

## PERAN IBU SEBAGAI PENDIDIK TERHADAP PERILAKU KEBERSIHAN MENSTRUASI REMAJA

### *The Relationship between Mother's Role as an Educator with Personal Hygiene in Adolescence*

**Puji Astuti Wiratmo<sup>1</sup>, Yuli Utami<sup>2</sup>, and Intan Aziematul<sup>3</sup>**

<sup>1</sup> Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Binawan, Indonesia

<sup>2</sup> Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Binawan, Indonesia

<sup>3</sup> Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Binawan, Indonesia

#### ABSTRAK

Menstruasi merupakan indikator kematangan seksual pada remaja putri. Menstruasi dihubungkan dengan beberapa kesalahpahaman praktik kebersihan diri selama menstruasi yang dapat merugikan kesehatan bagi remaja. Kebersihan diri pada saat menstruasi merupakan komponen kebersihan diri yang memegang peranan penting dalam status perilaku kesehatan seseorang termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi. Ibu merupakan sumber informasi yang paling banyak dijadikan rujukan oleh remaja perempuan terkait menstruasi, namun orang tua tidak selalu memberikan informasi yang akurat dan menyeluruh. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan peran ibu sebagai pendidik dengan perilaku kebersihan diri remaja selama menstruasi. Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasi dengan menggunakan pendekatan cross sectional. Sebanyak 46 remaja dari MTs Al-Kautsar Depok di direkrut sebagai sampel secara convenience sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner Peran Ibu dan kuesioner Perilaku Kebersihan Diri yang telah dilakukannya Uji validitas dengan nilai Alpha Chronbach masing-masing 0,760 dan 0,768. Berdasarkan hasil analisa bivariante dengan menggunakan Spearman rank didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara peran ibu sebagai pendidik dengan perilaku kebersihan remaja selama menstruasi dengan nilai signifikansi 2 tailed  $p < 0,001$ . Kebersihan diri selama masa menstruasi merupakan hal penting yang perlu dilakukan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada organ kewanitaan. Peran ibu sebagai pendidik diperlukan bagi remaja putri untuk dapat memberikan ilmu pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi dan penjangkauan kebersihan diri selama menstruasi pada remaja.

#### Article info

Received: 11 September 2022

Accepted: 20 Oktober 2022

Published: 18 November 2022

#### Corresponding author

**Puji Astuti Wiratmo**

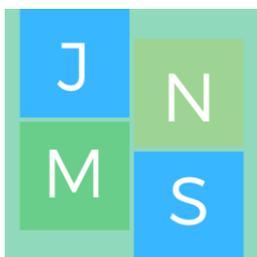
Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Binawan, Indonesia

puji@binawan.ac.id

#### Website

<https://journal.binawan.ac.id/index.php/JNMS>

E-ISSN : 2829 - 4592



**Kata Kunci:** Remaja; Menstruasi; Kebersihan Diri; Peran Ibu

### **ABSTRACT**

*Menstruation is an indicator of sexual maturity in adolescent girls. Menstruation is associated with several misconceptions about personal hygiene practices during menstruation that can be detrimental to the health of adolescents. Personal hygiene during menstruation is a component of personal hygiene that plays an important role in the status of a person's health behavior, including avoiding disturbances in the function of the reproductive organs. Mothers are the most widely used source of information for reference by adolescent girls regarding menstruation, but parents do not always provide accurate and comprehensive information. This study aims to identify the relationship between the mother's role as an educator and adolescent self-hygiene behavior during menstruation. This research is a correlation analytic study using a cross sectional approach. A total of 46 adolescents from MTs Al-Kautsar Depok were recruited as samples by convenience sampling. The instrument used is the Mother's Role questionnaire and the Self-Cleanliness Behavior questionnaire which have been tested for validity with Chronbach's Alpha values of 0.760 and 0.768, respectively. Based on the results of bivariate analysis using Spearman rank, it was found that there was a relationship between the role of mothers as educators and adolescent hygiene behavior during menstruation with a significance value of 2 tailed  $p < 0.001$ . Personal hygiene during menstruation is an important thing that needs to be done to maintain the health and hygiene of the female organs. The role of mothers as educators is needed for young women to be able to provide knowledge about reproductive health and maintaining personal hygiene during menstruation in adolescents.*

**Keywords:** Adolescence ; Menstruation; Personal hygiene; Mother's Role

### **PENDAHULUAN**

Remaja merupakan proses peralihan perkembangan masa kanak-kanak seseorang menuju masa dewasa yang ditandai dengan banyak perubahan meliputi perbahan fisik, psikologis dan intelektual (Kemenkes RI, 2014). Peralihan masa kanak-kanak menjadi dewasa sering disebut dengan masa pubertas.

