

Tingkat pengetahuan mahasiswi Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Mataram mengenai menstruasi

Baiq Ayu Wulan Maharani Putri¹, Candra Eka Puspitasari^{1,2*}

¹ Program Studi Farmasi, Fakultas Kedokteran, Universitas Mataram, Mataram, Indonesia.

² Apotek Pendidikan Universitas Mataram, Mataram, Indonesia.

DOI: <https://doi.org/10.29303/sjp.v4i2.273>

Article Info

Received : 2023-07-08

Revised : 2023-09-25

Accepted : 2023-09-26

Abstract: Menstruation is a physiological event for female adolescents and menstruation is also an indicator of sexual maturity in female adolescents. This study aims to determine the level of knowledge of female students of the Teaching and Education Faculty of Mataram University regarding menstruation. This research is an observational study with a cross-sectional design. The research instrument was a questionnaire distributed online with students of the students of Teaching And Educational Faculty, at Mataram University as respondents who were then analyzed descriptively. Descriptive analysis was carried out for characteristic data and the knowledge level of respondents. The results of the study in the age range of 17 years to 26 years, the average level of knowledge is greater in the age range of 26 years. This can be influenced by the age factor, the older you are, the more knowledge you will get. Meanwhile, at a high level of knowledge, there were 156 people who were included in that category, 43 people who were included in the sufficient category, and 1 person who was included in the low category. level of knowledge about menstruation in students of the teaching and educational faculty shows that 156 people are included in the high category, 43 people are included in the sufficient category, and 1 person is included in the low category.

Keywords: knowledge, menstruation, student

Citation: Putri, B. A. W. M., & Puspitasari, C. E. (2023). Tingkat pengetahuan mahasiswi Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Mataram mengenai menstruasi. *Sasambo Journal of Pharmacy*, 4(2), 93–97. doi: <https://doi.org/10.29303/sjp.v4i2.273>

Pendahuluan

Menstruasi merupakan tanda seorang perempuan mengalami kejadian fisiologis, hal ini terjadi karena hormon reproduksi pada remaja perempuan pada saat menstruasi sudah mulai bekerja. Menstruasi juga dapat dikatakan sebagai tanda kematangan seksual pada remaja perempuan (Gustina & Djannah, 2015). Pada saat menstruasi berlangsung pengetahuan kesehatan reproduksi sangatlah diperlukan agar terhindar dari berbagai macam gangguan yang dapat timbul pada alat reproduksi seperti Infeksi Saluran Reproduksi, kanker rahim, keputihan dan iritasi kulit genital (Nisa et al., 2020). Masalah keputihan sering terjadi pada saat menstruasi berlangsung, hal ini jika

tidak ditangani segera mungkin maka akan sangat fatal dampaknya. Keputihan juga bisa menjadi gejala awal keganasan rahim dengan *prevalence* sampai 100 per 100.000 orang yang dapat berjuang dengan kematian. Dalam hal ini dapat disebut sebagai kanker serviks yakni sebagai pembunuh nomor satu kaum perempuan (Himarda Sri Santi Mbungo, 2016).

Tidak semua remaja perempuan dapat melalui menstruasi dengan normal, karena tidak sedikit dari para remaja mengalami keluhan pada saat menstruasi sedang berlangsung. Berbagai keluhan yang dialami seperti iritasi pada area genital, vaginitis serta adanya rasa perih serta bau yang tidak menyenangkan, timbulnya gatal-gatal disekitar vulva (Solehati et al., 2018). Keluhan yang dialami dapat bertambah jika

Email: candrapuspitasari@unram.ac.id (*Corresponding Author)

mengalami masalah dalam menstruasi higienenya. Sangatlah perlu dan penting untuk merawat diri pada saat berlangsungnya menstruasi, karena organ intim saat menstruasi dapat berpeluang untuk terkena bakteri. Tujuan dari merawat diri disini agar dapat memelihara kebersihan serta kesehatan individu selama masa menstruasi (Adika, 2013).

