kepala SMP Muhammadiyah 1 Godean. Peneliti membagikan lembar persetujuan (Informed Consent) dan kuisisioner. Untuk menjaga kerahasiaan responden maka nama responden tidak dicantumkan tetapi menggunakan kode. Dalam melakukan penelitian ada 4 prinsip yang harus dipegang teguh (Notoatmodjo, 2018), yaitu:

a. Menghormati harkat dan martabat manusia

Peneliti perlu mempertimbangkan hak-hak subjek penelitian untuk mendapat informasi tentang tujuan peneliti melakukan penelitian tersebut. Penelitian ini dilaksanakan setelah mendapatkan persetujuan dari pihak Sekolah. Selain itu peneliti juga memberikan kebebasan kepada subjek untuk memberikan informasi atau tidak (berpartisipasi). Peneliti menyertakan surat pengantar kuisisioner dan surat persetujuan menjadi responden (*inform consent*) yang meliputi penjelasan manfaat

dan ketidaknyamanan yang timbul serta jaminan kerahasiaan terhadap identitas dan informasi yang diberikan.

- b. Menghormati privasi dan kerahasiaan (*respect for privacy and confidentiality*)

Peneliti menjamin kerahasiaan informasi yang akan dikumpulkan dalam penelitian, beberapa kelompok data tertentu yang akan dilaporkan dalam hasil penelitian.

- c. Keadilan dan inklusivitas/keterbukaan (*respect for justice and inclusiveness*)

Prinsip keterbukaan dan adil perlu dijaga oleh peneliti dengan hati-hati, keterbukaan, kejujuran. Dalam penelitian ini, peneliti menjelaskan prosedur penelitian kepada subjek penelitian yaitu remaja putri kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Godean. Prinsip keadilan ini menjamin bahwa semua subjek penelitian memperoleh keuntungan dan perlakuan yang sama tanpa membedakan agama, etnis, gender, dan sebagainya.

- d. Memperhitungkan manfaat dan kerugian (*balancing harms and benefits*)

Peneliti berusaha meminimalisir dampak yang merugikan bagi responden. Segala informasi yang diperoleh melalui penelitian ini hanya digunakan untuk keperluan penelitian dan tidak akan digunakan untuk kepentingan yang lain yang tidak berhubungan dengan penelitian.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran lokasi penelitian**

##### **1. Gambaran umum lokasi penelitian**

Lokasi penelitian dilakukan di SMP Muhammadiyah 1 Godean yang terletak di kecamatan Godean, kabupaten Sleman, daerah Istimewa Yogyakarta. Lokasi berada di daerah Perdesaan, Lahan cukup luas. SMP Muhammadiyah 1 Godean merupakan salah satu sekolah swasta yang berada dibawah naungan Majelis Pendidikan Dasar dan Menengah Pimpinan Daerah Muhammadiyah Sleman. Sekolah Ini di kenal sebagai sekolah yang memiliki lingkungan belajar yang disiplin, serta mengembangkan karakter siswa melalui pendidikan berbasis nilai-nilai islam.

Fasilitas yang tersedia di sekolah ini cukup lengkap, seperti ruang kelas yang memadai, Laboratorium, Perpustakaan, Mushola, dan Lapangan olahraga. Jumlah siswa di SMP Muhammadiyah 1 Godean cukup bervariasi dari tahun ke tahun. Untuk tahun ajaran saat ini di lakukan penelitian terdapat lima kelas di tingkat kelas VII dengan Jumlah siswi yang memadai untuk di jadikan Responden. Dukungan dari pihak sekolah, khususnya guru-guru yang sangat membantu kelancaran pelaksanaan penelitian.

## B. Hasil penelitian

Penelitian ini dilaksanakan tanggal 17 Juni 2025 di SMP Muhammadiyah 1 Godean, Sleman, Yogyakarta dengan tujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang *menstrual hygiene* pada siswi kelas VII.

Responden dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII berjumlah 63 responden. Data yang diambil merupakan data primer yaitu tingkat pengetahuan *menstrual hygiene* kelas VII. Data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Tabel distribusi frekuensi tersebut sebagai berikut :

### a. Karakteristik responden

Tabel 4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik di kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Godean.

No	Karakteristik	Kategori	Frekuensi ( f )	Presentase ( % )
1	Usia	13 Tahun	45	71,4
		14 Tahun	18	28,6
		<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>
2	Sumber informasi	Orang Tua/Saudara	28	44,4
		Guru	9	14,3
		Teman	6	9,5
		Media Sosial	20	31,7
		<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>
3	Status Menstruasi	Sudah	58	92,1
		Belum	5	7,9
		<b>Total</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>

Tabel 4. menunjukkan bahwa karakteristik berdasarkan jumlah Usia 13 tahun sebanyak 45 responden dengan persentase (71,4%) sedangkan usia 14 tahun sebanyak 18 responden (28,6%). Karakteristik berdasarkan sumber informasi orang tua/saudara sebanyak 28 responden

(44,4%), sumber informasi berdasar guru terdapat 9 responden (14,3%) dan sumber informasi melalui teman 6 responden (9,5%), media sosial sebanyak 20 responden (31,7%). Berdasarkan siswi yang sudah menstruasi yaitu terdapat 58 responden dengan presentase (92,1%), siswi yang belum menstruasi sebanyak 5 responden (31,7%).

