

SKRIPSI

GAMBARAN PERILAKU REMAJA PUTRI TENTANG *PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI PADA SISWA KELAS X DI SMA NEGERI 1 SUNGGAL TAHUN 2024



Oleh :

KEZIA R.M. SILABAN

NIM: 032020029

**PROGRAM STUDI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH
MEDAN 2024**



SKRIPSI

GAMBARAN PERILAKU REMAJA PUTRI TENTANG *PERSONAL HYGIENE* SAAT MENSTRUASI PADA SISWA KELAS X DI SMA NEGERI 1 SUNGGAL TAHUN 2024



Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Dalam Program Studi Ners
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

Oleh :

KEZIA R.M. SILABAN
NIM: 032020029

**PROGRAM STUDI NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH
MEDAN
2024**



STIKes Santa Elisabeth Medan

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Kezia RM Silaban
NIM : 032020029
Program Studi : S1 Keperawatan
Judul : Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene saat Menstruasi pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penulisan skripsi penelitian yang telah saat ini merupakan hasil karya sendiri dan besar keasliannya. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan skripsi penelitian ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.



Peneliti, 12 Juni 2024

(Kezia RM Silaban)



PROGRAM STUDI NERS STIKes SANTA ELISABETH MEDAN

Tanda Persetujuan

Nama : Kezia RM Silaban
NIM : 0320200029
Judul : Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024

Menyetujui untuk diujikan Pada Ujian Skripsi Sarjana Keperawatan

Medan, 12 Juni 2024

Pembimbing II

(Mardiati Barus, S.Kep., Ns., M.Kep)

Pembimbing I

(Helinida Saragih, S.Kep., Ns., M.Kep)

Mengetahui
Ketua Program Studi Ners

(Lindawati F. Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep)



HALAMAN PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI

Telah diuji

Pada tanggal, 12 Juni 2024

PANITIA PENGUJI

Ketua : Helinida Saragih, S.Kep., Ns., M.Kep

Anggota : 1. Mardiaty Barus, S.Kep., Ns., M.Kep

2. Ernita Rante Rupang, S.Kep., Ns., M.Kep

Mengetahui
Ketua Program Studi Ners

(Lindawati F. Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep)



PROGRAM STUDI NERS STIKes SANTA ELISABETH MEDAN

Tanda Pengesahan

Nama : Kezia RM Silaban
NIM : 0320200029
Judul : Gambaran Perilaku Remaja Putri tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024

Telah Disetujui, Diperiksa Dan Diperhatikan Dihadapan Tim Penguji sebagai Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan Medan, 12 Juni 2024 dan dinyatakan LULUS

TIM PENGUJI

TANDA TANGAN

Penguji I : Helinida Saragih, S.Kep., Ns., M.Kep

Penguji II : Mardiaty Barus, S.Kep., Ns., M.Kep

Penguji III : Ernita Rante Rupang, S.Kep., Ns., M.Kep

Mengetahui
Ketua Program Studi Ners

Mengesahkan
Ketua STIKes

(Lindawati F. Tampubolon, Ns., M.Kep) (Mestiana Br. Karo, M.Kep., DNSc)



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

Sebagai sivitas akademik Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan, saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Kezia RM Silaban
NIM : 032020029
Program Studi : S1 Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan hak bebas royalti; non – eksklusif (*non-exclusive royalty free right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : **Gambaran Perilaku Remaja Putri tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal.**

Dengan hak bebas royalti non – eksklusif ini Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan Berhak menyimpan media/formatkan, mempublikasi tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti atau pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa paksaan dari pihak manapun.

Dibuat di Medan, 12 Juni 2024

Yang Menyatakan

(Kezia RM Silaban)



ABSTRAK

Kezia RM Silaban, 032020029

Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene saat Menstruasi pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024

(xvii + 60 + Lampiran)

Personal hygiene saat menstruasi merupakan tindakan memelihara kebersihan, khususnya daerah kewanitaan saat menstruasi. *Personal hygiene* saat menstruasi sangat penting dan harus diperhatikan dengan baik oleh setiap remaja putri. Remaja yang sering mengabaikan kebersihan diri saat menstruasi akan terjadi masalah kesehatan reproduksi seperti iritasi, keputihan dan ISR (infeksi saluran reproduksi). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal tahun 2024. Metode Penelitian ini menggunakan desain deskriptif, dengan sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 70 responden. Teknik Pengambilan sampel yaitu random sampling menggunakan rumus *slovin*, yang dimana sampel mencabut nomor undian. Instrumen pada penelitian ini menggunakan kuesioner AE Purwaningrum – 2017. Hasil penelitian ini menunjukkan perilaku remaja putri tentang tentang *personal hygiene* saat menstruasi memiliki kategori perilaku cukup sebanyak 55 orang (78,6%), yang berperilaku baik sebanyak 15 orang (21,4%). Kesimpulan pada penelitian ini adalah perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024 lebih mayoritas berperilaku hasil cukup.

Kata Kunci: Perilaku, Personal Hygiene, Menstruasi

Daftar Pustaka (2019-2024)



ABSTRACT

Kezia RM Silaban 032020029

Description of the Behavior of Young Women Regarding Personal Hygiene during Menstruation in Class X Students at SMA Negeri 1 Sunggal 2024.

(xvi + 60 + Appendix)

Personal hygiene during menstruation is the act of maintaining cleanliness, especially the feminine area during menstruation. Personal hygiene during menstruation is very important and must be paid close attention to by every young woman. Adolescents who often ignore personal hygiene during menstruation will experience reproductive health problems such as irritation, vaginal discharge and ISR (reproductive tract infection). The aim of this research is to determine the behavior of young women regarding personal hygiene during menstruation among class slovin, which is where the sample draws lottery numbers`. The instrument in this study uses the AE Purwaningrum - 2017 questionnaire. The results of this study show that the behavior of young women regarding personal hygiene during menstruation is in the moderate behavior category of 55 people (78.6%), of which 15 people (21.4%) have good behavior. The conclusion of this research is that the majority of personal hygiene behavior during menstruation in class X students at SMA Negeri 1 Sunggal 2024 behaves with sufficient results.

Keywords: Behavior, Personal Hygiene, Menstruation

Bibliography (2019-2024)



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yesus Kristus karena rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyusun penelitian ini yang berjudul **“Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024”**. Penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan melalui skripsi pada jenjang S1 Ilmu Keperawatan Program Studi Ners di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Santa Elisabeth Medan.

Pada penyusunan penelitian ini tidak semata-mata hasil kerja penulis sendiri, melainkan juga berkat bimbingan dan dorongan dari pihak-pihak yang telah membantu. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis secara khusus mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Mestiana Br.Karo, M.Kep., DNSc selaku Ketua STIKes Santa Elisabeth Medan yang telah mengizinkan dan menyediakan fasilitas untuk mengikuti pendidikan di STIKes Santa Elisabeth Medan.
2. Asron Batubara, S.Pd, M.Si selaku kepala sekolah di SMA Negeri 1 Sunggal beserta guru dan staf pegawai yang memberikan izin untuk melakukan penelitian di SMA Negeri 1 Sunggal.
3. Lindawati F. Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan sebagai pemberi arahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Helinida Saragih S.Kep.,Ns.,M.Kep Selaku pembimbing I yang telah membantu, membimbing serta mengarahkan penulis dengan penuh



kesabaran dan memberikan ilmu yang bermanfaat dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Mardiaty Barus S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing II yang telah membantu, membimbing serta mengarahkan penulis dengan penuh kesabaran dan memberikan ilmu yang bermanfaat dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Ernita Rante Rupang S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku dosen penguji saya yang telah membantu, membimbing dan menguji saya serta mengarahkan dan memberikan ilmu yang bermanfaat dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Lindawati Simorangkir S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku dosen pembimbing akademik yang telah membantu, membimbing dan memberikan motivasi kepada saya dalam proses skripsi ini.
8. Teristimewa keluarga tercinta Ayahanda Budiman silaban dan Ibunda Dina Hutasoit, yang telah membesarkan saya dengan penuh cinta dan kasih sayang, yang tiada henti memberikan doa, dukungan moral dan motivasi yang luar biasa dalam menyelesaikan skripsi ini. Serta seluruh keluarga besar dan adik saya Sheril Silaban, Trya Silaban, Glen Silaban dan yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada saya.
9. Kepada Seluruh rekan-rekan sejawat dan seperjuangan Program Studi Ners Tahap Akademik stambuk 2020 yang saling memberikan motivasi dan doa dalam menyelesaikan penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan penelitian ini masih belum sempurna, baik isi maupun teknik penulisan. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati



penulis menerima kritik dan saran yang bersifat membangun untuk kesempurnaan penelitian ini. Semoga Tuhan Yang Maha pengasih senantiasa mencurahkan berkat dan rahmat-Nya kepada semua pihak yang telah membantuk penulis.

Medan, 24 Januari 2024

Peneliti

(Kezia RM Silaban)



DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL PERSYARATAN GELAR	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENETAPPAN PANITIA PENGUJI	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR BAGAN	xvii
 BAB 1 PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	7
 BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	 9
2.1. Konsep Perilaku	9
2.1.1 Defenisi perilaku	9
2.1.2 Macam-macam perilaku	10
2.1.3 Faktor- faktor yang mempengaruhi perilaku	10
2.2. Konsep Remaja	11
2.2.1 Defenisi Remaja	11
2.2.2 Ciri- ciri remaja	12
2.2.3 Perubahan pada masa remaja	14
2.3. Konsep Menstruasi	16
2.3.1 Defenisi menstruasi	16
2.3.2 Siklus menstruasi	17
2.3.3 Kelainan menstruasi	19
2.3.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi menstruasi	20
2.3.5 Usia remaja saat menstruasi	22



2.4. Konsep <i>Personal Hygeine</i>	22
2.4.1 Defenisi <i>Personal hygeine</i>	22
2.4.2 <i>Personal hygeine</i> saat menstruasi	23
BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN	26
3.1 Kerangka Konsep	26
3.2 Hipotesis.....	27
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	28
4.1 Rencana Penelitian	28
4.2 Populasi dan Sampel	29
4.2.1 Populasi.....	29
4.2.2 Sampel.....	29
4.3 Variabel Penelitia dan Defenisi Operasional	31
4.3.1 Variabel Penelitian.....	31
4.3.2 Defenisi Operasional.....	31
4.4 Instrumen Penelitian.....	33
4.5 Lokasi dan Waktu Penelitian	34
4.5.1 Lokasi Penelitsian	34
4.5.2 Waktu Penelitian.....	34
4.6 Prosedur penelitian dan Pengumpulan data	34
4.6.1 Pengambilan data	34
4.6.2 Teknik Pengumpulan data.....	35
4.6.3 Uji Validitas dan Reliabilitas	36
4.7 Kerangka Operasional.....	37
4.8 Analisa Data	38
4.9 Etika Penelitian	39
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	41
5.1 Gambaran dan Lokasi Penelitian	41
5.2 Hasil Penelitian	42
5.2.1 Krakteristik umur responden.....	42
5.2.2 Penggunaan pakaian dalam	43
5.2.3 Kebersihan tubuh dan alat kelamin	43
5.2.4 Penggunaan pembalut	44
5.2.5 Perawatan kulit wajah dan rambut	44
5.2.6 Perilaku remaja putri tentang <i>personal hygiene</i> saat menstruasi	45
5.3 Pembahasan.....	45
5.3.1 Perilaku remaja putri tentang <i>personal hygiene</i> penggunaan pakaian dalam saat menstruasi	45
5.3.2 Perilaku remaja putri tentang <i>personal hygiene</i> kebersihan tubuh dan alat kelamin saat menstruasi	47
5.3.3 Perilaku remaja putri tentang <i>personal hygiene</i> penggunaan pembalut saat menstruasi	48



STIKes Santa Elisabeth Medan

5.3.4 Perilaku remaja putri tentang <i>personal hygiene</i> Kebersihan Kulit Wajah dan Rambut saat menstruasi	51
5.3.5 Perilaku Remaja Putri Tentang <i>Personal Hygiene</i> saat Menstruasi	52
BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN.....	56
6.1 Simpulan	56
6.2 Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN.....	61



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Defenisi Operasionl Gambaran Perilaku remaja Putri Tentang <i>Personal Hygiene</i> Pada Saat Menstruasi Pada Siswa KLS X DI SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024.....	32
Tabel 5.1	Distribusi frekuensi dan presentase data demografi berdasarkan usia pada siswa kelas X SMA di Negeri 1 Sunggal tahun 2024....	42
Tabel 5.2	Distribusi frekuensi dan presentase berdasarkan penggunaan pakaian dalam saat menstruasi pada Siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024	43
Tabel 5.3	Distribusi Frekuensi dan presentase berdasarkan kebersihan tubuh dan alat kelamin saat Menstruasi pada Siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal tahun 2024	43
Tabel 5.4	Distribusi frekuensi dan presentase berdasarkan penggunaan pembalut saat menstruasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal tahun 2024.....	44
Tabel 5.5	Distribusi frekuensi dan presentase perawatan kulit wajah dan rambut saat menstruasi pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal tahun 2024.....	44
Tabel 5.6	Distribusi frekuensi dan presentase gambaran perilaku remja putri tentang <i>Personal Hygiene</i> saat menstruasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal tahun 2024	45



DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Konsep Gambarnya Perilaku remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi Pada Siswa Kelas X DI SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024.	26
Bagan 4.1 Kerangka Operasional Perilaku remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi Pada Siswa Kelas X DI SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024.	37



BAB 1 PENDAHULUAN

1.1.1. Latar Belakang

Personal hygiene saat menstruasi merupakan tindakan memelihara kebersihan, khususnya daerah kewanitaannya saat menstruasi. *Personal hygiene* saat menstruasi sangat penting dan harus diperhatikan dengan baik oleh setiap remaja putri seperti anak usia sekolah yang masih banyak sering mengabaikan kebersihan diri sendiri (Aprita & Susianawati, 2023). Akibat dari *personal hygiene* yang buruk dapat meningkatkan resiko timbulnya infeksi yang dapat berakibat pada timbulnya berbagai macam penyakit (Andolina et al., 2023).

Menurut sensus penduduk Indonesia pada tahun 2020 menunjukkan jumlah penduduk Indonesia sebesar 270.203.917 jiwa dan 46,1 juta merupakan remaja umur 10-24 tahun. Menurut data Departemen Kesehatan Republik Indonesia, Indonesia memiliki prevalensi 90-100 per 100.000 penduduk pertahun terdapat kasus terjadinya infeksi saluran reproduksi (alat kelamin) akibat kurangnya *hygiene* pada organ genitalia (Aprita & Susianawati, 2023).

Berdasarkan data *global cancer observatory* 2018, prevalensi kanker serviks di dunia sebanyak 6,6% atau 569.847 dari total kasus. Di Indonesia kanker serviks merupakan kanker nomor dua terbanyak pada wanita, prevalensinya sebanyak 32.649 kasus atau 9,3% dari jumlah total kasus. Masalah tersebut terjadi karena masih banyak remaja yang kurang memperhatikan *personal hygiene* saat menstruasi (Sabaruddin et al., 2021). Data dari WHO menunjukkan bahwa 33% masalah kesehatan reproduksi yang dialami wanita salah satunya ISR dikarenakan

personal hygiene yang kurang baik. Usia remaja merupakan kelompok dengan kejadian ISR tertinggi di dunia yaitu 35-42%. Di Indonesia 75% perempuan pernah mengalami setidaknya satu kali keputihan patologis. Perempuan di Indonesia mengalami keputihan sebanyak 90% dan sebanyak 60% dialami oleh remaja putri (Fadilasani et al., 2023)

Perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi yang kurang baik yaitu tidak mengganti pakaian dalam saat menstruasi sebesar 58.6%. Kurangnya menjaga kebersihan pakaian dalam sebesar 100% (Bone et al., 2022). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Ping, 2019), ditemukan remaja yang tidak pernah membersihkan alat kelamin atau kemaluan dengan air bersih dari arah depan ke belakang yaitu sebanyak 77,6%, remaja yang selalu membersihkan kemaluan dengan tisu saja tanpa dibasuh dengan air sebelumnya yaitu sebanyak 93.9%, tidak mengganti pembalut 3-4 kali sehari sebanyak 81,6. Penggunaan pembalut sebaiknya diganti setiap 4 jam atau ketika pembalut penuh supaya mencegah iritasi karena gesekan dan menambah kenyamanan (Aisyah et al., 2023)

Pada penelitian (Pramudyanti, 2019), menemukan banyak remaja dengan resiko tinggi mengalami masalah kesehatan reproduksi, karena perilaku *personal hygiene* yang kurang baik seperti 10% remaja yang sering menggunakan produk pembersih kewanitaan sekitar. 17,59% remaja yang tidak mengeringkan genitalia setelah buang air kecil atau buang air besar dengan menggunakan tissue ataupun handuk kering. 25,76% remaja yang membersihkan genitalia dengan arah dari belakang ke depan. 17% remaja yang sering menggunakan celana dalam ketat

dalam aktivitas sehari-hari. 8,2% remaja yang sering memakai celana dalam dengan bahan bukan katun serta 2,5% remaja yang sering memakai bersama pakaian dalam dan handuk dengan orang lain.

