

## HUBUNGAN TINDAKAN PERSONAL HYGIENE SAAT MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN PRURITUS VULVA PADA REMAJA

Nikita Estetika BR Tarigan  
Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Medan  
Email : nikitaestetika@gmail.com

### ABSTRACT

**Background:** Reproductive health issues, particularly those related to personal hygiene during menstruation, are associated with the occurrence of vulvar pruritus among adolescent girls.

**Research Objective:** This study aims to determine the relationship between personal hygiene measures during menstruation and the incidence of vulvar pruritus among students at Pencawan Vocational School, Medan.

**Method:** This study employed a quantitative analytical design with a cross-sectional approach. The population consisted of all 10th-grade female students at SMK Pencawan Medan, with 82 respondents selected through a simple random sampling technique. The instruments used in this study were a questionnaire assessing personal hygiene and a checklist for vulvar pruritus. Data analysis was performed using the Chi-Square test.

**Research Results:** The study findings showed that 32 respondents (49%) practiced good personal hygiene practices, and 51 respondents (62.2%) experienced vulvar pruritus. Chi-square test results showed a significant association ( $p=0.000$ ) between personal hygiene practices during menstruation and the incidence of vulvar pruritus.

**Conclusion:** The better personal hygiene practices during menstruation, the lower the likelihood of vulvar pruritus. This study is expected to serve as a reference for adolescents, schools, and health institutions to improve reproductive health education.

**Keywords:** Personal hygiene, Menstruation, Vulvar pruritus, Adolescent girls

### ABSTRAK

**Latar Belakang :** Permasalahan dalam kesehatan reproduksi, terutama terkait dengan kebersihan pribadi selama menstruasi, berkaitan dengan munculnya pruritus vulva dikalangan remaja perempuan.

**Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tindakan personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian pruritus vulva dikalangan siswa SMK Pencawan Medan

**Metode :** Penelitian ini menerapkan desain analitik kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi dari studi ini terdiri dari semua siswi kelas X di SMK Pencawan Medan sebanyak 103 orang, di mana 82 responden dipilih sebagai sampel melalui teknik simple random sampling. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang menilai kebersihan pribadi dan lembar cek untuk kejadian pruritus vulva. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Chi-Square*.

**Hasil Penelitian :** Temuan dari penelitian menunjukkan bahwa yang melakukan tindakan personal hygiene yang baik ada 32 responden (49%) dan sebanyak 51 responden 62,2% responden mengalami pruritus vulva. Hasil dari uji *Chi-Square* menunjukkan adanya hubungan signifikan ( $p=0,000$ ) antara tindakan kebersihan pribadi saat menstruasi dengan kejadian pruritus vulva.

**Kesimpulan :** bahwa semakin baik praktik kebersihan pribadi selama menstruasi, maka semakin rendah kemungkinan terjadinya pruritus vulva. Penelitian ini diharapkan bisa menjadi acuan bagi remaja, pihak sekolah dan lembaga kesehatan untuk meningkatkan edukasi kesehatan reproduksi.

**Kata Kunci :** Personal hygiene ; Menstruasi ; Pruritus vulva ; Remaja putri

## PENDAHULUAN

Remaja, yang didefinisikan sebagai individu berusia 10 hingga 19 tahun menurut WHO dan PBB (Lucas, 2023), mengalami berbagai perubahan, termasuk menstruasi, yang merupakan proses alamiah bagi wanita. Menstruasi adalah perdarahan teratur dari uterus yang menandakan fungsi matang organ kandungan (Azizah Al Ashri Nainar et al., 2024). Survei Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa 34,1% remaja perempuan di Indonesia mengalami menstruasi pertama pada usia 11-12 tahun, 27,2% pada usia 13-14 tahun, 5,4% pada usia 15-16 tahun, dan 4,6% pada usia 9-10 tahun (Muhamad Nabilah, 2023).

Usia awal menstruasi berkaitan dengan pengetahuan dan pengalaman yang memengaruhi perilaku perawatan diri saat menstruasi. Pada tahap ini, remaja sering menganggap kebersihan saat menstruasi tidak penting, sehingga kurang mencari informasi tentang kesehatan reproduksi. Hal ini menyebabkan rendahnya perilaku menjaga kebersihan menstruasi di kalangan remaja putri (Aini & Amalia Virganita, 2020). Menurut data WHO, perilaku higienis yang buruk saat menstruasi masih tinggi di dunia, dengan persentase di Indonesia mencapai 55% (Faj'ri et al., 2022). Di Indonesia, 43,3 juta remaja putri usia 10-14 tahun memiliki perilaku higienis yang sangat buruk. (Fuadah Zakiyatul Dina et al.2024)

Selama menstruasi, wanita biasanya menggunakan pembalut untuk menyerap darah, yang dapat menyebabkan kelembapan di area genital akibat keringat. Kondisi ini mendukung perkembangan bakteri dan meningkatkan risiko infeksi genital, sehingga penting untuk menjaga kebersihan area tersebut melalui praktik higiene menstruasi yang tepat (Alfi et al.2022). Dengan menjaga kebersihan yang tepat, kita dapat mencegah pertumbuhan jamur dan bakteri penyebab gatal (pruritus vulva).