Tabel 5. Distribusi frekuensi siswi kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Godean berdasarkan Tingkat pengetahuan tentang *Menstrual Hygiene*.

<b>Karakteristik</b>	<b>Frekuensi ( f )</b>	<b>Presentase ( % )</b>
Baik ( 76-100%)	55	87,3
Cukup (56-75%)	8	12,7
Kurang (< 56%)	0	0,0
<b>Jumlah</b>	<b>63</b>	<b>100,0</b>

Tabel 5. Distribusi frekuensi siswi kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Godean berdasarkan Tingkat pengetahuan tentang *menstrual hygiene* dalam kategori baik yaitu sebanyak 55 responden (87,3%), kategori cukup sebanyak sebanyak 8 responden (12,7%) dan kategori kurang sebanyak 0 responden 0%. Dengan kategori baik dan cukup rata-rata responden salah menjawab di soal nomor 2 tentang luruhnya lapisan dinding rahim di akibatkan karena tidak adanya pemuahan pada sel telur dengan presentase (44,4%) dan 6 tentang siklus normal menstruasi (28,1%) dengan yang menjawab benar sebanyak 39 responden.

Tabel 6. Tabel silang tingkat pengetahuan siswi putri kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Godean.

KARAKTERISTIK	KATEGORI					
	BAIK		CUKUP		JUMLAH	
	N	%	N	%	N	%
<b>USIA</b>						
13 Tahun	41	91,1	4	8,9	45	100,0
14 Tahun	14	77,8	4	22,2	18	100,0
Total	55	87,3	8	12,7	63	100,0
<b>SUMBER INFORMASI</b>						
1. Orang tua	24	85,7	4	14,3	28	100,0
2. Guru	7	77,8	2	22,2	9	100,0
3. Teman	4	66,7	2	33,3	6	100,0
4. Mesia sosial	20	100,0	0	0,0	20	100,0
Total	55	87,3	8	12,7	63	100,0
<b>SUDAH MENSTRUASI</b>						
1. Sudah	52	89,7	6	10,3	58	100,0
2. Belum	3	60,0	2	40,0	5	100,0
Total	55	87,3	8	12,7	63	100,0

Tabel 6. Menunjukkan bahwa responden dengan kategori baik dengan karakteristik usia 13 tahun sebanyak 45 responden (91,1%) sisanya 4 responden (8,9%) dalam kategori cukup. Sedangkan responden dengan usia 14 tahun berjumlah 18 responden (77,8%) memiliki pengetahuan baik dan cukup ada 4 responden (22,2%). Kategori baik dengan karakteristik sumber informasi dari orangtua mayoritas memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu 24 responden 85,7% dan (14,3%) pengetahuan Cukup. Sementara sumber informasi didapatkan melalui Guru sebanyak 9 responden, terdiri atas 7 responden (77,8%) dengan pengetahuan baik dan 2 orang (22,2%) Cukup. informasi dari teman terdapat 4 responden (66,7%) dalam kategori baik 2 responden (33,3%)

Cukup. media sosial terdapat 20 responden seluruhnya (100%), Berdasarkan Status Menstruasi yang sudah menstruasi sebanyak 38 responden (89,5%) dan 6 responden berpengetahuan cukup (10,5%). Sedangkan yang belum menstruasi terdapat 5 responden berpengetahuan baik (60%) sementara Cukup terdapat 2 responden (40%) cukup.

### C. Pembahasan

#### 1. Tingkat pengetahuan tentang *menstrual hygiene*

Sebagian besar siswi kelas VII memiliki pengetahuan dalam kategori baik ( 87,3%), yang menunjukkan bahwa mayoritas sudah memahami konsep dasar kebersihan menstruasi, seperti pentingnya mengganti pembalut secara teratur, cara mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, serta pentingnya menjaga genetalia. Hal ini mencerminkan bahwa informasi yang diterima dan yang telah di pelajari kini terserap dengan baik dan mendukung perilaku hidup bersih dan sehat selama menstruasi. Tingkat pengetahuan yang masih dalam kategori cukup mungkin dikarenakan responden lebih banyak mencari informasi dari sumber yang kurang akurat, sehingga pemahaman responden tentang *menstrual hygiene* menjadi tidak tepat, yang mengakibatkan pengetahuan yang baik tidak menjadi optimal.

#### 2. Karakteristik berdasar usia

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa mayoritas responden berada pada usia 13 tahun sebanyak 71,4%, dan sebagian besar dari mereka memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik. Secara teoritis,

usia berpengaruh terhadap perkembangan kognitif dan kemampuan seseorang dalam menerima serta mengolah informasi.

Menurut teori perkembangan kognitif Piaget remaja berusia 12 tahun ke atas telah memasuki tahap operasional formal, di mana individu sudah mampu berpikir secara abstrak, logis, dan sistematis. Dengan kemampuan ini, remaja mampu memahami konsep-konsep kesehatan secara lebih baik, termasuk pentingnya menjaga kebersihan saat menstruasi (WHO, 2022).

