

PENGARUH MEDIA TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEBERSIHAN MENSTRUASI: *LITERATURE REVIEW*

Siti Fatimah, Siti Nurunnayah

Alma Ata Graduate School of Public Health

Universitas Alma Ata Yogyakarta, Indonesia

Corresponding Author: nurunnayah.siti@almaata.ac.id

Abstrak

Menstruasi merupakan tanda seksual primer yang dialami oleh remaja perempuan. Menstruasi menjadi tanda kematangan fungsi sistem reproduksi. *Menarche* biasa dialami pada sekitar usia 10-15 tahun, pengetahuan tentang menstruasi akan sangat berpengaruh pada cara mereka melakukan kebersihan saat menstruasi. Tujuan dari literature review ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan menstruasi dengan praktik kebersihan saat menstruasi berdasarkan hasil penelitian terkini. *Review* dilakukan pada 4 artikel asli hasil penelitian yang didapatkan dari hasil pencarian di *google scholar*, *pubmed* dan *web of science*. Tema artikel difokuskan pada pengetahuan menstruasi dan praktik kebersihan saat menstruasi. Pemilihan artikel disesuaikan dengan kriteria inklusi yang telah ditentukan peneliti.

Kata kunci; media; pengetahuan kesehatan; menstruasi

Abstract

Menstruation is a primary sexual sign experienced by adolescent girls. Menstruation is a sign of maturity of reproductive system function. Menarche is usually experienced at around the age of 10-15 years, knowledge about menstruation will greatly affect the way they perform hygiene during menstruation. The purpose of this literature review is to determine the relationship between knowledge of menstruation and hygiene practices during menstruation based on the results of recent research. The review was carried out on 4 original research articles obtained from search results on Google Scholar, Pubmed and Web of Science. The theme of the article is focused on knowledge of menstruation and hygiene practices during menstruation. The selection of articles was following to the inclusion criteria determined by the researcher.

Keywords: media; health knowledge; constructing

Pendahuluan

Fisik pada masa pubertas mempengaruhi seluruh bagian tubuh, baik eksternal maupun internal, juga mempengaruhi kondisi fisik dan psikis remaja. Meskipun konsekuensinya bersifat sementara, tetapi menimbulkan perubahan pola perilaku (1).

Menstruasi merupakan salah satu perubahan vital yang terjadi pada semua wanita selama masa remaja. Menarche bukan hanya proses fisiologis tetapi merupakan transisi psikologis, sosial, dan perilaku dari masa remaja ke masa kewanitaan (2).

Banyak penelitian mengungkapkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang tentang fisiologi dan kebersihan menstruasi. Disamping itu banyak ibu tidak memiliki informasi dan keterampilan yang benar untuk berkomunikasi tentang kebersihan menstruasi yang dapat mereka wariskan kepada anak-anak mereka, yang mengarah pada sikap, kepercayaan, dan praktik yang salah. Pengetahuan kolektif tentang usia saat menarche, siklus menstruasi dan lama menstruasi pada remaja putri juga berguna untuk menghilangkan ketakutan dan trauma psikologis yang mungkin timbul dari munculnya darah per-vagina yang tidak terduga saat menarche. Selain itu, pengetahuan tentang menstruasi yang cukup diharapkan mampu memberdayakan remaja untuk membedakan antara perdarahan uterus fisiologis dan abnormal (3).

Seperti yang telah diketahui bahwa pendidikan kesehatan reproduksi ditujukan untuk menggugah kesadaran, memberikan atau meningkatkan pengetahuan. Perilaku kesehatan reproduksi perlu ditumbuh kembangkan dengan peningkatan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi itu sendiri. Pada remaja SMA rata-rata sudah mendapatkan informasi tentang alat reproduksi melalui mata ajar disekolahnya, yang terdapat pada mata ajar biologi. Saat duduk di bangku SMP pun remaja sudah mendapatkan sedikit pelajaran mengenai reproduksi manusia pada mata ajar biologi (4).

