



PENGARUH PEER EDUCATION TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG KEBERSIHAN DIRI SAAT MENSTRUASI

Ety Nurhayati, Qorine Husnul Qothimah

Universitas Esa Unggul, Jakarta, Indonesia

Email: ety.nurhayati@esaunggul.ac.id, qorihq13@gmail.com

ABSTRAK

Kata kunci:

Kebersihan Diri,
Peer Education,
Remaja

Latar Belakang: Berdasarkan data World Health organization mengatakan bahwa angka kejadian infeksi saluran reproduksi (ISR) paling tinggi di dunia yaitu pada usia remaja (35%-42%) dan dewasa muda (27%-33%). Perilaku hygiene merupakan tema penting yang perlu ditelaah secara mendalam.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh peer education terhadap tingkat pengetahuan dan perilaku remaja tentang pentingnya kesehatan reproduksi.

Metode: Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang menggunakan desain penelitian Quasi Experiment with One Group Pre-post Design. Sampel penelitian diambil dari jumlah populasi yaitu 25 orang remaja putri di Dusun Wonoasri dengan menggunakan Total Sampling. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner dan observasi nonpartisipan terstruktur.

Hasil: Hasil penelitian ini adalah Adanya Pengaruh dengan diberikan Peer Education terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang kebersihan diri saat menstruasi.

Kesimpulan: Diketahui dari hasil kuesioner yang diberikan sebelum intervensi dan setelah intervensi yang dilakukan dengan p-value (0.000).

Keywords:

Personal Hygiene,
Peer Education,
Youth

ABSTRACT

Background: Based on data from the World Health Organization said that the incidence of reproductive tract infections (ISR) is highest in the world, namely in adolescents (35%-42%) and young adults (27%-33%). Hygiene behavior is an important theme that needs to be examined in depth.

Purpose: This study aims to identify the influence of peer education on the level of knowledge and behavior of adolescents about the importance of reproductive health

Method: This type of research is quantitative research that uses Quasi Experiment with One Group Pre-post Design research design. The research sample was taken from a population of 25 adolescent girls in Wonoasri Hamlet using Total Sampling. The data

collection technique used in this study was by using questionnaires and structured non-participant observations.

Results: *The result of this study is the influence given by peer education on the level of knowledge of adolescents about personal hygiene during menstruation.*

Conclusion: *It is known from the results of questionnaires given before the intervention and after the intervention carried out with a p-value (0.000)..*

PENDAHULUAN

Berdasarkan data *World Health organization* mengatakan bahwa angka kejadian infeksi saluran reproduksi (ISR) paling tinggi di dunia yaitu pada usia remaja (35%-42%) dan dewasa muda (27%-33%). *World Health Organization* (WHO) mengatakan remaja adalah penduduk dengan rentang 10-19 tahun (Kementerian Kesehatan RI., 2015). Berdasar atas data survei oleh *World Health Organization* (WHO) di beberapa negara, remaja putri yang berusia 12–16 tahun mempunyai permasalahan terhadap reproduksinya. (WHO, 2014)

Data dari kementerian kesehatan republik indonesia tahun 2018 juga menunjukkan bahwa sebanyak 5,2 juta jiwa remaja putri mengalami keluhan yang sama setelah menstruasi karena tidak menjaga kebersihannya yaitu *pruritus vulvae* yang ditandai dengan adanya rasa gatal dibagian alat kelamin pada wanita. Dan berdasarkan data statistik yang ada di Indonesia dari 69,4 juta jiwa remaja di Indonesia didapatkan sebanyak 63 juta jiwa remaja melakukan perilaku *hygiene* yang sangat buruk. Seperti perilaku merawat kesehatan organ reproduksi yang masih kurang pada saat mengalami menstruasi. Perilaku yang kurang dalam merawat bagian alat kelamin wanita sebanyak 30% yang disebabkan oleh lingkungan yang buruk atau tidak sehat serta 70% disebabkan oleh pemakaian pembalut yang kurang tepat pada saat menstruasi (Rikesdas, 2018)

Data penjarangan kesehatan reproduksi remaja tahun 2018 di Kota Bekasi menunjukkan bahwasanya 46% siswi memiliki masalah kesehatan reproduksi, yaitu usia menarche kurang dari 8 tahun dan lebih dari 15 tahun, siklus menstruasi yang tidak teratur tiap bulan, serta gangguan menstruasi baik nyeri perut hebat, keputihan maupun gatal di sekitar kemaluan (Rikesdas, 2018)

