

Efektivitas Media Edukasi Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Menstrual Hygiene pada Siswi SMPN 1 Geger

Zelin Patarena Dawi Pramesti¹, Niken Bayu Argaheni², Ika Sumiyarsi Sukamto³,
Rufidah Maulina⁴, Angesti Nugraheni⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi Kebidanan, Program Sarjana Terapan, Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret
Korespondensi: zelin.patarena77@student.uns.ac.id

Submisi: 26 Juli 2022; Revisi: 17 November 2025; Penerimaan: 17 November 2025

ABSTRACT

Background: The prevalence of reproductive tract infections in Indonesia is still quite high due to the lack of hygiene in the genitalia. One of the efforts to reduce the occurrence of reproductive tract infections is by providing menstrual hygiene health education to women.

Objective: To analyze the effect of health education using booklets on female students' knowledge and attitude regarding to menstrual hygiene.

Method: This study was a quantitative study by using a quasi-experimental method with a pretest-posttest design with control group design. Data were obtained by using a knowledge and attitude questionnaire.

Results and Discussion: Statistical analysis using Wilcoxon test showed an increase in knowledge and attitude with a significance level of 0.000. The analysis of Mann Whitney test showed a p-value of 0.000 indicating that health education with booklet media on menstrual hygiene knowledge and attitude.

Conclusion: Health education intervention with booklets had effect on increasing knowledge and attitudes. It is hoped that healthy education intervention can rise awareness of the importance of practicing healthy living behaviors.

Keywords: knowledge, attitude, menstrual hygiene

ABSTRAK

Latar Belakang: Prevalensi terjadinya infeksi saluran reproduksi di Indonesia masih cukup tinggi dikarenakan kurangnya *hygiene* pada genitalia. Upaya dalam menurunkan terjadinya infeksi saluran reproduksi dengan pemberian pendidikan kesehatan *menstrual hygiene* pada perempuan.

Tujuan: Menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan dengan *booklet* terhadap pengetahuan dan sikap *menstrual hygiene* pada siswi.

Metode: Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode *quasi experimental* menggunakan desain *pretest-posttest with control group design*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner pengetahuan dan sikap.

Hasil dan Pembahasan: Analisis statistik menggunakan uji *Wilcoxon* menunjukkan peningkatan pengetahuan dan sikap dengan *p-value* 0.000. Analisis uji *Mann Whitney* didapatkan hasil nilai *p-value* 0.000 bahwa terdapat pengaruh pemberian pendidikan kesehatan dengan media *booklet* terhadap pengetahuan dan sikap *menstrual hygiene*.

Kesimpulan: Intervensi pendidikan kesehatan dengan *booklet* berpengaruh pada peningkatan pengetahuan dan sikap. Diharapkan intervensi pendidikan kesehatan dapat menumbuhkan kesadaran untuk menerapkan perilaku hidup sehat.

Kata kunci: pengetahuan, sikap, *menstrual hygiene*

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah fase peralihan usia dini menjadi dewasa, dimana akan mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial.⁽¹⁾ Data sensus penduduk tahun 2020 menunjukkan jumlah remaja di Indonesia mencapai 67,19 juta dan sebesar 9,09 juta jiwa berada di Jawa Timur. Menurut Badan Pusat Statistika Kabupaten Madiun jumlah penduduk dengan usia 10-24 tahun sebanyak 146.518 jiwa.⁽²⁾

Menstruasi merupakan salah satu tanda pubertas pada remaja putri.⁽³⁾ Mestrual hygiene yang benar saat menstruasi penting dilakukan untuk mencegah Infeksi Saluran Reproduksi (ISR).⁽⁴⁾ Berdasarkan hasil survei yang dilakukan UNICEF pada empat daerah, seperti Nusa Tenggara Timur, Jawa Timur, Papua dan Sulawesi Selatan, menunjukkan 67% remaja di kota dan 41% remaja di desa menggunakan pembalut dalam rentang waktu 4 sampai dengan 8 jam⁽⁵⁾. Berdasarkan Kemenkes RI tercatat 5,2 juta remaja di 17 provinsi di Indonesia merasakan pruritus vulva pascamenstruasi karena *menstrual hygiene* yang tidak tepat.⁽⁶⁾

Berdasarkan penelitian Tantry yang dilakukan pada bulan mei 2016 pada siswi SMPN 13 Bandung didapatkan 188 responden menunjukkan sebanyak 69,1% siswi memiliki pengetahuan perawatan diri kurang saat menstruasi sebanyak.⁽⁶⁾ Berdasarkan penelitian sebelumnya di SMPN 1 Lanrisang menunjukkan dari 54 siswi, sebanyak 27 siswi (50%) memiliki pengetahuan kurang dan 30 (55,6%) responden menunjukkan praktik *menstrual hygiene* yang tidak optimal. Hal ini menandakan bahwa masih rendahnya tingkat pengetahuan dan perilaku remaja mengenai *menstrual hygiene*⁽⁷⁾

