



## Hubungan Pengetahuan, Dukungan Keluarga Dan Promosi Kesehatan Dengan *Personal Hygiene* Saat Menarche Pada Siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong Tahun 2023

Anys Syelina<sup>1</sup>, Nina<sup>2</sup>, Sancka Stella G. Sihura<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Indonesia Maju Jakarta

Email: [anysyvelina12@gmail.com](mailto:anysyvelina12@gmail.com)

### Article Info

#### Article history :

Received : 21-03-2024

Revised : 23-03-2024

Accepted : 25-03-2024

Published : 27-03-2024

### Abstract

*Personal hygiene during menarche needs to be considered to maintain the health of female students' reproductive organs and avoid health problems. According to data from the Indonesian Adolescent Reproductive Health Survey (SKRRI) in 2018 in the city of Bogor, many young women complained about vaginal discharge, namely 57%. Lack of maintaining personal hygiene during menarche is caused by a lack of knowledge, family support or female students who have not participated in health promotion activities, resulting in dangerous diseases, namely the risk of cervical cancer is 19.386 times greater than those who have good personal hygiene. This research aims to determine the relationship between knowledge, family support and health promotion with personal hygiene during menarche among female students at SDN Pabuaran 01 Cibinong in 2023. The number of samples taken using a total population technique of 31 respondents using a correlational design with a cross sectional approach, using a questionnaire. This research uses the Chi Square test. From the results it is known that there is a relationship between knowledge ( $p.value = 0.019$ ), family support ( $p.value = 0.015$ ) and health promotion ( $p.value = 0.002$ ) with personal hygiene during menarche among female students at SDN Pabuaran 01 Cibinong. Female students' personal hygiene during menarche falls into the poor category, so there is a need for collaboration with health workers or health campuses to increase female students' or parents' knowledge regarding family support through health promotion in the school environment.*

**Keywords:** *Family, Personal Hygiene, Knowledge, Menarche, Health Promotion.*

### Abstrak

*Personal hygiene pada saat menarche perlu diperhatikan untuk menjaga kesehatan organ reproduksi pada siswi dan terhindar dari gangguan kesehatan. Menurut data survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKRRI) pada tahun 2018 di kota Bogor banyak remaja putri yang mengeluhkan tentang keputihan, yaitu sebanyak 57%. Kurangnya menjaga *personal hygiene* saat menarche disebabkan karena minimnya pengetahuan, dukungan keluarga atau siswi yang belum mengikuti kegiatan promosi kesehatan sehingga mengakibatkan penyakit yang berbahaya yaitu resiko kanker serviks 19,386 kali lebih besar dibandingkan yang mempunyai *personal hygiene* yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, dukungan keluarga dan promosi kesehatan dengan *personal hygiene* saat menarche pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong Tahun 2023. Banyaknya sampel yang diambil menggunakan tehnik total*



populasi 31 responden menggunakan desain kolerasional dengan pendekatan Cross Sectional, menggunakan kuesioner. Penelitian ini menggunakan uji Chi Square. Dari hasil diketahui ada hubungan antara pengetahuan (p.value = 0,019), dukungan keluarga (p.value = 0,015) dan promosi kesehatan (p.value = 0,002) dengan *personal hygiene* saat menarche pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong. *Personal hygiene* saat menarche yang dimiliki oleh siswi masuk kedalam kategori kurang baik, sehingga perlu adanya kolaborasi dengan tenaga kesehatan atau kampus kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan siswi atau orang tua terkait dukungan keluarga melalui promosi kesehatan di lingkungan sekolah.

**Kata kunci:** Personal Hygiene, Keluarga, Menarche, Pengetahuan, Promosi Kesehatan.

## LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan masa perkembangan yang dimulai dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, emosional dan sosial. Pertumbuhan atau perkembangan pada fisik yang meliputi perubahan seks primer yaitu matangnya fungsi organ seks, seperti menarche yang terjadi pada perempuan dan mimpi basah yang terjadi pada laki-laki. Sedangkan perubahan sekunder yaitu tumbuhnya rambut di ketiak dan kemaluan, pada laki-laki ditandai dengan tumbuhnya jakun, jika perempuan ditandai dengan membesarnya payudara dan panggul (1). Menarche merupakan menstruasi yang dialami saat pertama kali, dimana menarche ini sangat penting dan membutuhkan perhatian khusus, sebab awal kedewasaan biologis pada wanita. Rentang usia saat menarche pertama pada 10 tahun atau lebih muda lagi dan juga ada yang mengalami di usia 18 tahun (2).

