



Hubungan Pengetahuan tentang Personal Hygiene Menstruasi dengan Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja di SMP Muhammadiyah 5 Surakarta

Maulida Arsyah Askori^{1*}, Kamidah²

⁽¹⁾⁽²⁾(Kebidanan Dan Pendidikan Profesi Bidan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta)

Abstract. *Background: Menstruation is a physiological process experienced by adolescent girls as an indicator of reproductive maturity. During menstruation, vaginal pH increases from the normal range of 3.8–4.5 to approximately 6.0–7.5, increasing the risk of reproductive tract infections. Therefore, proper menstrual personal hygiene is essential. Knowledge of menstrual personal hygiene may influence adolescents' hygiene practices during menstruation. Objective: To determine the relationship between knowledge of menstrual personal hygiene and personal hygiene practices during menstruation among adolescents at SMP Muhammadiyah 5 Surakarta. Methods: This quantitative analytical observational study employed a cross-sectional design. A total of 130 female students were selected using total sampling. Data were collected through questionnaires and analyzed using the Spearman rank correlation test. Results: Most respondents had good knowledge of menstrual personal hygiene (105; 80.8%) and good personal hygiene practices during menstruation (109; 83.8%). The Spearman rank test showed a significant positive correlation between knowledge and personal hygiene practices ($p < 0.001$; $r = 0.726$), indicating a strong correlation. Conclusion: There is a significant positive relationship between knowledge of menstrual personal hygiene and personal hygiene practices during menstruation among adolescents at SMP Muhammadiyah 5 Surakarta.*

Keywords: Knowledge, Behavior, Menstrual Personal Hygiene, Adolescents.

Abstrak. Menstruasi merupakan proses fisiologis yang dialami remaja putri sebagai tanda kematangan organ reproduksi. Selama menstruasi, pH vagina meningkat dari kondisi normal 3,8–4,5 menjadi sekitar 6,0–7,5 sehingga meningkatkan risiko infeksi pada organ reproduksi. Oleh karena itu, personal hygiene yang baik selama menstruasi sangat diperlukan. Pengetahuan mengenai personal hygiene menstruasi dapat memengaruhi perilaku remaja dalam menjaga kebersihan diri selama menstruasi. Tujuan: Mengetahui hubungan personal hygiene menstruasi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja di SMP Muhammadiyah 5 Surakarta. Metode: Penelitian kuantitatif analitik observasional dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian berjumlah 130 siswi yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji Spearman Rank. Hasil: Sebagian besar responden memiliki pengetahuan personal hygiene menstruasi kategori baik sebanyak 105 responden (80,8%) dan perilaku personal hygiene saat menstruasi kategori baik sebanyak 109 responden (83,8%). Hasil uji Spearman Rank menunjukkan $p\text{-value} < 0,001$, dengan nilai koefisien korelasi (r) = 0,726 yang menunjukkan adanya hubungan signifikan dengan kekuatan korelasi kuat dan arah

hubungan positif. Kesimpulan: Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan personal hygiene menstruasi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja di SMP Muhammadiyah 5 Surakarta.

Kata kunci: Pengetahuan, Perilaku, Personal Hygiene Menstruasi, Remaja.

LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai dengan perubahan biologis, psikologis, dan sosial. Salah satu perubahan biologis penting pada remaja putri adalah menstruasi sebagai tanda kematangan fungsi reproduksi. Selama menstruasi, remaja perlu menerapkan *personal hygiene* yang baik untuk mencegah berbagai gangguan kesehatan reproduksi, seperti infeksi saluran reproduksi, infeksi saluran kemih, dan *pruritus vulva*. Oleh karena itu, *personal hygiene* menstruasi menjadi salah satu indikator penting dalam upaya peningkatan kesehatan reproduksi remaja.

Secara global, *Menstrual Hygiene Management* (MHM) masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat, terutama di negara berkembang. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa keterbatasan pengetahuan mengenai kebersihan menstruasi berpengaruh terhadap perilaku yang kurang tepat. Berdasarkan *Health Behavior Theory*, pengetahuan merupakan faktor awal yang membentuk sikap dan perilaku kesehatan sehingga peningkatan pengetahuan menjadi strategi preventif yang penting dalam meningkatkan kualitas kesehatan reproduksi remaja.