Masa pubertas merupakan masa dimana remaja mengalami kematangan seksual dan organ reproduksi yang sudah mulai berfungsi (UNESCO, 2014). Indikator utama kematangan seksual pada remaja putri adalah dengan terjadinya mestruasi. Saat terjadi mestruasi secara fisiologis terjadi pelebaran pembuluh darah yang menyebabkan kondisi rentan terhadap masuknya kuman di saluran

reproduksi (Dolang et al, 2013). Beberapa kesalahan dalam praktek kebersihan diri selama masa menstruasi dapat menimbulkan resiko masalah kesehatan reproduksi pada remaja misalnya penyakit radang panggul dan bahkan infertilitas (Sharma, 2013).

Menjaga kebersihan diri saat menstruasi merupakan hal yang perlu mendapatkan perhatian. Kebersihan diri saat menstruasi adalah tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan pada organ kewanitaan saat menstruasi untuk mencegah terjadinya infeksi pada organ reproduksi dan organ perkemihan (Fitriwati & Arofah, 2021). Perilaku yang kurang dari perawatan diri pada saat menstruasi adalah malas mengganti pembalut sehingga bakteri dapat berkembang dan mengakibatkan infeksi. Beberapa keluhan dan masalah yang dapat ditimbulkan selama menstruasi antara lain keputihan, nyeri, ketidaknyamanan, luaran darah yang banyak dan kram abdomen (Anand, Singh & Unisa, 2015). Keluhan lainnya yang ditimbulkan akibat ketidak tahuan kebersihan diri adalah penyakit pruritus vulva yaitu penyakit yang ditandai dengan adanya sensasi gatal parah dari alat kelamin (Diana, 2017). Selain masalah fisik menstruasi juga dapat menimbulkan permasalahan psikologis berupa perasaan cemas, khawatir dan tidak percaya diri (Su & Lindell, 2016).

Perilaku remaja awal yang dianjurkan ketika remaja sedang mengalami menstruasi ialah remaja perempuan yang perlu membawa pakaian dalam, pembalut cadangan, dan kertas atau kantong plastik untuk membungkus pembalut bekas. Remaja perempuan harus didorong agar tidak malu untuk meminta bantuan teman atau guru di sekolah, apabila mereka mengalami masalah saat menstruasi. (Kemendikbud, 2017).

Tantri et al (2019) telah melakukan penelitian pada siswi SMPN 13 Bandung yang bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan, sikap dan perilaku perawatan diri selama masa menstruasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (69,1%) pengetahuan remaja masih berada pada

kategori buruk. Namun sebagian sikap dan perilaku remaja dalam kategori baik, masing-masing 52,7% dan 54,3%.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Suryati (2012) menunjukkan bahwa perilaku kebersihan pada saat menstruasi pada siswi remaja putri kelas 7, kelas 8 dan kelas 9 di Depok yang baik 76,9%. Hal tersebut ditunjang oleh frekuensi mengganti pembalut pada saat menstruasi banyak sebesar 47,8%, frekuensi mengganti pembalut pada saat menstruasi sedikit sebesar 64%, kebiasaan membersihkan alat kelamin sehari-hari dan pada saat menstruasi sebesar 68,3%, hal-hal yang perlu diperhatikan pada saat menstruasi sebesar 96,8% serta tahu akibat yang ditimbulkan jika tidak menjaga kebersihan pada saat menstruasi sebesar 79%, dan menunjukkan bahwa 62,4% siswi terpapar informasi dengan baik, sedangkan lainnya kurang terpapar informasi mengenai perilaku kebersihan saat menstruasi. Sumber informasi yang terbesar berasal dari ibu, saudara kandung, teman dan guru sebesar 90,3% dan informasi tentang menstruasi dan pemeliharaan kebersihan menstruasi pertama kali sebelum mengalami menstruasi sebesar 39,2%. Keterpaparan informasi mengenai perilaku kebersihan saat menstruasi berhubungan erat dengan pendidikan ibu berpengaruh terhadap pengetahuan responden mengenai perilaku kebersihan saat menstruasi.