Penelitian yang mengkaji dalam data *World Health Organization (WHO)* tahun 2020 remaja yang mengalami menarche pertama pada rentang usia 10 sampai 19 tahun, menarche pada usia 11 sampai 13 tahun populasi remaja dunia perkiraan sekitar 1,2 miliar orang atau 18% dari populasi (3). Menurut laporan hasil Riskesdas 2010 di Jawa Barat usia menarche yaitu 6-8 tahun 0,1%, paling banyak usia 13-14 tahun 38,1% dan usia yang lambat 19-20 tahun 0,6% (4). Menurut data yang didapatkan angka penyakit pada saluran reproduksi yaitu infeksi (10-18 tahun) yaitu 35% sampai 42% sedangkan dewasamuda (18-22 tahun) yaitu 27% sampai 33% pada tahun 2010 (5). Data statistik di Indonesia yang didapatkan ada 63 juta dari 69,4 juta mempunyai *personal hygiene* yang buruk, diantaranya 30% karena area yang tidak sehat dan buruk, 70% dipicu karena penggunaan pembalut yang buruk dan *personal hygiene* yang kurang saat menarche.

*Personal hygiene* yaitu perilaku seseorang yang sangat penting dilakukan dalam menjaga kebersihan pada genitalia dan juga memberikan kesehatan pada fisik maupun mental bagi wanita selama menarche (6). Faktor yang mempengaruhi *personal hygiene* saat menarche yaitu terdiri dari pengetahuan, ekonomi, budaya, sikap, ketersediaan informasi, dukungan sosial, perilaku *personal hygiene* dan sarana (7).

Kurangnya pengetahuan adalah suatu permasalahan yang terjadi saat menghadapi menarche terutama mengenai *personal hygiene* yang baik. Sehingga, dari kurangnya pengetahuan mengakibatkan resiko infeksi organ reproduksi, mengalami keputihan, dan penyakit lainnya. Hal ini berarti sangat diperlukan pengetahuan dengan mendapatkan atau mencari informasi yang benar



(8). Hasil survei penelitian menurut Marni menyatakan bahwa ada ada hubungan antara pengetahuan dengan *personal hygiene* saat menarche, didapatkan remaja putri terkait *personal hygiene* saat menarche diketahui memiliki pengetahuan yang kurang berjumlah 11 orang (52,4%) dan dengan pengetahuan yang baik terhadap *personal hygiene* saat menarche berjumlah 10 orang (47,6%) (9).

Faktor lain adalah dukungan keluarga terutama seorang ibu yang memiliki peran penting dalam memberikan berbagai informasi terkait dengan kesehatan organ reproduksi saat menarche. Ibu juga harus selalu siap untuk menjawab setiap pertanyaan anak sesuai dengan kemampuannya. Dukungan yang diberikan dapat mengurangi rasa cemas, memberikan motivasi yang baik untuk melakukan aktivitas dan anak lebih siap untuk menghadapi masalah. Jika ibu tidak memberikan informasi anak menjadi kurang mengetahui cara menghadapi menstusasi dan belum siap untuk menghadapinya (10). Hasil survei penelitian menurut Dinny Sri Utami menyatakan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan *personal hygiene* saat menarche, didapatkan bahwa sebagian dukungan keluarga pada remaja putri terhadap *personal hygiene* saat menstruasi mendukung berjumlah 41 orang (71,7%) dan keluargayang tidak mendukung berjumlah 17 orang (28,3%) (5).

Promosi kesehatan merupakan upaya penting yang dilakukan tenaga kesehatan terhadap masyarakat salah satu nya yaitu siswi sehingga dapat meningkatkan dan memelihara kesehatan pada diri mereka. Untuk mencapai tujuan metode yang biasa digunakan yaitu metode ceramah dengan menggunakan media yang menarik supaya informasi yang disampaikan mudah untuk dipahami seperti media cetak, elektronik, dan media sosial (11) . Hasil survei penelitian menyatakan bahwa ada hubungan antara perubahan tingkat pengetahuan antara sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok metode ceramah dan media video perubahan tersebut dapat dilihat dari nilai yang awalnya pretest 19,67 dan posttest 22,07 dengan nilai p value=0,003 (12).