Di Indonesia, penelitian dalam beberapa tahun terakhir menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* menstruasi. Satiawan et al. (2023) menemukan hubungan signifikan antara pengetahuan dan sikap *personal hygiene* kesehatan reproduksi pada remaja putri ($p=0,011$), sedangkan Hastuty et al. (2023) melaporkan hubungan bermakna antara pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* menstruasi ($p=0,002$). Kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan berperan dalam membentuk perilaku hidup bersih selama menstruasi.

Namun demikian, perilaku *personal hygiene* tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan. Faktor lain seperti sikap, dukungan keluarga, lingkungan sekolah, akses sanitasi, budaya, dan sumber informasi juga berkontribusi terhadap perilaku remaja. Setianingsih et al. (2023) menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, dan sumber informasi secara bersama-sama berhubungan dengan perilaku *personal hygiene*

menstruasi. Temuan ini mengindikasikan bahwa intervensi kesehatan reproduksi perlu mempertimbangkan aspek kognitif sekaligus faktor sosial dan lingkungan.

Sebagian besar penelitian terdahulu menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*, instrumen kuesioner, serta analisis *Chi-Square*, *Spearman Rank*, atau *Gamma*. Meskipun efektif mengidentifikasi hubungan antarvariabel, desain tersebut belum mampu menjelaskan perubahan perilaku dalam jangka panjang. Selain itu, penelitian lebih banyak dilakukan pada siswa SMA, MTs, atau pondok pesantren, sedangkan penelitian pada siswa SMP, khususnya di Kota Surakarta, masih terbatas. Studi pendahuluan di SMP Muhammadiyah 5 Surakarta pada Januari 2026 menunjukkan bahwa dari 11 siswi yang diwawancarai, sembilan memiliki perilaku *personal hygiene* kategori cukup dan dua lainnya masih kurang baik. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa praktik *personal hygiene* menstruasi masih perlu ditingkatkan melalui edukasi kesehatan reproduksi.

Berdasarkan telaah literatur, masih terbatas penelitian yang mengkaji hubungan pengetahuan tentang *personal hygiene* menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* pada remaja SMP di SMP Muhammadiyah 5 Surakarta. Kebaruan penelitian ini terletak pada lokasi penelitian, karakteristik responden, serta penyediaan bukti empiris mengenai hubungan kedua variabel sebagai dasar penyusunan program promosi kesehatan reproduksi di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara pengetahuan tentang *personal hygiene* menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja di SMP Muhammadiyah 5 Surakarta sebagai dasar pengembangan program edukasi kesehatan reproduksi di sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif analitik observasional dengan menggunakan desain *cross-sectional*. Desain ini dipilih karena memungkinkan pengukuran variabel independen, yaitu pengetahuan tentang *personal hygiene* menstruasi, dan variabel dependen, yaitu perilaku *personal hygiene* saat menstruasi, dilakukan pada waktu yang bersamaan sehingga hubungan antara kedua variabel dapat dianalisis secara efisien. Desain *cross-sectional* banyak digunakan dalam penelitian kesehatan masyarakat karena mampu menggambarkan hubungan antarvariabel pada suatu populasi dalam satu periode pengamatan (Setia, 2021; Wang & Cheng, 2020).

Penelitian dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 5 Surakarta pada tanggal 20–21 April 2026.

Populasi penelitian adalah seluruh siswi SMP Muhammadiyah 5 Surakarta yang telah mengalami menstruasi dengan jumlah sebanyak 144 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, sehingga seluruh anggota populasi dijadikan responden penelitian. Kriteria inklusi meliputi siswi yang telah mengalami menstruasi dan bersedia mengikuti penelitian dengan menandatangani *informed consent*, sedangkan kriteria eksklusi adalah siswi yang tidak hadir saat pengumpulan data atau tidak mengisi kuesioner secara lengkap. Penggunaan *total sampling* bertujuan untuk memperoleh gambaran yang representatif terhadap populasi sasaran serta meminimalkan *sampling bias*.

