

**HUBUNGAN SIKAP DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN PERILAKU
MANAJEMEN KEBERSIHAN MENSTRUASI PADA SISWI DI SDN
KARANGASEM 02 BATANG**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Program Pendidikan Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan**



Disusun Oleh:

OKKY LIYA ROHMAH SAFITRI

NIM. 32102300085

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA DAN
PENDIDIKAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS FARMASI UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2025**

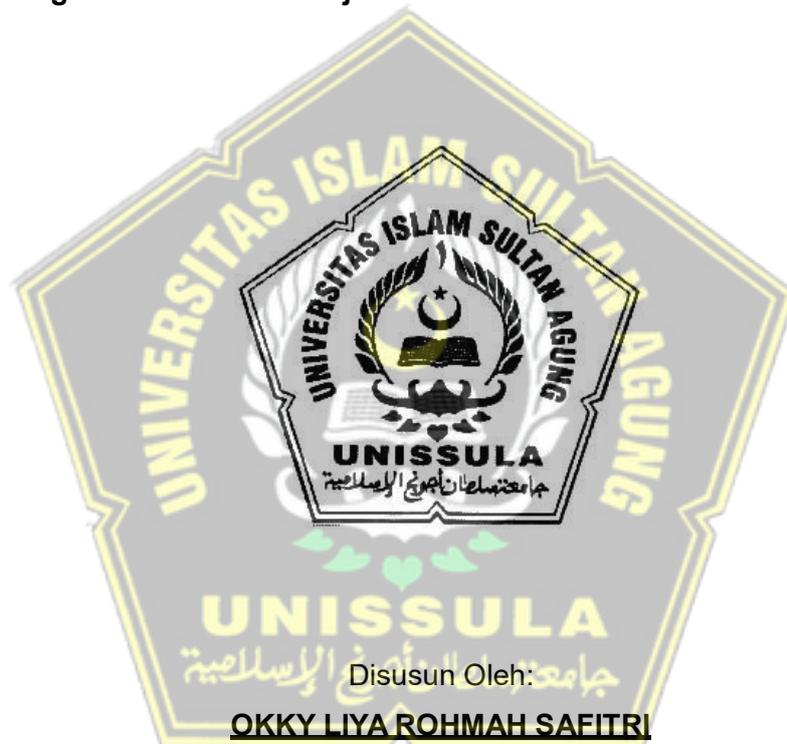
**HUBUNGAN SIKAP DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN PERILAKU
MANAJEMEN KEBERSIHAN MENSTRUASI PADA SISWI DI SDN
KARANGASEM 02 BATANG**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan

Program Pendidikan Sarjana Kebidanan dan Profesi Kebidanan



NIM. 32102300085

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA DAN
PENDIDIKAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS FARMASI UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2025

**PERSETUJUAN PEMBIMBING KARYA TULIS ILMIAH
HUBUNGAN SIKAP DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN PERILAKU
MANAJEMEN KEBERSIHAN MENSTRUASI PADA SISWI DI SDN KARANGASEM
02 BATANG**

Disusun Oleh :

OKKY LIYA ROHMAH SAFITRI
NIM. 32102300085

telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal

Januari 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping


Kartika Aqyani, S.S.T., M. Keb
NIDN. 0622099901


Noven Alsyaroh, S.S.T., M.Kes
NIDN. 0611118001



HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH
HUBUNGAN SIKAP DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN
PERILAKU MANAJEMEN KEBERSIHAN MENSTRUASI PADA SISWI DI
SDN KARANGASEM 02 BATANG

Disusun oleh :

OKKY LIYA ROHMAH SAFITRI
NIM. 32102300085

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji Pada Tanggal
10 Februari 2025

SUSUNAN TIM PENGUJI

Ketua,
Friska Realita, S.ST., MH.Kes., M.Keb
NIDN. 0630038901

(.....
Realita

Anggota,
Kartika Adyani, S.S.T., M. Keb
NIDN. 0622099001

(.....
Kartika

Anggota,
Noveri Aisyaroh, S.SiT., M.Kes
NIDN. 0611118001

(.....
Noveri

Mengetahui,

Dekan Fakultas Farmasi
UNISSULA Semarang,

Ka. Prodi Sarjana Kebidanan
FK UNISSULA Semarang,

Dr. Apt. Riha Wijayanti, M.Sc
NIDN. 211215015

. Catur Leny Wulandari, S.SiT., M.Keb
NIDN. 0626067801

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Proposal Skripsi adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (Sarjana), baik dari Universitas Islam Sultan Agung Semarang maupun perguruan tinggi lain.
2. Proposal Skripsi adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing.
3. Dalam Proposal Skripsi ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai, acuan dalam naskah dengan disebutkan naskah pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian han terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Semarang, Januari 2025
Pembuat Pernyataan



Okky Liya Rohmah Safitri
NIM. 32102300085

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan hidayah-Nya sehingga pembuatan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Hubungan Sikap Dan Dukungan Teman Sebaya Dengan Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi Pada Siswi Di SDN Karangasem 02 Batang” ini dapat selesai sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Karya Tulis Ilmiah ini diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Kebidanan (S. Keb.) dari Prodi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan FF Unissula Semarang.

Penulis menyadari bahwa selesainya pembuatan Karya Tulis Ilmiah ini adalah berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Gunarto, SH., SE., Akt., M. Hum selaku Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Dr. Apt. Rina Wijayanti, M.Sc, selaku Dekan Fakultas Farmasi Unissula Semarang.
3. Rr. Catur Leny Wulandari, S.SiT, M. Keb. selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan FF Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Ibu Nuraeni S.Pd selaku kepala sekolah yang sudah mengizinkan peneliti melaksanakan penelitian di SDN Karangasem 02 Batang
5. Kartika Adyani, S.S.T., M. Keb selaku dosen pembimbing 1 yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan hingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini selesai.
6. Noveri Aisyaroh, S.SIT., M. Kes selaku dosen pembimbing 2 yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan hingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini selesai.
7. Friska Realita, S.S.T., M.H. Kes., M. Keb selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan hingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini selesai.
8. Seluruh Dosen dan Karyawan Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Fakultas Farmasi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

9. Alm.Bapak H. Abdul Rochman, selaku bapak penulis. Terimakasih atas doa, cinta dan teladan yang terus menjadi kekuatan penulis hingga saat ini. Semoga bapak mendapatkan tempat terbaik di sisi-Nya.
10. Ibu Hj. Siti Nukiyah, selaku ibu penulis. Terimakasih atas kasih sayang, dukungan, doa, dan semangat yang tidak berhenti diberikan di setiap langkah penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Kakak-kakak penulis, selalu memberikan dorongan, inspirasi, dan menjadi tempat penulis berbagi cerita, termasuk dalam perjuangan menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
12. Semua pihak yang terkait yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis menyadari bahwa hasil Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca guna perbaikan dan penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Semarang, Januari 2025



Okky Liya Rohmah Safitri

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
PRAKATA	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR SINGKATAN	xi
DAFTAR LAMPIRAN KARYA TULIS ILMIAH	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Landasan Teori	10
B. Kerangka Teori	39
C. Kerangka Konsep	40
D. Hipotesis	40
BAB III METODE PENELITIAN	42
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	42
B. Subjek Penelitian	42
C. Waktu dan Tempat	43
D. Prosedur Penelitian	44
E. Variabel Penelitian	47
F. Definisi Operasional Penelitian	47
G. Metode Pengumpulan Data	49
H. Metode Pengolahan Data	51
I. Analisis Data	53
J. Etika Penulisan	54
BAB IV	56
HASIL DAN PEMBAHASAN	56
A. Gambaran Lokasi Penelitian	56
B. Hasil	56
C. Pembahasan	63
BAB V	77
KESIMPULAN DAN SARAN	77
A. Kesimpulan	77
B. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	79

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian	7
Tabel 3. 1 Definisi Operasional Penelitian	49
Tabel 3. 2 Kisi-Kisi Kuesioner Sikap.....	52
Tabel 3. 3 Kisi-Kisi Kuesioner Dukungan Teman Sebaya	52
Tabel 3. 4 Kisi-kisi Kuesioner Perilaku Manajemen Menstruasi.....	53
Tabel 4. 1 Sikap responden terhadap MKM	56
Tabel 4. 2 Analisis Butir Soal Kuesioner Variabel Sikap Remaja Putri di SDN Karangasem 02 Batang	57
Tabel 4. 3 Dukungan Teman Sebaya responden terhadap MKM.....	58
Tabel 4. 4 Analisis Butir Soal Kuesioner Variabel Dukungan Teman Sebaya Responden di SDN Karangasem 02 Batang	59
Tabel 4. 5 Perilaku MKM.....	60
Tabel 4. 6 Analisis Butir Soal Kuesioner Variabel Perilaku MKM responden di SDN Karangasem 02 Batang.....	60
Tabel 4. 7 Hubungan sikap saat menstruasi dengan Perilaku MKM	61
Tabel 4. 8 Hubungan dukungan teman sebaya dengan Perilaku MKM	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori	41
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep sikap dan dukungan teman sebaya dengan perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi	42



DAFTAR SINGKATAN

MKM	: Manajemen Kebersihan Menstruasi
WASH	: Water, Sanitation, Hygiene
SDN	: Sekolah Dasar Negeri
UKS	: Unit Kesehatan Sekolah
IPA	: Ilmu Pengetahuan Alam
WHO	: World Health Organization
UNICEF	: United Nations International Children's Emergency Fund
Ho	: Hipotesis nol
Ha	: Hipotesis alternatif



DAFTAR LAMPIRAN KARYA TULIS ILMIAH

Lampiran 1. Jadwal Penelitian

Lampiran 2. Surat Pemohonan Penelitian

Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian

Lampiran 4. Surat Kesanggupan Pembimbing

Lampiran 5. *Informed Consent*

Lampiran 6. Form Identitas Responden dan Kuesioner

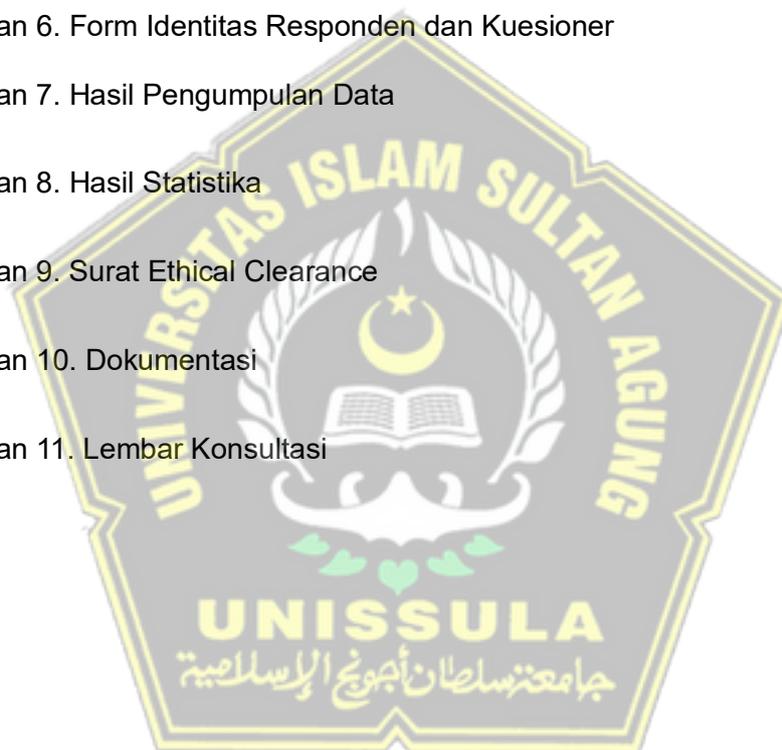
Lampiran 7. Hasil Pengumpulan Data

Lampiran 8. Hasil Statistika

Lampiran 9. Surat Ethical Clearance

Lampiran 10. Dokumentasi

Lampiran 11. Lembar Konsultasi



BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan bagian alami yang berasal dari kehidupan perempuan yang berkaitan dengan fungsi sistem reproduksi. Menjaga kesehatan dan kebersihan selama menstruasi penting untuk kesejahteraan fisik, psikologis, dan emosional remaja putri. Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) mencakup penggunaan pembalut bersih, mengeringkan alat kelamin dengan tisu atau handuk setelah mandi atau buang air besar maupun kecil, serta mengenakan celana dalam yang dapat menyerap keringat supaya tetap nyaman (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017; World Bank, 2022).

Penelitian menunjukkan bahwa kurangnya (WASH) fasilitas air, sanitasi dan kebersihan di sekolah, kekhawatiran tentang darah menetes ke pakaian, kurangnya akses ke pembalut, serta sikap buruk siswa dan guru laki-laki terhadap menstruasi berkontribusi pada kebersihan menstruasi yang buruk (Davis *et al.*, 2018). Kurangnya fasilitas sanitasi menyebabkan anak perempuan membuang pembalut ke toilet atau tanpa mencucinya terlebih dahulu. Banyak anak perempuan absen dari sekolah karena kurangnya sistem pembuangan limbah, kerusakan kunci atau pintu toilet, serta kurangnya keran air, ember, dan persediaan air yang memadai (Kaur, Kaur and Kaur, 2018).

Hasil penelitian Mohammed dan Larsen-Reindorf (2020) menunjukkan bahwa peserta memiliki tingkat pengetahuan yang rendah, kemungkinan disebabkan oleh kurangnya pendidikan kesehatan seksual

dan reproduksi yang memadai di sekolah. Kondisi ini menjadi hambatan dalam memberikan informasi yang tepat kepada remaja putri. Guru di sekolah dapat menciptakan lingkungan yang mendukung anak perempuan dalam mengelola menstruasi dengan bermartabat. Pendidikan seksual di sekolah membantu remaja memahami identitas seksual mereka, mencegah pelecehan seksual, terhindar dari kehamilan yang tidak diinginkan, penyakit menular seksual, dan memahami perubahan fisiologis serta cara menjaga kebersihan diri (Kaur, Kaur and Kaur, 2018)

Penyebab utama perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) yang buruk adalah kurangnya pengetahuan, kesadaran yang tidak tepat, serta sikap dan praktik yang buruk terhadap menstruasi dan kebersihan menstruasi (Chandra-Mouli and Patel, 2017; Meena, Bhojwani and Verma, 2018). Praktik MKM yang buruk dapat menyebabkan infeksi pada organ reproduksi seperti infeksi bakteri yang dapat menyebabkan rasa gatal dan ketidaknyamanan jika tidak ditangani dengan baik (Fadilasani, Sugito and Purnamasari, 2023). Mereka juga menghadapi peningkatan risiko infeksi vagina, kanker serviks, infeksi saluran reproduksi, infeksi saluran kemih, dan berbagai penyakit jamur (Bukit, 2019).

Menyadari kurangnya perhatian pada manajemen kebersihan menstruasi (MKM), Yayasan Plan International Indonesia berupaya mengatasi tantangan ini bagi remaja perempuan dengan merancang intervensi menyeluruh. Intervensi ini meliputi pembangunan infrastruktur toilet yang aman dan nyaman serta edukasi untuk menciptakan dukungan dari lingkungan sekitar (Hastuti, Dewi and Pramana, 2019; Smeru, 2023).

Langkah sederhana yang dapat dilakukan oleh sekolah namun memiliki dampak besar bagi siswi meliputi menyediakan toilet terpisah untuk laki-laki dan perempuan, memastikan bahwa siswa dan guru laki-laki tidak menggunakan toilet yang diperuntukkan untuk perempuan, memastikan aksesibilitas semua fasilitas toilet bagi penyandang disabilitas, menyediakan air bersih dan sabun, menempatkan tempat sampah serta menyediakan plastik atau kertas untuk membungkus pembalut di dalam toilet, serta menyediakan seragam, pembalut, dan celana dalam cadangan di ruang Unit Kesehatan Sekolah (UKS) (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017; Primadi, 2017).

Dukungan teman sebaya berperan sebagai tempat di mana remaja dapat mendapatkan informasi, mengembangkan sikap positif, dan mendapat masukan terhadap kekurangan mereka. Penelitian Wulandari dan Saparwati (2020), menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya terhadap kebersihan menstruasi cenderung rendah (52,5%), namun praktik kebersihan menstruasi di sekolah tersebut sebagian besar baik (85,0%). Penelitian ini menyatakan adanya hubungan signifikan dukungan teman sebaya dengan praktik kebersihan menstruasi pada remaja putri di SMPN 4 Ungaran, dengan nilai signifikansi (p-value) lebih kecil dari 0,05 yaitu sebesar 0,045. Hal ini menyatakan bahwa semakin besar dukungan teman seusianya semakin baik pula perilaku remaja putri menjaga kebersihan selama menstruasi.

Dalam studi pendahuluan di SDN Karangasem 02 Batang, ditemukan bahwa kondisi sekolah terkait dukungan terhadap manajemen kebersihan menstruasi (MKM) masih minim. Meskipun sekolah memiliki

Unit Kesehatan Sekolah (UKS), namun tidak tersedia penyedia pereda nyeri, air yang digunakan berasal dari sumur, dan perawatan ember serta gayung tidak dilakukan secara rutin. Selain itu, meskipun tempat sampah tersedia di setiap kelas, namun tidak ada yang tersedia di sekitar area toilet untuk membuang pembalut bekas. Hasil wawancara dengan kepala sekolah mengungkapkan bahwa materi kesehatan reproduksi diberikan melalui pelajaran IPA, namun hanya terbatas pada pengenalan pubertas, sedangkan informasi mengenai MKM belum disampaikan dengan baik. Kegiatan di UKS hanya fokus pada penanganan kasus sakit seperti pusing dan demam. Sebanyak 2 siswi menyatakan mendapatkan informasi MKM dari orang tua mereka, sementara 4 siswi lainnya mendapat informasi tersebut dari teman sebayanya.