Perilaku *personal hygiene* dapat dipengaruhi beberapa faktor yaitu body image, praktik sosial, status sosial ekonomi, pengetahuan, budaya, kebiasaan seseorang dan kondisi fisik. Personal hygiene yang tidak baik saat menstruasi dapat memicu timbulnya keluhan-keluhan setelah menstruasi, seperti halnya pruritis vulva. Pruritis vulvae disebabkan oleh jamur, bakteri, dan virus yang muncul karena buruknya *personal hygiene* dan *hygiene* menstruasi (44%), karena alergen dan produk kewanitaan (30%), serta karena kelainan patologik pada vulva (26%), remaja yang mengalami pruritus vulvae adalah remaja yang berperilaku *personal hygiene* menstruasinya yang kurang baik (Amallya Faj'ri et al., 2022).

Dampak yang timbul saat *hygiene* pada genitalia yang tidak baik, akan mengakibatkan keputihan, iritasi pada kulit genitalia (pruritus), alergi, bahkan dapat terjadi infeksi saluran perkemihan (ISK). Jika seseorang kurang memperhatikan kebersihan organ genitalia saat menstruasi dalam waktu dekat akan mudah mengalami demam, gatal-gatal pada kulit vagina, radang pada permukaan vagina, keputihan, rasa panas atau sakit pada bagian bawah perut.) (Kurniasih, 2022). Dampak lain, dapat menimbulkan penyakit pada saluran organ reproduksi meningkatkan resiko timbulnya infeksi yang dapat berakibat pada timbulnya berbagai macam penyakit dan infeksi jamur pada organ reproduksi (Amallya Faj'ri et al., 2022).

Akibat lain dari personal hygiene saat menstruasi jika tidak terjaga, maka akan timbul mikroorganisme seperti bakteri dan jamur, dampak yang lainnya juga dapat menimbulkan penyakit kelamin, salah satunya kanker serviks (Sabaruddin et al., 2021). Dampak dari *personal hygiene* yang kurang baik saat menstruasi adalah: 1). dampak psikososial bagi remaja putri yaitu timbulnya gangguan interaksi sosial, aktualisasi pada diri, kebutuhan harga diri, gangguan rasa nyaman pada diri, kebutuhan dicintai dan mencintai. 2.) dampak fisik seperti adanya keputihan patologis, apabila dialami jangka panjang atau lama dan tidak ditangani dengan baik akan berdampak penyakit infeksi saluran reproduksi (ISR) dan masalah reproduksi lainnya (Fadilasani et al., 2023).

Perilaku kesehatan mengenai perilaku personal hygiene sangat penting dilakukan karena jika tidak diterapkan dengan benar, maka akan menimbulkan infeksi saluran reproduksi, infeksi jamur dan bakteri (Aprita & Susianawati, 2023). Pencegahan penyakit pada saluran reproduksi dapat diatasi apabila wanita aktif menjaga kebersihan organ reproduksinya, sehingga kuman tidak mudah masuk dan menimbulkan infeksi (Purnama, 2021).

Remaja putri dapat menjaga kesehatan reproduksi dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), melalui perilaku menjaga kebersihan genetalia seperti mencucinya dengan air bersih, mencuci tangan dengan sabun setelah membersihkan area kewanitaan atau kemaluan, menggunakan celana yang menyerap keringat, mengganti celana dalam, sering mengganti pakaian dalam 2 kali sehari, membungkus pembalut dengan plastic/ kertas sebelum dibuang ke tempat sampah, mengganti pembalut setiap 4 jam sekali serta mandi dua kali

sehari adalah beberapa contoh yang bisa dilakukan oleh remaja putri. (Aisyah et al., 2023).

Terdapat upaya yang dilakukan dari program pemerintah seperti BKKBN, yang mengadakan program kesehatan reproduksi pada remaja yaitu, dengan mengadakan pelayanan kesehatan peduli remaja (PKPR) yang dibangun untuk melayani kesehatan remaja dan dijalankan oleh puskesmas (Putri & Fitriahadi, 2021). Dari pihak sekolah diharapkan dapat melengkapi fasilitas di sekolah, seperti tempat mencuci tangan, alat pengering berupa tisu dan ketersediaan pembalut di toilet wanita untuk menanamkan pentingnya perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dengan baik (Simanjuntak & Siagian, 2020).

Untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* saat menstruasi juga dapat dilakukan dengan memberikan informasi melalui penyuluhan atau promosi kesehatan ke sekolah oleh petugas kesehatan yang dapat juga bekerja sama dengan guru di sekolah sehingga informasi yang didapat menjadi acuan dalam mengaplikasikannya di kehidupan sehari-hari (Purnama, 2021). Petugas kesehatan juga dapat memotivasi orang tua untuk menerapkan perannya sebagai orang tua dalam memberikan pendidikan kesehatan terhadap remaja putri. Pengalaman remaja orang tua dalam kehidupan dan perkembangannya mampu memotivasi remaja untuk mencari informasi lebih banyak terkait kesehatan reproduksi (Nurmayani, W., Mulianingsih, M., Hadi, I., & Suitari, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan dilakukan pada 16 Januari 2024, jumlah siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal adalah 235 orang remaja putri. Hasil

survei awal peneliti terdapat 10 siswa dibagikan kuesioner , dari 10 siswa tersebut ada 4 orang kadang- kadang yang penggunaan pakain dalam yang ketat saat menstruasi, 4 orang siswa tidak pernah mengganti pembalut setiap 4 jam sekali saat menstruasi , ada 7 orang siswa kadang- kadang yang membasuh alat kelamin dari depan ke belakakang , 2 orang siswa kadang- kadang mengganti pembalut setelah sudah tembus sampai kecelana dalam dan 1 orang siswa kadang- kadang mandi dalam 2 kali sehari.

Berdasarkan survei awal penelitian tersebut didapatkan perilaku remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi masih kurang,yang menyebabkan remaja tidak mengetahui hal yang benar tentang personal hygiene saat menstruasi, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMA NEGERI 1 Sunggal untuk mengetahui gambaran perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi Pada siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal tahun 2024.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi Pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* penggunaan pakaian dalam saat menstruasi.
2. Mengetahui perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* kebersihan tubuh dan kelamin pada saat menstruasi .
3. Mengetahui perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* pada penggunaan pembalut saat menstruasi
4. Mengetahui perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* kebersihan kulit, wajah dan rambut saat menstruasi.
5. Mengetahui gambaran perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi di SMA Negeri 1 Sunggal.

1.4 Manfaat Penelitian**1.4.1 Manfaar Teoritis**

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dalam bidang ilmu keperawatan maupun kebidanan khususnya pada perilaku *personal hygiene* pada remaja pada saat menstruasi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Ilmu Pengetahuan

Sebagai informasi tentang pentingnya perilaku *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri supaya masalah kesehatan reproduksi wanita dapat diminimalisir.



2. Bagi Pengguna

Sebagai sarana informasi untuk remaja putri tentang menstruasi khususnya bagaimana menjaga kebersihan daerah genitalia pada saat menstruasi pada remaja putri.

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Perilaku

2.1.2 Defenisi Perilaku

Perilaku merupakan suatu kegiatan atau aktivitas kegiatan organisme (mahluk hidup) yang bersangkutan. Oleh sebab itu, dari sudut pandang biologis, semua mahluk hidup mulai dari tumbuh – tumbuhan, binatang sampai dengan manusia itu berperilaku, karena mereka mempunyai aktivitas masing – masing. Sehingga yang dimaksud dengan perilaku manusia, pada hakikatnya adalah tindakan atau aktivitas dari manusia itu sendiri yang mempunyai bentangan yang sangat luas antara lain: berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca, dan sebagainya (Mahendra et al., 2019).

Dari uraian ini, dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud perilaku (manusia) adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang dapat dilihat langsung, maupun yang tidak dapat dilihat oleh pihak luar. Menurut skinner, perilaku adalah tanggapan seseorang terhadap stimulus atau rangsangan dari luar. karena perilaku ini terjadi stimulus diberikan kepada organisme dan kemudian organisme merespon (Mahendra et al., 2019).

Perilaku manusia (human behavior) merupakan sesuatu yang penting dan perlu dipahami secara baik. Ini disebabkan oleh fakta bahwa perilaku manusia dapat ditemukan semua aspek kehidupan manusia. Perilaku manusia tidak berdiri sendiri, perilaku manusia mencakup dua komponen, yaitu sikap atau mental dan tingkah laku (atitute). Sikap adalah sesuatu yang ada pada diri manusia. Mental

adalah bagaimana orang bertindak terhadap suatu peristiwa, sedangkan tingkah laku adalah bagaimana orang bertindak terhadap situasi atau peristiwa tertentu (Mahendra et al., 2019).

2.1.2 Macam-Macam Perilaku

Pada perilaku ini dapat dibagi menjadi dua jenis berdasarkan bentuk respon terhadap stimulus ini yaitu:

1. Perilaku tertutup (*covert behavior*)

Respons seseorang terhadap stimulus pada bentuk terselubung atau tertutup (*covert*). Perhatian persepsi pengetahuan/ kesadaran dan sikap individu yang menerima stimulus menentukan respon atau reaksi terhadap stimulus ini, yang tidak dapat diamati oleh orang lain. Oleh karena itu, disebut tindakan yang tertutup atau tidak dapat terlihat. (Mahendra et al., 2019).

2. Perilaku terbuka (*over behavior*)

Respons seseorang terhadap stimulus adalah tindakan nyata atau terbuka. Respons terhadap stimulus ini dapat dilihat dan diamati oleh orang lain. Oleh karena itu, disebut perilaku berlebihan, tindakan nyata atau praktik (Mahendra et al., 2019).

2.1.3 Faktor- faktor yang mempengaruhi perilaku

Menurut (Mahendra et al., 2019) Perilaku ini ditentukan pada tiga komponen utama, sebagai berikut :

a. Faktor prediposisi (*predisposing factors*)

Pengetahuan dan sikap seseorang atau masyarakat terhadap apa yang akan mereka lakukan, seperti beberapa faktor yang dapat mempermudah atau memprediposisi perilaku pada diri seseorang atau masyarakat.

b. Faktor pemungkin (*enabling factors*)

Faktor pemungkin atau pendukung (*enabling*) perilaku adalah fasilitas, sarana, atau prasarana yang mendukung atau yang memfasilitasi terjadinya perilaku seseorang atau masyarakat.

c. Faktor penguat (*reinforcing factors*)

Pengetahuan, sikap, dan fasilitas yang tersedia kadang-kadang belum menjamin terjadinya perilaku seseorang atau masyarakat.

2.2 Konsep Remaja

2.2.1 Definisi Remaja

Menurut (Hamdanah & Surawan, 2022), istilah remaja sendiri berasal dari Bahasa Latin, *adolescence* yang berarti "tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan". Hal ini sejalan dengan keadaan bangsa primitif dan orang-orang purbakala yang percaya bahwa masa puber dan masa remaja tidak berbeda dari periode rentang kehidupan lainnya. Artinya anak dianggap sudah dewasa ketika mereka mampu melakukan reproduksi. Seiring dengan perkembangan zaman, istilah *adolescence*, kemudian diartikan secara lebih luas, yaitu mencakup kematangan mental,

Menurut World Health Organization (WHO 2022), remaja didefinisikan sebagai periode usia antara 10 sampai 19 tahun. Dengan tiga kriteria yang dapat

dipergunakan yaitu, biologis, psikologis, dan sosial ekonomi. Remaja dapat berkembang secara biologis dari saat pertama kali menunjukkan tanda- tanda seksual sekunder sampai mereka mencapai kematangan seksual. Secara psikologis dan pola identifikasi yang berbeda dari anak- anak menjadi dewasa (Rany, 2022).

Menurut Mappiare, usia remaja adalah sekitar umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Usia 12 atau 13 tahun sampai dengan 17 atau 18 tahun disebut remaja awal, dan usia 17 atau 18 tahun sampai dengan 21 atau 22 tahun disebut sebagai remaja akhir. Menurut hukum di Amerika Serikat saat ini, seseorang dianggap telah dewasa apabila telah mencapai usia 18 tahun, dan bukan 21 tahun seperti yang ditetapkan sebelumnya. Pada anak- anak biasanya berada di bangku sekolah menengah pada usia ini. (Hamdanah & Surawan, 2022).

2.2.2 Ciri – ciri Khas Perkembangan Remaja

Pada perkembangan remaja, ada beberapa tindakan tingkah laku seperti baik, buruk, berpikiran negative, ditunjukkan selama perkembangan remaja. Karena remaja sedang mengalami masa puncak pubertas, yaitu transisi dari anak- anak ke remaja. Pada remaja ini sering mengalami perilaku suka melawan, membantah, gelisah, dan periode labil. Namun demikian, perkembangan perilaku ini pada dasarnya sangat dikenali oleh perilaku lingkungan. Hal ini sering terjadi karena orang- orang sekitar tidak memahami arti perkembangan. Kondisi ini, menurut Dusek dan Bezonsky, menyebabkan tingkah laku negatif pada remaja dan disebabkan oleh perlakuan lingkungan yang tidak sesuai kebutuhan

dan tuntunan perkembangan remaja. Pada fase perkembangan ini, orang tua harus memahami situasi remaja yang sedang mencari jati dirinya sendiri atau identitasnya sendiri. (Hamdanah & Surawan, 2022).

Menurut Blair & Jones Dkk beberapa karakteristik perkembangan remaja disebutkan, yaitu :

1. Pertumbuhan (perubahan fisik) paling cepat dibandingkan dengan periode perkembangan sebelum dan sesudahnya. Pertumbuhan pada awal remaja sangat cepat. Tubuh dampak lebih besar dan kokoh karena tulang-tulang memanjang lebih cepat.
2. Memiliki banyak energi atau tenaga dan mental yang mendorong mereka untuk dapat beraktivitas dan berprestasi sendiri. Pada masa remaja adalah masa yang paling sehat dan kreatif.
3. Berfokus pada teman sebaya dan secara bertahap melepaskan diri dari keluarga, terutama orang tua. Dalam beberapa kasus, keinginan yang kuat untuk melepaskan diri dari orang tua belum didampingi dengan kemampuannya untuk hidup sendiri.
4. Memiliki ketertarikan yang kuat dengan lawan jenis. Pada periode ini, remaja sudah mulai mengenal hubungan lawan jenis bukan hanya sekedar sebagai kawan. Akan tetapi, hubungan sudah mulai cenderung memiliki keyakinan kebenaran tentang keagamaan.
5. Remaja saat ini sedang dalam proses menemukan kebenaran yang sebenarnya. Remaja akan tenang jika mereka dapat menemukannya dengan cara yang baik dan benar. kemudian jika mereka tidak dapat menemukan

kebenaran yang sebenarnya maka keyakinan ahama mereka akan goyah dan lebih mengutamakan persahabatan.

6. Kemampuan remaja untuk membuat keputusan tentang apa yang mereka lakukan biasanya biasanya bukti kemandirian mereka sendiri.
7. Pada fase ini, berada pada tahap transisi antara masa kanak- kanak masa dewasa. Oleh karena itu, untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan sebagai orang dewasa, mereka akan menghadapi berbagai tantangan. Mereka tidak tahu bagaimanapun memperlakukan diri mereka sendiri dan bagaimana orang disekitar mereka memperlakukan mereka, kadang- kadang memperlakukan seperti anak, tetapi di sisi lain menuntut berperilaku seperti orang dewasa.
8. Pencarian identitas diri. Pada pencarian identitas diri adalah ciri perkembangan remaja yang berfungsi untuk mengatasi periode transisi yang disebutkan sebelumnya. Dalam menghadapi kehidupan, remaja ingin menjadiorang benar. Oleh karena itu, keyakinan hidup yang kuat diperlukan untuk mengarahkan perilaku remaja.

2.2.3 Perubahan pada masa remaja

Menurut (Mahendra et al., 2019), perubahan besar terjadi pada masa remaja dalam kedua aspek biologis atau fisiologis dan psikologis. Oleh karena itu, berlangsungnya perubahan seperti karakteristik umum yang menonjol pada masa remaja, yang dalam interaksinya dengan lingkungan sosial yang dapat memengaruhi perilaku remaja. Proses perubahan tersebut dan hubungan antara

berbagai elemen yang berubah selama masa remaja dapat diuraikan secara ringkas dan jelas sebagai berikut:

1. Perubahan Fisik

Pada perubahan biologis dan fisiologis yang paling menonjol yang dialami remaja terjadi pada awal masa remaja, sekitar usia 12 tahun hingga 15 tahun pada wanita dan 12 sampai 16 pada pria. Pada kelenjar endokrin memproduksi hormone- hormon baru, yang dapat mengubah ciri- ciri seks primer dan menciptakan ciri ciri seks sekunder.