Data penelitian bersumber dari data primer yang diperoleh secara langsung melalui penyebaran kuesioner kepada responden. Instrumen penelitian terdiri atas dua kuesioner, yaitu kuesioner pengetahuan tentang *personal hygiene* menstruasi yang terdiri atas 10 butir pernyataan valid dan kuesioner perilaku *personal hygiene* saat menstruasi yang terdiri atas 9 butir pernyataan valid. Sebelum digunakan pada penelitian utama, instrumen telah melalui uji validitas menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dan uji reliabilitas menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha*. Hasil pengujian menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,626 pada variabel pengetahuan dan 0,796 pada variabel perilaku, sehingga kedua instrumen dinyatakan reliabel dan layak digunakan sebagai alat pengumpulan data (Hair et al., 2022).

Pengolahan data dilakukan melalui tahapan *editing*, *coding*, *tabulating*, dan *entry* data menggunakan perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS)*. Analisis data terdiri atas analisis univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi masing-masing variabel dan analisis bivariat menggunakan uji *Spearman Rank*. Uji ini dipilih karena kedua variabel penelitian berskala ordinal dan bertujuan untuk mengetahui arah serta kekuatan hubungan antara pengetahuan tentang *personal hygiene* menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi. Pengujian hipotesis dilakukan pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$ dengan tingkat kepercayaan 95%. Apabila nilai *p-value* < 0,05 maka hipotesis alternatif diterima, yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel penelitian (Schober et al., 2021).

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Universitas 'Aisyiyah Surakarta Nomor 998/IV/AUEC/2026. Seluruh responden memperoleh penjelasan mengenai tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta hak untuk menolak atau menghentikan partisipasi kapan saja. Penelitian juga menerapkan prinsip etika penelitian yang meliputi *ethical clearance*, *informed consent*, *anonymity*, *confidentiality*, dan *justice* untuk menjamin keamanan, kerahasiaan, dan hak seluruh responden selama proses penelitian berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Muhammadiyah 5 Surakarta yang berlokasi di Jalan Slamet Riyadi No. 443, Panjang, Kecamatan Laweyan, Kota Surakarta, Jawa Tengah. Sekolah ini merupakan salah satu lembaga pendidikan di bawah naungan Muhammadiyah yang memiliki sarana dan prasarana pendukung proses pembelajaran, seperti ruang kelas, perpustakaan, Unit Kesehatan Sekolah (UKS), ruang Bimbingan dan Konseling (BK), mushola, lapangan olahraga, toilet, tempat cuci tangan, serta kantin sekolah. Fasilitas tersebut mendukung pelaksanaan program kesehatan sekolah, termasuk edukasi mengenai kesehatan reproduksi remaja. Jumlah tenaga pendidik di sekolah terdiri atas 25 guru, 7 tenaga kependidikan, dan seorang kepala sekolah. Jumlah peserta didik sebanyak 300 siswa, terdiri atas 156 siswa laki-laki dan 144 siswa perempuan. Populasi penelitian adalah seluruh siswi yang telah memenuhi kriteria penelitian. Dari total 144 siswi, sebanyak 130 siswi menjadi responden karena enam siswi belum mengalami menstruasi dan delapan siswi tidak hadir pada saat pengumpulan data.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia Menarche

Usia Menarche Frekuensi Persentase (%)		
< 12 tahun	68	52,3
12–13 tahun	62	47,7
Total	130	100

Sumber: Data Primer, 2026.

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami menarche pada usia kurang dari 12 tahun, yaitu sebanyak 68 responden (52,3%), sedangkan responden yang mengalami menarche pada usia 12–13 tahun sebanyak 62

responden (47,7%). Distribusi tersebut menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden telah mengalami menstruasi sejak usia yang relatif dini sehingga memiliki pengalaman menstruasi yang lebih lama dibandingkan responden lainnya.

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan tentang *Personal Hygiene* Menstruasi

Tingkat Pengetahuan Frekuensi Persentase (%)		
Kurang	12	9,2
Cukup	13	10,0
Baik	105	80,8
Total	130	100

Sumber: Data Primer, 2026.

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan tentang *personal hygiene* menstruasi dalam kategori baik, yaitu sebanyak 105 responden (80,8%). Sebanyak 13 responden (10,0%) berada pada kategori cukup dan 12 responden (9,2%) berada pada kategori kurang. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa mayoritas siswi telah memahami konsep dasar *personal hygiene* menstruasi, termasuk pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi, frekuensi penggantian pembalut, serta praktik kebersihan selama menstruasi.

