

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

Yth. Responden  
Di tempat

Dengan Hormat,

Dengan ini, saya Qorine Husnul Qothimah mahasiswi Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan. Saat ini saya sedang melakukan penelitian guna menyusun skripsi dengan judul "**Pengaruh *Peer Education* Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Kebersihan Diri Saat Menstruasi**". Penelitian ini dilakukan sebagai syarat untuk menempuh ujian akhir program sarjana keperawatan.

Untuk keperluan ini, saya mohon kesediaan teman-teman untuk menjadi responden dalam penelitian ini dan mengisi kuesioner yang terlampir dengan jujur. Kerahasiaan data teman-teman dalam penelitian ini dapat saya pertanggungjawabkan dengan baik dan hanya digunakan dalam proses penelitian. Partisipasi teman-teman dalam mengisi kuesioner ini merupakan bantuan yang sangat berharga bagi tercapainya keberhasilan penelitian. Atas kesediaan waktu dan kerjasamanya, saya ucapkan terimakasih dan mohon maaf jika terdapat kesalahan di dalam penulisan.

Lampung, 17 Juni 2021

Qorine Husnul Qothimah

LAMPIRAN 3

**LEMBAR PERSETUJUAN (INFORMED CONCENT)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Menyatakan :

BERSEDIA / TIDAK BERSEDIA

Menjadi responden dalam penelitian yang berjudul “**Pengaruh *Peer Education* Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Kebersihan Diri Saat Menstruasi**” oleh Qorine Husnul Qothimah

Saya telah mengerti penjelasan terkait tujuan dan manfaat penelitian yang telah disampaikan oleh peneliti, sehingga keputusan yang saya ambil bebas dari tekanan maupun paksaan dari pihak manapun.

\*coret yang tidak perlu

Lampung, 8 Agustus 2021

( )

## LAMPIRAN 4

### Surat Keterangan Penelitian



**KELURAHAN WONOMARTO**  
**DUSUN WONOASRI**  
Jl. Tirta Shinta Desa Wonomarto Dusun Wonoasri  
Kec. Kotabumi Utara, Lampung Utara

#### SURAT KETERANGAN

Nomor : 001/048/VIII/WM-LU/2021

Dusun Wonoasri, menerangkan bahwa sesungguhnya saudara :

**Yang bertanda tangan di bawah ini :**

Nama : M. Amin Rais  
Jabatan : Kepala Dusun Wonoasri

**Dengan ini menerangkan bahwa :**

Nama : Qorine Husnul Qothimah  
Nim : 20170303035  
Asal : Universitas Esa Unggul  
Prodi : Ilmu Keperawatan  
Fakultas : Ilmu-ilmu Kesehatan

Keterangan : Telah melakukan penelitian dengan menggunakan instrumen kuesioner (angket)

Mahasiswa tersebut telah benar-benar melakukan kegiatan penelitian di Dusun Wonoasri, pada tanggal 30 Juli 2021 s/d 8 Agustus 2021. Dengan judul penelitian :

**“PENGARUH PEER EDUCATION TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG KEBERSIHAN DIRI SAAT MENSTRUASI”**

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenar-benarnya, agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Lampung, 13 Agustus 2021  
Kepala Dusun Wonoasri,



( M. Amin Rais )

**KUESIONER PENELITIAN**  
**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN REPRODUKSI TERHADAP**  
**TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA TENTANG KEBERSIHAN DIRI**  
**SAAT MENSTRUASI**

**I. Kuesioner data demografi**

Jawablah pertanyaan berikut ini dengan sebenar-benarnya dengan tanda *checklist* (✓), apabila menyetujui pernyataan peneliti.