Remaja putri rentan terkena infeksi yang disebabkan kurangnya penanganan *menstrual hygiene* dan berpotensi mengakibatkan terjadinya infeksi saluran reproduksi (ISR). Tiga infeksi yang banyak ditemukan adalah *pruritus* (25%-50%), *vaginosis bacterial* (20%-40%) dan *trikomoniasis* (5%-15%).⁽⁴⁾ Menurut World Health Organization, ISR sering terjadi pada remaja (35%-42%) dan dewasa muda (27%-33%) di dunia. Kasus ISR di Jawa Timur tercatat 86,5%, umumnya disebabkan oleh pertumbuhan *Candida albican* pada kondisi

lembab seperti saat menstruasi.⁽²⁾ Penyebab utama ISR adalah rendahnya imunitas tubuh (10%), kebersihan yang buruk saat menstruasi (30%), serta adanya kesalahan dalam penggunaan pembalut (50%).⁽⁸⁾

Upaya dalam memperluas wawasan remaja terkait kebersihan menstruasi dengan memberikan pendidikan kesehatan. *Booklet* adalah media penyampai informasi kesehatan dalam bentuk buku berisikan kalimat sederhana, singkat dan menarik selain itu *booklet* dapat digunakan setiap saat, dapat dipelajari secara individu, mengurangi kebutuhan mencatat serta dimuat secara sederhana dengan daya tampung yang cukup luas.⁽⁹⁾

Menurut temuan studi pendahuluan pada 10 siswi kelas VIII SMPN 1 Geger didapatkan hasil bahwa 10 siswi menyatakan belum pernah mendapatkan pendidikan khusus tentang *menstrual hygiene*, sebanyak 6 siswi membasuh alat kelamin dari anus ke arah vagina, 4 siswi membasuh alat kelamin menggunakan sabun, 3 siswi menggunakan pembalut mengandung gel, 9 siswi mendukung penggunaan pembalut kain, dan 8 siswi menggunakan pembalut lebih dari 4 jam. Sehingga diketahui pengetahuan *menstrual hygiene* remaja putri sebagian besar buruk.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti ingin mengkaji pengaruh pendidikan kesehatan dengan *booklet* terhadap pengetahuan dan sikap *menstrual hygiene* pada siswi kelas VIII di SMPN 1 Geger.

METODE

Studi menerapkan pendekatan kuantitatif dengan metode *quasi experimental*, bentuk desain *pretest-posttest with control grup design*. Melibatkan siswi kelas VIII di SMPN 1 Geger, terdiri dari 114 siswi yang diambil menggunakan *cluster random sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Responden mengisi kuesioner *pretest* dan *posttest* dengan rentang waktu 7 hari. Variabel independen pada penelitian ini adalah pendidikan kesehatan dengan *booklet* dan variabel dependen adalah pengetahuan dan sikap *menstrual hygiene*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dalam bentuk cetak.

Persetujuan etik penelitian ini diperoleh dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas

Kedokteran Universitas Sebelas Maret dengan nomor 63/UN27.06.11/KEP/EC/2022.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 114 siswi. Karakteristik responden digambarkan di tabel 1.

Tabel. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Siswi kelas VIII SMPN 1 Geger

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia		
13	6	5.3
14	90	78.9
15	18	15.8
Total	144	100.0
Menarche		
9-11	29	25.4
12-15	85	74.6
Total	114	100.0
Pernah/Tidak		
Pernah	144	100.0
Tidak Pernah	0	0
Total	114	100.0
Sumber Informasi		
Orang Tua (Ibu)	74	20.2
Guru	23	64.9
Media Massa	17	14.9
Total	114	100.0

^aUsia 13 tahun

Usia 14 tahun

Usia 15 tahun

^bUsia menarche 9-11 tahun

Usia menarche 12-15 tahun

^cPernah mendapat pendidikan kesehatan *menstrual hygiene*

Tidak pernah mendapat pendidikan kesehatan *menstrual hygiene*

^dSumber informasi guru

Sumber informasi orang tua (ibu)

Sumber informasi media massa

Berdasarkan distribusi frekuensi penelitian, diketahui sebagian besar responden berusia 14

tahun yaitu 78.9%, mayoritas usia menarche dimulai saat usia 12 sampai 15 tahun sebesar 74.6%, seluruh responden pernah mendapatkan informasi *menstrual hygiene*, mayoritas responden memperoleh informasi terkait kebersihan selama menstruasi dari orang tua (ibu) sebanyak 64.9%.

