



Gambaran Tingkat Pengetahuan Perilaku *Vulva Hygiene* pada Remaja Putri Selama Menstruasi di Smp Negeri 2 Gamping Tahun 2025

Mida Mukaromah¹, Sulis Puspito Rini², Rani Ayu Hapsari³

^{1,2,3}Program Studi Diploma III Kebidanan, Politeknik Kesehatan Ummi Khasanah, Yogyakarta, Indonesia

Email : midamukaromah11@gmail.com

Article Info

Article history:

Received September 05, 2025

Revised September 06, 2025

Accepted September 08, 2025

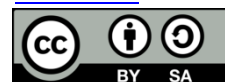
Keywords:

Knowledge, Vulva Hygiene, Menstruation, Adolescent Girls

ABSTRACT

Reproductive organ hygiene, particularly vulva hygiene during menstruation, is an important factor in maintaining the health of adolescent girls. WHO data indicate that more than 50% of women worldwide still practice poor hygiene during menstruation, while in Indonesia around 63 million adolescents face inadequate menstrual hygiene practices, which may lead to vaginal discharge, urinary tract infections, and even cervical cancer. A preliminary survey at SMP Negeri 2 Gamping revealed that most students had not yet understood proper vulva hygiene, with 80% using sanitary pads incorrectly and 60% practicing improper genital cleaning. This study aimed to describe the level of knowledge of adolescent girls regarding vulva hygiene behavior during menstruation among eighth-grade students of SMP Negeri 2 Gamping in 2025 using a descriptive quantitative design with a cross-sectional approach. The study population consisted of 110 students, with 30 respondents selected through simple random sampling. The instrument was a closed-ended questionnaire comprising 25 true-false items distributed via Google Form, and the data were analyzed univariately using frequency distribution and percentages. The results showed that most respondents were 14 years old (76.7%) and experienced menarche after the age of 12 (63.3%), while knowledge levels about vulva hygiene during menstruation were mostly in the good category with 27 students (90.0%), followed by 2 students (6.7%) in the fair category, and 1 student (3.3%) in the poor category. It can be concluded that adolescent girls at SMP Negeri 2 Gamping generally have a good level of knowledge regarding vulva hygiene during menstruation.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Article Info

Article history:

Received September 05, 2025

Revised September 06, 2025

Accepted September 08, 2025

Kata Kunci :

Pengetahuan, Vulva Hygiene, Menstruasi, Remaja Putri

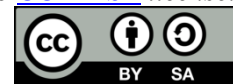
ABSTRAK

Kebersihan organ reproduksi, khususnya *vulva hygiene* selama menstruasi, merupakan faktor penting dalam menjaga kesehatan remaja putri. Data WHO melaporkan lebih dari 50% perempuan di dunia masih memiliki kebiasaan yang buruk saat menstruasi, sedangkan di Indonesia sekitar 63 juta remaja menghadapi praktik kebersihan menstruasi yang kurang memadai sehingga berpotensi menimbulkan keputihan, infeksi saluran kemih, hingga kanker serviks. Hasil survei awal di SMP Negeri 2 Gamping menunjukkan sebagian besar siswi belum memahami *vulva hygiene* dengan benar, ditandai 80% penggunaan pembalut yang tidak tepat dan 60% cara pembersihan genitalia yang keliru. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat pengetahuan remaja putri tentang perilaku



vulva hygiene selama menstruasi di SMP Negeri 2 Gamping kelas VIII tahun 2025 menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah 110 siswi kelas VIII, dengan sampel 30 responden yang dipilih melalui simple random sampling. Instrumen berupa kuesioner tertutup berjumlah 25 item dalam bentuk benar-salah melalui Google Form, kemudian dianalisis secara univariat dengan distribusi frekuensi dan persentase. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden berusia 14 tahun (76,7%) dan mengalami *menarche* pada usia >12 tahun (63,3%), serta tingkat pengetahuan mengenai *vulva hygiene* selama menstruasi sebagian besar berada pada kategori baik yaitu 27 siswi (90,0%), 2 siswi (6,7%) kategori cukup, dan 1 siswi (3,3%) kategori kurang. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa remaja putri SMP Negeri 2 Gamping memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai *vulva hygiene* saat menstruasi.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Corresponding Author:

Mida Mukaromah

Politeknik Kesehatan Ummi Khasanah

E-mail: midamukaromah11@gmail.com

PENDAHULUAN

Menurut WHO, praktik kebersihan *vulva hygiene* yang buruk selama menstruasi masih banyak terjadi di seluruh dunia, dengan lebih dari setengah perempuan melakukannya tanpa disadari. Data layanan kesehatan tahun 2019 menunjukkan prevalensi kebersihan menstruasi yang rendah pada remaja, yaitu 30,3% di Jakarta, 13,2% di Kota Yogyakarta, 12,1% di Nusa Tenggara Barat, 8,9% di Nusa Tenggara Timur, dan 2,0% di Bengkulu (Azhaar, 2024). Kementerian Kesehatan Indonesia melaporkan sekitar 5,2 juta remaja putri mengalami gangguan setelah menstruasi akibat perilaku kebersihan yang tidak memadai, seperti gatal pada area genital. Dari total 69,4 juta remaja di Indonesia, 63 juta di antaranya diketahui memiliki kebiasaan kebersihan menstruasi yang buruk. Faktor penyebabnya adalah lingkungan yang kurang sehat (30%) serta penggunaan pembalut yang tidak tepat (70%) (Susan et al., 2024).