Selain itu dalam teori social cognitive, usia berhubungan erat dengan meningkatnya pengalaman belajar dan pemrosesan informasi. Semakin bertambah usia, individu memiliki lebih banyak kesempatan memperoleh informasi dari lingkungan sekitar, seperti orang tua, guru, media, maupun pengalaman pribadi. Remaja usia 13 tahun umumnya telah mengalami menstruasi pertama, sehingga pengalaman langsung tersebut juga berkontribusi pada meningkatnya pengetahuan mereka (Bandura, 2020).

Penelitian ini juga sejalan dengan pendekatan *Social-Ecological Model* yang menempatkan usia sebagai bagian dari faktor individu dalam pembentukan perilaku kesehatan. Pada usia 13 tahun, remaja sudah mulai mandiri dalam mencari informasi dan membangun persepsi terhadap isu-isu kesehatan, termasuk kebersihan menstruasi. Kematangan usia ini memungkinkan mereka tidak hanya menerima informasi, tetapi juga memahaminya dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

Kelompok usia 10–14 tahun adalah fase krusial dalam pemberian edukasi kesehatan reproduksi. Apabila informasi diberikan pada usia yang tepat, maka remaja akan lebih siap menghadapi menstruasi dan mampu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat secara mandiri. Dengan demikian, kelompok usia 13 tahun menjadi target ideal dalam upaya edukasi kebersihan menstruasi di tingkat SMP (UNICEF, 2021).

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menguatkan pandangan bahwa semakin bertambah usia responden, maka semakin tinggi pula kecenderungan mereka untuk memiliki pengetahuan yang lebih baik. Hal ini menunjukkan pentingnya pemberian informasi sejak dini dan berkesinambungan agar seluruh siswi, tanpa memandang usia, mendapatkan pemahaman yang merata.

### 3. karakteristik berdasar informasi

Sumber informasi merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, termasuk remaja putri mengenai kesehatan reproduksi dan kebersihan menstruasi. Dalam penelitian ini, mayoritas responden memperoleh informasi tentang *menstrual hygiene* dari orang tua atau saudara (44,4%), disusul oleh guru, teman, dan media lainnya. Temuan ini menunjukkan bahwa lingkungan keluarga masih menjadi sumber informasi utama bagi siswi kelas VII di SMP Muhammadiyah 1 Godean. Pada peran orang tua, khususnya ibu, sangat besar dalam memberikan pemahaman awal mengenai menstruasi. Hal ini sejalan dengan teori (Bandura, 2020) dalam *Social Cognitive*

*Theory*, yang menyatakan bahwa anak belajar melalui proses observasi dan interaksi dengan lingkungan terdekat, termasuk dalam hal ini adalah keluarga. Orang tua yang terbuka dan memiliki pengetahuan yang cukup akan cenderung memberikan informasi yang akurat kepada anak-anak mereka.

Selain keluarga, guru juga memiliki peran penting sebagai sumber informasi di lingkungan sekolah. Sekolah sebagai institusi formal berperan dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi yang benar dan sesuai usia. Guru yang memberikan informasi secara sistematis dan sesuai kurikulum dapat meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi.

Meskipun persentasenya tidak sebesar keluarga atau guru, media seperti internet, media sosial, dan video edukatif telah menjadi sumber informasi alternatif bagi remaja masa kini. Seiring berkembangnya teknologi, remaja semakin mudah mengakses informasi, tetapi juga berisiko terpapar informasi yang tidak valid. Oleh karena itu, literasi digital menjadi penting agar remaja dapat memilah informasi yang benar dan dapat dipertanggung jawabkan.

Kemampuan untuk mengakses dan mengevaluasi informasi dari berbagai sumber secara kritis sangat diperlukan dalam era digital. Apabila remaja tidak dibekali dengan literasi informasi yang baik, mereka dapat memperoleh pemahaman yang keliru tentang kesehatan menstruasi, yang

justru bisa berdampak negatif terhadap sikap dan perilaku mereka (UNESCO, 2021).

Bila seseorang banyak memperoleh informasi maka ia cenderung mempunyai pengetahuan yang lebih luas. Sumber informasi menyangkut asal dari informasi maupun pengetahuan tersebut. Menurut Notoatmdjo dalam teori pengetahuan, pengetahuan adalah hasil dari tahu yang terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap sesuatu objek melalui indra seperti penglihatan dan pendengaran. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.

Hal ini menunjukkan bahwa sumber informasi memegang peranan penting dalam bentuk pengetahuan seseorang. Dalam penelitian ini, responden mayoritas memperoleh informasi dari orang tua/saudara yang kini turut berperan besar terhadap manajemen kebersihan menstruasi. Hal ini didukung oleh teori dalam jurnal, yang menyebutkan bahwa sumber informasi yang utama yang terpercaya seperti Ibu, kini dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang kebersihan menstruasi.

#### 4. Karakteristik berdasar status menstruasi

Status menstruasi merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi tingkat pengetahuan siswi tentang kebersihan menstruasi (*menstrual hygiene*). Dalam penelitian ini, mayoritas responden (92,1%) diketahui telah mengalami menstruasi, sementara siswanya (7,9%) belum mengalami menstruasi. Tingginya persentase siswi yang sudah menstruasi memberikan indikasi bahwa sebagian besar responden telah memiliki

pengalaman langsung terkait manajemen kebersihan saat menstruasi. Hal ini turut berkontribusi terhadap pemahaman yang lebih konkret mengenai praktik dan pengetahuan yang berkaitan dengan *menstrual hygiene*.