Studi pendahuluan ini mendorong penulis untuk meneliti hubungan antara sikap dan dukungan teman sebaya dengan perilaku manajemen kebersihan menstruasi pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang. Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengaruh sikap dan dukungan dari teman sebaya dengan perilaku manajemen kebersihan menstruasi pada siswi. Harapannya, penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada pemahaman tentang manajemen kebersihan menstruasi.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan Sikap dan Dukungan Teman Sebaya dengan Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi pada Siswi di SDN Karangasem 02 Batang”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis antara sikap dan dukungan teman sebaya dengan perilaku manajemen kebersihan menstruasi pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mendeskripsikan sikap dalam perilaku manajemen kebersihan menstruasi pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang.
- b. Untuk mendeskripsikan dukungan teman sebaya dalam perilaku manajemen kebersihan menstruasi pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang
- c. Untuk mendeskripsikan perilaku manajemen kebersihan menstruasi pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang.
- d. Untuk menganalisis hubungan antara sikap dengan perilaku manajemen kebersihan menstruasi pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang.
- e. Untuk menganalisis hubungan antara dukungan teman sebaya dengan perilaku manajemen kebersihan menstruasi pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dapat mengetahui hubungan sikap dan dukungan teman sebaya dengan perilaku manajemen kebersihan menstruasi pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang dan menambah pustaka pada keilmuan Kesehatan Reproduksi khususnya perilaku MKM.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Meningkatkan pengetahuan dan sikap sehingga dapat mempraktikkan MKM dengan benar, serta peduli terhadap teman ketika sedang menstruasi.

b. Bagi SDN Karangasem 02 Batang

Diharapkan dari hasil penelitian ini pihak sekolah dapat memberikan edukasi MKM, memberikan fasilitas yang mendukung perilaku MKM dikalangan siswi, melakukan pendampingan bagi siswi yang sedang menstruasi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis dan psikologis.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam menyelesaikan permasalahan terkait perilaku MKM remaja, dan mengembang variable lain yang berhubungan



E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Judul	Peneliti & Tahun	Metode Penelitian, Populasi dan Sampel	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Knowledge, attitude, and practise on menstrual hygiene management among school adolescents	(Yadav <i>et al.</i> , 2018)	Studi cross-sectional ini dilakukan pada bulan Oktober hingga Desember 2016 di 7 komite pembangunan desa di distrik Doti, Nepal. Penelitian ini dilakukan pada 276 siswa dari kelas tujuh dan delapan dari 11 sekolah.	Sebanyak 67,4% responden memiliki pengetahuan yang cukup dan 26,4% memiliki pengetahuan yang baik tentang manajemen kebersihan menstruasi. Namun, dari 141 responden remaja perempuan, hanya 56 orang (40%) yang menerapkan praktik kebersihan menstruasi dengan baik. Sekitar setengah dari responden menunjukkan sikap positif terhadap isu-isu terkait manajemen kebersihan menstruasi.	1. Variabel independent penelitian: Sikap 2. Metode penelitian: cross sectional	1. Sampel penelitian: siswi SD kelas III,IV,V,VI 2. Tempat penelitian: SDN Karangasem 02 Batang 3. Teori penelitian: Lawrence Green
2.	Menstrual hygiene management practise among primary school girls from a pastoralist community in Kenya: a cross sectional survey	(Korir, Okwara and Okumbe, 2018)	survei cross sectional dilakukan pada siswi sekolah dasar di Kabupaten Kajiado	Pengetahuan menstruasi yang baik dimiliki oleh 51,6% responden, sementara 45,5% melaporkan persepsi yang beragam tentang menstruasi. Mayoritas responden (80,9%) menggunakan pembalut sebagai penyerap, tetapi 40,3% dari mereka terlambat menggantinya lebih dari 6 jam. Praktik manajemen kebersihan menstruasi yang buruk ditemukan pada 28,8% responden,	1. Sampel penelitian: Siswi SD 2. Metode Penelitian: Cross sectional	1. Variabel dependent penelitian: perilaku MKM 2. Tempat penelitian: SDN karangasem 02 Batang 3. Teori penelitian: Lawrence Green

dan 32,2% merahasiakan masalah ini. Faktor-faktor yang terkait dengan buruknya praktik manajemen kebersihan menstruasi dalam analisis univariat adalah usia ($p=0,016$), agama ($p=0,037$), tidak berdiskusi ($p=0,001$), kurangnya pembalut ($p<0,0001$), kurangnya privasi jamban ($p=0,031$), kekurangan air ($p=0,001$), dan ejekan dari anak laki-laki ($p=0,016$).

<p>3. Pengetahuan, Sikap, Dan Dukungan Teman Sebaya Berhubungan Dengan Kebersihan Diri Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren</p>	<p>(Anggraeni , Randayani Lubis and Nurdini, 2023)</p>	<p>Penelitian dilaksanakan pada Pondok Pesantren di Kabupaten Bogor pada bulan Agustus-Oktober 2022, sedangkan desain yang digunakan adalah cross sectional. Sampel didapatkan menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah sampel sebesar 124 remaja putri</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan perilaku kebersihan remaja putri tergolong kurang baik (20,1%) dan hasil uji chi-square menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan ($p\text{-value} = 0,0001$) sikap ($p\text{-value} = 0,0001$) dan dukungan teman sebaya ($p\text{-value} = 0,0001$) dengan perilaku kebersihan diri remaja saat menstruasi.</p>	<p>1. Variabel independent penelitian: Sikap dan dukungan teman sebaya 2. Metode penelitian: Cross sectional</p>	<p>1. Sampel penelitian: Siswi SD 2. Variabel dependent penelitian: Perilaku MKM 3. Teknik sampling penelitian: total sampling 4. Tempat penelitian: SDN Karangasem 02 Batang 5. Teori penelitian: Lawrence Green</p>
--	--	--	---	--	---

Berdasarkan uraian keaslian penelitian dari (Korir, Okwara and Okumbe, 2018; Yadav *et al.*, 2018b; Anggraeni, Randayani Lubis and Nurdini, 2023) diatas, maka terdapat perbedaan dengan penelitian ini. Perbedaan pada metode penelitian dari ketiga peneliti menggunakan cross-sectional. Perbedaan variable independent penelitian dari peneliti pertama pengetahuan, sikap dan praktik MKM, peneliti kedua praktik MKM, peneliti ketiga pengetahuan, sikap, dan dukungan teman sebaya, penelitian ini sikap dan dukungan teman sebaya. Perbedaan tempat penelitian dari peneliti pertama di Distrik Doti, Nepal, peneliti kedua di Kajiado, Kenya, peneliti ketiga di Bogor, penelitian ini di Batang. Perbedaan sampel pada penelitian dari peneliti pertama pada siswa kelas 7-8, peneliti kedua pada sekolah dasar, peneliti ketiga pada pondok pesantren, penelitian ini pada Sekolah Dasar.



BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Remaja

a. Pengertian Remaja

Remaja merupakan kelompok populasi yang berusia antara usia 10 dan 19 tahun. Periode ini dikenal sebagai remaja atau adolesens, yang merupakan masa transisi dari kanak-kanak ke dewasa, diidentifikasi dengan perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial (World Health Organization, 2018).

b. Masa Remaja

Berdasarkan tahapan perkembangan remaja menurut Diananda (2018) dan Utami (2018), masa remaja dibagi menjadi beberapa fase berikut:

1) Remaja awal (10-13 tahun)

Tahap ini terjadi dalam periode waktu dan sekitar usia yang relatif singkat, sekitar satu tahun. Pada tahap ini, komunikasi anak dan orang tua sering mengalami gangguan karena perubahan hormon yang mempengaruhi fungsi tubuh. Perubahan suasana hati yang tidak terduga dan mendorong remaja untuk mengembangkan kepribadian yang lebih mandiri dan berbeda dari orang tuanya disebabkan karena adanya perubahan hormon.

2) Masa remaja pertengahan (14-16 Tahun)

Pada tahap ini, remaja mengalami perkembangan berpikir yang lebih kompleks. Teman sebaya masih berperan penting, tetapi mereka dapat membimbing diri mereka sendiri secara mandiri dan berkonsentrasi. Pada tahap ini, remaja mulai membangun karakter, kemandirian, identitas, dan mulai membuat keputusan pertama mereka terkait tujuan mereka dalam hidup. Interaksi dengan lawan jenis meningkat, dan mulai mempelajari bermacam minat seperti musik, politik, dan kegiatan di luar lingkungan keluarga.

3) Masa remaja akhir (17-19 Tahun)

Periode ini adalah tahap akhir dari perjalanan menuju kedewasaan. Selama periode ini, remaja berusaha memastikan tujuan pribadi untuk membangun identitas diri yang kuat. Mereka memiliki keinginan yang kuat untuk menjadi orang dewasa dan diterima oleh kelompok sebayanya serta orang dewasa. Pada tahap ini, pemahaman individu menjadi lebih diperkaya dalam menerima dan memahami lingkungan sekitar, dan dalam tindakan orang lain yang mungkin ditolak.

Remaja juga memiliki pekerjaan dan status khusus, nilai-nilai kultur, ideologi politik, dan adat yang dekat dengan orang tua.

c. Aspek-aspek Perkembangan Masa Remaja

Aspek-aspek perkembangan pada remaja menurut adalah sebagai berikut:

1) Perubahan fisik

Remaja berusia 12 atau 13 hingga 17 atau 18 tahun tumbuh dan berkembang dengan cepat. Pada tahap ini, remaja sering merasa tidak nyaman dengan perubahan fisik mereka, seperti pertumbuhan otot. Pada pria, perubahan seksual utama diketahui dengan mimpi basah, tetapi perubahan sekunder termasuk perubahan suara, pertumbuhan ketiak rambut, kumis dan rambut di area genital. Pada wanita, perubahan seksual utama ditandai dengan menstruasi awal, sedangkan perubahan sekunder termasuk pembesaran payudara dan pelebaran pinggul.

2) Perubahan emosional

Perubahan fisik dan hormonal menyebabkan perubahan emosional. Remaja yang berusia 15-18 tahun sering mengalami ledakan emosi, terutama kemarahan, sebagai bagian dari transisi menuju kedewasaan. Faktor kematangan dan belajar memengaruhi perkembangan emosi, di mana keduanya saling berkaitan dalam membentuk respons emosional.

3) Perubahan kognitif

Kemampuan berpikir mulai berkembang sekitar usia 12 tahun seiring dengan kematangan otak dan pertumbuhan sistem saraf yang memproses informasi (Fatmawaty, 2017). Pada tahap ini, remaja mulai mampu berpikir abstrak dan hipotetis, memahami konsep relativitas, lebih sensitif terhadap

sindiran, serta mampu melihat suatu permasalahan dari berbagai perspektif (Utami, 2018).

4) Perkembangan social

Perkembangan sosial kognitif menjadi aspek penting dari remaja, di mana mereka mulai memahami bahwa masing-masing memiliki karakter, minat, dan nilai-nilai yang berbeda. Persepsi ini membantu membangun kesosialan yang lebih baik dengan teman sebaya dan lingkungan sekelilingnya (Fatmawaty, 2017).

5) Perkembangan intelektual pada usia remaja

Pada tahap ini, remaja lebih kompleks dan ketrampilan berpikir abstrak yang dapat menghasilkan ide-ide baru. Pemikiran formal remaja melibatkan tiga aspek utama, yaitu mempertimbangkan berbagai kemungkinan, berpikir ilmiah, serta menghubungkan konsep secara logis (Utami, 2018).

2. Menstruasi

a. Definisi

Menstruasi, yang dikenal sebagai "menses" dalam bahasa Inggris, berasal dari kata Yunani "mensis" yang berarti bulan. Dalam budaya tradisional Melayu, menstruasi dipandang sebagai keluarnya air mata dari rahim wanita (Lilieki Pratiwi, 2024).

Menstruasi adalah proses alami di mana darah dan jaringan dari dinding rahim dikeluarkan melalui vagina secara berkala. Siklus ini terjadi secara rutin setiap bulan sebagai bagian dari persiapan tubuh wanita. Umumnya, menstruasi berlangsung

antara 3 hingga 8 hari dalam satu siklus yang rata-rata terjadi setiap 28 hari. Durasi maksimal menstruasi adalah 15 hari, dan selama darah yang keluar masih dalam rentang waktu tersebut, darah tersebut dikategorikan sebagai darah haid (Liliek Pratiwi, 2024).

b. Siklus Menstruasi

Siklus menstruasi adalah periode dari hari pertama hingga hari berikutnya menstruasi. Menurut (Purwoastuti, 2015) mengemukakan siklus menstruasi bervariasi pada perempuan, tetapi rata-rata berlangsung sekitar 28 hari. Perhitungan siklus dimulai pada hari pertama menstruasi. Siklus menstruasi terdiri dari empat fase utama, yaitu:

1) Fase Menstruasi

Fase ini terjadi ketika sel telur tidak difertilisasi oleh sperma. Penurunan kadar hormon menyebabkan pelepasan sel telur dari endometrium. Hal ini melibatkan disintegrasi, memecahkan dinding lapisan uterus, yang menyebabkan pendarahan. Fase menstruasi memakan waktu sekitar 5 hari, dengan volume darah adalah antara 50 dan 150 ml selama periode ini.

2) Fase Penanaman atau Fase Proliferasi

Hormon pelepas gonadotropin yang dihasilkan oleh hypothalamus merangsang kelenjar pituitari (hipofisis) untuk menghilangkan FSH. Hormon ini berperan dalam pematangan folikel dan secara bersamaan mempromosikan

produksi estrogen oleh folikel. Fungsi estrogen bekerja dalam proses lapisan endometrium (proliferasi). Selain itu, peningkatan kadar estrogen juga merangsang serviks, menetralkan asam vagina dan menciptakan lingkungan yang mendukung kelangsungan hidup sperma.

3) Fase Ovulasi

Selama siklus menstruasi 28 hari, ovulasi biasanya terjadi pada hari ke-14. Kadar estrogen yang meningkat menghambat sekresi FSH dan kelenjar hipuitari mulai melepaskan LH. Peningkatan kadar LH melepaskan oosit sekunder dari folikel ovarium, yang disebut proses ovulasi.

4) Fase Pascaovulasi atau Fase Sekresi

Fase ini berlanjut selama 14 hari sebelum periode menstruasi berikutnya, terlepas dari variasi dalam panjang siklus menstruasi. Folikel De Graaf yang melepaskan sel-sel telur sekunder yang dilepaskan menyusut dan membentuk corpus luteum, progesteron, dan sejumlah kecil estrogen. Progesteron dengan estrogen berperan dalam penebalan endometrium, merangsang pertumbuhan pembuluh darah dan menghasilkan transfer embrio setelah pemupukan. Namun, dengan tidak adanya pemupukan, sultium korpus dikonversi menjadi corpus Albican, yang hanya menghasilkan hormon kecil. Penerimaan progesteron dan kadar estrogen ini menyebabkan menstruasi.

c. Gangguan Siklus Menstruasi

Menurut (Purwoastuti, 2015), ada beberapa gangguan menstruasi yang sering terjadi, yaitu:

1) Hipermenorea

Hipermenorea adalah perdarahan menstruasi dengan volume berlebihan atau berlangsung lebih lama dari biasanya, sekitar 6-7 hari, dengan frekuensi mengganti pembalut 5-6 kali sehari. Normalnya, menstruasi berlangsung 3-5 hari (2-7 hari masih dianggap normal), dengan volume darah rata-rata 35cc (10-80cc masih dianggap normal) dan mengganti pembalut sekitar 2-3 kali sehari. Hipermenorea biasanya disebabkan oleh kondisi uterus seperti fibroid uterus (tumor jinak mialgia uterus), hiperplasia endometrium atau infeksi uterus. Selain itu, faktor-faktor ekstresserine seperti anemia, penyakit trombotik, dan gangguan hormonal (gangguan endokrin) juga dapat disebabkan oleh hipermenorea.

2) Hipomenorea

Hipomenorea adalah perdarahan menstruasi, volume darah rendah atau lebih pendek dari biasanya, hanya terjadi 1-2 hari dengan frekuensi mengganti pembalut 1-2 kali sehari dan jumlah volume darahnya sedikit (<40ml) dalam siklus yang teratur. Penyebab kondisi ini dapat disebabkan oleh kondisi konstitusional pasien setelah operasi fibroid uterus, misalnya. Hipomenorea tidak mempengaruhi kesuburan. Penyebab lain dari hipomenorea adalah malnutrisi, penyakit kronis, atau

gangguan hormonal yang mempengaruhi kesuburan endometrium.

3) Polimenorea

Polimenorea merupakan kondisi di mana siklus menstruasi terjadi lebih sering terjadi, dengan seorang wanita memiliki lebih dari dua kali banyak menstruasi dalam satu bulan. Pola menstruasi tetap secara teratur, dengan jumlah pendarahan yang sama atau bahkan lebih banyak dari biasanya. Penyebab utama polimenorea adalah ketidakseimbangan hormon dalam sistem aksis hipotalamus-hipofisis-ovarium, yang dapat mengganggu proses ovulasi atau pelepasan sel telur.

4) Oligomenorea

Oligomenorea adalah kondisi yang membutuhkan waktu dari 35 hari untuk siklus menstruasi, meskipun jumlah perdarahan tetap dalam batas normal. Wanita yang mengalami oligomenorea akan mengalami menstruasi lebih jarang dari biasanya. Kondisi ini umumnya disebabkan oleh ketidakseimbangan hormon dalam aksis hipotalamus-hipofisis-ovarium. Oligomenorea dapat dianggap wajar dalam 3-5 tahun pertama setelah menarche (menstruasi pertama) atau beberapa tahun sebelum premenopause, karena pada masa ini koordinasi antara hipotalamus, hipofisis, dan ovarium masih tidak stabil, dan menyebabkan ketidakseimbangan hormonal dalam tubuh.

