

Journal of Comprehensive Science
p-ISSN: 2962-4738 e-ISSN: 2962-4584
Vol. 4, No. 1 January 2025

Efektivitas Edukasi Menggunakan Media Leaflet pada Remaja Putri Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMAN 5 Binjai

Jujuren Sitepu^{1*}, Anisa Febty Anggraini², Yusrawati Hasibuan³

Poltekkes Kemenkes Medan, Indonesia

Email: sitepujujuren@gmail.com^{1*}, anisafebty08@gmail.com²,
yusrawatihhasibuan@yahoo.com³

Abstrak

Personal hygiene yang rendah saat menstruasi pada remaja putri dapat menyebabkan berbagai penyakit yang menyerang. Berdasarkan survei awal yang telah dilakukan dilakukan dengan mewawancarai 10 siswi SMAN 5 Binjai, dari 8 sisiwi yang sudah mengalami menarche diantaranya mengatakan belum pernah mendapatkan informasi tentang personal hygiene serta tidak mengetahui cara personal hygiene yang baik dan benar, terdapat 2 orang yang menerapkan personal hygiene saat mengalami menstruasi. Tujuan penelitian untuk mengetahui Efektivitas Edukasi menggunakan media Leaflet pada remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi di SMAN 5 Binjai Tahun 2023. Jenis penelitian ini adalah Quasi Experimen Design dengan rancangan penelitian One Grup Pretes Posttest Design Without Control. Pengambilan sampel sebanyak 60 remaja putri dengan teknik Sistematis Sampling. Instrumen yang digunakan adalah media leaflet dengan kuesioner yang telah diuji validitas dan realibilitas. Analisis data menggunakan uji Paired T-Test. Hasil penelitian menunjukkan rerata pengetahuan personal hygiene saat menstruasi pretest 72,67 dan post test 89,33. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh promosi kesehatan personal hygiene saat menstruasi terhadap pengetahuan remaja putri.

Kata kunci: personal hygiene; menstruasi; remaja putri

Abstract

Low personal hygiene of young women during menstruation can invite attacks of various diseases. Based on an initial survey through interviews with 10 female students who had experienced menarche, at SMAN 5 Binjai, 8 of them had never received information about personal hygiene, and did not know proper and proper personal hygiene, while 2 of them applied personal hygiene during menstruation. The purpose of this study was to determine the effectiveness of education using leaflets as a medium for young women about personal hygiene during menstruation at SMAN 5 Binjai in 2023. This research is a Quasi-Experimental study designed with the One Group Pretest-Posttest Design Without Control, examining 60 adolescents daughters obtained through systematic sampling technique, and using a leaflet accompanied by a questionnaire that has been tested for validity and reliability as a research instrument. The research data was analyzed using the Paired T-Test. Through research, it was found that the average knowledge of personal hygiene during menstruation, the pretest result was 72.67, while the post test result was 89.33. The conclusion of this research is to find the influence of health promotion about personal hygiene during menstruation on the level of knowledge of young women.

Keywords: personal hygiene; menstruation; young women



PENDAHULUAN

Personal hygiene yang rendah saat menstruasi dapat menyebabkan berbagai penyakit seperti kandidiasis vulvovaginal (sariawan), vaginosis bakterialis, klamidia, trikomonas vaginalis, infeksi saluran kemih, dan penyakit radang panggul (Maharani & Andryani, 2018). Kurangnya perawatan organ kelamin wanita, seperti mencuci vagina dengan air yang tergenang dalam ember, menggunakan pembilas yang berlebihan, memakai celana yang tidak menyerap keringat, jarang mengganti pakaian dalam, dan tidak sering mengganti pembalut saat menstruasi, juga dapat mengakibatkan vagina menjadi patologis (Ilmiawati & Kuntoro, 2016; Juliansyah & Zulfani, 2021; Widayati, 2021).