Nama Responden :

No. Responden :

Umur Responden :

Orng tua / Keluarga Media :  Orang Tua  
 Sumber informasi :  Tenaga Kesehatan  
 tentang personal hygiene  Teman  
 saat menstruasi  Media Sosial

**II. Pengetahuan**

1. Menurut anda, apa yang dimaksud dengan *personal hygiene* ?
  - a. Suatu tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik dan psikis
  - b. Menjaga kebersihan diri
  - c. Mencuci tangan sebelum makan
2. Menurut anda, apa yang dimaksud dengan *personal hygiene* pada saat menstruasi ?
  - a. Menjaga kebersihan alat kelamin saat menstruasi
  - b. Menjaga kebersihan pembalut
  - c. Suatu tindakan dan kesehatan kewanitaan seseorang pada saat menstruasi untuk kesejahteraan fisik dan psikis
3. Menurut anda, apakah tujuan dari menjaga kebersihan organ kewanitaan pada saat menstruasi ?
  - a. Untuk menghambat pengeluaran darah haid yang akan keluar
  - b. Menjadi tidak nyaman dan tidak percaya diri
  - c. Untuk pemeliharaan kebersihan dan kesehatan diri yang dilakukan selama masa menstruasi sehingga

meningkatkan kesejahteraan fisik dan psikis serta dapat meningkatkan derajat kesehatan seseorang

4. Menurut anda, untuk membersihkan alat kelamin dan sekitarnya sebaiknya dilakukan pada saat ?
  - a. Setiap setelah BAK,BAB, dan pada saat mandi
  - b. Setiap saat
  - c. Setiap bangun tidur
5. Menurut anda, membersihkan anus sebelum membersihkan alat kelamin ke arah belakang menggunakan sabun bertujuan untuk.. ?
  - a. Mencegah lecet
  - b. Mencegah bau
  - c. Mencegah bakteri terbawa ke alat kelamin
6. Menurut saudara, apa yang sebaiknya dilakukan pertama kali sebelum mencuci alat kelamin ?
  - a. Mencuci tangan
  - b. Langsung membasuh alat kelamin
  - c. Tidak melakukan apa-apa
7. Menurut saudara, Apa yang terjadi jika alat kelamin lembab ?
  - a. Pertumbuhan bakteri dan jamur
  - b. Perdarahan alat kelamin
  - c. Kerusakan alat kelamin atau lecet pada alat kelamin
8. Menurut saudara, apakah yang dimaksud dengan pembalut wanita itu ?
  - a. Perangkat yang digunakan oleh wanita disaat menstruasi, ini berfungsi untuk menyerap darah dari vagina supaya tidak meleleh kemana-mana
  - b. Perangkat serbaguna
  - c. Perangkat yang digunakan oleh wanita setiap hari
9. Menurut saudara, apa yang terjadi jika tidak sering mengganti pembalut saat menstruasi ?
  - a. Bakteri akan dapat berkembang biak divagina
  - b. Bakteri mudah berkembang biak kedalam vagina dan menyebabkan infeksi
  - c. Bakteri akan mati saat berada ddivagina
10. Menurut anda, apa dampak pemakaian pembalut yang tidak baik bagi kesehatan yang anda ketahui ?
  - a. Menyebabkan kanker rahim,infeksi, gatal-gatal
  - b. Gangguan alat reproduksi
  - c. Tidak ada dampaknya
11. Menurut saudara, berapa kali harus mengganti pembalut dalam sehari ?
  - a. Satu kali sehari
  - b. Dua kali sehari
  - c. Setiap empat jam sekali
12. Menurut saudara, bagaimana arah membersihkan area kewanitaan yang benar ?

- a. Dari belakang kedepan
  - b. Memutar
  - c. Dari depan kebelakang
13. Menurut anda, bagaimana cara membersihkan daerah kewanitaan yang benar ?
- a. Dengan menggunakan cairan antiseptik pembersih kewanitaan
  - b. Menggunakan air bersih yang mengalir saja
  - c. Menggunakan air yang keruh
14. Celana dalam yang seperti apa yang baik digunakan saat menstruasi ?
- a. Yang ketat
  - b. Tidak menyerap keringat
  - c. Yang terbuat dari katun dan tidak ketat
15. Apa saja yang harus diperhatikan dalam memelihara daerah kewanitaan
- a. Cara membersihkan organ kewanitaan dan air untuk membersihkan organ kewanitaan
  - b. Cara membersihkan organ kewanitaan, pembalut selama menstrusasi, dan kebersihan pakaian dalam
  - c. Cara membersihkan organ kewanitaan, cairan pembersih kewanitaan, dan pentiliner
16. Menurut anda, apa yang harus dilakukan setelah membersihkan area kewanitaan ?
- a. Mengeringkan kemaluan dan sekitarnya dengan handuk/tisu
  - b. Langsung memakai celana dalam saat kemaluan masih basah
  - c. Tidak usah memakai celana dalam dahulu saat kemaluan basah, menunggu agar kemaluan kering sendiri
17. Apa yang terjadi pada vagina jika sering dibersihkan dengan cairan pembersih vagina/air sirih ?
- a. Bertambah wangi dan bersih
  - b. Ph terganggu
  - c. Alat kelamin akan terasa lebih bersih