5) Amenorea

Amenorea adalah kondisi di mana perempuan tidak mengalami menstruasi. Kondisi ini dapat dianggap normal sebelum pubertas, selama kehamilan, masa menyusui, atau setelah menopause. Amenorea terbagi menjadi dua jenis:

- a) Amenorea primer: Terjadi ketika seorang perempuan belum mengalami menstruasi hingga usia 16 tahun.
- b) Amenorea sekunder: Menstruasi terhenti selama tiga siklus berturut-turut pada kasus oligomenorea dengan volume darah sedikit, atau selama enam siklus setelah sebelumnya mengalami menstruasi normal.

Prevalensi amenorea berkisar antara 1-5%. Penyebabnya dapat bervariasi, termasuk keterlambatan pubertas, gangguan fungsi ovarium, kelainan perkembangan rahim atau vagina (agenesis uterovaginal), serta gangguan pada sistem saraf pusat.

3. Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM)

a. Definisi

Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) merupakan upaya dalam menjaga kebersihan dan kesehatan selama periode menstruasi. Perempuan perlu menggunakan pembalut yang bersih serta menggantinya secara rutin selama menstruasi. Selain itu, mereka harus memiliki akses yang memadai untuk membuang pembalut dengan aman, serta ketersediaan fasilitas seperti jamban, sabun, serta air untuk membersihkan diri dengan nyaman sambil tetap menjaga privasi.

Praktik kebersihan menstruasi bertujuan untuk menjaga kesehatan dan kebersihan organ genital dan tubuh secara keseluruhan selama periode menstruasi. Hal ini dimaksudkan untuk mencegah masalah fisik dan psikologis yang mungkin timbul akibat praktik kebersihan menstruasi yang tidak memadai (Anand, Singh and Unisa, 2015).

b. Dampak kebersihan menstruasi

Berikut adalah dampak jika manajemen kebersihan menstruasi diabaikan:

1) Dampak Kesehatan

Menjaga kebersihan tubuh selama menstruasi, mengganti pembalut dengan rutin dan membersihkan area sekitar vagina dari darah dapat membantu mencegah berbagai infeksi seperti infeksi saluran reproduksi, infeksi saluran kemih, dan iritasi pada kulit.

2) Dampak Pendidikan

Berdasarkan penelitian UNICEF di Indonesia tahun 2015, enam anak perempuan masing-masing harus setidaknya satu hari atau lebih di sekolah selama menstruasi mereka. Ketidakhadiran ini menyebabkan mereka tertinggal dalam pelajaran. Beberapa faktor yang menyebabkan siswi tidak masuk sekolah saat menstruasi meliputi nyeri haid (dismenore), keterbatasan obat pereda nyeri di sekolah, kurangnya fasilitas sanitasi yang memadai, keterbatasan air bersih untuk membersihkan diri, risiko noda darah pada pakaian, ketiadaan

pembalut cadangan, serta kurangnya tempat sampah atau pembungkus untuk membuang pembalut bekas. Selain itu, stigma sosial, tabu seputar menstruasi, serta ejekan dari siswa laki-laki juga menjadi faktor yang membatasi aktivitas siswi selama menstruasi.

3) Dampak Sosial

Di beberapa komunitas, masih terdapat kepercayaan dan kebiasaan yang membatasi aktivitas perempuan selama menstruasi. Akibatnya, mereka kehilangan kesempatan untuk berpartisipasi dalam kegiatan sosial, seperti larangan bermain di luar rumah saat sedang menstruasi.

4) Dampak Lingkungan

Kurangnya fasilitas yang memadai untuk pembuangan pembalut bekas membuat banyak siswi melemparkannya ke lubang toilet atau sembarangan di area jamban sekolah. Akibatnya, toilet menjadi tersumbat, kotor, dan tidak bisa lagi digunakan. Plan International Indonesia tahun 2016, menyatakan hanya 25% anak perempuan yang dilatih dalam bagaimana pembalut dibuang dengan benar (who/unicef, 2015).

c. Perilaku dalam *Menstrual Hygiene Management*

1) Kebersihan Tubuh

Menjaga kebersihan tubuh sangat penting selama menstruasi. Dianjurkan untuk mandi setidaknya dua kali sehari untuk mempertahankan kebersihan tubuh secara menyeluruh.

Selama mandi, organ reproduksi harus dibersihkan secara menyeluruh, dan rambut harus dicuci setidaknya dua kali dalam seminggu (Ernawati Sinaga, 2017).

2) Cara Membersihkan Daerah Kewanitaan

Setelah selesai buang air kecil maupun besar, area kewanitaan harus dibersihkan dengan membasuh dari arah depan ke belakang (dari vagina ke anus). Membilas dari arah yang tidak tepat dapat menyebabkan bakteri dari anus masuk ke dalam vagina, yang berisiko menimbulkan infeksi. Pastikan tidak ada sisa kotoran yang tertinggal untuk mencegah iritasi atau infeksi. Gunakan air bersih yang mengalir untuk membas area tersebut dan hindari memakai air dari bak penampungan karena berisiko mengandung kuman (Sarwono, 2014).

3) Pemakaian Celana Dalam

Pilih celana dalam berbahan cotton yang dapat menyerap keringat dengan baik. Kebersihan celana dalam juga harus diperhatikan dengan menggantinya minimal dua kali sehari. Jika pakaian dalam tidak diganti secara teratur, kelembapan udara yang terbentuk dapat menyebabkan pertumbuhan jamur dan bakteri yang ada berisiko menyebabkan infeksi pada organ reproduksi. Jangan gunakan celana dalam terlalu ketat, karena dapat meningkatkan kelembapan dan menyebabkan iritasi karena gesekan. Selain itu, tidak disarankan untuk berbagi handuk dengan orang lain untuk mencegah penularan penyakit menular seksual.

Saat menstruasi, pakaian dalam cenderung lebih mudah terkena bercak darah, yang terkadang sulit dihilangkan. Oleh karena itu, disarankan mencuci celana dalam dengan air hangat, menjemurnya di bawah sinar matahari, dan menyetriknya untuk memastikan kebersihannya (Sarwono, 2014)

4) Penggunaan Pembalut

Menstrual pads adalah barang yang terbuat dari bahan serat atau kertas, dan merupakan proses menyerap cairan menstruasi atau vagina. Pembalut bersentuhan langsung dengan area vagina yang sensitif, maka kebersihan harus sangat dijaga. Pastikan kemasan pembalut higienis dan kemasan segelnya masih rapat. Bahkan lubang kecil dapat menjadi tempat dimana bakteri atau kuman berkembang (Sarwono, 2014). Selain itu, perhatikan tanggal kadaluarsa pembalut. Pembalut yang diharapkan digunakan tidak sehat karena bahan kimia yang dikandungnya bisa menjadi tidak efektif dan dapat memiliki efek negatif pada tubuh. Pilih pembalut dengan permukaan yang lembut dan fleksibel untuk menghindari gesekan berlebih pada area kewanitaan. Lecet yang terjadi bisa menyebabkan luka terbuka dan peradangan, terutama karena area tersebut cenderung lembap selama menstruasi. Hindari pembalut berpewangi atau berisi gel karena bahan kimia di dalamnya bisa menyebabkan iritasi atau alergi.

Pembalut harus diganti minimal setiap 3-4 jam atau lebih sering jika sudah terasa penuh dan lembap. Sebelum dan sesudah mengganti pembalut, cuci tangan dengan sabun, lalu bersihkan area kewanitaan dengan benar, keringkan, dan gunakan pembalut baru. Saat menggunakan pembalut sekali pakai, cucilah terlebih dahulu sebelum dibuang, gulung dengan rapi, masukkan ke dalam kantong plastik, dan buang di tempat sampah khusus. Jangan membuangnya di kloset atau tempat sampah sembarangan (Sarwono, 2014)

5) Penggunaan Cairan Pembersih

Penggunaan cairan pembersih kewanitaan secara rutin dapat mengganggu keseimbangan pH alami vagina. Jika digunakan terlalu sering, cairan ini dapat membunuh bakteri baik yang berfungsi melindungi dari infeksi, sehingga malah meningkatkan risiko pertumbuhan jamur dan bakteri penyebab penyakit. Selain itu, hindari penggunaan bedak atau deodoran untuk area kewanitaan, karena partikel bedak dapat menumpuk di lipatan kulit dan memicu infeksi akibat bakteri (Ernawati Sinaga, 2017)

6) Mengeringkan Daerah Kewanitaan

Area kewanitaan sebaiknya dikeringkan dengan tisu atau handuk bersih setelah buang air kecil atau besar. Pastikan tisu yang digunakan bebas dari pewangi atau bahan kimia yang dapat berisiko menyebabkan iritasi. (Ernawati Sinaga, 2017).

4. Perilaku

a. Pengertian perilaku

Perilaku merupakan sekumpulan tindakan atau respons seseorang terhadap suatu hal, yang kemudian berkembang menjadi kebiasaan akibat nilai-nilai yang diyakini. Menurut Notoatmodjo (2017), secara biologis, perilaku adalah aktivitas atau tindakan yang dilakukan oleh suatu organisme. Perilaku manusia melibatkan berbagai kegiatan yang sangat kompleks, seperti berbicara, mendorong, berpakaian, berjalan, persepsi, emosi, pikiran, dan motivasi.

Perilaku seseorang mencakup berbagai bentuk aktivitas seperti berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, belajar di perguruan tinggi, menulis, membaca, dan sebagainya. Dengan kata lain, perilaku seseorang meliputi segala tindakan, baik yang tampak secara langsung maupun yang tidak dapat diamati oleh orang lain.

Seperti yang dikutip oleh Notoadmodjo (2014), Skinner menunjukkan bahwa perilaku adalah respons seseorang terhadap rangsangan dari lingkungan. Perilaku terjadi melalui proses dimana stimulus mempengaruhi organisme dan bereaksi. Konsep ini dikenal sebagai teori "S-O-R" (respons biologis stimulasi). Berdasarkan teori ini, perilaku diklasifikasikan dua jenis:

1) Perilaku Tertutup (convert behavior)

Perilaku tertutup adalah reaksi seseorang terhadap suatu rangsangan yang bersifat internal atau tidak terlihat. Respons ini mencakup aspek kognitif seperti

perhatian, persepsi, pemahaman, ingatan, dan sikap yang terjadi karena rangsangan tetapi tidak dapat diamati oleh orang lain.

2) Perilaku Terbuka

Perilaku terbuka merupakan reaksi seseorang terhadap suatu rangsangan dalam bentuk efek yang diamati aktual. Reaksi ini diwujudkan dalam bentuk perilaku atau praktik yang terlihat jelas dan dapat diamati oleh orang lain.

b. Teori Perilaku

Berbeda dengan saudara kembar yang sama, setiap individu memiliki perilaku yang unik. Karena perilaku seseorang tidak selalu mengikuti pola yang solid, pembentukan perilaku positif tidak selalu tergantung pada tingkat pengetahuan dan sikap yang positif. Green (1980) mengelompokkan beberapa faktor yang mempengaruhi tindakan atau perilaku sebagai berikut:

1) Faktor pendorong (predisposing factor)

Faktor pendorong adalah dasar dari motivasi atau niat bahwa individu menjalankan sesuatu. Faktor pendorong ini mencakup pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai, persepsi, tradisi, dan faktor-faktor lain yang ada dalam kaitannya dengan kesehatan individu dan masyarakat (Notoatmodjo, 2014).

2) Faktor-faktor pendukung (enabling factors)

Faktor pendukung untuk memungkinkan akses fasilitas atau sarana kesehatan yang memungkinkan individu untuk berperilaku tertentu. Contohnya adalah adanya alat kontrasepsi, obat-obatan, toilet, dan fasilitas kesehatan.

3) Faktor-faktor pendorong (reinforcing factors)

Faktor penguat berhubungan dengan pengaruh pihak lain yang dapat memotivasi atau memperkuat suatu perilaku. Hal ini meliputi sikap dan perilaku tenaga kesehatan, dukungan dari orang tua, teman sebaya, serta kelompok referensi lainnya yang dapat mendorong individu dalam membentuk atau mempertahankan perilaku tertentu (Notoatmodjo, 2014).

5. Sikap

a. Pengertian sikap

Sikap adalah respons seseorang pada dorongan atau tujuan yang masih tertutup. Menurut Walgito dalam (Candra, Harini and Sumirta, 2017) sikap mencerminkan opini dan kepercayaan seseorang pada suatu objek atau situasi yang tetap dengan emosi tertentu. Sikap juga merupakan dasar bagi seseorang yang merespon dan merancang perilaku sesuai dengan keputusannya.

Sedangkan itu, menurut Notoatmodjo pada (Dra. Zulmiyetri, Safaruddin and Dr. Nurhastuti, 2020), sikap adalah respon tertutup terhadap dorongan atau tujuan tertentu yang melibatkan unsur pendapat serta emosi, seperti perasaan suka atau tidak suka, setuju atau tidak setuju, serta baik atau tidak baik. Sikap tidak dapat

diamati secara langsung, melainkan hanya dapat ditafsirkan, dan bisa bersifat positif atau mendukung (*favourable*) maupun negatif atau tidak mendukung (*unfavourable*) terhadap suatu objek.

b. Tingkatan sikap

Sikap merupakan reaksi atau tanggapan seseorang terhadap stimulus, dengan tingkat yang berbeda. Berikut beberapa tingkatan sikap menurut Katmawati (2021), yaitu:

1) Menerima (*receiving*)

Pada tahap ini, individu mampu mengenali dan memberikan perhatian terhadap stimulus yang diterima, baik dalam bentuk permasalahan, situasi, fenomena, atau aspek lainnya.

2) Merespon (*responding*)

Merespon berarti individu memberikan reaksi terhadap stimulus, seperti menjawab pertanyaan, melaksanakan tugas, atau menyelesaikan pekerjaan yang diberikan. Respons ini menunjukkan adanya usaha aktif dalam menanggapi suatu hal.

3) Menghargai (*valuing*)

Menghargai ditunjukkan dengan kesediaan untuk berkomunikasi, mendiskusikan suatu masalah, serta menghormati, mengindahkan, dan menganggap penting nilai-nilai tertentu yang diberikan kepadanya.

4) Bertanggung jawab (*responsible*)

Tingkatan tertinggi dalam sikap adalah bertanggung jawab, yaitu kesediaan individu untuk menerima segala risiko atas keputusan atau pilihan yang dibuatnya.

c. Cara pengukuran sikap

Menurut Notoatmodjo dalam (Dra. Zulmiyetri, Safaruddin and Dr. Nurhastuti, 2020) sikap seseorang dapat diukur melalui dua pendekatan, yaitu secara langsung dan tidak langsung. Pengukuran langsung dilakukan dengan menanyakan secara langsung pendapat responden mengenai suatu objek. Sementara, pengukuran tidak langsung melalui pernyataan hipotesis yang diberikan dalam bentuk kuesioner, di mana responden menyatakan pendapatnya berdasarkan pertanyaan yang disajikan.

Menurut Wawan dan Dewi dalam (Dra. Zulmiyetri, Safaruddin and Dr. Nurhastuti, 2020) pernyataan sikap dapat dikategorikan menjadi dua jenis:

- 1) pernyataan favourable, mengandung aspek positif mengenai objek sikap dan menunjukkan dukungan terhadapnya.
- 2) pernyataan unfavourable, berisi pandangan negatif atau menunjukkan ketidaksetujuan terhadap objek yang diukur.

Penilaian sikap menggunakan skala likert dengan pilihan jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, sangat tidak setuju. Skor hasil perhitungan diperoleh dengan membagi skor responden dengan skor ideal, kemudian dikalikan 100.

Menurut Hidayat (2007) dalam Romziyah (2020), kategori penilaian sikap ditentukan sebagai berikut:

- 1) positif jika nilai > median
- 2) negatif jika nilai < median.

Dengan demikian, pernyataan yang digunakan dalam skala ini tidak seluruhnya bersifat positif maupun negatif, sehingga isi skala tidak cenderung memihak atau sepenuhnya menolak suatu objek.

Skala Likert digunakan untuk mengevaluasi sikap, pendapat, dan persepsi seseorang terhadap suatu peristiwa. Setiap item dalam instrumen yang menggunakan skala Likert memiliki rentang jawaban yang bergradasi, mulai dari sangat positif hingga sangat negatif (Dra. Zulmiyetri, Safaruddin and Dr. Nurhastuti, 2020) antara lain:

- 1) Pernyataan positif

Sangat Setuju (SS)	: 5
Setuju (S)	: 4
Netral (N)	: 3
Tidak Setuju (TS)	: 2
Sangat Tidak Setuju (STS)	: 1
- 2) Pernyataan negative

Sangat Setuju (SS)	: 1
Setuju (S)	: 2
Netral (N)	: 3

Tidak Setuju (TS) : 4

Sangat Tidak Setuju (STS) : 5

6. Dukungan teman sebaya

a. Definisi

Menurut Ivor Morrish yang dikutip (Nasution, 2018), teman sebaya adalah golongan yang terdiri dari perseorangan yang memiliki kesetaraan satu sama lain. Dengan kata lain, kelompok ini terdiri dari individu yang memiliki kesamaan atau kemiripan dalam berbagai aspek.

Menurut Hadi dalam kutipan (Nasution, 2018), menjelaskan bahwa teman sebaya adalah kelompok sosial yang berfungsi sebagai wadah pergaulan, memungkinkan terjadinya proses pendidikan, serta menjadi sarana untuk meningkatkan kesadaran diri. Selain itu, dalam kelompok teman sebaya ini seringkali muncul cita-cita yang memberikan makna khusus bagi kelompok yang dibangun bersama.