Dari pemaparan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini yang bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, dukungan keluarga dan promosi kesehatan dengan *personal hygiene saat menarche* pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian yang digunakan yaitu deskriptif kuantitatif dengan metode analistik kolerasional dengan desain pendekatan cross sectional dalam jumlah 31 responden yang diambil dengan menggunakan metode total populasi. Uji statistic pada penelitian ini menggunakan uji *Chi Square*. Penelitian ini menggunakan kuesioner *personal hygiene* 8 pertanyaan (13), pengetahuan 12 pertanyaan (14), Dukungan keluarga 11 pertanyaan (15), dan promosi kesehatan 10 pertanyaan (16) yang dilakukan pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong pada tanggal 14, 16 dan 18 Desember 2023. Penelitian ini sudah meliputi lolos dalam uji etik di Universitas Indonesia Maju.

No.7844/Sket/Ka Dept/RE/UIMA/XII/2023.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**



**Analisis Univariat**

**Tabel 1.** Distribusi frekuensi responden pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong Tahun 2023.

Variabel	Frekuensi	Presentase%
<b>Personal Hygiene</b>		
Baik	15	48,4
Kurang Baik	16	51,6
<b>Pengetahuan</b>		
Baik	16	51,6
Kurang Baik	15	48,4
<b>Dukungan Keluarga</b>		
Mendukung	10	32,3
Kurang Mendukung	21	67,7
<b>Promosi Kesehatan</b>		
Mengikuti	12	38,7
Belum Mengikuti	19	61,3

Berdasarkan tabel 1. Diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki *personal hygiene* yang kurang baik (51,6%), pengetahuan baik (51,6%), kurang mendapatkan dukungan keluarga (67,7%) dan belum mengikuti promosi kesehatan (61,3%).

**Analisa Bivariat**

**Tabel 2.** Hubungan pengetahuan, dukungan keluarga dan promosi kesehatan dengan *personal hygiene* saat menarache pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong Tahun 2023.

	Personal hygiene				Total		P value	OR
	Kurang baik		Baik		N	%		
	N	%	N	%				
<b>Pengetahuan</b>								
Kurang baik	11	73,3	4	26,7	15	100	0,019	6,050
Baik	5	31,3	11	68,8	16	100		
<b>Dukungan keluarga</b>								



Kurang mendukung	14	66,7	7	33,3	21	100	0,015	8,000
Mendukung	2	20,0	8	80,0	10	100		
<b>Promosi kesehatan</b>								
Belum mengikuti	14	73,7	5	26,3	19	100	0,002	14,000
Mengikuti	2	16,7	10	83,3	12	100		

Dari tabel 2. didapatkan hubungan pengetahuan dengan *personal hygiene* saat menarache pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong diperoleh bahwa Sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan kurang baik (73,3%). Dari hasil uji statistik didapatkan nilai P value = 0,019 berarti  $p \text{ value} < (0,05)$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan *personal hygiene* saat menarache pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong. Berdasarkan siswi dengan pengetahuan kurang baik berpeluang nilai OR 6,050 atau 6 kali untuk memiliki *personal hygiene* yang kurang baik dibandingkan dengan siswi yang pengetahuan baik.

Dari tabel 2. didapatkan hubungan dukungan keluarga dengan *personal hygiene* saat menarache pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong diperoleh bahwa Sebagian besar responden yang kurang mendapatkan dukungan keluarga (66,7%). Dari hasil uji statistik didapatkan nilai P value = 0,015 berarti  $p \text{ value} < (0,05)$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan *personal hygiene* saat menarache pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong. Berdasarkan siswi yang kurang mendapatkan dukungan keluarga berpeluang nilai OR 8,000 atau 8 kali untuk memiliki *personal hygiene* yang kurang baik dibandingkan dengan siswi yang mendapatkan dukungan keluarga

Dari tabel 2. didapatkan hubungan promosi kesehatan dengan *personal hygiene* saat menarache pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong diperoleh bahwa Sebagian besar responden yang belum mengikuti promosi kesehatan (73,7%). Dari hasil uji statistik didapatkan nilai P value = 0,002 berarti  $p \text{ value} < (0,05)$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan promosi kesehatan dengan *personal hygiene* saat menarache pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong. Berdasarkan siswi yang belum mengikuti promosi kesehatan berpeluang nilai OR 14,000 atau 14 kali untuk memiliki *personal hygiene* yang kurang baik dibandingkan dengan siswi yang mengikuti promosi kesehatan.