Sebanyak 72,81% remaja putri di Indonesia sudah mengalami menstruasi dengan rata-rata usia *menarche* 12,45 tahun. Normalnya *menarche* terjadi pada usia 12–13 tahun, namun saat ini semakin banyak anak usia sekolah dasar yang mengalaminya lebih awal, yakni 9–11 tahun (Riandiani et al., 2024). Data kependudukan DIY tahun 2021 menunjukkan jumlah penduduk perempuan terbesar berada di Kabupaten Sleman, yaitu 549.282 jiwa (50,48%), dan sebagian besar remaja putri usia 10–14 tahun menghadapi masalah kesehatan reproduksi (Rahayu & Lutfiyati, 2022).

Masa remaja merupakan periode transisi yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, psikologis, dan sosial. Menstruasi sebagai proses fisiologis alami membuat organ reproduksi, khususnya *vulva*, lebih rentan terhadap infeksi. Oleh karena itu, perilaku *vulva hygiene* seperti membersihkan area genital dengan air bersih, tidak menggunakan antiseptik, mengeringkan dengan handuk atau tisu pribadi, mencuci tangan sebelum membersihkan areaewanitaan, serta mengganti pembalut secara rutin sangat penting dilakukan (Dahlan, 2021; Ana Fitria et al., 2024).



Beberapa penelitian menunjukkan rendahnya pengetahuan remaja putri tentang *vulva hygiene*. Cahyaningtyas (2019) menyatakan bahwa minimnya pemahaman membuat remaja cenderung terus menerapkan kebiasaan yang salah. Pengetahuan merupakan hasil proses kognitif yang dipengaruhi pengalaman dan lingkungan, yang selanjutnya membentuk perilaku (Aidina et al., 2022). Aini & Puspitasari (2024) menambahkan bahwa kurangnya pemahaman mengenai menstruasi berdampak negatif pada kesehatan wanita, sehingga perlu adanya pendidikan dan pelatihan tentang kebersihan menstruasi. Akibat mengabaikan kebersihan ini, remaja putri berisiko mengalami keputihan, infeksi saluran kemih, kanker serviks, dan masalah reproduksi lainnya.

Hanifah (2022) melaporkan bahwa kasus infeksi saluran reproduksi di Indonesia masih tinggi karena keterbatasan informasi mengenai *vulva hygiene*. Banyak remaja menganggap pembahasan kebersihan areaewanitaan sebagai hal tabu, padahal perilaku kebersihan yang tepat sangat berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi. Penggunaan pembalut yang tidak sesuai dan kurangnya pembersihan vulva selama menstruasi menyumbang 70% dari praktik kebersihan yang buruk, sementara faktor lingkungan menyumbang 30% (Aidina et al., 2022). Kondisi ini menunjukkan pentingnya pemberian edukasi tentang *vulva hygiene* pada remaja putri usia sekolah, karena kurangnya pengetahuan dapat menimbulkan berbagai gangguan kesehatan (Sunirah et al., 2024).

Studi pendahuluan di SMP Negeri 2 Gamping pada Januari 2025 menemukan bahwa dari 10 siswi kelas VIII, sebanyak 8 orang (80%) mengalami gatal pada area genital saat menstruasi, 6 orang (60%) masih salah dalam membersihkan areaewanitaan, dan 8 orang (80%) menggunakan pembalut dengan cara yang kurang tepat. Selain itu, 7 siswi (70%) juga belum melakukan perilaku *vulva hygiene* sesuai anjuran. Hasil wawancara dengan pihak sekolah menunjukkan belum adanya program penyuluhan kesehatan reproduksi bagi remaja putri. Berdasarkan temuan tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang gambaran tingkat pengetahuan perilaku *vulva hygiene* pada remaja putri selama menstruasi di SMP Negeri 2 Gamping kelas VIII tahun 2025.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* yang dilaksanakan di SMP Negeri 2 Gamping, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta pada bulan Agustus 2025. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas VIII sebanyak 110 orang dengan sampel 30 responden yang dipilih menggunakan simple random sampling, dengan kriteria inklusi remaja putri berusia 13–15 tahun yang sudah menstruasi dan kriteria eksklusi siswi yang tidak hadir atau menolak menjadi responden. Variabel yang diteliti adalah tingkat pengetahuan remaja putri mengenai perilaku *vulva hygiene* selama menstruasi, diukur menggunakan kuesioner tertutup berjumlah 25 item pernyataan benar–salah melalui Google Form. Penilaian dilakukan dengan memberi skor 1 pada jawaban benar di pernyataan positif atau salah di pernyataan negatif, sedangkan jawaban sebaliknya diberi skor 0, kemudian hasil dikategorikan menjadi baik (76–100%), cukup (56–75%), dan kurang ($\leq 55\%$). Data dianalisis secara univariat menggunakan distribusi frekuensi dan persentase dengan bantuan program SPSS, serta penelitian ini telah memenuhi prinsip etik berupa informed consent, anonymity, confidentiality, dan memperoleh ethical clearance dari Komite Etik Penelitian Universitas Jenderal Ahmad Yani Yogyakarta dengan nomor surat No. Skep/562/KEP/VIII/2025.



HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

1. Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi frekuensi karakteristik responden

No	Karakteristik	f	%
1.	Usia		
	13 tahun	6	20,0
	14 tahun	23	76,7
	15 tahun	1	3,3
	Total	30	100
2.	Usia <i>Menarche</i>		
	< 12 tahun	11	36,7
	> 12 tahun	19	63,3
	Total	30	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa responden berusia 14 tahun sebanyak 23 siswi (76,7%) dan responden mengalami *menarche* pada usia > 12 tahun sebanyak 19 orang (63,3%).

2. Pengetahuan tentang Vulva Hygiene

Tabel 2 Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan tentang *vulva hygiene* saat menstruasi pada remaja putri di SMP N 2 Gamping.

Pengetahuan	f	%
Baik	27	90,0
Cukup	2	6,7
Kurang	1	3,3
Total	30	100

Berdasarkan Tabel 2, diketahui bahwa tingkat pengetahuan remaja putri di SMP Negeri 2 Gamping mengenai *vulva hygiene* saat menstruasi sebagian besar berada pada kategori baik, yaitu sebanyak 27 responden (90,0%). Hasil ini berbeda dengan studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 siswi, dimana 8 responden (80%) memiliki tingkat pengetahuan kurang. Pada penelitian ini, dari 30 responden hanya 2 orang (6,7%) yang berada pada kategori cukup dan 1 orang (3,3%) pada kategori kurang. Pengumpulan data dilakukan tanpa adanya penyuluhan atau pendidikan kesehatan sebelumnya, sehingga hasil penelitian mencerminkan kondisi pengetahuan responden yang sebenarnya. Dengan demikian, temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri di SMP Negeri 2 Gamping telah memiliki pemahaman yang baik mengenai *vulva hygiene* selama menstruasi.

B. PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan di SMP N 2 Gamping dengan populasi yang diambil seluruh siswi kelas VIII SMP N 2 Gamping dengan jumlah sampel 30 Siswi.

1) Karakteristik Responden

a) Usia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 14 tahun, yang termasuk dalam kategori remaja awal. Masa ini merupakan periode penting dalam perkembangan reproduksi, dimana remaja mulai memahami serta menerima informasi terkait kesehatan reproduksi. Astari (2023) menyatakan bahwa semakin bertambah usia, kematangan berpikir dan penerimaan informasi akan semakin baik sehingga memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang.



Temuan ini sejalan dengan penelitian Dini Rahmasari (2019) yang melaporkan sebagian besar responden berada pada rentang usia 13–15 tahun, yaitu masa pubertas yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang signifikan (Syurinda, 2021). Hasil penelitian Luthfiana (2019) juga mendukung temuan ini, dimana mayoritas responden berada pada usia 13–14 tahun sebagai masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, dengan distribusi usia 13 tahun sebanyak 6 orang (20,0%), 14 tahun sebanyak 23 orang (76,7%), dan 15 tahun sebanyak 1 orang (3,3%)

b) Usia Menarche

Karakteristik responden berdasarkan usia menarche menunjukkan bahwa sebagian besar siswi mengalami menarche pada usia >12 tahun yaitu sebanyak 19 orang (63,3%) (Riandiani et al., 2024). *Menarche* umumnya terjadi pada usia 11–14 tahun, namun pada kondisi tertentu dapat muncul lebih cepat, bahkan sejak usia 9 tahun. Perbedaan usia *menarche* dipengaruhi oleh faktor internal seperti genetik, serta faktor eksternal seperti pola makan, gaya hidup, dan status gizi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Dwi Irianti et al. (2021) yang melaporkan bahwa 36,7% responden mengalami menarche pada usia 11 tahun, sedangkan 63,3% lainnya pada usia >12 tahun.