Perineal hygiene adalah suatu pemahaman, sikap dan praktik yang dilakukan oleh seseorang untuk meningkatkan derajat kesehatan, memelihara kebersihan diri, meningkatkan rasa percaya diri, menciptakan keindahan, dan mencegah timbulnya penyakit. Perineal hygiene genitalia merupakan pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari sehingga terhindar dari gangguan alat reproduksi dan mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta meningkatkan derajat kesehatan (Sekarsari et al., 2019)

Personal hygiene yang tidak baik dan benar dapat dipengaruhi juga oleh pengetahuan yang kurang baik terhadap personal hygiene. Dampak yang ditimbulkan apabila personal hygiene yang kurang baik diantaranya timbulnya infeksi vagina yang disebabkan oleh kurangnya kebersihan. Salah satu pencegahan yang penting adalah membersihkan daerah kewanitaan dengan benar yaitu dari arah depan kebelakang lalu kearah anus dan tidak boleh sebaliknya, tidak dianjurkan menggunakan sabun kimiawi, Hindari suasana vagina yang lembab berkepanjangan, dianjurkan mencukur bulu yang ada pada area vagina bila sudah panjang, tidak memakai celana dalam yang terbuat dari bahan katun atau bahan yang meresap keringat (Yusiana & Saputri, 2016). Remaja putri Indonesia sebanyak 46% dari data nasional menunjukkan rendahnya perilaku hygiene diketahui hanya mengganti

pembalut 2 kali per hari dan hanya 52% remaja yang mencuci tangannya sebelum memasang pembalut (Pythagoras, 2015)

Pengetahuan seseorang tentang personal hygiene juga memiliki pengaruh bagi perilaku seseorang dalam menjaga dan merawat kesehatan reproduksinya. Pendidikan kesehatan tentang kesehatan reproduksi penting untuk remaja agar mereka mempunyai informasi dan pengetahuan yang benar tentang kesehatan reproduksi (Rohidah & Nurmaliza, 2019)

Bandar Lampung merupakan ibukota provinsi Lampung, sebagian besar penduduknya adalah remaja akan tetapi masih kurangnya perilaku remaja putri tentang kebersihan alat genitalia yang disebabkan kurangnya media dan akses untuk mendapatkan informasi tentang kebersihan alat genitalia sehingga menyebabkan remaja salah menilai tentang kebersihan alat genitalia yang bisa memberikan dampak yang akan menghancurkan masa depan remaja seperti timbulnya Infeksi Saluran Reproduksi (ISR), hal ini disebabkan karena belum berjalannya pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah karena mayoritas remaja mengaku malu dan tabu untuk membahas tentang reproduksi (Zakir, 2016)

Permasalahan remaja yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi, sering kali berakar dari kurangnya informasi, pemahaman dan kesadaran untuk mencapai keadaan sehat secara reproduksi. Topik program kesehatan reproduksi remaja merupakan topik yang perlu diketahui oleh masyarakat, khususnya para remaja agar mereka memiliki informasi yang benar mengenai proses reproduksi serta berbagai faktor yang ada disekitarnya. Dengan informasi yang benar, diharapkan remaja memiliki sikap dan tingkah laku yang bertanggung jawab mengenai proses reproduksi. (Kumalasari, 2012).

Masalah yang dihadapi wanita tiap bulannya berkaitan dengan menstruasi antara lain adalah mengalami keputihan sebanyak 19%, rasa gatal pada area genital sebanyak 25%, premenstrual sindrome 36%, rasa tidak nyaman selama menstruasi 35%, darah menstruasi yang sangat banyak 10%, mengalami kram perut . Salah satu penyebab keputihan adalah karena praktik kebersihan selama menstruasi yang tidak bersih. Perlu adanya perhatian segera untuk mempromosikan penggunaan alat sanitasi yang higienis selama masa menstruasi (Anand, Singh, & Unisa, 2015).

Menstruasi merupakan indikator kematangan seksual pada remaja putri. Menstruasi dihubungkan dengan beberapa kesalahan pemahaman praktik kebersihan diri selama menstruasi yang dapat merugikan kesehatan bagi remaja (Proverawati & Misaroh, 2014). Hygiene pada saat menstruasi merupakan komponen personal hygiene (kebersihan perorangan) yang memegang peranan penting dalam status perilaku kesehatan seseorang termasuk menghindari adanya gangguan pada fungsi alat reproduksi (Laila & Desy, 2016)