Tabel 3. Distribusi Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi

Perilaku Frekuensi Persentase (%)		
Kurang	13	10,0
Cukup	8	6,2
Baik	109	83,8
Total	130	100

Sumber: Data Primer, 2026.

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki perilaku *personal hygiene* saat menstruasi dalam kategori baik, yaitu sebanyak 109 responden (83,8%). Sebanyak delapan responden (6,2%) memiliki perilaku kategori cukup dan 13 responden (10,0%) memiliki perilaku kategori kurang. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas siswi telah menerapkan praktik kebersihan menstruasi yang sesuai, seperti mengganti pembalut secara teratur, menjaga kebersihan area genital, serta menjaga kebersihan pakaian dalam selama menstruasi.

Tabel 4. Hubungan Pengetahuan tentang *Personal Hygiene* Menstruasi dengan Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi

Pengetahuan Kurang Cukup Baik Total				
Kurang	10	1	1	12
Cukup	2	4	7	13
Baik	1	3	101	105
Total	13	8	109	130

r Spearman = 0,726

p -value = <0,001

Sumber: Hasil Uji *Spearman Rank*.

Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan perilaku *personal hygiene* seiring meningkatnya tingkat pengetahuan responden. Dari 12 responden yang memiliki pengetahuan kategori kurang, sebanyak 10 responden (83,3%) juga memiliki perilaku *personal hygiene* kategori kurang. Sebaliknya, dari 105 responden yang memiliki pengetahuan kategori baik, sebanyak 101 responden (96,2%) memiliki perilaku *personal hygiene* kategori baik. Hasil uji *Spearman Rank* memperoleh nilai p -value < 0,001 dengan koefisien korelasi (r) sebesar 0,726, yang menunjukkan adanya hubungan positif dengan kekuatan korelasi kuat antara pengetahuan tentang *personal hygiene* menstruasi dan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami menarche sebelum usia 12 tahun. Kondisi ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswi telah memiliki pengalaman menstruasi dalam waktu yang relatif lebih lama. Pengalaman tersebut berpotensi memberikan kesempatan yang lebih besar bagi remaja untuk mempelajari praktik *personal hygiene* menstruasi melalui pengalaman pribadi maupun informasi yang diperoleh dari keluarga, sekolah, dan tenaga kesehatan. Meskipun usia menarche bukan merupakan variabel utama penelitian, karakteristik ini penting karena berkaitan dengan kesiapan remaja dalam menghadapi perubahan biologis dan perilaku kesehatan reproduksi.

Temuan penelitian juga memperlihatkan bahwa tingkat pengetahuan responden mengenai *personal hygiene* menstruasi berada pada kategori baik dengan proporsi mencapai 80,8%. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswi telah memahami pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi. Tingginya tingkat pengetahuan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pendidikan formal di sekolah, akses informasi melalui media digital, pengalaman menstruasi, serta edukasi dari orang tua maupun tenaga kesehatan. Lingkungan sekolah yang memiliki fasilitas kesehatan dan sanitasi yang memadai juga dapat menjadi faktor pendukung dalam meningkatkan literasi kesehatan reproduksi pada remaja.

Di sisi lain, perilaku *personal hygiene* saat menstruasi juga menunjukkan hasil yang sangat baik dengan proporsi 83,8% responden berada pada kategori baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden telah mampu menerapkan praktik kebersihan menstruasi sesuai dengan anjuran, seperti mengganti pembalut secara berkala, menjaga kebersihan organ reproduksi, serta memperhatikan kebersihan pakaian dalam. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan yang dimiliki responden telah diterapkan dalam bentuk perilaku kesehatan yang positif, meskipun masih terdapat sebagian kecil responden yang menunjukkan perilaku kurang baik sehingga memerlukan perhatian melalui edukasi kesehatan reproduksi yang berkelanjutan.

