



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 2 Tahun 2023 Page 1171-1177

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-42468

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Perilaku Menstrual Hygiene Remaja Putri Tingkat Sekolah Menengah Pertama : A Systematic Review

Dea Putri Safira¹✉, Shrimarti Rukmini Devy²

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga

Email: dea.putri.safira-2019@fkm.unair.ac.id¹✉

Abstrak

Masa remaja merupakan salah satu periode terbesar dalam siklus kehidupan manusia yang berpengaruh dalam permasalahan kesehatan reproduksi. Dukungan sosial menjadi sebuah kebutuhan bagi remaja pada fase menstruasi terutama mengenai perilaku "*menstrual hygiene*". Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui bagaimana hubungan dukungan sosial terhadap perilaku "*menstrual hygiene*" pada remaja putri usia SMP. Metode dalam penelitian ini *Systematic review* ini menggunakan pedoman PRISMA yang berasal dari Google Scholar dan Pubmed. Periode jurnal yang kami susun berasal dari 6 tahun terakhir yakni 2018-2023. Kata kunci yang digunakan meliputi *social support*, *menstrual hygiene*, dukungan keluarga, dukungan teman sebaya. Artikel yang kami susun dalam *systematic review* ini berjumlah 6 artikel. Dukungan sosial merupakan suatu kebutuhan bagi remaja putri tingkat SMP saat berada pada fase menstruasi awal. Dukungan sosial tersebut dapat berasal dari dukungan keluarga terutama ibu, guru, tenaga kesehatan, dan teman sebaya. Semakin tinggi kualitas dukungan sosial yang diberikan maka semakin meningkat pula perilaku "*menstrual hygiene*" yang dilakukan para remaja putri yang berada pada fase awal menstruasi yakni tingkat SMP.

Kata Kunci: *Bank Syari'ah, Survivability, Lembaga Keuangan*

Abstract

Adolescence is one of the largest periods in the human life cycle that affects reproductive health problems. Social support is a necessity for adolescents in the menstrual phase, especially regarding "menstrual hygiene" behavior. Objectives in this research to find out how social support relates to "menstrual hygiene" behavior in young women of junior high school age. Methods in this systematic review uses PRISMA guidelines derived from Google Scholar and Pubmed. The journal period that we compile comes from the last 6 years, namely 2018-2023. The keywords used include social support, menstrual hygiene, family support, and peer support. The articles we compiled in this review totaled 6 articles. Social support is a necessity for junior high school girls when they are in the early menstrual phase. Such social support can come from the support of families, especially mothers, teachers, health workers, and peers. The higher the quality of social support provided, the more "menstrual hygiene" behavior is also improved by young women who are in the early phase of menstruation, namely the junior high school level.

Keyword: *social support; menstrual hygiene; young women.*

PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi merupakan suatu kondisi yang sudah selayaknya harus diperhatikan demi mewujudkan keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial secara utuh, serta terbebas dari gangguan penyakit yang berkaitan dengan fungsi dan sistem reproduksi. Negara Indonesia juga menjamin bahwa setiap orang berhak memperoleh pelayanan kesehatan reproduksi yang bermutu, aman, dan dapat dipertanggung jawabkan, demi mendukung kesehatan perempuan dalam usia reproduksi baik dimulai pada usia remaja, selain itu harus mampu mencegah dan melindungi remaja dari perilaku seksual berisiko dan perilaku berisiko lainnya yang dapat berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi (1).

Masa remaja merupakan salah satu periode terbesar dalam siklus kehidupan manusia yang berpengaruh dalam permasalahan kesehatan reproduksi. Salah satunya adalah mengenai kebersihan dan kesehatan saat menstruasi. Menstruasi adalah suatu kondisi keluarnya darah dari vagina yang terjadi secara berkala dan diakibatkan oleh produksi suatu hormon pada wanita usia subur setiap bulannya (2). Setiap wanita yang mengalami menstruasi tentu memiliki kondisi yang tidak nyaman baik secara fisik maupun mental. Sehingga mayoritas kasus di tengah masyarakat permasalahan perilaku "menstrual hygiene".