**MASTER TABLE****Tabulasi Jawaban Responden Pengetahuan**

inisial nama Responden	Umur Responden	Sumber Informasi tentang personal hygiene saat menstruasi	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17
<b>Yuli</b>	15	Media	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>F</b>	14	Media	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>NA</b>	18	orang tua	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1
<b>B</b>	15	orang tua	0	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1
<b>Ay</b>	16	Media	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
<b>ivnny</b>	17	Teman	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0
<b>Tlr</b>	14	Teman	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1
<b>np</b>	18	Teman	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0
<b>N</b>	18	orang tua	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0
<b>TZ</b>	14	Media	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Nid</b>	17	Media	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
<b>ATH</b>	18	orang tua	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>RK</b>	18	Teman	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<b>Del</b>	16	Teman	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0
<b>Dy</b>	15	orang tua	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1
<b>ABS</b>	14	Media	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	1	1	0
<b>AAW</b>	14	Media	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0
<b>R</b>	17	Media	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1
<b>IKN</b>	15	Media	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

<b>AO</b>	16	Media	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0
<b>Dal</b>	17	Teman	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
<b>Sady</b>	14	Teman	0	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0
<b>AGT</b>	15	Teman	0	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1
<b>KS</b>	14	Teman	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0



LAMPIRAN 7

HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS UJI VALIDITAS

Correlations

		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	Total_Pengetahuan
P1	Pearson Correlation	1	.564*	.739**	.452	.564*	.533*	.492	.431	.533*	.431	.533*	.533*	.431	.492	.829**	.213	.431	.710**
	Sig. (2-tailed)		.029	.002	.091	.029	.041	.062	.109	.041	.109	.041	.041	.109	.062	.000	.446	.109	.003
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
P2	Pearson Correlation	.564*	1	.491	.468	.732**	.378	.600*	.491	.661**	.491	.378	.661**	.491	.600*	.468	.378	.764**	.752**
	Sig. (2-tailed)	.029		.063	.079	.002	.165	.018	.063	.007	.063	.165	.007	.063	.018	.079	.165	.001	.001
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15

	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
P3	Pearson Correlation	.739*	.491	1	.612*	.491	.577*	.389	.444	.577*	.444	.289	.577*	.444	.389	.612*	.289	.444	.681**



	Sig. (2-tailed)	.002	.063		.015	.063	.024	.152	.097	.024	.097	.297	.024	.097	.152	.015	.297	.097	.005
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
P4	Pearson Correlation	.452	.468	.612*	1	.468	.707*	.408	.612*	.707**	.612*	.354	.707**	.612*	.408	.583*	.707**	.612*	.774**
	Sig. (2-tailed)	.091	.079	.015		.079	.003	.131	.015	.003	.015	.196	.003	.015	.131	.022	.003	.015	.001
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
P5	Pearson Correlation	.564*	.732**	.491	.468	1	.378	.600*	.764*	.378	.764**	.378	.378	.491	.873**	.468	.094	.491	.730**
	Sig. (2-tailed)	.029	.002	.063	.079		.165	.018	.001	.165	.001	.165	.165	.063	.000	.079	.738	.063	.002
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
P6	Pearson Correlation	.533*	.378	.577*	.707**	.378	1	.577*	.577*	.700**	.577*	.700**	.700**	.866**	.577*	.707**	.700**	.577*	.838**

Sig. (2-tailed)	.041	.165	.024	.003	.165		.024	.024	.004	.024	.004	.004	.000	.024	.003	.004	.024	.000
N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15