Hygiene saat menstruasi merupakan keseluruhan perilaku dalam menjaga kebersihan saat menstruasi. Informasi mengenai Hygiene menstruasi sangat penting karena jika tidak diterapkan akan berdampak negatif, yaitu akan menimbulkan infeksi pada alat reproduksi, kanker leher rahim, keputihan dan jika tidak segera ditangani akan menyebabkan kemandulan, sehingga menurunkan kualitas hidup individu yang bersangkutan (Kumalasari, 2012)

Studi tentang kebersihan menstruasi pada perempuan dan remaja putri di Mesir ditemukan bahwa antara perempuan yang pernah menikah 15.3% menggunakan pembalut sekali pakai 42,1% menggunakan kapas, dan 39,4% menggunakan pembalut kain sebagai penyerap setelah mencucinya. Sebaliknya, 25,2% dari perempuan yang belum menikah menggunakan pembalut sebesar 50.5 % dan 21 % menggunakan kembali kain penyerap yang dicuci. Hanya 3,2% dari kedua kelompok perempuan tersebut yang menggunakan potongan kain dan dibuang setelah digunakan (Pemiliana, Agustina, & Verayanti, 2019)

Pengetahuan mengenai organ reproduksi yang rendah dapat menjadi salah satu pemicu berbagai keluhan dan permasalahan yang berkaitan dengan kesehatan kesehatan reproduksi, khususnya dikalangan kaum wanita. Hal ini dilatar belakangi oleh peristiwa menstruasi yang merupakan darah kotor, dan keputihan sehingga jika kurang dijaga kebersihannya akan berpotensi terhadap timbulnya infeksi pada organ reproduksi (Pemiliana et al., 2019)

Perilaku hygiene merupakan tema penting yang perlu ditelaah secara mendalam. Salah satu upaya untuk mengurangi gangguan pada saat menstruasi yaitu membiasakan diri dengan perilaku personal hygiene. Personal hygiene berasal dari bahasa Yunani, yaitu personal yang artinya perseorangan dan hygiene berarti sehat. Kebersihan perorangan adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis (Isro'in & Andarmoyo, 2012)

Dampak yang terjadi apabila perilaku personal hygiene tersebut tidak dilakukan antara lain remaja putri tidak akan bisa memenuhi kebersihan alat reproduksinya, penampilan dan kesehatan sewaktu menstruasi juga tidak terjaga, sehingga dapat terkena infeksi saluran kemih, keputihan, kanker serviks dan kesehatan reproduksi lainnya (Maharani & Andriyani, 2018)

Cara yang dapat diterapkan untuk meningkatkan pengetahuan remaja adalah dengan melakukan metode *peer education strategy* menurut (UNICEF, 2012) adalah proses kegiatan yang berlangsung diantara teman sebaya yang bertujuan untuk mengembangkan pengetahuan, sikap, dan tindakan seseorang atau sekelompok orang. Pendidik adalah kegiatan seseorang yang lebih ke arah penyebaran informasi tertentu. Sebaya adalah seseorang yang berasal dari sekelompok yang sama. Pendidik sebaya adalah orang yang menyebarkan informasi tertentu kepada teman sebaya dengan harapan dapat mempengaruhi sikap dan tindakan kelompok sebayanya. Prinsip utama pendidikan sebaya adalah kegiatan yang dilakukan sukarela dengan memberikan informasi, pendampingan atas dasar rasa peduli atas nasib dan masa depan teman sebaya. Menurut Fitriani (2011) bahwa salah satu strategi yang digunakan dalam metode *peer education* yaitu strategi yang digunakan dalam pendidikan yang membahas suatu topik dengan cara bertukar pikiran dalam kelompok kecil untuk mencapai tujuan tertentu secara bersama. Jumlah anggota kelompok kecil minimal 2 dan maksimal 15 orang. (Fitriani, 2011)

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan perilaku perawatan diri pada remaja perempuan yaitu dengan memberikan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan yang dapat diberikan yaitu terkait perilaku perawatan diri saat menstruasi dan kesehatan reproduksi yang merupakan masalah penting sehingga memerlukan perhatian dari semua pihak. Peran utama orang tua diharapkan mampu dalam memberikan pendidikan kesehatan untuk remaja putri agar lebih terbuka tentang masalah kesehatan reproduksi (Proverawati & Misaroh, 2014)

Dalam penelitian (Sri Lestariningsih, 2015) yang berjudul faktor-faktor yang berhubungan dengan praktik higiene menstruasi melaporkan bahwa di SMPN 7 Bandar Lampung 44% siswi mempunyai praktik higiene menstruasi yang buruk, 11,3% pengetahuan mengenai higiene menstruasi tidak baik. Pengetahuan ini terbukti berhubungan secara bermakna dengan praktek *hygiene* menstruasi. 18% responden tidak terpapar informasi dari media massa mengenai praktik *hygiene* menstruasi. Lain halnya dengan SMP Negeri 1 Terbanggibesar Lampung Tengah, yang terpapar informasi dan berpengetahuan baik sebesar 59,0% namun tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan praktik higiene menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian Dinengsih & Hakim (2020) dapat diketahui bahwa rata-rata pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi pada kelompok Metode Ceramah adalah 66,6, dengan nilai minimum 48,4, nilai maksimum 87,1 dan standar deviasi 10,1.