Berdasarkan usia mayoritas responden berusia 14 tahun dimana usia tersebut dalam usia remaja awal. Pada Fase remaja awal, remaja putri akan mengalami perkembangan seperti mulai berfungsi organ reproduksi ditandai dengan menstruasi ⁽³⁾. Remaja mulai mencari identitas diri, dan remaja mulai berpikir lebih logis dan merasa memiliki hak untuk mengambil keputusan.⁽¹⁰⁾ Tingkat pengetahuan dapat dipengaruhi oleh faktor usia, dimana semakin cukup usia akan mendorong pematangan pola pikir dan persepsi seseorang, sehingga wawasan yang dimilikinya semakin terstruktur dan berkembang.⁽¹¹⁾

Berdasarkan usia menarche, mayoritas responden menarche di usia 12 - 15 tahun. Menstruasi pertama merupakan tanda berfungsi organ reproduksi.⁽¹²⁾ Usia menarche dikaitkan dengan pengalaman seseorang mengenai *menstrual hygiene*, remaja yang mengalami menarche lebih dini berpeluang melakukan praktik kebersihan lebih baik dalam mengelola menstruasi. Namun tidak hanya pengalaman masih ada faktor-faktor lain seperti pendidikan, usia, lingkungan, sosial budaya, ekonomi dan informasi yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan dan sikap.⁽¹³⁾

Berdasarkan data penelitian diketahui bahwa seluruh responden pernah mendapatkan informasi terkait *menstrual hygiene*. Mayoritas responden memperoleh informasi *menstrual hygiene* dari ibu meliputi cara menjaga kebersihan genitalia, mengganti dan membuang pembalut yang benar serta frekuensi penggantian pembalut. Sebagian besar remaja menganggap bahwa ibu adalah orang yang dianggap penting dan mampu memberikan pemahaman mengeai pengetahuan reproduksi bagi mereka, sehingga nilai-nilai yang ditanamkan oleh ibu akan berpengaruh terhadap pengetahuan.⁽¹¹⁾

Tabel 2. Pengetahuan dan sikap menstrual hygiene pada siswi kelas VIII SMPN 1 Geger

Variabel	Pretest		Posttest	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Pengetahuan				
Baik	1	0.9	48	42.1
Cukup	68	59.6	62	54.4
Kurang	45	39.5	4	3.5
Total	144	100.0	114	100.0
Sikap				
Positif	53	46.5	66	57.9
Negatif	61	53.5	48	42.1
Total	114	100.0	114	100.0

^aBaik (76-100%)

Cukup (56-75%)

Kurang (<56%)

^bPositif ($x > \text{mean}$)

Negatif ($x < \text{mean}$)

Berdasarkan tabel 2. diketahui bahwa terdapat peningkatan baik pada pengetahuan maupun sikap responden terhadap *menstrual hygiene*. Pada aspek pengetahuan, saat *pretest* responden yang berada di kategori berpengetahuan baik berjumlah 1 responden atau (0.9%), pengetahuan responden cukup 68 responden (59.6%) dan pengetahuan kurang 45 responden (39.5%) meningkat menjadi berpengetahuan baik sebanyak 48 responden (42.1%) dan cukup 62 responden (54.4%) pada saat *posttest* sesudah memperoleh intervensi pendidikan kesehatan menggunakan *booklet*. Dalam hal sikap, *pretest* menunjukkan sikap positif sebanyak 53 responden (46.5%), setelah diberikan intervensi meningkat menjadi sebanyak 66 responden (57.9%).

Usaha dalam meningkatkan pengetahuan dan merubah sikap serta perilaku yang berhubungan dengan kesehatan ke arah yang positif yaitu melalui pendidikan kesehatan.⁽¹⁴⁾ Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan *booklet* sebagai media informasi, *booklet* dipilih dikarenakan pengguna dapat belajar dengan mandiri, penggunaan dapat disesuaikan dengan kondisi keadaan yang ada, mengurangi kebutuhan mencatat, mudah di mengerti serta dapat memuat informasi lebih banyak dan dapat dibaca berulang-ulang sehingga informasi yang diterima dapat menambah pengetahuan dan meningkatkan sikap seseorang.⁽¹⁵⁾

Peningkatan pengetahuan *menstrual hygiene* dapat disebabkan karena adanya informasi yang ada dalam *booklet*, pendidikan kesehatan

dengan *booklet* tergolong metode dengan teknik komunikasi tidak langsung berdasarkan indera penerima yaitu melalui visual memungkinkan materi yang diserap 83% dan diingat 30%.⁽¹⁶⁾ Proses belajar mempengaruhi tingkat pengetahuan individu, faktor yang mempengaruhi pengetahuan seperti tingkat pendidikan, materi, sosio kultural, umur dan pengalaman hidup.⁽¹¹⁾ Proses memperoleh informasi pada individu berlangsung dengan tahap mengetahui, memahami, menganalisis, dan mengevaluasi informasi yang didapatkan.⁽¹⁷⁾

