



The Relationship Between Knowledge Level and Adolescent Girls' Behavior Regarding Personal Hygiene During Menstruation in Tobelo District

(Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Remaja Putri Tentang Kebersihan Diri Saat Menstruasi di Kecamatan Tobelo)

Olivia Asih Blandina ^{1✉} dan Yulina Mahaling ¹

¹ Program Studi Keperawatan, Fakultas Sains Teknologi dan Kesehatan, Universitas Hein Namotemo, Tobelo, Indonesia.

✉ Email Koresponden: olivia.asih@gmail.com

Info Artikel:	<input checked="" type="checkbox"/> Artikel Penelitian	<input type="checkbox"/> Artikel Pengabdian	<input type="checkbox"/> Riview Artikel		
*Diterima:	12 Maret 2026	*Disetujui:	13 Juni 2026	*Publikasi On-Line:	1 Juli 2026

Abstract

This study aims to determine the relationship between the level of knowledge and the behavior of young women regarding personal hygiene during menstruation in Tobelo District. The research method used in this research is descriptive analytic quantitative research with a crosssectional approach with a total population of 4,688 young women in Tobelo District, a total sample of 370 respondents. The sampling technique was carried out using simple random sampling. Data were collected using questionnaires and analyzed univariately and bivariately using Spearman's rho analysis. The results showed that the knowledge level of young women was not good at 74%, good at 26% and personal hygiene behavior during menstruation was not good at 55%, good at 45% and there was a relationship between knowledge and behavior of young women about personal hygiene during menstruation at Tobelo District ($P=0.00$). Based on the results of the study, it can be concluded that the level of knowledge of young women about menstruation is included in the unfavorable category of 74% so that the behavior of young women regarding personal hygiene during menstruation is in the unfavorable category of 55%, where good knowledge is very important in behaving so there is a relationship between knowledge with the behavior of young women regarding personal hygiene during menstruation in Tobelo District.

Keyword: Knowledge; Behavior; Menstruation; Young Women.

I. PENDAHULUAN

Menstruasi ialah proses menstruasi terjadi pada sistem reproduksi wanita, ini melibatkan pendarahan dari rahim melalui vagina. Haid atau disebut juga menstruasi yaitu perdarahan secara berkala dari rahim yang terjadi diperkirakan 14 hari sesudah ovulasi, yang disebabkan oleh pelepasan endometrium (Ardiani, 2018 (Ryan et al., 2021). Menstruasi terjadi pada remaja antara usia 10 hingga 16 tahun (Simanjuntak dan Siagian, 2020 (Amaliyyah, 2021). *World Health Organization* (WHO) menyimpulkan terkait

kehatan reproduksi antara lain sehat secara psikologis, ekonomi dan tentang penyakit atau kecacatan akan tetapi berkaitan dengan sistem reproduksi yang di dalamnya terkait fungsi dan proses reproduksi tersebut (Awa et al., 2021). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia atau WHO, kebersihan pribadi yang buruk selama menstruasi dikaitkan dengan 35% kejadian gangguan reproduksi (WHO,2021 (Nabilah, 2022). Prevalensi global infeksi saluran reproduksi remaja (ISR), termasuk Candida 25-50% penyakit menstruasi disebabkan oleh kurangnya kebersihan diri serta kebiasaan menggunakan

pembalut yang tidak sehat selama proses menstruasi (WHO, 2021 (Sari et al., 2022)). Di Indonesia terdapat 43 juta remaja yang mempunyai kepribadian hidup bersih yang sangat tidak baik (Pratiwi, 2021 (Cahyani et al., 2023)). Prevalensi infeksi kandidiasis genital pada remaja usia 10 hingga 18 tahun sebanyak 35% hingga 42% dan 27% hingga 33% pada remaja (Hako et al., 2022)). Masalah utama terkait menstruasi pada remaja adalah kurangnya pengetahuan tentang kebersihan diri saat menstruasi (Awa et al., 2021).

Personal hygiene saat menstruasi mengacu pada perilaku menjaga kesehatan daerah perempuan selama menstruasi untuk menghindari pertumbuhan bakteri dan infeksi. Merawat kebersihan bagian tubuh yang penting tidak sama seperti merawat bagian tubuh lainnya. Daerah kewanitaan yang khusus diperlukan perhatian khusus, pada daerah ini keringat dihasilkan sangat banyak (Wardiyah, 2022 (Amaliyyah, 2021)). Tujuan untuk menjaga kebersihan dan kesehatan diri selama proses menstruasi adalah untuk mencapai kesejahteraan fisik dan psikis selama menstruasi sehingga sangat bergantung pada perilaku seseorang (Meilan, 2019 (Ryan et al., 2021)).