Pada saat post-test rata-rata nilai pengetahuan responden kelompok Metode Ceramah meningkat menjadi sebesar 75,9, dengan nilai minimum 61,3 dan nilai maksimum 95,7 dengan standar deviasi 8,3. Hasil analisis rata-rata skor pengetahuan kesehatan reproduksi remaja sebelum diberikan aplikasi android pada kelompok Metode Aplikasi Android adalah 67,3 dengan nilai minimum 48,4, nilai maksimum 82,8 dan standar deviasi 9,4 (Dinengsih & Hakim, 2020). Hasil dari penelitian lainnya tentang pengetahuan kesehatan reproduksi remaja di daerah pedesaan dapat disimpulkan bahwa sebagian besar (61,7%) responden memiliki pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja di desa Sidoharjo dalam kategori baik. Berdasarkan hasil analisis bivariat antara jumlah sumber informasi dengan pengetahuan kesehatan reproduksi menunjukkan adanya hubungan diantara kedua variabel dengan nilai rerata tersebut (p -value 0,00) (Ernawati, 2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 10 april 2021 di dusun Wonoasri dari 5 orang remaja tentang kesehatan reproduksi, 6 dari 10 remaja memiliki sedikit pengetahuan mengenai masalah kesehatan reproduksi dengan mengatakan bahwa mereka mengetahui cara melakukan kebersihan diri saat menstruasi yang baik dan benar, 4 dari 10 remaja tidak mengerti sama sekali mengenai kesehatan reproduksi mengenai kebersihan diri saat menstruasi. Hasil wawancara dengan kepala dusun wonoasri serta latar belakang diatas didapatkan bahwa belum pernah ada kegiatan pendidikan kesehatan tentang *personal hygiene* yang melalui metode *peer education* atau antara teman sebaya didusun Wonoasri. Oleh karena itu peneliti tertarik meneliti tentang “Pengaruh *Peer Education* Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Remaja Tentang Pentingnya Kebersihan Diri Saat Menstruasi Dimasa Pandemi.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang menggunakan desain penelitian *Quasi Experiment, One Group Pre-post Design*. Rancangan *group pre-post test design* pada jenis ini kelompok eksperimen kontrol diperoleh pada satu kelas yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri berumur 14-19 tahun di Dusun Wonoasri dengan total populasi sebanyak 25 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan teknik *Total Sampling/sampel jenuh* yaitu teknik penarikan sampel yang dilakukan dengan mengambil sampel populasi menjadi sampel penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan angket (kuesioner) dan observasi nonpartisipan terstruktur. Kuesioner yang digunakan terlebih dahulu di uji coba dengan Teknik korelasi *Product Moment* untuk mengetahui validitas dan reliabilitasnya. Analisis data yang digunakan yakni Analisa univariat dan bivariat (*Fisher's Exact Test*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariate

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Usia Remaja

Usia	N	%
14 Tahun	7	28
15 Tahun	6	24
16 Tahun	3	12
17 Tahun	4	16
18 Tahun	5	20
Total	25	100

Sumber : Data Primer 2021

Hasil penelitian menunjukkan remaja putri dusun wonoasri sebagian besar berusia 14 tahun sebanyak 7 responden (28%)

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan Sumber informasi Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi

Sumber Informasi	N	%
Media	10	40
Orang tua	5	20
Teman	10	40
Total	25	100

Sumber : Data Primer 2021

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sumber informasi tentang personal hygiene saat menstruasi remaja putri dusun wonoasri sebagian besar berasal dari media dan orang tua yaitu sebanyak 10 responden untuk media (40%) dan 10 responden untuk orang tua (40%)

Tabel 3 Pengetahuan Remaja Putri Berdasarkan Pre Test Dan Post Test

Pengetahuan	<i>Pre-Test</i>		<i>Post-Test</i>	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	19	76	0	0
Sedang	2	8	1	4
Baik	4	16	24	96
Total	25	100	25	100

Sumber : Data Primer 2021

Hasil penelitian pre-test pengetahuan menunjukkan sebagian besar responden berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 19 responden (76%) sedangkan hasil post-test yang telah dilakukan pengetahuan menunjukkan sebagian besar berpengetahuan baik yaitu sebanyak 24 responden (96%).