Hasil penelitian Gustina & Djannah (2015) menunjukkan frekuensi praktik menstrual kebersihan diri pada remaja bahwa dari 60,8 % (48 orang) menyatakan bahwa remaja kadang-kadang mengganti pembalut setiap 4 jam sekali. Kesadaran perilaku kebersihan diri yang masih kurang pada remaja dapat disebabkan oleh kurangnya informasi yang tepat mengenai kebersihan menstruasi (Tantry et al, 2019). Remaja awal dapat merasa malu dalam mencari informasi. Namun disisi lain seringkali remaja merasa bahwa orangtua menolak membicarakan masalah kesehatan reproduksi sehingga mereka kemudian mencari alternatif sumber informasi lain seperti teman atau media massa. Kebanyakan ibu tidak memahami

pentingnya memberikan informasi mengenai dan kesehatan reproduksi kepada remaja putri dengan alasan akan meningkatkan terjadinya hubungan seks pra-nikah. Pendidikan kesehatan reproduksi sangat perlu diberikan kepada remaja putri sejak dini karena pendidikan yang bersumber dari ibu lebih menjamin informasi mengenai seksualitas dari orangtua dibandingkan yang diperoleh dari luar yang seringkali tak dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya sehingga anak hanya akan mendapatkan informasi secara parsial (Lestari, 2014).

Ibu merupakan sumber informasi yang paling banyak dijadikan rujukan oleh remaja perempuan terkait menstruasi (Kusuma, 2020). Pemahaman pendidikan kesehatan reproduksi yang diajarkan oleh ibu diharapkan agar remaja memperoleh informasi yang tepat mengenai kesehatan reproduksi. Pendidikan tersebut dilakukan agar remaja mengetahui akibat-akibat informasi yang salah. Ibu memiliki peran untuk dapat memberikan ilmu pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi pada anak. Pemberian informasi dari komunikator yang cerdas, akan berpengaruh baik dalam penambahan pengetahuan komunikan. Sumber sebuah informasi yang didapatkan oleh remaja sebagian besar diperoleh dari orang tua terutama ibu. Orang tua dalam hal ini memiliki andil yang cukup banyak untuk menyampaikan materi pembelajaran kepada remaja terlebih mengenai kesehatan reproduksi khususnya kebersihan diri ketika mengalami menstruasi. Ibu sebagai pendidik diharapkan memiliki pengetahuan yang cermat dan benar agar dapat memberikan bahan ajar kepada anak tata cara dalam merawat dan menjaga organ direproduksi dengan baik (Kusuma, 2021).

Mengingat pentingnya perilaku kebersihan diri remaja awal selama menstruasi serta seberapa besarnya peran ibu sebagai pendidik dalam memberikan informasi tentang kebersihan diri menstruasi terhadap remaja awal, peneliti tertarik untuk membahas seberapa besar peran ibu sebagai pendidik dengan perilaku kebersihan diri remaja awal selama menstruasi.

Namun berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 orang siswi SMP ditemukan beberapa perilaku kebersihan diri selama menstruasi yang kurang baik. Informasi yang didapatkan antara lain bahwa adanya siswi yang tidak mencuci pembalut ketika sedang menstruasi dan banyak siswi yang tidak membawa pembalut cadangan, celana dalam dan plastik untuk membuang pembalut.

## **TUJUAN PENELITIAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan peran ibu sebagai pendidik dengan perilaku kebersihan diri pada remaja selama menstruasi.

## **METODE PENELITIAN**

### **Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelatif yang dilakukan secara cross sectional.

### **Populasi dan Sampel**

Populasi target pada penelitian ini adalah remaja putri usia 12-14 tahun, namun jumlah populasi tidak diketahui. Pengambilan sampel dilakukan secara convenience sampling dengan rumus penghitungan sampel Slovin didapatkan hasil sebanyak 85 responden.

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian dilakukan pada bulan Juni 2021 di MTs Al-Kautsar Depok

### **Metode Pengumpulan Data**

Sebelum proses pengambilan data peneliti mempersiapkan instrument penelitian berupa kuesioner Peran Ibu dan kuesioner Perilaku Kebersihan Diri. Uji validitas dan reliabilitas kuesioner dilakukan pada 30 orang siswi di SMPIT Raflesia dengan nilai Cronbach Alpha > 0.70. Pengumpulan data penelitian diawali dengan memberikan lembar pernyataan persetujuan mengikuti penelitian yang diberikan kepada responden. Sebelum dilakukan pengambilan data, peneliti memberikan penjelasan mengenai penelitian yang akan dilakukan selama 30 menit.