Manajemen kebersihan menstruasi belum cukup ditangani di negara berkembang. Praktik menstruasi masih dikelilingi oleh pembatasan dan tabu sosiokultural yang mengakibatkan hasil kesehatan yang merugikan bagi remaja perempuan (2).

Manajemen kebersihan menstruasi membutuhkan ketersediaan dan akses ke bahan yang bersih dan menyerap yang dipakai pada masa menstruasi, privasi, air dan sabun, dan fasilitas pembuangan untuk bahan menstruasi bekas (5).

Dari berbagai penelitian tentang pengaruh media terhadap pengetahuan dan kebersihan menstruasi dengan hasil yang berbeda-beda peneliti tertarik untuk melakukan review tentang beberapa jurnal terkait.

Metode Penelitian

Review ini menggunakan pendekatan *literature review* untuk mengidentifikasi proses penelitian. Desain penelitian *scoping review* dipilih karena sumber referensi yang peneliti gunakan bervariasi berasal dari artikel jurnal dan *official websites*. *Scoping review* merupakan metode yang digunakan untuk mengidentifikasi literatur secara mendalam dan menyeluruh yang diperoleh melalui berbagai sumber dengan berbagai metode penelitian serta memiliki keterkaitan dengan topik penelitian (6). *Literatur review* bertujuan untuk menjawab pertanyaan dari topik penelitian yang telah ditentukan dengan menggunakan berbagai sumber artikel penelitian serupa lalu dikelompokkan dan membuat kesimpulan. Dalam menyusun *literatur review* terdapat beberapa tahapan yang harus peneliti lakukan (7). Tahapan ini mengacu pada (6) mengenai kerangka kerja penyusunan *scoping review* yang kemudian dimodifikasi oleh Levac, (8). Adapun

tahapannya yaitu: 1) mengidentifikasi pertanyaan penelitian yang disesuaikan dengan tujuan penelitian, 2) mengidentifikasi sumber literatur yang relevan melalui berbagai sumber, 3) seleksi literatur yang telah didapat menyesuaikan dengan topik penelitian, 4) melakukan pemetaan dan mengumpulkan literatur yang digunakan, dan 5) menyusun dan melaporkan hasil analisis literatur yang telah dipilih.

Hasil dan Pembahasan

Artikel yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi berjumlah 4 dapat dilihat pada tabel dibawah ini

No	Judul	Peneliti	Tahun	Desain	Kesimpulan	Implikasi untuk penelitian selanjutnya
1.	<i>Practice of Menstrual Hygiene and Associated Factors among Adolescent School Girls in Dang District, Nepal</i> (2).	Chet Kant Bhusal	2020	<i>Cross Sectional</i>	Praktik kebersihan menstruasi remaja putri di Distrik Dang di Nepal baik. Faktor yang mempengaruhi praktik kebersihan menstruasi tersebut adalah pendidikan Ibu, pendidikan Ayah, ukuran keluarga dan sttus hidupnya. Selain itu untuk penelitian kedepan diharapkan untuk menambahkan faktor dari lingkungan sekolah remaj putri tersebut.	Perlu diperhatikan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi praktik kebersihan pada remaja putri antara lain Pendidikan Ibu, Pendidikan Ayah, ukuran keluarga dan sttus hidupnya. Selain itu untuk penelitian kedepan diharapkan untuk menambahkan faktor dari lingkungan sekolah remaj putri tersebut.
2.	<i>Menstrual hygiene management in rural schools of Zambia: a descriptive study of knowledge, experiences and challenges faced by schoolgirls</i> (9).	Joyce Chinyama, et al	2019	<i>Studi Eksplorasi Kualitatif</i>	Sebagian besar siswi pedesaan Zambia tidak dapat menjaga kebersihan menstruasi di sekolah. Dikarenakan sebagian besar siswi belajar tentang menstruasi hanya pada saat menarche dan tidak mengetahui dasar fisiologis menstruasi.	Untuk penelitian selanjutnya diharapkan untuk menambah informasi tentang Pendidikan dan pengetahuan keluarga remaja putri mengenai manajemen kebersihan menstruasi sehingga diharapkan akan dapat berperan pada pengetahuan kepada remaja putri tersebut sehingga meraka tidak hanya mendapat pengetahuan di sekolah maupun internet.
3.	<i>Are Menstrual Knowledge Outcome Scores Similar Among Rural and Urban Girls?</i> (10).	Shaili Vyas, et al	2017	<i>Cross Sectional</i>	Pengetahuan tentang menstruasi pada remaja putri pedesaan dan perkotaan memang sangat jaih berbeda. Ditemukan hasil pengetahuan remaja putri diperkotaan dua kali lebih besar disbanding remaj	Diharapkan untuk penelitian selanjutnya untuk menambahkan apakah remaja dipedesaan mendapatkan sumber informasi dari media digital atau hanya remaja perkotaan saja. Sedangkan pada zaman sekarang baik di pedesaan atau