Hasil penelitian tersebut menunjukkan pengetahuan remaja sebelum dilakukan peer education bahwa sebanyak 4 responden (16%) yang berpengetahuan baik, sedangkan yang berpengetahuan sedang sebanyak 2 responden (8%), dan berpengetahuan kurang sebanyak 19 responden (76%). Setelah dilakukan intervensi diperoleh peningkatan pengetahuan yang baik yaitu 24 responden (96%), yang berpengetahuan sedang yaitu 1 responden (4%) dan sudah tidak ada yang memiliki pengetahuan buruk.

Tabel 4 Paired Samples T-Test Pre-Test Post-Test Pengetahuan Remaja Putri

Hasil Analisa		Paired Samples t-test Pre-test Post-test Kelompok Eksperimen Pengetahuan
Mean		-9.120
t		-7.562
Sig.		.000
95%	Lower	-11.609
CI	Upper	-6.631

Hasil paired samples t-test pada domain pengetahuan kelompok eksperimen setelah dilakukan peer education secara signifikan lebih baik dari pada sebelum dilakukan peer education, dengan nilai sig. 0000. Peningkatan pengetahuan ini terjadi sebagai akibat proses belajar yang dilakukan peer education tentang kebersihan diri saat menstruasi Proses pembelajaran partisipatif dapat merubah pengetahuan ke arah yang lebih baik pada remaja putri.

Analia Univariante

Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Berdasarkan hasil analisa data diketahui bahwa distribusi frekuensi usia remaja di dusun wonoasri tahun 2021, dari 25 responden sebagian besar dengan usia 14 tahun sebanyak 7 responden (28%), usia 15 tahun sebanyak 6 responden (24%), usia 16 tahun sebanyak 3 responden (12%), usia 17 tahun sebanyak 4 responden (16%), dan 18 tahun sebanyak 5 responden (20%) . Hasil penelitian ini memiliki kesamaan dengan hasil penelitian (Pythagoras, 2015) yang menyatakan bahwa usia tertinggi yaitu 14 tahun sebanyak 64 responden (49,2%), usia 15 tahun sebanyak 9 responden (7.0%), dan 16 tahun sebanyak 2 responden (1.53%)

Faktor usia dapat dikatakan menjadi suatu pengaruh dengan tingkat pengetahuan seseorang, karena Semakin bertambah usia seseorang dapat membuat perubahan pada aspek fisik dan psikologis yang dimana taraf berfikir seseorang semakin matang dan dewasa. Pada umumnya pada usia remaja ini lebih menjaga fisik mereka, sehingga untuk mendukung hal tersebut maka mereka biasanya mencari informasi dan memiliki pengetahuan yang lebih baik dari sebelumnya. Pada usia remaja individu memiliki peningkatan kebiasaan dalam berpikir rasional, memiliki pengalaman hidup dan pendidikan yang memadai serta secara psikososial dianggap lebih mampu dalam memecahkan suatu masalah pribadi dan sosial.

Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Pada usia madya, individu akan lebih berperan aktif dalam masyarakat dan kehidupan sosial, serta lebih banyak melakukan persiapan demi suksesnya upaya menyesuaikan diri menuju usia tua. Kemampuan intelektual, pemecahan masalah dan kemampuan verbal dilaporkan hampir tidak ada penurunan pada usia ini. Dua sikap tradisional mengenai jalannya perkembangan selama hidup adalah sebagai berikut. Semakin tua semakin bijaksana, semakin banyak informasi yang dijumpai dan semakin banyak hal yang dikerjakan sehingga menambah pengetahuannya. Dapat diperkirakan bahwa IQ akan menurun sejalan dengan bertambahnya usia, khususnya pada beberapa kemampuan yang lain seperti kosa kata dan pengetahuan umum. Beberapa teori berpendapat ternyata IQ seseorang akan menurun cukup cepat sejalan dengan bertambahnya usia (Budiman & Riyanto, 2013).

Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Sumber Informasi Remaja

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sumber informasi sumber informasi tentang personal hygiene saat mentruasi remaja putri dusun wonoasri sebagian besar berasal dari media dan orang tua yaitu sebanyak 10 responden untuk media (40%) dan 10 responden untuk orang tua (40%). Hasil penelitian ini memiliki kesamaan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari et al (2019) yang meyatakan bahwa suber informasi yang didapat terbanyak yaitu melalui orangtua yaitu 42 orang(66.7%).