Sebelum dilakukan pengambilan data kepada responden yang telah memenuhi

kriteria yang telah ditentukan, peneliti memberikan penjelasan terlebih dahulu tentang tata cara pengisian kuesioner. Selanjutnya kuesioner dibagikan ke responden dalam keadaan tertutup dan setelah semua responden mendapatkan lembar kuesioner, peneliti mempersilahkan untuk mengisi kuesioner tersebut. Saat berjalannya pengisian peneliti selalu membimbing jalannya pengisian. Setelah pengisian selesai, lembar kuesioner dikirimkan dan dilakukan pengecekan terlebih dahulu oleh peneliti apakah kuesioner sudah diisi dengan benar atau belum.

### **Analisa Data**

Analisa univariat pada penelitian ini dilakukan dalam bentuk distribusi frekuensi dan proporsi untuk mendeskripsikan masing-masing proporsi variabel penelitian. Sementara itu, untuk mengetahui hubungan antara satu persatu variabel ordinal maka digunakan analisis uji korelasi spearman.

### **Ethical Consideration**

Dalam menjalankan penelitian ini peneliti memperhatikan prinsip etik yang digunakan selama proses penelitian meliputi inform consent untuk memberikan gambaran tentang maksud dan tujuan penelitian serta meminta persetujuan responden dalam proses penelitian. Peneliti juga memberikan jaminan dalam penggunaan subjek penelitian dengan cara tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur (anonymity). Prinsip confidentiality juga peneliti lakukan untuk menjamin kerahasiaan data-data responden. Untuk memastikan keberlangsungan penerapan prinsip etik, surat persetujuan etik telah dikelaurkan oleh komite etik penelitian kesehatan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Binawan No 014/PE/FKK-KEPK/V/2021.

## **HASIL PENELITIAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang terlihat pada Tabel 1, didapatkan bahwa lebih banyak responden berusia 12 tahun (69,9%). Sementara itu pendidikan ibu dengan jumlah

terbanyak berada pada tingkat perguruan tinggi sebesar 41,3% dan SMA (39,1%). Pada Tabel 2 didapatkan bahwa sebagian ibu memiliki peran sebagai pendidik yang baik (54,3%) dan cukup (28,3%). Begitu juga pada perilaku kebersihan diri remaja dimana sebagian besar remaja mempunyai perilaku yang baik (78,3%) dan cukup (21,7%). Tidak ada satu remajapun yang berperilaku buruk terhadap kebersihan dirinya. Berdasarkan hasil analisa bivariat melalui Spearman test menunjukkan bahwa terdapat korelasi bermakna antara peran ibu sebagai pendidik dengan perilaku kebersihan diri remaja selama menstruasi ( $p < 0.001$ ) dengan nilai koefisien korelasi  $r$  sebesar 0,698 maka hubungan antara dua variabel tersebut dapat dinyatakan dengan tingkat keeratan kuat dan searah.

## **PEMBAHASAN**

### **Peran Ibu Sebagai Pendidik**

Remaja putri umumnya memiliki kedekatan lebih pada ibu karena pengalaman kehidupan kewanitaan ibu yang telah dialami sebelumnya. Ibu dapat dijadikan sebagai sumber informasi terpercaya bagi remaja putri selama masa pubertas dan menstruasi (Kusuma, 2021). Pada fase ini remaja membutuhkan sosok ibu tidak hanya sekedar sumber informasi namun juga dukungan emosional dalam menjalani masa pubertasnya dengan tuntas (Crichton et al, 2012). Peran ibu sebagai pendidik dapat berupa pemberian pendidikan kesehatan reproduksi melalui mengajarkan dan memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi dan memberikan contoh pola hidup bersih yang dilakukan dan diberikan oleh ibu (Salangka et al, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar peran ibu sebagai pendidik berada pada kategori baik. Hal ini dapat didukung dengan latar belakang pendidikan ibu yang hampir sebagian ibu telah menempuh pendidikan tinggi (41,3%). Tingkat pendidikan orang tua merupakan variabel yang mempunyai kontribusi paling besar terhadap pengetahuan remaja, dimana orang tua yang berpendidikan tinggi serta