Pruritus vulva sering dialami remaja putri saat menstruasi akibat kelembapan di area kewanitaan. Saat menstruasi, jika remaja putri tidak menjaga kebersihan area kewanitaannya, darah dan keringat dapat memicu pertumbuhan jamur dan bakteri, menyebabkan rasa gatal. Gatal yang berlebihan mendorong remaja untuk menggaruk area tersebut. Pruritus vulva adalah gangguan pada alat kelamin eksternal perempuan yang ditandai dengan rasa gatal, menyebabkan permukaan kulit lecet, terbuka, dan meradang. Pruritus vulva sering terjadi malam hari saat tidur, menyebabkan garukan tidak sadar yang dapat mengakibatkan memar dan berdarah. Riset Kementerian Kesehatan Indonesia mencatat 5,2 juta remaja putri di 17 provinsi mengeluhkan pruritus vulvae akibat kurang menjaga kebersihan genital saat menstruasi. Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, sekitar 45% remaja putri di daerah tersebut mengalami gejala pruritus vulva (Syafirah, 2023). Penelitian menunjukkan bahwa sekitar 90 responden (88,2%) di Medan mengalami pruritus vulva (Mei Misriana Hutapea, 2022).

Pruritus vulva dapat menyebabkan gatal yang memicu infeksi sekunder. Gatal yang intens sering membuat wanita menggaruk area vulva, berisiko menyebabkan luka atau abrasi yang meningkatkan kemungkinan infeksi oleh bakteri atau jamur seperti *Candida albicans* (Handayani, 2020). Pruritus vulva yang tidak ditangani dapat menyebabkan likenifikasi akibat garukan kronis, yang berpotensi menjadi permanen (Setiawan, 2021). Penelitian Mei Misriani Hutapea (2022) menunjukkan hubungan negatif yang lemah antara perilaku higiene saat menstruasi dan pruritus vulva di SMP Negeri 1 Nassau ( $p < 0,05$ ). Perilaku higiene pribadi yang baik dapat mengurangi risiko pruritus vulva saat menstruasi.

Penelitian Ni Made Anugrah Indah Lestari (2020) pada 108 remaja di Puskesmas II Denpasar Timur menunjukkan bahwa 72 responden (66,7%) memiliki perilaku personal hygiene yang baik, dan 81 responden (75%) mengalami pruritus vulvae. Terdapat hubungan signifikan antara perilaku vulva hygiene dan kejadian pruritus vulvae dengan  $p$  value  $< 0$ . Penelitian Dwi Putri Harahap (2020) menunjukkan  $p$ - value  $< 0,05$ , yang berarti  $H_0$  ditolak, dan terdapat hubungan antara perilaku personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian pruritus vulva pada siswi SMP Negeri 3 Batang Angkola, Tapanuli Selatan. Penelitian ini

berbeda dari yang sebelumnya karena fokus sampel dan populasinya adalah remaja putri berusia 14-16 tahun di SMK Pencawan Medan. Penelitian oleh Mei Misriani Hutapea (2022), Dwi Putri Harahap (2020), dan Ni Made Anugrah Indah Lestari (2020) melibatkan responden remaja putri di SMP.

Studi pendahuluan di SMK Pencawan Medan menunjukkan bahwa dari 5 siswi yang disurvei terkait perilaku kebersihan pribadi, 3 memiliki praktik buruk. Dari mereka, 2 mengalami gejala pruritus vulva saat menstruasi, yang ditandai dengan rasa gatal, keputihan berlebih, dan kemerahan di area kemaluan.

### TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana hubungan tindakan personal hygiene saat menstruasi dengan kejadian pruritus vulva pada remaja

### METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan desain penelitian cross sectional, Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas X di SMK Pencawan Medan sebanyak 103 orang, dengan jumlah sampel 82 orang.

### HASIL PENELITIAN

#### 1. Tindakan *Personal Hygiene* saat Menstruasi SMK Pencawan Medan

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tindakan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi di SMK Pencawan Medan**

Tindakan	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	32	49.0
Cukup	42	51.2
Kurang	8	9.8
<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan hasil dari 82 (100%) responden mayoritas responden memiliki kategori tindakan cukup yaitu 42 responden (51.2%), sebanyak 32 responden (49.0%) termasuk kategori tindakan baik, dan 8 responden (9.8%).