P7	Pearson Correlation	.492	.600*	.389	.408	.600*	.577*	1	.389	.577*	.667*	.577*	.577*	.389	.722*	.408	.577*	.667*	.753**
	Sig. (2-tailed)	.062	.018	.152	.131	.018	.024		.152	.024	.007	.024	.024	.152	.002	.131	.024	.007	.001
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
P8	Pearson Correlation	.431	.491	.444	.612*	.764**	.577*	.389	1	.577*	.722*	.289	.577*	.722*	.667*	.612*	.289	.444	.748**
	Sig. (2-tailed)	.109	.063	.097	.015	.001	.024	.152		.024	.002	.297	.024	.002	.007	.015	.297	.097	.001
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
P9	Pearson Correlation	.533*	.661*	.577*	.707**	.378	.700*	.577*	.577*	1	.577*	.400	1.000**	.577*	.289	.707**	.700*	.866*	.838**
	Sig. (2-tailed)	.041	.007	.024	.003	.165	.004	.024	.024		.024	.140	.000	.024	.297	.003	.004	.000	.000
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15

P10	Pearson Correlation	.431	.491	.444	.612*	.764**	.577*	.667*	.722*	.577*	1	.577*	.577*	.444	.667*	.612*	.289	.722*	.793**
	Sig. (2-tailed)	.109	.063	.097	.015	.001	.024	.007	.002	.024		.024	.024	.097	.007	.015	.297	.002	.000



	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
P11	Pearson Correlation	.533*	.378	.289	.354	.378	.700*	.577*	.289	.400	.577*	1	.400	.577*	.577*	.707**	.400	.577*	.675**
	Sig. (2-tailed)	.041	.165	.297	.196	.165	.004	.024	.297	.140	.024		.140	.024	.024	.003	.140	.024	.006
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
P12	Pearson Correlation	.533*	.661**	.577*	.707**	.378	.700*	.577*	.577*	1.000**	.577*	.400	1	.577*	.289	.707**	.700*	.866*	.838**
	Sig. (2-tailed)	.041	.007	.024	.003	.165	.004	.024	.024	.000	.024	.140		.024	.297	.003	.004	.000	.000
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
P13	Pearson Correlation	.431	.491	.444	.612*	.491	.866*	.389	.722*	.577*	.444	.577*	1	.667*	.612*	.577*	.444	.771**	
	Sig. (2-tailed)	.109	.063	.097	.015	.063	.000	.152	.002	.024	.097	.024		.007	.015	.024	.097	.001	

N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
P14 Pearson Correlation	.492	.600*	.389	.408	.873**	.577*	.722**	.667*	.289	.667**	.577*	.289	.667**	1	.408	.289	.389		.730**





	Sig. (2-tailed)	.062	.018	.152	.131	.000	.024	.002	.007	.297	.007	.024	.297	.007		.131	.297	.152	.002
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
P15	Pearson Correlation	.829*	.468	.612*	.583*	.468	.707*	.408	.612*	.707	.612*	.707	.707	.612*	.408	1	.354	.612*	.801**
	Sig. (2-tailed)	.000	.079	.015	.022	.079	.003	.131	.015	.003	.015	.003	.003	.015	.131		.196	.015	.000
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
P16	Pearson Correlation	.213	.378	.289	.707**	.094	.700*	.577*	.289	.700**	.289	.400	.700**	.577*	.289	.354	1	.577*	.629*
	Sig. (2-tailed)	.446	.165	.297	.003	.738	.004	.024	.297	.004	.297	.140	.004	.024	.297	.196		.024	.012
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
P17	Pearson Correlation	.431	.764*	.444	.612*	.491	.577*	.667*	.444	.866*	.722*	.577*	.866*	.444	.389	.612*	.577*	1	.815**

Sig. (2-tailed)	.109	.001	.097	.015	.063	.024	.007	.097	.000	.002	.024	.000	.097	.152	.015	.024			.000
N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15



Total_Pengetahuan	Pearson Correlation	.710	.752**	.681**	.774**	.730**	.838	.753**	.748	.838	.793**	.675**	.838	.771**	.730**	.801**	.629*	.815**	1
	Sig. (2-tailed)	.003	.001	.005	.001	.002	.000	.001	.001	.000	.000	.006	.000	.001	.002	.000	.012	.000	
	N	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