Prevalensi praktik *personal hygiene* yang buruk 68,5% di Bangladesh Krira Shikkha Protishtan (Asha et al., 2019). Prevalensi pengetahuan *personal hygiene* yang tidak paham adalah 53,3% pada sebuah SMP di Surabaya (Armini et al., 2023). Prevalensi *personal hygiene* yang buruk 73% di SMP 2 Kota Jantho Aceh Besar (Lajuna et al., 2019). Prevalensi pengetahuan *personal hygiene* yang baik 43,4% di SMK Multi Karya Medan tahun 2022 (Daulay, 2023). Prevalensi pengetahuan *personal hygiene* yang baik 62,5% di SMAN 5 Binjai tahun 2019 (Pratiwi & Yusnanda, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Sri Wahyuni, Fahcry Amal, dan Ulfatunnisa di Kampung Putali Tahun 2021 menunjukkan bahwa di Desa Putali Wilayah Kerja Puskesmas Ebungfauw media power point lebih besar pengaruhnya dibandingkan media leaflet dalam memperluas pemahaman remaja tentang *personal hygiene*. Dengan nilai p value 0,008 (0,05), terdapat perbedaan pengetahuan antara responden yang diintervensi menggunakan media power point dengan responden yang diintervensi menggunakan media leaflet, menggunakan power point lebih efektif karena nilai rata-ratanya lebih tinggi (Wahyuni et al., 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Helinadiyaningsih dan Greiny Arisani, (2022) di MA Darul Ulum Palangka Raya menunjukkan pada kelompok media video dan media leaflet nilai p untuk selisih nilai pengetahuan adalah 0,103. Sedangkan p -value selisih skor sikap pada kelompok media video dan leaflet adalah 0,085. Berdasarkan temuan tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan peningkatan pengetahuan dan sikap antara media video dan leaflet.

Berdasarkan pre-survei yang peneliti lakukan kepada 10 siswi SMAN 5 Binjai, dari 8 siswi yang sudah mengalami menarche diantaranya mengatakan belum pernah mendapatkan informasi tentang *menstrual hygiene* serta tidak mengetahui cara *menstrual hygiene* yang baik dan benar, terdapat 2 orang yang menerapkan *menstrual hygiene* saat mengalami menstruasi. Hal ini menegaskan perlunya intervensi edukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku *personal hygiene*, sehingga risiko kesehatan yang ditimbulkan dapat diminimalkan (Ginting et al., 2024).

Penelitian ini menawarkan pendekatan unik dengan memfokuskan pada efektivitas media leaflet sebagai alat edukasi dalam meningkatkan pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi. Meski media lain, seperti power point dan video, telah banyak diteliti, efektivitas media leaflet di SMAN 5 Binjai belum dikaji secara mendalam. Penelitian ini

juga menggunakan pendekatan lokal dengan melihat kebutuhan spesifik siswi di sekolah tersebut, yang belum banyak dibahas dalam penelitian sebelumnya. Hal ini memberikan perspektif baru tentang penggunaan media edukasi sederhana yang terjangkau, namun tetap efektif dalam meningkatkan pemahaman remaja putri.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata pada dunia pendidikan kesehatan dengan menunjukkan efektivitas media leaflet sebagai alat edukasi. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat digunakan oleh sekolah, tenaga kesehatan, atau organisasi terkait untuk merancang program promosi kesehatan yang lebih efektif, terutama terkait personal hygiene saat menstruasi. Selain itu, penelitian ini juga dapat meningkatkan kesadaran siswi tentang pentingnya praktik menstrual hygiene yang baik, sehingga dapat mencegah berbagai penyakit terkait kebersihan menstruasi. Secara akademis, penelitian ini memperkaya literatur tentang metode edukasi kesehatan, khususnya di lingkungan remaja sekolah.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan yaitu *Quasi Experiment Design*. Desain penelitian yang digunakan yaitu *One Group Pretest Posttest Design Without Control*, dimana tidak ada kelompok pembanding (kontrol), namun telah dilakukan observasi terlebih dahulu (pretest) sehingga memungkinkan pengujian terhadap perubahan yang terjadi setelah perlakuan (Adnan & Latief, 2020). Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini Systematic random sampling dengan 60 responden. Metode analisis data yang pakai yaitu analisis univariat dan bivariat. Uji statistik penelitian ini memakai Dependent T-Test (Paired T-Test)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

1. Efektivitas sebelum diberikan promosi kesehatan menggunakan media leaflet terhadap remaja putri di SMAN 5 Binjai Tahun 2023 tentang personal hygiene saat menstruasi

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri saat Menstruasi tentang Personal Hygiene sebelum diberikan Promosi Kesehatan melalui Leaflet (n=60)

Kejadian Keputihan	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Kurang	4	7
Cukup	17	28
Baik	39	65

Berdasarkan tabel 1 dari 60 remaja putri, menunjukkan bahwa pengetahuan responden sebelum mendapatkan promosi kesehatan melalui media Leaflet tentang personal hygiene saat menstruasi cukup sebanyak 39 remaja putri (65%) dan kurang 4 diantaranya (7%).