Peningkatan sikap dapat dipengaruhi oleh peningkatan pengetahuan seseorang, pada penelitian ini pengetahuan kelompok intervensi mengalami peningkatan pengetahuan sehingga berpengaruh terhadap peningkatan sikap setelah memperoleh pendidikan kesehatan dengan *booklet*. Peningkatan sikap kemungkinan disebabkan responden sudah sampai tingkat bertanggung jawab atas pilihannya, tingkatan sikap mencakup menerima, memberi respon, menghargai, dan bertanggung jawab.⁽¹¹⁾ Sikap terbentuk melalui suatu proses terlebih dahulu, informasi yang didapatkan menimbulkan kepercayaan terhadap suatu stimulus dan menjadi dasar terbentuknya sikap. Penelitian ini menunjukan, adanya faktor lain yang mungkin mempengaruhi pengetahuan dan sikap. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk mengkaji variabel lain sehingga didapatkan hasil yang optimal.

KESIMPULAN

Pendidikan kesehatan melalui *booklet* terbukti efektif dalam memperbanyak pengetahuan dan mendorong sikap positif pada siswi SMPN 1 Geger. Hasil penelitian diharapkan menjadi dasar bagi tenaga kesehatan dalam memberikan penyuluhan khususnya mengenai *menstrual hygiene*. Selain bagi tenaga

kesehatan pendidikan kesehatan mengenai *menstrual hygiene* dapat memberikan pembelajaran bagi siswa dengan tujuan mewujudkan kesehatan di lingkungan sekolah. Pendidikan kesehatan penting bagi remaja putri dalam menumbuhkan kesadaran pola hidup sehat.

REFERENSI

1. Saputra, Y. A., Kurnia, A. D., & Aini, N. Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Upaya Remaja untuk Menurunkan Nyeri Saat Menstruasi (Dismenore Primer). *J Kesehatan Reproduksi*, 2021;(7)3
2. Badan Pusat Statistik. Data Statistik Indonesia. Jumlah Penduduk menurut Umur, Jenis Kelamin, Provinsi, dan Kabupaten/Kota. 2020 Available at: <https://www.bps.go.id/>
3. Fitriani H, Hapsari Y. Hubungan Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi Mahasiswi Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta Angkatan 2019. *Muhammadiyah J Midwifery*. 2022;2(2):40.
4. Lajuna L, Ramli N, Liana N. Tingkat pengetahuan remaja putri terhadap menstrual hygiene pada siswi SMP N 2 Jantho Aceh Besar. *Holistik J Kesehat*. 2019;13(3):207–12.
5. Mirawahyu. Determinan yang Mempengaruhi Perilaku Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri di SMP X Kota Surabaya. Skripsi. 2020
6. Tantry YU, Solehati T, Yani DI. Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Perawatan Diri Selama Menstruasi Pada Siswi Smp. *J Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*. 2019;10(1):146.
7. Mukarramah. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi. *J Kesehat Luwu Raya*. 2020;7(1):88–95.
8. Malihah M, Ibnusantosa RG, Respati T, Rathomi HS, Sukarya WS. Tingkat Pengetahuan Personal Hygiene Saat Menstruasi antara Siswi Pondok Pesantren dan SMP Negeri di Kabupaten Cirebon. *J Integr Kesehat Sains*. 2019;1(2):83–6.
9. Agustina dan Kurnia. Pengaruh Media Booklet terhadap Pengetahuan Terkait Hygiene Menstruasi di SMP Negeri 5 Kota Samarinda. 2018
10. Zarkasih K. Memahami ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *J Aplikasi Imlu Agama*. 2017; (17)1
11. Budiman. Kapita Selekta Kuisioner Pengetahuan dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan. Jakarta: Salemba Medika. 2013
12. Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia. 2018
13. Rosvia, R. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap pada Ibu Hamil Trimester III Tentang ASI Eksklusif di Puskesmas Gedongtengen Kota Yogyakarta. 2019
14. Sitohang NA, Adella CA. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SMP Dharma Pancasila Tentang Manajemen Kesehatan Menstruasi. *J Ris Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*. 2020;4(2):126
15. Notoatmodjo, S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta. 2015
16. Jannah R. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Booklet terhadap Pengetahuan dan Praktik Pencegahan Malaria pada Korban Gempa. *Jurnal Kebidanan*. 2019; (9)2
17. Retnaningsih, R. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Tentang Alat Pelindung Telinga dengan Penggunaanya Pada Pekerja di PT X. *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*. 2016; 1(1)