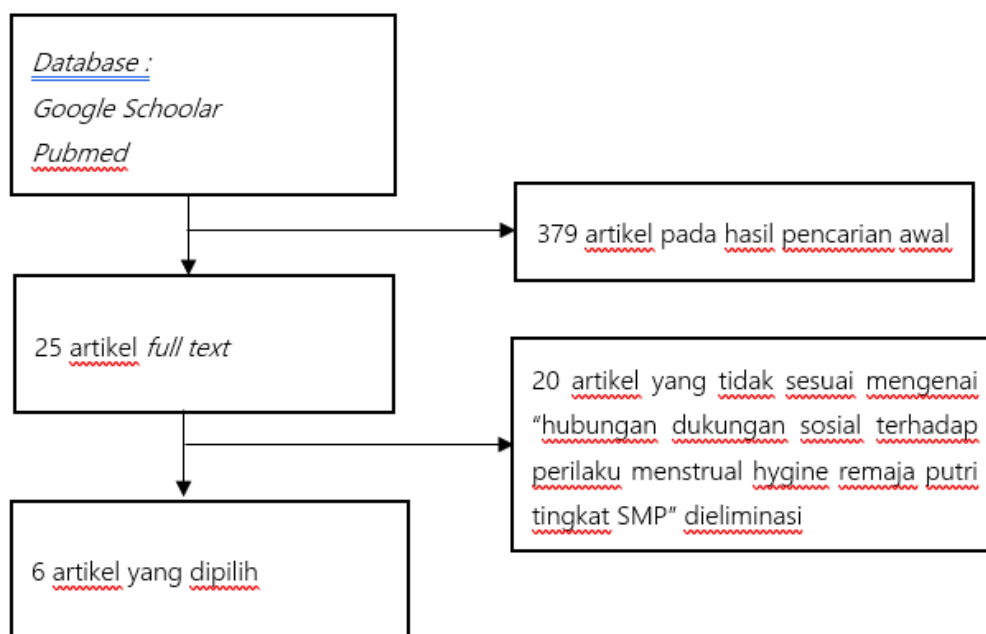
Perilaku "menstrual hygiene" merupakan suatu upaya dalam menjaga kebersihan area kewanitaannya agar tetap nyaman dan tidak menimbulkan suatu penyakit. Organ sensitif yakni vagina wanita tentunya rentan terjadi infeksi yang diakibatkan bakteri maupun jamur, sehingga menimbulkan bau yang kurang sedap, gatal, hingga penyakit berbahaya seperti kanker serviks (Sabaruddin et al., 2021). Hal ini dibuktikan dengan sebuah data bahwa prevalensi Infeksi Saluran Reproduksi dunia yakni 33% wanita dewasa dan 42% wanita remaja (4). Perilaku "menstrual hygiene" di Indonesia yang kurang baik juga terbukti bahwa sebanyak 46% remaja putri di daerah

perkotaan jarang mengganti pembalut selama 4-8 jam sekali, sehingga hanya mengganti kurang lebih dua kali sehari saja. Sehingga, usia remaja pada awal menstruasi nya perlu mendapatkan dukungan sosial dari sekitarnya baik di lingkungan rumah, sekolah, tempat bermain. Sehingga dapat mempersiapkan remaja untuk menjalani kehidupan reproduksi yang sehat dan bertanggung jawab.

METODE PENELITIAN

Metode dalam pencarian jurnal *systematic review* ini menggunakan PRISMA. Sumber jurnal yang digunakan adalah Google Scholar dan Pubmed. Jurnal terpilih hanya dibatasi pada tahun publikasi 2018-2023. Pencarian artikel ini untuk mengidentifikasi hubungan dukungan sosial terhadap perilaku "*menstrual hygiene*" pada remaja putri terutama tingkat SMP. Sehingga pada proses pencarian kami menggunakan kata kunci yakni *social support, menstrual hygiene, dukungan keluarga, dukungan teman sebaya*.

Hasil pencarian mendapatkan sebanyak 379 jurnal yang kemudia diseleksi menjadi 25 jurnal *full text* mengenai dukungan sosial terhadap perilaku *menstrual hygiene* remaja putri. Selanjutnya dari artikel tersebut mendapatkan 6 artikel yang sesuai mengenai hubungan dukungan sosial terhadap perilaku *menstrual hygiene* remaja putri tingkat SMP atau tingkat awal yakni usia (10-14 tahun).



Gambar 1. Diagram *Flow* artikel penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dalam penelitian ini mendapatkan 6 artikel yang relevan. Berikut artikel-artikel terpilih dalam penelitian ini.