### **Hubungan pengetahuan dengan *personal hygiene* saat menarache pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong.**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hubungan pengetahuan dengan *personal hygiene* saat menarache pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong. diperoleh bahwa Sebagian besar responden yang memiliki pengetahuan kurang baik (73,3%). Dari hasil uji statistik didapatkan nilai P value = 0,019 berarti  $p \text{ value} < (0,05)$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan *personal hygiene* saat menarache pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong. Berdasarkan siswi dengan pengetahuan kurang baik berpeluang nilai OR 6,050 atau 6 kali untuk memiliki *personal*



---

*hygiene* yang kurang baik dibandingkan dengan siswi yang pengetahuan baik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Siti Difta Rahmatika yang berjudul hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi mahasiswi STIKES Muhammadiyah Cirebon Tahun 2022. Diketahui adanya hubungan pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dengan  $p$  value 0,000. Pada penelitian ini didapatkan bahwa kurangnya pengetahuan siswi tentang kebersihan pribadi selama menarche, semakin rendah perilaku baik mereka terhadap kebersihan pribadi selama menarche, dan sebaliknya. Pengetahuan yang diperoleh dapat meningkatkan tingkat kepatuhan mereka terhadap praktik-praktik tersebut (17).

Menurut teori Notoatmodjo, 2010 pengetahuan merupakan hasil dari tahu setiap individu yang memiliki tingkat pengetahuan yang berbeda sesuai dengan pengalaman yang sudah didapatkan baik dari pengalaman langsung atau orang lain. Hasil pengetahuan yang dimiliki oleh siswi terkait dengan *personal hygiene* saat menarche yang baik sebagian didapatkan melalui pengideraan seperti pendengaran dan penglihatan. Pengetahuan yang dimiliki siswi sangat berpengaruh terhadap kebiasaan tingkah laku, jika pengetahuan siswi baik maka dalam menjaga *personal hygiene* juga akan positif atau baik. Pengetahuan yang kurang menjadi indikasi yang sangat penting bagi remaja untuk mendapatkan informasi yang bisa diberikan dari pihak sekolah, keluarga, atau kelompok remaja yang memperhatikan *personal hygiene* (5). Pengetahuan yang harus diketahui siswi tentang *personal hygiene* saat menarche seperti mengganti pembalut yang baik setiap 3 sampai 4 jam sekali, cara membersihkan area genital yang benar yaitu dari arah depan ke belakang dan di keringkan, menggunakan celana dalam yang berbahan menyerap keringat dan mengganti minimal 2 kali sehari, mencuci tangan sebelum dan sesudah BAB dan BAK, kebersihan tubuh mandi 2 kali sehari, cara membersihkan pembalut yang benar.

Menurut asumsi peneliti siswi yang memiliki pengetahuan yang tinggi maka akan baik juga dalam tindakan *personal hygiene* saat menarche atau sebaliknya. Resiko yang bisa didapatkan pada siswi jika memiliki tingkat pengetahuan yang kurang yaitu berpotensi mengalami masalah kesehatan seperti keputihan, iritasi kulit genitalia dan peradangan yang disebabkan karena kurang mendapatkan informasi tentang *personal hygiene* yang baik. Diperlukan kolaborasi banyak pihak untuk meningkatkan pengetahuan, institusi sekolah bisa melakukan kerja sama dengan tenaga kesehatan atau kampus kesehatan seperti adanya workshop pendidikan, konseling atau dukungan dan pembuatan media edukasi untuk dapat memberikan penyuluhan kesehatan mengenai pentingnya menjaga *personal hygiene* saat menarche sehingga setelah mendapatkan informasi siswi lebih memiliki pengetahuan yang baik.