2. Perubahan Emosionalitas

Perubahan pada emosionalitas remaja adalah hasil langsung dari perubahan fisik dan hormonal. Pada perubahan fisik dan hormonal dapat berdampak pada perubahan lingkungan yang terkait dengan perubahan seksual yang disebabkan oleh hormone sehingga dapat menimbulkan dorongan dan perasaan baru. Dengan keseimbangan hormonal yang baru, individu mengalami sensasi yang belum pernah mereka alami. Remaja dapat mengalami pergeseran emosi yang signifikan karena ketidakmampuan kognitifnya untuk menangani perubahan yang baru.

3. Perubahan Kognitif

Pada perubahan kognitif terjadi perubahan cara berpikir sebagai tahap perkembangan terakhir dari perkembangan kognitifnya. Pada tahap ini dikenal sebagai tahap operasi formal. Pada remaja mulai mampu menghadapi aspek- aspek yang hipotesis dan abstrak dari dunia nyata dalam tahapan 127 tahapan. Pada usia 11

tahu atau usia 12 tahun mereka tidak lagi terikat pada realitas nyata dari mereka miliki.

4. Implikasi Psikososial

Pada perubahan psikososial ini terjadi dalam waktu yang singkat. Menghasilkan bahwa dirinya sendiri menjadi pusat perhatian remaja. Pada proses psikologis remaja berubah seperti aspek, fisiologis, emosional, dan kognitif. Jika semua dapat dipikirkan dengan cara hipotesis unik dan berubah secara radikal, akan dapat memfokuskan diri dan mencoba memahami apa yang sedang terjadi pada kehidupannya sendiri.

2.3 Konsep Menstruasi

2.3.1 Definisi Menstruasi

Menstruasi merupakan pelepasan dinding rahim (endometrium) yang disertai dengan pendarahan yang dapat terjadi secara berulang-ulang kali setiap bulan kecuali selama kehamilan. Peristiwa ini terjadi setiap bulan dan berlangsung kurang lebih 3-7 hari. Periode antara haid pertama dan haid berikutnya berlangsung kurang lebih 28 hari (antara 21-53 hari), tetapi siklus ini biasanya tidak teratur saat remaja. Perdarahan berkala dari Rahim yang terjadi karena lapisan endometrium Rahim terlepas, yang diulai sekitar 14 hari setelah ovulasi yang disebut menstruasi. Suatu tidak adanya pembuahan sel telur oleh sperma menyebabkan lapisan endometrium, yang sudah menebal untuk mempersiapkan kehamilan. Siklus menstruasi seorang wanita terjadinya setiap bulan jika dia tidak mengalami kehamilan (Villasari, 2021).

2.3.2 Siklus Menstruasi

Pada wanita dengan siklus menstruasi normal adalah 28-35 hari dengan durasi haid antara 3- 7 hari. Siklus menstruasi yang tidak normal akan terjadi kurang 21 hari atau lebih dari 40 hari. Pada manajemen kesehatan menstruasi dapat terjadinya pengenalan tubuh pada wanita dan panjang siklus menstruasi wanita dapat terjadinya jumlah waktu yang akan berlalu antara hari pertama menstruasi sampai dengan menstruasi berikutnya (Villasari, 2021).

Siklus menstruasi diatur oleh lima hormon tubuh menurut Villasari, (2021) yaitu :

1. Esterogen

Hormon yang dibuat oleh ovarium ini dapat memiliki banyak pengaruh pada tubuh, terutama pada ovulasi dalam siklus reproduksi wanita. Pada hormone ini dapat mengubah tubuh remaja selama masa pubertas dan bertanggung jawab atas pembentukan kembali lapisan Rahim setelah periode menstruasi.

2. Progesteron

Hormon progesteron ini dapat diproduksi di ovarium bersama dengan estrogen untuk menjaga siklus reproduksi dan dapat menjaga kehamilan. Pada progesteron juga dapat diproduksi di ovarium dan berperan dalam penebalan dinding rahim .

3. Hormon pelepas gonadotropin (*Gonadotrophin- releasing hormone-GnRh*)

Diproduksi oleh otak, hormon ini membantu memberikan rangsangan pada tubuh untuk menghasilkan hormon perangsang folikel dan hormon pelutein.

4. Hormon pelutein (*Luteinizing hormone – LH*)

Sel telur dan proses ovulasi dihasilkan oleh ovarium berkat rangsangan dari hormone ini.

5. Hormon perangsang folikel (*Follicle stimulating hormone-FSH*)

Pada hormonel ini dibulat adanya kellelnjar pituitary di bagian bawah otak dan melmbantul sell di dalam ovariuml matang dan siap ulntulk dilelpaskan.

Menurut Villasari, (2021) pada menstruasi ada beberapa terdapat fase-fase siklus menstruasi antara lain:

1. Fase pertama menstruasi

Selama siklus menstruasi pertama akan, fase ini biasanya terjadi selama 3 hingga 7 hari. Pada saat fase ini, lapisan dinding Rahim mulai dapat pecah dan menghasiokan darah menstruasi. Selama siklus menstruasi, jumlah darah yang kelkuar berkisar antara 30 dan 40 ml per siklus. Pada hari pertama dan ketiga dapat jumlah darah yang kekuar lebih banyak. Pada sisi lan juga kontraksi yang terjadi selama menstruasi berfungsi untuk mendorong dab mengeluarkan lapisan Rahim. Pada penurunan kadar ekstrigen dan progesterin juga menyebabkan lapisan dinding rahim. Pada perangsangan folikel (FSH) mulai sedikit meningkat pada saat yang sama dan membantu perkembangan 5-20 folikel (kantong yang mengandung indung telur) di dalam ovarium.

2. Fase kedua –Pra ovulasi

Pada fase pra ovulasi. Dapat terjadi lapisan dinding rahim yang senpat luruh akan mulai menebal kembali. Ini akan terjadi karena lapisanrahim sangat tipis, sehingga sperma tidak akian kesulitan melewatinya selama tiga hingga lima

hari. Pada proses penebalan ini dapat dipicu peningkatan hormon dan pada ovulasi wanita berbeda- beda tergantung pada siklus menstruasi masing- masing dan berbagai faktor, seperti penurunan berat badan, stress, saki, diet, dan tingkat aktivitas lainnya.

3. Fase Ketiga – Pra Menstruasi

Pada fase ini, dapat terjadi lapisan dinding rahim menebal karena folikel pecah dan mengeluarkan sel telur, yang dapat membentuk korpus luteum. Pada progesterone dapat diproduksi oleh korpus luteum kemudian menyebabkan lapisan dinding rahim menjadi lebih tebal. Jika dapat terjadi pembuahan akan mulai mengalami gejala pramenstruasi (PMS) termasuk pada perubahan eosin dan perubahan kondisi fisik, seperti terasa nyeri pada bagian payudara, pusing dan cepat lelah.

2.3.3 Kelainan Menstruasi

Kelainan haid/menstruasi yang dapat dijumpai berupa kelainan siklus atau kelainan dari jumlah darah yang dikeluarkan dan lamanya perdarahan yaitu :

1. Amenorrhea

Jika terjadi menstruasi 3 bulan atau lebih, pada amenorrhea primer terjadi pada wanita yang belum pernah mendapat menstruasi sampai umur 18 tahun. Amenorrhea sekunder terjadi pada wanita yang tidak mengalami menstruasi dan tidak dapat terjadi menstruasi lagi.

2. Pseudoamenorrhea

Ada haid tetapi darah haid tidak dapat keluar karena tertutupnya cervix, vagina atau hymen.

3. Menstruasi Praecox

Timbulnya haid yang terjadi pada umur yang sangat muda 8-10 tahun.

4. Hypomenorrhea

Haid teratur tetapi jumlah darahnya sedikit.

5. Oligomenorrhea

Haid yang jarang karena siklusnya panjang lebih dari 35 hari.

6. Polymenorrhea

Haid sering datang, siklusnya pendek, kurang dari 25 hari.

7. Metrorragieba

Perdarahan rahim diluar waktu haid.

8. Dysmenorhea

Nyeri sewaktu haid, nyeri terasa pada perut bagian bawah, nyeri terasa sebelum haid, sesudah haid, selama haid dan bersifat kolik atau terus menerus.

2.3.4 Faktor-faktor yang mempengaruhi Siklus Menstruasi

Menurut Villasari,(2021), Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi ,yaitu:

1. Stress

Seorang wanita yang tidak mengalami stres dapat memiliki risiko dua kali lebih besar mengalami gangguan siklus menstruasi. Stres dapat mengubah tubuh secara keseluruhan, terutama sistem peredaran darah, hipotalamus. Ini terjadi karena perubahan prolaktin atau opiat endogen yang dapat mempengaruhi sekresi kortisol basal dan hormon lutein (LH).

2. Aktivitas fisik

Aktivitas fisik yang sedang atau berat dapat memengaruhi kerja hypothalamus, pada gilirannya memengaruhi hormone menstruasi dan dapat memengaruhi siklus menstruasi. Wanita yang berolahraga dengan intensitas sedang. Pada mekanisme yang tergantungnya aksis hipotalamus, pituitary, dan adrenal (HPA), aktivitas fisik dengan intensitas tinggi terkait dengan amenorea, oligomenorea, pemendekan fase luteal dan anovulasi.

3. Status Gizi

Pada presentase lemak tubuh memengaruhi tingkat sekresi dan keseimbangan hormon reproduksi yang mengatur menstruasi. Status gizi yang tidak normal akan mengganggu sistem metabolisme tubuh dan menyebabkan gangguan siklus menstruasi. Pada gangguan lamanya menstruasi karena dapat mengakibatkan penurunan berat badan akut dapat mengganggu fungsi ovarium. Amenorrhea dapat disebabkan oleh kondisi patologis yang dapat menyebabkan berat badan kurang atau kurus.

4. Gangguan Endokrin

Pada gangguan menstruasi ada beberapa penyakit seperti, hipertiroid, hipotiroid dan diabetes melitus. Resiko oligomenore dan amenore meningkat dengan hipertiroid, sedangkan polimenore dapat meningkat dengan hipertiroid, faktor terjadinya oligomenore adalah sindrom policistik ovarium, dan salah satu diabetes mellitus tipe 2 yang terjadi pada penderita obesitas.

5. Penyakit Reproduksi

Perubahan hormonal bisa terjadi karena beberapa hal seperti sindrom ovarium polikistik, endometriosis, kanker ovarium atau serviks.

6. Hormon

FSH diperlukan untuk pematangan folikel primer, sedangkan LH yang merangsang sekresi estradiol oleh folikel matang, dapat dipergunakan untuk memicu ovulasi dan selanjutnya akan mempertahankan korpus luteum.

2.3.5 Usia remaja saat menstruasi

Menurut RISKEDES Indonesia, usia menarche rata-rata di Indonesia adalah 13 tahun. Pada menarche lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun atau lebih lambat pada usia 17 tahun. Remaja yang mengalami menstruasi (menarche) pada usia dini kurang dari 12 tahun, yang belum pernah melahirkan anak, merokok, mengalami darah menstruasi yang banyak atau masa menstruasi yang panjang atau memiliki riwayat nyeri selama menstruasi. Saat remaja gadis mendapatkan bervariasi usia dari 10 hingga 16 tahun, dan memiliki rata-rata usia 12 tahun remaja menarche (Na & Hipertensiva, 2017).

2.4 Konsep Personal Hygiene

2.4.1 Definisi Personal Hygiene

Personal hygiene berasal dari kata “personal”, yang berarti perorangan. Dan “hygiene” berarti sehat. Personal hygiene adalah bahwa setiap individu harus menjaga kebersihan diri sendiri agar dapat mempertahankan kesehatan secara jasmani dan rohani. Personal hygiene beristilah perorangan yang mengacu pada

upaya seseorang untuk menjaga dan meningkatkan tingkat kesehatan diri sendiri. Salah satu aspek kebersihan perorangan adalah kebersihan pribadi, yang berpengaruh pada status perilaku kesehatan seseorang seperti mencegah gangguan pada alat reproduksi selama periode haid (Malihah et al., 2019).

2.4.2 *Personal Hygiene* saat menstruasi

a. Pengertian *personal hygiene* Saat Menstruasi

Personal hygiene saat menstruasi merupakan tindakan yang bertujuan untuk menjaga kesehatan dan kebersihan areaewanitaan pada saat menstruasi. Untuk menjaga kebersihan diri saat menstruasi merupakan langkah pertama. Pada tubuh yang bersih akan mengurangi resiko terkena penyakit dan akan terhindar dari resiko- resiko yang buruk seperti infeksi, jamur dan lain sebagainya. Perilaku personal hygiene yang buruk akan menimbulkan kelainan genetalia yang buruk dan kesehatan reproduksi. Kesehatan reproduksi remaja dipengaruhi oleh kebersihan pribadi saat menstruasi (Bone et al., 2022).

b. Perilaku *personal hygiene* saat menstruasi

Hal- hal perilaku yang perlu diperhatikan remaja pada saat menstruasi antara lain :

1. Penggunaan pakaian dalam

Saat menstruasi sangat penting untuk mengganti pakaian dalam setiap hari saat menstruasi, terutama pada bagian pakaian dalam. Pada saat menstruasi pastikan menggunakan pakaian dalam yang kering supaya terhindar dari pertumbuhan jamur pada daerah kemaluan wanita, mengisap dan tidak mudah lembab, tidak memakai celana dalam yang ketat supaya menghindari iritasi dan

lembab pada kemaluan wanita. Pada bahankatun bagus digunakan saat menstruasi karena dapat meresap (Aisyah et al., 2023).

2. Kebersihan tubuh dan alat kelamin

Pada saat mensturasi sangat penting kebersihan tubuh dan alat kelamin. Saat menstruasi sebaiknya mandi dua kali dalam sehari menggunakan sabun, menggunakan air yang bersih (tidak ada jintik- jintik nyamuk) membersihkan organ reproduksi atau bagian daerah kewanitaan dengan air yang bersih dari depan kebelakang atau se arah. Pada saat menstruasi tidak disarankan membersihkan kelamin dengan alat pembersih lainya karena akan merangsang bakteri dan dapat juga menyebabkan infeksi serta iritasi (Aisyah et al., 2023).

3. Penggunaan pembalut

Pada saat menstruasi sangat penting penggunaan pembalut yang benar dan baik. Pada penggunaan pembalut saat menstruasi memilih yang lebih bagus pembalut tidak berupa yang ada gel karena dapat menyebabkan iritasi dan gatal, lebih baik pembalut yang tidak berbahan gel. Pembalut yang bagus digunakan saat menstruasi berbahan kain supaya lebih cepat menyerap. Mengganti pembalut lebih bagusnya mengganti 1 kali 6 jam tidak mengganti saat penuh supaya tidak ada terjadinya iritasi atau infeksi pada kemaluan wanita . saat membuang pembalut seharusnya mencuci terlebih dahulu dan membungkusnya dengan plastik (Aprita & Susianawati, 2023).

4. Perawatan kulit wajah dan rambut

Bagi remaja, wajah adalah bagian yang paling sensitive terutama pada remaja putri. Munculnya jerawat pada wajah merupakan salah satu memicu

permasalahan bagi wanita. Membersihkan muka dengan benar saat menstruasi dua sampai tiga kali dalam sehari. Selama menstruasi rambut harus tetap bersih karena kulit kepala berkeringan dan berminyak akan menimbulkan penyebaran bakteri dan jamur . pada wanita sebaiknya membersihkan rambut 1 kali dalam 2 hari (Aisyah et al., 2023).

BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN

3.1 Kerangka Konsep

Kerangka konseptual penelitian merupakan strategi untuk mencapai tujuan penelitian yang telah ditetapkan dan berfungsi sebagai pedoman dalam menentukan penelitian secara keseluruhan (Nursalam, 2020).

Bagan 3.1 Kerangka konsep Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Saat Mensteuasi Pada Siswa Kelas X Di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024



Keterangan : : variabel yang diteliti

—————> :Output yang didapatkan dari responden

3.2 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan pernyataan hipotesis tentang hubungan antara dua variabel atau lebih yang dimaksudkan untuk menjawab pertanyaan penelitian (Nursalam, 2020).

Pada penelitian ini tidak menggunakan hipotesis penelitian karena berbentuk deskriptif.

BAB 4 METODE PENELITIAN

4.1 Rancangan Penelitian

Rancangan adalah sesuatu yang sangat penting dalam penelitian karena memungkinkan kontrol maksimal dari beberapa faktor yang mempengaruhi keakuratan hasil. Istilah rancangan penelitian digunakan dalam dua cara : pertama, rancangan penelitian adalah suatu strategi penelitian yang mengidentifikasi permasalahan sebelum perencanaan akhir pengumpulan data akhir, dan kedua, rancangan penelitian digunakan untuk mengidentifikasi struktur penelitian yang akan dilakukan (Nursalam, 2020).