#### 2. Kejadian *Pruritus Vulva* pada Remaja di SMK Pencawan Medan

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kejadian *Pruritus Vulva* pada Remaja di SMK Pencawan Medan**

Pruritus Vulva	Frekuensi	Presentase (%)
Ada	51	62.2
Tidak Ada	31	37.8
<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukan hasil dari 82 (100%) responden bahwa 51 responden (62.2%) mengalami pruritus vulva dan 31 responden (37.8%) tidak ada mengalami pruritus vulva.

### 3. Hubungan Tindakan *Personal Hygiene* saat Menstruasi SMK Pencawan Medan dengan Kejadian Pruritus Vulva

Tabel 3. Hubungan Tindakan *Personal Hygiene* Saat Menstruasi Dengan Kejadian Pruritus Vulva di SMK Pencawan Medan

Tindakan	Pruritus Vulva				Total	P-Value
	Ada Pruritus		Tidak Ada Pruritus			
	f	%	f	%	f	
Baik	13	40.6%	19	59.4%	32	100%
Cukup	30	71.4%	12	28.6%	42	100%
Kurang	8	100%	0	0%	8	0%
<b>Total</b>	51	62.2%	31	37.8%	82	100%

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwasannya responden dengan tindakan *personal hygiene* cukup saat menstruasi lebih banyak mengalami kejadian *pruritus vulva* 30 (71.4%) sedangkan responden dengan tindakan *personal hygiene* baik saat menstruasi lebih banyak tidak mengalami kejadian *pruritus vulva* 19 (59.4%).

Hasil penelitian berdasarkan uji chi-square menunjukkan bahwa didapatkan nilai p value  $0,000 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya terdapat hubungan antara tindakan *personal hygiene* saat menstruasi dengan kejadian *pruritus vulva* pada remaja di SMK Pencawan Medan tahun 2025.

#### PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tindakan *personal hygiene* saat menstruasi dengan kejadian *pruritus vulva* yang signifikan dengan nilai p-value sebesar 0.000 ( $p < 0.05$ ).

Peneliti mengasumsikan bahwa terdapat hubungan antara tindakan *personal hygiene* saat menstruasi dengan kejadian *pruritus vulva* pada remaja putri. Tindakan *personal hygiene* yang baik, seperti mengganti pembalut secara rutin, mencuci tangan sebelum dan sesudah mengganti pembalut, serta membersihkan area genital dengan benar, dapat mencegah terjadinya kelembapan berlebih, iritasi, dan infeksi yang menjadi penyebab utama *pruritus vulva*. Sebaliknya, tindakan *personal hygiene* yang kurang baik akan meningkatkan risiko terjadinya *pruritus vulva*.

Meningkatnya tindakan *personal hygiene* saat menstruasi maka akan menurunkan terjadinya *pruritus vulva* pada remaja dan pada saat perilaku tentang *personal hygiene* saat menstruasi menurun maka akan meningkatnya kejadian *pruritus vulva*.

*Personal hygiene* adalah peningkatan derajat kesehatan, memelihara kesehatan diri, memperbaiki *personal hygiene*, mencegah penyakit, meningkatkan kepercayaan diri dan menciptakan keindahan (Hesti Platini & Hasniatisari Harun, 2021). Selain itu *personal hygiene* menstruasi mencegah penyakit seperti *pruritus vulva* (Puspariny & Kunang, 2021).

Hasil penelitian ini didukung juga dari penelitian yang dilakukan oleh Neneng sriyuliani (2022), tentang *personal hygiene* saat menstruasi dengan kejadian *pruritus vulva* pada remaja putri di SMPN 1 Cikukur, hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara *personal hygiene* dengan kejadian *pruritus vulva* dengan nilai p-value  $0,004 < 0,05$ .

Selain itu, pada penelitian Pandelaki, Rompas and Bidjuni, 2020 menunjukkan hasil penelitian terhadap 148 responden didapatkan hasil uji statistik dengan nilai p-value=0,000 maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara *personal hygiene* saat menstruasi dengan kejadian *pruritus vulva*.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 82 remaja putri kelas X di SMK Pencawan Medan, dapat disimpulkan bahwa :

1. Identifikasi kejadian *pruritus vulva* pada remaja putri sebagian besar 62.2% (51 Responden)
2. Dari 82 (100%) responden yang memiliki kategori tindakan Baik tentang Personal Higiene sebanyak 49 % (32 responden)
3. Tindakan *personal hygiene* saat menstruasi memiliki hubungan dengan kejadian *pruritus vulva* yakni  $P= 0,000$