### **Hubungan dukungan keluarga dengan *personal hygiene* saat menarche pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong.**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hubungan dukungan keluarga dengan *personal hygiene* saat menarche pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong bahwa Sebagian besar responden yang kurang mendapatkan dukungan keluarga (66,7%). Dari hasil uji statistik didapatkan nilai  $P$



value = 0,015 berarti p value < (0,05) sehinggadapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan *personal hygiene* saat menarche pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong. Berdasarkan siswi yang kurang mendapatkan dukungan keluarga berpeluang nilai OR 8,000 atau 8 kali untuk memiliki *personal hygiene* yang kurang baik dibandingkan dengan siswi yang mendapatkan dukungan keluarga.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang berjudul Hubungan tingkat pengetahuan dan dukungan keluarga dengan perilaku personal hygiene tentang kebersihan organ reproduksi saat menstruasi pada remaja putri kelas VIII di SMPN 2 Cimalaya Wetan. Diketahui adanya hubungan dukungan keluarga dengan personal hygiene saat menstruasi dengan p value 0,018 .Dukungan yang diberikan oleh keluarga memiliki dampak yang signifikan terhadap tindakan kebersihan pribadi, sehingga dapat membantu keluarga berfungsi dengan berbagai tindakan. Dengan demikian, dukungan keluarga dapat menjadi pendorong bagi seseorang untuk meningkatkan perilaku kesehatan mereka, terutama dalam hal kebersihan pribadi, termasuk pada organ reproduksi selama menarche pada remaja putri (18).

Menurut teori Serigar, 2018 dalam dukungan keluarga merupakan interaksi dengan orang lain yang dapat dipercaya dan memberikan keuntungan bagi setiap individu. Didalam *personal hygiene*, dukungan keluarga juga menjadi faktor penting bagi remaja untuk memberikan informasi terutama dalam menjaga kebersihan diri selama menarche untukmencegah terjadinya masalah kesehatan akibat dari *personal hygiene* yang buruk (19). Dalam dukungan keluarga ini siswi membutuhkan adanya rasa kasih sayang, perhatian, dan penghargaan yang diberikan oleh orang-orang terdekat seperti ibu untuk memastikan kesehatan remaja sudah terjaga. Dukungan keluarga terdiri dari 4 jenis yaitu dukungan informasi yaitu memberikan informasi terkait *personal hugiene* saat menarche dengan kemampuan pengetahuan yang keluarga miliki, dukungan emosional yaitu memberikan nasihat dan dorongan mengenai menarche, dukungan penghargaan seperti memberikan motivasi atau pujian saat menghadapi menarche, dan dukungan instrumental seperti menyediakan fasilitas yang dibutuhkan siswi seperti pembalut yang baik digunakan (20).

Menurut asumsi peneliti dukungan keluarga merupakan sumberinformasi utama yang sangat dibutuhkan oleh siswi mengenai *personal hygiene* saat menarche. Dukungan keluarga yang diberikan kepada siswi dapat membuat siswi lebih merasa dicintai, dihargai, diperhatikansehingga mencegah terjadinya masalah kesehatan akibat kurangnya menjaga *personal hygiene* dengan baik. Selain itu dukungan keluargadapat memenuhi peralatan yang dibutuhkan remaja saat menghadapi menarche seperti pembalut yang baik digunakan dan celana dalam yang mudah menyerap keringat. Diharapkan keluarga dapat berpartisipasi dalam kegiatan promosi kesehatan yang diselenggarakan oleh tenaga kesehatan dan berkolaborasi dengan guru atau keluarga dapat mencari informasi melalui sosial media yang terpercaya sehingga informasi yang didapatkan bisa diberikan pada anak remaja yang akan mengalami menarche.

**Hubungan promosi kesehatan dengan *personal hygiene* saat menarche pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong**



Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hubungan promosi kesehatan dengan *personal hygiene* saat menarche pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong bahwa Sebagian besar responden yang belum mengikuti promosi kesehatan (73,7%). Dari hasil uji statistik didapatkan nilai P value = 0,002 berarti p value < (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan promosi kesehatan dengan *personal hygiene* saat menarche pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong. Berdasarkan siswi yang belum mengikuti promosi kesehatan berpeluang nilai OR 14,000 atau 14 kali untuk memiliki *personal hygiene* yang kurang baik dibandingkan dengan siswi yang mengikuti promosi kesehatan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang berjudul hubungan sumber informasi dengan perilaku *personal hygiene* pada remaja putri saat menstruasi diketahui adanya hubungan antara sumber informasi dengan perilaku *personal hygiene* pada remaja putri saat menstruasi (p-value=0,000). Informasi yang diberikan dari tenaga kesehatan mengenai praktik kebersihan pribadi menjadi sangat penting dalam meningkatkan pemahaman remaja, terutama bagi remaja putri yang baru mengalami menstruasi, karena hal ini merupakan pengalaman baru dalam kehidupan mereka sebagai perempuan (21).