mampu berperan baik untuk memberi informasi terhadap remaja maka akan lebih dapat meningkatkan pengetahuan remaja (Suprpti & Indarwati, 2013). Dengan demikian semakin tinggi pendidikan orang tua maka semakin luas juga pengetahuannya. Peran ibu sebagai pendidik tidak hanya berupa pemberian informasi namun juga memberikan contoh dan pendampingan selama masa menstruasi sehingga remaja akan merasa nyaman dan tenang melakukan perilaku yang benar khususnya terkait dengan kebersihan dirinya selama menstruasi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aisah (2018) pada siswi kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Gamping dimana peran ibu pada kriteria baik sebanyak 58 responden dengan presentase 63,8%. Peran ibu dipengaruhi oleh aspek memberikan bimbingan, informasi, mengajari, dan pengawasan tentang organ genital pada saat menstruasi peran ibu dalam kebersihan diri remaja awal selama menstruasi dimana mayoritas menyatakan peran ibu pada kriteria baik.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Suryati & Rokhanawati (2017) pada siswi SMP Negeri 1 Pleret Bantul Yogyakarta dimana ibu yang memiliki peran baik sebanyak 46 responden dengan presentase 85,2% dan pada penelitian tersebut terdapat peran ibu yang dipengaruhi oleh bagaimana ibu dalam memberikan informasi tentang menstruasi, cara-cara melakukan vulva hygiene dan pentingnya menjaga kebersihan vulva saat menstruasi.

Peran ibu sebagai pendidik dapat berupa memberikan pendidikan dan informasi kesehatan reproduksi yang benar seperti mengajari bagaimana membersihkan kelamin dari darah menstruasi, menjelaskan pentingnya menjaga kebersihan pada daerah kelamin, dan memperagakan cara tentang menjaga dan membersihkan daerah kelamin pada saat menstruasi. Peran ibu sebagai pendidik sebagai upaya mencegah terjadinya sikap yang merugikan remaja itu sendiri dan akan terwujudnya kehidupan remaja dengan

budaya hidup sehat ( Mashita, & Indarwati, 2018)

### **Perilaku Kebersihan Diri Remaja**

Saat menstruasi terjadi perdarahan di rahim dalam kurun waktu tertentu yang menunjukkan adanya proses peluruhan sel dinding rahim bersamaan dengan fase ovulasi (Tantry et al, 2019). Dengan adanya pengeluaran darah dari rahim secara berangsur diperlukan perilaku kebersihan diri yang baik untuk mencegah terjadinya infeksi dan penyakit lainnya.

Pada penelitian ini didapatkan bahwa mayoritas remaja sudah memiliki perilaku yang baik terhadap kebersihan diri selama menstruasi (78,3%). Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Girl & Arini, (2020) pada remaja putri di SMP Desa Sudaji, Singaraja yang bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan remaja putri dengan perilaku hygiene menstruasi remaja. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa 95% remaja putri telah memiliki perilaku hygiene menstruasi yang baik. Hal ini menunjukkan korelasi dengan pengetahuan yang sudah baik (90%). Salah satu faktor yang membentuk perilaku adalah dengan adanya pengetahuan (Bujawati et al, 2017).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Mashita dan Indarwati (2018), dengan judul “Peran Orang Tua Dalam Perilaku Perawatan Genitalia Eksterna Saat Menstruasi Pada Siswi SMP Negeri Di Boyolali” sebanyak 73 responden dengan persentase 88% berperilaku baik dalam perawatan genitalia eksterna saat menstruasi dan pada penelitian tersebut adapun yang diteliti meliputi cara penggunaan pembalut, cara cebok, penggunaan pakaian dalam, dan bagaimana cara perawatan genitalia eksterna.

Remaja putri sangat penting untuk menjaga kebersihan organ genital dan berperilaku positif pada saat menstruasi untuk menghindari penyakit infeksi yang nantinya dapat merugikan bagi kesehatan organ reproduksinya. Kebersihan alat vital perlu sekali dilakukan karena ketika mengalami menstruasi pembuluh darah



dalam darah pada rahim lebih mudah untuk terinfeksi. Maka dari itu, hygiene genitalia harus terus dijaga sebab bakteri begitu mudah untuk masuk serta sistem reproduksi terganggu (Kumalasari & Andhyantoro, 2012). Penerapan sebuah perilaku terhadap kebersihan pada diri sendiri ketika menstruasi yang baik, dapat berasal dari adanya penambahan pada pengetahuan seseorang, sikap yang dimunculkan individu dan tindakan tepat sehingga tercapai organ reproduksi yang sehat (Tantry et al, 2019 ).