2) Tingkat Pengetahuan tentang *Vulva Hygiene*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan baik mengenai *vulva hygiene* saat menstruasi, yaitu 27 siswi (90,0%), sedangkan 2 siswi (6,7%) berada pada kategori cukup dan 1 siswi (3,3%) kategori kurang. Hal ini menunjukkan bahwa remaja putri di SMP Negeri 2 Gamping pada umumnya telah memahami pentingnya menjaga kebersihan organ reproduksi saat menstruasi. Pengetahuan yang baik merupakan faktor penting dalam pembentukan perilaku, karena perilaku dipengaruhi oleh pengalaman dan tingkat pemahaman individu (Insani et al., 2024).

Hasil penelitian ini sejalan dengan Yuliana (2019) menjelaskan bahwa sebagian besar remaja putri dengan pengetahuan baik juga rutin melakukan *vulva hygiene* setiap hari untuk menjaga kesehatan reproduksi. Tingkat pengetahuan dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya pendidikan, usia, pengalaman, sumber informasi, minat, dan lingkungan. Responden penelitian ini termasuk kelompok pra-remaja (11–14 tahun) yang masih mengalami dinamika dalam hubungan dengan orang tua maupun lingkungan, namun seiring bertambahnya usia, kematangan berpikir akan semakin meningkat (Astari, 2023). Pengetahuan yang ditanamkan sejak dini, baik melalui orang tua maupun guru, berperan penting dalam membentuk kebiasaan sehat, sementara kurangnya informasi dapat berdampak pada ketidakpahaman remaja putri dalam menjaga kebersihan saat menstruasi (Maharani et al., 2023).

KESIMPULAN

Penelitian pada 30 siswi kelas VIII SMP Negeri 2 Gamping menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 14 tahun (76,7%) dengan usia menarche >12 tahun (63,3%). Tingkat pengetahuan mengenai *vulva hygiene* saat menstruasi mayoritas berada pada kategori baik (90,0%), sedangkan 6,7% berada pada kategori cukup dan 3,3% kategori kurang. Hasil ini menunjukkan bahwa remaja putri di SMP Negeri 2 Gamping umumnya memiliki pengetahuan yang baik mengenai *vulva hygiene* saat menstruasi. Temuan ini diharapkan dapat menjadi



informasi bagi responden untuk meningkatkan pengetahuan, bagi sekolah sebagai bahan pertimbangan dalam edukasi kesehatan reproduksi, bagi institusi pendidikan sebagai literatur tambahan, serta bagi peneliti selanjutnya sebagai referensi pengembangan penelitian terkait perilaku *vulva hygiene* pada remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

- Aidina, D., Sihombing, S. F., & Sulistiyawati, T. R. (2022). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi di Wilayah Kerja PMB Suratmi. *Jurnal Zona Kebidanan*, 12(2), 45–54.
- Aini, R. N., & Puspitasari, R. D. (2024). Pengetahuan Remaja Putri tentang Personal Hygiene Menstruasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(1), 15–23.
- Ana Fitria, V., Wahyurianto, Y., & Retna, T. P. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Remaja Putri tentang Personal Hygiene Menstruasi di Poltekkes Kemenkes Surabaya Prodi DIII Keperawatan Tuban. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 2024(5), 908–915. <https://doi.org/10.5281/zenodo.10548350>
- Azhaar, A. (2024). Perilaku Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan*, 5(2), 112–120.
- Cahyaningtyas, A. (2019). Faktor yang Mempengaruhi Personal Hygiene Saat Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(1), 55–63.
- Dahlan, S. (2021). Pentingnya Menjaga Kebersihan Vulva Hygiene pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(2), 77–85.
- Hanifah, N. (2022). Infeksi Saluran Reproduksi akibat Kurangnya Pengetahuan Vulva Hygiene pada Remaja Putri. *Jurnal Bidan*, 8(2), 33–41.
- Rahayu, D., & Lutfiyati, R. (2022). Desain Penelitian Cross Sectional dalam Bidang Kesehatan. *Jurnal Metodologi Penelitian Kesehatan*, 4(1), 25–30.
- Riandiani, F., Sari, M., & Pratiwi, L. (2024). Usia Menarche pada Remaja Putri di Indonesia. *Jurnal Biomedik dan Kesehatan*, 7(1), 45–53.
- Susanti, Y., & Lutfiyati, R. (2020). Menstruasi dan Kesehatan Reproduksi Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Reproduksi*, 11(2), 88–96.
- Susan, H., Putri, A., & Ramadhani, I. (2024). Faktor Lingkungan dan Perilaku dalam Personal Hygiene Remaja Putri Saat Menstruasi. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 15(1), 67–75.
- Sunirah, R., Widyaningsih, W., & Hartati, S. (2024). Pengetahuan Vulva Hygiene Remaja Putri Usia Sekolah. *Jurnal Kebidanan*, 9(1), 101–108