Menurut teori Green dan Kreuter dalam promosi kesehatan merupakan peran dalam pemberdayaan masyarakat dengan adanya organisasi yang mendukung dan menjalankan kegiatan-kegiatan yang dapat menguntungkan bagi individu, kelompok dan masyarakat atau komunitas. Promosi kesehatan dapat memberikan informasi, memberikan penguatan terhadap individu untuk mengurangi bahaya masalah kesehatan, meningkatkan pengetahuan yang dapat berpengaruh kedalam kebiasaan sehari-hari dalam menjaga *personal hygiene* yang baik. Cara penyampaian, media dan metode yang digunakan menjadi faktor yang mempengaruhi promosi kesehatan (22) .

Menurut asumsi peneliti promosi kesehatan sangat penting didapatkan oleh siswi karena selain informasi yang didapatkan, siswi juga bisa meningkatkan pengetahuan sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dengan *personal hygiene* yang baik. Diharapkan tenaga kesehatan bisa lebih banyak memberikan promosi kesehatan baik berkolaborasi dengan sekolah, lembaga kesehatan masyarakat, program promosi kesehatan yang ada saat ini seperti peran UKS (Unit Kesehatan Sekolah) dalam program sanitasi dan *personal hygiene* saat menarche, diharapkan memaksimalkan peningkatan dengan melibatkan sosialisasi *peer-to-peer* yang sudah dibentuk oleh sekolah yang terdiri dari beberapa siswi untuk menyampaikan informasi dan dukungan kepada teman sebaya.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian hubungan pengetahuan, dukungan keluarga dan promosi kesehatan dengan *personal hygiene* saat menarche pada siswi SDN Pabuaran 01 Cibinong Tahun 2023. Dapat disimpulkan bahwa *personal hygiene* saat menarche yang dimiliki oleh siswi masuk kedalam kategori kurang baik, sehingga perlu adanya kolaborasi dengan tenaga kesehatan atau





kampus kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan siswi atau orang tua terkait dukungan keluarga melalui promosi kesehatan di lingkungan sekolah.

### Saran

1. Diharapkan sekolah dapat melaksanakan kegiatan penyuluhan kesehatan tentang *personal hygiene* saat menarche dengan melibatkan tenaga kesehatan dan orang tua supaya informasi yang didapatkan mendukung anak-anak remaja di rumah atau sekolah dapat memaksimalkan program untuk meningkatkan *personal hygiene* yang baik seperti membentuk program *peer-to-peer* untuk mengurangi stigma terkait *personal hygiene* saat menarche.
2. Diharapkan siswi banyak mencari informasi melalui kegiatan penyuluhan kesehatan atau melalui media sosial dengan sumber informasi yang terpercaya sehingga dapat menjaga dan menerapkan kedalam kehidupan sehari – hari dengan *personal hygiene* saat menarche yang baik.

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi dan referensi untuk penelitian selanjutnya terkait *personal hygiene* saat menarche.

### DAFTAR REFERENSI

- Adhyatma AA, Purba NH, Maisyaroh S, Panggabean U, Bros UA. Personal hygiene education as the application of personal hygiene behavior in adolescents edukasi personal hygiene sebagai penerapan perilaku. 2023;4(1):42–9.
- Anjan A, Susanti D. Hubungan Sumber Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Putri Saat Menstruasi. J Cent Res Publ Midwifery Nurs. 2019;3(1):38–44.
- Antara, A.N., Hidayat, N., Lobo S. Gambaran tingkat pengetahuan kepala keluarga tentang sepuluh indikator perilaku hidup bersih dan sehat rumah tangga di RT 08 Kadirijo 1 Purwomartani Kalasan Sleman. 2020;09/No.1(1):47–52.
- Batubara SK. Pengaruh pendidikan kesehatan reproduksi remaja terhadap perilaku personal hygiene saat menstruasi di smp negeri 2 batang angkola tapanuli selatan tahun. J Ilm Maksitek. 2020;5(3):167–87.
- Feka PD. Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 16 Kota Kupang. Progr Stud Kesehat Masy Fak Kesehat Masy Univ Nusa Cendana Kupang. 2023;2(4):32.
- Ika Hutriana Putri, Nilam Noorma, Indah Nur Imamah. The Relationship between the Role of Parents and the Psychological Readiness of Young Women in Facing Menarche. Formosa J Appl Sci. 2023;2(5):753–68.
- Lael LJ, Nurpratiwi Y. Perilaku personal hygiene tentang kebersihan organ reproduksi saat menstruasi pada remaja putri kelas viii di smpn 2 cilamaya
- Manase P, Nurbaya S, Sumi SS. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Kesiapan Menghadapi Menarche.
- Mara K, Adesta RO, Meo MY. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Personal Hygiene