Hubungan Pengetahuan tentang *Personal Hygiene* Menstruasi dengan Perilaku *Personal Hygiene* Saat Menstruasi

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang *personal hygiene* menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja di SMP Muhammadiyah 5 Surakarta. Berdasarkan uji *Spearman Rank*, diperoleh nilai *p-value* < 0,001 dengan koefisien korelasi (*r*) sebesar 0,726. Nilai tersebut menunjukkan adanya hubungan positif dengan kekuatan korelasi yang kuat. Artinya, semakin tinggi tingkat pengetahuan yang dimiliki responden mengenai *personal hygiene* menstruasi, semakin baik pula perilaku yang ditunjukkan dalam menjaga kebersihan diri selama menstruasi. Sebaliknya, responden yang memiliki tingkat pengetahuan rendah cenderung menunjukkan perilaku *personal hygiene* yang kurang baik.

Temuan ini menunjukkan bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor penting dalam pembentukan perilaku kesehatan reproduksi remaja. Pengetahuan

memberikan dasar bagi individu untuk memahami manfaat suatu perilaku kesehatan, risiko apabila perilaku tersebut tidak dilakukan dengan benar, serta konsekuensi yang mungkin timbul terhadap kesehatan reproduksi. Remaja yang memiliki pemahaman yang baik mengenai pentingnya menjaga kebersihan selama menstruasi akan lebih mampu mengambil keputusan yang tepat dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Kondisi tersebut terlihat pada penelitian ini, di mana sebagian besar responden dengan tingkat pengetahuan baik juga memiliki perilaku *personal hygiene* dalam kategori baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Health Promotion Model Manual yang menjelaskan bahwa peningkatan pengetahuan merupakan salah satu faktor kognitif yang memengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan melalui peningkatan persepsi manfaat, efikasi diri, dan komitmen individu terhadap perilaku sehat. Menurut model tersebut, individu yang memiliki pengetahuan memadai akan lebih mudah mengadopsi perilaku pencegahan penyakit dibandingkan individu dengan tingkat pengetahuan yang rendah.

Temuan penelitian ini juga konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh Yogesh et al. (2023) yang melaporkan bahwa remaja putri dengan tingkat pengetahuan yang baik mengenai *menstrual hygiene management* memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk mengganti pembalut secara teratur, menjaga kebersihan genital, serta mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut dibandingkan kelompok yang memiliki tingkat pengetahuan rendah. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa pendidikan kesehatan reproduksi memberikan kontribusi yang signifikan terhadap perubahan perilaku kebersihan menstruasi.

Hasil yang serupa juga dilaporkan oleh Sine et al. (2023) yang menemukan bahwa pengetahuan memiliki hubungan positif dengan perilaku *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa responden yang memperoleh informasi kesehatan reproduksi melalui sekolah, tenaga kesehatan, maupun keluarga memiliki perilaku menjaga kebersihan menstruasi yang lebih baik dibandingkan responden yang memiliki akses informasi terbatas. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan tidak hanya diperoleh melalui proses pembelajaran formal, tetapi juga dipengaruhi oleh lingkungan sosial yang mendukung.

Selain itu, penelitian oleh Satiawan et al. (2023) juga menemukan adanya hubungan bermakna antara pengetahuan kesehatan reproduksi dengan sikap dan perilaku *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa peningkatan pengetahuan mampu membentuk sikap positif terhadap pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi sehingga mendorong munculnya perilaku kesehatan yang lebih baik. Temuan tersebut mendukung hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan tingkat pengetahuan baik juga memiliki perilaku *personal hygiene* yang baik.

Berdasarkan distribusi silang antara variabel pengetahuan dan perilaku, penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 101 dari 105 responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik juga memiliki perilaku *personal hygiene* kategori baik. Sebaliknya, sebagian besar responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang menunjukkan perilaku *personal hygiene* yang kurang baik. Distribusi tersebut memperlihatkan adanya kecenderungan hubungan yang searah antara kedua variabel sehingga semakin memperkuat hasil analisis statistik menggunakan uji *Spearman Rank*.

Meskipun demikian, penelitian ini juga menemukan beberapa responden yang memiliki pengetahuan baik tetapi perilakunya belum sepenuhnya baik. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa perilaku kesehatan tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan semata. Faktor lain seperti sikap, motivasi, dukungan orang tua, teman sebaya, budaya, kondisi ekonomi keluarga, ketersediaan fasilitas sanitasi, serta akses terhadap produk kebersihan menstruasi juga dapat memengaruhi praktik *personal hygiene*. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan perlu disertai dengan penyediaan lingkungan yang mendukung agar perubahan perilaku dapat berlangsung secara optimal.