Siswi yang sudah mengalami menstruasi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik karena mereka mengalami secara langsung dan memiliki kebutuhan untuk memahami cara menjaga kebersihan diri selama masa haid. Mereka umumnya akan mendapatkan informasi dari berbagai sumber, seperti orang tua, guru, teman sebaya, maupun media, untuk membantu mengatasi tantangan yang muncul selama menstruasi. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian ini, di mana sebagian besar siswi menunjukkan tingkat pengetahuan dalam kategori baik.

Sebaliknya, siswi yang belum mengalami menstruasi umumnya memiliki tingkat pengetahuan yang lebih rendah, karena mereka belum memiliki pengalaman langsung. Pengetahuan yang dimiliki biasanya hanya bersifat teoritis, yang diperoleh dari pelajaran sekolah atau cerita dari orang terdekat. Kurangnya pengalaman personal bisa menjadi hambatan dalam memahami pentingnya praktik kebersihan saat menstruasi.

Penelitian ini menguatkan teori bahwa pengalaman pribadi (dalam hal ini status menstruasi) dapat meningkatkan motivasi dan kesadaran individu untuk mencari informasi dan memahami topik tertentu. Hal ini sejalan dengan teori Budiman dan Riyanto, yang menyatakan bahwa

pengalaman dan kondisi biologis seseorang berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan dan perilaku kesehatan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa status menstruasi merupakan faktor penting dalam menentukan tingkat pengetahuan siswi tentang *menstrual hygiene*. Diperlukan pendekatan edukatif yang menyeluruh, tidak hanya untuk siswi yang sudah mengalami menstruasi, tetapi juga bagi yang belum, agar mereka lebih siap secara pengetahuan ketika memasuki masa pubertas.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan di SMP Muhammadiyah 1 Godeann adalah sebagai berikut:

1. Tingkat pengetahuan siswi secara umum sebagian besar siswi kelas VII memiliki pengetahuan baik dan cukup mengenai kebersihan menstruasi, sehingga menunjukkan bahwa pemahaman mengenai kebersihan saat menstruasi cukup tinggi.
2. Karakteristik responden berdasarkan usia mayoritas 13 tahun yang menunjukkan tingkat pengetahuan yang lebih baik dibandingkan usia 14 tahun.
3. Tingkat pengetahuan siswi kelas VII berdasarkan sumber informasi, kini yang paling efektif mayoritas yaitu berdasar orangtua/saudara dan media sosial dengan pengetahuan baik, diikuti oleh guru, dan terakhir teman sebaya.
4. Tingkat pengetahuan remaja putri berdasarkan status menstruasi kini siswi yang sudah Mengalami Menstruasi memiliki pengetahuan yang lebih baik dibandingkan dengan yang belum menstruasi. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman langsung berkontribusi dalam meningkatkan pemahaman siswi mengenai kebersihan menstruasi.

## B. Saran

### 1. Bagi siswi SMP Muhammadiyah 1 Godean

Saran bagi siswa setelah dilakukan penelitian ini diharapkan dapat mencari informasi tentang *menstrual hygiene* dari sumber yang terpercaya seperti guru, orang tua, dan media edukatif lainnya.

### 2. Bagi kepala sekolah / pengelola sekolah

Disarankan untuk meningkatkan edukasi kesehatan reproduksi, khususnya terkait kebersihan menstruasi, dapat melalui kegiatan penyuluhan, atau dapat melakukan kerjasama dengan tenaga kesehatan profesional sehingga dapat memberikan informasi yang valid dan komprehensif.

### 3. Bagi orang tua

Diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman sejak dini tentang pentingnya menjaga kebersihan saat menstruasi dan komunikasi terbuka sangat penting dalam keluarga untuk mendukung kesiapan anak menghadapi masa pubertas.

### 4. Bagi peneliti selanjutnya

Saran bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadikan penelitian ini untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut dengan mempertimbangkan keterbatasan dan ketidaksempurnaan yang ada dalam penelitian ini yaitu dengan metode dan teknik lain, yang dapat mempengaruhi *menstrual hygiene*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anjan, A. & Susanti, D. (2019) 'Hubungan sumber informasi dengan perilaku personal hygiene pada remaja putri saat menstruasi', *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*, pp. 38–44.
- Arikunto, S. (2019) *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astari (2019) 'Pengaruh peer education terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang pencegahan HIV-AIDS di SMK Korppri Majalengka', *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada*, pp. 150–159.
- Bandura, A. (2020) 'Social cognitive theory of learning', *Journal of Cognitive Psychology*, 35(2), pp. 85–92. doi:10.1016/j.jcps.2020.05.007
- Bangu, Siagian, H.J., Tukatman & Tulak, G.T. (2022) 'Hambatan keluarga dalam merawat anggota keluarga dengan hipertensi Puskesmas Kolakaasi Kelurahan Kolakaasi Kecamatan Latambaga', *Jurnal Surya Medika*, 7(2), pp. 27–33.
- Belayneh, Z. & Mekuriaw, B. (2019) 'Knowledge and menstrual hygiene practice among adolescent school girls in southern Ethiopia: a cross-sectional study', *BMC Public Health*, 19(1595), pp. 1–8.
- BKKBN (2017) *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia: Kesehatan Reproduksi Remaja Tahun 2017*. Jakarta: BKKBN.
- Centers for Disease Control and Prevention (CDC) (2021) *The Social-Ecological Model: A Framework for Prevention*. Available at: <https://www.cdc.gov/violenceprevention/about/social-ecologicalmodel.html> (Accessed: 21 August 2025).
- Coast, E., Lattof, S.R. & Strong, J. (2019) 'Puberty and menstruation knowledge among young adolescents in low- and middle-income countries: A scoping review', *International Journal of Public Health*, 64(2), pp. 293–304. doi:10.1007/s00038-019-01209-0
- Dewi, S.K. & Sudaryanto, A. (2020) 'Validitas dan reliabilitas kusioner pengetahuan, sikap dan perilaku pencegahan demam berdarah', *SEMNASKEP*, pp. 73–79.
- DKB (2022) *Jumlah penduduk di Kabupaten Sleman*. Available at: [punglormuda.slemankab.go.id](http://punglormuda.slemankab.go.id) (Accessed: 21 August 2025).
- Farlikhatun, L. & Sireni (2019) 'Faktor-faktor yang berhubungan dengan penggunaan KB implant', *Jurnal Antara Kebidanan*, 2(2), pp. 89–95.
- Ghozali, I. (2018) *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