**DAFTAR PUSTAKA**

- Aini, N., & Amalia Virganita. (2020). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Vulva Hygiene Dengan Perilaku Vulva Hygiene Saat Menstruasi Relationship Between Vulva Hygiene Knowledge And Behavior During Menstruation In Early Adolescents. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13(2).
- Alfi, N. ., Hasanah, O., & Misrawati. (2022). Gambaran Perilaku Personal Hygiene pada Remaja saat Menstruasi di Masa New Normal di Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 4(3), 61–72.
- Azizah Al Ashri Nainar, Naziah Dwi Amalia, & Lilis Komariyah. (2024). Hubungan antara Pengetahuan tentang Menstruasi dan Kesiapan Menghadapi menarche pada Siswi Sekolah Dasar di Kota Tangerang Selatan. *Ilmiah Keperawatan Indonesia*, 7, 64–77.
- Batubara, S. K. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja Terhadap Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi Di SMP Negeri 2 Batang Angkola Tapanuli Selatan. *Jurnal Ilmiah Maksitek*, 5(3), 167–187.
- Cunningham, F., Leveno, K., Bloom, S., Dashe, J., Hoffman, B., Casey, B., & Sheffield, J. (2018). *Williams Obstetri* (Vol. 2). Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya.
- Donsu Tine, J. (2022). Metode Penelitian Keperawatan. Pustaka Baru Press, 03– 208.
- Faj'ri, R. A., Sunariah, & Wada, F. H. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Personal Hygine Terhadap Perilaku Remaja Putri Saat Menstruasi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 8(1), 78–85.
- Fuadah Zakiyatul Dina, Siswoaribowo Andika, & Alfionita Eka Agnes. (2024). Hubungan Health Literasi Dengan Kemampuan Menstrual Hygiene Pada Remaja Putri Menarch. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(11), 94– 105.
- Handayani, D. (2020). Infeksi sekunder akibat pruritus vulva. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(2), 45–50.
- Hesti Platini, & Hasniatisari Harun. (2021). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Tentang Perawatan Diri. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 379–385.
- Joshan Dwanisya, & Yanita Tri Setiyaningsih. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Vulva Hgiene dengan Kejadian Pruritus Vulva pada saat Menstruasi di SMP PGRI Kasihan Bantul. *Healthy Behavior Journal*, 1, 56–62.
- Kemenkes RI. (2022, July 26). *Dismenore* (Nyeri Haid). [https://Yankes.Kemkes.Go.Id/View\\_artikel/545/Dis](https://Yankes.Kemkes.Go.Id/View_artikel/545/Dis). (2025,febuari 16)
- Lucas, G. (2023). Child', 'adolescent' and 'youth': Definitions. *Sri Lanka Journal of Child Health*, 52(2), 135.
- Martina Pakpahan, Deborah Siregar, Andi Susilawaty, Tasnim Mustar, Radeny Ramdany, Evanny Indah Manurung, & Efendi Sianturi. (2021). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan (Ronald Watrianthos (ed.)). Yayasan Kita Menulis.
- Mei Misriana Hutapea. (2022). Hubungan Perilaku Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi dengan Terjadinya Pruritus Vulva Di SMP Negri 1 Nassau. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan*.
- Muhamad Nabilah. (2023). Usia Perempuan Indonesia saat Pertama Kali Haid/Menstruasi. *Layanan Konsumen Dan Kesehatan Statistik*.

- Nursalam. (2015). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis.
- Puspariny, C., & Kunang, A. (2021). Korelasi Prilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi dengan pH Vagina pada Mahasiswi di Asrama Universitas Muhammadiyah Pringsewu. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (Jukmas)* , 5(1).
- Rosa Fadhiya Hayya, Ratna Wulandari, & Retno Sugesti. (2023). Hubungan Tingkat Stres, Makanan Cepat Saji dan Aktivitas Fisik Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Pmb N Jagakarsa. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1338–1355.
- Setiawan, A. (2021). Komplikasi Kulit Akibat Pruritus Vulva. *Jurnal Dermatologi Indonesia*, 6(3).
- Syafirah. (2023). Hubungan Personal Hygiene dengan Kejadian Keputihan Pada Santriwati di Pondok Pesantren Sumatera Utara. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
- Villasari, A. (2021). Buku Patofisiologi Menstruasi (1st ed., Vol. 1). In Strada Press.
- Widjaja, E., Singgih, R., Obstetri, D., & Cimacan, R. (2021). Vulvitis : Gambaran Klinis , Etiologi dan Pilihan Pengobatan ( Tinjauan literatur ). 79–87.
- Windi Chusniah Rachmawati, S, KM., M. K. (2019). Promosi Kesehatan dan Ilmu Peril