					putri yang berada dipedesaan. Remaja putri dari kedua nya mendapatkan sumber informasi dari ibu atau saudara perempuan mereka. Disini juga dapat disimpulkan semakin tinggi kelas mereka disekolah akan sangat berpengaruh pada pengetahuan remaja putri tersebut.	diperkotaan sudah semakin canggih dalam hal media digital.
4.	<i>Learning fromand with Menstrupedia: Towards Menstrual Health Education in India.</i> (11).	Anupriya tuli, et al	2018	Studi kasus instrumental	Dari berbagai fitur yang disajikan oleh Menstrupedia ternyata dari hasil penelitian membaca komik merupakan hal yang paling disukai oleh pengguna menstrupedia di New Delhi (India) baik Pria maupun Wanita.	Untuk penelitian selanjutnya bisa dibuat media digital yang bergambar dan beranimasi agar mudah dimengerti oleh kalangan remaja sehingga tidak terlihat membosankan saat mereka membacanya.

Peran keluarga, lingkungan sekolah dan teman sebaya sangat berpengaruh dalam pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dan *personal hygiene* nya dalam masa menstruasi. Praktik manajemen kebersihan menstruasi masih sangat dipengaruhi oleh pengetahuan mereka yang masih sebatas diketahui hanya ssat menarache saja. Peran media digital juga sangat berpengaruh untuk mempermudah remaja putri mendapatkan informasi yang sebanyak banyaknya dan mudah diakses dimanapun berada.

Pengetahuan sangat berhubungan dengan pendidikan, sedangkan pendidikan merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang diperlukan untuk mengembangkan diri, semakin tinggi pendidikan semakin mudah menerima serta mengembangkan pengetahuan dan teknologi. Informasi mempengaruhi tingkat pengetahuan, informasi biasanya diperoleh dari guru, orang tua, teman dan buku (12).

Pengetahuan yang kurang tentang menstruasi dapat menyebabkan anak tidak siap untuk menerima datangnya menstruasi pertama kali mereka, sehingga akan mempengaruhi sikap yang kurang baik terhadap datangnya menarache. Oleh karena itu remaja perlu untuk mengetahui tentang menstruasi agar lebih siap pada saat mengalami menstruasi untuk pertama kali.

Menurut Winarti dalam penelitiannya, pemberian pendidikan kesehatan tentang menarache lebih dini terutama usia sekolah dasar dapat merubah pengetahuan dan mengetahui bagaimana cara mencegah hal-hal yang merugikan kesehatan yang berdampak terhadap timbulnya masalah psikologis seperti takut dan cemas (13). Ini dapat memberikan dampak yang sangat positif terhadap remaja putri kedepan untuk

mereka lebih siap menghadapi menstruasi dan akan berpengaruh terhadap kebersihan menstruasi nya.

Masih banyak dari remaja putri yang melakukan *personal haygiene* tidak sesuai dengan teorinya. pertama mengenai kebersihan tangan, remaja putri banyak yang masih mengabaikan masalah cuci tangan terutama cuci tangan sebelum mandi, BAK/BAB, dan sebelum ganti pembalut. Kalau sesudah melakukan tindakan yang menyentuh organ kewanitaan selalu cuci tangan. Cuci tangan yang benar adalah cuci tangan menggunakan sabun terlebih dahulu kemudian baru mencuci organ kewanitaan sebelum dan sesudah melakukan tindakan seperti mandi, BAK/BAB, dan saat ganti pembalut bila menstruasi (14).