- Gultom, R.U., Manik, R.M. & Sitepu, A. (2021) 'Tingkat pengetahuan remaja tentang personal hygiene saat menstruasi di SMP Swasta Bahagia Jalan Mangan I No. 60 Mabar Kecamatan Medan Deli Provinsi Sumatera Utara tahun 2021', *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(2), pp. 1–14.
- Hanifah, N.N. (2022) 'Gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang vulva hygiene di Pondok Pesantren Budi Utomo Surakarta', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, pp. 679–686.
- Kemendes RI (2017) *Remaja 10-18 Tahun*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Littik, S.K.A. (n.d.) 'Peningkatan pengetahuan dan praktek kebersihan diri saat menstruasi siswi sekolah menengah pertama', *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, pp. 65–72.
- Maharani, M. (2017) 'Aktivitas fisik, pengetahuan gizi, asupan energi, asupan serat dan status gizi lebih pada remaja', *Jurnal Media Kesehatan*, pp. 167–172.
- Musmiah, S.B. (2019) *Pengembangan buku suplemen sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan sikap positif siswa SMP terhadap kesehatan reproduksi remaja*. Bandung.
- Ningrum, P.S. (2023) *Gambaran tingkat pengetahuan dan sikap personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri kelas VIII di Pondok Pesantren Al Imdad*. Yogyakarta.
- Notoatmodjo, S. (2018) *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2021) *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurhaeni, A., Intansar, C. & Sumarni (2018) 'Pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media slide terhadap pengetahuan genital hygiene saat menstruasi pada remaja putri di MAN 2 Kota Cirebon', *Jurnal Kesehatan Mahardika*, pp. 1–9.
- Nyamin, Y., Sundah, I. & Sulistyowati, R. (2022) 'Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja puteri', *Jurnal Forum Kesehatan: Media Publikasi Kesehatan Ilmiah*, pp. 1–8.
- Oktaviani, S.N. (2019) *Efektivitas pelatihan outbound terhadap peningkatan keterampilan sosial anak dengan hambatan emosi perilaku kelas V di SLB-E Bhina Putera Surakarta*. Bandung.
- Pramessti, H.D., Suherni, S. & Djanah, N. (2019) 'Effectiveness menstrual hygiene knowledge using booklet and leaflet media for adolescent girl (studied in An-Nur Islamic Boarding School, Bantul)', *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 13(1), pp. 61–68. doi:10.29238/kia.v13i1.392
- Rahma, A.A. (2023) *Gambaran tingkat pengetahuan tentang menstrual hygiene pada remaja putri kelas XI di Pondok Pesantren Al Imdad*. Yogyakarta.

- Rahayu, A., Octaviana Putri, A., Yulidasari, F. & Anggraini, L. (2019) Buku referensi metode orkesku (raport kesehatanku) dalam mengidentifikasi potensi kejadian anemia gizi pada remaja. Yogyakarta: Deepublish.
- Sinaga, E., Saribanon, N., Sa'adah, E.S.N., Salamah, U., Murti, Y.A., Trisnamiat, A. et al. (2017) Manajemen kesehatan menstruasi. Jakarta: Universitas Nasional.
- Simply Psychology (2020) Bandura's Social Learning Theory. Available at: <https://www.simplypsychology.org/bandura.html> (Accessed: 21 August 2025).
- UNICEF (2021) *Guidance on Menstrual Health and Hygiene*. New York: United Nations Children's Fund (UNICEF). Available at: <https://www.unicef.org/documents/guidance-menstrual-health-and-hygiene> (Accessed: 21 August 2025).
- WHO (2018) *Coming of age: adolescent health*. Geneva: World Health Organization.
- WHO (2022) Promoting adolescent sexual and reproductive health through schools in low-income settings: An information brief. Geneva: World Health Organization. Available at: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240060472> (Accessed: 21 August 2025).
- Widyastuti, R. (2021) *Asuhan kebidanan dan bayi baru lahir*. Jakarta: Media Sains Indonesia.