Organ reproduksi yaitu organ tubuh vital yang memerlukan perawatan khusus dan merupakan faktor penting dalam merawat kesehatan reproduksi. Organ reproduksi juga merupakan daerah tertutup serta berlipat sehingga akan lebih mudah berkeringat, lembab dan kotor. Perawatan dan kebersihan diri pada saat menstruasi harus selalu dijaga dan ditingkatkan karena saat menstruasi pembuluh darah di dalam rahim sangatlah mudah terkena infeksi. Selalu menjaga kebersihan karena kuman lebih mudah timbul pada saluran reproduksi. Pembalut harus diganti sesering mungkin serta tidak boleh dipakai lebih dari 6 jam. Kesehatan reproduksi juga menyangkut sistem yang dimiliki oleh remaja baik secara emosional, fisik maupun mental (Wahyudi et al., 2023).

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian yang dilakukan secara observasional dengan rancangan *crosssectional* Adapun lokasi pengambilan sampel dilakukan di Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Mataram serta waktu pengambilan sampel pada tanggal 22 Desember 2022 sampai dengan tanggal 22 Januari 2023. Penelitian ini sudah mendapat izin etik oleh komisi etik Fakultas Kedokteran Universitas Mataram dengan Nomor surat kode etik No.211/UN18.F7/ETIK/2022.

Pengambilan data dilakukan secara online dengan menggunakan metode kuesioner yang diadaptasi dari penelitian dengan judul "Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi di Pesantren Arrisalah Kota Padang". Pertanyaan yang digunakan sebanyak 13 item (Fitri, 2014). Kuesioner yang digunakan telah melalui uji validitas konten dengan bantuan *expert* sebanyak 6 orang dengan nilai CVI 0.98. Nilai CVI yang semakin mendekati 1.0 menunjukkan validitasnya semakin tinggi. Selanjutnya dilakukan uji reliabilitas terhadap 30 responden yang terpisah dari objek penelitian namun memiliki karakteristik serupa.

Kuesioner yang telah dinyatakan *valid* dan *reliabel* selanjutnya disebarkan secara online kepada mahasiswa di Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Mataram. Jumlah populasi mahasiswa di FKIP UNRAM sebanyak 8.090 orang. Selanjutnya dilakukan perhitungan sampel minimal menggunakan rumus Slovin. Responden yang diambil dalam penelitian ini

sebanyak 200 responden serta data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif. Analisis deskriptif ini dilakukan untuk data karakteristik dan tingkat pengetahuan. Tingkat pengetahuan ini dikategorikan menjadi baik, cukup, dan kurang.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini sudah melewati proses telaah etik yang dilakukan di KEPK (Komisi Etik Penelitian Kesehatan) Fakultas Kedokteran Universitas Mataram. Penelitian ini telah dinyatakan sebagai penelitian dengan status telaah *exempted* atau bisa dilakukan tanpa melalui telaah lanjutan dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan.

Berdasarkan rencana perhitungan pada Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan yang telah digunakan sebagai lokasi penelitian dengan jumlah sampel 200 responden dapat diperoleh data yang dianalisis secara deskriptif kemudian dilakukan pembuatan tabel karakteristik untuk memperoleh tingkat pengetahuan yang dapat dikategorikan menjadi baik, cukup dan kurang.

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Mahasiswi Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Mataram tentang Menstruasi

Karakteristik Responden	Frekuensi (N=200)	Persentase (%)	Rata-rata Tingkat Pengetahuan	p-value ^a
Jenis Kelamin				
Perempuan	200	100%	75±13	-
Usia				
a. 17 tahun	5	2,5%	63±21	
b. 18 tahun	36	18%	72±14	
c. 19 tahun	60	30%	75±12	
d. 20 tahun	52	26%	74±14	
e. 21 tahun	35	17,5%	79±11	0.43 ^a
f. 22 tahun	8	4%	76±10	
g. 23 tahun	2	1%	77±11	
h. 24 tahun	1	0,5%	85±0	
i. 26 tahun	1	0,5%	92±0	
Prodi				
a. S1 PGSD	49	24,5%	77±13	
b. S1 Pend. Bahasa Inggris	30	15%	79±12	
c. S1 PAUD	29	14,5%	71±14	
d. S1 Pend. Fisika	22	11%	71±13	0.44 ^a
e. S1 Pend. Matematika	18	9%	74±13	
f. S1 Pend. Sosiologi	17	8,5%	68±16	
g. S1 Pend. Biologi	10	5%	81±11	

