

ABSTRAK

Menstruasi merupakan salah satu pubertas pada remaja putri yang rentan terkena bakteri. *Personal hygiene* saat menstruasi merupakan tindakan untuk memelihara kesehatan dan kebersihan saat menstruasi. Perilaku *personal hygiene* dapat dipengaruhi oleh pengetahuan, dengan pengetahuan yang tinggi dapat mempengaruhi pola pikir dan tindakan. Untuk meningkatkan pengetahuan salah satunya yaitu pendidikan Kesehatan dengan metode ceramah, karena dianggap paling mudah dan efektif digunakan dalam penyampaian informasi yang dibutuhkan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode ceramah terhadap pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di pondok pesantren Al-Hamidiyah Kabupaten Pangandaran.

Metode penelitian menggunakan *eksperimental*, dengan rancangan *pre-experimental design tipe one group pretest posttest design*. Populasi 154 orang, sampel 30 orang, dengan teknik *proportionate random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan dan pendidikan kesehatan menggunakan satuan acara penyuluhan (SAP). Analisis data menggunakan univariat dan bivariat dengan uji *paired sampel t-test*.

Hasil penelitian *pretest* rata-rata pengetahuan adalah 15.60 dengan pengetahuan tertinggi 21 dan terendah 10. hasil *posttest* rata-rata pengetahuan adalah 20.83 dengan pengetahuan tertinggi 25 dan terendah 15. Hasil uji *paired t test* diperoleh hasil *p-value* $(0,000) < 0,05$ yang menandakan H_a diterima yang artinya terdapat pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode ceramah terhadap pengetahuan *personal hygiene* saat menstruasi.

Pendidikan kesehatan yang diberikan dapat menghasilkan hasil yang efektif dikarenakan telah terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman remaja putri tentang *personal hygiene* saat menstruasi. Disarankan agar diadakannya penyuluhan kesehatan secara rutin bekerjasama dengan petugas kesehatan setempat agar remaja di pondok pesantren memperoleh informasi yang banyak sehingga dapat melaksanakan perilaku *personal hygiene* pada saat menstruasi.

Kata Kunci : Menstruasi, Pengetahuan, *Personal hygiene*

Referensi : 10 buku (2014-2019)

8 jurnal (2016-2020)

ABSTRACT

Menstruation is one of the signs of puberty in young women who are susceptible to bacteria. Personal hygiene is an action to maintain health and hygiene when menstruation occurs. It can be influenced by knowledge, good knowledge influences mind set and action. Health education by using lecture method is considered as the easiest and most effective way in conveying required information to increase that knowledge. The research is aimed to find out the influence of health education by using lecture method on personal hygiene knowledge during menstruation in young women students at Al-Hamidiyah boarding school, Pangandaran District.

The research method used is experimental method, by using pre-experimental design with one group pre-test post-test design. The population is 154 people, 30 people as samples, by using proportionate random sampling technique. The research instrument used is questionnaires of health knowledge and education by using "Satuan Acara Penyuluhan" (SAP). Data analysis used is univariate and bivariate by paired test of t-test samples.

The result of the pre-test shows that average knowledge is 15.60, with the highest knowledge 21 and the lowest 10. While the result of post-test shows that average knowledge is 20.83, with the highest knowledge 25 and the lowest 15. The test result off paired t test obtained p-value (0.000) < 0.05 which indicates H_a is accepted. It means that there is an influence of health education by using lecture method on personal hygiene knowledge during menstruation.

Health education that is provided gives effective result, because there is a significant change in young women's knowledge of personal hygiene during menstruation. Moreover, it is recommended to provide regular health counselling in collaboration with local health officials, so those students in boarding schools get a lot of information they can apply when menstruation occurs.

Keywords : *Menstruation, Knowledge, Personal hygiene*
Reference : *10 book (2014-2019)*
8 journal (2016-2020)