



# Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS) : Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat

Unit Pengabdian Masyarakat Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

<https://ejurnal2.poltekkestasikmalaya.ac.id/index.php/emass>

E-ISSN: 2656-0364



## PELATIHAN KONSELOR TEMAN SEBAYA TENTANG PERSONAL HYGIENE MENSTRUASI DI KOTA CIREBON TAHUN 2023

Entin Jubaedah\*<sup>1</sup>, Diyah Sri Yuhandini, Lisnawati

<sup>1,3</sup> Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, Indonesia

<sup>2</sup> Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

\*bidanlisna85@gmail.com

### ABSTRACT

*Based on a preliminary survey at SMP Negeri 4 Cirebon City, health promotion is usually carried out during women's activities using the lecture method without special media. Apart from that, there are still some young women who have complaints around their genitals during menstruation. The aim of this community service activity is to increase knowledge and empower teachers and young women in providing education about menstrual personal hygiene through modules and animated videos. The activity method involves conducting peer counselor training for 3 teachers followed by 5 female student representatives and then continued to 25 female students. Knowledge evaluation is carried out using pretest and posttest questionnaires. The result was that there was an increase in the average value of knowledge about menstrual personal hygiene by 1.25. The results of statistical tests using the Independent T test show a p value of 0.00. Peer counselors using module media and animated videos have an effect on increasing teenagers' knowledge. Peer counseling can be used as an alternative method to provide education to teenagers, especially about menstrual personal hygiene. Peer counseling modules and animated videos can be used as additional references regarding personal menstrual hygiene information.*

*Keywords: Peer Counselor, Personal Hygiene, Menstruasi*

### ABSTRAK

Berdasarkan survey pendahuluan di SMP Negeri 4 Kota Cirebon, promosi kesehatan biasanya dilakukan saat kegiatan keputrian menggunakan metode ceramah tanpa media khusus. Selain itu, masih ada beberapa remaja putri yang memiliki keluhan di sekitar genital saat menstruasi. Tujuan kegiatan pengabmas ini adalah meningkatkan pengetahuan dan memberdayakan guru dan remaja putri dalam memberikan edukasi tentang personal hygiene menstruasi melalui media modul dan video animasi. Metode kegiatan dengan melakukan pelatihan konselor teman sebaya kepada 3 guru dilanjutkan dengan 5 perwakilan siswi dan diteruskan kepada 25 orang siswi. Evaluasi pengetahuan dilakukan dengan menggunakan kuesioner pretest dan posttest. Hasilnya adalah terdapat peningkatan rata-rata nilai pengetahuan tentang personal hygiene menstruasi sebesar 1,25. Hasil uji statistik menggunakan uji T Independen menunjukkan p value 0,00. Konselor teman sebaya menggunakan media modul dan video animasi berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan remaja. Konseling teman sebaya dapat dijadikan sebagai metode alternatif untuk memberikan edukasi pada remaja, khususnya tentang personal hygiene menstruasi. Modul konseling teman

sebaya dan video animasi dapat dijadikan sebagai referensi tambahan tentang informasi personal hygiene menstruasi.

Kata kunci: Konselor Teman Sebaya, Personal Hygiene Menstruasi

## PENDAHULUAN

Angka kejadian akibat Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) di dunia diperkirakan sekitar 2,3 juta pertahun. Dari sekian negara di Asia Tenggara, wanita di negara Indonesia lebih rentan mengalami Infeksi Saluran Reproduksi (ISR) karena dipicu udara yang panas dan lembab (Ningrum, Indriyanti, and Deliana 2018). Sebanyak 37% atau 63 juta dari 255 juta populasi penduduk Indonesia adalah remaja. Ketika memasuki masa pubertas remaja putri akan mengalami menstruasi awal atau yang disebut *menarche* pada rentang usia 10-16 tahun (Riyanti and Legawati 2018). Kesehatan reproduksi remaja tidak sebatas tentang masalah seksualitas, namun juga tentang segala aspek organ reproduksinya. Belajar tentang hygiene menstruasi merupakan aspek penting dari pendidikan kesehatan bagi remaja perempuan. Badan Pusat Statistik (BPS), BAPPENAS dan *United Nation Population Found* (UNFPA) tahun 2010 menyatakan sebagian besar dari 63 juta remaja Indonesia rentan berperilaku tidak sehat selama menstruasi (Sumini Hirdayanti Henaulu 2021).