Menurut Blazevic dalam (Dwi Oktaviani and Perianto, 2022) mendefinisikan teman sebaya sebagai kelompok komunitas yang terdiri dari individu-individu dengan status sosial seperti usia, tingkat pendidikan, dan status sosial yang serupa. Yusuf dalam (Jenira, 2019) menyatakan bahwa dukungan teman sebaya mencakup kemungkinan berinteraksi dengan usia, mengendalikan perilaku sosial, menumbuhkan keterampilan dan minat, dan pertukaran masalah dan solusi. Desmita dalam (Jenira, 2019) menambahkan bahwa dukungan teman sebaya untuk usia yang sama ditandai oleh saling mendukung orang yang lebih tua dan dewasa.

Dukungan dari teman sebaya berperan sebagai sumber informasi bagi remaja, membantu untuk meningkatkan ketrampilan mereka dan menuntun diri mereka sendiri ke perilaku yang baik. Selain itu, memberikan masukan terkait kekurangan yang dimiliki, sehingga berdampak positif bagi perkembangan remaja. Dukungan teman sebaya merupakan bentuk interaksi dalam kelompok atau individu dengan usia yang sama, dimana mereka saling memberi dan menerima bantuan dengan perilaku saling menghormati, tanggung jawab bersama, dan kesepakatan bersama (Latifah, Wahyusari and Salam, 2022).

b. Fungsi teman sebaya

- 1) Memungkinkan individu untuk berinteraksi lebih dekat dengan teman seusianya yang dari berbagai asal-asul budayanya.
- 2) Memiliki tanggung jawab atau peran baru dalam suatu kelompok.
- 3) Memperluas wawasan tentang kebudayaan melalui interaksi dengan teman.
- 4) Mengajarkan konsep mobilitas sosial.
- 5) Membantu individu dalam belajar menaati aturan sosial yang bersifat impersonal serta memahami kewibawaan yang juga bersifat impersonal (Nasution, 2018).

c. Aspek-aspek teman sebaya

Menurut Sarafino dalam (Hanapi and Agung, 2018) ada lima aspek dukungan sosial :

- 1) Dukungan emosi

Dukungan ini merupakan bentuk bantuan yang diwujudkan melalui timbang rasa, altruisme, dan perhatian terhadap seseorang yang sedang mengalami stres.

2) Dukungan penghargaan

Dukungan ini diberikan melalui pernyataan positif terhadap seseorang, memberikan bantuan semangat, menyetujui gagasan dan perasaan mereka, serta membandingkannya secara positif dengan orang lain yang memiliki kekurangan atau kondisi yang lebih sulit.

3) Dukungan instrumen

Merupakan dorongan secara langsung yang diberikan kepada individu seperti meminjamkan uang, atau membantu menyelesaikan tugas.

4) Dukungan informasi

Bentuk dorongan berupa pemberian nasihat, saran, atau umpan balik guna membantu individu dalam mengambil keputusan atau mengatasi masalah.

5) Dukungan jaringan sosial

Dukungan ini terjadi dengan memberikan perasaan bahwa individu adalah bagian dari kelompok tertentu dengan minat yang sama.

d. Komponen-Komponen

Weis dalam (Rusiana and Purqoti, 2021) terdapat enam komponen dukungan sosial teman sebaya dapat berdiri sendiri

namun saling berhubungan. Komponen-komponen tersebut adalah:

1) Kerekatan emosional (emotional attachment)

Membantu individu merasakan ikatan emosional dengan teman sebaya dan karenanya menciptakan keamanan dan kenyamanan.

2) Integrasi sosial (social integration)

Memberikan emosi individu untuk memiliki kelompok yang memungkinkan mereka untuk berbagi minat mereka, berbagi perhatian, dan melakukan kegiatan rekreatif bersama.

3) Adanya pengakuan (reassurance of worth)

Memberikan apresiasi individu atas kemampuan dan ketrampilannya, baik dari orang lain maupun dari lembaga tertentu.

4) Ketergantungan yang dapat diandalkan (reliable reliance)

Memastikan bahwa individu memiliki seseorang yang dapat dipercaya untuk memberikan bantuan ketika dibutuhkan.

5) Bimbingan (guidance)

Terwujud dalam hubungan sosial atau profesional yang memberikan akses individu ke informasi, saran, atau nasihat yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan dan mengatasi masalah.

6) Kesempatan untuk mengasuh (opportunity for nurturance)

Memberikan individu perasaan bahwa mereka memiliki peran penting dalam kesejahteraan orang lain, sehingga dapat memberikan bantuan dan dukungan bagi sesama.

e. Faktor yang mempengaruhi Dukungan Kelompok Sebaya

Menurut Colarossi dan Eccles dalam (Rusiana and Purqoti, 2021), terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi dukungan kelompok sebaya, yaitu:

- 1) Persepsi anak terhadap dukungan yang mereka terima secara pribadi.
- 2) Persepsi anak mengenai dukungan yang diberikan oleh orangtua.
- 3) Kondisi psikologis, depresi dan tingkat harga diri

Selain itu, terdapat beberapa alasan mengapa remaja membentuk kelompok persahabatan, antara lain:

- 1) Kedekatan fisik, remaja cenderung bergaul dengan teman sebaya yang dalam jarak geografis yang dekat. Misalnya, teman sekolah atau tetangga.
- 2) Kesamaan sikap, minat, atau pandangan. Remaja dengan minat atau pandangan yang serupa lebih cenderung membentuk kelompok.
- 3) Ketergantungan untuk mencapai tujuan tertentu. Remaja yang memiliki tujuan bersama seringkali bergabung dalam satu kelompok.
- 4) Dukungan timbal balik yang positif dan kenikmatan berafiliasi. Kelompok dapat memberikan dukungan positif bagi

anggotanya serta membantu mereka menghindari rasa kesepian.

5) Dukungan emosional. Kelompok sebaya juga berperan memberikan dukungan emosional kepada anggotanya.

6) Identitas sosial. Menjadi bagian dari kelompok membantu remaja dalam membentuk identitas diri.

f. Cara pengukuran dukungan teman sebaya

Menurut Simanjuntak and Indrawati (2021) pernyataan mengenai dukungan teman sebaya merupakan kumpulan kalimat yang menggambarkan bagaimana individu menilai bantuan atau dukungan positif untuk usia yang sama. Dengan dukungan ini, individu merasa dihargai, diperhatikan, dan dicintai. Dalam penelitian ini, tingkat dukungan teman sebaya didasarkan aspek-aspek yang dikemukakan Smet, 1994 yaitu aspeknya meliputi dukungan emosional, apresiasi, dukungan instrumental, dukungan informatif

Skala penelitian ini menggunakan skala *Guttman*. Pada skala *Guttman*, terdapat dua skor yang mungkin, yaitu 1 dan 0. Sebagai contoh, individu menunjukkan sikap yang mendukung pernyataan atau pertanyaan akan diberi skor 1, sedangkan yang tidak mendukung akan diberi skor 0.

Ya : 1

Tidak : 0

7. Keterkaitan sikap dengan perilaku manajemen kebersihan menstruasi

Menurut teori Lawrence Green (1980), sikap seseorang menjadi salah satu aspek yang mempengaruhi perilaku kesehatan seseorang.

Adanya hubungan antara sikap dan perilaku manajemen kebersihan menstruasi muncul karena pertumbuhan dan perkembangan remaja yang timbul cepat, baik secara fisik maupun mental. Perubahan ini memungkinkan remaja untuk mulai menjalankan fungsi reproduksi mereka. Oleh karena itu, dukungan untuk membentuk sikap yang positif, terutama dalam menanggapi kondisi sebagai perempuan yang akan mengalami menstruasi. Sebaliknya, sikap negatif pada remaja dapat mempengaruhi perilaku mereka, terutama terkait manajemen kebersihan menstruasi (As Sidiqiah, Nurrochmah and Paramita, 2022).

Sikap positif berperan dalam menjaga personal hygiene remaja putri selama menstruasi. Remaja yang memiliki perilaku positif cenderung lebih terdorong untuk menerapkan kebiasaan menjaga kebersihan selama menstruasi (Yuliwati and Fitri Solissa, 2022).

Sikap seseorang berhubungan dengan perilakunya, di mana sikap terhadap suatu tindakan mencerminkan bagaimana individu bertindak terhadap hal tersebut. Oleh karena itu, individu yang memiliki kebiasaan baik dalam menjaga kebersihan organ genitalnya juga cenderung memiliki sikap yang baik terhadap kebersihan organ tersebut (Fikriyana, □ and Budiono, 2016).

Berdasarkan analisis penelitian, ditemukan hubungan yang signifikan antara sikap dan perilaku kebersihan diri remaja putri selama menstruasi. Sebanyak 64,6% remaja putri dengan sikap negatif menunjukkan perilaku yang kurang baik dalam menjaga kebersihan selama menstruasi. Temuan ini setuju Kurniasih (2022), yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,043. Penelitian (Yadav *et al.*, 2018), sebanyak 136 responden (49%) memiliki sikap positif terhadap MKM, sedangkan 140 responden (51%) perlu memperbaiki sikap mereka terhadap MKM. Penelitian lain di Merauke juga mengungkapkan terdapat hubungan yang signifikan antara sikap remaja putri terhadap kebersihan diri selama menstruasi, dengan p-value sebesar 0,040 (Santi Mbungo and Ernawati, 2023).

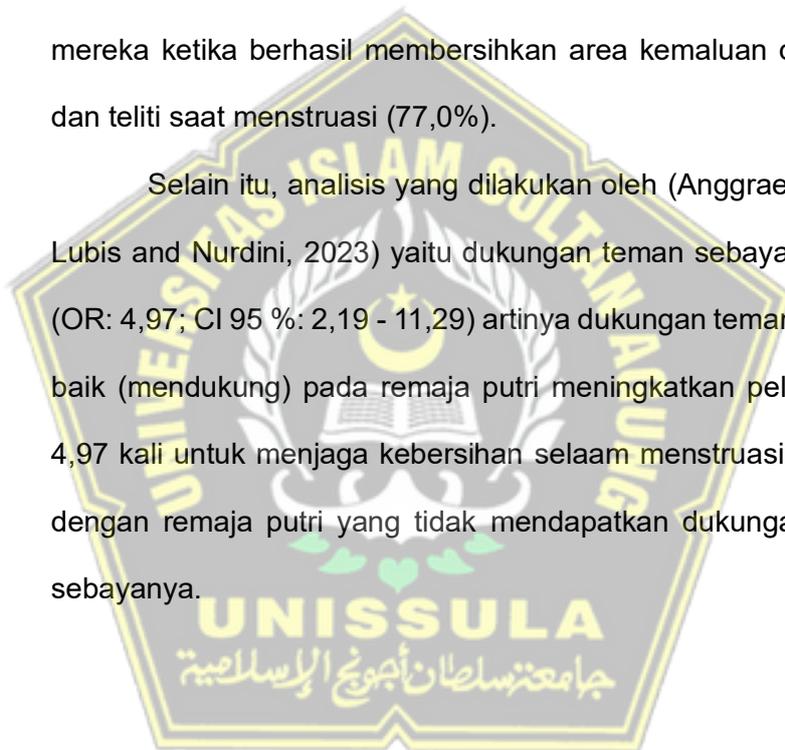
8. Keterkaitan Dukungan teman Sebaya dengan Manajemen Kebersihan Menstruasi

Dukungan sebaya, baik dari teman di sekolah maupun di luar sekolah, memiliki dampak yang signifikan terhadap perilaku siswa. Siswa yang mendapatkan dukungan dari teman yang baik akan berperilaku baik, tetapi siswa yang berteman dengan orang yang kurang baik terpengaruh secara negatif. Informasi mengenai menstruasi dan praktik kebersihan menstruasi sangat penting bagi remaja putri. Kurangnya pengetahuan tentang hal ini menyebabkan asumsi bahwa fungsi tubuhnya tidak normal, karena kotor, dan memalukan sebagai orang dewasa. Pendidikan kesehatan remaja terkait seksualitas dan kesehatan reproduksi lebih efektif ketika

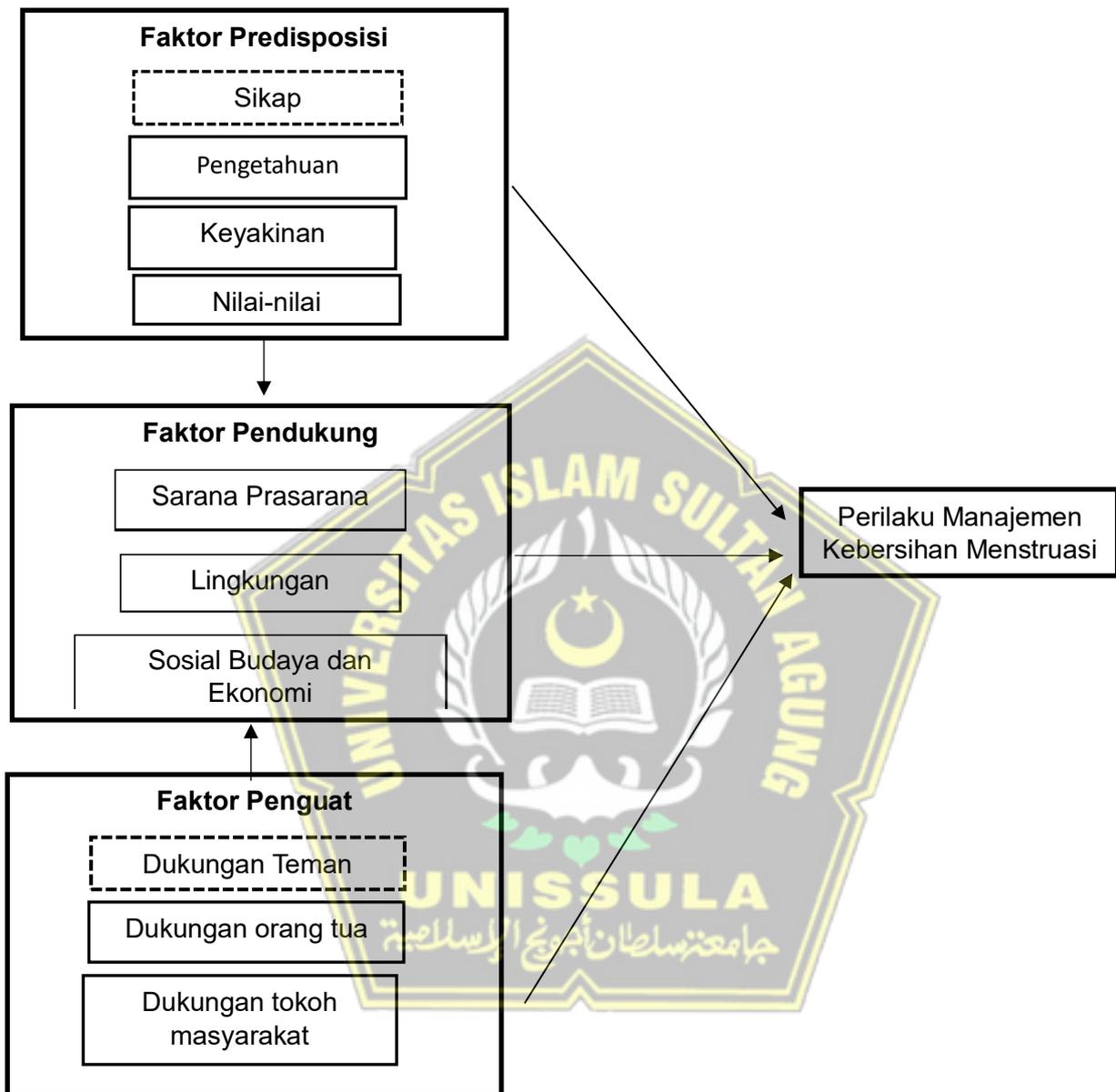
menggunakan peer educator dibandingkan parent educator (Wulandari and Saparwati, 2020).

Pada penelitian Wulandari dan Saparwati (2020) menemukan bahwa dukungan teman seusianya pada remaja di SMPN 4 Ungaran memiliki dukungan teman sebaya yang tinggi, yaitu sebanyak 38 orang (81,0%). Bentuk dorongan ini terlihat aspek dukungan penilaian, di mana responden melaporkan bahwa teman sebaya sering memuji mereka ketika berhasil membersihkan area kemaluan dengan bersih dan teliti saat menstruasi (77,0%).

Selain itu, analisis yang dilakukan oleh (Anggraeni, Randayani Lubis and Nurdini, 2023) yaitu dukungan teman sebaya memiliki nilai (OR: 4,97; CI 95 %: 2,19 - 11,29) artinya dukungan teman sebaya yang baik (mendukung) pada remaja putri meningkatkan peluang sebesar 4,97 kali untuk menjaga kebersihan selaam menstruasi dibandingkan dengan remaja putri yang tidak mendapatkan dukungan dari teman sebayanya.