Salah satu faktor pembentuk perilaku karena adanya pengaruh orang lain yang dianggap penting, dimana umumnya remaja cenderung untuk memiliki sikap yang searah dengan sikap orang yang dianggapnya penting. Kecenderungan ini bisa dimotivasi oleh keinginan untuk menghindari konflik dengan orang yang dianggap penting tersebut. Panutan adalah orang-orang yang biasanya dijadikan contoh oleh seseorang dalam hal berperilaku. Adapun yang sering dijadikan sebagai panutan paling utama adalah orang tua karena seseorang biasanya mengikuti kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan oleh orang tuanya, bahkan hal-hal yang di sukai ataupun yang tidak disukai oleh orangtuanya biasa turun ke anaknya. Begitupun saudara, teman sebaya karena seseorang biasanya mengikuti perilaku saudara dan temannya (Suryati, 2012). Oleh sebab itu peran ibu dalam memberikan edukasi terhadap remaja awal akan mempengaruhi pandangannya untuk berperilaku baik, sehingga dalam hal ini remaja dapat terhindar dari penyakit infeksi saluran reproduksi maupun dari kebersihan itu sendiri.

#### **Hubungan peran ibu sebagai pendidik dengan kebersihan menstruasi remaja**

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan kepada 46 responden, hasil crosstab pada penelitian ini didapatkan bahwa mayoritas peran ibu yang baik sebagai pendidik terlihat dari perilaku remaja awal ada pada kategori baik dalam menjaga kebersihan diri selama menstruasi dengan persentase 53,3%. Dari analisa menggunakan Spearman Rank didapatkan p-value= 0,001

atau sebesar  $<0,05$  yang dapat dikatakan terdapat hubungan yang signifikan dengan koefisien sebesar 0,698 yang artinya hubungan tersebut dapat dikatakan kuat antara peran ibu sebagai pendidik dengan perilaku kebersihan diri remaja awal selama menstruasi. Hal ini dikarenakan oleh peran ibu sebagai pendidik yang akan memberikan edukasi ke remaja awal merupakan hal yang dapat menentukan perilaku remaja awal tersebut karena remaja awal berada dilingkungan keluarga terutama ibu sehingga remaja tersebut dapat mempelajari tindakan yang sudah diajarkan oleh ibu dengan baik. Peran orang tua terutama ibu berperan aktif dalam memberikan bimbingan tentang pendidikan menstruasi melalui nasehat dan komunikasi dalam keluarga, sehingga tidak terjadi kesalahpahaman pengetahuan dan kesalahan dalam memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi remaja yang dapat mempengaruhi perilaku dari seorang anak itu sendiri dalam perilaku saat menstruasi. Berdasarkan hal tersebut, diharapkan peran ibu lebih intensif dalam memberikan pendidikan atau informasi tentang kesehatan reproduksi khususnya tentang menstruasi. Jadi diasumsikan jika peran ibu disini baik, akan baik pula perilaku perawatan diri pada remaja yang mengalami menstruasi tersebut. Dan sebaliknya jika peran ibu tidak baik, akan tidak baik pula perilaku perawatan diri pada remaja tersebut.

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Mashita & Indarwati (2018) pada siswi SMP Negeri Boyolali yang bertujuan untuk mengetahui peran orang tua dalam perilaku perawatan genitalia eksterna saat menstruasi pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran orang tua yang baik dapat mempengaruhi perilaku remaja putri alam menjaga kebersihan dirinya selama menstruasi.

Penelitian ini didukung juga oleh penelitian yang dilakukan oleh Suryati & Rokhanawati (2017), dengan judul “Hubungan Peran Ibu Dengan Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta” metode penelitian kuantitatif, rancangan penelitian

deskriptif corelasi, pendekatan cross sectional, dengan 83 responden siswi yang sudah mendapatkan menstruasi dan tinggal bersama ibu. Hasil analisa menggunakan Kendall Tau didapatkan hasil nilai p- value 0,000 ( $p = <0,05$ ), sehingga dapat dikatakan ada hubungan peran ibu dengan perilaku vulva hygiene saat menstruasi. Suryati & Rokhanawati (2017) juga berpendapat bahwa, kesehatan reproduksi remaja khususnya wanita terutama dalam menjaga organ reproduksinya dipengaruhi oleh pengetahuan ibu, dan peran ibu dalam memberikan pendidikan kesehatan reproduksi sehingga remaja putri khususnya dapat mengetahui dan merawat organ reproduksinya termasuk dalam penerapan perilaku hygiene saat menstruasi.

Pengetahuan mengenai masalah kesehatan pada reproduksi akan dapat memberikan pengaruh terhadap sikap individu dan perilaku dalam kehidupan seseorang. Jika pengetahuan tersebut baik, maka berpengaruh terhadap sikap yang dimiliki seseorang dan perilaku yang ditimbulkan juga baik, begitu pula sebaliknya (Gustina & Djannah, 2015).