Pada saat menstruasi risiko terkena infeksi lebih tinggi dari pada saat tidak menstruasi karena saat menstruasi, leher rahim terbuka untuk memungkinkan darah keluar dari tubuh. Hal tersebut dapat menjadi jalur bagi bakteri untuk kembali ke dalam rahim dan rongga panggul (Muthia Adila et al. 2022). Selain itu, PH vagina juga kurang asam pada saat menstruasi yang memungkinkan terjadinya infeksi jamur. Oleh karena itu kebersihan saat menstruasi perlu diperhatikan dengan baik (Deswani, Djuwitaningsih, and Desmarnita 2021). Metode promosi kesehatan yang tepat dalam pelaksanaan dan penerapan merupakan langkah yang strategis dalam meningkatkan derajat kesehatan. Teman sebaya masih menjadi pihak yang nyaman bagi remaja untuk berdiskusi terkait kesehatan reproduksi yang dialaminya (Rohmah 2021). Upaya pembinaan ketahanan remaja yang dikembangkan dalam rangka meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku positif remaja tentang kesehatan dan kesehatan reproduksi serta penyiapan kehidupan berkeluarga. Pembinaan Ketahanan Remaja dilaksanakan melalui pendekatan langsung kepada remaja. Pendekatan kepada remaja dilaksanakan dengan mencetak pendidik sebaya dan konselor sebaya (*peer group*) yang ditempatkan di jalur pendidikan salah satunya di sekolah (Nugraheni 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan di SMP Negeri 4 Kota Cirebon, menunjukkan bahwa beberapa remaja putri yang memiliki keluhan di sekitar genital saat menstruasi. Kegiatan promosi kesehatan biasanya dilakukan saat kegiatan keputrian menggunakan metode ceramah tanpa media khusus dan belum menggunakan metode konselor teman sebaya.

## METODE

Pelaksanaan pemberdayaan remaja melalui pelatihan konselor teman sebaya tentang *personal hygiene* menstruasi melalui rangkaian pelatihan dari tim pengabdian kepada 3 guru Bimbingan dan Konseling (BK). Selanjutnya guru BK melatih 5 orang siswi terpilih sebagai konselor teman sebaya yang nantinya menjadi konselor bagi teman sebaya yang berjumlah 25 siswi. Dilakukan sebanyak 3 kali pertemuan dengan menggunakan media laptop, *handphone*, video animasi tentang *personal hygiene* dan *power point* tentang edukasi teman sebaya, kuesioner pretest dan posttest serta alat tulis. Evaluasi kegiatan menggunakan instrument yang dibuat oleh tim pengabdian. Kuesioner yang terdiri dari 13 pertanyaan dengan total nilai benar adalah 11 dan 2 poin merupakan nilai kualitatif,

yang dibuat berdasarkan materi edukasi tentang *personal hygiene*. Berdasarkan Arikunto (2013) interpretasi hasilnya adalah: Baik, bila mampu menjawab benar 76-100%, Cukup, bila mampu menjawab benar 56-75%, dan Kurang, bila mampu menjawab benar < 55%

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Pertemuan Pertama

Responden pada kegiatan ini adalah 3 orang guru bagian Bimbingan dan Konseling.

**Tabel 1 Hasil kuesioner pretest (Guru BK)**

Responden	SOAL													Nilai Total	Nilai (%)
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
R1	ya	0	Ya	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	8	73
R2	ya	1	Ya	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	10	91
R3	Tidak	0	Tidak	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	8	73

Keterangan: 1= jawaban benar, 0=jawaban salah

**Tabel 2 Hasil kuesioner posttest (Guru BK)**

Responden	SOAL													Nilai Total	Nilai (%)
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
R1	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	100
R2	ya	1	ya	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	10	91
R3	ya	1	ya	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9	82

Berdasarkan tabel 1 dan 2, diketahui bahwa terdapat peningkatan nilai pengetahuan sesudah dilakukan edukasi tentang *personal hygiene* menstruasi. Dua orang responden mengalami peningkatan pengetahuan dari 73% menjadi 100%, dan 73% menjadi 82%. Sedangkan 1 orang responden memiliki nilai pengetahuan yang tetap. Hasil pengisian kuesioner seluruhnya (100%) berada pada kategori pengetahuan baik.

