

Hubungan Pengetahuan Remaja Putri tentang Kesehatan Reproduksi Menstruasi dengan Sikap Menjaga Kebersihan Organ Reproduksi di SMA Negeri 19 Pekanbaru

Dewinny Septalia Dale¹, Rani Anggraini², Linda Suryani³, Rika Sri Wahyuni⁴

^{1,2,3,4}Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

Email Penulis Korespondensi: ranianggraini22082002@gmail.com

Article History:

Received Sep 03th, 2026

Accepted Oct 11th, 2026

Publish Oct 14th, 2026

Abstrak

Fase remaja merupakan masa peralihan ditandai dengan pematangan fisik, psikologis, dan juga sosial. Salah satu perubahan yang dialami remaja putri adalah menstruasi. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan sewaktu haid berpotensi memberikan dampak terhadap pembentukan sikap dalam memelihara hygiene organ reproduksi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi menstruasi dengan sikap menjaga kebersihan organ reproduksi di SMA Negeri 19 Pekanbaru. Riset ini menerapkan metodologi kuantitatif dengan rancangan studi *observasional analitik* serta pendekatan *cross-sectional*. Penentuan 108 responden sampel dilaksanakan melalui penerapan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan penggunaan kuesioner dan analisis data menggunakan uji *Chi-Square* dengan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan dalam kategori cukup. Berdasarkan nilai mean sikap sebesar 23,43, sebagian besar responden memiliki sikap positif dalam menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi. Hasil uji *Chi-Square* yang menunjukkan hasil $p\text{-value} = 0,025$ ($p < 0,05$), sehingga adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap menjaga kebersihan organ reproduksi. Kesimpulannya, sebagian besar remaja putri memiliki pengetahuan yang cukup dan sikap yang positif, serta terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan kesehatan reproduksi menstruasi dengan sikap menjaga kebersihan organ reproduksi.

Kata Kunci: Kesehatan Reproduksi Menstruasi, Pengetahuan, Remaja, Sikap

Abstract

Adolescence is a transition period marked by physical, psychological, and social changes. One of the changes experienced by adolescent girls is menstruation. A lack of knowledge regarding menstrual reproductive health can affect their attitudes toward maintaining personal reproductive hygiene. Adolescent girls' knowledge of menstrual reproductive health and their attitudes toward maintaining personal reproductive hygiene at SMA Negeri 19 Pekanbaru. This study used a quantitative method with an analytical observational design and a cross-sectional approach. The sample consisted of 108 respondents selected using the Proportionate Stratified Random Sampling technique. Data were collected using questionnaires and analyzed using the Chi-Square test with $\alpha = 0,05$. The results showed that most adolescent girls had an adequate level of knowledge. Based on a mean attitude score of 23.43, most respondents had a positive attitude toward maintaining personal reproductive hygiene during menstruation. The Chi-Square test yielded $p\text{-value} = 0.025$ ($p < 0.05$), indicating a significant relationship between knowledge and attitudes toward maintaining personal reproductive hygiene. In conclusion, most adolescent girls have adequate knowledge and a positive attitude, and a statistically meaningful correlation exists between knowledge of menstrual sexual and reproductive well-being alongside perspectives on maintaining personal reproductive hygiene.

Keywords: Health, Menstruation, Knowledge, Adolescents, Attitudes

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi dimana ditandai dengan perubahan fisik, emosi dan psikis. Masa remaja, yaitu antara usia 10-19 tahun. Fase remaja adalah suatu periode masa pematangan organ reproduksi manusia, dan sering disebut dengan pubertas. Masa remaja adalah periode peralihan dari masa anak ke masa dewasa. Mengingat laju kematangan psikososial anak laki-laki cenderung lebih lambat dari perempuan, fase awal keremajaan mereka berlangsung lebih cepat, walaupun pada usia 18 tahun status kedewasaan formal telah disematkan setara dengan remaja putri. (Dwiyono, 2021).