Rancangan penelitian merupakan hasil akhir suatu tahap keputusan yang dibuat oleh peneliti berhubungan dengan bagaimana suatu penelitian bisa diterapkan. Rancangan tersebut sangat erat dengan kerangka konsep sebagai pedoman perencanaan pelaksanaan suatu penelitian. Dengan adanya permasalahan, penelitian yang jelas, kerangka konseptual, dan variabel yang jelas, maka rancangan dapat digunakan untuk menggambarkan penelitian secara detail dalam hal pengumpulan dan analisis data (Nursalam, 2020).

Jenis rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif bertujuan untuk mendeskripsikan peristiwa – peristiwa yang terjadi pada masa kini (Nursalam, 2014). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi Pada Siswa KLS X Di SMAN 1 Sunggal Pada Tahun 2024.

4.2 Populasi dan Sampel

4.2.1 Populasi

Populasi dalam penelitian adalah gabungan dari semua kasus yang ingin diteliti oleh peneliti, populasi tidak terbatas pada orang-orang yang memenuhi kriteria tertentu (Nursalam, 2020). Populasi bisa terbatas dan tidak terbatas (finite) jika unsur-unsurnya tidak dihitung (Murti Bhisma, 2013). Populasi dari penelitian yang akan dilakukan adalah seluruh remaja putri kls X di SMA Negeri 1 Sunggal yang keseluruhannya berjumlah 235 orang.

4.2.2 Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi terjangkau yang dapat dijadikan sebagai subjek penelitian melalui sampling (Nursalam, 2020). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Simple random sampling adalah jenis probabilitas yang paling sederhana. Untuk mencapai sampling ini, setiap elemen diseleksi secara acak. Jika sampling frame kecil, nama bisa ditulis di selembar kertas, diletakkan di kotak, diaduk, dan diambil secara acak setelah semuanya terkumpul (Nursalam, 2020). Sampel diambil dari seluruh KLS X yang berjumlah 11 kelas. Besar sampel dihitung berdasarkan rumus *Slovin*.

Dengan rumus :

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$
$$\frac{235}{(1 + (235 \times 10\%))}$$

$$= \frac{235}{1+(235 \times 0,01))}$$

$$= \frac{235}{1+2,35}$$

$$= \frac{235}{3,35}$$

$$= 70$$

$$= 70 \text{ Sampel}$$

Jadi jumlah sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 70 siswa putri kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal dengan jumlah 11 kelas, lalu untuk pengambilan sampel digunakan *simple random sampling*. Dengan jumlah siswa tersebut, maka diambil sampel berikut :

- | | |
|-----------------------------|-------------------------------|
| 1. Kelas X-1 = 6 responden | 8. Kelas X-8 = 7 Responden |
| 2. Kelas X-2 = 6 responden | 9. Kelas X – 9 = 7 Responden |
| 3. Kelas X-3 = 6 responden | 10. Kelas X- 10 = 7 responden |
| 4. Kelas X- 4 = 6 Responden | 11. Kelas X- 11 = 7 Responden |
| 5. Kelas X- 5 = 6 responden | |
| 6. Kelas X-6 = 6 responden | |
| 7. Kelas X-7 = 6 responden | |

Untuk mengambil responden peneliti mengambil setiap kelas ada 6 siswa dan 7 siswa. Dari kelas X-1 sampai dengan kelas X-6 diambil 6 responden dan dari kelas X-8 sampai dengan kelas X-11 diambil 7 responden. Adapun cara peneliti mengambil responden untuk penelitian yaitu dengan teknik mengambil undian. Pertama, peneliti membuat nomor undian angka 1 sampai 6 dan ada juga kertas undian yang bertulisan angka 1 sampai 7 serta ada juga beberapa kertas

undian tanpa nomor. Kedua, peneliti mengaduk kertas undian dan membagikan kepada setiap siswa. Ketiga, setiap siswa diminta membuka kertas undian yang telah didapatkan dan peneliti mulai menentukan responden untuk penelitian dengan cara setiap siswa yang mendapatkan kertas undian berisikan nomor akan dijadikan responden serta sebaliknya jika siswa mendapat kertas undian yang kosong maka tidak akan dijadikan responden.

4.3 Variabel Penelitian dan Defenisi Operasional

4.3.1 Variabel penelitian

Variabel adalah perilaku atau sifat yang memberikan nilai berbeda terhadap sesuatu (benda, orang, dan sebagainya). Karakteristik yang dimiliki oleh anggota suatu kelompok (orang, objek, situasi) berbeda dengan kelompoknya. Variabel juga merupakan konsep dengan tingkat abstrak berbeda yang didefinisikan sebagai alat untuk mengukur atau memanipulasi suatu penelitian (Nursalam, 2020). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini hanya menggunakan satu variabel yaitu yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini adalah Gambaran Perilaku Remaja Putri *Tentang Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi pada KLS X Di SMA Negeri 1 Sunggal.

4.3.2 Defenisi Operasional

Definisi operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang diamati dari sesuatu yang didefinisikan tersebut. Karakteristik yang dapat diamati (diukur) itulah yang merupakan kunci definisi operasional (Nursalam, 2020).

Tabel 4.1 Defenisi Operasional dan Gambaran Perilaku remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Pada Saat Menstruasi Pada Siswa KLS X Di SMA Negeri 1 Sunggal.

Variabel	Defenisi	Indicator	Alat ukur	Skala	Skore
Perilaku remaja putri tentang <i>personal hygiene</i> pada saat menstruasi.	Tindakan yang dilakukan dalam memelihara kebersihan tubuh pada saat menstruasi.	1.penggunaan pakaian dalalam. 2.kebersihan tubuh dan genetalia 3.penggunaan pmbalut 4.perawatan kulit wajah dan rambut	Lembaran kuesioner menggunakan 22 pertanyaan. Pertanyaan selalu=2, kadang- kadang=1, selalu =0 Dengan kategori hasilnya adalah baik, cukup, dan kurang.	O R D I N A L	Skor item pertanyaan perilaku <i>personal hygiene</i> dengan skor:Baik=32-44, cukup=16-31, kurang=0-15
Penggunaan pakaian dalam			Lembaran kuesioner dengan 6 pertanyaan 1-6.pertanyaan selalu=2,kadang- kadang=1,dan tidak pernah=0. Dengan kategori hasilnya adalah baik, cukup dan kurang.	O R D I N A L	Baik9-12 Cukup 5-8 Kurang 0-4
Kebersihan tubuh dan genetalia			Lembaran kuesioner dengan 5 pertanyaan 7-11.pertanyaan selalu=2, kadang- kadang=1 dan tidak pernah=0. Dengan kategori hasilnya adalah baik, cukup dan kurang.	O R D I N A L	Baik 8-10 Cukup 4-7 Kurang 0-3

Penggunaan pebalut	Lembar	O	Baik 9-12
	kuesioner	R	Cukup 5-8
	dengan 6	D	Kurang 0-
	pertanyaan	I	4
	.pertanyaan 12-	N	
	17.pertanyaan	A	
	selalu=2,	L	
	kadang- kadang		
	1, dan tidak		
	pernah 0.		
	Dengan kategori		
	hasilnya adalah		
	baik, cukup, dan		
	kurang.		

Perawaran kulit wajah dan rambut	Lembar	O	baik 8-10
	kuesioner	R	Cukup 4-7
	dengan 5	D	Kurang 0-
	pertanyaan	I	3
	.pertanyaan 18-	N	
	22. Pertanyaan	A	
	selalu=2,	L	
	kadang-		
	kadang=1 dan		
	tidal pernah 0.		
	Dengan kategori		
	hasilnya adalah		
	baik, cukup dan		
	kurang.		

4.4 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat penelitian yang sistematis yang dapat digunakan untuk menjawab pertanyaan atau memecahkan masalah (Polit & Back, 2018). Pengumpulan data dalam penelitian memerlukan alat dan metode pengumpulan data yang baik, agar data yang dikumpulkan valid, terpercaya, dan terkini. Jenis instrumen penelitian ini dibagi menjadi lima bagian yang meliputi

pengukuran, biofisiologi, observasi, wawancara, kuesioner dan skala (Nursalam, 2020).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa kuesioner tentang Perilaku remaja *personal hygiene* saat menstruasi. Kuesioner ini terdiri dari 22 pertanyaan dengan menggunakan skala ordinal yang memiliki nama (atribut), juga memiliki jumlah atau urutan angka yang diberikan mengandung tingkah, dan peneliti menggunakan skor dengan : selalu, kadang-kadang dan tidak pernah, dimana selalu diberi skor 2, kadang-kadang 1 dan tidak pernah 0.

Instrumen penelitian ini yang digunakan dalam proposal ini adalah menggunakan kuesioner sehingga dapat tiga kategori yang ingin diketahui yaitu: Baik, cukup dan kurang.

4.5. Lokasi dan Waktu Penelitian

4.5.1 Lokasi

Peneliti melakukan penelitian di SMA Negeri 1 Sunggal, Jl, Sei Mencirim, Kec. Sunggal, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara.

4.5.2 Waktu penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Maret – April 2024.

4.6 Prosedur Penelitian dan Pengambilan Data

4.6.1 Pengumpulan data

Pengumpulan data adalah suatu proses pendekatan kepada subjek dan proses pengumpulan karakteristik subjek yang diperlukan dalam suatu penelitian (Nursalam, 2020). Jenis pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini

adalah pengambilan data primer dengan membagikan kuesioner kepada responden dan dengan data sekunder yaitu jumlah siswa putri kls X yang diperoleh dari kepala sekolah dan bagian tata usaha sekolah SMA Negeri 1 Sunggal.

4.6.2 Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan kuesioner kepada responden. Prosedur data dilakukan dengan cara sebagai berikut :

- a. Peneliti mengurus surat izin pengantar peneliti kepada bagian tata usaha Sikes Santa Elisabeth Medan .
- b. Menyerahkan surat perizinan surat meneliti dari Stikes Santa Elisabeth Medan kepada Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Sunggal.
- c. Menunggu surat balasan dari kepala sekolah SMA Negeri 1 Sunggal.
- d. Setelah peneliti dapat surat balasan dari kepala sekolah, peneliti langsung survei awal
- e. Menjelaskan kepada calon responden mengenai penelitian yang akan dilakukan dan bersedia menjadi responden.
- f. Peneliti memberikan kuesioner kepada responden untuk mengisi kuesioner Perilaku remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi.
- g. Peneliti mengumpulkan hasil kuesioner dan mengoreksi kuesioner yang sudah dijawab (di isi) oleh responden.
- h. Menyajikan hasil penelitian dan menyusun laporan penelitian.

4.6.3 Uji validitas dan reliabilitas

1. Uji Validitas

Prinsip Validitas adalah pengukuran dan observasi yang berarti prinsip keandalan instrument dalam mengumpulkan data. Instrument harus dapat mengukur apa yang seharusnya diukur (Nursalam, 2020).

Dalam penelitian ini peneliti tidak melakukan validitas, karena peneliti tidak membuat kuesioner tetapi peneliti menggunakan kuesioner dari Purwaningrum, (2017) yang sudah valid tentang perilaku *personal hygiene* remaja putri kelas VIII dan XI saat menstruasi di SMP N 1 Gamping Kabupaten Sleman dalam pengumpulan data, dan telah meminta izin terlebih dahulu dari pemilik kuesioner sebelum dipergunakan penelitian.

2. Uji Reliabilitas

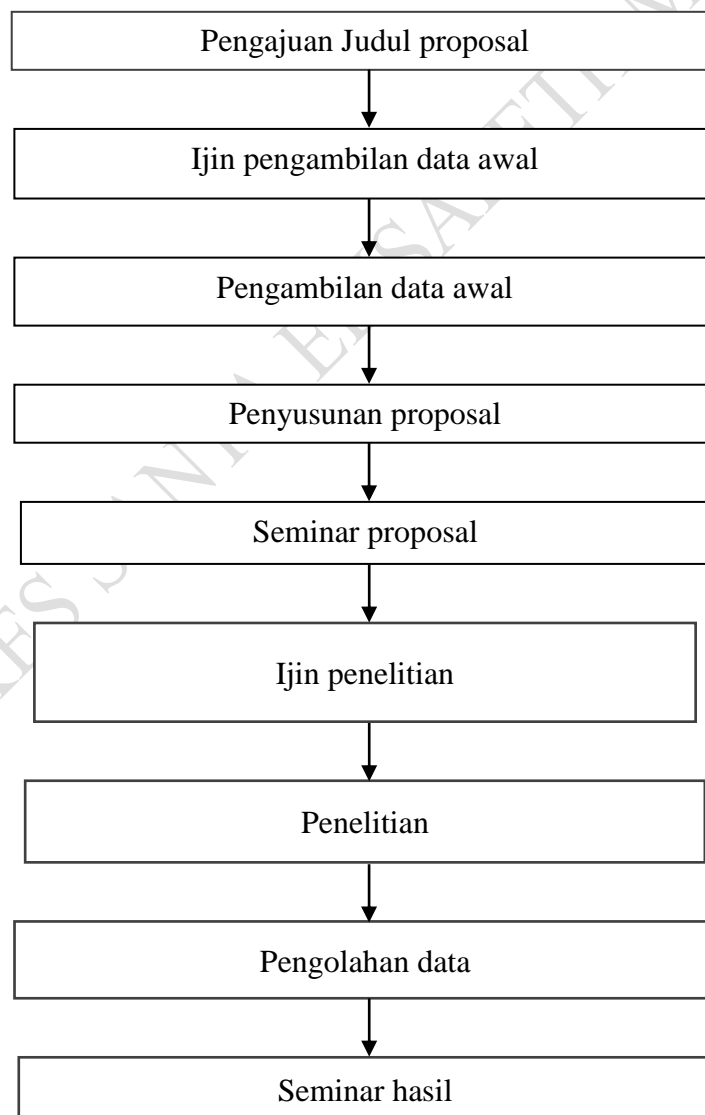
Reliabilitas adalah kesamaan hasil pengukuran atau pengamatan bila fakta atau kenyataan hidup tadi diukur atau diamati berkali-kali dalam waktu yang berlainan. Alat dan cara mengukur atau mengamati sama-sama memegang peranan yang penting dalam waktu yang bersamaan (Nursalam, 2020).

Dalam penelitian ini tidak melakukan realinilitas karena peneliti tidak membuat kuesioner tetapi peneliti menggunakan kuesioner dari Purwaningrum, (2017) tentang gambaran perilaku *personal hygiene* remaja putri kelas VIII dan XI saat menstruasi di SMP N1 Gamping Kabupaten Sleman dalam pengumpulan data. Pada Peneliti ini telah meminta izin terlebih dahulu dari pemilik kuesioner sebelum dipergunakan.

4.7 Kerangka Operasional

Kerangka operasional dalam penelitian ini adalah menjelaskan tentang kerangka kerja yang merupakan kerangka yang menyatakan urutan langkah-langkah peneliti dalam menjelaskan penelitian tentang Gambaran perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada siswa kls X di SMAN 1 Sunggal Tahun 2024.

Bagan 4.1 Kerangka Operasional Gambaran perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada siswa kls X di SMAN 1 Sunggal Tahun 2024.



4.8. Analisa Data

Analisa data merupakan bagian yang sangat penting untuk mencapai tujuan utama penelitian dengan menjawab pertanyaan penelitian yang mengungkap fenomena. Data mentah yang diperoleh, tidak dapat menggambarkan informasi yang digunakan untuk menjawab masalah penelitian (Nursalam, 2020).

Analisa data yang digunakan dalam proposal ini adalah analisa deskriptif untuk mengetahui bagaimana Gambaran perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada siswa kls X di SMAN 1 Sunggal Tahun 2024. Data kuesioner dikumpulkan dan di analisa, kemudian data yang diperoleh dengan bantuan computer beberapa tahapan, sebagai berikut :

1. *Editing*

Setelah kuesioner di isi oleh responden, maka peneliti akan melakukan pemeriksaan kembali kuesioner untuk memastikan agar semua jawaban terisi dengan baik, apabila jawaban yang belum terisi maka penulis akan mengembalikan kuesioner kepada responden untuk di isi kembali (Nursalam, 2020).

2. *Coding*

Kegiatan merubah data berbentuk huruf menjadidat berbentuk bilangan/ angka, data yang sudah dapat kemudian peneliti memberikan kode untuk mempermudah dalam mengolah dan menganalisa data selanjutnya. Hal ini sangat penting dilakukan pengolahan data dan analisa data dilakukan (Nursalam, 2020).

3. *Scoring*

Scoring berfungsi untuk menghitung skor yang telah diperoleh setiap responden berdasarkan pernyataan yang diajukan peneliti (Nursalam, 2020).

4. *Tabulating*

Tabulating yaitu memasukkan hasil perhitungan ke dalam bentuk tabel dan melihat persentase dari jawaban pengolahan data dengan menggunakan komputerisasi (Nursalam, 2020).