### Pertemuan Kedua

Responden pada kegiatan ini adalah 5 orang perwakilan siswi yang akan dilatih menjadi konselor teman sebaya untuk memberikan konseling tentang *personal hygiene*.

**Tabel 3 Hasil kuesioner pretest pada calon konselor**

Kode Responden	SOAL													Nilai Total	Nilai (%)
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
A	tidak	1	tidak	1	1	0	1	0	1	0	0	1	0	6	55
B	ya	1	ya	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	9	82
C	tidak	1	ya	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	8	73
D	tidak	1	tidak	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	10	91
E	Ya	1	tidak	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	100

Keterangan: 1= jawaban benar, 0=jawaban salah

**Tabel 4 Hasil kuesioner posttest pada calon konselor**

Kode Responden	SOAL													Nilai Total	Nilai (%)
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
A	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	100
B	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	10	91
C	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	10	91
D	ya	1	ya	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	91
E	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	100

Keterangan: 1= jawaban benar, 0=jawaban salah

Berdasarkan tabel 3 dan 4, diketahui bahwa seluruh responden mengalami peningkatan pengetahuan sesudah diberikan edukasi tentang *personal hygiene* sebanyak 100%, dengan kategori hasil pengetahuan baik.

**Pertemuan Ketiga**

Responden pada kegiatan ini adalah 25 orang siswa perwakilan dari masing- masing kelas.

**Tabel 5 Hasil kuesioner pretest pada konselee**

Kode Responden	SOAL													Nilai Total	Nilai (%)
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
1	tidak	1	tidak	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	10	91
2	tidak	0	tidak	1	1	1	1	0	1	1	0	0	0	6	55
3	tidak	1	tidak	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	7	64
4	tidak	1	tidak	0	1	1	1	0	1	0	0	1	0	6	55
5	tidak	0	tidak	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	7	64
6	tidak	1	tidak	0	1	1	1	1	1	0	0	0	1	7	64
7	tidak	1	tidak	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	10	91
8	tidak	1	tidak	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	91
9	tidak	1	Ya	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	9	82
10	tidak	1	tidak	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	9	82
11	tidak	1	tidak	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	9	82
12	tidak	1	tidak	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	9	82
13	tidak	1	tidak	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	91
14	tidak	1	tidak	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	6	55
15	tidak	1	tidak	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	91
16	tidak	1	tidak	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	9	82
17	tidak	1	tidak	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	9	82
18	tidak	1	tidak	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	9	82
19	tidak	1	tidak	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	9	82
20	tidak	1	tidak	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	9	82
21	tidak	1	tidak	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	7	64
22	tidak	1	tidak	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	6	55
23	tidak	1	tidak	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	9	82
24	tidak	1	tidak	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	9	82
25	tidak	1	tidak	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	9	82

Keterangan: 1= jawaban benar, 0=jawaban salah

Berdasarkan tabel 5, menunjukkan bahwa 8 konselee (32%) berada pada kategori pengetahuan cukup, sedangkan 17 orang konselee (68%) berada pada kategori pengetahuan baik. Rentang persentase nilai adalah 55-91% menjawab benar.

**Tabel 6 Hasil kuesioner posttest pada Konselee**

Kode Responden	SOAL													Nilai Total	Nilai (%)
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13		
1	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	100
2	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	9	82
3	ya	1	ya	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	10	91
4	ya	1	ya	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	8	73
5	ya	0	ya	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	9	82
6	ya	1	ya	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	91
7	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	100
8	ya	1	ya	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	91
9	ya	0	ya	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	7	64

10	ya	1	ya	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10	91
11	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	10	91
12	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	100
13	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	100
14	ya	1	ya	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	8	73
15	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	100
16	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	10	91
17	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	10	91
18	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	10	91
19	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	10	91
20	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	9	82
21	ya	1	ya	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9	82
22	ya	1	ya	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	8	73
23	ya	1	ya	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	9	82
24	ya	1	ya	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9	82
25	ya	1	ya	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	9	82

Keterangan: 1=jawaban benar, 0=jawaban salah

Berdasarkan tabel 5 dan tabel 6, menunjukkan bahwa 4 orang konselee (16%) berada pada kategori pengetahuan cukup, dan 21 orang konselee (84%) ada pada kategori pengetahuan baik. Rentang persentase nilai adalah 64-100% menjawab benar. Berdasarkan tabel 8 dan 9, diketahui bahwa terdapat peningkatan nilai pengetahuan setelah diberikan edukasi tentang personal hygiene menstruasi. Berikut adalah hasil analisisnya dengan menggunakan uji T independen:

**Tabel 7 Hasil analisis**

Variabel	Mean	Standar Deviasi (SD)	Standar Error (SE)	P value	n
Pengetahuan					
Pre test	8,48	1,44	0,25	0,000	33
Post test	9,73	1,04	0,18		

Berdasarkan tabel 7, diketahui bahwa terdapat peningkatan rata-rata nilai pengetahuan setelah diberikan konseling tentang *personal hygiene* sebesar 1,25. Hasil uji statistik menunjukkan *p value* 0,000 maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan signifikan antara pengetahuan pretest dan posttest. Hal ini sehalan dengan hasil komunikasi interpersonal konselor teman sebaya berpengaruh terhadap perilaku personal hygiene (Efendi 2019). Hal senada juga didapatkan dari penelitian bahwa ada hubungan dukungan teman sebaya dengan praktik menstrual hygiene pada remaja (Wulandari and Saparwati 2020). Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak sejalan dengan hasil penelitian tentang perbedaan pengetahuan, sikap, sumber informasi dan faktor lainnya pada pesonal hygiene saat menstruasi dengan hasil tidak ada perbedaan peran teman sebaya pada perilaku personal hygiene saat menstruasi (Wardani and Nurulicha 2019).

## SIMPULAN

1. Terdapat peningkatan nilai rata-rata pengetahuan responden tentang *personal hygiene* menstruasi
2. Konselor teman sebaya berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan remaja tentang *personal hygiene* menstruasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Deswani, Sri Djuwitaningsih, and Ulty Desmarnita. 2021. 3 Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Jakarta III *Penguatan Peran Serta Remaja Dalam Penggunaan Buku KMS Remaja Dan Buku Panduan Sehat Dan Bersih Selama Menstruasi Melalui Konseling Sebaya (KTS) Di SMK PGRI 16 CIPAYUNG 2021.*
- Efendi, Rhiana Mahar Kusuma. 2019. "Komunikasi Interpersonal Konselor Sebaya Pada Konseling Program Kesehatan Reproduksi Remaja Di Pusat Informasi Dan Konseling (PIK) Remaja Sakura Pringsewu." *Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung* 224(11): 122-30.
- Muthia Adila, Amira et al. 2022. "Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Teman Sebaya Terhadap Upaya Pencegahan Anemia Saat Menstruasi Pada Remaja." *Jurnal Kesehatan Reproduksi* 13(1): 39-46.
- Ningrum, Meika Ayu Cahya, Dyah Rini Indriyanti, and Sri Maryati Deliana. 2018. *PENGARUH PENGETAHUAN, SIKAP, DUKUNGAN KELUARGA DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA TERHADAP PERILAKU HYGIENE MENSTRUASI REMAJA PUTRI.* Semarang.
- Nugraheni, Dinta Yolinda. 2018. 53 Program studi Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun *Pengaruh Peer Group Education Terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Siswi Di SMP Negeri 2 Dagangan Kabupaten Madiun.*
- Riyanti, Riyanti, and Legawati Legawati. 2018. "Pendampingan Konselor Sebaya Dalam Pencegahan Anemia Remaja Putri." *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat* 3(1): 62-68.
- Rohmah, Chumairoh Miftachur. 2021. *Pengaruh Peer Group Counselor Terhadap Personal References, Thought & Feeling Pelaksanaan Thaharah (Personal Hygiene) Menstruasi Pada Santriwati Di PONPES Al-Itqon Semarang.*
- Sumini Hirdayanti Henaulu. 2021. Universitas Aisyiyah Yogyakarta *Literatur Review Gambaran Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Pada Remaja Usia.*
- Wardani, Siti Pangarsi Dyah Kusuma, and Nurulicha. 2019. "Perbedaan Pengetahuan, Sikap, Sumber Informasi Dan Faktor Lainnya Pada Pesonal Hygiene Saat Menstruasi." *Jurnal Kesehatan dan Kebidanan* 8(1): 1-13.
- Wulandari, Puspa Siswi, and Mona Saparwati. 2020. "Hubungan Dukungan Teman Sebaya Dengan Praktik Menstrual Hygiene Pada Remaja." : 92-98.