2. Efektivitas sesudah diberikan promosi kesehatan menggunakan media leaflet terhadap remaja putri di SMAN 5 Binjai Tahun 2023 tentang personal hygiene saat menstruasi

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri saat Menstruasi tentang Personal Hygiene sesudah diberikan Promosi Kesehatan melalui Leaflet (n=60)

Pengetahuan	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Kurang	1	2
Cukup	3	5
Baik	56	93

Berdasarkan tabel 2. dari 60 remaja putri, menunjukkan bahwa pengetahuan responden sesudah mendapatkan promosi kesehatan melalui media Leaflet tentang personal hygiene saat menstruasi baik sebanyak 56 remaja putri (93,3%) dan kurang 1 (2%).

Analisis Bivariat

1. Perbedaan pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media leaflet

Tabel 3. Perbedaan pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media leaflet

Variabel	Mean	SD	SE	P value	N
Pre Test	72,67	7,449	.962	0,000	60
Post Test	89,33	8,756	1,130		

Rata-rata sebelum mendapatkan promosi kesehatan melalui media Leaflet adalah 72,67 dengan standar deviasi 7,449. Setelah mendapatkan promosi kesehatan melalui media Leaflet adalah 89,33 dengan standar deviasi 8,756. Terlihat nilai mean perbedaan antara pre test dan post test adalah 16,66 dengan standar deviasi 1,307. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p=0,000$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan signifikan antara pre test dan post tes pada promosi kesehatan melalui media Leaflet.

Pembahasan

1. Efektivitas sebelum dan sesudah diberikan promosi kesehatan menggunakan media leaflet terhadap remaja putri di SMAN 5 Binjai Tahun 2023 tentang personal hygiene saat menstruasi

Menurut temuan penelitian, sebagian besar dari 39 remaja putri (65%) memiliki pengetahuan yang memadai sebelum intervensi, sedangkan minoritas empat (6,7%) tidak. Sementara itu, tingkat pengetahuan 56 responden meningkat menjadi 93,3% setelah intervensi, sedangkan 1 responden tidak mengalami peningkatan

karena kurang memahami apa yang dijelaskan. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan telah meningkat setelah intervensi.

Pengetahuan ditemukan lebih tinggi setelah penyuluhan daripada sebelum promosi kesehatan. Hal ini dimungkinkan karena remaja putri menerima konseling melalui penggunaan selebaran dan brosur. Selisih rata-rata pretest dan post test adalah 72,67 untuk pre test dan 89,33 untuk post test.

Hal ini sesuai dengan buku Notoadmodjo diambil dari penelitian Wahyuni et al., (2021) yang menyatakan pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia, atau mengetahui seseorang tentang suatu objek melalui indranya (mata, hidung, telinga, dan lain-lain). Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui penglihatan, dan penglihatan saja. Intensitas atau tingkat pengetahuan seseorang terhadap objek berbeda-beda.

Berdasarkan pendapat Wahana (2022) dalam bukunya yang berjudul “Filsafat Ilmu Pengetahuan” proses kegiatan penelitian tersebut diharap meningkatkan kemampuan akal budi remaja putri dalam menangani berbagai macam permasalahan yang dihadapinya.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Syamson et al., (2022). Hasil pengukuran pemahaman meningkat setelah mendapat promosi kesehatan tentang pemahaman higiene menstruasi sebelum dan sesudah mendapat penyuluhan atau promosi kesehatan. Akibat dari adanya promosi kesehatan tentang pengetahuan higiene menstruasi, remaja memiliki pemahaman yang lebih baik tentang pengetahuan higiene personal saat menstruasi.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Wahyuni et al., (2021) bahwa seluruh remaja putri yang mendapatkan penyuluhan melaporkan adanya peningkatan pengetahuan tentang personal hygiene saat menstruasi. Hal ini dapat dikaitkan dengan penggunaan media dan cara mendapatkan informasi yang menarik, yang dapat meningkatkan keinginan remaja putri untuk belajar tentang kebersihan diri selama menstruasi.

Hasil rekapitulasi kuesioner sebelum dilakukan intervensi, diketahui masih banyak responden yang belum mengetahui tentang personal hygiene saat menstruasi, tujuan, dampak dari tidak menjaga kebersihan diri serta cara memilih pembalut yang aman untuk digunakan saat menstruasi. Temuan penelitian mengungkapkan bahwa mayoritas responden kurang pengetahuan karena sebagian belum mendapatkan penyuluhan atau seminar.