4.9 Etika Penelitian

Menurut Polit & Beck (2018), etik artinya suatu sistem nilai normatif yang berkaitan dengan sejauh mana prosedur penelitian mematuhi kewajiban profesional, hukum, dan sosial kepada peneliti. Tiga prinsip umum mengenai standar perilaku etis dalam penelitian didirikan: *beneficience* (berbuat baik), *respect for human dignity* (penghargaan terhadap martabat manusia), dan *justice* (keadilan). Beberapa etika penelitian yang digunakan yaitu :

1. *Beneficence* adalah prinsip etika yang menekankan bahwa peneliti harus meminimalkan bahaya dan memaksimalkan manfaat. Peneliti menilai bahaya dan keuntungan dengan cermat.
2. *Respect for human dignity* adalah prinsip etik yang mencakup hak untuk menentukan nasib seseorang dan hak untuk menyuarakan pendapat mereka.
3. *Justice* adalah prinsip etik yang meliputi hak untuk menentukan nasib serta hak mengungkapkan sesuatu.

4. *Informed consent* merupakan suatu bentuk persetujuan antara penyelidik dan responden penelitian.
5. *Confidentiality* (kerahasiaan) adalah dapat memberikan kejaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik data maupun masalah lainya .
6. *Anonymity* adalah memberikan jaminan dalam subjeck penulis dengan hanya menulis kode pada lembaran pengumpulan dan hasil penelitian yang akan disajikan dan menghindari mencantumkan nama responden pada lembar kuesioner atau lembar alat ukur .

Penelitian ini telah lulus uji etik dari komisi etik Sekolah Tinggi Kesehatan Santa Elisabeth Medan dengan No: 072/KEPK-SE/PE-DT/III/2024.

BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Sunggal yang berada di Jl. Sei Mencirim – Sei Mayang, Kec. Sunggal, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara, Medan. Sekolah ini salah satu sekolah tipe Negeri yang sudah berakreditasi A dan memiliki visi misi.

Visi dari SMA Negeri 1 Sunggal, yang berbunyi :“Terciptanya warga sekolah yang berkarakter profil belajar, pancasila, berprestasi, bermartabat dan berwawasan lingkungan”.

Misi pada SMA Negeri 1 Sunggal, yang berbunyi:

1. Menanamkan keimanan dan ketakwaan terhadap Tuhan yang Maha Esa melalui ajaran agama
2. Meningkatkan profil belajar pancasila melalui kegiatan, pembinaan, pengembanagn diri dan budaya karakter yang terencana serta berkesinambungan,
3. Menunngkatkan budaya berprestasi dalam setiap kegiatan
4. Mewujudkan warga sekolah yang bermartabat dan cerdas di bidang informasi, teknolggi dan komunikasi
5. Menjadikan lingkungan sekolah yang bersih, asri dan menyenangkan. Sekolah ini juga salah satu sekolah yang besar di Sunggal karena siswa dan siswinya berjumlah cukup banyak dan memiliki fasilitas ruangan kelas yang banyak.

Pada penelitian ini dilakukan pada tanggal 24 April 2024 di SMA Negeri 1 Sunggal pada siswa kelas X dengan 70 responden.

5.2 Hasil Penelitian

Pada penelitian ini, jumlah responden yang digunakan sebanyak 70 siswa kelas X yang berada di SMA Negeri 1 Sunggal Tahunn 2024. Pada hasil penelitian ini meliputi: krakteristik umur, dan memiliki 4 indikator yaitu : Penggunaan pakaian dalam, kebersihan tubuh dan alat kelamin, penggunaan pembalut, kebersihan kulit wajah dan rambut.

5.2.1 Krakteristik umur responden

Tabel 5.1 Distribusi frekuensi dan presentase data demografi berdasarkan usia pada siswa kelas X SMA di Negeri 1 Sunggal tahun 2024

Krakteristik	(f)	(%)
Usia :		
15 tahun	32	45,7
16 tahun	35	50
17 tahun	3	4,3
Total	70	100

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa berdasarkan krakteristik dari usia yang lebih mayoritas berusia 16 tahun sebanyak 35 orang (50%), berusia 15 tahun sebanyak 32 orang (45,7%), dan minoritas berusia 17 tahun sebanyak 3 orang (4,3%).

5.2.2 Penggunaan pakaian dalam

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi dan presentase berdasarkan penggunaan pakaian dalam saat menstruasi pada Siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024

Kategori	(f)	(%)
Baik	11	15,7
Cukup	55	78,6
Kurang	4	5,7
Total	70	100

Berdasarkan pada tabel 5.2 dapat diperoleh bahwa penggunaan pakaian dalam pada saat menstruasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024 yang berperilaku baik sebanyak 11 orang (15,7%) , berperilaku cukup sebanyak 55 orang (78.6%) dan berperilaku kurang sebanyak 4 orang (5,7%).

5.2.3 Kebersihan tubuh dan alat kelamin

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi dan presentase berdasarkan kebersihan tubuh dan alat kelamin saat Menstruasi pada Siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal tahun 2024

Kategori	(f)	(%)
Baik	38	54,3
Cukup	32	45,7
Kurang	0	0
Total	70	100

Berdasarkan pada tabel 5.3 dapat diperoleh bahwa kebersihan tubuh dan alat kelamin pada saat menstruasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024 yang berperilaku baik 38 orang (54,3%), dan berperilaku hasil cukup sebanyak 32 orang (45,7%).

5.2.4 Penggunaan pembalut

Tabel 5.4 Distribusi frekuensi dan presentase berdasarkan penggunaan pembalut saat menstruasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal tahun 2024

Kategori	(f)	(%)
Baik	13	18,6
Cukup	50	71,4
Kurang	7	10,0
Total	70	100

Berdasarkan pada tabel 5.4 dapat diperoleh bahwa penggunaan pembalut saat menstruasi pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024, yang berperilaku baik sebanyak 13 orang (18,6%), yang berperilaku hasil cukup sebanyak 50 orang (71,4%) dan yang berperilaku hasil kurang sebanyak 7 orang (10,0%).

5.2.5 Perawatan kulit wajah dan rambut

Tabel 5.5 Distribusi frekuensi dan presentase perawatan kulit wajah dan rambut saat menstruasi pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal tahun 2024

Kategori	(f)	(%)
Baik	5	7,1
Cukup	58	82,9
Kurang	7	10
Total	70	100

Berdasarkan pada tabel 5.5 dapat diperoleh bahwa kebersihan tubuh dan alat kelamin pada siswa kls X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024, yang berperilaku baik sebanyak 5 orang (7,1%), yang berperilaku cukup sebanyak 58 orang (82,9%) dan berperilaku hasil kurang ada sebanyak 7 orang (10,0%).

5.2.6 Perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi

Tabel 5.6 Distribusi frekuensi dan presentase gambaran perilaku remaja putri tentang *Personal Hygiene* saat menstruasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal tahun 2024

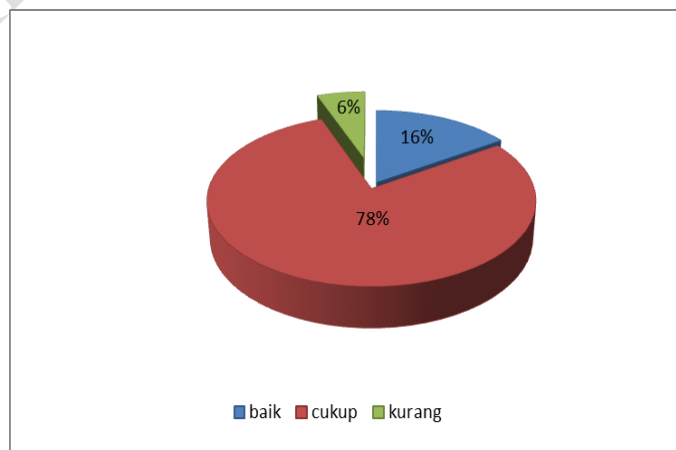
Kategori	(f)	(%)
Baik	15	21,4
Cukup	55	78,6
Kurang	0	0
Total	70	100

Berdasarkan pada tabel di atas dapat menunjukkan bahwa gambaran perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal pada Tahun 2024 dapat menunjukkan perilaku hasil baik 15 orang (21,4%), dan hasil cukup 55 orang (78,9%).

5.2 Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Sunggal tahun 2024 terhadap 70 responden siswa kelas X tentang perilaku *personal hygiene* saat menstruasi diperoleh hasil sebagai berikut

5.2.1 Perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* penggunaan pakaian dalam saat menstruasi



Dari diagram di atas dapat menunjukkan hasil dari penggunaan pakaian dalam pada saat menstruasi siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024 yang berperilaku baik sebanyak 11 orang (15,7%), yang berperilaku cukup sebanyak 55 orang (78,6%), dan yang berperilaku hasil kurang ada sebanyak 4 orang (5,7%).

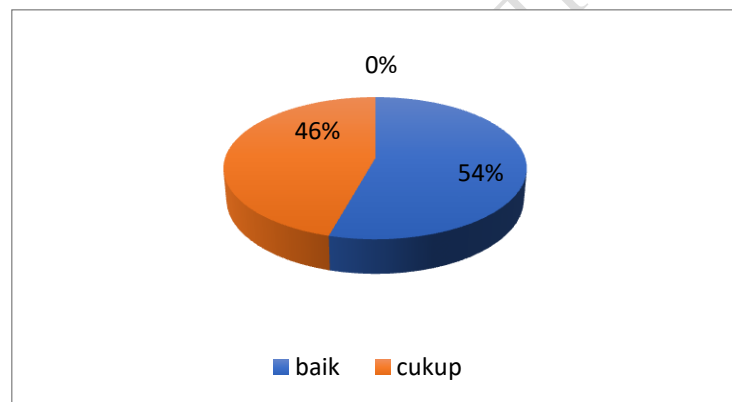
Peneliti berasumsi karena sebagian besar siswa kelas X masih banyak kurangnya pengetahuan dan masih banyak menggunakan celana dalam yang ketat saat menstruasi dan menggunakan pakaian dalam yang tidak berbahan katun atau tidak berbahan yang mengisap. Responden juga sering menggunakan pakaian dalam yang tidak sesuai ukurannya. Menggunakan celana yang ketat dan berbahan tidak menyerap keringat akan dapat menyebabkan genitalia lembab, mengalami iritasi pada daerah genitalia.

Penggunaan pakaian dalam yang digunakan saat menstruasi sebaiknya terbuat dari bahan yang dapat menyerap keringat, seperti katun atau kaus. Kain yang tidak menyerap keringat akan menimbulkan rasa panas dan menyebabkan daerah genitalia lembab. Kondisi ini akan menimbulkan ketidak nyamanan bagi pemakai dan menyebabkan jamur dapat tumbuh pada daerah genitalia. Pakaian dalam yang dikenakan juga harus bersih dan ukuran yang tepat. Pakaian yang terlalu sempit akan mengganggu kerja kulit dan menyebabkan rasa gatal. Gunakan pakaian dalam yang menyerap keringat, karena pakaian dalam yang basah akan mempermudah jamur untuk tumbuh (Kurniasih, 2022).

Berdasarkan penelitian dari Bone et al.,(2022) menunjukkan bahwa dari 152 responden, kurangnya perilaku personal hygiene berdasarkan mengganti

pakaian dalam remaja putri saat menstruasi yang berkategori kurang sebanyak 89 orang (58,6%). Pada hasil analisa kuesioner sebagian responden menjawab kadang-kadang tentang penggunaan pakaian dalam yaitu pada item menggunakan celana dalam yang ketat selama menstruasi, hal ini disebabkan karena mereka lebih nyaman menggunakan celana dalam yang ketat selama menstruasi dari pada celana dalam yang sedikit longgar. Faktor yang mempengaruhi perilaku siswi yaitu siswi lebih nyaman menggunakan pakaian dalam yang longgar.

5.2.2 Perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* kebersihan tubuh dan alat kelamin saat menstruasi



Dari diagram di atas dapat menunjukkan hasil tentang berdasarkan kebersihan tubuh dan alat kelamin pada saat menstruasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024 yang berperilaku baik sebanyak 38 orang (54,3%), dan yang berperilaku hasil cukup sebanyak 32 orang (45,7%).

Menurut asumsi peneliti karena responden juga sudah banyak mengetahui cara kebersihan tubuh dengan mandi 2 x sehari, sedangkan mencuci alat kelamin dari belakang masih kurang pengetahuan responden atau masih banyak responden belum mengetahui bagaimana cara mencuci kelamin yang benar. Saat peneliti

terjun untuk penelitian para responden masih banyak bertanya mengenai cara mencuci kelamin dari belakang kedepan karena responden selama ini mencuci seperti membasuh kelamin seperti buang air kecil/ buang air besar pada umumnya.

Berdasarkan hasil penelitian dari Bone et al.,(2022) di SMKN 1 Bulango Selatan Kabupaten Bone Bolango tentang kebersihan alat kelamin saat menstruasi dengan 152 responden. Dapat menunjukkan perilaku *personal hygiene* dalam menjaga kebersihan alat kelamin remaja putri saat menstruasi memiliki kategori hasil kurang lebih dominan sebanyak 133 orang (87,5%). Pada jawaban responden sebagian tidak pernah pada bagian pertanyaan mengeringkan area kewanitaannya dengan tissue setelah buang air kecil dan besar dan kadang-kadang membasuh daerah kewanitaannya dari arah belakang ke depan.

5.2.3 Perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* penggunaan pembalut saat menstruasi



Berdasarkan dari diagram di atas dengan responden 70 orang berdasarkan penggunaan pembalut saat menstruasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal pada tahun 2024, yang berperilaku baik sebanyak 13 orang (18,6%), yang

berperilaku hasil cukup sebanyak 50 orang (71,4%), dan yang berperilaku kurang sebanyak 7 orang (10,0).

Peneliti berasumsi bahwa responden masih terdapat kurangnya pengetahuan cara mengganti pembalut yang benar, pada responden masih mengganti pembalut lebih dari 4 jam, diantara para responden juga masih banyak menjawab kuesioner saat sudah tembus ke celana dalam mereka menggantinya. Pada pembuangan pembalut responden masih membuang sembarangan ke tong dan masih kurang pengetahuan responden cara penggunaan pembalut yang benar saat menstruasi.

Pada saat remaja menstruasi remaja putri harus menggunakan pembalut yang bersih. Pilih pembalut yang tidak menggunakan bahan pewangi dan tidak berwarna supaya dapat mengurangi paparan zat kimia pada alat genitalis. Pembalut selama menstruasi harus diganti secara teratur 4-5 kali atau setelah mandi supaya menghindari kelembaban pada area vagina, dikarenakan jika area vagina lembab akan mudah mengkoorganisme dan jamur tumbuh sehingga mengakibatkan gatal-gatal pada daerah vagina. Pada saat menstruasi sesuaikan ukuran jenis pembalut sesuai dengan kebutuhan, misalnya pada saat akan haid dan mulai merasakan adanya keputihan yang fisiologis, gunakan pembalut yang berukuran kecil (pentyliner).

Berdasarkan penelitian dari Bone et al., (2022) di SMKN 1 Bulango selatan Kabupaten Bone Bolango dengan 152 responden, remaja putri yang memiliki perilaku personal hygiene saat menstruasi berdasarkan penggunaan pembalut lebih banyak berkategori hasil baik sebanyak 133 orang (87,5%), yang

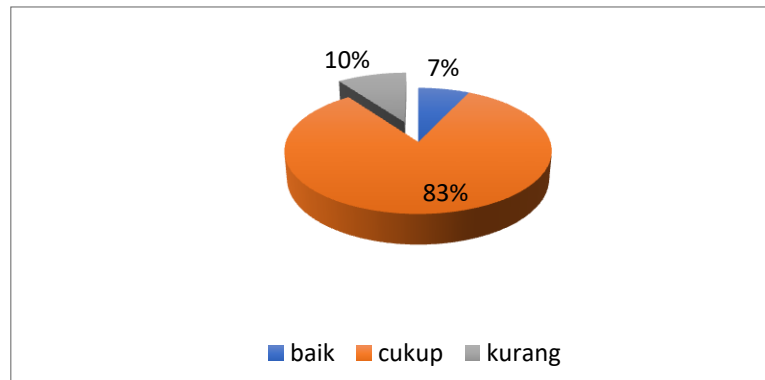
Hal ini disebabkan bahwa perilaku personal hygiene penggunaan pembalut saat menstruasi dikalangan saat ini sudah cukup baik karena siswi selama menstruasi yang selalu mengganti pembalutnya setiap 4 jam sekali dan menggunakan pembalut yang bersih karena faktor pengetahuan orang tua yang mengajarkan kepada si anak dan kesadaran individu .