### UJI REABILITAS

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	15	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	15	100.0

a Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.953	17

**Item Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
P1	.27	.458	15
P2	.53	.516	15
P3	.40	.507	15
P4	.20	.414	15
P5	.53	.516	15
P6	.33	.488	15
P7	.60	.507	15
P8	.40	.507	15

P9	.33	.488	15
P10	.40	.507	15
P11	.33	.488	15
P12	.33	.488	15
P13	.40	.507	15
P14	.60	.507	15
P15	.20	.414	15
P16	.33	.488	15
P17	.40	.507	15

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
P1	6.33	35.667	.671	.951
P2	6.07	34.924	.713	.950

## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
P3	6.20	35.457	.634	.952
P4	6.40	35.686	.745	.950
P5	6.07	35.067	.688	.951
P6	6.27	34.638	.813	.948
P7	6.00	35.000	.714	.950
P8	6.20	35.029	.709	.950
P9	6.27	34.638	.813	.948
P10	6.20	34.743	.760	.949
P11	6.27	35.638	.629	.952
P12	6.27	34.638	.813	.948
P13	6.20	34.886	.735	.950

P14	6.00	35.143	.689	.951
P15	6.40	35.543	.776	.949





**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
P16	6.27	35.924	.578	.953
P17	6.20	34.600	.785	.949

**Scale Statistics**

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
6.60	39.543	6.288	17

LAMPIRAN 8

**HASIL UJI ANALISA UNIVARIAT, DAN ANALISA BIVARIAT,**

**ANALISA UNIVARIAT**

**Umur Responden**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 14	7	28.0	28.0	28.0
15	6	24.0	24.0	52.0
16	3	12.0	12.0	64.0
17	4	16.0	16.0	80.0
18	5	20.0	20.0	100.0
Total	25	100.0	100.0	

**Sumber Informasi tentang personal hygiene saat menstruasi**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	media	10	40.0	40.0	40.0
	orang tua	5	20.0	20.0	60.0
	teman	10	40.0	40.0	100.0
	Total	25	100.0	100.0	

**ANALISA BIVARIAT UJI PAIRED T-TEST**

**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest_Pengetahuan	6.7600	25	5.51725	1.10345
	Posttest_Pengetahuan	15.8800	25	2.80357	.56071

**Paired Samples Correlations**

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Pretest_Pengetahuan & Posttest_Pengetahuan	25	.063	.766

**Paired Samples Test**

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
				Lower	Upper			
Pair 1 Pretest_Pengetahuan -	-9.12000	6.02993	1.20599	-11.60903	-6.63097	-7.562	24	.000

Postest_Pengetahu an								
-------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--



LAMPIRAN 9

**UJI PAIRED SAMPLE T-TEST**

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest_Pengetahuan	6.7600	25	5.51725	1.10345
	Posttest_Pengetahuan	15.8800	25	2.80357	.56071

Paired Samples Correlations			
		N	Sig.
Pair 1	Pretest_Pengetahuan & Posttest_Pengetahuan	25	.766

Paired Samples Test									
		Paired Differences			95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper			
Pair 1	Pretest_Pengetahuan - Posttest_Pengetahuan	-9.12000	6.02993	1.20599	-11.60903	-6.63097	-7.562	24	.000

LAMPIRAN 10

UJI NORMALITAS

	Case Processing Summary					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Pretest_Pengetahuan	25	50.0%	25	50.0%	50	100.0%
Posttest_Pengetahuan	25	50.0%	25	50.0%	50	100.0%

Descriptives				
			Statistic	Std. Error
Pretest_Pengetahuan	Mean		6.7600	1.10345
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	4.4826	
		Upper Bound	9.0374	
	5% Trimmed Mean		6.5667	
	Median		6.0000	
	Variance		30.440	
	Std. Deviation		5.51725	
	Minimum		.00	
	Maximum		17.00	
	Range		17.00	
	Interquartile Range		7.50	
	Skewness		.576	.464
	Kurtosis		-.597	.902
	Postest_Pengetahuan	Mean		16.4400
95% Confidence Interval for Mean		Lower Bound	16.1013	
		Upper Bound	16.7787	
5% Trimmed Mean			16.5333	
Median			17.0000	
Variance			.673	
Std. Deviation			.82057	
Minimum			14.00	
Maximum			17.00	
Range			3.00	
Interquartile Range			1.00	
Skewness			-1.513	.464
Kurtosis			1.990	.902