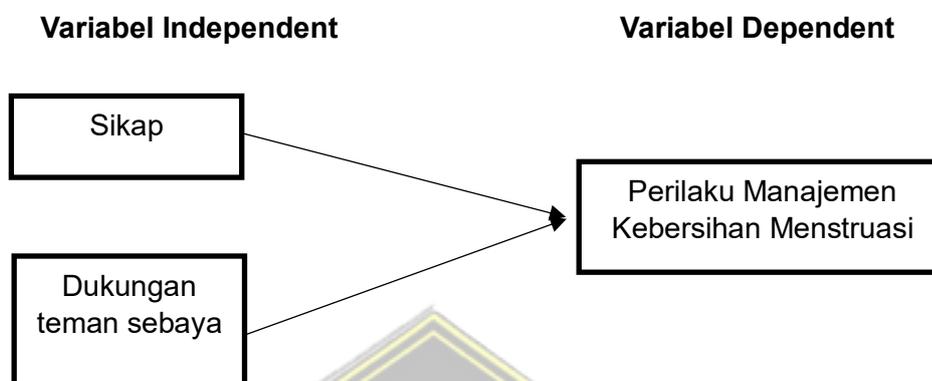
B. Kerangka Teori



Gambar 2. 1 Kerangka Teori

Sumber: Teori Green, L (1980)

C. Kerangka Konsep



Gambar 2. 2 Kerangka Konsep sikap dan dukungan teman sebaya dengan perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi

D. Hipotesis

Hipotesis berfungsi sebagai kerangka kerja bagi peneliti, memberikan arahan selama proses penelitian, dan memudahkan penyusunan laporan penelitian. Terdapat dua jenis hipotesis: hipotesis statistik, yang juga disebut hipotesis nol (H_0), dan hipotesis alternatif (H_a), yang juga dikenal sebagai hipotesis kerja. Berdasarkan kerangka konsep yang telah disusun, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

1. H_a : Terdapat hubungan sikap terhadap perilaku manajemen kebersihan menstruasi di SDN Karangasem 02 Batang

H_0 : Tidak terdapat hubungan sikap terhadap perilaku manajemen kebersihan menstruasi di SDN Karangasem 02 Batang

2. Ha : Terdapat hubungan dukungan teman sebaya terhadap perilaku manajemen kebersihan menstruasi di SDN Karangasem 02 Batang

Ho : Tidak terdapat hubungan dukungan teman sebaya terhadap perilaku manajemen kebersihan menstruasi di SDN Karangasem 02 Batang



BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan analisis cross-sectional. Rancangan penelitian dalam penelitian ini yaitu korelasional, yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Dalam hal ini, variabel terikat (dependent) yang diteliti yaitu perilaku manajemen kebersihan menstruasi (Y). Rancangan penelitian dapat diilustrasikan seperti berikut:



Keterangan:

1. X_1 : Sikap saat menstruasi
2. X_2 : Dukungan teman sebaya saat menstruasi
3. Y : Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi

B. Subjek Penelitian

1. Populasi

a. Populasi Target

Populasi target adalah semua subyek penelitian yang terdapat di lokasi penelitian (Notoatmodjo, 2018). Dalam penelitian ini, populasi target adalah siswi kelas III, IV, V, VI yang berjumlah 102 siswi, bersumber dari dokumen SDN Karangasem 02 Batang Tahun Ajaran 2024/2025 Gasal.

b. Populasi Terjangkau

Populasi terjangkau adalah populasi yang bisa dijangkau atau diteliti oleh peneliti (Notoatmodjo, 2018). Dalam penelitian ini populasi yang bisa dijangkau oleh penulis terdapat 30 siswi, yaitu siswi yang sudah menstruasi.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang dipilih sebagai responden dalam suatu penelitian (Sukardi, 2018). Jumlah responden adalah 30.

3. Teknik Sampling

Total sampling adalah teknik sampling penelitian ini.

4. Kriteria Sampel

Kriteria ini dibagi menjadi 2 macam yaitu:

a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu siswi yang bersedia menjadi responden

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu:

- 1) Siswi yang tidak hadir saat pengambilan data
- 2) Siswi yang sakit ketika disekolah

C. Waktu dan Tempat

Waktu penelitian dilakukan bulan November 2024. Berlokasi di perpustakaan SDN Karangasem 02 Batang.

D. Prosedur Penelitian

1. Tahap Pra Penelitian

- a) Meminta surat izin penelitian ke Kaprodi S1 Kebidanan
- b) Meminta Izin penelitian di sekolah
- c) Menyusun proposal penelitian dan konsultasi dengan pembimbing
- d) Ujian Proposal
- e) Persiapan Penelitian

2. Tahap Penelitian

Tahap penelitian dilakukan setelah mendapat perijinan kemudian menentukan responden dan mengambil data. Sebelum dilaksanakan mengumpulkan data penelitian tahap-tahap yang akan dilaksanakan peneliti untuk mengumpulkan data yaitu seperti dibawah ini:

- a) Sebelum dilaksanakan pengumpulan data dari responden, peneliti lebih dulu memberitahu pada responden mengenai perilaku apa yang akan dilaksanakan oleh responden dengan memakai lembar penjelasan sebelum persetujuan.
- b) Sesudah responden tau tujuan dan manfaat penelitian, responden diperbolehkan mengisi lembar persetujuan menjadi responden (informed consent) (terlampir).
- c) Bila responden setuju baru peneliti memberi kuesioner yang berisi pertanyaan tentang perilaku manajemen kebersihan menstruasi, sikap dan dukungan teman sebaya.

3. Tahap Analisis Data

a) Pengumpulan data

Data didapat melewati data primer dan sekunder di SDN Karangasem 02 Batang.

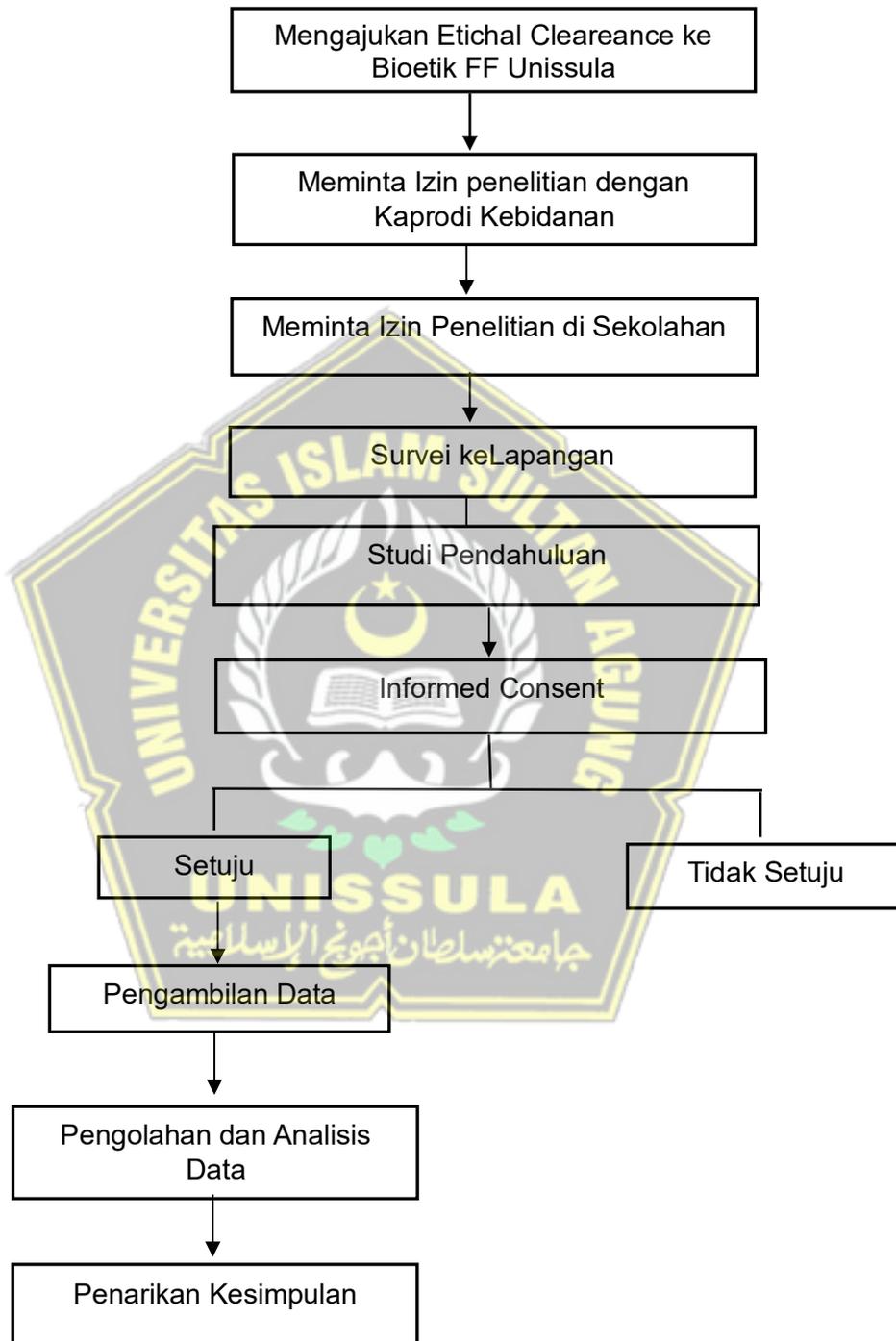
b) Memasukan data sampel ke dalam format pengumpulan data

c) Mengolah data dan menganalisis data

Analisis data dilaksanakan agar dapat mengelolah data penelitian yang sudah dihimpun sesuai dengan tujuan penelitian. Analisis data penelitian dilaksanakan peneliti dengan mencari distribusi frekuensi pada setiap variabel.



Alur Bagan Penelitian



E. Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas (Independent)

Variabel independen merupakan faktor yang menyebabkan munculnya atau terjadinya perubahan pada variabel dependen (terikat). Variabel independen adalah variabel yang memberikan pengaruh (Sugiyono, 2019). Variabel bebas yang diteliti meliputi sikap dan dukungan teman sebaya pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang.

2. Variabel Terikat (Dependent)

Variabel terikat adalah faktor yang dipengaruhi atau mengalami perubahan karena adanya variabel bebas (independen) (Sugiyono, 2019a). Variabel dependen dalam penelitian ini yaitu perilaku manajemen kebersihan menstruasi pada siswi SDN Karangasem 02 Batang.

F. Definisi Operasional Penelitian

Definisi operasional pada penelitian ini bisa dijabarkan seperti dibawah ini:

Tabel 3. 1
Definisi Operasional Penelitian

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Kategori	Skala Data
Sikap	Kecenderungan siswi sekolah dasar dalam melakukan manajemen kebersihan menstruasi di sekolah.	Kuesioner menggunakan likert, dengan skor: Pernyataan positif SS = 5 S = 4 N = 3 TS = 2 STS = 1	1. Negatif = $\leq 50\%$ 2. Positif = $\geq 50\%$ (sukarti,2010)	Ordinal

		Pernyataan negatif SS = 1 S = 2 N = 3 TS = 4 STS = 5		
Dukungan Teman Sebaya	Hubungan interpersonal dalam suatu kelompok individu dengan usia yang kurang lebih sama mencakup pemberian bantuan yang diperoleh melalui bantuan, motivasi, semangat dan pemberian informasi dalam melakukan manajemen kebersihan menstruasi di sekolah.	Kuesioner menggunakan Skala Guttman, dengan skor: 1= Ya 0= Tidak	1. Kurang = $\leq 50\%$ 2. Baik = $\geq 50\%$ (Astuti,2017)	Ordinal
Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi	Kegiatan siswi sekolah dalam melakukan manajemen kebersihan menstruasi disekolah	Kuesioner menggunakan Skala Guttman, dengan skor: Pernyataan positif 1= Ya 0= Tidak Pernyataan negatif 1=Tidak 0= Ya	1. Kurang = $\leq 50\%$ 2. Baik = $\geq 50\%$ (Budiman,2013)	Ordinal

G. Metode Pengumpulan Data

1. Data Penelitian

a. Data Primer

Penelitian ini dikumpulkan dengan cara membagikan lembar kuesioner kepada responden untuk mendapatkan data tentang sikap dan dukungan teman sebaya terhadap perilaku manajemen kebersihan saat menstruasi.

b. Data Sekunder

Penelitian ini memanfaatkan data sekunder yang diperoleh dari pihak lain atau secara tidak langsung untuk mendukung proses penulisan penelitian. Data sekunder ini dikumpulkan melalui berbagai sumber tertulis, seperti artikel-artikel terdahulu dan media cetak. Sumber informasi dalam penelitian ini mencakup jurnal ilmiah, buku, dan data jumlah siswi SDN Karangasem 02 Batang tahun ajaran Genap 2023-2024.

2. Teknik Pengumpulan

Melakukan pengisian kuesioner oleh sumber data secara langsung.

3. Alat Ukur

Prosedur mengumpulkan data dalam penelitian ini dilaksanakan dengan memberikan pertanyaan pada responden menggunakan kuesioner.

a. Kuesioner Sikap

Instrumen penelitian ini mengadopsi kuesioner sikap yang dilakukan oleh Atin Fitriana (2019) jumlah pertanyaan 30 yang akan diambil 10 pertanyaan, telah dilakukan validitas di SDN Karangasem 08 Batang

pada tanggal 20 September 2024, dinyatakan valid dengan dengan hasil hitung semua pernyataan $>0,361$ dan R tabel $0,603$ dengan kisi-kisi sebagai berikut:

Tabel 3. 2 Kisi-Kisi Kuesioner Sikap

Variabel	Indikator	Jumlah item pertanyaan	
		Favourable	Unfavourable
Sikap	Kebersihan tangan	10	1
	Kebersihan organ genetalia	2	9
	Kebersihan Lingkungan	8	3
	Kebersihan Tubuh	4	7
	Kebersihan Pembalut	6	5

b. Kuesioner Dukungan Teman Sebaya

Instrumen penelitian ini mengadopsi kuesioner dukungan teman sebaya oleh penelitian (Anggraeni, Randayani Lubis and Nurdini, 2023) yang diadaptasi dan dimodifikasi dari Guidance for Monitoring Menstrual Health and Hygiene United Nations Children's Fund (UNICEF) tahun 2020. Kuesioner ini terdiri dari atas 8 pertanyaan, telah dilakukan validitas di SDN Karangasem 08 Batang pada tanggal 20 September 2024, dinyatakan valid dengan dengan hasil hitung semua pernyataan $>0,361$ dan R tabel $0,776$ dengan kisi-kisi sebagai berikut:

Tabel 3. 3 Kisi-Kisi Kuesioner Dukungan Teman Sebaya

Variabel	Indikator	Jumlah item pertanyaan
----------	-----------	------------------------

Dukungan Teman Sebaya	Bantuan	4,6
	Motivasi	7
	Semangat	5,8
	Pemberian informasi	1,2,3

c. Kuesioner Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi

Instrumen penelitian ini mengadopsi kuesioner perilaku yang dilakukan oleh Atin Fitriana (2019) jumlah pertanyaan 25 yang akan diambil 10 pertanyaan, telah dilakukan validitas di SDN Karangasem 08 Batang pada tanggal 20 September 2024, dinyatakan valid dengan dengan hasil hitung semua pernyataan $>0,361$ dan R tabel 0,610. dengan kisi-kisi sebagai berikut:

Tabel 3. 4 Kisi-kisi Kuesioner Perilaku Manajemen Menstruasi

Variabel	Indikator	Jumlah item pertanyaan	
		Favourable	Unfavourable
Perilaku MKM	Kebersihan Diri	3,7,	5,10
	Pengelolaan Pembalut	2,4,8	1, 6,9

H. Metode Pengolahan Data

Proses pengolahan data dilakukan melalui serangkaian tahapan yang meliputi (Notoatmodjo, 2014):

1. Editing

Pemeriksaan atau koreksi data yang telah dikumpulkan. Tahap ini bertujuan untuk memastikan data yang masuk sesuai dengan kebutuhan dan memenuhi syarat. Selain itu, tahap ini juga berfungsi

untuk menghilangkan kesalahan yang ada atau melengkapi kekurangan.

2. Coding

Pemberian kode tertentu pada setiap data, agar mempermudah pengelolaan dan proses berikutnya melalui pengklasifikasian data.

Dalam penelitian ini, peneliti memberi kode berdasarkan variabel yang diteliti:

a. Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi

Pernyataan positif

1 = Ya

0 = Tidak

Pernyataan negatif

1 = Tidak

0 = Ya

b. Sikap

Pernyataan positif

Sangat Setuju (SS) : 5

Setuju (S) : 4

Ragu-ragu (RR) : 3

Tidak setuju (TS) : 2

Sangat tidak setuju (STS) : 1

Pernyataan negative

Sangat Setuju (SS) : 1

Setuju (S) : 2

Ragu-ragu (RR) : 3

Tidak setuju (TS) : 4

Sangat tidak setuju (STS) : 5

c. Dukungan teman sebaya

Pernyataan positif

Ya : 1

Tidak : 0

3. Scoring

Responden yang telah mengisi kuesioner akan dilakukan pengeditan, peneliti kemudian menilai setiap jawaban dari responden.

4. Tabulating

Penyajian data dalam bentuk tabel atau diagram agar mudah dianalisis untuk pengambilan kesimpulan lebih lanjut.

I. Analisis Data

1. Analisis Univariat

Analisis univariat adalah metode analisis data yang digunakan untuk mengukur satu variabel pada titik waktu tertentu (Swarjana, 2015). Dalam penelitian ini, analisis univariat digunakan guna menentukan distribusi frekuensi untuk setiap variabel. Variabel yang dianalisis meliputi sikap, dukungan teman sebaya dan perilaku yang disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi yang berisi persentase, nilai maksimum, nilai minimum, nilai median, dan kategori untuk setiap intruksi.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan guna menentukan apakah ada hubungan antara dua variabel, yaitu variabel independen dan variabel dependen.

Analisis bivariat pada penelitian ini diterapkan guna meneliti hubungan antara sikap dan dukungan teman sebaya dengan perilaku manajemen kebersihan menstruasi pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang. Uji chi-square digunakan karena sampel dikelompokkan ke dalam dua atau lebih dimensi atau variabel (Notoatmodjo, 2014).

Analisis data dilakukan menggunakan fisher exact test, karena terdapat dua sel dengan nilai kurang dari 5. Hasil statistik dari fisher exact test ($\alpha=0,05$) dibandingkan dengan nilai p pada tingkat signifikansi tertentu sesuai dengan derajat kebebasan yang diperoleh melalui SPSS versi 22. Apabila nilai p value $<\alpha=0,05$ artinya H_0 ditolak yang menyatakan hubungan signifikan antara sikap dan dukungan teman sebaya dengan perilaku manajemen kebersihan menstruasi. Namun apabila nilai p value $>\alpha=0,05$ H_0 diterima yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dan dukungan teman sebaya dengan perilaku manajemen kebersihan menstruasi.