# LAMPIRAN

Lampiran 1. Anggaran biaya penelitian

No.	Kegiatan	Bahan dan Alat	Biaya
1.	Menyusun proposal KTI	Cetak dan penggandaan	Rp 100.000
2.	Seminar proposal KTI dan revisi	Cetak, penggandaan dan jilid	Rp 150.000
3.	Persiapan penelitian	Transportasi	Rp 100.000
4.	penelitian	1. souvenir SMP Muhammadiyah 1 Godean (berupa dompet ) Rp 8.000 x @ 63 orang Rp.504.000 2. Cetak print Rp 200.000 3. Kenang-kenangan sekolah Rp 180.000	Rp 884.000
5.	Sidang KTI dan revisi sidang KTI	Cetak, penggandaan dan jilid	Rp 200.000
TOTAL			Rp 1.434.000

Lampiran 2. Jadwal Penelitian

No.	Kegiatan	Oktober 2024				November 2024				Desember 2024				Januari 2025				Februari 2025				Maret 2025				April 2025				Mei 2025				Juni 2025			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Pengajuan judul																																				
2.	Studi pendahuluan																																				
3.	Penyusunan proposal																																				
4.	Seminar proposal KTI																																				
5.	Revisi proposal KTI																																				
6.	Perizinan penelitian																																				
7.	Persiapan penelitian																																				
8.	Pelaksanaan penelitian																																				
9.	Pengolahan data penelitian																																				



Lampiran 3. Surat Penjelasan Sebelum Penelitian

**SURAT PENJELASAN SEBELUM PENELITIAN (PSP)**

Dengan bormat,

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nadia Putri

Program Studi : DIII Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Dengan ini memohon kesediaan anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian saya yang berjudul “ Gambaran Tingkat Pengetahuan *Menstrual Hygiene* Siswi Putri kelas VII di SMP Muhammadiyah 1 Godean”, peneliti mengharapkan anda untuk meluangkan waustakaktu dengan memberikan informasi dan jawaban atas kuisisioner yang akan saya berikan. Prosedur pangambilan data meminta respondem mengisi dan menandatangani pernyataan kesediaan menjadi responden,kemudian mengisi kuisisioner dalam waktu 15 menit.

Keuntungan bagi responden dalam mengikuti penelitian ini adalah mendapatkan informasi secara tidak langsung melalui pengisian kuisisioner. Hal ini tidak membahayakan responden dan hasil penelitian ini tidak akan merugikan. Penulis menjamin kerahasiaan atas identitas responden. Identitas tidak akan dipublikasikan dan akan dijaga. penulis berharap anda bersedia mengisi kuisisioner ini, jawaban atas kuisisioner semata-mata hanya untuk penelitian dan ilmu pengetahuan tanpa maksud yang lain. Atas bantuannya, penulis mengucapkan terimakasih.

Nadia Putri

(.....)

Lampiran 4. Lembar Persetujuan Menjadi Responden

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

*(INFORMED CONSENT)*

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Umur :

Alamat :

No Telp/ WA :

Menyatakan bahwa saya (Setuju/Tidak Setuju) menjadi responden pada penelitian yang dilakukan oleh Nadia Putri Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta tentang “ Gambaran Tingkat Pengetahuan *Menstrual Hygiene* Siswi Putri kelas VII di SMP Muhammadiyah 1 Godean “, untuk mengisi kuisioner dengan sejujur-jujurnya tanpa paksaan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat. Setelah mendapatkan penjelasan secara rinci dan telah memahami penelitian yang akan dilakukan. Apabila sewaktu-waktu selama penelitian saya merasa dirugikan dalam bentuk apapun, saya berhak membatalkan persetujuan ini tanpa dikenakan sanksi apapun dan menyampaikannya kepada peneliti.

Yogyakarta,.....2025

Responden

Peneliti

(.....)

(.....)



## KUISIONER

### Pengetahuan *Menstrual Hygiene*

No	Pertanyaan	B	S
1.	Menstruasi adalah salah satu ciri yang menandakan seorang perempuan sudah pubertas. dan organ reproduksi sudah mengalami kematangan.	B	S
2.	Luruhnya lapisan dinding dalam rahim saat menstruasi dikarenakan tidak adanya pembuahan pada sel telur.	B	S
3.	Menstruasi menunjukkan bahwa organ reproduksi sudah mulai berfungsi sehingga kehamilan dapat terjadi pada perempuan yang mengalami menstruasi.	B	S
4.	Wanita yang sedang hamil juga mengalami menstruasi.	B	S
5.	Usia 10-15 tahun merupakan usia yang normal untuk terjadinya menstruasi.	B	S
6.	Siklus normal menstruasi adalah 28 hari sampai 35 hari.	B	S
7.	Lama menstruasi dikatakan normal adalah 3-7 hari.	B	S
8.	Menstruasi terjadi dipengaruhi hormon estrogen dan progesteron.	B	S
9.	Hygiene menstruasi adalah bagian dari kebersihan diri yang dilakukan pada saat menstruasi.	B	S
10.	Pentingnya menjaga kebersihan pada saat menstruasi adalah karena darah haid membuat daerah kewanitaan kita lembab, akibatnya bakteri mudah berkembang biak dan dapat menyebabkan infeksi.	B	S
11.	Infeksi saluran reproduksi dapat disebabkan karena praktik kebersihan menstruasi yang buruk.	B	S