Komunikasi antara ibu dengan remaja putri mempunyai hubungan yang kuat dengan perilaku kebersihan diri remaja (Fitriwati & Arofah, 2021). Ibu dapat berperan untuk memberikan pendidikan kesehatan menstruasi pada remaja meliputi penggantian pembalut tiap 3-4 jam, penggunaan pakaian dalam yang nyaman dan menyerap keringat, mandi, membasuh kemaluan setiap buang air kecil maupun besar dan penggunaan sabun khusus daerah kewanitaan (Santina et al, 2013). Peran ibu sebagai pendidik tidak hanya memberikan informasi dan pengetahuan terkait dengan menstruasi dan kebersihan diri, namun juga dukungan cinta dan kasih sayang yang dibutuhkan remaja sehingga remaja dapat menjalani masa menstruasinya dengan nyaman (Retnaningsih et al, 2018).

## KESIMPULAN

### Implikasi

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara peran ibu sebagai pendidik dengan perilaku kebersihan diri remaja selama menstruasi. Peran ibu sebagai pendidik yang baik dapat membantu remaja mewujudkan perilaku kebersihan diri remaja awal yang baik selama menstruasi. Peran ibu sebagai pendidik sangatlah penting bagi remaja putri yang sudah mengalami menstruasi dalam menjaga kebersihan diri remaja itu sendiri. Apabila peran ibu baik maka remaja awal akan berperilaku kebersihan diri selama menstruasi baik. Dengan adanya peran ibu akan memberikan efek yang positif bagi remaja awal.

### Keterbatasan

Di era pandemi COVID-19 yang terjadi di Indonesia yang sudah mulai pada tahun 2020 menghambat proses penelitian dikarenakan di waktu yang sama peneliti sedang melakukan penelitian, pada saat penyebaran kuesioner validitas dan disaat uji kuesioner untuk penelitian sekolah tersebut tidak dihadiri oleh siswi yang dijadikan responden dikarenakan adanya keterbatasan tatap muka antar orang agar terhindar dari virus COVID-19 sehingga penyebaran kuesioner hanya memakai google form dan peneliti hanya menggali data dengan menggunakan kuesioner sehingga informasi yang didapatkan belum tentu akurat dan hasil dari kuesioner tersebut tergantung kepada kejujuran responden.

### PENGAKUAN / Acknowledgement

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada Kepala sekolah dan siswi SMPIT Raflesia dan MTs Al Kautsar Depok atas izin dan partisipasi dalam penelitian ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Aisah, T.(2018). Hubungan Peran Ibu Dengan Perilaku Perawatan Organ Genital Saat Menstruasi Pada Siswi kelas VII SMP Muhammadiyah 1 Gamping.[http://digilib.unisayogya.ac.id/4451/1/NAS PUB\\_TATI%20AISAH\\_1710104378.pdf](http://digilib.unisayogya.ac.id/4451/1/NAS PUB_TATI%20AISAH_1710104378.pdf)
- Anand, E., Singh, J., & Unisa, S. (2015).