Berdasarkan temuan penelitian dari Aisyah et al.,(2023) sebanyak 29 remaja sebagai responden. Berdasarkan temuan pada penelitian yang telah dilakukan, didapatkan pelaksanaan kebutuhan personal hygiene santri putri saat menstruasi rata-rata dalam kategori baik yaitu 96,6 %. Kebutuhan personal hygiene merupakan salah satu kebutuhan dasar pada manusia, pada remaja putri penampilan adalah faktor yang sangat diperhatikan. Oleh karena itu kebutuhan personal hygiene ini dapat menjadi salah satu pendukung untuk meningkatkan konsep diri remaja, dan kebersihan menstruasi dan dipengaruhi adanya pengetahuan yang baik dari orang-orang di sekeliling, dukungan dari teman dan keluarga, peran tenaga kesehatan lainnya.

Berdasarkan hasil penelitian dari Rosdiana, (2019) dengan perilaku penggunaan pembalut remaja putri saat menarche lebih dominan kategori hasil yang kurang sebanyak 30 orang (62,5%). Berdasarkan ini remaja putri menggunakan pembalut saat menarche hanya mengganti pembalut saat haid sudah penuh dan tembus celana dalam, tidak mencuci tangan terlebih dahulu sebelum mengganti pembalut serta membuang pembalut yang sudah dipakai tidak membungkusnya terlebih dahulu sebelum membuang pembalut. Disini perilaku

remaja putri yang penggunaan pembalut kurang baik lebih dominan dari pada remaja putri yang penggunaan pembalut yang baik.

5.2.4 Perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* Kebersihan Kulit Wajah dan Rambut saat menstruasi



Dari hasil diagram diatas dengan responden sebanyak 70 orang berdasarkan kebersihan kulit wajah dan rambut saat menstruasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024, yang berperilaku baik sebanyak 5 orang (7,1%), yang berperilaku hasil cukup sebanyak 58 orang (82,9%) dan berperilaku hasil kurang sebanyak 7 orang (10,0%) .

Peneliti berasumsi karena disebabkan oleh para siswa masih percaya tentang bahwa keramas tidak boleh saat menstruasi maka siswa masih kurang pengetahuan serta kurangnya kebersihan kulit rambut sehingga mengakibatkan adanya berminyak atau kotoran pada rambut jika tidak melakukan keramas saat menstruasi dan para responden juga lebih banyak keramas setelah selesai menstruasi.

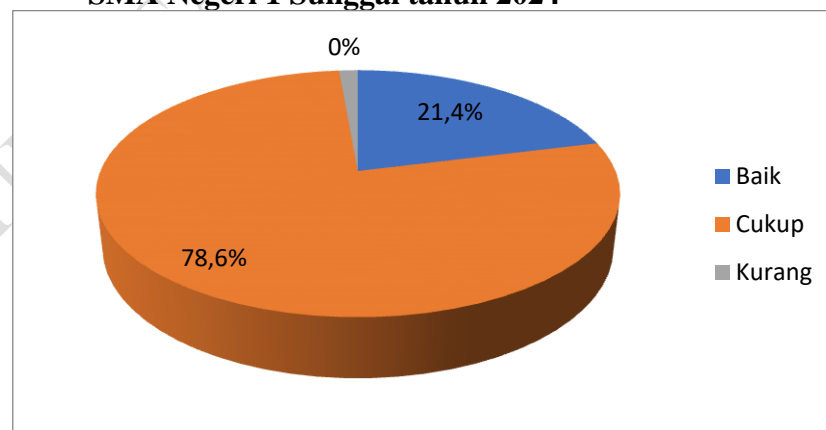
Pada saat menstruasi menjaga kebersihan rambut juga penting karena pada saat menstruasi kulit lebih banyak berminyak dan mudah berkerengat sehingga akan mudah timbulnya ketombe dan miktoorganisme lainya. Pada saat

menstruasi supaya kebersihan tetap terjaga maka kulit kepala dan rambut juga harus terjaga ushakan minimal membersihkan rambut 2 kali sehari untuk membantu mengurangi jaringan mikroorganisme dan menetapkan jaringan metabolisme supaya rambut tetap sehat, tumbuh / berkembang secara teratur atau normal.

Pada penelitian menurut (Susanti et al., 2021) pada pengetahuan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dengan 62 responden. Pada kebersihan kulit wajah dan rambut responden yang menjawab positif lebih dominan sebanyak 38 orang (61,2%). Pada kebersihan kulit wajah dan rambut rata – rata responden menjawab positif karena responden sudah banyak mengetahui pengetahuan tentang kebersihan kulit wajah dan rambut dari berbagai macam sumber informasi, dari orangtua dan tenaga kesehatan lainnya.

5.3.5 Perilaku Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi

Diagram 5.5 Distribusi frekuensi dan presentase perilaku remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal tahun 2024



Berdasarkan hasil diagram 5.5 Perilaku remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024 sebanyak 70 responden yaitu yang berperilaku hasil baik sebanyak 15 orang (21,4%), dan yang berperilaku hasil cukup sebanyak 55 orang (78,6%).

Menurut asumsi peneliti hal tersebut disebabkan masih banyak remaja siswa kelas X kurangnya pengetahuan tentang perilaku personal hygiene saat menstruasi atau kebersihan saat menstruasi seperti penggunaan pakaian dalam yang tepat, kebersihan alat kelamin yang benar, penggunaan pembalut yang tepat dan pemilihan pembalut yang berbahan bagus, serta perawatan kulit wajah dan rambut yang baik dan benar. Pada siswa kelas X terdapat kurangnya pendidikan yang diterima tentang kebersihan diri pada saat menstruasi maupun dari faktor pendidikan orang tua dan lingkungan.

Peneliti juga mengasumsi bahwa kebanyakan siswa cenderung memperhatikan kebersihan pribadi yang lebih intensif selama menstruasi. Mereka mungkin lebih sering mengganti pembalut atau produk pengaman menstruasi lainnya untuk menjaga kesehatan dan kenyamanan mereka. Selain itu, mereka mungkin juga lebih cermat dalam menjaga kebersihan area genital mereka dengan mencuci lebih sering atau menggunakan produk khusus untuk membersihkan diri.

Dari hasil penelitian menurut Aprita & Susianawati,(2023) di SMA Negeri 3 Balaesang kecamatan Balesang Kabupaten Donggala dengan 43 responden dapat menunjukkan sikap *personal hygiene* saat menstruasi berkategori lebih banyak hasil baik sebanyak 24 orang (70,6%). Pada penelitian ini berasumsi bahwa pengetahuan remaja yang baik tentang *personal*

hygiene saat menstruasi masih sebagian responden dapat memahami isi dari pernyataan-pernyataan yang ada dalam kuisioner. Perlunya perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yaitu suatu tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis, \ mengganti celana dalam ketika basah suatu bagian dari personal hygiene untuk dapat meningkatkan derajat kesehatan, memelihara kesehatan diri, dan mencegah penyakit serta meningkatkan kepercayaan diri saat menstruasi.

Hasil penelitian dari (Simanjuntak & Siagian, 2020) di SMP Negeri 3 Parongpong Kabupaten Bandung Barat dengan distribusi perilaku terhadap personal hygiene saat menstruasi remaja putri yang berperilaku kurang baik lebih dominan sebesar 63 orang (68,5%). Pada penelitian ini ada beberapa faktor yang saat ini dapat berpengaruh kurang baik terhadap hasil kuisioner responden terhadap personal hygiene ketika terjadi menstruasi. Faktor-faktor tersebut seperti pengalaman, dan sumber informasi yang minim didapat oleh responden.

Pada penelitian dari Sri Hartati (2021), menunjukkan bahwa perilaku personal hygiene saat menstruasi dikategorikan cukup lebih dominan sebanyak 45 orang (75%). Pada penelitian ini sudah memiliki perilaku cukup dalam personal hygiene pada saat menstruasi. Pada penelitian ini juga peneliti berasumsi masing-masing kurang pengetahuan bagaimana penggunaan pembalut yang benar dan penggunaan pakaian dalam yang benar karena responden masih kurang informasi dan pengetahuan.

Berdasarkan penelitian ini dengan penelitian Zubaidah, (2021) tidak sejalan tentang perilaku remaja putri dalam pelaksanaan kebersihan genetalia saat



menstruasi di DS.Krayan Bahagia denganresponden 50 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja lebih banyak berkategori hasil Kurang sebanyak 36 orang ((72%). Faktor tidak pendorong pada penelitian ini adalah faktor kurangnya pengetahuan.

BAB 6 SIMPULAN DAN SARAN

6.1 Simpulan

Hasil penelitian dengan jumlah sampel 70 orang yang dilakukan pada kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal dapat disimpulkan adalah :

1. Perilaku remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi berdasarkan penggunaan pakaian dalam yaitu mayoritas cukup sebanyak 55 orang (78,6%)
2. Perilaku remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi berdasarkan kebersihan tubuh dan alat kelamin lebih rentan yang berperilaku hasil baik sebanyak 38 orang (54,3%).
3. Perilaku remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi berdasarkan penggunaan pembalut lebih mayoritas berperilaku cukup sebanyak 50 orang (71,4%).
4. Perilaku remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi berdasarkan kebersihan kulit wajah dan rambut lebih mayoritas berperilaku hasil cukup sebanyak 58 orang (82,9 %).
5. Gambaran perilaku remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024 lebih mayoritas berperilaku hasil cukup 55 orang (78,6%) .

6.2 Saran

Hasil penelitian dengan jumlah sampel sebanyak 70 orang diperoleh dari hasil gambaran perilaku remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024 . Maka dapat disarankan sebagai berikut :

1. Bagi SMA Negeri 1 Sunggal Medan

Sebagai dasar bahan untuk pendidikan kesehatan mengenai personal hygiene saat menstruasi pada anak – anak SMA terutama pada kaum perempuan.

2. Bagi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dan bahan untuk bagi kesehatan bagi kaum perempuan tentang personal hygiene saat menstruasi

3. Bagi peneliti selanjutnya

Dari hasil penelitian ini, diharapkan bagi peneliti selanjutnya tentang hubungan pengetahuan dengan sikap personal hygiene saat menstruasi pada remaja atau pengaruh penyuluhan perilaku personal hygiene saat menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, S., Dwiastiti Irianto, I., Zuraida Muhsinin, S., Zulfa, E., Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nahdlatul Wathan Mataram, P., kunci, K., Putri, R., & Reproduksi, K. (2023). Perilaku Remaja Putri dalam Mempertahankan Kesehatan Reproduksi Saat Menstruasi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 3738–3743.
- Amallya Faj'ri, R., Sunirah, & H Wada, F. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Personal Hygiene Terhadap Perilaku Remaja Putri Saat Menstruasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, 8(1), 78–85. <https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v8i1.687>.
- Andolina, N., Amir, E. F., Riskia, A., & Bros, U. A. (2023). *Health Education Personal Hygiene Adolescents in Long Island Kecamatan Galang Edukasi Personal Hygiene Pada Remaja Di Pulau Panjang*. 4(1), 50–56.
- Aprita, L., & Susianawati, D. (2023). Gambaran Personal Hygiene Saat Menstruasi Remaja Putri Di Sma Negeri 3 Balaesang Kecamatan Balaesang Kabupaten Donggala. *Jurnal Ilmiah Kesmas IJ*, 23(1), 41–46.
- Bone, K., Tahun, B., Hako, S., Kadir, L., & Ahmad, Z. F. (2022). *PERILAKU PERSONAL HYGIENE REMAJA PUTRI SAAT MENSTRUASI DI SMKN 1 BULANGO SELATAN*. 11(1), 34–45. <https://doi.org/10.31314/mjk.11.1.34-45.2022>.
- Fadilasani, R., Sugito, H., & Purnamasari, D. (2023). Pengetahuan Tentang Menstruasi Membentuk Sikap Positif Personal Hygiene Remaja Putri. *WOMB Midwifery Journal (WOMB Mid.J)*, 2(1), 16–22. <https://jurnal.stikesbanyuwangi.ac.id/index.php/WMJ>.
- Hamdanah, & Surawan. (2022). Remaja Dan Dinamika. In *K-Media*.
- Kurniasih, E. (2022). Determinan Perilaku Hygiene Menstruasi Remaja Putri di SMPN 3 Sine, Kabupaten Ngawi. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, 7(1), 33. <https://doi.org/10.35842/formil.v7i1.419>.
- Mahendra, D., Jaya, I. M. M., & Lumban, A. M. R. (2019). Buku Ajar Promosi Kesehatan. *Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Vokasi UKI*, 1–107.
- Nurmayani, W., Mulianingsih, M., Hadi, I., & Suitari, R. A. (2020). *PERILAKU REMAJA PUTRI TENTANG PERSONAL ...pdf*. 7(2).
- Nursalam. (2020). *ILMU KEPERAWATAN Pendekatan Praktis*Nursalam. *ILMU*

KEPERAWATAN Pendekatan Praktis.

- Pemiliana, P. D. (2019). Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Sma Etidlandia Medan Tahun 2018. *Gaster*, 17(1), 62. <https://doi.org/10.30787/gaster.v17i1.341>.
- Ping, M. F. (2019). Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Yang Tinggal Diasrama Kartini Samarinda. *Jurnal Keperawatan Dirgahayu (JKD)*, 1(1), 22–31. <https://doi.org/10.52841/jkd.v1i1.83>.
- Pramudyanti, D. N. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Peer Group Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Personal Hygiene. *Journal of Midwifery and Reproduction*, 2(2), 80. <https://doi.org/10.35747/jmr.v2i2.423>.
- Purnama, N. L. A. (2021). Pengetahuan Dan Tindakan Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 61–66. <https://doi.org/10.47560/kep.v10i1.264>.
- Putri, R. E. P. E., & Fitriahadi, E. (2021). Perilaku Kebersihan Menstruasi pada Siswi SMP di Kota Yogyakarta. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 5(1), 62–68. <https://doi.org/10.31101/jhes.2056>.
- Rany, H. (2022). Batasan Remaja. *Keperawatan*, 1–23. [file:///C:/Users/ACER/Downloads/4522-Article Text-17301-2-10-20230111.pdf](file:///C:/Users/ACER/Downloads/4522-Article%20Text-17301-2-10-20230111.pdf).
- Sabaruddin, E. E., Kubillawati, S., & Rohmawati, A. (2021). Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi SMP Bangsa Mandiri 2 Bogor. *Kesehatan Dan Kebidanan*, 10(2), 33–42. <https://smrh.ejournal.id/Jkk/article/download/139/99>.
- Simanjuntak, J. M. L., & Siagian, N. (2020). Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Remaja Putri Terhadap Personal Hygine Pada Saat Menstruasi Di Smp Negeri 3 Parongpong Kabupaten Bandung Barat. *Nutrix Journal*, 4(1), 13. <https://doi.org/10.37771/nj.vol4.iss1.425>.
- Susanti, D., Kesehatan, F., & Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Jl Brawijaya Ringroad Barat Ambarketawang Gamping Sleman Yogyakarta, U. (2021). Pengetahuan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Berdasarkan Pemberian Informasi Pada Remaja Di SMP N 1 Gamping. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 12(01), 113–120.
- Susanti, D., & Lutfiyati, A. (2020). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 11(2), 166–172. <https://doi.org/10.55426/jksi.v11i2.119>.



Villasari, A. (2021). Fisiologi Menstruasi. In *Strada Press*.
<https://stradapress.org/index.php/ebook/catalog/download/22/19/74-1?inline=1>



LAMPIRAN

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

Kepada Yth,
Calon responden Penelitian
Di
SMA 1 Negeri 1 Sunggal

Dengan hormat,
Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Kezia RM Silaban
NIM : 032020029
Alamat : JL. Bunga Terompet No. 118 Sempakata Kec. Medan Selayang

Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan sedang melakukan penelitian dengan judul “**Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Pada Siswa KLS X Di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024**” . Peneliti ini tidak menimbulkan akibat yang merugikan bagi anda sebagai responden, kerahasiaan semua informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya di gunakan untuk kepentingan penelitian.

Apabila anda bersedia menjadi responden. Saya memohon kesediaannya untuk mendatangi persetujuan dan menjawab pernyataan serta melakukan tindakan sesuai dengan petunjuk yang ada. Atas perhatian dan kesediaannya menjadi responden saya mengucapkan terima kasih.

Hormat Saya
Peneliti

(Kezia RM Silaban)



STIKes Santa Elisabeth Medan

INFORMED CONSENT (Persetujuan Keikutsertaan Dalam Penelitian)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Usia :

Jenis kelamin :

Menyatakan bersedia untuk menjadi subjek penelitian dari :

Nama : Kezia RM Silaban

NIM : 032020029

Program studi : S1 Keperawatan

Setelah saya mendapat keterangan secara terinci dan jelas mengenai penelitian yang berjudul “ **Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Pada Siswa Kelas X Di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024**”. saya menyatakan bersedia menjadi responden untuk penelitian ini dengan catatan bila waktu saya merasa dirugikan dalam bentuk apapun, saya berhak membatalkan persetujuan ini. Saya percaya apa yang akan saya informasikan dijamin kerahasiannya.

Dengan pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa ada tekanan dari pihak manapun.