Karakteristik Responden	Frekuensi (N=200)	Persentase (%)	Rata-rata Tingkat Pengetahuan	p-value ^a
h. S1 Pend. Bahasa Indonesi	9	4,5%	69±15	
i. S1 Pend. PPKN	9	4,5%	76±8	
j. S1 Pend. Kimia	7	3,5%	84±5	

a) Diuji menggunakan Kruskal-Wallis, terdapat perbedaan yang signifikan (p<0,05).

Berdasarkan pengamatan pada **Tabel 1**, tingkat pengetahuan pada usia 19 tahun dapat tergolong lebih besar yaitu 30%. Sedangkan pada tingkat pengetahuan bagian Program Studi didapatkan pada Program Studi S1 PGSD sebesar 24,5%. Hal ini dikarenakan pada mahasiswa FKIP yang berusia 19 tahun dan program studi Kimia lebih banyak mengisi kuesioner yang telah disebar pada Januari lalu.

Hasil penelitian pada ini terlihat bahwa rentang usia 17 tahun sampai 24 tahun rata-rata tingkat pengetahuan yang rendah daripada rentang usia 26 tahun. Sedangkan rata-rata tingkat pengetahuan yang lebih besar pada bagian prodi yaitu S1 Pendidikan Kimia sehingga dapat diuji menggunakan statistik. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan (p>0.05) rata-rata tingkat pengetahuan tentang menstruasi.

Tabel 2. Gambaran Persentase Jawaban Responden Pada Kuesioner (Tingkat Pengetahuan Menstruasi) di FKIP Universitas Mataram

No	Pertanyaan	Jawaban Benar	Persentase (%)
1	Apa yang dimaksud dengan menstruasi?	174	87%
2	Usia berapakah haid normal pertama kali terjadi pada remaja?	186	93%
3	Apa yang dimaksud dengan siklus menstruasi?	118	59%
4	Berapakah periode normal siklus menstruasi?	127	63,5%
5	Berapa lama durasi normal menstruasi?	191	95,5%
6	Secara fisik, gangguan yang terjadi pada saat menjelang menstruasi kecuali?	72	36%
7	Apa yang menyebabkan kebanyakan remaja putri sering mengalami kram sewaktu menstruasi?	164	82%

No	Pertanyaan	Jawaban Benar	Persentase (%)
8	Apa nama gejala yang dirasakan sebelum atau saat menstruasi berlangsung yang mengakibatkan mudah emosi, malas bergerak, dan nafsu makan meningkat?	132	66%
9	Nyeri yang terdapat menjelang atau selama haid disebut...	177	88,5%
10	Nyeri haid cenderung terjadi lebih sering, lebih hebat terjadi pada wanita yang mengalami...	48	24%
11	Perubahan fisik yang terjadi saat seseorang menjadi remaja putri adalah, kecuali?	177	88,5%
12	Penyakit yang dapat diakibatkan apabila seseorang tidak higiene menstruasi?	188	94%
13	Apakah yang didapat jika alat kelamin lembab?	185	92,5%

Berdasarkan hasil yang dicapai pada **Tabel 2**, menunjukkan bahwa kebanyakan mahasiswi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) dapat memahami terkait menstruasi. Tetapi ada beberapa mahasiswi yang masih kurang memahami dikarenakan tidak banyak mencari tahu informasi terkait menstruasi.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Mahasiswi Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Mataram tentang Menstruasi

No	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Rendah	1	0,5
2	Cukup	43	21,5
3	Tinggi	156	78,0
Jumlah		200	100

Nilai persen skor rata-rata < 33,3% menunjukkan tingkat pengetahuan rendah, nilai persen skor rata-rata 33,4-66,6% menunjukkan tingkat pengetahuan cukup, dan nilai persen skor rata-rata > 66,7% menunjukkan tingkat pengetahuan tinggi (Lindaan, M. P., Rantung V V., 2016). Dari hasil penelitian yang didapatkan pada tingkat pengetahuan mahasiswi tentang menstruasi menunjukkan bahwa dari 200 mahasiswi terdapat 156 orang (78,0%) termasuk dalam katagori tinggi, 43 orang (21,5%) termasuk dalam katagori cukup dan 1 orang (0,5%) termasuk dalam katagori rendah. Hal ini

dikarenakan tingkat pengetahuan tinggi dapat menghasilkan pemahaman yang baik serta dapat menimbulkan perilaku yang positif (Muhamad et al., 2019).