Remaja putri dengan kebersihan diri yang kurang baik memungkinkan remaja tersebut belum berperilaku bersih selama menstruasi dimana hal ini dapat membahayakan alat reproduksi remaja tersebut sehingga dapat menyebabkan terjadinya defisiensi. Misalnya timbulnya infeksi vagina akibat dari perilaku kebersihan diri yang kurang (Pemiliana et al., 2019 (Ryan et al., 2021)). Selama proses menstruasi pembalut tidak boleh dipakai melebihi dari 4 jam dengan kata lain pembalut harus diganti 3 sampai 4 kali dalam sehari (Rahayu & Lutfiyati, 2022)). Penyebab utama ISR yaitu perilaku kebersihan diri yang kurang ketika menstruasi (30%) dan pembalut yang digunakan kurang sehat selama proses menstruasi (50%) (Annisa et al., 2020 (Ryan et al., 2021)). Pengetahuan remaja selama menstruasi dapat berpengaruh pada perilaku hidup bersih dan sehat (Juwitasari et al., 2020 (Rahayu & Lutfiyati, 2022)).

Kecamatan Tobelo merupakan kecamatan yang berada di Halmahera Utara yang terdiri dari 10 desa yaitu desa Gura, MKCM, Rawajaya, Gosoma, Gamsungi, Kumo, Wari, Kakara, Wari ino, dan Tagalaya. Berdasarkan studi awal yang peneliti lakukan di 10 desa ini terdapat 4.688 remaja putri yang berumur 12-21 tahun yang berada di Kecamatan Tobelo (Data Kantor Camat Kecamatan Tobelo, 2021). Melalui wawancara

pada 20 remaja putri di Kecamatan Tobelo, didapatkan sebanyak 15 orang sering mengalami gatal di sekitar vagina saat menstruasi karena mereka kurang memiliki pengetahuan tentang kebersihan diri selama menstruasi, selain itu perilaku kebersihan diri yang tidak sehat selama menstruasi yakni memakai celana dalam yang tidak menyerap keringat dan menjaga kebersihan daerah kewanitaan. Biasanya pembalut hanya diganti 2 kali sehari, sedangkan mengganti pembalut yang baik dan benar yaitu 3-4 jam (Rahayu & Lutfiyati, 2022) dalam hal ini pembalut tidak boleh digunakan lebih dari 4 jam atau perlu mengganti pembalut 3-4 jam untuk menghindari bau, meningkatkan kenyamanan dan mencegah infeksi genitalia, kebiasaan membasuh vagina dari belakang ke depan dan mengganti pakaian dalam 1 kali dalam sehari. Terdapat 5 orang tidak pernah mengalami gatal di sekitar vagina karena memiliki perilaku kebersihan diri saat menstruasi yang baik seperti dalam sehari pembalut harus diganti lebih dari 4 kali, membasuh vagina dari belakang ke depan. Berdasarkan hal tersebut terbukti bahwa masih banyak remaja putri di Kecamatan Tobelo yang kurang memiliki pengetahuan dan perilaku untuk menjaga kebersihan diri selama menstruasi. Berdasarkan hal tersebut maka perlu melakukan penelitian tentang tingkat pengetahuan dengan perilaku remaja putri tentang kebersihan diri saat menstruasi di Kecamatan Tobelo.

II. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah *kuantitatif deskriptif analitis* dengan pendekatan *cross sectional* yaitu dengan pendekatan variable bebas dan terikat hanya diukur satu kali (Nursalam, 2015). Dalam penelitian ini variabel bebas dan terikat dikumpulkan selama penelitian. Penelitian ini telah dilakukan di Kecamatan Tobelo. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret-Mei 2023. Penelitian ini populasinya adalah remaja putri usia 12-21 tahun di Kecamatan Tobelo yang telah mengalami menstruasi dimana terdiri dari sekitar 4.688 (Data Kecamatan Tobelo 2021). Teknik pengambilan sampel yang dipergunakan adalah *simple random sampling*. *Simple random sampling* artinya sebagian dari jumlah sampel yang diinginkan yang dipilih secara acak. Sehingga, dalam penelitian ini sampelnya sebanyak 370 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada responden untuk memperoleh informasi terkait hubungan antara

tingkat pengetahuan dengan perilaku remaja putri tentang kebersihan diri saat menstruasi di Kecamatan Tobelo. Dalam penelitian ini kuesioner yang digunakan adalah kuesioner yang diambil dari (Zhahirah, 2022). Teknik Analisa data menggunakan Analisa univariat dan bivariat.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden

Karakteristik	Frekuensi (F)	%
Alamat		
Kakara	37	10%
Wari	37	10%
Gamsungi	37	10%
Wari Ino	37	10%
Kumo	37	10%
Tagalaya	37	10%
MKCM	37	10%
Gosoma	37	10%
Gura	37	10%
Rawajaya	37	10%
Total	370	100
Usia		
12 Thn-16 Thn	203	45%
17 Thn-21 Thn	167	55%
Total	370	100%
Pendidikan		
SMP	164	21%
SMA	130	35%
Perguruan Tinggi	76	44%
Total	370	100%
Usia Pertama Menstruasi		
10 Thn	12	3%
11 Thn	45	12%
12 Thn	140	38%
13 Thn	104	28%
14 Thn	57	16%
15 Thn	12	3%
Total	370	100%
Lamanya menstruasi		
3 Hari-6 Hari	273	74%
6 Hari-9 Hari	97	26%
Total	370	100%

Tabel 1, Menunjukkan distribusi karakteristik responden, terlihat bahwa data responden remaja putri di Kecamatan Tobelo terdiri dari 10 desa diantaranya yaitu Kakara, Wari, Gamsungi, Wari Ino, Kumo, Tagalaya, MKCM, Gosoma, Gura dan Rawajaya dengan masing-masing desa 37 responden dengan masing-masing presentase 10%. Selain alamat,

peneliti juga menemukan data responden sebagian besar dengan usia 12-16 tahun sebanyak 203 responden (55%). Berdasarkan tingkat pendidikan responden, peneliti juga menemukan sebagian besar responden yang berpendidikan di SMP sebanyak 164 responden (21%). Berdasarkan usia pertama menstruasi, sebagian besar responden berusia 12 tahun sebanyak 140 responden (38%). Berdasarkan lamanya menstruasi, sebagian besar responden dengan 3 hari sampai 6 hari sebanyak 273 responden (74%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi pengetahuan pada remaja putri di Kecamatan Tobelo

Tingkat Pengetahuan	Rentang Skor	N	%
Kurang Baik	0-6	272	74%
Baik	12-Jul	98	26%
Total		370	100%

Sumber: Data primer (2023)

Tabel 2, terlihat bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dengan kategori baik sebesar 26% (98 responden) dan tingkat pengetahuan remaja putri kurang baik sebesar 74% (272 responden) dari 100% (370 responden). Faktor-faktor yang mempengaruhi kurangnya pengetahuan pada remaja putri adalah tingkat pengetahuan, dimana dari hasil penelitian didapatkan remaja putri di Kecamatan Tobelo tidak pernah mendapatkan sosialisasi tentang kebersihan diri saat menstruasi sehingga sumber informasi kesehatan yang biasanya diperoleh responden adalah dari media sosial untuk memengaruhi pengetahuan seseorang. Tingkat pendidikan tertinggi yang berpendidikan kurang baik terdapat pada SMP sebanyak 164 responden (44%) dan dengan usia 12-16 tahun sebanyak 203 responden (55%).

Tabel 3, terlihat bahwa perilaku kebersihan diri saat menstruasi dengan kategori kurang baik sebesar 55% (204 responden) dan perilaku kebersihan diri saat menstruasi kategori baik sebesar 45% (166 responden) dari 100% (370 responden). Hal ini dikarenakan adanya pengetahuan yang kurang baik diikuti oleh perilaku yang kurang baik seperti pembalut hanya diganti 2 kali sehari, kebiasaan membasuh vagina dari belakang ke depan dan mengganti pakaian dalam 1 kali dalam sehari.