- Remaja Putri Pada Saat Menstruasi Di Smp Yapenthom 2 Maumere. *J Keperawatan Dan Kesehatan Masy* [Internet]. 2022;9(2):54–65. Available from: <https://jkkmfikesunipa.nusanipa.ac.id/index.php/hlj-Unipa/article/viewFile/100/90>
- Marni. Hubungan Pengetahuan Dan Perilaku Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Lingkungan Rt 02 Rw 01 Kelurahan Rawa Buaya Jakarta Barat. *J Nurse*. 2020;3(1):2–9.
- Nurfadhilah A. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Terhadap Kesiapan Orang Tua dalam Memfasilitasi Menarche Anak Usia Sekolah di RT 14, Perumahan Graha Melasti, Kecamatan Tambun Selatan, Bekasi, 2019. *J Kaji Pendidik Ekon dan Ilmu Ekon* [Internet]. 2019;2(1):1–19. Available from:
- Rahmatika Difta S. Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi Mahasiswi STIKES Muhammadiyah Cirebon Tahun 2022. *J Dunia Kesmas*. 2022;11(4):20–7.
- Rosita R, Ikawati N, Saleh S. Penyuluhan Tentang Pubertas Dalam Menghadapi Perubahan Fisik Pada Remaja. *JMM (Jurnal Masy Mandiri)*. 2023;7(1):213.
- Roslita R, Roza Adila D, Studi PS, Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru I, artikel Abstrak H. Hubungan Pengetahuan tentang Menarche dengan Kesiapan Menghadapi Menarche Relationship Knowledge about Menarche with Readiness to Face Menarche.
- Saadah S, Hartanti RD. Gambaran Kecemasan Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Hemodialisa : Literature Review. *Pros Semin Nas Kesehat*. 2021;1:509–17.
- Suhaid DN, Wardani DWKK, Aningsih BSD, Manungkalit EM, Kusmiyanti M. Deteksi Dini Kanker Serviks Dan Payudara Dengan Pemeriksaan IVA Serta Sadanis di Perumahan Kartika Sejahtera Kelurahan Sasak Panjang Kecamatan Tajur Halang Kabupaten Bogor Jawa Barat. *J Kreat Pengabd Kpd Masy*. 2022;5(2):406–13.
- Suryani L. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Pada Saat Menstruasi. *JOMIS (Journal Midwifery Sci)*. 2019;3(2):68–79.
- Susilowati D. Promosi kesehatan. In: *Bahan ajar cetak keperawatan*. 2016. p. 189.
- Syamson MM, Murtini M, M R. Pengaruh Promosi Kesehatan Menstrual Hygiene Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Menstruasi Awal. *J Ilm Kesehat Sandi Husada*. 2022;11(1):89–95.
- Ummah W, Utami W. Hubungan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi dengan Kejadian Pruritus Vulvae 1 Wira Husada Nusantara Health Pol y technic , Malang , Indonesia 2 Wira Husada Nusantara Health Pol y technic , Malang , Indonesia. 2023;337–46.
- Utami DS. Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Pada Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smp Negeri 1 Cimalaka. *Jiksa (Jurnal Ilmu Keperawatan Sebel April)*. 2022;4(1):48–56.
- Widyastutik D, Hapsari E, Yessy M M, Rohmatika D, Hapsari Y. Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang Menarche Dengan Metode Audiovisual Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja. *J Kesehat Kusuma Husada*. 2022;13(1):18–23.