J. Etika Penulisan

Departemen Kesehatan, Pendidikan, dan Kesejahteraan Amerika Serikat mengeluarkan *the Belmont Report* yang menerapkan tiga prinsip etika utama dalam penelitian kesehatan yang melibatkan manusia sebagai subjek penelitian. Penelitian ini akan mengajukan *Ethical Clearance* ke bioetik Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung, dan *Ethical Clearance* telah dikeluarkan dengan nomor: No. 523/ XII/2024/Komisi Bioetik. Tiga prinsip dasar etika yang diterapkan adalah sebagai berikut (Supratiknya, 2022):

1. Prinsip menghormati harkat martabat manusia (respect for persons).

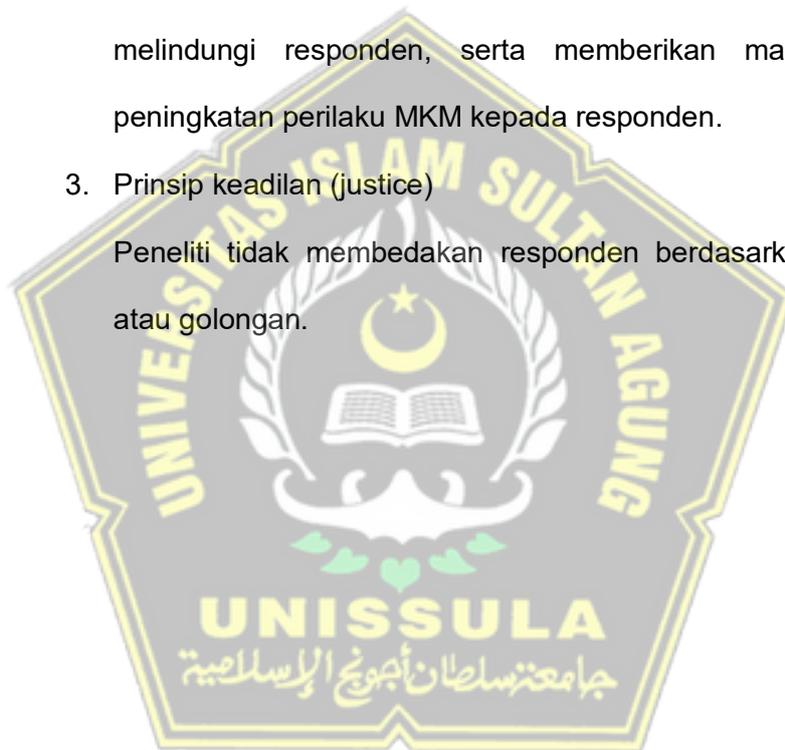
Dalam penelitian ini, peneliti memberikan penjelasan mengenai prosedur penelitian dan memperoleh informed consent dari responden sebelum penelitian dilakukan.

2. Prinsip manfaat (beneficence)

Prinsip etika dalam penelitian ini adalah melakukan kebaikan, melindungi responden, serta memberikan manfaat berupa peningkatan perilaku MKM kepada responden.

3. Prinsip keadilan (justice)

Peneliti tidak membedakan responden berdasarkan suku, ras, atau golongan.



BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini berlokasi di SDN Karangasem 02 Batang, yang terletak di Jl. Re. Martadinata Karangasem Utara Batang Jawa Tengah 51213. SDN Karangasem 02 Batang dengan kategori sekolah tingkat dasar (kelas1-6) sejumlah 220 siswa, di lokasi tersebut memiliki Unit Kesehatan Sekolah (UKS), namun tidak tersedia pereda nyeri dan cadangan pembalut. Siswa yang membutuhkan pembalut melapor ke guru dan mengambil pembalut di kantor guru. Sekolah memiliki 4 toilet, setiap toiletnya terdapat 55 siswa yang menggunakan dengan air mengalir lancar namun kondisinya kotor, tidak semua toilet tersedia sabun cuci tangan, penggunaan toilet tidak terpisah bagian siswa laki-laki dan perempuan, dan tidak tersedia keranjang sampah di sekitar area jamban untuk membuang pembalut bekas. Tempat sampah hanya tersedia di masing-masing kelas.

B. Hasil

1. Univariat

- a. Sikap responden terhadap Manajemen Kebersihan Menstruasi

Tabel 4. 1 Sikap responden terhadap Manajemen Kebersihan Menstruasi

No	Sikap	F	%
1	Negatif	4	13,3%
2	Positif	26	86,7%
Jumlah		30	100%

Sumber: Data primer, 2024

Dalam sikap responden terhadap manajemen kebersihan menstruasi menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki sikap yang positif terhadap menstruasi, dengan persentase

sebesar 86,7% (26 responden), sedangkan hanya 13,3% (4 responden) yang memiliki sikap negatif.

Tabel 4. 2 Analisis Butir Soal Kuesioner Variabel Sikap Remaja Putri di SDN Karangasem 02 Batang

No	Penyataan	SS (%)	S (%)	RR (%)	TS (%)	STS (%)
1	Saya mencuci tangan tidak menggunakan sabun setelah membersihkan pembalut	0 (0%)	9 (30%)	4 (13%)	15 (50%)	2 (7%)
2	Kebersihan daerah kemaluan harus diperhatikan setiap saat	4 (14%)	13 (43%)	13 (43%)	0 (0%)	0 (0%)
3	Saat haid menggunakan pembalut dengan bahan yang mengandung parfum dan bisa dipakai seharian	0 (0%)	5 (17%)	5 (17%)	13 (43%)	7 (23%)
4	Bagi saya saat nyeri haid sebaiknya mandi dengan air hangat	7 (23%)	10 (33%)	9 (30%)	4 (14%)	0 (0%)
5	Cara membersihkan pembalut yang benar adalah mencucinya sampai tidak tersisa lagi sisa darah kemudian dibuang ketempat sampah	0 (0%)	6 (20%)	13 (43%)	6 (20%)	5 (17%)
6	Saya segera mengganti celana dalam yang terkena darah saat menstruasi	2 (7%)	15 (50%)	11 (36%)	2 (7%)	0 (0%)
7	Bagi saya pembalut tidak perlu diganti sebelum bocor (mengenai pakaian dalam atau luar) agar irit	0 (0%)	9 (30%)	4 (13%)	15 (50%)	2 (7%)

8	Cara membuang pembalut sebaiknya dibungkus dengan kertas atau plastik terlebih dahulu	5 (17%)	13 (43%)	10 (33%)	2 (7%)	0 (0%)
9	Saya membersihkan daerah kewanitaan dengan sabun	0 (0%)	10 (33%)	6 (20%)	9 (30%)	5 (17%)
10	Mencuci tangan sebelum dan sesudah BAB dan BAK	5 (17%)	8 (26%)	8 (26%)	9 (30%)	0 (0%)

Berdasarkan tabel diatas mayoritas teman responden 7 (23%) sangat setuju saat nyeri haid mandi dengan air hangat, 5 (17%) sangat setuju membuang pembalut dibungkus dengan kertas atau plastik terlebih dahulu dan mencuci tangan sebelum sesudah BAB dan BAK. Mayoritas responden 7 (23%) sangat tidak setuju saat haid menggunakan pembalut dengan bahan yang mengandung wangi-wangian dan bisa dipakai seharian, 5 (17%) sangat tidak setuju mencuci pembalut sampai tidak tersisa lagi sisa darah kemudian dibuang ketempat sampah dan membersihkan daerah kewanitaan dengan sabun.

- b. Dukungan Teman Sebaya responden terhadap Manajemen Kebersihan Menstruasi.

Tabel 4. 3 Dukungan Teman Sebaya responden terhadap Manajemen Kebersihan Menstruasi

No	Dukungan Teman Sebaya	F	%
1.	Kurang Baik	10	33,3%
2.	Baik	20	66,7%
	Jumlah	30	100%

Sumber: Data Primer, 2024

Dalam hal dukungan teman sebaya saat menstruasi, sebagian besar responden 66,7% (20 responden) mendapat dukungan yang baik, sementara 33,3% (10 responden) mendapat dukungan yang kurang baik.

Tabel 4. 4 Analisis Butir Soal Kuesioner Variabel Dukungan Teman Sebaya Responden di SDN Karangasem 02 Batang

No	Pertanyaan	Ya (%)	Tidak (%)
1.	Saya sering berdiskusi bersama teman terkait masalah kesehatan	14 (47%)	16 (53%)
2	Saya sering berdiskusi tentang kebersihan menstruasi bersama teman	12 (40%)	18 (60%)
3	Teman satu meja saya memahami tentang kebersihan diri saat menstruasi	17 (57%)	13 (43%)
4	Teman saya membantu saya ketika kesulitan dalam menjalani kebersihan diri saat menstruasi	13 (43%)	17 (57%)
5	Diskusi dengan teman dapat menambah informasi terkait kesehatan reproduksi dan menstruasi	13 (43%)	17 (57%)
6	Sewaktu mengalami menstruasi dan anda tidak membawa pembalut, teman anda akan bersedia menolong anda	17 (57%)	13 (43%)
7	Jika ada masalah terkait menstruasi saya akan berdiskusi dengan teman	20 (67%)	10 (33%)
8	Teman anda memberikan dukungan secara emosional atau psikologis ketika anda mengeluhkan sakit pada organ reproduksi ketika menstruasi	25 (83%)	5 (17%)

Berdasarkan tabel diatas mayoritas teman responden 25 (83%), memberikan dukungan emosional atau psikologis ketika mengeluhkan sakit saat menstruasi, dan mayoritas responden 20 (67%) bila ada masalah terkait menstruasi akan berdiskusi dengan teman. Mayoritas responden 18 (60%) tidak sering berdiskusi terkait kebersihan menstruasi, serta mayoritas responden 17 (57%) teman responden membantu saat kesulitan dalam menjalani kebersihan saat menstruasi dan responden berdiskusi dengan teman tidak dapat menambah informasi terkait kesehatan menstruasi.

c. Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi

Tabel 4. 5 Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi

No	Perilaku MKM	F	%
1.	Kurang Baik	6	20%
2.	Baik	24	80%
	jumlah	30	100%

Sumber: Data Primer, 2024

Pada aspek perilaku manajemen kebersihan menstruasi (Menstrual Hygiene Management/ MHM), 80% (24 responden) menunjukkan perilaku yang baik, sedangkan 20% (6 responden) tergolong kurang dalam manajemen kebersihan menstruasi.

Tabel 4. 6 Analisis Butir Soal Kuesioner Variabel Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi responden di SDN Karangasem 02 Batang

No	Pernyataan	Ya (%)	Tidak (%)
1	Saya tidak mengganti pembalut setelah buang air kecil	15 (50%)	15 (50%)
2	Saya mengganti pembalut tiap 4 jam sekali	16 (53%)	14 (47%)

3	Setelah cebok, saya mengeringkan alat kelamin dengan tisu atau handuk kering	13 (43%)	17 (57%)
4	Saya memakai celana dalam yang menyerap keringat	23 (77%)	7 (23%)
5	Saya tidak mengganti pembalut setelah buang air besar	16 (53%)	14 (47%)
6	Saya membuang bekas pembalut di sungai	17 (57%)	13 (43%)
7	Saya menggunakan pembalut sekali pakai (seperti charm, softex, laurier, dll)	29 (97%)	1 (3%)
8	Saya membungkus pembalut dengan kertas atau plastik sebelum membuangnya	18 (60%)	12 (40%)
9	Saya mencuci pembalut terlebih dahulu sebelum dibuang	19 (63%)	11 (37%)
10	Saya membersihkan alat kelamin 2 kali atau kurang dalam sehari	13 (43%)	17 (57%)

Berdasarkan tabel diatas mayoritas responden 29 (97%) menggunakan pembalut sekali pakai, 23 (77%) memakai celana dalam yang menyerap keringat. Perilaku MKM mayoritas responden 17 (57%) setelah cebok tidak mengeringkan alat kelamin dengan tisu atau handuk kering dan membersihkan alat kelamin 2 kali atau kurang dalam sehari.

2. Bivariat

- a. Hubungan sikap dengan perilaku manajemen kebersihan menstruasi

Tabel 4. 7 Hubungan sikap saat menstruasi dengan Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi

Sikap	Perilaku MKM						p-value*
	Kurang Baik		Baik		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Negatif	3	75,0	1	25,0	4	100,0	0,018
Positif	3	11,5	23	88,5	26	100,0	

Total	6	20,0	24	80,0	30	100,0
-------	---	------	----	------	----	-------

Hasil penelitian diatas menunjukkan variabel sikap terhadap MKM mempunyai hubungan signifikan dengan perilaku MKM. Hal ini dibuktikan dari uji fisher exact test $p\text{-value} = 0,018 < 0,05$ maka H_0 ditolak H_a diterima, artinya terdapat hubungan antara sikap MKM terhadap perilaku MKM pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang.

- b. Hubungan dukungan teman sebaya dengan perilaku manajemen kebersihan menstruasi

Tabel 4. 8 Hubungan dukungan teman sebaya dengan Perilaku MKM

Dukungan Teman Sebaya	Perilaku MKM						p- value*
	Kurang Baik		Baik		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Kurang baik	3	30,0	7	70,0	10	100,0	0,372
Baik	3	15,0	17	85,0	20	100,0	
Total	6	20,0	24	80,0	30	100,0	

Hasil penelitian diatas menunjukkan variabel dukungan teman sebaya terhadap MKM tidak mempunyai hubungan signifikan dengan perilaku manajemen kebersihan menstruasi. Hal ini dibuktikan dari uji fisher exact test didapati $p\text{-value} = 0,372 > 0,05$ maka H_0 diterima H_a ditolak, artinya tidak terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya terhadap MKM dengan perilaku MKM pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang.

C. Pembahasan

1. Sikap siswi terhadap manajemen kebersihan menstruasi

Sikap melibatkan perasaan tertentu, pandangan dan keyakinan objek. Sikap adalah dasar dari seseorang yang merespons atau berperilaku dengan cara yang sesuai dengan pilihan mereka (Candra, Harini and Sumirta, 2017). Menurut teori Lawrence Green (1980), sikap seseorang adalah aspek yang mempengaruhi perilaku kesehatan.

Sikap adalah mereka yang memiliki tingkat sikap berbeda seperti penerimaan, respons, rasa hormat, dan tanggung jawab (Katmawati, 2021). Menurut Gagne dan Briggs dalam (Ernawat, Asrina and Suharni, 2019), sikap adalah kondisi internal yang mempengaruhi pemilihan tindakan individu dibandingkan dengan objek, individu atau peristiwa tertentu. Sikap adalah kecenderungan yang dibentuk oleh proses pembelajaran, termasuk aspek kognitif, emosional dan perilaku. Hal ini dapat memengaruhi respons seseorang secara positif dan negatif terhadap objek, situasi, institusi, konsep atau individu. Sikap juga merupakan faktor personal yang mencerminkan evaluasi positif atau negatif, yang dapat mendorong seseorang untuk menerima, menghindari, melawan, atau menentang suatu objek (Sartika and Si, 2020).

Penelitian yang dilakukan di Kota Yendi wilayah Utara Ghana Afrika Barat dari 412 responden sekitar sepersepuluh (13,6%) dari remaja memiliki sikap positif terhadap manajemen kebersihan menstruasi (Boakye-Yiadom *et al.*, 2018). Pada penelitian Lestariningsih *et al* (2015) bahwa mayoritas memiliki sikap yang positif,

karena adanya perbedaan dalam mengarahkan pernyataan terkait sikap, seseorang yang menunjukkan sikap yang baik dalam kebersihan menstruasi menurut peneliti merupakan hal yang sesuai fitrah manusia adanya.

Nyeri haid atau dismenore adalah nyeri yang terjadi di perut bagian bawah saat menstruasi, yang bisa bersifat ringan hingga berat. Menurut (Cunningham *et al.*, 2018), penyebab utama nyeri haid adalah peningkatan kadar prostaglandin, khususnya PGF₂ α yang diproduksi oleh endometrium selama menstruasi. Prostaglandin ini menyebabkan kontraksi rahim yang berlebihan, rangsangan langsung pada serabut saraf nyeri di dinding rahim dan semakin tinggi kadar prostaglandin, semakin parah nyeri yang dirasakan. Menurut (Lowdermilk, D. L., Perry, S. E., Cashion, K., & Alden, 2020) mandi air hangat dapat meredakan nyeri haid dengan cara meningkatkan sirkulasi darah, merelaksasi otot rahim, meningkatkan produksi endorfin.

Setiap perempuan umumnya mengalami nyeri haid yang dapat dikurangi dengan berbagai cara salah satunya saat nyeri haid mandi dengan air hangat, mayoritas responden 7 (23%) sangat setuju saat nyeri haid mandi dengan air hangat. Menjaga kebersihan diri termasuk aspek penting dalam mencegah penyebaran penyakit dan memastikan kesehatan optimal, mayoritas 5 (17%) membuang pembalut dibungkus dengan kertas atau plastik terlebih dahulu serta mencuci tangan sebelum sesudah BAB dan BAK.

Penggunaan pembalut dengan bahan yang mengandung parfum dapat menimbulkan beberapa risiko kesehatan seperti iritasi pada kulit

semsitif di area genital. Menurut (Sari, D. P., & Wulandari, 2017) bahan kimia dalam parfum dapat memicu reaksi alergi atau dermatitis kontak pada beberapa individu. Gejala yang mungkin timbul meliputi gatal, kemerahan, dan rasa tidak nyaman. Mayoritas responden 7 (23%) sangat tidak setuju penggunaan pembalut dengan bahan yang mengandung parfum dan bisa dipakai seharian. Menjaga kebersihan area kewanitaan dan pembalut sangat penting untuk kesehatan 5 (17%) mencuci pembalut sampai tidak tersisa lagi sisa darah kemudian dibuang ketempat sampah dan membersihkan daerah kewanitaan dengan sabun.