Pada masa remaja terjadi pertumbuhan dan juga perkembangan yang sangat besar baik fisik maupun psikis. Kondisi ini disebut dengan masa pubertas. Pubertas diidentifikasi sebagai fase transisi dari kurun anak-anak menuju kedewasaan. Batasan yang pasti antara penutup masa kanak-kanak dan awal pubertas sulit ditarik, tetapi dimulainya tahap ini umumnya ditandai oleh kematangan fungsional ovarium (Cahyani, F et al., 2025). Pubertas akhir adalah masa ketika ovarium telah bekerja secara konsisten dan teratur. Dari sudut pandang klinis, pubertas ditandai oleh kemunculan karakteristik seks sekunder dan rampung saat potensi reproduktif telah matang sempurna. Pada remaja putri, fase ini umumnya bermula di rentang usia 8 hingga 14 tahun dengan durasi sekitar empat tahun. Perubahan fisik pada remaja putri ditandai dengan adanya muncul tanda seks primer yang dinamakan haid (*menarche*), panggul melebar payudara membesar tumbuhnya rambut pada ketiak dan juga kemaluan. Salah satu perubahan yang terjadi pada remaja putri adalah mengalami menstruasi. (Damayanti et al., 2024).

Menstruasi (haid) merupakan perdarahan yang terjadi secara periodik atau siklik dari uterus disertai dengan pelepasan (deskuamasi) endometrium. Awal mula pendarahan dicatat sebagai hari pertama siklus, sementara jarak antara onset haid sebelumnya dan haid berikutnya menentukan durasi siklus tersebut. Hari pertama dimulainya perdarahan disebut hari pertama menstruasi. Jumlah darah yang biasa dikeluarkan dalam siklus menstruasi sebanyak 10-18 ml dengan rata-rata 50 ml dalam rentang waktu 3-14 hari atau kurang dari 14 hari. (Rosita et al., 2024).

Pada saat menstruasi, pembuluh darah di dalam rahim menjadi lebih rentan terhadap paparan infeksi. Suhu lingkungan yang hangat dapat memicu produksi keringat sehingga meningkatkan kelembapan tubuh, terutama pada area genital dan organ reproduksi yang tertutup serta memiliki lipatan. Keadaan lembap tersebut menjadi media yang mendukung pertumbuhan bakteri, yang kemudian dapat mengganggu keseimbangan flora vagina, menimbulkan bau tidak sedap, serta berpotensi menyebabkan infeksi. Oleh karena itu, upaya memelihara hygiene organ reproduksi perempuan perlu diawali dengan menjaga kebersihan area genital secara tepat (Yulia et al., 2023).

Menurut data *World Health Organization* (WHO), perhatian perempuan terhadap kebersihan organ genital masih tergolong rendah. Setiap tahun, infeksi vagina cukup sering dialami perempuan, termasuk pada kelompok remaja. Sekitar 75% remaja dilaporkan pernah mengalami keputihan, dan 45% di antaranya mengalami kondisi tersebut lebih dari satu kali. Selain itu, kurang lebih 15% kasus disebabkan oleh infeksi jamur *Candida*. Tingginya kejadian ini berkaitan dengan keterbatasan pengetahuan remaja mengenai kesehatan dan permasalahan organ reproduksi. (WHO, 2023).

Menurut Kemenkes (2023) Infeksi Saluran Kemih (ISK) merupakan infeksi umum dengan prevalensi global mencapai 8,5 juta kasus pada 2021 dan tingkat kematian meningkat 190% sejak 1990. Di Indonesia, Kemenkes menunjukkan insidensi ISK berkisar 90 hingga 100 kasus per

100.000 jiwa setiap tahunnya, yang setara dengan penambahan 180.000 kasus baru, serta memiliki risiko yang lebih tinggi pada perempuan dan usia lanjut. Penyebab utama yaitu kurangnya personal hygiene pada saat menstruasi.

Pengetahuan mengenai tingkat pemahaman terhadap kesehatan reproduksi terbukti menjadi salah satu elemen penting yang turut membentuk kecenderungan sikap di kalangan remaja dalam menjaga kebersihan reproduksi pada saat menstruasi. Ketika remaja memiliki wawasan yang baik, mereka akan cenderung mengerti betapa krusialnya menjaga area genital, melakukan penggantian pembalut secara berkala, serta merawat dan membasuh area kewanitaan sesuai kaidah kesehatan, serta menjaga kebersihan pakaian dalam selama menstruasi. Pengetahuan yang baik akan membentuk sikap yang positif terhadap sikap personal hygiene sehingga remaja lebih peduli dalam menjaga kesehatan reproduksi (Indri et al., 2026).

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan (Silvia & Hardiati, 2025) terhadap 55 responden menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi terhadap penerapan kebersihan diri sewaktu haid, yang dibuktikan melalui hasil uji *Chi-Square* dengan nilai $p\text{-value} = 0,007$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin baik tingkat pengetahuan remaja, maka semakin baik pula perilaku kebersihan diri saat menstruasi. Temuan ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan pada 63 responden, Hasil pengujian mengonfirmasi korelasi yang bermakna antara tingkat pemahaman reproduksi remaja putri dan tindakan pemeliharaan hygiene kewanitaan, yang dibuktikan lewat perolehan $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Berdasarkan pada catatan resmi Dinas Pendidikan Provinsi Riau, SMA Negeri 19 Pekanbaru tercatat sebagai lembaga pendidikan tingkat atas berstatus negeri yang bertempat di wilayah Kecamatan Binawidya, Kota Pekanbaru, Riau. Sekolah ini memiliki total peserta didik perempuan sebanyak 323 siswi yang terdiri dari 148 siswi kelas X, 98 siswi kelas XI, dan 77 siswi kelas XII (Riau, 2026). Jumlah remaja putri yang cukup banyak tersebut menunjukkan bahwa sekolah ini memiliki kelompok remaja yang berada pada masa pubertas dan mengalami menstruasi sehingga pengetahuan mengenai kesehatan reproduksi dan *personal hygiene* menstruasi menjadi penting untuk diperhatikan.

Berdasarkan kondisi tersebut peneliti melakukan survei studi pendahuluan pada tanggal 27 April 2026 di SMA Negeri 19 melalui wawancara singkat terhadap 10 siswi kelas X diperoleh informasi bahwa sebagian siswi remaja masih belum sepenuhnya menguasai konsep kesehatan reproduksi serta pentingnya .Pemeliharaan kebersihan genital selama masa menstruasi. Dari dialog pendahuluan yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat 6 siswi yang jarang mengganti pembalut dan belum menguasai tata cara pembilasan area intim yang sesuai dengan standar kesehatan., dan 2 siswi menganggap keputihan serta rasa gatal saat menstruasi merupakan hal yang normal. Selain itu, pihak sekolah menyatakan bahwa edukasi khusus mengenai kesehatan reproduksi dan personal hygiene menstruasi masih terbatas.

Oleh karena itu, peneliti memilih SMA Negeri 19 Pekanbaru sebagai lokasi penelitian karena berdasarkan hasil studi pendahuluan, observasi awal, dan informasi dari pihak sekolah diketahui bahwa masih terdapat siswi yang memiliki pemahaman kurang mengenai kesehatan reproduksi menstruasi serta pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi. Selain itu, edukasi terkait kesehatan organ sistem reproduksi disertai higienitas perorangan pada masa haid di sekolah tersebut masih terbatas. Berdasarkan penelusuran peneliti, juga belum ditemukan terkait keterkaitan antara tingkat pemahaman kesehatan reproduksi pada masa haid terhadap kecenderungan sikap menjaga kebersihan organ reproduksi pada siswi di SMA Negeri 19 Pekanbaru.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kesehatan Reproduksi Menstruasi dengan Sikap Menjaga Kebersihan Organ Reproduksi di SMA Negeri 19 Pekanbaru ”.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *observasional analitik* dan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian berjumlah 148 remaja putri kelas X di SMA Negeri 19 Pekanbaru, dengan melibatkan sampel sebanyak 108 responden yang ditarik lewat teknik *Proportionate Stratified Random Sampling*. Hasil dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan serta sikap. Selanjutnya analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

a. Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri tentang Kesehatan Reproduksi Menstruasi

Karakteristik Responden	Frekuensi	Presentase(%)
Baik	24	22.2 %
Cukup	64	59.3 %
Kurang	20	18.5 %
Total	108	100%

Temuan studi ini mengindikasikan bahwa mayoritas remaja perempuan telah memiliki pemahaman cukup mengenai kesehatan reproduksi menstruasi, namun masih memerlukan peningkatan pengetahuan agar dapat memahami informasi lebih komprehensif. Pengkategorian tingkat pengetahuan dalam penelitian ini didasarkan pada persentase skor jawaban kuesioner, yaitu kategori baik sebesar 80–100%, cukup sebesar 60–79%, dan kurang <60% menurut (Swarjana, 2022).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Sikap Remaja Putri tentang Kesehatan Reproduksi Menstruasi

Karakteristik Responden	Frekuensi	Presentase(%)
Negatif	52	48.1 %
Positif	56	51.9 %
Total	108	100%

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri di SMA Negeri 19 Pekanbaru telah memiliki sikap yang kondusif dalam merawat serta memelihara fungsi sistem reproduksi selama menstruasi. Meskipun demikian, selisih antara responden yang memiliki sikap positif dan negatif tergolong kecil, sehingga masih diperlukan upaya edukasi kesehatan reproduksi

secara berkelanjutan untuk meningkatkan sikap anak usia remaja dalam merawat higienitas area intim sepanjang periode haid.

b. Analisa Bivariat

Tabel 3. Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Remaja Putri tentang Kesehatan Reproduksi Saat Menstruasi

Reproduksi Saat Menstruasi							
Pengetahuan	Sikap						P-value
	Positif		Negatif		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Baik	15	62.5%	9	37.5%	24	100%	0,025
Cukup	36	56.3%	28	43.8%	64	100%	
Kurang	5	25.0%	15	75.0%	20	100%	
Total	56	51.9%	52	48.1%	108	100%	

Diketahui bahwa dari 24 responden yang memiliki pengetahuan baik, sebagian besar memiliki sikap positif yaitu sebanyak 15 responden (62,5%), sedangkan 9 responden (37,5%) memiliki sikap negatif. Dari 64 responden yang memiliki pengetahuan cukup, sebanyak 36 responden (56,3%) memiliki sikap positif dan 28 responden (43,8%) memiliki sikap negatif. Sementara itu, dari 20 responden yang memiliki pengetahuan kurang, sebagian besar memiliki sikap *negative* yaitu sebanyak 15 responden (75,0%), sedangkan hanya 5 responden (25,0%) yang memiliki sikap positif. Berdasarkan luaran analisis statistik melalui *Chi-Square*, didapatkan taraf signifikansi *p-value* = 0,025. Karena nilai *p-value* < 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang kesehatan reproduksi saat menstruasi di SMA Negeri 19 Pekanbaru.

Pembahasan

a. Analisa Univariat

1) Pengetahuan

Hasil penelitian Mengindikasikan dari total 108 partisipan, proporsi terbesar berada pada kategori pemahaman sedang, yakni mencapai 64 orang (59,3%). Sementara itu, kelompok dengan tingkat pengetahuan tinggi tercatat sebanyak 24 orang (22,2%), dan 20 orang lainnya (18,5%) tergolong kurang. Temuan ini mengidentifikasi bahwa mayoritas siswi remaja telah menguasai wawasan yang memadai seputar kesehatan organ reproduksi pada masa haid, mencakup pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi dan melakukan perawatan diri selama menstruasi. Namun, masih terdapat responden dengan pengetahuan kurang yang menunjukkan bahwa pemahaman mengenai kesehatan reproduksi belum merata. Pengetahuan dapat dipengaruhi oleh pendidikan, pengalaman, lingkungan, keluarga, serta kemudahan memperoleh informasi. Oleh sebab itu, intervensi berupa pendidikan kesehatan organ reproduksi secara berkelanjutan masih diperlukan untuk meningkatkan pemahaman remaja putri.

2) Sikap

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas partisipan memperlihatkan Kecenderungan sikap yang kondusif, yakni mencakup 56 orang (51,9%), sementara 52 orang lainnya (48,1%) tergolong kurang mendukung. Domain sikap yang positif tersebut menggambarkan bahwasanya sebagian besar remaja putri telah memiliki kesadaran mengenai pentingnya menjaga kebersihan

organ reproduksi selama menstruasi. Sikap tersebut dapat tercermin dari kesadaran untuk menjaga kebersihan diri dan melakukan perawatan organ reproduksi dengan baik. Meskipun demikian, hampir setengah responden masih memiliki sikap negatif sehingga diperlukan perhatian lebih dalam pemberian edukasi. Sikap tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan, tetapi juga pengalaman pribadi, kebiasaan, lingkungan, keluarga, teman sebaya, dan informasi yang diterima remaja.

b. Analisa Bivariat

Hasil analisis menunjukkan bahwa pada kelompok partisipan berpengetahuan baik, mayoritas memperlihatkan respons sikap yang kondusif, yakni sebesar 15 orang (62,5%). Tren serupa terlihat pada responden berpengetahuan sedang, dimana 36 orang (56,3%) berada pada kategori sikap positif. Sebaliknya, kelompok dengan pemahaman kurang didominasi oleh sikap tidak mendukung, yaitu sebanyak 15 orang (75,0%). Luaran uji *Chi-Square* menghasilkan $p = 0,025$ ($p < 0,05$), yang membuktikan adanya korelasi signifikan antara literasi kesehatan reproduksi menstruasi pada remaja putri dan respons sikap menjaga kebersihan organ reproduksi.

Hasil tersebut mengindikasikan bahwa peningkatan pemahaman remaja terkait kesehatan organ reproduksi pada masa haid berbanding lurus dengan menguatnya preferensi untuk berperilaku serta bersikap kondusif dalam merawat kebersihan organ reproduksi. Hasil studi ini mengonfirmasi temuan Silvia dan Hardiati (2025) yang turut membuktikan keberadaan korelasi bermakna antara pemahaman kesehatan reproduksi dan penerapannya pada higienitas perorangan di masa haid. dengan $p = 0,007$. Hasil penelitian (Abdiani et al., 2025) juga menunjukkan hubungan signifikan antara pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perawatan organ reproduksi dengan $p = 0,000$.

4. KESIMPULAN

Merujuk pada luaran studi terkait keterkaitan antara tingkat pemahaman kesehatan reproduksi menstruasi siswi dan kecenderungan sikap dalam memelihara higienitas area intim di SMA Negeri 19 Pekanbaru dapat disimpulkan bahwa:

- 1) Pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 19 Pekanbaru mengenai kesehatan reproduksi saat menstruasi secara umum berada pada kategori cukup.
- 2) Sikap remaja putri di SMA Negeri 19 Pekanbaru dalam menjaga kebersihan organ reproduksi selama menstruasi tergolong dalam kategori positif.
- 3) Terbukti keberadaan korelasi yang bermakna antara pemahaman siswi terkait pemeliharaan higienitas organ reproduksi kala haid dengan kecenderungan sikap perawatan diri di SMA Negeri 19 Pekanbaru.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ungkapan terima kasih setinggi-tingginya disampaikan oleh peneliti kepada Dekan Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru dan Kepala Sekolah SMA Negeri 19 Pekanbaru yang telah memberikan izin untuk pelaksanaan studi ini, serta jajaran dosen pembimbing yang telah mencurahkan beragam masukan berharga. Peneliti juga berterimakasih kepada para partisipan yang telah berpartisipasi secara sukarela sebagai sampel dalam riset ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdiani, Baiq, & Nurul. (2025). *Hubungan pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi dengan perilaku perawatan organ reproduksi di SMA Negeri 1 Pringgabaya Tahun 2025*. 4(6), 3033–3042.
- Cahyani, F, P., Oklaini, S, T., & Elvinaa, A. (2025). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMPN 22 Kota Bengkulu*. 5, 2661–2670.
- Damayanti, I. P., Karlinah, N., Hakameri, C. S., & Juliarti, W. (2024). *Buku ajar asuhan kebidanan pada remaja dan perimenopause untuk mahasiswa sarjana kebidanan*. NEM. <https://books.google.co.id/books?id=OuULEQAAQBAJ>
- Dwiyono, Y. (2021). *Perkembangan peserta didik*. Deepublish. <https://books.google.co.id/books?id=OxVSEQAAQBAJ>
- Indri, D., Salsabila, B., & Wibowo, S. S. (2026). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap terhadap Perilaku Menstruasi Hygiene pada Remaja Putri*. 9, 69–78.
- Kemenkes. (2023). *Masalah Kesehatan Reproduksi Indonesia*.
- Riau, D. P. P. (2026). *Data Pokok Pendidikan*. <https://dapo.kemendikdasmen.go.id/sekolah/4347B98AC12F32ACF1AA>
- Rosita, E., Daniati, D., Silfia, N., Dewi, A., Nurtini, M., Dewi, R., Asrawaty, A., Mufidah, M., & Mardiyah, M. S. (2024). *Asuhan kebidanan pada kesehatan reproduksi wanita*. Sonpedia Publishing Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=y1n2EAAAQBAJ>
- Silvia, & Hardiati. (2025). *Hubungan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku personal hygiene saat menstruasi pada remaja putri kelas VII di SMPI Darul Mu'minin*. 5, 363–370.
- Swarjana. (2022). *Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kesemasan, Dan Cara Mengukur Variabel*. Penerbit Andi. <https://books.google.co.id/books?id=aPFEEAAAQBAJ>
- WHO. (2023). *Kesehatan Dan Hak-Hak Menstruasi*.
- Yulia, R., Neherta, M., Sari, I., & Adab, S. (2023). *Buku ajar promosi kesehatan dan kebersihan organ reproduksi*. Adab. <https://books.google.co.id/books?id=eVncEAAAQBAJ>