LAMPIRAN 11  
DOKUMENTASI PENELITIAN



LAMPIRAN 12

**SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)**

**Pokok bahasan** : Kebersihan diri saat menstruasi  
**Sasaran** : Remaja dusun wonoasri  
**Hari/tanggal** : 30 Juli 2021 s/d 8 Agustus 2021 Waktu : 1 minggu  
**Tempat** : Balai dusun wonoasri

- A. Tujuan umum  
Setelah mengikuti penyuluhan ini diharapkan tingkat pengetahuan remaja mengenai kebersihan diri saat menstruasi meningkat
- B. Tujuan khusus  
Setelah mengikuti penyuluhan ini remaja dapat mengetahui tentang :
1. Pengertian kebersihan diri saat menstruasi
  2. Cara benar membersihkan diri saat menstruasi
  3. Pemilihan pembalut yang baik
  4. Dampak jika tidak menjaga kebersihan diri saat menstruasi
- C. Metode  
Media yang digunakan dalam penyampaian penyuluhan ini adalah media booklet, kuesioner pre test dan post test.
- D. Materi  
Terlampir
- E. Proses pelaksanaan

No	Tahap	Kegiatan	Respon Peserta	Waktu	Metode
1.	Pendahuluan <i>1. Introduce</i>  <i>2. pre-test</i>	1. Mengucapkan salam, memperkenalkan diri. Mejelaskan ulang tujuan dari penyuluhan yang akan diberikan 2. Memberi lembar kuesioner	Menjawab salam, dan memperhatikan  mengisi lembar kuesioner yang telah diberikan	5 menit  10 menit	langsung
2	Penyajian	Membagikan media booklet dan menjelasn materi mengenai kebersihan diri saat menstruasi	Memperhatikan penjelasan materi	15 menit	langsung
3	Penutup 1. Post tes 2. Menutup acara	Memberikan lembar post test  Menutup pertemuan, mengajukan pertanyaan dan menyimpulkan materi	Mengisi lembar post test setelah mendapatkan materi dari peneliti  memperhatikan	10 menit  15 menit	

## F. Evaluasi

1. Memberikan tugas kepada responden untuk mengimplementasikannya
2. Menanyakan kembali mengenai materi yang telah diberikan

### Lampiran Materi :

#### 1. Pengertian kebersihan diri saat menstruasi

Kebersihan diri. Kebersihan diri adalah suatu upaya yang dilakukan seseorang untuk memelihara kebersihan dan kesehatan secara fisik maupun psikis (Arianru, 2020). Kebersihan diri menjadi salah satu hal penting yang harus diperhatikan oleh setiap orang. Apabila hal ini kurang diperhatikan, maka akan membuat diri sendiri mudah terserang penyakit. Tak hanya itu, orang di sekitarpun memiliki resiko tertular penyakit yang kita derita (Arianru, 2020)

*Personal hygiene* selama menstruasi merupakan kebersihan perorangan dalam usaha memelihara, mempertahankan dan memperbaiki kebersihan dan kesehatan seseorang untuk kesejahteraan fisik maupun psikologis melalui implementasi tindakan *hygiene* yang dilakukan saat menstruasi (Tarwoto & Wartonah, 2010)

Menstruasi merupakan salah satu komponen seorang perempuan dalam melalui masa pubertas yang mana perempuan kebanyakannya menghadapi keterbatasan sosial dan kepercayaan diri sehingga bisa berkontribusi pada kesehatan mental maupun fisik. Pada saat menstruasi, *personal hygiene* perlu diperhatikan karena bersangkutan dengan kejadian infeksi genitalia (Haver & Long, 2014)

Siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya. Panjang siklus menstruasi yang normal atau dianggap sebagai siklus menstruasi yang klasik ialah 28 hari ditambah atau dikurangi 2-3 hari (Dya & Adiningsih, 2019). Pada dasarnya siklus menstruasi pada setiap wanita bervariasi, karena kadar hormon estrogen yang diproduksi oleh setiap tubuh wanita berbeda. Secara umum siklus normal berada dalam rentang 21-35 hari (Junita, 2020)