- Menstrual hygiene practices and its association with reproductive tract infections and abnormal vaginal discharge in India. *Sexual & Reproductive Healthcare*, 1–6. <http://doi.org/10.1016/j.srhc.2015.06.001>.
- Bujawati, E., Raodah, S., & Indriyanti, I. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Personal Hygiene Selama Menstruasi Pada Santriwati di Pesantren Babul Khaer Kabupaten Bulukumba, Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*. 3(1).
- Crichton, J., Ibisomi, L., & Gyimah, S. O. (2012). Mother–daughter communication about sexual maturation, abstinence and unintended pregnancy: Experiences from an informal settlement in Nairobi, Kenya. *Journal of Adolescence*. 35(1).21–30
- Diana, S. (2017). *Model Asuhan Kebidanan Continuity of Care*. Surakarta: Kekata Publisher.
- Dolang W.M, Rahma, R., & Ikhsan, M. (2013). Faktor Yang Berhubungan dengan Praktik Hygiene Menstruasi Pada Siswi SMA Negeri 1 Sesaean Kabupaten Toraja Utara. *Jurnal Gizi Masyarakat Indonesia*. 9(1).
- Fitriwati, C.I., & Arofah, S. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi kebersihan Diri Selama menstruasi Pada remaja Putri di Pondok Pesantren Yayasan Nurul Islam Kabupaten Bungo. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*. 10(2).
- Girl, K.E., & Arini, L.A. (2020). Pengetahuan Remaja Putri terhadap Perilaku Hygiene Menstruasi Remaja Putri : Studi Kasus Pad SMP Sudaji Singaraja. *Jurnal Kesehatan MIDWINE SLION*. 5(2).
- Gustina, E., & Djannah, S.N. (2015). Sumber informasi dan Pengetahuan Tentang Menstrual Hygiene Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat KEMAS*. 10(2).
- Kemendikbud. (2017). *Panduan Manajemen Kebersihan Menstruasi Bagi Guru dan Orang tua*. Jakarta: Kemendikbud.
- Kemenkes RI. (2014). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kumalasari, I., & Andhyantoro, I. (2012). *Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan Dan Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Kusuma, P.D. (2021). Dukungan Ibu Dalam Menstrual Hygiene Pada Remaja Tunagrahita. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*. 12(2).
- Lestari, P. (2014). Hubungan Pengetahuan Menstruasi dan Komunikasi Teman Sebaya Dengan Personal Hygiene Selama Menstruasi Pada Siswa SMA. Thesis. Depok : FIK UI.
- Mashita, A.C. & Indarwati, I. (2018). Peran Orang Tuan Dalam Perilaku Perawatan Genitalia Eksterna Saat Menstruasi Pada Siswi SMP Negeri di Boyolali. Proceeding of The 7th University Research Colloquium 2018: Bidang MIPA dan Kesehatan Universitas PKU Muhammadiyah Surakarta. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/244>
- Retnaningsih, D., Wulandari, P., Afriana, V. H. (2018). Kesiapan Menghadapi Menstruasi Dengan Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal KesMasDaSka*
- Salangka, G., Rompas, S., & Regar, M. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kesiapan Remaja Putri dalam Menghadapi Menarche di SMP Negeri 1 Kawangkoan. *Jurnal Keperawatan*. 6(1).
- Santina, T., Wehbe, N., Ziade, F. M., & Nehme, M. (2013). Assessment of beliefs and practices relating to menstrual hygiene of adolescent girls in Lebanon. *International Journal of Health Sciences and Research*. 75-88.
- Sharma, N. (2013). A cross sectional study of knowledge, attitude and practices of



menstrual hygiene among medical students in north India. *The Journal of Phytopharmacology*. 28-37.

Su, J. J., & Lindell, D. (2016). Promoting the menstrual health of adolescent girls in China.

*Nursing & Health Sciences*. 18(4), 481-487.

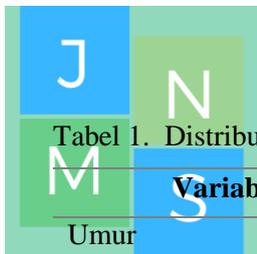
Suprapti dan Indarwati. (2013). Peran Orang Tua dan Pengetahuan Remaja tentang Pubertas di Salah Satu SMP Negeri Boyolali. *Gaster*.10 (1).

Suryati, B.(2012). Perilaku Kebersihan remaja Saat mesntruasi. *Jurnal Health Quality*. 3(1).

Suryati, A, L., & Rokhanawati, D.(2016). Hubungan Peran Ibu Dengan Perilaku vulva Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi SMP Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Thesis. Program Studi Bidan Pendidik jenjang Diploma IV. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyah Yogyakarta.  
<http://digilib.unisayogya.ac.id/1968/1/PDF%20Naskah%20Publikasi.pdf>

Tantry, Y.U., Solehati, T., & Yani, D.I.(2019). Gambaran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Perawatan Diri Selama Menstruasi Pada Siswi SMPN 13 Bandung. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*. 10(1).

UNESCO. (2014). *Puberty education and menstrual hygiene management*. Paris: UNESCO.



Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden

Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
Umur		
12 tahun	32	69,6%
13 tahun	14	30,4%
Umur Pertama Kali Menstruasi		
9 tahun	1	2,2%
10 tahun	5	10,9%
11 tahun	15	32,6%
12 tahun	25	54,3%
Pendidikan Ibu		
SD	6	13%
SMP	3	6,5%
SMA	18	39,1%
D3/S1/S2	19	41,3%

Tabel 2. Distribusi hubungan usia terhadap tingkat kecemasan pasien

Variable	Kecemasan						P value	OR	
	Usia	Ringan		Sedang		Total			
		n	%	n	%	n			%
Dewasa awal	2	12,5	14	87,5	16	100	0,016	7,14	
Dewasa akhir	2	11,1	16	88,9	18	100			
Lansia awal	5	55,6	4	44,4	9	100			
Total	19	30,2	44	69,8	43	100			