Tabel 3. Distribusi frekuensi perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di Kecamatan Tobelo

Perilaku Kebersihan Diri	Rentang Skor	N	%
Kurang Baik	0-25	204	55%
Baik	25-50	166	45%
Total		370	100%

Sumber: Data primer (2023)

Tabel 4. Hubungan pengetahuan dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di Kecamatan Tobelo

Variabel	Pengetahuan	p Value
	R	
Perilaku	0,675	0,000

Sumber: Data primer (2023)

Tabel 4, dapat dilihat bahwa berdasarkan hasil *uji speaeman's* nilai ρ (R) menunjukkan bahwa hubungan pengetahuan dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di Kecamatan Tobelo menunjukkan nilai 0,000 ($P < 0,05$) yang artinya H_a diterima atau adanya hubungan yang signifikan pada pengetahuan dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di Kecamatan Tobelo. Nilai koefisien korelasi besar (0,675) artinya hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku kebersihan diri (*personal hygiene*) saat menstruasi pada remaja putri di Kecamatan Tobelo kuat.

3.2. Pembahasan

Pengetahuan Adalah hasil dari pengetahuan dan tercipta setelah seseorang mempersepsikan objek tertentu. Pengetahuan tentang *personal hygiene* atau disebut dengan kebersihan diri saat menstruasi Adalah pengetahuan, sikap serta tindakan buat menjaga serta mencegah resiko terjadinya penyakit selama menstruasi (Zhahirah, 2022). Remaja putri dengan pengetahuan yang sedikit tentang kebersihan diri saat menstruasi, yang dapat membahayakan reproduksi mereka sendiri. Salah satu akibat yang ditimbulkan oleh *personal hygiene* yang (Rahman & Astuti, 2014 (Ryan et al., 2021).

Berdasarkan hasil penelitian dari 370 sampel didapatkan bahwa Sebagian besar remaja putri di Kecamatan Tobelo berpengetahuan kurang baik sebanyak 74% (272 orang), hal ini disebabkan karena Sebagian besar remaja dengan tingkat Pendidikan di perguruan tinggi yang

artinya Pendidikan yang tinggi tidak selalu berarti tingkat pengetahuan yang tinggi (Amaliyyah, 2021). Hal ini menjadi salah satu pengaruh responden dalam berperilaku dalam hal ini kebersihan diri saat menstruasi. Kurangnya pengetahuan dan informasi tentang Kesehatan menjadi salah satu penyebab Kesehatan remaja dalam kategori buruk terutama dalam menjaga *hygiene* saat menstruasi sehingga mengakibatkan berbagai macam masalah yang berkaitan dengan organ reproduksi (Rohidah & Nurmaliza, 2019 (Zhahirah, 2022).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Ghofur et al., 2023) menunjukkan dari 62 remaja putri tingkat pengetahuannya kurang baik yaitu 50 responden (81%). Kajian Azzarah (2020) juga menunjukkan bahwa siswa yang pendidikannya rendah selalu dibandingkan dengan siswa yang pendidikannya tinggi. Peneliti (Awa et al., 2021) juga membuktikan bahwa dari 66 responden Tingkat pengetahuan kurang baik yaitu sebanyak 40 responden.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Rahayu & Lutfiyati, 2022) menunjukkan lebih besar siswi yang berperilaku kurang baik selama memelihara kebersihan diri saat proses menstruasi berlangsung dengan jumlah 159 siswi (88%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian saya, dimana perilaku remaja putri memperlihatkan kebanyakan responden memiliki perilaku dengan kategori kurang baik sebesar 55% (204 responden) saat menstruasi. Hal ini dikarenakan adanya pengetahuan yang kurang baik diikuti oleh perilaku yang kurang baik seperti pembalut hanya diganti 2 kali sehari, kebiasaan membasuh vagina dari belakang ke depan dan mengganti pakaian dalam 1 kali dalam sehari. Adapun kebersihan diri yang baik selama menstruasi antara lain mengganti pembalut minimal 4 kali sehari, membasuh vagina dari depan ke belakang, keringkan vagina menggunakan handuk atau tissue yang berbahan lembut, serta memakai pakaian dalam yang menyerap keringat (Ryan et al., 2021). Peneliti (Awa et al., 2021) juga membuktikan bahwa dari 252 responden yang diteliti Sebagian besar berperilaku kurang baik yaitu sebesar 140 responden.