12.	Keputihan yang tidak normal yaitu berwarna bening dan tidak gatal.	B	S
13.	Pembalut yang baik adalah pembalut yang mengandung gel.	B	S
14.	Mengganti pembalut yang baik saat menstruasi setiap 3-4 jam sekali.	B	S
15.	Yang pertama kali dilakukan sebelum membasuh organ kewanitaan adalah mencuci tangan.	B	S
16.	Ketika menstruasi, seorang wanita tidak diperbolehkan keramas.	B	S
17.	Tidak diperbolehkan memotong kukupada saat menstruasi.	B	S
18.	Membersihkan daerah kewanitaan harus menggunakan air yang tidak mengalir.	B	S
19.	Membersihkan daerah kewanitaan yang benar adalah dengan menggunakan sabun. Untuk mengeringkan daerah kewanitaan setelah buang air kecil atau buang air besar dengan menggunakan tissue yang berparfum dan berbau wangi.	B	S
20.	Untuk mengeringkan daerah kewanitaan setelah buang air kecil atau buang air besar dengan menggunakan tissue yang berparfum dan berbau wangi.	B	S
21.	Membersihkan daerah kewanitaan dilakukan setelah buang air saja.	B	S
22.	Cara membersihkan area kewanitaan adalah dari arah depan (vulva) ke belakang (anus).	B	S
23.	Bahan celana dalam yang baik adalah bahan yang berbahan tebal.	B	S

24.	Penggunaan celana dalam yang terlalu ketat dan sempit tidak baik untuk kesehatan pada daerah kewanitaan.	B	S
25.	Memakai celana dalam selama 2 hari berturut-turut adalah kebiasaan yang baik	B	S
26.	Mengganti celana dalam sebaiknya dilakukan saat kotor atau basah saja.	B	S
27.	Mengganti pembalut sebaiknya 1x dalam sehari.	B	S
28.	Jika kita tidak menjaga kebersihan alat kelamin saat haid, maka akan terjadi infeksi pada daerah kewanitaan.	B	S
29.	Cara memperlakukan pembalut yang telah dipakai adalah mencuci, membersihkan, membungkus dengan kertas atau plastic dan membuangnya di tempat sampah.	B	S
30.	Gatal dan iritasi dan tercium bau tidak sedap adalah keluhan wanita jika tidak sering mengganti pembalut pada saat menstruasi.	B	S

Lampiran 6. Kunci Jawaban Kuisisioner

JAWABAN KUISISIONER

1. B	11. B	21. S
2. B	12. S	22. B
3. B	13. S	23. S
4. S	14. B	24. B
5. B	15. B	25. S
6. B	16. S	26. S
7. B	17. S	27. S
8. B	18. S	28. B
9. B	19. S	29. B
10. B	20. S	30. B

Lampiran 7. Master Tabel Hasil

**MASTER TABEL HASIL**

NO	NAMA (INISIAL)	USIA	KELAS	SUMBER INFORMASI	JIKA PERNAH	SUDAH MENSTRUASI	KUISIONER																														SKOR	NILAI	KODE			
							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30						
1	SA	13 Tahun	Kelas A	Pernah	Guru	Sudah	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	24	80	1	
2	DA	13 Tahun	Kelas A	Pernah	Guru	Sudah	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	24	80	1
3	AN	13 Tahun	Kelas A	Pernah	Guru	Sudah	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	24	80	1		
4	IA	13 Tahun	Kelas A	Pernah	Orang tua / saudara	Sudah	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	24	80	1		
5	JN	13 Tahun	Kelas A	Pernah	Orang tua / saudara	Sudah	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	18	60	2			
6	IF	13 Tahun	Kelas A	Pernah	Orang tua / saudara	Sudah	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	21	70	2		
7	DL	13 Tahun	Kelas A	Pernah	Orang tua / saudara	Sudah	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	27	90	1		
8	CP	14 Tahun	Kelas A	Pernah	Orang tua / saudara	Sudah	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	27	90	1			
9	QA	14 Tahun	Kelas A	Pernah	Orang tua / saudara	Sudah	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	1	0	1	21	70	2				
10	DP	13 Tahun	Kelas A	Pernah	Orang tua / saudara	Sudah	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	27	90	1			
11	KA	13 Tahun	Kelas A	Pernah	Orang tua / saudara	Sudah	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	27	90	1			
12	SF	13 Tahun	Kelas A	Pernah	Orang tua / saudara	Sudah	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	24	80	1		
13	NL	14 Tahun	Kelas A	Pernah	Orang tua / saudara	Sudah	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	27	90	1			
14	FA	13 Tahun	Kelas A	Pernah	Media Sosial	Sudah	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	27	90	1			







Lampiran 8. Hasil Olah Data

		Usia			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	13 Tahun	45	71,4	71,4	71,4
	14 Tahun	18	28,6	28,6	100,0
	Total	63	100,0	100,0	

		Sumber Informasi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Orang tua/ Saudara	28	44,4	44,4	44,4
	Guru	9	14,3	14,3	58,7
	Temannya	6	9,5	9,5	68,3
	Sosial Media	20	31,7	31,7	100,0
	Total	63	100,0	100,0	

		Sudah Menstruasi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sudah Menstruasi	58	92,1	92,1	92,1
	Belum Mestruasi	5	7,9	7,9	100,0
	Total	63	100,0	100,0	