Temuan ini memiliki implikasi penting bagi sekolah dalam penyelenggaraan program pendidikan kesehatan reproduksi. Sekolah dapat meningkatkan efektivitas edukasi melalui integrasi materi kesehatan reproduksi dalam pembelajaran, penyuluhan rutin oleh tenaga kesehatan, optimalisasi peran Unit Kesehatan Sekolah (UKS), serta penyediaan fasilitas sanitasi yang memadai. Intervensi tersebut diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan sekaligus membentuk perilaku *personal hygiene* yang berkelanjutan pada remaja putri.

Perbandingan Hasil Penelitian dengan Penelitian Terdahulu

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang *personal hygiene* menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja di SMP Muhammadiyah 5 Surakarta dengan nilai $p\text{-value} < 0,001$ dan koefisien korelasi sebesar 0,726 yang menunjukkan hubungan kuat. Temuan ini memperkuat pandangan bahwa pengetahuan merupakan faktor penting dalam pembentukan perilaku kesehatan reproduksi pada remaja putri.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Hastuty et al. (2023) yang menemukan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa remaja yang memiliki tingkat pengetahuan tinggi cenderung lebih mampu menerapkan praktik kebersihan menstruasi secara benar dibandingkan remaja dengan tingkat pengetahuan rendah.

Temuan penelitian ini juga didukung oleh penelitian Saputri dan Fitriani (2025) yang melaporkan bahwa pengetahuan remaja putri memiliki hubungan yang signifikan dengan perilaku *personal hygiene* selama menstruasi. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa peningkatan pemahaman mengenai kesehatan reproduksi dapat meningkatkan kesadaran remaja dalam menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi.

Selain itu, penelitian Shahibah et al. (2022) menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap memiliki hubungan yang bermakna dengan perilaku *menstrual hygiene* pada remaja putri. Pengetahuan yang baik membantu remaja memahami risiko infeksi saluran reproduksi akibat praktik kebersihan yang tidak tepat sehingga mendorong terbentuknya perilaku kesehatan yang lebih baik.

Penelitian Ferdiana dan Idyawati (2026) juga melaporkan bahwa pengetahuan kesehatan reproduksi berhubungan secara signifikan dengan perilaku *personal hygiene* selama menstruasi pada remaja. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemahaman mengenai kesehatan reproduksi tidak hanya meningkatkan kemampuan remaja dalam menjaga kebersihan diri, tetapi juga membantu mereka mengambil keputusan yang lebih tepat terkait kesehatan reproduksi.

Penelitian Samosir et al. (2025) memperoleh hasil yang hampir sama dengan penelitian ini, yaitu adanya hubungan yang kuat antara tingkat pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* menstruasi dengan nilai korelasi sebesar 0,624. Nilai tersebut

menunjukkan bahwa semakin tinggi pengetahuan remaja mengenai menstruasi dan kesehatan reproduksi, semakin baik pula perilaku kebersihan yang dilakukan selama menstruasi.

Walaupun sebagian besar penelitian menunjukkan hubungan positif antara pengetahuan dan perilaku, terdapat beberapa penelitian yang memperoleh hasil berbeda. Angrainy et al. (2021) menemukan bahwa tingkat pengetahuan tidak selalu berhubungan secara signifikan dengan perilaku *personal hygiene* menstruasi. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa selain pengetahuan, faktor lain seperti dukungan lingkungan, kebiasaan keluarga, serta akses terhadap fasilitas sanitasi juga dapat memengaruhi perilaku kesehatan reproduksi remaja.

Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa perilaku kesehatan merupakan fenomena yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor. Pengetahuan memang menjadi fondasi utama dalam pembentukan perilaku, namun keberhasilan penerapannya sangat bergantung pada dukungan lingkungan, ketersediaan fasilitas, serta penguatan kebiasaan melalui pendidikan kesehatan yang berkelanjutan.

Implikasi Penelitian

Hasil penelitian ini memiliki implikasi penting bagi dunia pendidikan, khususnya sekolah menengah pertama. Tingginya hubungan antara pengetahuan dan perilaku *personal hygiene* menunjukkan bahwa program edukasi kesehatan reproduksi yang diberikan kepada remaja berpotensi meningkatkan kualitas perilaku kesehatan mereka. Oleh karena itu, sekolah perlu mengoptimalkan peran *Usaha Kesehatan Sekolah (UKS)* sebagai sarana edukasi kesehatan reproduksi yang berkelanjutan.

Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan untuk mengembangkan program promosi kesehatan reproduksi berbasis sekolah. Materi edukasi tidak hanya berfokus pada proses menstruasi, tetapi juga mencakup praktik kebersihan menstruasi yang benar, pencegahan infeksi saluran reproduksi, serta penggunaan produk kebersihan menstruasi yang aman.

Bagi orang tua, khususnya ibu, hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya komunikasi yang terbuka mengenai menstruasi dan kesehatan reproduksi. Remaja yang memperoleh informasi yang benar sejak dini cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik sehingga lebih siap menerapkan perilaku *personal hygiene* yang benar selama menstruasi.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, desain *cross-sectional* yang digunakan hanya mampu menggambarkan hubungan antarvariabel pada satu waktu pengamatan sehingga tidak dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat secara langsung. Kedua, data penelitian diperoleh melalui kuesioner *self-report* sehingga masih memungkinkan terjadinya *response bias*. Ketiga, penelitian hanya dilakukan pada satu sekolah sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan pada seluruh remaja putri di Kota Surakarta maupun wilayah lain yang memiliki karakteristik berbeda.

Saran Penelitian Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain *longitudinal* atau *quasi-experimental* untuk mengevaluasi perubahan perilaku setelah pemberian intervensi pendidikan kesehatan reproduksi. Selain itu, penelitian mendatang perlu menambahkan variabel lain seperti sikap, dukungan keluarga, dukungan teman sebaya, akses sanitasi, serta literasi kesehatan digital untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi perilaku *personal hygiene* menstruasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara pengetahuan tentang *personal hygiene* menstruasi dengan perilaku *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja di SMP Muhammadiyah 5 Surakarta. Hasil uji *Spearman Rank* menunjukkan nilai *p-value* $< 0,001$ dengan koefisien korelasi (*r*) sebesar 0,726, yang mengindikasikan hubungan dengan kekuatan korelasi yang kuat. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin baik tingkat pengetahuan remaja mengenai *personal hygiene* menstruasi, semakin baik pula perilaku yang diterapkan dalam menjaga kebersihan diri selama menstruasi. Meskipun demikian, hasil penelitian ini perlu diinterpretasikan secara hati-hati karena menggunakan desain *cross-sectional* yang hanya mampu menunjukkan hubungan antarvariabel dan tidak dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat, serta dilaksanakan pada satu sekolah sehingga generalisasi hasil penelitian masih terbatas pada populasi dengan karakteristik yang serupa. Oleh karena itu, sekolah diharapkan dapat memperkuat program edukasi kesehatan reproduksi melalui kegiatan *Usaha Kesehatan Sekolah (UKS)* dan kerja sama dengan tenaga kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan serta membentuk perilaku *personal hygiene* yang lebih baik pada remaja. Penelitian selanjutnya disarankan