Hasil perhitungan uji korelasi diketahui bahwa hubungan antara pengetahuan dengan perilaku remaja putri tentang kebersihan diri saat menstruasi di Kecamatan Tobelo menunjukkan nilai 0,000 ($P < 0,05$) artinya H_a diterima atau adanya hubungan yang signifikan pada pengetahuan dan perilaku remaja putri tentang

kebersihan diri saat menstruasi di Kecamatan Tobelo. Nilai koefisien korelasi yang tinggi (0,675) artinya ada hubungan yang kuat antara tingkat pengetahuan dengan perilaku kebersihan diri saat menstruasi pada remaja putri di Kecamatan Tobelo kuat. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Rahmatika, 2022) dimana pengetahuan dan perilaku pada remaja putri kurang baik sebanyak 15 dari 28 responden (22%) memiliki pengetahuan dan perilaku pada kategori kurang baik. Penelitian yang dilakukan oleh Maulina (Rahmatika, 2022), menunjukkan adanya hubungan $p=0,005$ antara pengetahuan menstruasi terhadap perilaku kebersihan diri saat menstruasi. Penelitian dari Yanti 2019 (Rahayu & Lutfiyati, 2022), juga menunjukkan adanya hubungan tingkat pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dengan perilaku *hygienis* pada saat menstruasi, dengan nilai $p=0,005$.

IV. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang tingkat pengetahuan dengan perilaku remaja putri tentang kebersihan diri saat menstruasi di Kecamatan Tobelo maka peneliti dapat menarik kesimpulan adanya hubungan antara pengetahuan dengan perilaku remaja putri tentang kebersihan diri saat menstruasi di Kecamatan Tobelo.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfi, N. R., Hasanah, O., & Misrawati. (2022). Gambaran Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Saat Menstruasi Di Masa New Normal Di Kota Pekabaru. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 7(2), 61–72.
- Amaliyyah, R. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Putri Di Asrama Keperawatan Unitri. February, 6.
- Awa, W. A., Askrening, & Elyasari. (2021). Hubungan Pengetahuan Tentang Manajemen Kebersihan Menstruasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Putri Pondok Pesantren Attarbiyatussakilah Kendari Tahun 2021.
- Cahyani, N. G., Setiyowati, E., Alimatuzzain, V., Firdaus, N. E., Mahgfiroh, A., Priyaningtyas, I., & Amirudin, M. L. N. (2023). Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Kebersihan Alat Vital. *Journal Of Educational Innovation And Public Health*, 1.
- Ghofur, F. M., Yunita, R. D., & Sri, A. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Perilaku Remaja Dengan Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Ilmiah, Jurnal Rustida, Kesehatan*, 10(01), 66–75.
- Hako, S., Kadir, L., & Ahmad, Z. F. (2022). Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi Di Smkn 1 Bulango Selatan Kabupaten Bone Bolango Tahun 2022. *Madu Jurnal Kesehatan*, 11(1), 34–45.
- Mayssara A. Abo Hassanin Supervised, A. (2014). "Peran Tokoh Masyarakat Dalam Pencegahan Perilaku Minum-Minum Keras Terhadap Remaja Di Desa Sungai Merah Kecamatan Pelawan Kabupaten Sarolangun. *Paper Knowledge . Toward A Media History Of Documents*.
- Nabilah, I. (2022). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smp 1 Kota Cirebon 2022.
- Rahayu, A. W. D., & Lutfiyati, A. (2022a). Pengetahuan Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smpn 3 Tempel Sleman. *Jurnal Indonesia Sehat: Healthy Indonesian Journal*, 1(1), 15–20.
- Rahayu, A. W. D., & Lutfiyati, A. (2022b). Pengetahuan Berhubungan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smpn 3 Tempel Sleman. *Jurnal Indonesia Sehat: Healthy Indonesian Journal*, 1(1), 15–21.
- Rahmatika, S. D. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Mahasiswa Stikes Muhammadiyah Cirebon Tahun 2022. *Jurnal Dunia Kesmas*, 11(4), 20–27.
- Ryan, Cooper, & Tauer. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smp Swasta Bahagia Jalan Mesaan I No.60 Mabar Kecamatan Medan Deli Provinsi Sumatera Utara Tahun 2021. 60, 1–113.
- Sari, P., Ningsih, V. R., Hulaila, S., & Sayuti, S. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Remaja Putri Dalam Menjaga Kebersihan Organ Reproduksi Pada Saat Menstruasi Di Mts Negeri 05 Kerinci. *Jik (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 6(2), 286–293.
- Zhahirah, N. F. (2022). Hubungan Pengetahuan

Dan Sikap Terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Tahun 2022. Universitas Jambi.

KantorKecamatan. (2021). Jumlah Remaja Putri di Kecamatan Tobelo. Tobelo Februari 2023. Lawreen Green. (1980) dalam Notoatmodjo (2007) dan Proverawati (2009).



Copyright© Juli 2026. Olivia Asih Blandina, Yulina Mahaling.