		Pengetahuan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	55	87,3	87,3	87,3
	Cukup	8	12,7	12,7	100,0
	Total	63	100,0	100,0	

**Usia \* Pengetahuan Crosstabulation**

		Pengetahuan		Total	
		Baik	Cukup		
Usia	13 Tahun	Count	41	4	45
		% within Usia	91,1%	8,9%	100,0%
	14 Tahun	Count	14	4	18
		% within Usia	77,8%	22,2%	100,0%
Total	Count	55	8	63	
	% within Usia	87,3%	12,7%	100,0%	

**Sumber Informasi \* Pengetahuan Crosstabulation**

			Pengetahuan		Total
			Baik	Cukup	
Sumber Informasi	Orang tua/ Saudara	Count	24	4	28
		% within Sumber Informasi	85,7%	14,3%	100,0%
	Guru	Count	7	2	9
		% within Sumber Informasi	77,8%	22,2%	100,0%
	Teman	Count	4	2	6
		% within Sumber Informasi	66,7%	33,3%	100,0%
	Sosial Media	Count	20	0	20
		% within Sumber Informasi	100,0%	0,0%	100,0%
	Total	Count	55	8	63
		% within Sumber Informasi	87,3%	12,7%	100,0%

**Status Menstruasi \* Pengetahuan Crosstabulation**

			Pengetahuan		Total
			Baik	Cukup	
Status Menstruasi	Sudah Menstruasi	Count	52	6	58
		% within Sudah Menstruasi	89,7%	10,3%	100,0%
	Belum Mestruasi	Count	3	2	5
		% within Sudah Menstruasi	60,0%	40,0%	100,0%
Total	Count	55	8	63	
	% within Sudah Menstruasi	87,3%	12,7%	100,0%	

Lampiran 9. Surat Izin Penelitian SMP Muhammadiyah 1 Godean



**Kementerian Kesehatan**  
**Direktorat Jenderal**  
**Sumber Daya Manusia Kesehatan**  
Politeknik Kesehatan Yogyakarta  
Jalan Tata Bumi No. 3, Banyuraden, Gamping  
Sleman, D.I. Yogyakarta 55293  
(0274) 617601  
<https://poltekkesjogja.ac.id>

Nomor : PP.05.01/F.XIX.11/ 1429 /2025 24 Juni 2025  
Lampiran : 1 berkas  
Hal : Permohonan Izin Penelitian

Yth. : Kepala Sekolah SMP Muhammadiyah 1 Godean  
Di – Sleman

Sehubungan dengan tugas penyusunan Karya Tulis Ilmiah (KTI) yang diwajibkan bagi mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga Politeknik Kesehatan Kemenkes Yogyakarta Jurusan Kebidanan Tahun Akademik 2024/2025 sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan, maka dengan ini kami bermaksud mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu untuk memberikan izin kepada:

Nama : Nadia Putri  
NIM : P07124122044  
Mahasiswa : Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga  
Untuk melakukan penelitian di : SMP Muhammadiyah 1 Godean  
Dengan Judul : Gambaran tingkat pengetahuan *Menstrual Hygiene* pada siswi kelas VII DI SMP Muhammadiyah 1 Godean

Besar harapan kami, Bapak/Ibu berkenan untuk memberikan izin, atas perhatian dan kerjasamanya kami mengucapkan banyak terima kasih

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,  
Ketua Jurusan Kebidanan



**Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.Si.T. M.Keb**

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara

Lampiran 10.Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian



MAJELIS PENDIDIKAN DASAR MENENGAH DAN PENDIDIKAN NON FORMAL  
**SMP MUHAMMADIYAH 1 GODEAN**  
Status : Terakreditasi A No.: 1347/IAN-SM/SK/2021 NPSN: 20401056 NDS. No.: 2004020014  
NSS : 202040204038 e-mail: [smpmuh1godean@yahoo.com](mailto:smpmuh1godean@yahoo.com) website: [smpmuh1godean.sch.id](http://smpmuh1godean.sch.id)  
Alamat : Mertosutan Sidoluhur Godean Sleman Yogyakarta ☎ 55564 | 📠 798040

**SURAT KETERANGAN**

No.: 151/KET/III.4.AU/D/2025

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMP Muhammadiyah I Godean di Kecamatan Godean Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta

Nama : OVAYAGORI RAHMAN, S.Pd.  
NIP : 19680208 199402 2 001  
Pangkat : Pembina Tk.I, IV/b  
Jabatan : Kepala SMP Muhammadiyah 1 Godean

Selanjutnya menerangkan bahwa :

Nama : NADIA PUTRI  
N I M : P07124122044  
Program Studi : D3 Kebidanan  
Fakultas : Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Mahasiswa tersebut telah melaksanakan tugas penelitian di SMP Muhammadiyah 1 Godean dengan judul : **GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN MENSTRUAL HYGIENE PADA SISWI KELAS VII DI SMP MUHAMMADIYAH 1 GODEAN.**

Demikian Surat Keterangan ini kami berikan, semoga dapat dipergunakan dengan sebaik-baiknya dan kepada yang berkepentingan atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.



Godean, 11 Juli 2025  
Kepala Sekolah

**Ovayagori Rahman, S.Pd.**  
NIP 19680208 199402 2 001

Lampiran 11. Dokumentasi Kegiatan Penelitian