Pemberian informasi dari komunikator yang cerdas, akan berpengaruh baik dalam penambahan pengetahuan komunikan. Sumber sebuah informasi yang didapatkan oleh remaja sebagian besar dari orangtua. Orangtua dalam hal ini

memiliki andil yang cukup banyak hal untuk menyampaikan materi pembelajaran kepada anak terlebih mengenai kesehatan reproduksi khususnya personal hygiene ketika mengalami menstruasi. Penelitian ini memiliki kesesuaian dengan penelitian Rahmayanti & Isesreni (2020), bahwa pengetahuan seseorang dapat diperoleh dari lingkungan sekitar tempat tinggal atau hidup. Lingkungan menyumbangkan beberapa informasi yang dapat mempertajam pola pikir, sehingga membuat remaja putri harus pandai dalam proses pengambilan keputusan tertentu. Berada di lingkungan yang mendukung, maka seseorang tidak akan mengalami kesulitan untuk beradaptasi sehingga orang tersebut dapat dengan mudah menyerap segala pesan yang tersirat maupun tersurat. Lingkungan adalah suatu bentuk dari dukungan sosial seperti teman dan keluarga termasuk orang tua. Bentuk dukungan sosial yang dimaksud salah satunya ialah melakukan interaksi, bersosialisasi satu sama lain dengan saling membagikan ilmu terkait berbagai hal terutama mengenai reproduksi yang sehat. Informasi merupakan salah satu dari faktor yang memiliki pengaruh pada seseorang secara langsung maupun tidak langsung. Kian mudah dan sering seseorang menerima serta terpapar oleh sebuah informasi yang didapatkan dari lingkungan terutama orang tua, maka akan kian banyak pula pengetahuan yang diperolehnya (Rahmayanti & Isesreni, 2020)

Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Pre-post test Pengetahuan Remaja Putri

Berdasarkan hasil penelitian tersebut menunjukkan pengetahuan remaja sebelum dilakukan peer education bahwa sebanyak 4 responden (16%) yang berpengetahuan baik, sedangkan yang berpengetahuan sedang sebanyak 2 responden (8%), dan berpengetahuan kurang sebanyak 19 responden (76%). Perolehan skor yang didapat dalam menjawab pertanyaan dalam kuesioner tersebut dapat disebabkan karena beberapa faktor yang memengaruhi, misalnya usia, pengalaman, sumber informasi, dan intelegensia. Hasil penelitian ini memiliki kesamaan dengan hasil penelitian Sari et al (2019) yang menyatakan bahwa pengetahuan remaja sebelum dilakukan peer education sebanyak 2 orang (3.2%) yang berpengetahuan baik, yang berpengetahuan cukup sebanyak 14 orang (22.2%) dan berpengetahuan kurang sebanyak 47 orang (74.6%).

Berdasarkan hasil setelah dilakukan peer education didapatkan yang berpengetahuan yang baik yaitu 24 responden (96%), yang berpengetahuan sedang yaitu 1 responden (4%) dan sudah tidak ada yang memiliki pengetahuan buruk. Hasil penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang dilakukan Sari et al (2019) yang mendapatkan hasil setelah melakukan peer education yaitu sebanyak 56 orang (88.9%) berpengetahuan baik, sedangkan yang berpengetahuan cukup sebanyak 7 orang (11.1%).

Tingkat pengetahuan yang kurang dapat mempengaruhi perilaku remaja dalam melakukan personal hygiene saat menstruasi. Remaja perempuan dianjurkan agar selalu berperilaku sehat karena lebih mudah terkena infeksi genital. Perilaku yang kurang baik dalam menjaga organ genitalia akan memberikan efek negatif pada kesehatan reproduksinya (Notoadmodjo, 2012) Dalam upaya mencegah kejadian tersebut maka remaja perlu mengetahui cara-cara untuk mengurangi risiko sehingga mampu berperilaku yang baik dan sehat.

Pengetahuan dapat diperoleh dari pendidikan, pengalaman diri dan orang lain, media massa maupun lingkungan. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Rofi'ah, 2017)

Nursalam et al (2013) menyatakan pemilihan metode pendidikan kesehatan ini bergantung pada beberapa faktor diantaranya karakteristik sasaran (jumlah, sosial ekonomi, umur, dan pendidikan) waktu dan tempat yang tersedia serta tujuan yang ingin dicapai. Dari analisis berdasarkan tabel 3 menunjukkan adanya pengaruh metode peer education terhadap pengetahuan remaja putri terutama tentang pengetahuan hygiene menstruasi. Selain itu faktor lain yang memengaruhi pengetahuan pada remaja diperoleh dari orangtua terutama ibu.