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden (78,0%) memiliki tingkat pengetahuan tinggi terhadap menstruasi. Hal ini dikarenakan makin baik tingkat pengetahuan seseorang tentang menstruasi, maka makin siap pula seseorang dalam menghadapi menstruasi (Leliana, 2010). Pengetahuan sejak usia dini juga dapat meningkatkan kebiasaan serta pengaruh yang baik untuk memelihara kebersihan organ reproduksinya (Irianti & Tiarahma, 2021). Perilaku pada saat menjaga kebersihan sangat diperlukam karena menjadi faktor penentu kesehatan reproduksi seseorang (Ayuningtyas N. D., 2011). Pengetahuan mengenai menstruasi ini sangat dianjurkan dan dibutuhkan sehingga pada saat mengalaminya tidak terjadi stress atau hal-hal yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Sella Berliana Wardoyo, 2021).

Pengaruh dari beberapa karakteristik seperti jenis kelamin, usia dan program studi terhadap tingkat pengetahuan ditunjukkan pada **Tabel 1**. Pada karakteristik jenis kelamin perempuan memiliki rata-rata tingkat pengetahuan 75%. Pada karakteristik umur, responden dengan usia 26 tahun memiliki rata-rata tingkat pengetahuan tertinggi 92% dibandingkan dengan rentang usia 17-14 tahun. Hal ini dikarenakan semakin berumur seseorang maka semakin banyak informasi yang didapat dan makin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka makin mudah mendapatkan informasi.

Setelah diuji secara statistik, tidak terdapat perbedaan yang signifikan ($p>0,05$) pada masing-masing usia. Sementara itu, pada karakteristik program studi mahasiswa dari FKIP, menunjukkan bahwa rata-rata tingkat pengetahuan tertinggi (84%) pada program studi Kimia. Sementara itu pada program studi lainnya tingkat pengetahuannya lebih kecil dari pada program studi Kimia. Setelah diuji secara statistik, tidak terdapat perbedaan signifikan ($p>0,05$) rata-rata tingkat pengetahuan tentang menstruasi pada masing-masing program studi. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa tingkat pengetahuan mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Mataram tidak dipengaruhi oleh usia dan program studi.

Ada beberapa faktor yang digunakan untuk mengatasi sakit pada saat menstruasi antara lain yaitu dengan terapi non farmakologi dimana perut dapat dikompres menggunakan air hangat karena terapi ini mudah dilakukan sendiri dan tidak menimbulkan efek samping. selain itu kompres menggunakan air hangat juga berguna untuk mengurangi rasa nyeri menstruasi diantaranya yaitu, meningkatkan permeable kapiler

yang menyebabkan peningkatan otot perut, sehingga relaksasi otot meningkat dan kekakuan nyeri dapat berkurang (Anggriani et al., 2021). Setelah dikompres menggunakan air hangat rasa nyeri haid dapat berkurang karena adanya pelebaran pembuluh darah saat dikompres dalam waktu 20-30 menit, hal ini dapat menimbulkan rangsangan impuls yang memblokir persepsi nyeri sehingga tidak sampai pada hipotalamus (Maidartati et al., 2018). Adapun terapi farmakologi yang dapat dilakukan pada saat menstruasi yaitu mengkonsumsi obat nyeri agar dapat mengurangi rasa sakit yang berdampak buruk bagi kesehatan tubuh seseorang (Dahlan, 2017).