Penggunaan pembalut beraroma di area vagina dapat menyebabkan iritasi dan mengganggu keseimbangan pH alami, yang berpotensi meningkatkan risiko infeksi. Oleh karena itu, disarankan untuk menghindari penggunaan produk beraroma dan memilih produk tanpa pewangi untuk menjaga kesehatan area kewanitaan (Kaur, Kaur and Kaur, 2018). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 179 responden, 96 responden (53,6%) menggunakan pantyliner dengan cara yang kurang baik, sementara 83 responden (46,4%) menggunakan pantyliner dengan cara yang baik. Meskipun penelitian ini tidak secara spesifik meneliti penggunaan pembalut beraroma parfum, hasilnya menunjukkan bahwa perilaku penggunaan produk kewanitaan dapat mempengaruhi kesehatan reproduksi (Ranamajaki, Argarini and Widiastuti, 2024).

Mayoritas mahasiswi Kesehatan Masyarakat (90,9%) menggunakan pembalut sekali pakai karena alasan praktis,

kenyamanan, kemudahan akses, serta kebiasaan, meskipun mereka menyadari dampak yang ditimbulkan. Penanganan pembalut sekali pakai tergolong cukup baik, terbukti dari 97% responden yang mengetahui cara merawat pembalut bekas dengan mencucinya hingga bersih sebelum membuangnya ke tempat sampah. Mencuci pembalut dengan benar penting untuk mencegah bau tidak sedap dan mengurangi dampak estetika lingkungan (Ayuningsih, Fithria and Liaran, 2022).

Dalam membersihkan area genital, penggunaan cairan pembersih atau antiseptik secara berlebihan tidak dianjurkan karena dapat merusak flora normal seperti bakteri Doderlein. Hal ini dapat meningkatkan risiko infeksi akibat pertumbuhan bakteri patogen (Hilmi, Hurriyati and Lisnawati, 2018). Dalam penelitian (Arifin and Darsini, 2016) menunjukkan bahwa 57% responden tidak membersihkan area kewanitaan dengan air bersih dan sabun mandi, yang berarti hanya 43% yang melaporkan melakukan praktik tersebut.

2. **Dukungan teman sebaya siswi terhadap manajemen kebersihan menstruasi**

Dukungan teman sebaya merupakan bentuk saling memberikan bantuan dan dorongan antara individu yang memiliki usia serta tingkat kedewasaan yang relatif sama (Jenira, 2019). Peranan teman sebaya sangat besar dalam mempengaruhi kehidupan remaja. Remaja lebih banyak berada diluar rumah bersama teman sebaya dengan membentuk suatu kelompok. Pengaruh teman sebaya pada pembentukan karakter remaja seperti sikap, pembicaraan, minat,

dan perilaku lebih besar daripada pengaruh yang diberikan oleh keluarga. Teman yang dimiliki remaja terutama yang seusianya memberikan dampak yang besar terhadap gaya dan perilaku remaja. Hal tersebut terjadi karena koneksi yang dibangun antar diri mereka lebih mudah dipahami dan diterima daripada koneksi yang dilakukan oleh orang tua atau orang yang berusia lebih dewasa dari remaja tersebut.

Pada penelitian Wulandari dan Saparwati (2020) menunjukkan bahwa dukungan teman sebaya pada remaja di SMP Negeri 4 Ungaran sebagian besar berada dalam kategori tinggi, yaitu sebanyak 38 orang (81,0%). Dukungan tinggi ini terlihat dari dukungan penilaian, di mana responden melaporkan bahwa teman seusianya sering memuji area kemaluan jika mereka dapat benar membersihkan selama menstruasi (77,0%). Sebagian besar responden (66,7% atau 20 responden) mereka mengatakan menerima dukungan yang baik, sementara 33,3% (10 responden) tidak memiliki dukungan.

Penelitian (Azzahra and Mardhiati Adiwiryo, 2021) juga menunjukkan bahwa siswi dengan dukungan teman sebaya yang membekali selama menstruasi (78,5%) memiliki perilaku kebersihan diri yang lebih daripada yang memiliki perilaku kebersihan saat menstruasi yang buruk (21,5%) .

Peran teman sebaya dalam penerapan Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) di sekolah memiliki dampak positif, terutama karena tidak semua siswa merasa nyaman untuk terbuka kepada guru atau orang tua. Teman sebaya sering menjadi tempat berbagi cerita dan

mengungkapkan kesulitan yang dialami, termasuk dalam hal menstruasi. Dalam konteks sekolah, teman sebaya dapat menciptakan lingkungan yang mendukung dan nyaman bagi siswa yang mengalami menstruasi, baik sebagai tempat untuk meminta bantuan maupun berbagi perasaan atau keluhan terkait kondisi yang mereka alami.

Memberikan dukungan emosional atau psikologis kepada teman atau seseorang yang mengeluhkan sakit saat menstruasi membantu mengurangi stres dan frustrasi yang sering muncul selama periode menstruasi. Berbagi perasaan dan pengalaman dengan orang-orang terdekat dapat memberikan rasa lega dan membantu dalam mengatasi perubahan suasana hati (Khoerunisya, 2015). Mayoritas teman responden 25 (83%) memberikan dukungan emosional atau psikologis ketika mengeluhkan sakit saat menstruasi.

Diskusi yang terbuka dan suportif dapat Pendekatan melalui diskusi terbuka dan suportif, baik dalam bentuk pendidikan kesehatan, terapi kelompok, maupun dukungan keluarga, dapat menjadi strategi efektif dalam mengurangi kecemasan dan memberikan perspektif baru dalam mengatasi masalah terkait menstruasi (Cemerlang, 2023). mayoritas responden 20 (67%) bila ada masalah terkait menstruasi akan berdiskusi dengan teman.

Diskusi terbuka dan berbagi informasi tentang kebersihan menstruasi dapat memberikan manfaat bagi semua pihak, meningkatkan kesadaran, dan mengurangi stigma seputar kebersihan menstruasi. Mayoritas responden 18 (60%) tidak berdiskusi dan

menambah informasi tentang kebersihan menstruasi bersama teman, serta tidak membantu ketika kesulitan dalam menjalani kebersihan menstruasi. Hasil penelitian (Latifah, Wahyusari and Salam, 2022) menunjukkan bahwa semakin baik dukungan teman sebaya, semakin baik pula perilaku menjaga kebersihan menstruasi. Penelitian ini menyoroti peran penting teman sebaya dalam memberikan informasi dan masukan yang dapat meningkatkan praktik kebersihan selama menstruasi. Teman sebaya dapat menjadi sumber informasi dan dukungan yang signifikan dalam praktik kebersihan diri selama menstruasi (Nuraini and Lestari, 2021).

3. Perilaku siswi terhadap manajemen kebersihan menstruasi

Dalam Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM), perempuan perlu menggunakan pembalut yang bersih dan secara teratur untuk menggantinya selama menstruasi. Selain itu, mereka juga harus memiliki akses yang memadai untuk membuang pembalut yang benar, serta fasilitas seperti toilet, sabun, dan air guna menjaga kebersihan diri dalam lingkungan yang nyaman dan tetap menjaga privasi.

Perilaku kebersihan diri yang positif selama menstruasi pada remaja putri merupakan tindakan remaja putri saat menstruasi yang melakukan praktik perilaku kebersihan diri yang mendukung dan sesuai dengan indikator yang berlaku, seperti aspek penggunaan pembalut dan celana dalam, kebersihan organ genital dan makanan yang dikonsumsi saat menstruasi (Ghofur, Yunita and Aningsih, 2023)

Berdasarkan penelitian oleh Perveen et al. di Bangladesh menyatakan bahwa praktikkebersihan diri saat menstruasi yang baik sangat penting selama menstruasi karena dapat meningkatkan kepercayaan diri wanita tersebut dalam berbagai aspek. Namun di sisi lain, praktik yang buruk dapat meningkatkan kerentanan terhadap masalah kesehatan pada wanita, terutama masalah pada organ reproduksi.

Penelitian yang dilakukan oleh Sabarudin dkk. (2020) terhadap 20 siswi yang telah mengalami menstruasi menunjukkan bahwa 60% atau 12 siswi memiliki kebiasaan personal hygiene yang kurang baik. Beberapa praktik yang tidak optimal meliputi jarang mengganti celana dalam setidaknya dua kali sehari, tidak mengeringkan area kewanitaan dengan tisu, serta hanya melakukan keramas pada hari terakhir menstruasi (Sabaruddin et al., 2021). Sementara itu, penelitian Subiyatin et al. (2023) menyatakan bahwa 67,5% di antaranya memiliki perilaku kebersihan diri yang baik.

Menggunakan pembalut sekali pakai adalah pilihan umum yang banyak digunakan oleh perempuan selama menstruasi, mayoritas responden 29 (97%) menggunakan pembalut sekali pakai. Menggunakan celana dalam yang menyerap keringat untuk menjaga kenyamanan dan kebersihan, terutama saat beraktivitas atau selama menstruasi, mayoritas responden 23 (77%) memakai celana dalam yang menyerap keringat. Kebersihan alat kelamin sangat penting untuk menjaga kesehatan dan mencegah masalah kesehatan jangka panjang. Menjaga keseimbangan antara kebersihan yang baik dan

perawatan yang tidak berlebihan akan membantu menjaga kesehatan alat kelamin tetap optimal, mayoritas responden 17 (57%) setelah cebok tidak mengeringkan alat kelamin dengan tisu atau ahnduk kering dan emmbersihkan alat kelamin 2 kali atau kurang dalam sehari.

Setelah membasuh area genital, penting untuk mengeringkannya dengan handuk bersih atau tisu kering. Perawatan daerah kewanitaan yang tepat menjadi sangat penting untuk mencegah infeksi dan gangguan kesehatan reproduksi (Maulida, 2022). Menjaga kebersihan alat kelamin secara rutin dan benar sangat penting, terutama selama siklus menstruasi. Setelah buang air kecil maupun buang air besar, area genital harus dibersihkan dengan benar, yakni dengan mengusap dari depan ke belakang (dari vagina ke anus), bukan sebaliknya. Cara ini bertujuan untuk mencegah perpindahan bakteri dari anus ke vagina yang dapat menyebabkan infeksi (Kemenkes, 2020). Hasil penelitian (Purwanti, 2017) menunjukkan bahwa 47,5% responden mengeringkan area genital dengan tisu atau handuk kering setelah membersihkan diri.

4. Hubungan antara Sikap dengan perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi

Hasil penelitian dalam tabel 4.7 menunjukkan bahwa sikap menstruasi pada siswi SDN Karangasem 02 Batang pada usaha memperbaiki, mempertahankan, dan memelihara kebersihan dan kesehatannya bagi kesejahteraan fisik ataupun psikologis melewati implementasi manajemen kebersihan menstruasi yang dilaksanakan ketika menstruasi sudah bersikap positif.

Kondisi diatas, menunjukkan bahwa sikap positif meningkatkan peluang perilaku baik dibandingkan sikap negatif, hubungan ini signifikan secara statistik ($p < 0,05$). Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggraeni, Randayani Lubis and Nurdini (2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara sikap dan perilaku kebersihan diri, dengan nilai Odds Ratio (OR) sebesar 6,83 dan Confidence Interval (CI) 95%: 2,47 – 18,85. Artinya, remaja putri yang memiliki sikap positif berpeluang 6,83 kali lebih besar untuk menjaga kebersihan diri mereka selama menstruasi. Penelitian lain di Merauke juga menunjukkan hasil signifikan mengenai hubungan antara sikap remaja putri terhadap kebersihan diri saat menstruasi, dengan p-value sebesar 0,040 (Santi Mbungo and Ernawati, 2023). Pada penelitian Widarini et al (2023) didapatkan bahwa sikap memiliki hubungan signifikan dengan perilaku personal hygiene menstruasi pada remaja putri di Denpasar dengan nilai $p = 0,007$ ($p \leq 0,05$).

Adanya hubungan antara sikap dan perilaku manajemen kebersihan menstruasi disebabkan oleh pertumbuhan dan perkembangan remaja yang berlangsung cepat baik secara fisik maupun mental. Ini memungkinkan remaja untuk mulai menjalankan fungsi reproduksi mereka. Oleh karena itu, dukungan untuk membentuk sikap yang baik sangat penting, terutama dalam menanggapi kondisi sebagai perempuan yang akan mengalami menstruasi. Sebaliknya, sikap negatif pada remaja dapat mempengaruhi perilaku mereka, terutama terkait manajemen

kebersihan menstruasi (As Sidiqiah, Nurrochmah and Paramita, 2022).

Hasil penelitian (Adyani, Realita and Setianingsih, 2023) menunjukkan adanya hubungan antara sikap dan perilaku kebersihan diri saat menstruasi awal pada siswi SMP Al Islah Plus Ampelgading Pematang. Hasil ini ditunjukkan oleh uji Fisher's exact test dengan nilai signifikan 0,006 ($p < 0,05$), maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Penelitian ini serupa oleh Permata (2019) menemukan bahwa adanya hubungan antara pengetahuan remaja putri dan perilaku kebersihan vulva selama menstruasi di SMPN 1 Pulau Beringin, Kabupaten Ogan Komering Ulu Selatan, Sumatera Selatan dengan hasil uji statistik chi-square menunjukkan p-value = 0,001 ($< 0,05$). Selain itu, penelitian lainnya Pemiliana (2019) di SMA Etislandia Medan juga membuktikan adanya hubungan antara sikap dan personal hygiene saat menstruasi. Uji statistik chi-square menghasilkan nilai $p = 0,049$ ($< 0,05$), yang menegaskan hubungan signifikan antara kedua variabel.

Sikap yang baik mempengaruhi kebersihan diri remaja putri selama menstruasi. Remaja putri dengan perilaku positif akan termotivasi untuk mempraktikkan kebersihan menstruasi atau menjaga diri saat menstruasi (Yuliwati and Fitri Solissa, 2022). Sikap berkaitan dengan perilaku seseorang, dan sikap terhadap suatu tindakan menunjukkan perilaku individu tersebut terhadap tindakan tersebut. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki perilaku baik terkait personal hygiene organ genitalia akan

memiliki sikap yang baik pula terhadap personal hygiene organ genitalia (Fikriyana, □ and Budiono, 2016).

5. Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi

Dukungan teman sebaya merupakan sebuah lingkungan sosial yang terbentuk dari interaksi antar remaja. Dalam kelompok ini, remaja cenderung lebih terbuka dan aktif berinteraksi dengan teman seusianya (Mubharak et al., 2019). Dukungan sosial dari teman sebaya menjadi faktor penting bagi remaja putri dalam menghadapi menstruasi. Perasaan saling memahami dan memiliki pengalaman yang sama memungkinkan mereka untuk saling berbagi dan memberikan dukungan (Kristina Ermelinda Tanda, Afrona E. L. Takaeb and Petrus Romeo, 2024).

Pada penelitian ini mengindikasikan bahwa dukungan baik memiliki kecenderungan untuk meningkatkan peluang perilaku baik dibandingkan dukungan kurang. Namun, hubungan ini juga tidak signifikan secara statistik ($p > 0,05$).

Penelitian Hanissa, J., Nasution, A., & Arsyati, A. M. (2017) menunjukkan bahwa pengaruh teman sebaya dalam mendukung perilaku kebersihan saat menstruasi 2,963 kali lebih rendah dibandingkan dengan informasi yang diperoleh langsung oleh siswa. Sementara itu penelitian (Nurulicha, 2019) yang melibatkan 63 responden menemukan bahwa peran teman sebaya mayoritas memberikan dampak positif terhadap perilaku personal hygiene saat

menstruasi, dengan 55 siswi (87,3%) menunjukkan perilaku yang baik. Dari 50 siswi yang memiliki kebiasaan personal hygiene yang baik selama menstruasi, 92% di antaranya mendapatkan dukungan positif dari teman sebaya. Namun, hasil uji statistik menggunakan chi-square menunjukkan nilai $p = 0,084$, yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara peran teman sebaya dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi. Hal ini dapat disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan remaja tentang menstruasi yang masih berada pada tingkat dasar, sehingga diskusi mereka cenderung terbatas pada hal-hal umum dan tidak membahas aspek yang lebih spesifik mengenai kebersihan menstruasi.

Pada penelitian (Azzahra and Mardhiati Adiwiryo, 2021) hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswi yang memperoleh dukungan teman sebaya dalam kategori cukup (63,8%) sementara siswanya berada dalam kategori kurang (36,2%). Analisis bivariat menggunakan uji chi-square menghasilkan nilai $p = 0,783$, yang mengindikasikan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan perilaku personal hygiene selama menstruasi. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Yusuf dan Budiono (2016) mengungkapkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan perilaku personal hygiene selama menstruasi, dengan nilai $p = 1,000$. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Amanda (2020) yang juga menunjukkan bahwa tidak ada keterkaitan antara dukungan teman

dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi, dengan nilai $p = 0,205$.

D. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian hubungan sikap dan dukungan teman sebaya dengan perilaku manajemen kebersihan menstruasi pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang terdapat keterbatasan penelitian, yaitu ruang yang digunakan untuk mengumpulkan responden dalam pengambilan data sempit sehingga peneliti kesulitan mengkondisikan responden untuk tenang saat mengerjakan secara mandiri.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Sesudah dilaksanakan penelitian mengenai Hubungan Sikap dan Dukungan Teman Sebaya dengan Perilaku Manajemen Kebersihan Menstruasi pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang, dapat disimpulkan bahwa: hasilnya

1. Mayoritas responden memiliki sikap yang positif terhadap menstruasi pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang
2. Mayoritas responden menerima dukungan yang baik dari teman pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang
3. Mayoritas responden menunjukkan perilaku yang baik pada siswi SDN Karangasem 02 Batang
4. Ada hubungan sikap dengan perilaku manajemen kebersihan menstruasi pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang
5. Tidak ada hubungan dukungan teman sebaya dengan perilaku manajemen kebersihan menstruasi pada siswi di SDN Karangasem 02 Batang

B. Saran

1. Responden
 - a. Responden dapat mencari informasi tentang MKM ke guru sekolah, orangtua dan media dengan memastikan media tersebut valid atau benar.

b. Teman sebaya bisa saling berbagi informasi mengenai pentingnya kebersihan menstruasi, cara menggunakan pembalut, serta menjaga kebersihan selama menstruasi. Jika ada teman yang kurang paham, beri informasi yang benar dengan cara yang sopan dan penuh pengertian.