Tabel 1. Karakteristik dari artikel penelitian

No	Judul	Metode	Hasil Penelitian
1.	Hubungan Dukungan Teman Sebaya dengan Praktik <i>Menstrual Hygiene</i> pada Remaja	Desain : Cross Sectional Sampel : 80 siswa perempuan SMP Negeri 4 Ungaran	a. Terdapat hubungan bermakna antara dukungan sebaya dengan praktik <i>menstrual hygiene</i> yakni <i>p value</i> sebesar $0,045 < 0,05$.
2.	<i>The Influence of Knowledge, Attitude, Family Support and Peer Support on The Behavior of Female Teenage Menstrual Hygiene</i>	Desain : Cross Sectional Sampel : 68 responden SMPN 1 Mojowarno	a. Terdapat pengaruh signifikan yakni pengaruh dukungan keluarga dengan perilaku <i>menstrual hygiene</i> . b. Terdapat pengaruh signifikan dukungan teman sebaya dengan perilaku <i>menstrual hygiene</i> .
3.	Hubungan Sumber Informasi dengan Perilaku Personal Hygiene pada Remaja Putri Saat Menstruasi	Desain : Cross Sectional Sampel : 62 siswa perempuan SMPN 1 Gamping Sleman, Yogyakarta	a. Terdapat hubungan dukungan melalui sumber informasi dari orang tua dengan perilaku <i>menstrual hygiene</i> dengan <i>p value</i> sebesar $0,000 < 0,0$ b. Terdapat hubungan dukungan melalui sumber informasi dari guru dengan perilaku <i>menstrual hygiene</i> dengan <i>p value</i> = $0,001 < 0,05$ c. Terdapat hubungan

No	Judul	Metode	Hasil Penelitian
			dukungan melalui sumber informasi dari tenaga kesehatan dengan perilaku menstrual hygiene sebesar $p\ value = 0,000 < 0,05$ d. Terdapat hubungan dukungan melalui sumber informasi dari teman sebaya dengan perilaku menstrual hygiene sebesar $p\ value = 0,007 < 0,05$
4.	Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Pada Saat Menstruasi di SMP Yapenthom 2 Maumere	Desain : Cross Sectional Sampel : 70 siswa perempuan SMP Yapenthom 2 Maumere	a. Terdapat hubungan dukungan keluarga dengan perilaku personal hygiene dengan $p\ value 0,001 < 0,05$
5.	Peran Ibu sebagai Pendidik Terhadap Perilaku Kebersihan Menstruasi Remaja	Desain : Cross Sectional Sampel : 46 remaja MTs Al-Kautsar Depok	a. Terdapat hubungan peran ibu sebagai pendidik mengenai kesehatan dan kebersihan saat menstruasi remaja terhadap perilaku menstrual hygiene putrinya dengan nilai signifikansi $p\ value < 0,001$
6.	Hubungan Pengetahuan, Sikap, dan Dukungan Keluarga Pada Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMP Negeri 1 CIMALAKA	Desain : Cross Sectional Sampel : 60 siswa perempuan SMP 1 CIMALAKA	a. Terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan perilaku <i>personal hygiene</i> remaja putri saat menstruasi di SMPN 1 CIMALAKA dengan $p\ value = 0,000 < 0,05$.

Perilaku "*menstrual hygiene*" merupakan suatu perilaku yang harus mulai ditumbuhkan pada usia remaja awal ketika memasuki fase menstruasi. Remaja yang masih awam mengenai

informasi cara menjaga kebersihan tubuh terutama vagina saat menstruasi, tentu menjadi sebuah kebingungan bagi mereka dan dapat berdampak buruk pada kesehatan reproduksi. Sehingga dari 5 artikel jurnal pada penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial akan berdampak pada perilaku "*menstrual hygiene*" terutama bagi remaja putri fase awal.

Dukungan sosial dari 6 artikel jurnal pada penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial yang dibutuhkan pada seorang remaja awal bermacam-macam. Dukungan sosial tersebut dapat berasal dari dukungan keluarga terutama ibu, guru, tenaga kesehatan, dan teman sebaya. Dukungan keluarga yang cukup dalam menghadapi menstruasi sangat dibutuhkan oleh para remaja (Wiratmo & Utami, 2022). Dukungan keluarga seperti memberikan edukasi kepada remaja putri mengenai cara membersihkan daerah kemaluan saat menstruasi, kemudian menanyakan keluhan kesah permasalahan yang awam terjadi pada putrinya seperti gatal-gatal, lama menstruasi, perut kram (Mara et al., 2022). Selain itu, dukungan keluarga berupa dukungan emosional seperti memberikan perhatian dan memberi semangat akan berpengaruh pada perilaku "*menstrual hygiene*" pribadi mereka di masa yang akan mendatang (Utami, 2022).