Analisa Bivariate

Pengaruh Uji Paired Sample T-test Pre-Post Test Pengetahuan Remaja Dengan Metode Peer Education

Berdasarkan hasil *pre test* kepada 25 responden didapatkan nilai rata-rata 6.67, sedangkan pada hasil *post test* kepada 25 responden 16.44 di mana mayoritas dari responden dapat menjawab benar keseluruhan pernyataan kuesioner yang diberikan. Hal ini menunjukkan bahwa penyampaian informasi dengan metode *peer education* dirasa cukup efektif untuk membantu meningkatkan pengetahuan remaja putri. Dalam penelitian ini menggunakan uji *paired sample t-test* untuk melihat perbedaan *pre-test* dan *post-test*. Pada bagian ini diperoleh nilai $t (-7.562)$ dan hasil uji analisis *paired sample t-test* diperoleh nilai $p < 0.05$ (.000). Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan skor yang signifikan terhadap perlakuan sebelum dilakukan *peer education* (*pre-test*) dan setelah dilakukan *peer education* (*post-test*). Hal ini menunjukkan bahwa adanya perbedaan antara sebelum dilakukan *peer education* dan sesudah dilakukan *peer education*. Hasil penelitian ini memiliki kesamaan dengan hasil penelitian Sari et al (2019) tentang pengaruh *peer education* terhadap pengetahuan *personal hygiene* masa menstruasi remaja awal di pondok pesantren puteri kota makasar. Hasil uji statistik menggambarkan adanya pengaruh metode *peer education* terhadap pengetahuan *personal hygiene* menstruasi siswi kelas VII pada pendidikan kesehatan. Dengan uji *wilcoxon* ditunjukkan dengan nilai $p = 0.000$

Pendidikan kesehatan metode *peer education/* teman sebaya akan memberikan efek yang lebih positif. Dengan teman sebaya, remaja akan lebih terbuka dan lebih mudah berkomunikasi dibandingkan dengan orangtua. Informasi yang sensitif dan kurang nyaman jika disampaikan oleh orang dewasa dapat tersampaikan oleh teman sebaya dengan menggunakan bahasa sesuai usianya. Dengan demikian, informasi lebih lengkap, mudah dipahami dan pada akhirnya tujuan dapat dicapai (Rofi'ah, 2017).

Personal hygiene selama menstruasi merupakan kebersihan perorangan dalam usaha memelihara, mempertahankan dan memperbaiki kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik maupun psikologis melalui implementasi tindakan *hygiene* yang dilakukan saat menstruasi. *Personal hygiene* selama menstruasi pada remaja dapat lebih ditingkatkan dengan cara membekali diri sebanyak-banyaknya dengan pengetahuan yang diperoleh baik dari pencarian

informasi melalui media massa, teman sebaya, orang tua, keluarga dan buku sedangkan komunikasi teman sebaya dapat dijadikan metode pendidikan kesehatan dalam meningkatkan personal hygiene selama menstruasi (Tarwoto & Wartona, 2011)

Remaja juga kurang memahami dampak yang akan terjadi jika tidak sering mengganti pembalut yang akan mengakibatkan bakteri yang mudah berkembangbiak ke dalam vagina dan menyebabkan infeksi. Pada saat menstruasi pembalut harus diganti secara teratur 3-5 kali atau setiap setelah mandi dan buang air besar ataupun kecil. Penggantian pembalut yang tepat apabila dipermukaan pembalut telah ada gumpalan darah. Dikarenakan gumpalan darah yang terdapat di permukaan pembalut merupakan tempat berkembangnya bakteri dan jamur (Sari et al., 2019).

KESIMPULAN

Berdasarkan proses penelitian dan pembahasan, diperoleh kesimpulan bahwa karakteristik usia remaja dalam penelitian dari 25 responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 14 tahun sebanyak 7 responden (28%) dan paling sedikit berusia 16 tahun sebanyak 3 responden (12%). Karakteristik sumber informasi tentang kebersihan diri saat menstruasi yang didapat remaja yaitu sebagian besar dari media dan juga teman, masing-masing sebanyak 10 responden (40%). Ada Pengaruh dengan diberikan Peer Education terhdap tingkat pengetahuan remaja tentang kebersihan diri saat menstruasi. Diketahui dari hasil kuesioner yang diberikan sebelum intervensi dan setelah intervensi yang dilakukan dengan p-value (0.000).