Medan, 2024

Responden

()

**KUESIONER PERILAKU *PERSONAL HYGIENE* SAAT
MENSTRUASI**

Nama :

Umur :

Umur saat haid pertama :

Alamat :

Petunjuk pengisian:

1. Berilah tanda (ceklis) pada kolom yang disediakan
2. Jawablah sesuai pengetahuan, jawaban tidak harus sama dengan jawaban teman

3. Keterangan sebagai berikut:

S : selalu

KK : kadang - kadang

TP : tidak pernah

Penggunaan Pakaian dalam

No	Pernyataan	S	KK	TP
1	Saya mengganti celana dalam 2 kali sehari saat menstruasi			
2	Saya segera merendam dan mencuci pakaian yang terkena darah haid			
3	Saya tidak menyetrika pakaian dalam saat sudah kering			

4	Saya menggunakan celana dalam yang ketat saat menstruasi			
5	Saya memakai celana dalam yang berbahan tidak menyerap keringat			
6	Saya menggunakan celana dalam yang sama saat menstruasi			

Kebersihan tubuh dan alat kelamin

7	Saya mandi 2 kali sehari saat menstruasi			
8	Saya mencuci alat kelamin/kemaluan dengan air bersih setelah BAK dan BAB			
9	Saya menggunakan sabun mandi ketika membersihkan kemaluan			
10	Saya membasuh daerah kewanitaannya dari belakang ke depan			
11	Setelah cocok saya mengeringkan kemaluan dengan tissue atau handuk kering			

Penggunaan Pembalut

12	Saya mengganti pembalut setelah buang air kecil			
13	Saya mengganti pembalut setelah darah tembus sampai kecelana dalam			
14	Saya langsung membuang pembalut yang masih terdapat darah			



15	Saya mengganti pembalut setiap 4 jam sekali saat darah haid banyak			
16	Saya mengganti pembalut ketika ada gumpalan darah di pembalut tersebut			
17	Saya membungkus pembalut dengan kertas / plastic sebelum dibuang ke tempat sampah			

Kebersihan kulit wajah dan rambut

- 18 Saya membersihkan wajah 2-3 kali sehari
- 19 Saya membersihkan wajah dengan sabun mandi
- 20 Saya tidak membersihkan wajah selama menstruasi
- 21 Selama menstruasi saya keramas 2 kali sehari
- 22 Saya keramas setelah selesai menstruasi

Sumber: AE Purwaningrum - 2017 - repository.unjaya.ac.id



STIKes Santa Elisabeth Medan

PENGAJUAN JUDUL PROPOSAL

JUDUL PROPOSAL : Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswa KB5X di SMA NEGERI 1 Sunggal Tahun 2024

Nama mahasiswa : KEZIA-RM-SILABANI

N.I.M : 037020029

Program Studi : Ners Tahap Akademik STIKes Santa Elisabeth Medan

Menyetujui,
Ketua Program Studi Ners

Lindawati Tampubolon. S.Kep. Ns., M.Kep

Medan,

Mahasiswa,

KEZIA-RM. SILABANI



STIKes Santa Elisabeth Medan

USULAN JUDUL SKRIPSI DAN TIM PEMBIMBING

1. Nama Mahasiswa : KEZIA - RM. SILABAN
2. NIM : 037020029
3. Program Studi : Ners Tahap Akademik STIKes Santa Elisabeth Medan
4. Judul : Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswa KLS X di SMA NEGERI 1 Sunggal Tahun 2024.

5. Tim Pembimbing :

Jabatan	Nama	Kesediaan
Pembimbing I	Hennida Siregar S.Kep.Ns., M.Kep	Melip.
Pembimbing II	Mardisti Barus S.Kep.Ns., M.Kep	Melip.

6. Rekomendasi :

- a. Dapat diterima Judul : Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswa KLS X di SMA NEGERI 1 Sunggal Tahun 2024 yang tercantum dalam usulan judul Skripsi di atas
- b. Lokasi Penelitian dapat diterima atau dapat diganti dengan pertimbangan obyektif
- c. Judul dapat disempurnakan berdasarkan pertimbangan ilmiah
- d. Tim Pembimbing dan Mahasiswa diwajibkan menggunakan Buku Panduan Penulisan Proposal Penelitian dan Skripsi, dan ketentuan khusus tentang Skripsi yang terlampir dalam surat ini

Medan, 24.1.2024.....

Ketua Program Studi Ners

Lindawati Tampubolon, S.Kep., Ns., M.Kep



STIKes Santa Elisabeth Medan



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes) SANTA ELISABETH MEDAN

Jl. Bunga Terompet No. 11B, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang

Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131

E-mail: stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

Medan, 12 Desember 2023

Nomor: 1693/STIKes/SMA-Penelitian/XII/2023

Lamp.

Hal: Permohonan Pengambilan Data Awal Penelitian

Kepada Yth.
Kepala Sekolah
SMA Negeri 1 Sunggal
di-
Tempat


Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian studi pada Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan, melalui surat ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin pengambilan data awal bagi mahasiswa tersebut. Adapun nama mahasiswa dan judul proposal adalah

NO	NAMA	NIM	JUDUL PROPOSAL
1	Yasraman Harefa	032020079	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang HIV/AIDS di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024
2	Kezia R M Silaban	032020029	Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang Perilaku Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami ucapkan terimakasih

Hormat Kami,
STIKes Santa Elisabeth Medan


Meutia Br. Karo, M.Kep., DNSc
Ketua

Tembusan:

1. Mahasiswa yang bersangkutan
2. Arsip



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI 1 SUNGGAL
KECAMATAN SUNGGAL KABUPATEN DELI SERDANG
Jalan Sei Mencirim Desa Sei Semayang Kec. Sunggal Telp. 061-77809619
E-MAIL : sman1sunggal@gmail.com – Website : smanegeri1sunggal.scl.id Kode Pos. 20351

SURAT KETERANGAN

Nomor : 421 / 01 / SMA / XII / 2023

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMA Negeri 1 Sunggal Kabupaten Deli Serdang
Provinsi Sumatera Utara Menerangkan :

Nama : Kezia R.M. Silaban
NIM : 032020029
Program Studi : S-1 Ilmu Keperawatan
Judul : Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene saat
Menstruasi pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal
Tahun 2024.

Adalah benar nama yang tersebut diatas telah Melakukan Pengambilan Data Awal Penelitian di
SMA Negeri 1 Sunggal dengan Judul yang tertera diatas.

Demikian Surat ini balasan ini diperbuat dengan sebenarnya, dan atas kerjasama yang baik kami
ucapkan terima kasih.

Sunggal, 14 Desember 2023

Kepala Sekolah


ASRON BATUBARA, S.Pd, M.Si
Kepala Sekolah
NIP. 19731216 200502 1 003



STIKes Santa Elisabeth Medan



Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan

PROPOSAL

Nama Mahasiswa : KEZIA R.M. SILABAN
NIM : 032020029
Judul : Gambaran Perilaku Remaja Putri tentang
Personal Hygiene Saat Mensinasi Pak
Siswa Kelas X di SMA Negeri 1
Sunggal Tahun 2024
Nama Pembimbing I : HERNIDA SARZGIL S.Kep., Ns., M.Kep
Nama Pembimbing II : MARDATI BARUS S.Kep., Ns., M.Kep

NO	HARI/ TANGGAL	PEMBIMBING	PEMBAHASAN	PARAF	
				PEMB I	PEMB II
1	29 September 2023	Mardati Barus S.Kep., Ns., M.Kep	Pengajuan judul Pertama ke P ₂		
2	30 September 2023	Hernida Sarzgil S.Kep., Ns., M.Kep	Pengajuan judul Pertama ke P ₁		

3	12 Oktober 2023	Helmidza Saragih S-kep, NS, M-kep	- Pengajuan judul kedua ke P.	/s	
4	26 Oktober 2023	Helmidza Saragih S-kep, NS, M-kep	- Pengajuan judul ke 3 ke P, dan acc judul	/s	
5	06 November 2023	Mardiaty Barus S-kep, NS, M-kep	- Pengajuan judul dan acc judul	f	
6	10 November 2023	Helmidza Saragih S-kep, NS, M-kep	- Pengajuan dan konsultasi instrumen (kuesioner)	/s	

Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan





7	15 Januari 2024	Heinida Saragih S.kep NIS.M.kep	- Konsul Bab 1-4 Revisi: - Memperbaiki skala terbalik - Memperbaiki kronologi dan menambahkan - Menentukan populasi dan sampel (hasil survei awal)	Is	
8	17 Januari 2024	Mardati Barus S.kep Ns.M.kep	Konsul Bab (- bab 4) Revisi: - Menghapus gambar siklus menstruasi - Menambahkan usia remaja menstruasi - Lampiran (memasukkan kuesioner ke proposal)		f
9	23 Januari 2024	Heinida Saragih S.kep NIS.M.kep	Acc usian proposal	Is	
10	23 Januari 2024	Mardati Barus S.kep M.kep	acc bab 1-4 dan acc usian proposal		fp

Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan

**REVISI PROPOSAL**

Nama Mahasiswa : KEZIA - RM. SILABAN
NIM : 032020029
Judul : Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang
Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada
Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal
Tahun 2024
Nama Pembimbing I : Herminida Saragih S.Kep.,Ns.,M.Kep
Nama Pembimbing II : Mardiaty Barus S.Kep.,Ns.,M.Kep
Nama Pembimbing III : Ernita Rante Pupang S.Kep.,Ns.,M.Kep


NO	HARI/ TANGGAL	PEMBIMBING	PEMBAHASAN	PARAF		
				PEMB I	PEMB II	PEMB III
1	30 Januari 2024	Ernita Rante Rupang S.Kep., Ns.,M.Kep	- Perbaiki Bab I yaitu: memunculkan masalah lebih jelas, Memperbaiki skala - Perbaiki Tulisan dan merapikan - Memperbaiki bab 3 yaitu kerangka konsep.			
2	3 Februari 2024	Ernita Rante Rupang S.Kep., Ns.,M.Kep	- Perbaiki Bab I yaitu: skala - Perbaiki Bab I yaitu: kronologis, menan- bahkan kronologis - Perbaiki bab I yaitu sawisi - Menambahkan Survei			

Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan



3.	6 Januari 2024	Mardati Barus S-kep, Ns., M.kep	<ul style="list-style-type: none">- Menjelaskan sampel yaitu: cara mengambari data setrap kelas- Memperbaiki bab 4 yaitu Definisi Operasional		y	
4	13 Februari 2024	Mardati Barus S-kep, Ns., M.kep	- Menambahkan di Definisi Operasional secara keseluruhan	u	y	
5.	26 Februari 2024	Ernita Rante Pupang S-kep, Ns. M.kep	acc			st/ky/c
6	27 Februari 2024	Mardati Barus S-kep, Ns. M.kep	acc Revisi Proposal			




PRODI NERS

Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan

7	08 Maret 2024	Helinda Saragih S.Kep.NS. M.kep	Acc Revisi Proposal	ls		



STIKes SANTA ELISABETH MEDAN KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN

Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang

Telp. 061-8214020, Fax. 061-8225509 Medan - 20131

E-mail: stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SANTA ELISABETH MEDAN

KETERANGAN LAYAK ETIK DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION "ETHICAL EXEMPTION"

No.: 072/KEPK-SE/PE-DT/III/2024

Protokol penelitian yang diusulkan oleh:
The research protocol proposed by

Peneliti Utama : Kezia R.M. Silaban
Principal In Investigator

Nama Institusi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Pada Siswa Kelas X Di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024."

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan layak Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 26 Maret 2024 sampai dengan tanggal 26 Maret 2025.

This declaration of ethics applies during the period March 26, 2024, until March 26, 2025.

March 26, 2024
Chairperson,

KEPK
Mestiana Br. Raro, M.Kep. DNSc

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)
SANTA ELISABETH MEDAN**

Jl. Bunga Terompet No. 118, Kel. Sempakata, Kec. Medan Selayang
Telp. 061-8214020, Fax 061-8225509 Medan - 20131
E-mail: stikes_elisabeth@yahoo.co.id Website: www.stikeselisabethmedan.ac.id

Medan, 27 Maret 2024

Nomor: 0519/STIKes/SMA-Penelitian/III/2024

Lamp. : -

Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth.:

Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Sunggal
di
Tempat.

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penyelesaian studi pada Prodi S1 Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan, melalui surat ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa tersebut di bawah ini, yaitu:

NO	NAMA	NIM	JUDUL PENELITIAN
1.	Kezia R.M Silaban	032020029	Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang <i>Personal Hygiene</i> Saat Menstruasi Pada Siswa Kelas X Di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami ucapkan terimakasih.

Hormat kami,
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth MedanMestika B. Karo, M.Kep., DNSc
Ketua

Tembusan:

1. Mahasiswa Yang Bersangkutan
2. Arsip



STIKes Santa Elisabeth Medan



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI 1 SUNGGAL
KECAMATAN SUNGGAL KABUPATEN DELI SERDANG
Jalan Sei Mencirim Desa Sei Semayang Kec. Sunggal Telp. 061-77809619
E-MAIL : sman1sunggal@gmail.com – Website : smanegeri1sunggal.scl.id Kode Pos. 20351

Nomor : 421 / 046/ SMA / VI / 2024
Lamp. : -
Hal : Izin Melaksanakan Penelitian

Sunggal, 07 Juni 2024
Kepada Yth,
STIKes SANTA ELISABETH MEDAN
Di -
Tempat

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMA Negeri 1 Sunggal Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara Menerangkan :

Nama : Kezia R.M. Silaban
NPM : 032020029
Program Studi : NERS
Judul Tesis : Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene saat Menstruasi pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024.

1. Bahwa kami tidak keberatan untuk menerima Mahasiswa tersebut diatas untuk melaksanakan Penelitian di SMA Negeri 1 Sunggal.
2. Mahasiswa tersebut diatas wajib mengikuti segala peraturan yang ada di SMA Negeri 1 Sunggal.

Demikian Surat balasan ini diperbuat dengan sebenarnya, dan atas kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Sunggal, 07 Juni 2024
Kepala Sekolah

ASRON BATUBARA, S.Pd, M.Si
Pembina
NIP. 19731216 200502 1 003



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI 1 SUNGGAL
KECAMATAN SUNGGAL KABUPATEN DELI SERDANG
Jalan Sei Mencirim Desa Sei Semayang Kec. Sunggal Telp. 061-77809619
E-MAIL : sman1sunggal@gmail.com – Website : smanegeri1sunggal.scl.id Kode Pos. 20351

SURAT KETERANGAN

Nomor : 421 / 045 / SMA / VI / 2024

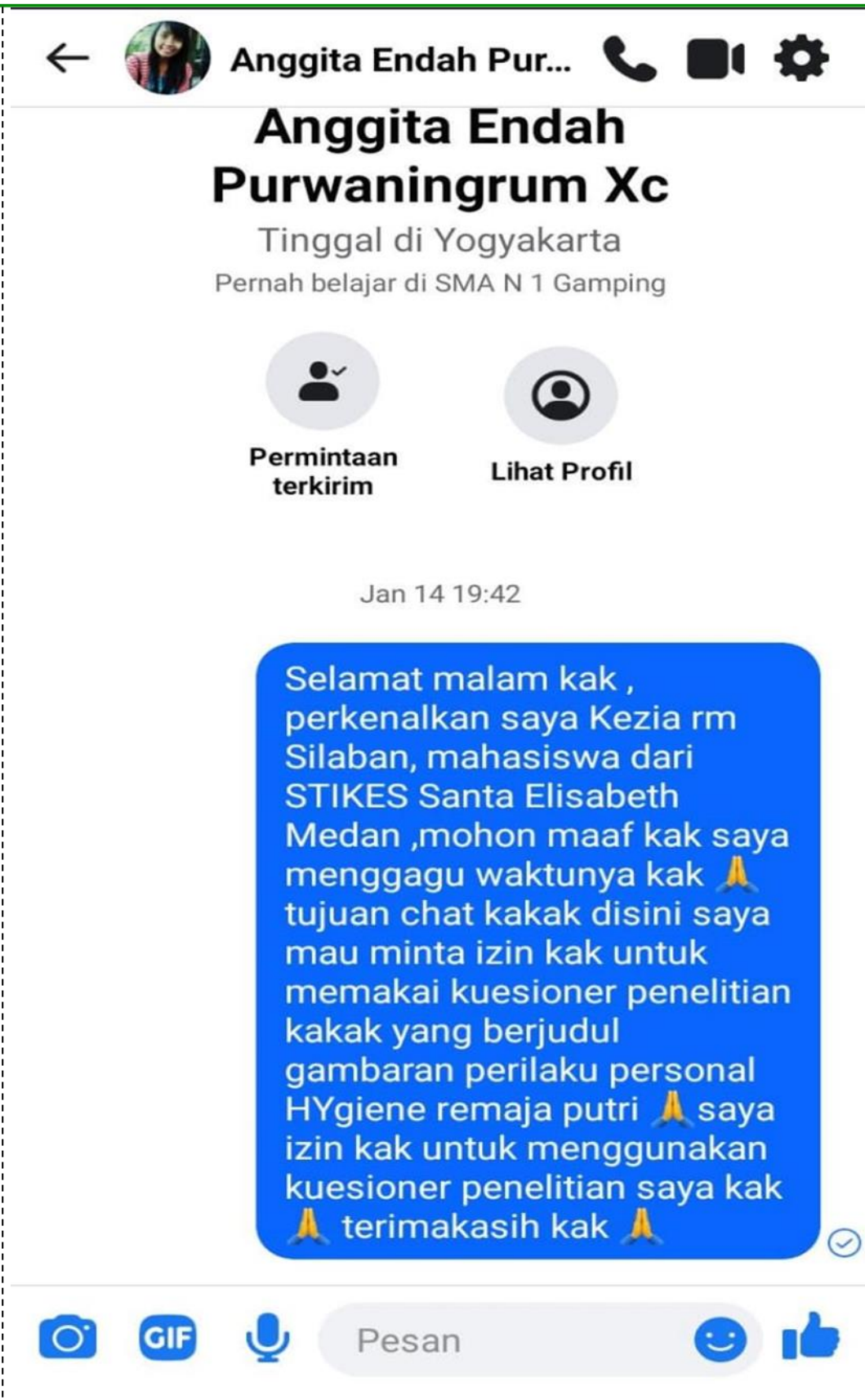
Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMA Negeri 1 Sunggal Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara Menerangkan :

Nama : Kezia R.M. Silaban
NIM : 032020029
Program Studi : NERS
Judul Tesis : Gambaran Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene saat Menstruasi pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024.