melibatkan cakupan wilayah yang lebih luas, menggunakan desain penelitian *longitudinal* atau *quasi-experimental*, serta menambahkan variabel lain, seperti sikap, dukungan keluarga, dukungan teman sebaya, akses terhadap fasilitas sanitasi, dan literasi kesehatan, sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi perilaku *personal hygiene* menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, E., Junias, M. S., & Setyobudi, A. (2023). *Menstrual personal hygiene behavior in female adolescents of SMA/SMK Negeri in the Ende City*. *Pancasakti Journal of Public Health Science and Research*. <https://doi.org/10.47650/pjphsr.v3i2.572>
- Angrainy, R., Fitri, L., & Utari, A. (2021). Relationship between knowledge and personal hygiene behavior during menstruation in adolescents at the Aisyiyah Orphanage, Pekanbaru City. *Jurnal Proteksi Kesehatan*, 10(1), 49–54. <https://doi.org/10.36929/jpk.v10i1.340>
- Ferdiana, F., & Idiawati, R. (2026). Relationship between reproductive health knowledge and personal hygiene behavior during menstruation in adolescents. *Minsight: Midwifery Insight and Innovation Journal*, 2(1). <https://doi.org/10.33650/minsight.v2i1.15483>
- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2022). *A primer on partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM)* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Hastuty, Y., Nasution, N., Rahmah, L., & Kumalasari. (2023). Correlation between knowledge and personal hygiene behavior among female adolescents during menstruation: A study at MTSN Binanga School. *Jurnal Proteksi Kesehatan*, 12(2), 130–136. <https://doi.org/10.36929/jpk.v12i2.671>
- Humairoh, S., & Agustin, D. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku *personal hygiene* menstruasi pada remaja putri. *Jurnal Kesehatan Bhakti Husada*, 9(2). <https://doi.org/10.37848/jurnal.v9i2.181>
- Knowledge and peer support for increase menstrual hygiene management (MHM) in adolescents. (2023). *Healthcare in Low-Resource Settings*. <https://doi.org/10.4081/hls.2023.11193>
- Lusiani, E. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan dengan tindakan *personal hygiene* saat menstruasi pada kelompok remaja putri di Surabaya. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 8(2). <https://doi.org/10.30651/jkm.v8i2.17288>
- Pender, N. J., Murdaugh, C. L., & Parsons, M. A. (2023). *Health promotion in nursing practice* (9th ed.). New York, NY: Pearson.
- Salsabila, D. I. B., & Wibowo, S. S. (2025). Hubungan pengetahuan dan sikap terhadap perilaku *menstrual hygiene* pada remaja putri. *Indonesian Journal of Midwifery*, 9(1). <https://doi.org/10.35473/ijm.v9i1.4927>
- Samosir, A., Widodo, T., Nurfianto, S., Trisia, A., & Jabal, A. R. (2025). The relationship between the level of knowledge and attitudes with *personal hygiene* behavior during menstruation in adolescent. *Barigas: Jurnal Riset Mahasiswa*, 3(2). <https://doi.org/10.37304/barigas.v3i2.18318>

- Saputri, R. D., & Fitriani, N. (2025). The relationship between knowledge and *personal hygiene* behavior of adolescent girls during menstruation. *Midwifery and Nursing Research*, 7(1). <https://doi.org/10.31983/manr.v7i1.12071>
- Schober, P., Boer, C., & Schwarte, L. A. (2021). Correlation coefficients: Appropriate use and interpretation. *Anesthesia & Analgesia*, 126(5), 1763–1768. <https://doi.org/10.1213/ANE.0000000000002864>
- Setia, M. S. (2021). Methodology series module 3: Cross-sectional studies. *Indian Journal of Dermatology*, 61(3), 261–264. <https://doi.org/10.4103/0019-5154.182410>
- Setianingsih, P., Adyani, K., & Realita, F. (2023). Pengetahuan, sikap dan informasi dengan perilaku *personal hygiene*. *Jurnal Kebidanan*, 15(1). <https://doi.org/10.35872/jurkeb.v15i01.548>
- Shahibah, S., Shalahuddin, I., & Mamuroh, L. (2022). The relationship between knowledge and attitude with *menstrual hygiene* behavior in adolescent girls. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(3). <https://doi.org/10.37287/ijghr.v6i3.3100>
- Sine, S. M. C., Weraman, P., & Riwu, Y. R. (2023). Relationship of knowledge and attitude with *personal hygiene* behavior during menstruation in young women. *Pancasakti Journal of Public Health Science and Research*, 3(2). <https://doi.org/10.47650/pjphsr.v3i2.617>
- Satiawan, A. Z. P., Winarso, H., & Siahaan, S. C. (2023). Hubungan pengetahuan dengan sikap *personal hygiene* mengenai kesehatan reproduksi saat menstruasi pada remaja putri. *Prominentia Medical Journal*, 4(1), 41–47. <https://doi.org/10.37715/pmj.v4i1.3551>
- Wang, X., & Cheng, Z. (2020). Cross-sectional studies: Strengths, weaknesses, and recommendations. *Chest*, 158(1 Suppl.), S65–S71. <https://doi.org/10.1016/j.chest.2020.03.012>
- Yogesh, M., et al. (2023). Assessment of knowledge, attitudes, and practices regarding menstrual hygiene management among adolescent schoolgirls. *Cureus*, 15(12), e50950. <https://doi.org/10.7759/cureus.50950>