DAFTAR PUSTAKA

- Anand, Enu, Singh, Jayakant, & Unisa, Sayeed. (2015). Menstrual hygiene practices and its association with reproductive tract infections and abnormal vaginal discharge in India. *Sexual & Reproductive Healthcare*, 1–6. <https://doi.org/10.1016/j.srhc.2015.06.001>
- Dinengsih, Sri, & Hakim, Nurzakirah. (2020). *Pengaruh Metode Ceramah Dan Metode Aplikasi Berbasis Android*. 6(4), 515–522.
- Ernawati, Hery. (2018). Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Di Daerah Pedesaan. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 2(1), 58. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v2i1.820>
- Fitriani, Sinta. (2011). *Promosi Kesehatan*. Yogyakarta Graha Ilmu.
- Isro'in, Laily, & Andarmoyo, Sulistiyo. (2012). *Personal hygiene : konsep, proses dan aplikasi dalam praktik keperawatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Kementerian Kesehatan RI. (2015). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Kementerian Kesehatan RI. Sekretariat r Jenderal. Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun*, p. 248. <https://doi.org/351.077> Ind r
- Kumalasari, Intan. (2012). *Kesehatan Reproduksi untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan*. Jakarta Salemba Medika.
- Laila, Nur Najmi, & Desy, Wijaya. (2016). *Buku pintar menstruasi Solusi Mengatasi Keluhan*.
- Maharani, Riri, & Andriyani, Weni. (2018). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Santriwati Di MTS Pondok Pesantren Dar El Hikmah Kota Pekanbaru*. 1(1).

- Pemiliana, Putri Diah, Agustina, Winda, & Verayanti, Desna. (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>
- Proverawati, Atikah, & Misaroh, Siti. (2014). *Menarche menstruasi pertama penuh makna*. <https://doi.org/10.1002/chem.201403489>
- Pythagoras, Katarina canggih. (2015). Personal Hygiene Remaja Putri Ketika Menstruasi. *Lecture Notes in Computer Science (Including Subseries Lecture Notes in Artificial Intelligence and Lecture Notes in Bioinformatics)*, 10861 LNCS, 561–573. https://doi.org/10.1007/978-3-319-93701-4_44
- Riskesdas. (2018). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Nasional*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Rofi'ah, S. (2017). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Metode Peer Group Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(2), 31–36.
- Rohidah, Shofy, & Nurmaliza. (2019). Hubungan tingkat pengetahuan remaja putri terhadap personal hygiene saat menstruasi di SMA Negeri 3 Pekanbaru tahun 2018. *Jomis (Journal of Midwifery Science)*, 3(1), 32–35.
- Sari, Ratna, Idris, Fairus Prihatin, Fachrin, Suharni A., Asrina, Andi, Kurnaesih, Een, & Arman, Arman. (2019). Pengaruh Peer Education Terhadap Pengetahuan Personal Hygiene Masa Menstruasi Remaja Awal Di Pondok Pesantren Puteri Ummul Mukminin Kota Makassar. *Journal of Islamic Nursing*, 4(2), 44. <https://doi.org/10.24252/join.v4i2.10234>
- Sekarsari, Iin, Fitriana, Rufaida Nur, Ardiani, Nurul Devi, Program, Mahasiswa, Sarjana, Studi, Universitas, Keperawatan, Husada, Kusuma, Program, Dosen, Sarjana, Studi, Universitas, Keperawatan, & Husada, Kusuma. (2019). *Perineal hygiene merupakan pemeliharaan kebersihan dan kesehatan individu yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari sehingga terhindar dari gangguan alat reproduksi dan mendapatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta meningkatkan derajat kesehatan*. *Pen*. 1–13.
- Sri Lestariningsih. (2015). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Hygiene Menstruasi. *Voice of Midwifery*, 10(1), 14–22. <https://doi.org/10.35906/vom.v10i1.117>
- Tarwoto, & Wartonah. (2011). *Kebutuhan dasar manusia dan proses keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- UNICEF. (2012). *Peer Education*.
- WHO. (2014). World's Adolescents A second chance in the second decade. *World Health Organization*, 3–6.
- Yusiana, Maria Anita, & Saputri, Maria Silviantita Titis. (2016). Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Pada Saat Menstruasi. *Jurnal STIKES RS Baptis Kediri*, 9(1).
- Zakir, Mardiana. (2016). *Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat Genitalia Saat Menstruasi*. XII(1), 117–122.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).