#### 2. Cara merawat kebersihan alat kelamin pada remaja perempuan menurut (Marhaeni, 2016):

##### a. Membersihkan vagina setelah BAK/BAB

Vagina secara anatomis berada di antara uretra dan anus. Alat kelamin yang dibersihkan dari belakang ke depan dapat meningkatkan resiko masuknya bakteri ke dalam vagina. Masuknya kuman ke dalam vagina menyebabkan infeksi sehingga dapat menyebabkan keputihan. Cara cebok yang benar adalah dari depan ke belakang sehingga kuman yang berada di anus tidak dapat masuk ke dalam vagina

- b. Menjaga kebersihan pakaian dalam  
Pakaian dalam yang tidak disetrika dapat menjadi alat perpindahan kuman dari udara ke dalam alat kelamin. Bakteri, jamur, dan parasit dapat mati dengan pemanasan sehingga menyetrika pakaian dalam dapat menghindarkan infeksi kuman melalui pakaian dalam.
  - c. Tidak bertukar handuk  
Handuk merupakan media pe- nyebaran bakteri, jamur, dan parasit. Handuk yang telah terkontaminasi bakteri, jamur, dan parasit apabila digunakan bisa menyebabkan kuman tersebut menginfeksi pengguna handuk tersebut sehingga gunakan handuk untuk satu orang.
  - d. Menghindari penggunaan celana ketat  
Celana ketat dapat menyebab- kan alat kelamin menjadi hangat dan lembab. Alat kelamin yang lembab dapat meningkatkan kolonisasi dari bakteri, jamur, dan parasit. Peningkatan kolonisasi dari kuman tersebut dapat meningkatkan infeksi yang bisa memicu keputihan, maka hindari memakai celana ketat terlalu lama.
  - e. Menghindari cuci vagina menggunakan antiseptik  
Produk cuci vagina dapat membunuh flora normal dalam vagina. Ekosistem dalam vagina terganggu karena produk pencuci vagina bersifat basa sehingga menyebabkan kuman dapat berkembang dengan baik. Produk cuci vagina yang digunakan harus sesuai dengan pH normal vagina, yaitu 3,8-4,2 dan sesuai dengan petunjuk dokter.
  - f. Mencuci tangan sebelum dan sesudah mencuci vagina  
Tangan dapat menjadi perantara dari kuman penyebab infeksi. Mencuci tangan sebelum menyentuh alat kelamin dapat menghindarkan perpindahan kuman yang menyebab- kan infeksi
  - g. Sering mengganti pembalut  
Mengganti pembalut minimal 3-4 kali sehari dapat menghindari kelembaban.
3. Dampak tidak menjaga kebersihan diri saat menstruasi  
Perawatan genetalia oleh remaja putri saat mengalami fase menstruasi sangat penting dilakukan. Perawatan yang dilakukan yaitu membersihkan pada area vagina dari arah depan ke belakang, menggunakan air cebok yang bersih, menggunakan pembalut serta mengetahui cara memakainya, sering mengganti pembalut, menggunakan pakaian dalam yang bersih dan mudah menyerap keringat, dan menjaga kebersihan area genital selama proses menstruasi terjadi. Kesadaran diri untuk menjaga kebersihan area genital harus ditanamkan sejak dini dan perlunya pengetahuan akan pentingnya merawat area tersebut (Zubaidah, 2021)

Secara umum, dampak yang sering terjadi akibat kurang menjaga kebersihan genetalia saat periode menstruasi akan mengakibatkan area genetalia mengalami infeksi, gatal-gatal, kemerahan pada area sekitar, keputihan, timbulnya bau yang tidak sedap. Akibat lainnya yang muncul jika tidak menjaga kebersihan bagian genetalia pada saat

menstruasi, remaja berisiko mengalami demam, terjadi peradangan pada areavagina, mengalami keputihan, dan bagian bawah perut akan terasa sakit serta terasapanas (Yuni & Erlina, 2015). Apabila terus menerus terjadi dan hal ini berlangsung lama, akan menimbulkan ISR yang tentunya menjadi risiko besar terkena kanker pada leher rahim, risiko terjadinya kehamilan diluar kandungan, saluran telur terjadi penyempitan, serta endometriosis (Zubaidah, 2021)