Seseorang dengan informasi yang lebih banyak juga akan memiliki pemahaman yang lebih luas. Kurangnya pengetahuan responden tentang personal hygiene saat menstruasi juga disebabkan kurangnya edukasi sejak dini dari orang tua, sehingga masih banyak remaja yang tidak peduli akan pentingnya menjaga kebersihan daerah kewanitaannya terutama saat menstruasi. Media massa merupakan sumber informasi penting untuk pengetahuan (pengetahuan masyarakat, khususnya tentang kesehatan, dapat diperoleh dari berbagai sumber, termasuk media cetak, tertulis, elektronik, pendidikan sekolah, dan sosialisasi) (Harahap et al., 2022).

Berdasarkan asumsi peneliti bahwa minat responden dalam memahami penyampaian materi personal hygiene saat menstruasi berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan responden. Responden yang tidak mengalami peningkatan pengetahuan dikarenakan menganggap tabu materi personal hygiene saat menstruasi sehingga tidak mendengarkan dengan baik promosi kesehatan yang diberikan. Peneliti juga melihat pada saat memberikan promosi kesehatan mayoritas responden antusias dalam memberikan pertanyaan personal hygiene saat menstruasi.

2. Mengetahui hasil analisis efektifitas promosi kesehatan dengan media leaflet dan brosur terhadap remaja putri di SMAN 5 Binjai Tahun 2023 tentang personal hygiene saat menstruasi

Berdasarkan hasil analisis Paired T-Test dapat dituliskan nilai p sebesar 0,000 (p -value 0,05), H_0 ditolak, dan H_a diterima, hal ini menunjukkan bahwa pemberian promosi kesehatan dengan media leaflet dan brosur berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan tentang kebersihan diri saat menstruasi.

Hal ini sesuai dengan penelitian Wahyuni et al., (2021) yang menemukan bahwa p -value 0,000-0,05 baik pada kelompok kontrol maupun eksperimen, menunjukkan bahwa H_a diterima. Maka berdasarkan temuan peneliti di SMA Negeri 5 Binjai tahun 2023 dan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni, Amal, dan Ulfatunnisa di Desa Putali, Wilayah Kerja Puskesmas Ebungfauw memiliki hasil yang sama yaitu H_0 ditolak dan H_a diterima, menunjukkan bahwa ada pengaruh promosi kesehatan menggunakan leaflet dan brosur terhadap peningkatan pengetahuan tentang personal hygiene saat menstruasi.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh [10] didapatkan berdasarkan hasil uji statistik, nilai p untuk selisih nilai pengetahuan pada kelompok media video dan media leaflet adalah 0,103. Sedangkan p -value selisih skor sikap pada kelompok media video dan leaflet adalah 0,085. Berdasarkan temuan tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan peningkatan pengetahuan dan sikap antara video dan media leaflet.

Hal ini sejalan dengan penelitian Syamson et al., (2022) perubahan yang terjadi setelah promosi kesehatan karena remaja akhirnya mengerti dan dapat menerapkan perilaku personal hygiene saat menstruasi, hal ini menandakan bahwa remaja mampu merespon dengan baik terhadap promosi kesehatan yang diberikan.

Remaja dapat dipengaruhi oleh promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan tentang cara menjaga kebersihan diri, khususnya pada saat menstruasi.