Pada remaja putri yang kurang pengetahuan dan informasi tentang kebersihan alat genitalia akan berdampak pula pada perilaku remaja dalam menjaga kebersihan alat genitalianya. Karena pengetahuan dan perilaku perawatan yang baik merupakan faktor penentu dalam memelihara kebersihan alat genitalia (15).

Berdasarkan keempat hasil penelitian terkait menjelaskan bahwa sebagian remaja putri belajar tentang menstruasi hanya pada saat menarche dan tidak mengetahui dasar fisiologis menstruasi. Mereka kebanyakan mendapatkan pengetahuan hanya dari ibu atau saudara perempuan mereka. Pengetahuan jauh lebih baik pada remaja putri dipertanian yang pendidikan orangtuanya jauh lebih tinggi dibanding orangtua dipedesaan. Dari jenis sumber pengetahuan tentang kesehatan, diketahui bahwa media komik jauh lebih mudah dimengerti karena dengan gambar-gambar mereka lebih mudah memahaminya. Apabila pengetahuan tentang menstruasi hanya sebatas dari keluarga dan saudara perempuan akan sangat berpengaruh terhadap praktik kebersihan menstruasinya.

Kedepannya kami harap untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang menstruasi akan menjadi program pemerintah dalam memberikan edukasi melalui situs-situs kesehatan. atau peneliti mandiri selanjutnya bisa memberikan edukasi menggunakan media-media lain yang dapat menampilkan gambar atau foto dalam video sehingga akan lebih diingat oleh siswa.

Kesimpulan

Berdasarkan keempat artikel penelitian yang direview menunjukkan bahwa pengetahuan tentang menstruasi sangat berpengaruh pada praktik kebersihan saat menstruasi. Sehingga kedepannya perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang menstruasi menggunakan gambar atau foto dalam video yang diisi dengan suara lebih realistis menunjukkan materi pelajaran karena menggunakan gabungan indera penglihatan dan pendengaran sehingga akan lebih diingat oleh siswa.

BIBLIOGRAFI

1. Irwansyah L. S E M I N A R A S E A N 2 nd PSYCHOLOGY & HUMANITY Kemiskinan, Keluarga dan Prostitusi pada Remaja.
2. Bhusal CK. Practice of Menstrual Hygiene and Associated Factors among Adolescent School Girls in Dang District, Nepal. *Adv Prev Med* [Internet]. 2020 Jul 24 [cited 2022 Apr 11];2020:1–7. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32774926/>
3. Anwar C, Febrianty R. Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Peran Ibu dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche pada Siswi Kelas 4-6 di SD 3 Peuniti Kota Banda Aceh. *J Healthc Technol Med*. 2017;3(2):154–65.
4. Pendidikan Kesehatan Reproduksi Berpengaruh Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Seks Bebas P, Savitri D, Nurunnayah S, Tinggi Ilmu Kesehatan Alma Ata Yogyakarta Jalan Ringroad Barat Daya No S, Studi Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta Jalan Tata Bumi No P, Istimewa Yogyakarta Abstrak D. Pemberian Pendidikan Kesehatan Reproduksi Berpengaruh Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Seks Bebas pada Remaja Kelas X dan XI 2 di SMK Muhammadiyah II Bantul. *J Ners dan Kebidanan Indones* [Internet]. 2013 Mar 1 [cited 2022 Apr 11];1(1):23–8. Available from: <https://ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI/article/view/233>
5. JMP. Laporan pertemuan kelompok kerja pemantauan global JMP pasca-2015 tentang kebersihan. Washington DC. 2012;
6. Arksey H, O'Malley L. Scoping studies: towards a methodological framework. *Int J Soc Res Methodol*. 2005;8(1):19–32.
7. Widiasih R. Efektifitas Terapi Caring Support Neonatal terhadap Perubahan Kadar Bilirubin Serum Total Hyperbilirubinemia pada Neonatus Di Rumah Sakit Dustira Cimahi. *Heal Inf J Penelit*. 2020;12(1):30–7.
8. Levac D, Colquhoun H, O'Brien KK. Scoping studies: advancing the methodology. *Implement Sci* [Internet]. 2010 Sep 20 [cited 2022 Apr 11];5(1). Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20854677/>
9. Chinyama J, Chipungu J, Rudd C, Mwale M, Verstraete L, Sikamo C, et al. Menstrual hygiene management in rural schools of Zambia: a descriptive study of knowledge, experiences and challenges faced by schoolgirls. *BMC Public Health* [Internet]. 2019 Jan 5 [cited 2022 Apr 11];19(1). Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30611223/>
10. (PDF) Are Menstrual Knowledge Outcome Scores Similar Among Rural and Urban Girls? [Internet]. [cited 2022 Apr 11]. Available from: https://www.researchgate.net/publication/321759183_Are_Menstrual_Knowledg