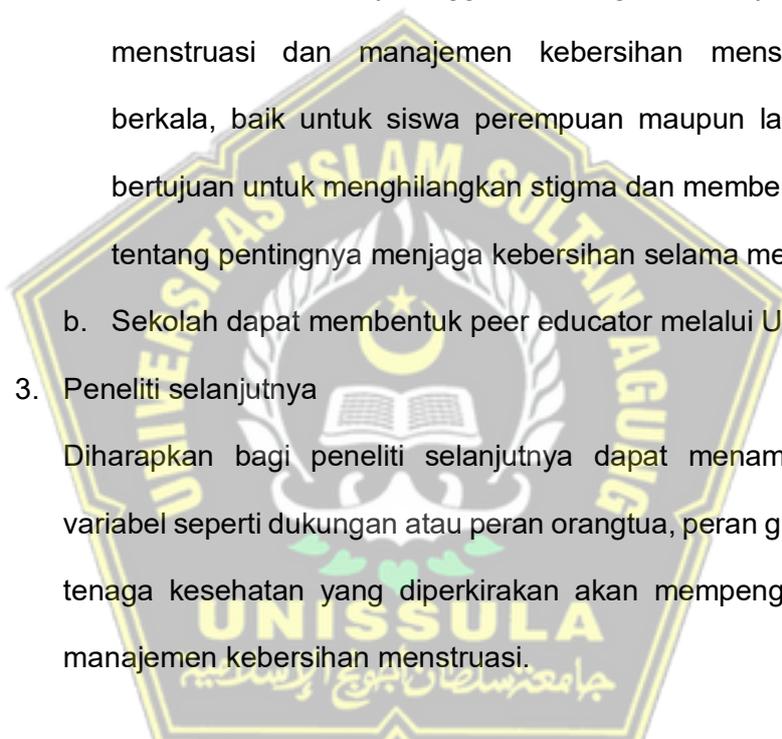
2. SDN Karangasem 02 Batang

a. Sekolah dapat menyelenggarakan kegiatan penyuluhan tentang menstruasi dan manajemen kebersihan menstruasi secara berkala, baik untuk siswa perempuan maupun laki-laki. Hal ini bertujuan untuk menghilangkan stigma dan memberi pemahaman tentang pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi.

b. Sekolah dapat membentuk peer educator melalui UKS disekolah

3. Peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat menambah variabel-variabel seperti dukungan atau peran orangtua, peran guru, dan peran tenaga kesehatan yang diperkirakan akan mempengaruhi perilaku manajemen kebersihan menstruasi.



DAFTAR PUSTAKA

Adyani, K., Realita, F. and Setianingsih, P. (2023) 'Pengetahuan, Sikap, dan Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene : Studi Kuantitatif', *Jurnal Kebidanan*, XV(01), pp. 14–27. Available at: www.ejurnal.stikeseub.ac.id.

Amanda, D. and Ariyanti, F. (2020) 'Perilaku Menstrual Hygiene Remaja: Studi Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Modern Kota Depok', *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 7(2), pp. 23–29. doi:10.20527/jpkmi.v7i2.10169.

Anand, E., Singh, J. and Unisa, S. (2015) 'Menstrual hygiene practices and its association with reproductive tract infections and abnormal vaginal discharge among women in India.', *Sexual & reproductive healthcare : official journal of the Swedish Association of Midwives*, 6(4), pp. 249–254. doi:10.1016/j.srhc.2015.06.001.

Anggraeni, L., Randayani Lubis, D. and Nurdini, L. (2023) 'Pengetahuan, Sikap dan Dukungan Teman Sebaya berhubungan dengan Kebersihan Diri saat Menstruasi pada Remaja Putri di Pondok Pesantren', *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 14(1), pp. 71–83. Available at: <http://journaliakmitangsel2.iakmi.or.id>.

Arifin, M.Z. and Darsini (2016) 'Efektivitas pendidikan kesehatan dengan metode ceramah tentang vulva hygiene terhadap perilaku merawat vulva hygiene saat menstruasi pada remaja putri kelas VIII', *Jurnal Keperawatan*, 9(1), pp. 10–23.

As Sidiqiah, E.T., Nurrochmah, S. and Paramita, F. (2022) 'Hubungan Antara Sikap dengan Perilaku Personal Hygiene Menstruasi Siswi SMA Budi Utomo Jombang', *Sport Science and Health*, 4(1), pp. 24–32. doi:10.17977/um062v4i12022p24-32.

Atin Fitriana (2019) 'Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) pada Remaja Putri di SMP Muhammadiyah 1 Malang'.

Ayuningsih, F., Fithria, F. and Liaran, R.D. (2022) 'Perilaku Dalam Penanganan Sampah Pembalut Sekali Pakai Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo', *Jurnal Kesehatan Lingkungan Universitas Halu Oleo*, 3(2). doi:10.37887/jkl-uho.v3i2.27449.

Azzahra, N. and Mardhiati Adiwiryo, R. (2021) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi SMP PGRI Depok II Tengah Jawa Barat Tahun 2020', *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 9(2), pp. 211–220.

Boakye-Yiadom, A. *et al.* (2018) 'Assessing the Knowledge, Attitude and Practice of Menstrual Hygiene Management Among Junior High Schools Adolescent Females in the Yendi Municipality in the Northern Region of Ghana', *European Scientific Journal ESJ*, 14(36), pp. 467–487. doi:10.19044/esj.2018.v14n36p467.

Bukit, R. br (2019) 'Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kebersihan Alat Kelamin pada Saat Menstruasi di SMPN 25 Pekanbaru', *Scientia Journal*, 8(1), pp. 18–27. doi:10.5281/scj.v8i1.404.

Candra, I.W., Harini, I.G.A. and Sumirta, I.N. (2017) *Psikologi Landasan Keilmuan Praktik Keperawatan Jiwa*. Penerbit Andi. Available at: <https://books.google.co.id/books?id=li5LDwAAQBAJ>.

Cemerlang, N.F. (2023) *Permasalahan Kesehatan pada Remaja: Solusi dan Penanganan*.

Chandra-Mouli, V. and Patel, S.V. (2017) 'Mapping the knowledge and understanding of menarche, menstrual hygiene and menstrual health among adolescent girls in low- and middle-income countries', *Reproductive Health*, 14(1), pp. 1–16. doi:10.1186/s12978-017-0293-6.

Cunningham, F.G. *et al.* (2018) 'No Title', in *Williams Obstetrics, 25e*. New York, NY: McGraw-Hill Education. Available at: <http://obgyn.mhmedical.com/content.aspx?aid=1151896101>.

Davis, J. *et al.* (2018) 'Menstrual hygiene management and school absenteeism among adolescent students in Indonesia: evidence from a cross-sectional school-based survey', *Tropical Medicine & International Health*, 23(12), pp. 1350–1363. doi:<https://doi.org/10.1111/tmi.13159>.

Dra. Zulmiyetri, M.P., Safaruddin, M.P. and Dr. Nurhastuti, M.P. (2020) *Penulisan Karya Ilmiah*. Prenada Media. Available at: https://books.google.co.id/books?id=v_32DwAAQBAJ.

Dwi Oktaviani, D.O. and Perianto, E. (2022) 'Pengaruh dukungan teman sebaya terhadap minat belajar siswa', *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1), pp. 127–134. doi:10.26539/terapeutik.611093.

Ernawat, Asrina, A. and Suharni (2019) 'Pengaruh Metode Diskusi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Kebersihan Diri', *Sinergitas Multidisiplin Ilmu Pengetahuan dan Teknologi, Vol. 2, 2*, pp. 26–27.

Ernawati Sinaga, N.S. (2017) *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: Universitas Nasional IWWASH Global One.

Fadilasani, R., Sugito, H. and Purnamasari, D. (2023) 'Pengetahuan Tentang Menstruasi Membentuk Sikap Positif Personal Hygiene Remaja Putri', *WOMB Midwifery Journal (WOMB Mid.J)*, 2(1), pp. 16–22. Available at: <https://jurnal.stikesbanyuwangi.ac.id/index.php/WMJ>.

Fikriyana, D., Y. and Budiono, I. (2016) 'FAKTOR YANG BERTHUBUNGAN DENGAN PRAKTIK MENSTRUAL HYGIENE GENITALIA PADA SISWI SMP LB TUNAGRAHITA Info Artikel', *JHE Journal of Health Education*, 1(1), pp. 56–61. Available at: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jhealthedu/>.

Ghofur, F.M., Yunita, R.D. and Aningsih, S. (2023) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Remaja dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 10(1), pp. 66–75. doi:10.55500/jikr.v10i1.181.

Hanapi, I. and Agung, I.M. (2018) 'Dukungan sosial teman sebaya dengan self efficacy dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa', *Jurnal RAP Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang Padang*, 9(1), pp. 37–45.

Hastuti, Dewi, R.K. and Pramana, R.P. (2019) 'Menstrual Hygiene Management

(MHM): A Case Study of Primary and Junior High School Students in Indonesia', *The SMERU Research Institute*, p. 107. Available at: http://www.smeru.or.id/sites/default/files/publication/mkm_en_0.pdf.

Hilmi, R.Z., Hurriyati, R. and Lisnawati (2018) 'No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title', 3(2), pp. 91–102.

Jenira, S. (2019) 'Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Komitmen Menyelesaikan Studi Pada Mahasiswa Semester Akhir', *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2), pp. 274–283. doi:10.30872/psikoborneo.v7i2.4783.

Kaur, Rajanbir, Kaur, K. and Kaur, Rajinder (2018) 'Menstrual Hygiene, Management, and Waste Disposal: Practices and Challenges Faced by Girls/Women of Developing Countries.', *Journal of environmental and public health*, 2018, p. 1730964. doi:10.1155/2018/1730964.

Kemendes (2020) 'Jaga Kebersihan Saat "Si Merah" Datang'.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2017) 'Panduan Manajemen Kebersihan Menstruasi Bagi Guru dan Orang Tua. Direktorat Pembinaan Sekolah Dasar', *Who/Unicef*, p. 16.

Khoerunisya, D.A. (2015) 'Hubungan Regulasi Emosi Dengan Rasa Nyeri Haid (Dismenore) Pada Remaja.'

Korir, E., Okwara, F.N. and Okumbe, G. (2018) 'Menstrual hygiene management practices among primary school girls from a pastoralist community in Kenya: A cross sectional survey', *Pan African Medical Journal*, 31, pp. 1–11. doi:10.11604/pamj.2018.31.222.13521.

Kristina Ermelinda Tanda, Afrona E. L. Takaeb and Petrus Romeo (2024) 'Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Kebersihan Diri Saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMP Negeri 9 Kota Kupang', *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(3), pp. 426–435. doi:10.55123/sehatmas.v3i3.3586.

Kurniasih, E. (2022) 'Determinan Perilaku Hygiene Menstruasi Remaja Putri di SMPN 3 Sine, Kabupaten Ngawi', *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, 7(1), p. 33. doi:10.35842/formil.v7i1.419.

Latifah, U., Wahyusari, S. and Salam, A.Y. (2022) 'Dengan Perilaku Menjaga Kebersihan Menstruasi Pada Remaja Putri Smau Kelas 1-2', pp. 69–79.

Lilie Pratiwi, M.K.M.A.I.H.S.S.T.M.K.M.O.S.S.T.M.K.K.M.S.S.T.K.M.T.K. (2024) *Mengenal Menstruasi dan Gangguannya*. CV Jejak (Jejak Publisher). Available at: <https://books.google.co.id/books?id=DTADEQAAQBAJ>.

Lowdermilk, D. L., Perry, S. E., Cashion, K., & Alden, K.R. (2020) *Maternity and Women's Health Care*. 12 th. Elsevier.

Maulida, K. (2022) 'Gambaran Perilaku Personal Hygiene Genitalia Pada Wanita Pekerja Pabrik Di Pt. Rodeo Prima Jaya Semarang', pp. i–61. Available at: http://repository.unissula.ac.id/25291/1/32101800045_fullpdf.pdf.

Meena, P., Bhojwani, P. and Verma, G.S. (2018) 'A Kap study on menstrual hygiene in adolescent girls', *Hindu*, 150, pp. 63–68.

- Mohammed, S. and Larsen-Reindorf, R.E. (2020) 'Menstrual knowledge, sociocultural restrictions, and barriers to menstrual hygiene management in Ghana: Evidence from a multi-method survey among adolescent schoolgirls and schoolboys.', *PloS one*, 15(10), p. e0241106. doi:10.1371/journal.pone.0241106.
- Nasution, N.C. (2018) 'Dukungan Teman Sebaya Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar', *Al-Hikmah*, 12(2), pp. 159–174. doi:10.24260/al-hikmah.v12i2.1135.
- Notoatmodjo, S. (2014) 'IPKJRC (2015). Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta', *Biomass Chem Eng*, 49(23–6).
- Notoatmodjo, S. (2018) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Nuraini, N. and Lestari, P.P. (2021) 'Jurnal Kesehatan Jurnal Kesehatan', *Jurnal Kesehatan*, 9(3), pp. 140–149.
- Nurulicha (2019) 'Perbedaan Pengetahuan, Sikap, Sumber Informasi Dan Faktor Lainnya Pada Personal Hygiene Saat Menstruasi.', *Jurnal Kesehatan Dan Kebidanan (Journal of Health and Midwifery)*, 8(1), pp. 1–13.
- Pemiliana, P.D. (2019) 'Perilaku Remaja Putri Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Sma Etidlandia Medan Tahun 2018', *Gaster*, 17(1), p. 62. doi:10.30787/gaster.v17i1.341.
- Primadi, O. (2017) 'Kemenkes Tekankan Manajemen Kebersihan Menstruasi Melalui UKS', *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia* [Preprint].
- Purwanti, S. (2017) 'Praktik Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Di Kabupaten Pati Tahun 2017', *Skripsi*, p. 127.
- Purwoastuti, W. (2015) *Ilmu Kesehatan Masyarakat Dalam Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka baru Press.
- Ranamajaki, N.F., Argarini, D. and Widiastuti, S. (2024) 'Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Flour Albus pada Mahasiswi S1 Keperawatan Reguler di Universitas Nasional Jakarta Selatan', *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 4(4), pp. 1274–1289. doi:10.33024/mahesa.v4i4.14028.
- Rusiana, H.P. and Purqoti, D.N.S. (2021) *REKRUTMEN CAREWORKER PADA ALUMNI STIKES YARSI MATARAM MELALUI PEER SUPPORT SYSTEM*. Penerbit NEM. Available at: <https://books.google.co.id/books?id=2UYIEAAQBAJ>.
- Santi Mbungo, H.S. and Ernawati, E. (2023) 'Hubungan Pengetahuan dan Sikap Tentang Kesehatan Reproduksi Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi di SMAN 1 Merauke', *Syntax Literate ; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 8(3), pp. 1840–1849. doi:10.36418/syntax-literate.v8i3.11471.
- Sari, D. P., & Wulandari, S. (2017) *Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jakarta: Pustaka Kesehatan.
- Sartika, D. and Si, M. (2020) 'Journal of Islamic Guidance and Counseling', 4, pp. 51–68.
- Sarwono (2014) *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono

Prawirohardjo.

Simanjuntak, L.E. and Indrawati, E.S. (2021) 'HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN HARGA DIRI PADA SISWI KELAS XII SMA KRISTEN TERANG SEMARANG', *Jurnal EMPATI; Jurnal Empati: Volume 10, Nomor 2, Tahun 2021 (April 2021)* DO - 10.14710/empati.2021.31001 [Preprint]. Available at: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/31001>.

Smeru (2023) 'Manajemen Kebersihan Menstruasi: Tanggung Jawab Siapa?'

Soekidjo Notoatmodjo (2017) *Pendidikan Kesehatan Ilmu dan Perilaku*.

Sukardi (2018) *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: Bumi Aksara.

who/unicef (2015) 'Global Monitoring Working Group On Hygiene, Meeting Report'.

Widarini, N.P. *et al.* (2023) 'the Relationship Between Knowledge and Attitude With Personal Hygiene Behavior of Menstrual Adolescent Women in Denpasar 2022', *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 14(1), pp. 19–28. Available at: <http://journaliakmitangsel2.iakmi.or.id>.

World Bank (2022) 'Menstrual health and hygiene'.

World Health Organization (2018) *Guidance on ethical considerations in planning and reviewing research studies on sexual and reproductive health in adolescents*. Available at: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/273792>.

Wulandari, P.S. and Saparwati, M. (2020) 'Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Praktik Menstrual Hygiene pada Remaja', pp. 92–98.

Yadav, R.N. *et al.* (2018a) 'Knowledge, Attitude, and Practice on Menstrual Hygiene Management among School Adolescents.', *Journal of Nepal Health Research Council*, 15(3), pp. 212–216. doi:10.3126/jnhrc.v15i3.18842.

Yadav, R.N. *et al.* (2018b) 'Knowledge, Attitude, and Practice on Menstrual Hygiene Management among School Adolescents', *Journal of Nepal Health Research Council*, 15(3), pp. 212–216. doi:10.3126/jnhrc.v15i3.18842.

Yuliwati, N. and Fitri Solissa (2022) 'Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Sumber Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Puteri di SMK Negeri V Buru Selatan, Maluku Tahun 2022', 8(12), pp. 240–247.