Dukungan sosial berikutnya adalah dukungan sosial melalui guru. Guru sebagai penyalur informasi pertama kepada murid terutama tingkat SMP memiliki tanggung jawab besar dalam mendampingi muridnya baik dari segi pengetahuan maupun emosional. Murid dengan usia remaja awal di fase menstruasinya sering merasa malu, tidak berani berbicara ketika terdapat beberapa masalah saat menstruasi. Sehingga dorongan informasi seperti cara sikap, pengetahuan, praktik "*menstrual hygiene*", dukungan psikologis seperti memberikan ketenangan pada siswa saat terjadi suatu hal yang tidak diinginkan saat menstruasi di sekolah tentu memiliki hubungan positif terhadap kebiasaan murid melakukan perilaku "*menstrual hygiene*" yang lebih baik di masa yang akan datang (Anjan & Susanti, 2019).

Dukungan sosial berikutnya adalah dukungan sosial dari teman sebaya. Dukungan teman sebaya merupakan dukungan sosial yang berasal dari teman sebaya dalam memberikan sebuah informasi maupun dukungan emosional kepada teman lainnya yang mengalami sebuah permasalahan (Ayu et al., 2018). Dukungan sosial terkait permasalahan menstruasi ini juga berdampak pada perilaku "*menstrual hygiene*" sehari-hari teman lainnya. Dalam hal ini seperti saling bercerita mengenai kondisi menstruasi yang dialami, kemudian saling memberikan saran dan masukan antar teman akan lebih berdampak pada kepercayaan diri dan kenyamanan seorang remaja dalam hal "*menstrual hygiene*" (Puspa Siwi Wulandari & Sapparwati, 2020).

Dukungan sosial terakhir yang memiliki dampak bagi remaja putri yang sedang mengalami menstruasi adalah dukungan dari tenaga kesehatan. Dalam hal ini seperti kegiatan konseling remaja dan sosialisasi materi kesehatan reproduksi oleh pihak puskesmas ke Sekolah Menengah Pertama memiliki hubungan kuat dalam peningkatan perilaku "*menstrual hygiene*" dan sebagai bentuk upaya pencegahan Infeksi Saluran Reproduksi di masa mendatang (Anjan & Susanti, 2019).

SIMPULAN

Hasil dari systematic review pada penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran yang besar dalam mendukung perilaku "menstrual hygiene" terutama pada usia remaja putri tingkat SMP. Dukungan sosial yang dibutuhkan berasal dari dukungan keluarga terutama ibu, dukungan guru, dukungan teman sebaya, dan dukungan tenaga kesehatan. Dukungan sosial tersebut dapat diberikan dalam bentuk dukungan informasi, emosional, maupun arahan. Sehingga semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diberikan maka semakin meningkat pula perilaku "menstrual hygiene" yang dilakukan para siswa tingkat SMP.

DAFTAR PUSTAKA

- Anjan, A., & Susanti, D. (2019). Hubungan Sumber Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Putri Saat Menstruasi. *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*, 3(1), 38–44. <https://doi.org/10.36474/caring.v3i1.116>
- Ayu, M., Ningrum, C., Dyah, & Indriyanti, R. (2018). The Influence of Knowledge, Attitude, Family Support and Peer Support on The Behavior of Female Teenage Menstrual Hygiene. *Public Health Perspective Journal*, 3(2), 99–107.
- Mara, K., Adesta, R. O., & Meo, M. Y. (2022). *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat ISSN 2460 - 9374 HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE REMAJA PUTRI PADA SAAT MENSTRUASI DI SMP YAPENTHOM 2 MAUMERE Universitas Nusa Nipa Indonesia Email / No . Hp : reginadianto@gmail.com . 9(2)*.
- Puspa Siwi Wulandari, & Saparwati, M. (2020). *Hubungan dukungan teman sebaya dengan harga diri pada remaja korban bullying*. 92–98.
- Sabaruddin, E. E., Kubillawati, S., & Rohmawati, A. (2021). PERILAKU PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI PADA SISWI SMP BANGSA MANDIRI 2 BOGOR. *JURNAL KESEHATAN DAN KEBIDANAN (JOURNAL OF HEALTH AND MIDWIFERY)*, 10(2), 1–10.
- Utami, D. S. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Pada Remaja Putri Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi Di Smp Negeri 1 Cimalaka. *Jiksa (Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April)*, 4(1), 48–56.
- Wiratmo, P. A., & Utami, Y. (2022). Peran Ibu Sebagai Pendidik Terhadap Perilaku Kebersihan Menstruasi Remaja. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, 1(2), 1–11. <https://doi.org/10.54771/jnms.v1i2.648>