Adalah benar nama yang tersebut diatas telah melaksanakan Penelitian di SMA Negeri 1 Sunggal pada tanggal 20 April 2024 – 26 April 2024 dengan Judul yang tertera diatas.

Demikian Surat ini balasan ini diperbuat dengan sebenarnya, dan atas kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Sunggal, 07 Juni 2024
Kepala Sekolah
SMA NEGERI 1 SUNGGAL
ASRON RATUBARA, S.Pd, M.Si
NIP. 19731216 200502 1 003











Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan

SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Kezia RM Silaban
NIM : 032020029
Judul : Gambaran Perilaku Remaja Putri tentang Personal Hygiene saat Menstruasi pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024
Nama Pembimbing I : Helinida Saragih S.Kep.,Ns.,M.Kep
Nama Pembimbing II : Mardiaty Barus S.Kep.,Ns.,M.,Kep

NO	HARI/ TANGGAL	PEMBIMBING	PEMBAHASAN	PARAF	
				PEMB I	PEMB II
1.	Selasa, 07 mei 2024	Mardiaty Barus S.Kep.,Ns.,M.Kep	<ul style="list-style-type: none">• Menunjukkan master data• Menambahi asumsi peneliti dan jurnal		
2.	Selasa, 04 Juni 2024	Helinida Saragih S.Kep.,Ns.,M.,Kep	<ul style="list-style-type: none">• Menambahi kosa kata presentase di bagian tabel hasil• Menambahi diagram di pembahasan• Memperbaiki judul pembahasan dan menyesuaikan dengan tujuan• Menambahi asumsi peneliti		

**Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan**



3.	Kamis, 06 Juni 2024	<ul style="list-style-type: none">- Menambahi asumsi penelitiandan menambahkan teori- Menambahi jurnal dan teori yang terkait pada jurnal- Memperbaiki diagram	Helinida Saragih S.Kep.,Ns.,M.Kep		
4.	Kamis, 06 Juni 2024	<ul style="list-style-type: none">- Memperbaiki asumsi penelitian	Mardiati Barus S.Kep.,Ns.,M.Kep		
5.	Senin, 10 Juni 2024	ACC Ujian	Mardiati Barus S.Kep.,Ns.,M.Kep		
6.	Senin, 10 Juni 2024	ACC Ujian	Helinida Saragih S.Kep.,Ns.,M.Kep		




Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan

REVISI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Kezia RM Silaban
NIM : 032020029
Judul : Gambaran Perilaku Remaja Putri tentang *Personal Hygiene* saat Menstruasi pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Sunggal Tahun 2024
Nama Pembimbing I : Helinida Saragih S. Kep.,Ns.,M.Kep
Nama Pembimbing II : Mardiaty Barus S.Kep.,Ns.,M.Kep
Nama Pembimbing III : Ernita Rante Rupang S.Kep.,Ns.,M.Kep

NO	HARI/ TANGGAL	PEMBIMBING	PEMBAHASAN	PARAF		
				PEMB I	PEMB II	PEMB III
1.	Jumat 14 Juni 2024	Ernita Rante Rupang S.Kep., Ns.,M.Kep.	-Menambahkan kesimpulan abstrak - memperbaiki asumsi - memperbaiki jurnal di pembahasan - Menambahkan kata pengantar			
2.	Jumat 14 Juni 2024	Mardiaty Barus S.Kep., Ns.,M.Kep.	- Mengurangi abstrak dan melengkapi - Memperbaiki pembahasan			

STIKes Santa Elisabeth Medan


PRODI NERS

Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan

3	Sabtu, 15-06-2024	Emilia Rante, R. S.Kep, Ns, M. Kep	Acc			7
4	Rabu, 19-06-2024	Mardiaty Barus S.Kep, Ns, M. Kep	<ul style="list-style-type: none"> - menambahkan dr bagian abstrak tentang jika menstruasi tidak diperhatikan - menambahkan saran di abstrak 		7	
5	Rabu, 19-06-2024	Helmieta Sragih, S.Kep, Ns, M. Kep	<ul style="list-style-type: none"> - Abstrak - Acc furnitin 	11		
6	Kamis 20-06-2024	Mardiaty Barus S.Kep, Ns, M. Kep	- acc		7	

2

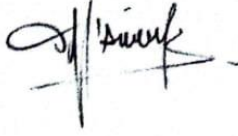


Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan

3	Sabtu, 15-06-2024	Ermita Rante R. S.Kep, Ns, M. Kep	Acc			8/7
4	Rabu, 19-06-2024	Mardiaty Barus S.Kep, Ns, M. Kep	- Menambahi dr bagian abstrak tentang jika menstruasi tidak diperhatikan - menambahi saran di abstrak		2/7	
5	Rabu, 19-06-2024	Helmieta Sragih, S.Kep, Ns, M. Kep	- Abstrak - Acc furnitin			
6	Kamis 20-06-2024	Mardiaty Barus S.Kep, Ns, M. Kep	- acc		2/7	



Buku Bimbingan Proposal dan Skripsi Prodi Ners STIKes Santa Elisabeth Medan

7	Kamis 20-06 2024	Amendo Sinagz ss M. Pd	- Abstrak 				
5.							
6.							

DOKUMENTASI PENELITIAN

STIKes Santa Elisabeth Medan



STIKes Santa Elisabeth Medan



STIKes Santa Elisabeth Medan





STIKes Santa Elisabeth Medan

MASTER DATA

Nama	umur	JK	Agama	Penggunaan Pakaian Dalam							Kebersihan Tubuh dan Alat Kelamin							Penggunaan Pembalut							Kebersihan Kulit Wajah dan Rambut						
				P1	P2	P3	P4	P5	P6	TOTAL	P7	P8	P9	P10	P11	TOTAL	P12	P13	P14	P15	P16	P17	TOTAL	P18	P19	P20	P21	P22	TOTAL		
E	16		Islam	1	2	1	0	1	1	6	2	2	2	1	8	0	0	0	0	1	2	4	2	0	1	2	6				
C	16		prtesta	1	2	1	1	0	1	6	2	2	2	2	1	9	1	2	0	1	1	2	7	2	0	2	0	1	5		
M	15		prtesta	2	2	0	1	1	1	7	2	2	2	2	2	10	1	1	0	2	1	1	6	2	2	2	0	2	8		
R	16		Islam	1	2	0	1	1	1	6	1	2	1	2	0	6	1	1	0	1	1	1	6	1	0	1	1	2	5		
C	16		prtesta	2	1	0	1	1	1	6	1	2	1	1	6	1	1	1	0	1	1	2	6	2	0	2	0	1	5		
R	15		Islam	2	2	1	1	1	1	2	9	2	2	1	2	9	1	2	0	1	1	1	2	7	2	0	2	1	2	7	
S	15		Islam	2	2	0	2	1	2	9	2	2	2	1	2	9	1	2	0	1	1	2	7	2	0	2	1	2	7		
N	15		Islam	1	2	0	1	1	0	5	2	2	2	2	2	10	0	2	2	2	1	2	9	2	0	1	0	1	4		
E	15		prtesta	2	1	0	2	1	1	6	2	2	2	1	0	2	7	0	0	0	1	2	4	1	0	1	2	1	5		
C	16		prtesta	2	1	0	2	1	0	5	2	2	2	2	2	10	1	2	0	2	1	1	2	9	2	0	2	1	5		
R	15		prtesta	2	2	0	2	0	0	6	2	2	2	2	2	10	1	2	0	1	1	2	7	2	0	2	0	0	4		
N	15		Islam	2	2	1	1	1	0	7	2	2	2	0	2	8	1	2	0	1	1	2	7	2	0	1	0	2	5		
G	15		prtesta	2	2	2	1	0	0	7	2	2	2	0	0	2	8	1	0	2	1	1	2	7	2	0	1	0	2	5	
M	16		Islam	2	2	0	1	0	0	5	2	2	2	0	2	1	7	1	2	0	1	1	6	1	1	1	0	2	5		
M	16		prtesta	2	2	0	1	0	0	5	2	2	2	0	0	7	1	2	0	0	1	1	7	0	5	1	1	0	1	4	
D	17		Islam	2	2	1	2	0	2	9	1	2	2	2	2	1	8	1	1	0	1	1	1	5	2	0	1	0	2	5	
R	16		Islam	2	2	1	2	0	2	9	2	2	2	2	2	1	9	1	1	0	1	1	2	6	2	0	1	0	2	5	
L	17		Islam	2	2	1	1	1	0	7	2	2	1	2	2	9	1	2	0	1	2	2	8	2	1	2	2	2	9		
K	16		prtesta	1	2	0	2	1	0	6	1	2	2	1	2	9	0	2	0	1	1	2	7	2	1	1	1	1	4	1	6
M	15		prtesta	2	2	0	2	1	0	7	2	2	2	2	2	1	9	0	2	0	1	1	2	7	2	0	2	0	2	5	
G	16		Katolik	2	2	1	1	1	0	7	2	2	0	1	2	7	2	2	2	2	2	2	12	2	1	2	2	1	8		
A	16		Katolik	2	2	0	0	1	0	5	2	2	1	1	2	8	2	2	2	0	1	2	2	9	2	1	1	1	1	6	
V	17		Islam	2	2	0	1	0	0	5	1	2	1	2	2	8	2	2	0	2	2	2	10	2	1	1	0	1	1	5	
C	15		Katolik	2	2	1	1	0	0	6	2	2	2	2	2	9	0	2	0	2	2	1	2	7	2	0	1	0	2	7	
S	15		Islam	2	2	0	0	0	0	4	2	2	2	2	0	7	0	1	0	0	2	2	2	2	0	2	0	0	2	4	
K	15		prtesta	2	2	0	2	0	0	6	2	2	2	2	1	0	7	0	2	0	2	2	2	8	2	2	0	0	2	6	
N	16		Islam	2	2	0	2	1	1	8	2	2	2	2	2	10	1	2	0	0	2	1	6	2	1	1	1	2	7		
H	16		Islam	2	2	0	2	1	0	7	2	2	2	2	2	10	0	2	0	1	1	2	6	2	0	1	0	2	5		
C	16		Katolik	2	2	0	2	0	0	6	2	2	2	2	2	10	0	2	0	2	1	2	6	2	0	1	0	2	5		
F	15		Katolik	2	2	1	2	2	0	9	2	2	2	1	0	7	0	0	2	2	2	2	7	2	0	2	0	1	2	8	
A	16		Islam	2	2	0	2	0	0	6	2	2	2	2	2	1	9	0	1	0	1	0	1	3	2	2	1	0	2	7	
V	16		Katolik	2	2	1	1	0	0	6	2	2	0	1	1	6	1	1	0	2	0	1	5	2	0	2	0	1	1	5	
R	16		Katolik	2	2	0	2	1	0	7	2	2	2	2	2	10	0	2	0	0	0	2	4	1	0	1	0	0	2	2	
E	16		Islam	2	2	1	1	0	0	5	2	2	2	2	2	10	0	2	0	1	1	0	3	2	0	2	0	0	0	4	
K	15		Islam	2	1	1	1	0	0	6	2	2	1	2	2	0	7	0	0	0	0	0	2	4	2	0	2	0	0	2	2
A	16		Islam	2	2	0	0	1	0	5	2	2	0	2	1	7	1	2	2	2	2	1	10	2	2	2	0	2	8		
A	16		Islam	2	2	1	1	0	0	6	2	2	2	1	1	8	1	2	0	1	1	2	7	2	0	1	1	2	6		
H	15		Islam	2	2	2	1	0	0	7	2	2	2	2	2	10	1	2	0	2	2	2	9	2	0	1	1	2	6		
K	16		Islam	2	2	2	1	1	0	8	2	2	2	2	2	10	1	2	0	2	2	2	9	2	0	1	1	2	6		
S	16		Islam	1	2	0	1	0	0	4	2	2	2	2	2	0	7	0	2	0	2	2	2	7	2	0	2	0	2	6	
F	15		Islam	2	2	0	1	0	0	5	2	2	2	2	2	10	1	2	0	2	1	2	8	1	2	1	1	2	7		
C	15		prtesta	1	0	0	1	1	0	3	2	2	0	2	8	1	2	2	0	2	0	7	2	2	2	1	1	8			
D	15		prtesta	2	2	1	1	0	0	6	2	2	2	0	2	1	7	0	2	0	1	1	0	4	2	0	2	0	6		
I	15		Islam	2	2	0	2	0	0	7	2	2	2	2	1	9	1	2	0	1	0	2	6	2	1	2	1	2	8		
S	16		Islam	2	2	1	2	0	1	8	2	2	2	2	2	11	2	2	0	1	1	2	10	2	0	2	0	2	8		
N	15		Islam	2	2	0	1	0	0	5	1	2	2	2	1	8	1	2	0	1	2	2	8	2	0	1	0	0	2	6	
H	16		Islam	2	2	0	1	0	0	5	2	2	2	2	1	9	2	2	0	2	1	2	9	2	0	0	0	0	2	4	
A	15		Islam	2	2	0	2	2	0	8	2	2	2	2	2	10	1	2	0	2	2	1	2	8	2	2	0	1	0	5	
A	15		Islam	2	2	0	2	2	1	9	2	2	2	2	2	11	2	2	0	2	2	2	6	2	0	2	2	1	1	6	
C	16		Islam	2	2	1	1	1	1	8	2	2	2	2	2	11	2	2	0	2	2	2	10	2	0	2	0	2	6		
A	16		prtesta	2	2	1	2	0	0	7	2	2	2	2	2	10	1	1	0	2	1	2	7	2	0	2	0	1	5		
D	15		prtesta	2	2	2	1	2	0	9	2	2	2	2	2	10	1	2	0	2	1	2	8	2	2	2	1	2	9		
N	16		Islam	2	1	2	1	2	0	8	2	2	2	2	2	9	1	2	0	2	1	2	7	2	2	2	0	2	8		
Z	16		Islam	2	2	0	1	0	1	6	2	2	2	2	1	2	9	0	2	0	2	2	9	2	0	2	0	2	6		
S	15		Islam	2	2	1	1	0	0	7	2	2	0	1	0	5	0	2	2	2	0	2	8	2	0	1	2	2	7		
M	16		Islam	2	2	2	2	0	0	8	1	2	1	2	2	7	1	1	0	1	0	2	5	2	1	2	2	2	9		
L	15		Islam	2	2	2	2	1	2	11	2	2	1	2	1	8	0	2	0	2	1	2	7	2	1	2	2	2	9		
Z	15		Islam	2	2	2	2	2	2	10	2	2	1	2	1	2</															

Output SPSS

umur responden					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	15	32	45.7	45.7	45.7
	16	35	50.0	50.0	95.7
	17	3	4.3	4.3	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

penggunaan pakaian dalam1					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	baik	11	15.7	15.7	15.7
	cukup	55	78.6	78.6	94.3
	kurang	4	5.7	5.7	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

kebersihan tubuh dan alat kelamin2					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	baik	38	54.3	54.3	54.3
	cukup	32	45.7	45.7	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

STIKes Santa Elisabeth Medan

penggunaan pembalut3					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	baik	13	18.6	18.6	18.6
	cukup	50	71.4	71.4	90.0
	kurang	7	10.0	10.0	100.0
	Total	70	100.0	100.0	

kebersihan wajah dan rambut4					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	baik	5	7.1	7.1	7.1
	cukup	58	82.9	82.9	90.0
	kurang	7	10.0	10.0	100.0
	Total	70	100.0	100.0	