Berdasarkan asumsi peneliti pemberian promosi kesehatan tentang personal hygiene saat menstruasi dengan media leaflet dan brosur memberikan efek positif dalam meningkatkan pengetahuan responden dalam menjaga kebersihan diri. Media leaflet dan brosur dapat digunakan untuk membuat peneliti menyampaikan informasi kepada responden dengan bentuk yang menarik, mudah dipahami, mudah diingat, memudahkan untuk dibaca berkali-kali atau memajang brosur di dinding kamar responden.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian mengenai efektivitas edukasi menggunakan media leaflet pada remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi di SMAN 5 Binjai Tahun 2023 dengan melibatkan 60 responden, dapat disimpulkan bahwa sebelum diberikan promosi kesehatan, mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan pada kategori cukup sebanyak 39 orang (65%), sementara yang berada pada kategori kurang hanya 4 orang (6,7%). Setelah diberikan promosi kesehatan melalui media leaflet, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan, dengan mayoritas responden berada pada kategori baik sebanyak 56 orang (93,3%) dan hanya 1 orang (1,7%) yang masih berada pada kategori kurang. Analisis menggunakan uji *paired T-test* menunjukkan nilai *p-value* < 0,05, yang menandakan adanya pengaruh signifikan dari promosi kesehatan melalui media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri tentang personal hygiene saat menstruasi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa media leaflet efektif digunakan sebagai alat edukasi kesehatan untuk meningkatkan pemahaman remaja putri terkait personal hygiene saat menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, G., & Latief, M. A. (2020). *Metode Penelitian Pendidikan Penelitian Kuantitatif, Penelitian Kualitatif, Penelitian Tindakan Kelas*. Erhaka Utama.
- Armini, N. K. A., Setyani, A., Nastiti, A. A., & Triharini, M. (2023). Knowledge and peer support for increase Menstrual Hygiene Management (MHM) in adolescents. *Healthcare in Low-Resource Settings*, 11(s1).
- Asha, A. C., Karim, N. B., Bakhtiar, M., & Rahaman, K. S. (2019). Adolescent athlete's knowledge, attitude and practices about menstrual hygiene management (MHM) in BKSP, Bangladesh. *Asian Journal of Medical and Biological Research*, 5(2), 126–137.
- Daulay, M. (2023). *Hubungan Pengetahuan Menstruasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri di SMK Multi Karya Medan*. Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Sumatera Utara.
- Ginting, J. B., Suci, T., & Siregar, S. D. (2024). Hubungan Personal Hygiene Dan Sanitasi Lingkungan Dengan Kejadian Penyakit Kulit Di Desa Teluk Sentosa, Kabupaten Labuhanbatu. *Jurnal Kesmas Prima Indonesia*, 8(2), 111–115.
- Harahap, H. P., Syari, M., & Wau, Y. (2022). Perbandingan Media Penyuluhan Leaflet dan Audiovisual dengan Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Journal of Nursing and Health Science*, 1(3), 79–85.
- Herlinadiyaningsih, H., & Arisani, G. (2022). Efektivitas Media Video dan Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap tentang Menstrual Hygiene di MA Darul Ulum Palangka Raya: The Effectiveness of Video Media and Leaflets on Knowledge Level and Attitude about Menstrual Hygiene in MA Darul Ulum Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 8(2), 193–207.
- Ilmiawati, H., & Kuntoro, K. (2016). Pengetahuan personal hygiene remaja putri pada kasus keputihan. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan (Journal of Biometrics and Population)*, 5(1), 43–51.
- Juliansyah, J., & Zulfani, S. (2021). Upaya Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Melalui Penyuluhan Keputihan (Flour Albus) Pada Siswi Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Sintang. *Literasi Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Inovasi*, 1(2), 228–

- Lajuna, L., Ramli, N., & Liana, N. (2019). Tingkat pengetahuan remaja putri terhadap menstrual hygiene pada siswi SMP N 2 Jantho Aceh Besar. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(3), 207–212.
- Maharani, R., & Andryani, W. (2018). Faktor yang berhubungan dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada santriwati di MTS Pondok Pesantren Dar El Hikmah Kota Pekanbaru. *Kesmars*, 1(1), 69–77.
- Pratiwi, T. A., & Yusnanda, F. (2022). Hubungan pengetahuan dengan tindakan remaja putri tentang kebersihan alat reproduksi pada saat menstruasi di SMA Negeri 5 binjai tahun 2019. *Midwifery Health Journal*, 7(1), 76–81.
- Syamson, M. M., Murtini, M., & Rostini, M. (2022). Pengaruh Promosi Kesehatan Menstrual Hygiene Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Menstruasi Awal. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 89–95.
- Wahana, P. (2022). *Filsafat Ilmu Pengetahuan: Paulus Wahana*. Paulus Wahana.
- Wahyuni, S., Amal, F., & Ulfatunnisa, U. (2021). Efektifitas media leaflet dan power point pada pengetahuan remaja putri tentang menstrual personal hygiene. *Jurnal SMART Kebidanan*, 8(2), 104–109.
- Widayati, R. S. (2021). Edukasi Kesehatan Reproduksi Berbasis Thibun Nabawi Menuju Kampung Kb Berkemandirian Jasmani dan Rohani. *Jurnal EMPATI (Edukasi Masyarakat, Pengabdian Dan Bakti)*, 2(2), 119–126.