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat kita disimpulkan bahwa mahasiswi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Mataram dominan memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi (78,0%) tentang menstruasi. Namun demikian, mahasiswi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan diharapkan untuk terus mencari informasi tentang menstruasi melalui berbagai macam sumber/media agar pada saat menstruasi dapat menjaga dan merawat diri sehingga terhindar dari penyakit yang tidak diinginkan.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Civitas Akademika Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Mataram yang sudah memberikan izin dan dukungan. Serta ucapan terima kasih kepada Tim Penelitian *Level of Knowledge* dari Kelompok Penelitian Bidang Ilmu Farmasi Praktis Program Studi Farmasi Fakultas Kedokteran Universitas Mataram yang telah bekerjasama sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

References

- Adika, A. (2013). Self care practices of menstrual hygiene among adolescents school going girls in Amassoma Community, Bayelsa State. *International Journal of Nursing and Midwifery*, 5(5), 99-105. <https://doi.org/10.5897/ijnm2013.0102>
- Anggriani, A., Mulyani, Y., & Pratiwi, L. D. (2021). The Effect Of Pharmacological And Non-Pharmacological Therapy On The Reduction Of Menstrual Pain In Students. *Jurnal Riset Kefarmasian Indonesia*, 3(3), 174-188.
- Ayuningtyas N. D., S. L. (2011). *Hubungan Antara*

- Pengetahuan Dan Perilaku Menjaga Kebersihan Genitalia Eksterna Dengan Kejadian Keputihan Pada Siswi SMA Negeri 4 Semarang.* Universitas Diponegoro.
- Dahlan, A. (2017). Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Nyeri Haid (Dismenorea) Pada Siswi Smk Perbankan Simpang Haru Padang. *Jurnal Endurance*, 2(1), 37. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i1.278>
- Fitri, F. M. (2014). *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi Dengan Perilaku Higiene Menstruasi Di Pesantren Arrisalah Kota Padang.* Universitas Esa Unggul.
- Gustina, E., & Djannah, S. N. (2015). Sumber Informasi Dan Pengetahuan Tentang Menstrual Hygiene Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 147. <https://doi.org/10.15294/kemas.v10i2.3375>
- Himarda Sri Santi Mbungo, E. (2016). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Kesehatan Reproduksi Terhadap Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Di SMAN 1 Merauke. *Jurnal Ilmiah Indonesia p-ISSN: 2541-0849 e-ISSN: 2548-1398*, 8(3), 1-23.
- Irianti, D., & Tiarahma, L. (2021). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Dalam Menjaga Kebersihan Organ Reproduksi Saat Menstruasi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(1), 20-23. <https://doi.org/10.54004/jikis.v9i1.19>
- Leliana. (2010). *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Kesiapan Dalam Menghadapi Menarche Di SD Al-Alzar Medan.* Universitas Sumatera Utara.
- Lindaan, M. P., Rantung V V., M. M. Y. (2016). Persepsi Masyarakat Terhadap Pengembangan Industri Rumah Panggung Di Desa Tombasian Atas Kecamatan Kawangkoan Barat Kabupaten Minahasa. *Agri-SosioEkonomi Unsrat*, 12, 349-362.
- Maidartati, Hayati, S., & Hasanah, A. P. (2018). Efektivitas Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Di Bandung. *Jurnal Keperawatann BSI*, VI(2), 156-165.
- Muhamad, Z., Hadi, A. J., & Yani, A. (2019). Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dengan Pencegahan Keputihan Di Mts Negeri Telaga Biru Kabupaten Gorontalo. *PROMOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 9-19.
- Nisa, A. H., Winarni, S., & Dharmawan, Y. (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 (e-Journal)*, 8(1), 145-151.
- Sella Berliana Wardoyo, A. S. (2021). Tingkat pengetahuan remaja putri tentang menstruasi dan penanganan dismenorea. *Carolus Journal of Nursing*, 3(2), 122-129.
- Solehati, T., Trisyani, M., & Kosasih, C. E. (2018). Gambaran Pengetahuan, Sikap, Dan Keluhan Tentang Menstruasi Diantara Remaja Puteri. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 4(2), 86-91. <https://doi.org/10.33755/jkk.v4i2.110>
- Wahyudi, N., Listautin, & Riastawaty, D. (2023). Personal Hygiene pada saat Menstruasi. *Cenderabakti: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 1-7. <https://doi.org/10.55264/cdb.v2i1.17>