e_Outcome_Scores_Similar_Among_Rural_and_Urban_Girls

11. Tuli A, Chopra S, Kumar N, Singh P. Learning from and with Menstrupedia. *Proc ACM Human-Computer Interact* [Internet]. 2018 Nov 1 [cited 2022 Apr 11];2(CSCW). Available from: <https://dl.acm.org/doi/abs/10.1145/3274443>
12. Khotimah H, Endang Cahyawati F, Tinggi Ilmu Kesehatan Alma Ata Yogyakarta Jalan Ringroad Barat Daya No S, Studi Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta Jalan Tata Bumi No P, Istimewa Yogyakarta Abstrak D. Pengetahuan Remaja Putri tentang Menstruasi dengan Sikap Menghadapi Dismenore Kelas XI di SMA Muhammadiyah 7, Yogyakarta. *J Ners dan Kebidanan Indones* [Internet]. 2014 Nov 1 [cited 2022 Apr 11];2(3):136–40. Available from: <https://ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI/article/view/109>
13. Winarti A, Siti Fatimah F, Rizky W, Ata Yogyakarta Jalan Ringroad Barat Daya Tamantirto A. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kecemasan Tentang Menarche pada Siswi Kelas V Sekolah Dasar. *J Ners dan Kebidanan Indones* [Internet]. 2017 May 16 [cited 2022 Apr 11];5(1):51–7. Available from: <https://ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI/article/view/360>
14. Organ Kewanitaan dan Kejadian Keputihan Patologi pada Santriwati di Pondok Pesantren Al Munawwir Yogyakarta K, Organ Kewanitaan dan Kejadian Keputihan Patologi pada Santriwati di Pondok Pesantren Al Munawwir Yogyakarta Tri Indah Setiani K, Prabowo T, Pradnya Paramita D, Tinggi Ilmu Kesehatan Alma Ata Yogyakarta Jalan Ringroad Barat Daya No S, Studi Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta Jalan Tata Bumi No P, et al. Kebersihan Organ Kewanitaan dan Kejadian Keputihan Patologi pada Santriwati di Pondok Pesantren Al Munawwir Yogyakarta. *J Ners dan Kebidanan Indones* [Internet]. 2015 Mar 1 [cited 2022 Apr 11];3(1):39–42. Available from: <https://ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI/article/view/98>
15. Sariyati S, Tinggi Ilmu Kesehatan Alma Ata Yogyakarta Jalan Ringroad Barat Daya No S, Abstrak Y. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sikap Remaja Putri tentang Flour Albus di SMP Negeri 2 Trucuk Kabupaten Klaten. *J Ners dan Kebidanan Indones* [Internet]. 2014 Nov 1 [cited 2022 Apr 11];2(3):117–21. Available from: <https://ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI/article/view/106>

Copyright holder:

Siti Fatimah, Siti Nurunnayah (2022)

First publication right:

Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia

This article is licensed under:

