JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

Determinan Sosial Manajemen Kebersihan Menstruasi pada Remaja Pinggiran Kota Jayapura

Social Determinants of Menstrual Hygiene Management in Adolescents in the Suburbs of Jayapura City

Lisda Oktavia Madu Pamangin*, Asriati, Fajrin Violita, Fransina Alfonsina Izaac,
Muhammad Akbar Nurdin, Natalia Paskawati Adimuntja

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Cenderawasih

Article Info

Article History

Received: 22 Apr 2025

Revised: 20 Mei 2025

Accepted: 27 Mei 2025

ABSTRACT / ABSTRAK

Low Menstrual Hygiene Management (MHM) practices are one of the factors associated with reproductive tract infections in adolescents. MHM practices in adolescents often still experience obstacles. This study aims to analyze the relationship between social support, adolescent perceptions of myths related to menstruation, and sources of information with MHM practices. The research design used was Cross Sectional. This study was conducted in 3 schools in the suburbs of Jayapura City. The population in this study were high school-aged adolescents who had menstruated. Sampling was carried out using the Total Sampling technique, and the sample size was 263 respondents. Data collection was carried out using a questionnaire, while data analysis was computerized using SPSS 25, with the Spearman Correlation test (CI 95%). The results of the statistical test showed that there was a positive correlation between social support scores ($p = 0.000$, $r = 0.574$), perception scores ($p = 0.001$, $r = 0.212$), and information source scores ($p = 0.000$, $r = 246$) with Menstrual Hygiene Management scores. The study found that Menstrual Hygiene Management was significantly related to social support, adolescents' perceptions of myths related to menstruation, and sources of information obtained by adolescents.

Keywords: Menstrual hygiene management, social support, perception, sources of information

Rendahnya praktik Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan infeksi saluran reproduksi pada remaja. Praktik MKM pada remaja seringkali masih mengalami hambatan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan dukungan sosial, persepsi remaja tentang mitos terkait menstruasi, dan sumber informasi dengan praktik MKM. Desain penelitian yang digunakan yaitu Cross Sectional. Penelitian ini dilaksanakan di 3 sekolah di wilayah pinggiran Kota Jayapura. Populasi dalam penelitian ini yaitu remaja usia sekolah menengah yang telah menstruasi. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *Total Sampling*, dan ukuran sampel sebesar 263 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner, sedangkan analisis data secara komputersasi menggunakan SPSS 25, dengan uji *Korelasi Spearman (CI 95%)*. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada korelasi positif antara skor dukungan social ($p=0.000$, $r=0.574$), skor persepsi ($p=0.001$, $r=0.212$), dan skor sumber informasi ($p=0.000$, $r=246$) dengan skor Manajemen Kebersihan Menstruasi. Penelitian menemukan bahwa Manajemen Kebersihan Menstruasi berhubungan secara signifikan dengan dukungan social, persepsi remaja tentang mitos terkait menstruasi, dan sumber informasi yang diperoleh remaja.

Kata kunci: Manajemen kebersihan menstruasi, dukungan social, persepsi, sumber informasi

Corresponding Author:

Name : Lisda Oktavia Madu Pamangin

Affiliate : Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Cenderawasih

Address : Jl. Raya Abepura, Kecamatan Abepura, Kota Jayapura, Prov. Papua 90021

Email : lies_davia@yahoo.com

PENDAHULUAN

Secara geografis, Indonesia beriklim tropis dengan udara yang panas dan cenderung lembab. Kondisi tersebut membuat produksi keringat yang berlebih pada tubuh yang tertutup dan daerah lipatan kulit, seperti halnya organ genitalia. Organ genitalia yang sering lembab, menyebabkan mikroorganisme patologis seperti jamur dan bakteri mudah berkembang sehingga mengakibatkan terjadinya infeksi (Noor *et al.*, 2020). Salah satu focus masalah kesehatan remaja yaitu pencegahan infeksi. Pencegahan penyakit infeksi atau penyakit menular, termasuk pencegahan infeksi saluran reproduksi (ISR) merupakan salah satu hal penting dalam meningkatkan kesehatan remaja. Risiko infeksi dapat terjadi karena ada aktifitas perilaku berisiko, misalnya; perilaku seksual, penggunaan jarum suntik bergantian, penularan lewat udara, makanan, ataupun infeksi terjadi karena praktik *personal hygiene* yang buruk.

Penelitian menemukan hubungan yang signifikan antara *personal hygiene* menstruasi dengan kejadian ISR. Remaja merasakan gejala tidak nyaman seperti gatal-gatal pada daerah vulva vagina (Torondel *et al.*, 2018; Janoowalla *et al.*, 2020). Praktik *personal hygiene* menstruasi yang kurang baik menyebabkan rasa tidak nyaman pada remaja. Oleh karena itu diperlukan pengelolaan praktik kesehatan menstruasi agar remaja dapat meningkatkan kebersihan dirinya saat menstruasi dan risiko terkena infeksi menjadi lebih kecil. Sebagian besar remaja masih menjalankan praktik *hygiene* menstruasi yang buruk. Remaja jarang mengganti pembalut (*menstrual pad*) setiap 3-4 jam, menggunakan pembalut yang tidak menyerap cairan dengan baik, menggunakan pakaian dalam yang tidak menyerap keringat, serta menggunakan sabun pada organ genitalia yang merusak keseimbangan pH pada vagina (Putri and Fitriahadi, 2021; Kotwal *et al.*, 2022; Ariyanti *et al.*, 2024). Penelitian lainnya juga menemukan bahwa frekuensi mandi yang lebih dari 3 kali dan praktik cuci tangan, signifikan dengan terjadinya ISR (Ngaruiya, Mutisya and Ngeranwa, 2022). Manajemen Kebersihan Menstruasi atau *Menstrual Hygiene Management* merupakan tindakan perawatan kebersihan yang dilakukan oleh remaja putri saat menstruasi, termasuk pengelolaan kebersihan lingkungan dan akses air bersih.

Berdasarkan kajian teori dan hasil riset, terdapat beberapa variabel yang berhubungan dengan praktik *personal hygiene* menstruasi. Menurut UNICEF faktor-faktor yang signifikan seperti; pengetahuan dan keterampilan, dukungan social, fasilitas dan layanan, serta peralatan (UNICEF, 2019a). Remaja putri seringkali mengalami hambatan untuk menerapkan praktik *hygiene* menstruasi yang aman dan sesuai standar kesehatan. Kendala yang masih ditemukan seperti; pengetahuan yang buruk, air bersih dan sabun yang tidak tersedia, terbatasnya infrastruktur, tidak tersedianya toilet untuk membersihkan dan mengganti pembalut, serta kurangnya kesadaran tentang pembuangan limbah pembalut. Faktor lainnya yang masih menjadi kendala yaitu; sistem dukungan sosial yang buruk, rasa takut, dan informasi yang keliru dalam keluarga dan masyarakat. Variabel tersebut seringkali menjadi hambatan dalam menerapkan praktik kebersihan menstruasi yang aman. Kendala lainnya yaitu, banyak remaja yang tidak mendapatkan informasi memadai tentang menstruasi yang sehat, serta terdapat banyak mitos, tabu, dan stigma. Hal lainnya yang tidak kalah pentingnya yaitu sumber informasi yang diperoleh remaja. Ibu merupakan salah satu sumber informasi utama bagi remaja (Panda *et al.*, 2024).

Gambaran *hygiene* menstruasi di Provinsi Papua masih cukup terbatas untuk ditemukan. Kota Jayapura merupakan ibukota provinsi yang terdiri dari wilayah kelurahan dan kampung. Kondisi geografis yang beragam cukup memengaruhi masyarakat, termasuk remaja dalam menjaga kebersihan diri. Berdasarkan uraian masalah yang dikemukakan sebelumnya, maka penelitian ini bertujuan untuk menganalisis korelasi antara skor dukungan social, persepsi, dan sumber informasi dengan skor praktik Manajemen Kebersihan Menstruasi.

BAHAN DAN METODE

Studi ini merupakan jenis penelitian analitik observasional dengan desain *Cross Sectional*. Lokasi penelitian terdiri dari 3 sekolah menengah di Kota Jayapura. Pengumpulan data dilakukan selama 2 bulan dari Agustus – Oktober 2025. Populasi yang diambil yaitu; seluruh remaja yang telah mengalami menstruasi, yang aktif bersekolah di 2 SMP dan 1 SMA yang terletak di wilayah pinggiran Kota Jayapura. Teknik penarikan sampel dilakukan dengan metode *Total Sampling*, sehingga diperoleh ukuran sampel sebesar 263 responden. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu kuesioner yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas.

Indikator yang digunakan dalam pengukuran variabel MKM terdiri dari pertanyaan tentang penggunaan pembalut, cara membilas, praktik cuci tangan, dan pengelolaan sampah pembalut. Variabel persepsi diukur berdasarkan indikator 5 pertanyaan dengan skala ukur Likert tentang konsumsi makanan dan minuman saat menstruasi, aktifitas fisik, dan perawatan kebersihan diri. Selanjutnya variabel dukungan sosial diukur dengan pertanyaan tentang bentuk dukungan yang diberikan oleh guru dan orang tua, terdiri dari dukungan informasi, dukungan instrumental, dukungan penilaian, dan dukungan penghargaan. Variabel sumber informasi diukur berdasarkan jumlah sumber informasi yang terpapar oleh remaja. Data dianalisis secara komputersasi dengan menggunakan *SPSS 25*. Analisis yang dilakukan yaitu analisis univariat dan bivariat. Setelah dilakukan uji normalitas, seluruh variabel memiliki hasil ukur dalam bentuk skor, yang terdistribusi tidak normal. Uji normalitas menggunakan uji kolmogorof-smirnov. Karena hasil uji menunjukkan data tidak terdistribusi normal, maka analisis hubungan menggunakan uji korelasi *Spearman*. Data disajikan menggunakan tabel dan narasi untuk interpretasi isi tabel.

HASIL

Penelitian ini berfokus pada manajemen kebersihan menstruasi yang dipraktikkan oleh remaja putri usia sekolah. Manajemen kebersihan menstruasi diukur dengan menggunakan kuesioner yang berisi tentang pertanyaan tindakan atau praktik *hygiene* menstruasi oleh remaja putri. Selanjutnya studi ini juga menganalisis variabel dukungan social, persepsi remaja tentang mitos saat menstruasi, dan sumber informasi sebagai variabel independent yang berhubungan dengan Manajemen Kebersihan Menstruasi pada remaja putri. Setiap variabel terdiri dari beberapa pertanyaan yang diberi skor kemudian dianalisis. Berikut merupakan gambaran karakteristik setiap responden dan hasil analisis univariat untuk setiap variabel.

Berdasarkan data pada Tabel 1, dapat dilihat bahwa rata-rata umur responden yaitu 14.51 tahun. Selanjutnya diperoleh hasil rata-rata skor jawaban untuk Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) sebesar 28.31, atau hanya 70.78% dari total skor jawaban maksimal.

Sedangkan nilai rata-rata skor untuk variabel independent sebesar; 20.73 untuk skor dukungan social (64.78 % dari total skor jawaban), 15.10 untuk skor persepsi (62.92% dari skor total jawaban), dan 4.01 untuk skor sumber informasi (hanya 44.56% dari skor total). Semakin besar perolehan skor responden, maka variabel tersebut semakin bernilai positif.

Tabel 1. Analisis Gambaran Umur, Skor Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM), Skor Dukungan Sosial, Skor Persepsi, dan Skor Informasi

Variabel	Mean	Median	Standar Deviasi	Max	Min
Umur	14.51	14	1.68	19	11
Lama menstruasi	4.71	5	1.46	10	2
Skor MKM	28.31	28	4.48	40	19
Skor dukungan social	20.73	20	4.55	32	10
Skor persepsi	15.10	15	4.26	24	6
Skor Informasi	4.01	4	2.19	9	1

Sumber: Data Primer, 2024

Dimensi variabel dependen (Manajemen Kebersihan Menstruasi) terdiri dari pertanyaan tentang penggunaan pembalut dan perawatan organ genitalia. Pada variabel dukungan social, dimensi variabelnya terdiri dari dukungan yang diberikan oleh orang tua dan guru. Sedangkan pada variabel persepsi, pengukuran dilakukan berdasarkan penilaian remaja tentang mitos budaya terkait kebiasaan yang dilarang selama menstruasi. Adapun variabel sumber informasi, diukur berdasarkan jumlah sumber informasi yang diperoleh. Berikut merupakan hasil ukur dari setiap variabel independent;

Tabel 2a. Distribusi Responden Berdasarkan Praktik Manajemen Kebersihan Menstruasi Remaja

Aktivitas yang dilakukan	Selalu (%)	Sering (%)	Jarang (%)	Tidak Pernah (%)	Total (n=263) (%)
Cuci tangan pakai sabun setelah berganti pembalut	46 (17.5)	83 (31.6)	123 (46.8)	11 (4.2)	100
Mencuci pembalut sebelum dibuang	47 (17.9)	70 (26.6)	109 (41.4)	37 (14.1)	100
Membungkus pembalut dan buang ke tempat sampah	59 (22.4)	155 (58.9)	48 (18.3)	1 (0.4)	100
Mengeringkan organ genitalia setelah dibilas	45 (17.1)	99 (37.6)	102 (38.8)	17 (6.5)	100

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 2a menunjukkan bahwa terdapat 46.8% responden yang jarang cuci tangan setelah berganti pembalut dan terdapat 38.8% yang jarang mengeringkan organ genitalia setelah dibilas.

Pada Tabel 2b dapat dilihat bahwa sebagian besar remaja masih mengganti pembalut lebih dari 6 jam (44.9%), menggunakan pembalut sekali pakai (93.2%), dan langsung membas organ genitalia (55.1%). Untuk variabel dukungan social, diukur berdasarkan persepsi remaja dengan menggunakan skala Likert.

Tabel 2b. Distribusi Responden Berdasarkan Praktik Manajemen Kebersihan Menstruasi Remaja

Aktifitas yang Dilakukan	f	%
Frekuensi ganti pembalut		
< 6 jam	92	35.0
6-8 jam	118	44.9
>8 jam	53	20.2
Jenis Pembalut yang digunakan		
Pembalut sekali pakai	245	93.2
Pembalut kain (bisa cuci pakai)	7	2.7
Kombinasi	11	4.2
Cara bilas		
Bilas dari depan ke belakang	62	23.6
Langsung bilas	145	55.1
Bilas dari belakang ke depan	56	21.3
Sumber air yang digunakan		
PDAM	108	41.0
Sumur	115	43.7
Air Sungai/danau/laut	28	10.7
Lainnya	12	4.6
Total	263	100.0

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Dukungan Sosial yang Diperoleh

Pernyataan	Selalu (%)	Sering (%)	Jarang (%)	Tidak Pernah (%)	Total (n=263) (%)
Orang tua memberi informasi tentang menstruasi	45 (17.1)	81 (30.8)	123 (46.8)	14 (5.3)	100
Orang tua mengajarkan cara mengganti pembalut	41 (15.6)	93 (35.4)	95 (36.1)	34 (12.9)	100
Orang tua mengajarkan cara membilas yang benar	40 (15.2)	45 (17.1)	92 (35.0)	86 (32.7)	100
Orang tua memberi uang untuk membeli pembalut / menyediakan pembalut di rumah	109 (41.4)	117 (44.5)	30 (11.4)	7 (2.7)	100
Guru memberi informasi tentang menstruasi	38 (14.4)	97 (36.9)	100 (38.0)	28 (10.6)	100
Guru mengajarkan cara menjaga kebersihan menstruasi	27 (10.3)	36 (13.7)	107 (40.7)	93 (35.4)	100
Berdiskusi dengan teman atau guru tentang kesehatan reproduksi	27 (10.3)	62 (23.6)	110 (41.8)	64 (24.4)	100

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 3 merupakan gambaran dukungan yang diperoleh remaja dari orang tua dan guru di sekolah. Remaja menjawab jarang mendapatkan informasi dari orang tua tentang menstruasi

(46.8%), guru jarang mengajarkan cara menjaga kebersihan menstruasi (40.7%), dan remaja jarang berdiskusi dengan teman atau guru tentang kesehatan reproduksi (41.8%).

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Persepsi Budaya tentang Kesehatan Saat Menstruasi

Pernyataan	Sangat Setuju (%)	Setuju (%)	Tidak Setuju (%)	Sangat Tidak Setuju (%)	Total (n=263) (%)
Tidak boleh keramas saat menstruasi	83 (31.6)	73 (27.8)	69 (26.2)	38 (14.4)	100
Minum soda untuk mempercepat menstruasi	33 (12.5)	29 (11.0)	126 (47.9)	75 (28.5)	100
Tidak menggunting kuku dan rambut saat menstruasi	56 (21.3)	57 (21.7)	87 (33.1)	63 (24.0)	100
Tidak boleh mengonsumsi daging	40 (15.2)	44 (16.7)	115 (43.7)	64 (24.3)	100
Tidak boleh beraktifitas	90 (34.2)	55 (20.9)	75 (28.5)	43 (16.3)	100
Tidak minum air es	90 (34.2)	53 (20.2)	72 (27.4)	48 (18.3)	100

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 4 menunjukkan bahwa masih terdapat persepsi remaja yang keliru tentang tindakan yang dilakukan selama menstruasi. Remaja sangat setuju untuk tidak keramas saat menstruasi (31.6%), tidak menggunting kuku dan rambut saat menstruasi (21.3%), tidak beraktifitas (34.2%), dan tidak minum air es (34.2%).

Tabel 5. Distribusi Responden berdasarkan Sumber Informasi tentang Kesehatan Menstruasi

Sumber Informasi	f	%
Orang tua	241	91.6
Guru	160	60.8
Teman	103	39.2
Petugas kesehatan	97	36.9
Saudara	118	44.9
Media social	108	41.1
Buku	50	19.0
Pamphlet / pajangan	26	9.9
Penyuluhan	56	21.3

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan sumber informasi yang diperoleh, paling banyak remaja yang pernah mendengar tentang menstruasi dari orang tua (91.6%) dan paling sedikit remaja yang mendapat informasi tentang menstruasi dari penyuluhan langsung (21.3%).

Setelah diperoleh gambaran umum skor untuk setiap variabel, maka selanjutnya dilakukan analisis bivariat dengan menggunakan uji korelasi *Spearman* untuk melihat korelasi

antara skor dukungan social, skor persepsi, dan skor informasi dengan skor Manajemen Kebersihan Menstruasi (CI 95%, $p \leq 0.05$). Berikut merupakan hasil analisis dengan menggunakan uji korelasi *Spearman*;

Tabel 6. Analisis Korelasi Dukungan Sosial, Persepsi, dan Sumber Informasi Terhadap Manajemen Kebersihan Menstruasi

Variabel Independen (n=263)	Manajemen Kebersihan Menstruasi	
	<i>r</i>	<i>p</i>
Dukungan social	0.574	0.000*
Persepsi	0.212	0.001*
Sumber informasi	0.246	0.000*

*sig $p \leq 0.05$

Hasil analisis bivariat dengan uji korelasi Spearman menunjukkan bahwa nilai $p \leq 0.05$ untuk ketiga variabel independent. Hal ini berarti bahwa terdapat korelasi antara skor dukungan social, persepsi remaja, dan sumber informasi dengan skor Manajemen Kebersihan Menstruasi. Seluruh variabel memiliki arah korelasi positif, dengan nilai korelasi lemah dan kekuatan hubungan kecil untuk variabel persepsi ($r = 0.212$) dan sumber informasi ($r = 0.246$). Sedangkan variabel dukungan social memiliki nilai korelasi kuat dengan kekuatan hubungan yang besar ($r = 0.574$).

PEMBAHASAN

Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) merupakan pengelolaan kebersihan dan kesehatan pada saat menstruasi (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017; UNICEF, 2019b). Pengukuran praktik MKM dilihat berdasarkan tindakan remaja membersihkan organ reproduksinya, penggunaan pembalut, dan sumber air yang digunakan. Penelitian menemukan bahwa nilai rata-rata yang diperoleh responden pada skor MKM masih jauh dari skor maksimal. Hal ini menunjukkan bahwa remaja masih kurang dalam praktik MKM, misalnya; sebagian besar remaja mengganti pembalut lebih dari 6 jam dan Teknik membilas yang masih salah. Selain itu, masih terdapat remaja yang jarang membungkus pembalut dan buang ke tempat sampah.

Teori dari Green menjelaskan bahwa perilaku sehat yang dilakukan oleh individu dapat dipengaruhi oleh faktor predisposisi, faktor pemungkin, dan faktor penguat (Sarwono, 2012). Penelitian ini mengangkat variabel dukungan sosial sebagai bagian dari ketiga faktor tersebut untuk menjelaskan tindakan remaja dalam Manajemen Kebersihan Menstruasi. Unicef juga menjelaskan bahwa karakteristik sosial demografi berhubungan tindakan remaja dalam menjaga kebersihan selama menstruasi (Torondel *et al.*, 2018; UNICEF, 2019b). Hasil analisis menunjukkan bahwa tindakan MKM remaja berhubungan dengan dukungan yang diperoleh dari orang tua dan guru. Faktor lainnya yang juga berhubungan signifikan dengan MKM yaitu, persepsi remaja berdasarkan budaya atau mitos tentang menstruasi (sebagai faktor penguat). Adapun paparan sumber informasi yang diperoleh remaja, dalam penelitian ini berperan sebagai faktor pemungkin.

Dukungan social merupakan dukungan yang berasal dari lingkungan budaya, orang tua, guru, atau teman sebaya. Hasil pengukuran menunjukkan bahwa masih banyak remaja yang

jarang bahkan tidak pernah mendapatkan informasi tentang menstruasi dan pemeliharaan kebersihannya dari orang tua dan guru. Namun terdapat dukungan positif dari orang tua yakni penyediaan pembalut sebagai bentuk dukungan instrumental. Hal ini menggambarkan bahwa orang tua dan guru masih perlu memberikan dukungan positif yang kuat dalam bentuk edukasi tentang kebersihan menstruasi. Menurut berbagai studi, sebagian besar remaja berdiskusi tentang menstruasi dengan teman-teman sebayanya. Remaja hanya melibatkan orang dewasa, seperti halnya guru perempuan, jika dirasa betul-betul dibutuhkan. Fenomena ini menunjukkan betapa menstruasi masih dianggap sebagai hal yang tabu dan remaja masih tidak nyaman serta malu mendiskusikannya secara terbuka (UNICEF, 2022). Gambaran tersebut sesuai dengan hasil uji, yang mana ada korelasi positif antara dukungan sosial dengan Manajemen Kebersihan Menstruasi pada remaja. Keluarga dan guru merupakan lingkungan yang paling dekat secara emosional dengan remaja. Oleh karena itu, dalam penelitian ini dukungan orang tua dan guru memiliki korelasi yang kuat, serta kekuatan hubungannya besar dengan praktik MKM pada remaja. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada remaja sekolah di Ethiopia, yang menemukan bahwa diskusi antara orang tua dan remaja tentang menstruasi berhubungan signifikan dengan manajemen praktik menstruasi yang baik (Worku *et al.*, 2024). Selanjutnya hasil penelitian yang dilakukan di Gambia juga menjelaskan bahwa guru merupakan sumber informasi utama. Akan tetapi ketika remaja meminta nasihat, sebagian besar lebih suka bertanya kepada ibu. Para ibu juga melaporkan tentang kesulitan dalam membahas menstruasi dengan anak-anak (Shah *et al.*, 2019). Penelitian yang dilakukan di Indonesia pun menemukan bahwa dukungan sosial yang positif berperan sebagai pendorong bagi remaja untuk bertindak (Nisa *et al.*, 2020; Kurniasih, 2022; Triharini *et al.*, 2022).

Lingkungan lainnya yang juga berhubungan dengan Manajemen Kebersihan Menstruasi yaitu nilai budaya yang berkembang di masyarakat. Pandangan budaya menimbulkan banyak mitos tentang menstruasi. Remaja menilai bahwa ada berbagai hal yang tidak boleh dilakukan saat menstruasi karena akan berpengaruh terhadap tubuhnya. Penelitian dengan metode *systematic review* tentang Determinan Praktik *Hygiene* Menstruasi pada Remaja Pedesaan, menemukan bahwa variabel budaya dan kepercayaan (*beliefs*) berhubungan dengan praktik menstruasi pada remaja (Lomrah and Arlym, 2024). Hasil uji statistik dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara persepsi remaja tentang mitos budaya terkait menstruasi. Semakin kuat persepsi remaja tentang mitos tersebut, maka tindakan MKM yang dilakukan semakin buruk, dan sebaliknya. Remaja setuju bahwa ketika menstruasi, hal yang tidak boleh dilakukan yakni; mencuci rambut, beraktifitas, dan mengonsumsi minuman dingin (air es). Persepsi remaja yang demikian berdampak pada tindakan remaja dalam menjaga kebersihannya selama menstruasi. Selama menstruasi remaja perlu memerhatikan kebersihan tubuhnya, termasuk mencuci rambut sehingga tidak ada bagian tubuh yang menjadi tempat melekatnya berbagai kotoran maupun mikroorganisme penyebab penyakit. Selain itu, remaja juga dapat tetap melakukan aktifitas fisik ringan seperti biasa untuk menjaga kebugaran tubuh. Sejalan dengan hasil penelitian ini terkait nilai budaya, penelitian yang dilakukan pada remaja sekolah di India menemukan bahwa masih kuatnya pandangan terhadap menstruasi sebagai hal yang tabu dalam masyarakat. Pandangan tersebut dapat dilihat dari berbagai pembatasan aktifitas, karena kuatnya keyakinan dan praktik sosial budaya (Prמודha and Sashirekha, 2021). Hasil penelitian lain yang sejalan dengan penelitian ini ialah penelitian (*Systematic Review*) yang dilakukan tentang faktor sosial budaya dan dampaknya terhadap

praktik kesehatan menstruasi di negara dan Wilayah Kepulauan Pasifik. Penelitian ini menemukan bahwa Manajemen Kebersihan Menstruasi juga masih dipengaruhi oleh kepercayaan terhadap norma dan praktik sosial budaya (Maulingin-Gumbaketi *et al.*, 2022).

Salah 1 cara untuk mengubah persepsi remaja tentang mitos yang berkembang dalam nilai budaya adalah dengan memberikan paparan informasi kepada remaja tentang menstruasi. Pemberian edukasi tentang kebersihan menstruasi yang diberikan sejak dini dapat membuat remaja lebih baik dalam menjaga kebersihan selama menstruasi. Penelitian ini juga menemukan korelasi positif antara banyaknya sumber informasi yang diperoleh remaja dengan praktik Manajemen Kebersihan Menstruasi. Sebagian besar remaja memperoleh informasi dari orang tua, guru, dan saudara. Banyaknya informasi yang diperoleh remaja dari berbagai sumber, membuat remaja semakin bertindak baik dalam menjaga kesehatan menstruasinya. Namun proses penerimaan informasi oleh remaja dapat berbeda-beda sehingga berdampak pada penerapan dari informasi yang diterima. Hal tersebut menjelaskan adanya korelasi lemah dengan kekuatan hubungan kecil. Adanya hubungan antara sumber informasi dengan tindakan MKM pada remaja sejalan dengan beberapa penelitian yang dilakukan, dan menemukan bahwa semakin sering remaja terpapar maka semakin kuat untuk berperilaku (Indah, Novi and Yuliatun, 2013; Wahyuni, Amal and Ulfatunnisa, 2021; Triharini *et al.*, 2022).

KESIMPULAN DAN SARAN

Tindakan remaja dalam Manajemen Kebersihan Menstruasi masih cukup kurang. Beberapa variabel yang berhubungan dengan Manajemen Kebersihan Menstruasi pada remaja yakni; dukungan social dari orang tua dan guru, persepsi remaja tentang mitos terkait menstruasi, dan sumber informasi. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara skor dukungan social, skor persepsi, dan skor sumber informasi. Dari ketiga variabel tersebut, dukungan sosial merupakan variabel yang memiliki koefisien korelasi yang paling besar, dengan tingkat korelasi kuat dan kekuatan hubungannya besar. Oleh karena itu, perlu adanya pendampingan dalam meningkatkan kesadaran orang tua dan guru sebagai strategi penting untuk memastikan praktik kebersihan menstruasi yang baik bagi remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pimpinan Universitas Cenderawasih atas dukungan dan fasilitas yang disediakan. Terima kasih juga bagi para pimpinan di 3 sekolah yang ada di Kota Jayapura, yang telah mendukung penelitian dalam bentuk kesediaan sekolah sebagai Lokasi penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanti, L. *et al.* (2024) 'Dysmenorrhea and Practice of Menstrual Hygiene in Adolescent Females', *Gaster Jurnal Kesehatan*, 22(1), pp. 25-33. Available at: <https://journal.aiska-university.ac.id/index.php/gaster>.
- Indah, P., Novi, khila firani. and Yuliatun, L. (2013) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Menstruasi terhadap Perubahan Perilaku Menstrual Hygiene Remaja Putri untuk Pencegahan Infeksi Saluran Reproduksi (ISR)', *BIMIKI*, 1(2).

- Janoowalla, H. *et al.* (2020) 'The impact of menstrual hygiene management on adolescent health: The effect of Go! pads on rate of urinary tract infection in adolescent females in Kibogora, Rwanda', *International Journal of Gynecology and Obstetrics*, 148(1), pp. 87-95. Available at: <https://doi.org/10.1002/ijgo.12983>.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2017) *Panduan Manajemen Kebersihan Menstruasi Bagi Guru dan Orang Tua*, Who/Unicef. WHO/UNICEF.
- Kotwal, S. *et al.* (2022) 'Knowledge and Practice of Menstrual Hygiene and Reproductive Tract Infection in Adolescent Girls in Doda District of Jammu and Kashmir Territories, India', *International Journal of Integrated Health Sciences (IJHS)*, 10(2), pp. 59-64. Available at: <https://doi.org/http://doi.org/10.15850/ijhs.v10n2.2751>.
- Kurniasih, E. (2022) 'Determinan Perilaku Hygiene Menstruasi Remaja Putri di SMPN 3 Sine, Kabupaten Ngawi', *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, 7(1), p. 33. Available at: <https://doi.org/10.35842/formil.v7i1.419>.
- Lomrah, S. and Arlym, L.T. (2024) 'Determinants of Menstrual Hygiene Practices in Rural Adolescents: A Systematic Review', *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(S6), pp. 573-584. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/ijghr.v6iS6.4993>.
- Maulingin-Gumbaketi, E. *et al.* (2022) 'Socio-cultural implications for women's menstrual health in the Pacific Island Countries and Territories (PICTs): a scoping review', *Reproductive Health*, 19(128), pp. 1-20. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12978-022-01398-7>.
- Ngaruiya, V.W., Mutisya, R. and Ngeranwa, J.J.N. (2022) 'Relationship between Menstrual Hygiene Management and Lower Reproductive Tract Infections among Adolescent Girls in Informal Settlements in Nakuru County, Kenya', *Journal of Medicine, Nursing & Public Health*, 5(2), pp. 88-106. Available at: <https://doi.org/10.53819/81018102t6035>.
- Nisa, A.H. *et al.* (2020) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Praktik Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri Pondok Pesantren Al Asror Kota Semarang Tahun 2019', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), pp. 145-151.
- Noor, M.S. *et al.* (2020) *Buku Panduan Kesehatan Reproduksi pada Remaja*. Kesatu. Edited by A. Rahayu and F.I. Muddin. Yogyakarta: Mine.
- Panda, N. *et al.* (2024) 'Menstrual health and hygiene amongst adolescent girls and women of reproductive age: a study of practices and predictors, Odisha, India', *BMC Women's Health*, 24(144), pp. 1-14. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12905-024-02894-7>.
- Putri, R.E.P.E. and Fitriahadi, E. (2021) 'Perilaku Kebersihan Menstruasi pada Siswi SMP di Kota Yogyakarta', *JHeS (Journal of Health Studies)*, 5(1), pp. 62-68. Available at: <https://doi.org/10.31101/jhes.2056>.
- S, P.M. and D, S.H. (2021) 'Knowledge, attitude and practice of menstrual hygiene among adolescent schoolgirls of rural area, Dakshina Kannada, India', *International Journal of Reproduction, Contraception, Obstetrics and Gynecology*, 10(5), pp. 1788-1794. Available at: <https://doi.org/10.18203/2320-1770.ijrcog20211492>.
- Sarwono, S. (2012) *Sosiologi Kesehatan*. Edisi Keli. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Shah, V. *et al.* (2019) 'A rite of passage: A mixed methodology study about knowledge, perceptions and practices of menstrual hygiene management in rural Gambia', *BMC Public Health*, 19(277), pp. 1-15. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6599-2>.
- Torondel, B. *et al.* (2018) 'Association between unhygienic menstrual management practices

- and prevalence', *BMC Infectious Diseases*, 18(1), p. 473. Available at: <https://bmcinfectdis.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12879-018-3384-2>.
- Triharini, M. *et al.* (2022) 'What Affects Menstrual Hygiene Behaviour of Full-day School Adolescents?', *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 18(Supplement 17), pp. 126–132.
- UNICEF (2019a) *Guide to Menstrual Hygiene Materials*. 1st edn. Edited by P. Poirier. New York: UNICEF.
- UNICEF (2019b) *Menstrual Health and Hygiene*. Kesatu, UNICEF. Kesatu. Edited by P. Porier. New York: UNICEF. Available at: <https://www.worldbank.org/en/topic/water/brief/menstrual-health-and-hygiene.print>.
- UNICEF (2022) *Partisipasi guru faktor kunci keberhasilan program Manajemen Kesehatan dan Kebersihan Menstruasi*, UNICEF Indonesia. Available at: <https://www.unicef.org/indonesia/id/air-sanitasi-dan-kebersihan-wash/cerita/partisipasi-guru-faktor-kunci-keberhasilan-program-manajemen-kesehatan-dan-kebersihan> (Accessed: 19 May 2024).
- Wahyuni, S., Amal, F. and Ulfatunnisa (2021) 'the Effectiveness of Media Leaflets and Power Points on Female Teenagers ', *Jurnal SMART Kebidanan*, 8(2), pp. 104–109. Available at: <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.34310/sjkb.v8i2.518>.
- Worku, Y. *et al.* (2024) 'Menstrual hygiene management practice and associated factors among high school and preparatory school adolescent students in Debre Markos town, Northwest, Ethiopia: a mixed-method study', *BMC Women's Health*, 24(420), pp. 1–13. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12905-024-03265-y>.